



Eglurhad

Mae **mapio cymunedol** yn seiliedig ar yr egwyddor bod pobl yn arbenigwyr yn eu bywydau eu hunain. Mae'n canolbwyntio ar farn, pryderon a syniadau pobl leol, a'u galluogi i nodi a datblygu atebion i'r materion y maen nhw'n eu hwynebu. 'Cymuned' oherwydd ei fod yn digwydd mewn cymunedau a 'mapio' oherwydd bod nifer o'r dulliau a ddefnyddir yn cynnwys mapiau a diagramau o wahanol fathau. Mae newid sy'n ymgorffori'r egwyddor hon yn cymryd persbectif pobl leol a'i roi wrth wraidd y broses o wneud penderfyniadau h.y. mae'r bobl sy'n fwyaf tebygol o gael eu heffeithio gan newid yn ymwneud yn agos â phenderfynu beth ddylai'r newid hwnnw fod. Mae eu rôl i ddeall y materion, cynllunio pa gamau a gymerir a gweithredu'r newid yn arwain at ddatblygiad mwy priodol, ystyrlon, ac yn y pen draw, mwy cynaliadwy.

Mae **mapio bwyd cymunedol** yn defnyddio'r egwyddor hon i'r system fwyd sy'n gysylltiedig â lle – er enghraifft stad o dai, cymdogaeth, tref, dinas neu ranbarth. Fel pob map cymunedol, mae'n defnyddio dull o ddatblygu cymunedol o'r enw Arfarniad Cyfranogol, sy'n galluogi pobl leol i nodi materion yn eu cymuned ac i archwilio ffyrdd o fynd i'r afael â'r materion hynny.

Mae **Arfarniad Cyfranogol** yn defnyddio dulliau, offer a gweithgareddau gweledol ac apelgar i helpu pobl i fynegi eu barn mewn ffordd hygyrch, anfeiriadol, cynhwysol a phleserus. Mae Arfarniad Cyfranogol yn aml yn defnyddio mapiau neu'n ymwneud â chreu mapiau yn enwedig wrth geisio deall y ffordd y mae cymunedau'n gweithio, lle mae pethau a lleoedd wedi'u lleoli a beth sy'n digwydd ble a pham. Mae'r dull Arfarniad Cyfranogol yn golygu mynd i fannau lle mae pobl eisoes yn dod at ei gilydd a'u hannog i siarad, i wrando ac i feddwl gyda'i gilydd. Mae hyn yn cynnwys gweithio yn yr awyr agored ar rannau prysur o'r stryd fawr; tu allan i ysgolion; mewn parciau lleol; ac mewn digwyddiadau fel gwyliau neu ffeiriau; neu weithio gyda gwahanol grwpiau o bobl mewn clybiau ieuencid; canolfannau chwaraeon; llyfrgelloedd; grwpiau rhieni/gofalwyr a babanod; a manau addoli – hyd yn oed golchdai a thafarndai. Y pwynt sylfaenol yw mynd lle mae pobl yno yn barod, fel eu bod wedi ymlacio ac yn fwy tebygol o ddweud eu dweud a sut maen nhw'n teimlo. I gael cyflwyniad a disgrifiad da iawn o Arfarniad Cyfranogol, gweler y canllaw rhagarweiniol a gynhyrchwyd gan Bartneriaeth Menter Gymdeithasol y Gogledd Ddwyrain yn 2014

https://www.northumberlandcva.org.uk/files/NESEP_Participatory_Appraisal_Handbook_2014.pdf

Mae'r dull cyfranogol hwn yn allweddol i'r cysyniad o ddemocratiaeth fwyd a datblygiad Strategaethau Bwyd sy'n wirioneddol gynrychioliadol.

Cyflwyniad

Pwrpas Mapio Bwyd Cymunedol yw sicrhau bod eich strategaeth bwyd lleol yn ymateb i anghenion, buddiannau a phrofiadau unigolion a chymunedau gwahanol yn eich lle. Os yw'r strategaeth am wirioneddol gynrychioli eich lle, mae angen i chi glywed beth mae gwahanol gymunedau a grwpiau lleol yn ei feddwl am fwyd a sut mae'r system fwyd yn berthnasol iddyn nhw. Mae'r broses o wrando a chynrychioli'r lleisiau hynny hefyd yn helpu i ddatblygu ymdeimlad o effaith a pherchnogaeth – bod gwahanol gymunedau'n cymryd rhan nid yn unig wrth benderfynu beth mae'r strategaeth yn ei gynnwys ond hefyd, o bosib, rôl yn ei chyflawni.

Mae Mapio Bwyd Cymunedol yn elfen hynod werthfawr o ddatblygu strategaeth bwyd lleol a dylid ei ystyried yn weithgaredd pwysig yng nghanau cynnar datblygu strategaeth. Mae adnoddau eraill yn y pecyn cymorth hwn yn ymdrin â gwahanol ffyrdd o wrando ar bobl leol a grwpiau penodol a chasglu gwybodaeth a all eich helpu i ddatblygu eich strategaeth: [Mapio Systemau Bwyd](#); [Arolygon Bwyd](#); a [Mapio Polisi Bwyd](#). Fel yr eglurwyd uchod, mae Mapio Bwyd Cymunedol yn canolbwyntio'n benodol ar ddeall persbectif dinasyddion unigol a chymunedau y dylai eich strategaeth anelu at eu cynrychioli.

Serch hynny, mae angen amser ac ymdrech ar Fapio Bwyd Cymunedol a bydd capasiti tîm eich strategaeth fwyd yn ystyriaeth allweddol wrth benderfynu a ddylid cychwyn ar y gwaith hwn a pha bryd. Yng nghanau datblygu partneriaeth fwyd newydd, efallai na fydd digon o bobl â'r sgiliau a'r awydd i gynnal ymgynghoriad cyhoeddus o'r math hwn ac y byddai Arolwg Bwyd yn fwy ymarferol. I rai partneriaethau, efallai y bydd Mapio Bwyd Cymunedol yn fwy priodol wrth i fomentwm gynyddu ac wrth i gapasiti'r tîm gael ei ddatblygu. Un awgrym olaf – gall y broses arfarnu cyfranogol cyhoeddus gael effaith symbylol gref ar eich tîm a dod ag aelodau gweithgar at ei gilydd yn ystod y sesiynau. Gall y gwaith ddod ag egni pwerus ac ysgogol iawn i'ch tîm a dechrau adeiladu cysylltiadau cryf ac ystyrlon gyda chymunedau a grwpiau penodol.

Mae'r canllaw hwn yn ymdrin â rhai technegau arfarnu cyfranogol ymarferol ac yn rhoi amlinellid o'r sesiwn a allai fod yn ddefnyddiol wrth ddatblygu partneriaethau bwyd a strategaethau bwyd.

Sesiwn Mapio Bwyd Cymunedol

Mae'r sesiwn gyfranogol hon wedi'i chynllunio i'w chynnal fel sesiwn galw heibio cyhoeddus sy'n hygyrch i unigolion a allai fod yn pasio heibio. Gellid cynnal y sesiwn hon mewn amrywiaeth o fannau cyhoeddus e.e. ffenest siop (gofynnwch am ganiatâd), cysgodfan fysiau, canolfan chwaraeon, llyfrgell, canolfan siopa neu neuadd gymunedol a gall bara am 2-3 awr. Efallai y byddwch hefyd am gynnal sesiynau gyda grwpiau penodol e.e. grwpiau ieuencid, trigolion oeddrannus, lle rydych yn mynychu cyfarfodydd neu ddigwyddiadau sy'n bodoli'n barod ac yn cynnal y sesiwn yn y fan a'r lle. Os ydych chi'n gweithio ar draws cymdogaeth, mae'n well cynnal sawl sesiwn mewn amrywiaeth o leoliadau i gael dealltwriaeth fanylach o'r materion bwyd o amrywiaeth o safbwyntiau. Os ydych yn cynnal sawl sesiwn, yna efallai y byddai'n werth defnyddio sesiynau hwyrach i wirio rhai o'r canfyddiadau o'r sesiynau cynharach.

Mae'r enghraifft hon o sesiwn yn Lambeth yn cynnwys system godio sylfaenol i gasglu gwybodaeth am y bobl sy'n cymryd rhan yn y Mapio Bwyd Cymunedol. Mae hyn yn helpu i benderfynu a oes bylchau yn eich mapiau ac yn nodi grwpiau penodol y gallech fod am ganolbwyntio arny'n nhw mewn sesiynau dilynol. Er enghraifft, gall y codio ddangos nad ydych yn ymgysylltu â llawer o bobl ifanc neu â phobl o gymunedau ethnig penodol a gallai eich annog i gynnal sesiynau ychwanegol o fewn cymdogaethau neu leoliadau penodol. Mae codio yn ychwanegu cymhlethdod ychwanegol at y broses fapio ond yn cyfrannu at broses ymgynghori fwy cynhwysol a chadarn.

Offer:

Sgwariau 'post it', siartiau troi, beiros trwchus, dotiau gludiog a map mawr o'r ardal.

Beth i'w wneud:

- Paratowch y **Siart 4 Cwestiwn Allweddol** (gweler isod) – gall y rhain fod ar bapur siart droi – a'u gludo at ei gilydd ar hyd un wal os yn bosib. (Rydym wedi rhoi cwestiynau enghreifftiol isod yn seiliedig ar brofiad datblygu Strategaeth Fwyd Lambeth)
- Bydd angen i hwyluswyr (dau fel arfer yw'r nifer isaf, yn enwedig os mewn lleoliad prysur) fod wrth law i ymgysylltu â chyfranogwyr / esbonio'r broses ac arwain pobl drwy'r cwestiynau
- Byddwch yn barod i esbonio pwy ydych chi, beth rydych chi'n ei wneud a pham rydych chi'n ei wneud

C1. Pa mor hawdd yw hi i fwyta'n iach yn Lambeth?

Adnodd: Llinell Sbectrwm rhwng HAWDD IAWN a DDIM YN HAWDD O GWBL

- Gofynnwch i bobl roi croes ar y llinell i gynrychioli sut bydden nhw'n ymateb
- Gofynnwch iddyn nhw ychwanegu sylwadau ychwanegol ar y sgwariau 'post-it' wrth ymyl y groes gan esbonio pam

CYNGOR GWYCH:

Peidiwch â gofyn y cwestiwn iddyn nhw a pheidiwch â gofyn iddyn nhw a oes ganddyn nhw 5 munud (byddan nhw'n dweud na). Pwyntiwch at y cwestiwn a gofynnwch iddyn nhw:

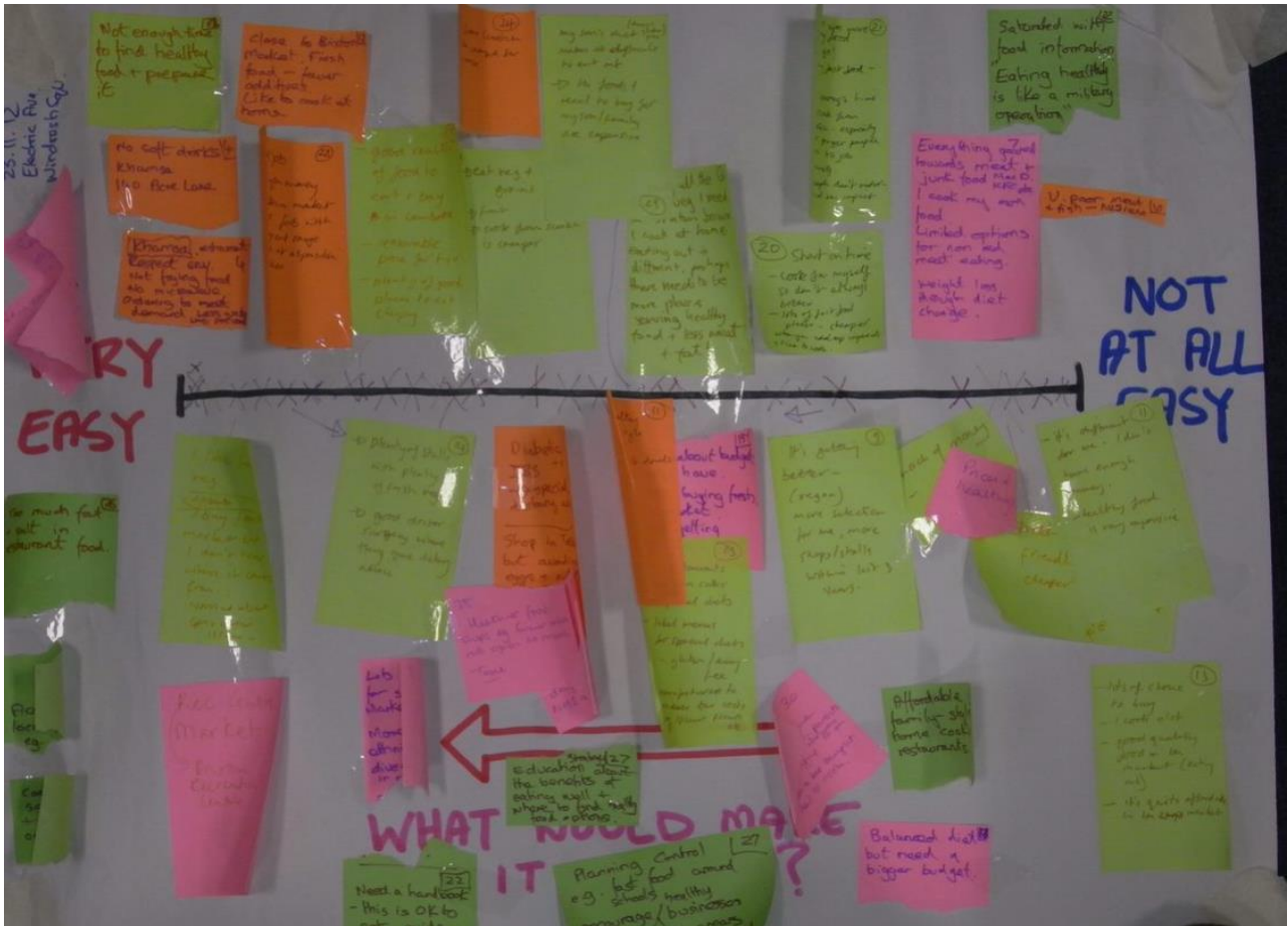
Sut byddech chi'n ateb y cwestiwn hwn?

Mae hyn yn eu hannog i stopio a darllen a meddwl.

Pan fyddan nhw'n ateb gofynnwch iddyn nhw roi croes ar y llinell – a bant â chi!

Cwestiynau cynorthwyol:

- Pam rydych chi wedi rhoi eich croes yno/pam rydych chi'n teimlo hynny?
- Pa ffactorau sy'n dylanwadu ar y ffordd rydych chi'n teimlo?
- Ydy hyn wedi newid ers (dyweder) 5 mlynedd? Os ydy, Pam?
- Beth fyddai'n ei gwneud hi'n haws i chi fwyta'n iach yn (e.e.) Lambeth?
- Beth fyddai angen ei newid?



Siart Llinell Sbectrwm o Lambeth sy'n dangos ymatebion i'r cwestiwn "Beth fyddai'n ei gwneud hi'n haws i chi fwyta'n iach yn Lambeth?"

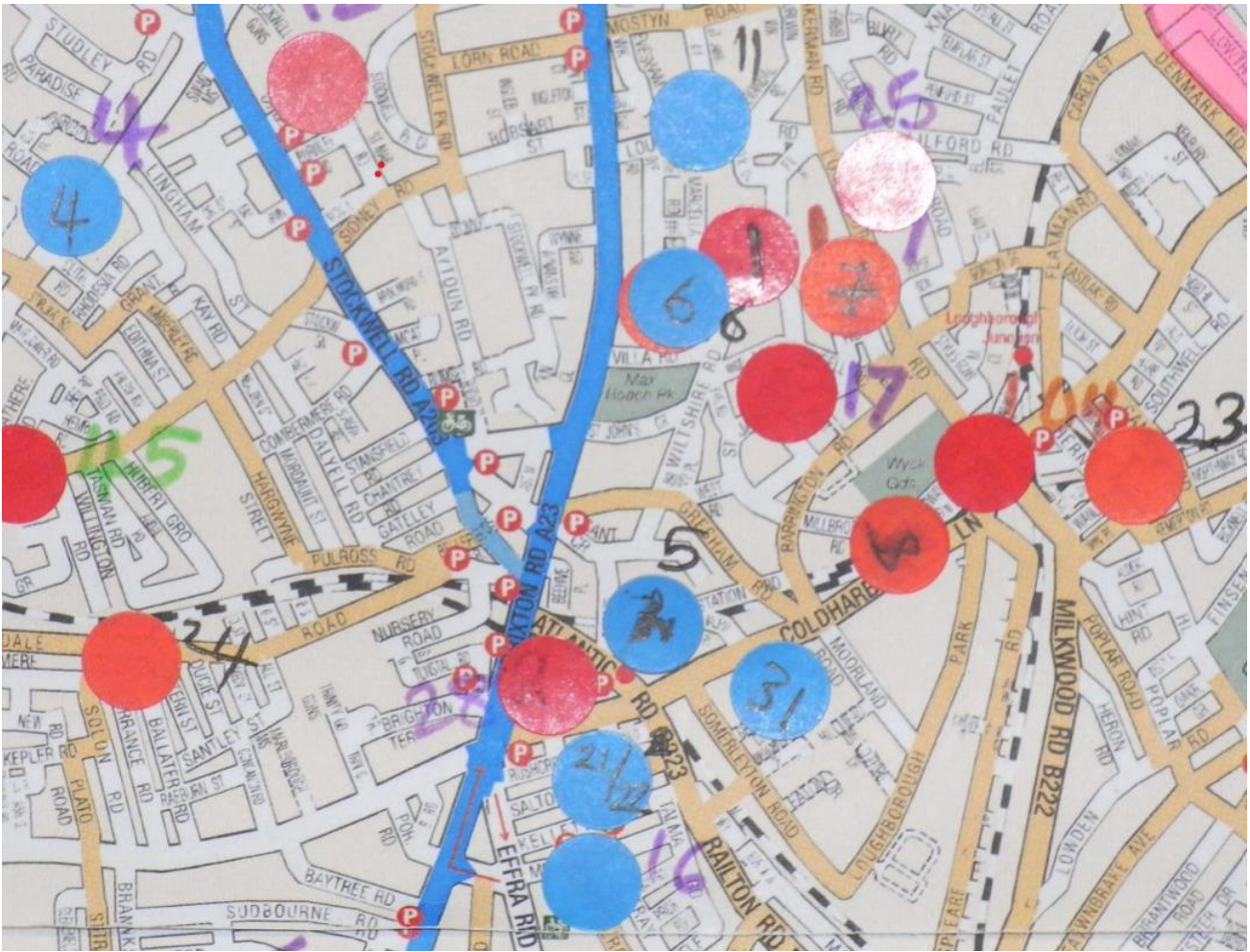
C2. Ar y map hwn, allech chi ddangos i ni lle rydych chi'n byw?

Adnodd: Map o Lambeth (Neu gallai fod yn gymdogaeth benodol)

- Nodwch yn fras ble rydych chi'n byw drwy roi dot gludiog (dynion GLAS, menywod COCH) ar y map.
- Rhwch rif unigryw i bob dot gludiog – bydd hyn yn cael ei ddefnyddio yn y gwaith codio pan fydd cyfranogwr wedi cwblhau'r cwestiynau.
- Ychwanegwch sylwadau ychwanegol ar y sgwariau 'post-it' wrth ymyl y dot neu sydd wedi'i gysylltu â llinell neu wedi'i ysgrifennu'n uniongyrchol ar y map
- Nodwch ac enwch safleoedd gwerthu bwyd a chysylltwch â dot gyda saeth.

Cwestiynau:

- Ble rydych chi'n gwneud eich prif siopa bwyd?
- Ble rydych chi'n gwneud eich siopa bwyd arbenigol?
- Ble rydych chi'n bwyta allan? (caffis, bwytai, tafarndai, stondinau bwyd)
- Sut rydych chi'n teimlo am y safleoedd bwyd lleol rydych chi'n eu defnyddio?



Copi o fap a ddefnyddiwyd wrth Fapio Bwyd Cymunedol yn Lambeth.

**C3. Beth rydych CHI'N ei feddwl?
Y 3 prif beth sy'n gwneud deiet iach yw**

Adnodd: Siart swigen feddwl

- Ysgrifennwch ymatebion ar sgwariau 'post-it'

Cwestiynau:

- Pam rydych chi'n credu hynny?
- A yw bwyta deiet iach yn bwysig i chi?
- Beth fyddai'n gwneud bwyta'n iach yn flaenoriaeth bwysicach i chi?
- Pa ffactorau eraill sy'n dylanwadu ar yr hyn rydych yn ei fwyta?



Siart 3 Peth Pwysicaf o Fapio Bwyd Cymunedol Lambeth

C4. Bwyd yn Lambeth? Beth yw'r Materion Llosg yn eich barn chi?

Adnodd: Siart Materion Llosg (Matsien)

- Ysgrifennwch ymatebion ar sgwariau 'post-it'

Cwestiynau:

- Beth yw'r pynciau llosg i'w trafod?
- Beth yw'r materion bwyd pwysicaf?
- Pam rydych chi'n credu hynny?
- Pam mae hyn yn bwysig i chi?
- Beth sydd angen digwydd i fynd i'r afael â'r mater hwn?
- Beth allwch chi ei wneud i helpu i fynd i'r afael â'r mater hwn?
- Beth sydd angen i eraill ei wneud (gyda chi neu i chi)?



Siart Pynciau Llosg o Fapio Bwyd Cymunedol Lambeth

Codio

- Cyn i bobl adael, eglurwch y byddai'n ddefnyddiol cofnodi rhywfaint o wybodaeth syml am y bobl rydym wedi bod yn ymgysylltu â nhw.
- Paratowch **Allwedd Codio**, ac ar gyfer pob un sy'n ymateb, cwblhewch **Tabl Codio**, gan ddechrau gyda'u rhif unigryw o'r map, a chyfeirio at yr allwedd codio.
- Gweler enghraifft o **Allwedd Codio** a'r **Tabl Codio** isod.

Allwedd Codio

Rhowch ddot ar y map.

DYN



MENYW



OEDRAN

Ym mha categori oedran rydych chi?

Rhif cod.

Ystod oedran mewn blynyddoedd

1

O dan 15

2

15-25

3

26-35

4

36-45

5

46-60

6

Dros 60

ETHNIGRWYDD

Pa categori sy'n disgrifio eich ethnigrwydd orau

AC

Affro-Caribiaidd

Aff

Affricanaidd

As

Asiaidd

Ts

Tsieineaidd

HG

Hil Gymysg

GP

Gwyn Prydeinig

GA

Gwyn Arall

A

Arall/Dim un o'r rhain

Sut fydddech CHI yn disgrifio eich ethnigrwydd

GALWEDIGAETH

M

Myfyriwr

M/RhA

Myfyriwr + cyflogedig rhan amser

RhA

Cyflogedig rhan amser

LIA

Cyflogedig llawn amser

D

Di-waith

Y

Ymddeol

A

Arall, disgrifiwch

Tabl Codio

RHIF UNIGRYW	COD POST	RHYWEDD D neu M	OED 1 i 6	ETHNIGRWYDD (gweler allwedd)	GALWEDIGAETH (gweler allwedd)	Hoffech chi gymryd mwy o ran wrth fynd i'r afael â materion bwyd Lambeth? HOFFWN neu NA a SUT.	Sylwadau eraill a gwybodaeth gyswllt os yn briodol.

Adroddiad Mapio Bwyd Cymunedol

Ar ôl cynnal sawl sesiwn mapio bwyd cymunedol mewn nifer o leoliadau ar draws y gymdogaeth, mae'n bwysig casglu'r data a'r wybodaeth a gasglwyd. Unwaith y bydd wedi'i ddadansoddi, gellir defnyddio'r data hwn i helpu i lunio'r blaenoriaethau ar gyfer y strategaeth fwyd. Mae adroddiad yn ffordd dda o gyflwyno beth sydd wedi'i ddysgu a gall gyfrannu at y dystiolaeth o angen.

Ar gyfer pob **Cwestiwn Allweddol** a ofynnir yn yr ymarfer mapio bwyd cymunedol, defnyddiwch ganfyddiadau'r penawdau.

- Chwiliwch am bethau cyffredin rhwng yr ymatebion a thynnwch sylw at faterion allweddol.
- Rhowch ganrannau o gyfranogwyr e.e. % yr ymatebwyr a oedd yn cytuno bod
- Cynnwys canlyniadau'r broses godio drwy adrodd ar oedran, ethnigrwydd, rhywedd, etc.
- Dylech gynnwys map sy'n dangos lleoliad y sesiynau yn ogystal ag o ble y daeth y cyfranogwyr.
- Ac os yn bosib, ceisiwch gynnwys ambell lun o'r tîm Mapio Bwyd Cymunedol wrth eu gwaith yn ogystal â ffotograffau o'r siartiau gorffenedig.