PIRC
PUBLIC INTEREST RESEARCH CENTRE

Gwell Cysylltiadau Busnes Organig
BOBL
Better Organic Business Links

GWERTHOEDD BWYD

MEHEFIN 2015

Anthony Pugh

Cronfa Amaethyddol Ewrop ar gyfer Datblygu Gwledig: Ewrop yn Buddsoddi mewn Ardaloedd Gwledig
The European Agricultural Fund for Rural Development: Europe investing in Rural Areas

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

PRIFYSGOL ABERYSTWYTH UNIVERSITY

Mae prosiect Gwerthoedd Bwyd wedi cael ei redeg gan Jane Powell o Ganolfan Organig Cymru (COC) a Dr Sophie Wynne-Jones (Adran Daearyddiaeth a Gwyddorau Daear, Prifysgol Aberystwyth), gan weithio gyda Rebecca Sanderson ac Alice Hooker-Stroud o Public Interest Research Centre a Sam Packer er mwyn gwerthuso a chyfathrebu canfyddiadau.

Mae Public Interest Research Centre yn cael ei ysbrydoli gan gorff o waith o'r enw Common Cause, sy'n ceisio defnyddio dealltwriaeth o werthoedd i strategaethau ar gyfer ysbrydoli newid cymdeithasol. Dechreuodd Common Cause o fewn WWF-UK, yn gweithio mewn cydweithrediad â sawl un o elusennau eraill yn y DU. Cyhoeddwyd 'Common Cause: The Case for Working with our Cultural Values' yn 2010 ac mae ar gael yn **www.valuesandframes.org**, ynghyd â llawer o gyhoeddiadau cysylltiedig eraill.

Mae cyflawni'r digwyddiadau addysg bwyd a'r gwerthusiadau dilynol wedi cynnwys amrywiaeth o bartneriaid yn ogystal, yn cynnwys **Prifysgol Bangor, Age Cymru, Coleg Castell-nedd Port Talbot, Cwm Harry, Ymddiriedolaeth Bwyd a Thir y Canolbarth, Cyngor Bwyd Caerdydd, yr Eglwys yng Nghymru,** ***Work with Meaning*****, This is Rubbish a Rachel Lilley.**

Mae 'Gwerthoedd Bwyd' yn cael ei gyllido drwy brosiect Gwell Cysylltiadau Busnes Organig (GCBO) COC, sy'n fenter chwe blynedd wedi'i gynllunio i gefnogi'r cynhyrchydd cynradd yng Nghymru a thyfu'r farchnad ar gyfer cynnyrch organig o Gymru mewn ffordd gynaliadwy. Nod GCBO yw datblygu marchnadoedd ar gyfer cynnyrch organig wrth sbarduno arloesedd a hyrwyddo ymddygiadau cynaliadwy ar bob lefel yn y gadwyn gyflenwi; cynyddu'r galw am gynnyrch organig, yn arbennig yn y farchnad gartref; a sicrhau bod y cynhyrchwyr cynradd yn ymwybodol o ofynion y farchnad. Mae wedi gweithio'n eang gydag ysgolion a chymunedau, er mwyn datblygu diwylliant bwyd yng Nghymru.

Mae GCBO wedi'i gyllido o dan **Gynllun Datblygu Gwledig Cymru 2007-2013,** sydd yn ei dro wedi'i gyllido gan **Lywodraeth Cymru a Chronfa Amaethyddol Ewrop ar gyfer Datblygu Gwledig.**

Cynnwys

Cyflwyniad 1

Y Fframwaith Gwerthoedd 3

Yr Astudiaethau Achos 9

Sgyrsiau Cyffredin 13

Gwersi a Ddysgwyd 15

Cyngor ar gyfer Addysgwyr 17

Gwerthuso'r Polisi 19

Y Camau Nesaf 23

Y Cyflwyniad

Beth mae bwyd yn ei olygu i bobl? A yw'n danwydd ar gyfer y peiriant, yn eitem ffasiwn, nwydd i'w allforio, temtasiwn chwantus, cyfrwng ar gyfer diwylliant a dathliad, bathodyn hunaniaeth crefyddol a gwleidyddol neu gysylltiad hanfodol gyda'r byd naturiol? Gall fod yn rhain i gyd a mwy, a bydd y straeon y mae pobl yn eu hadrodd am fwyd gyda chanlyniadau nid yn unig ar gyfer beth y mae unigolion yn ddewis i fwyta, ond yn y pen draw, strwythur y system fwyd mewn cymdeithas. Mae'r straeon hyn yn adlewyrchu gwerthoedd sydd yn cael eu dal yn ddwfn, hynny yw egwyddorion arweiniol, sy'n dylanwadu ar yr agweddau sydd gan bobl a sut y mae pobl yn ymddwyn.

Mae diogelwch bwyd a chynaliadwyedd yn heriau allweddol ar gyfer y genhedlaeth hon. Tra bod ymchwil yn mynd ymlaen yn gyflym i ddimensiynau technegol cynhyrchiant amaethyddol, mae llai o sylw wedi cael ei roi i'r cwestiynau cymdeithasol ynghylch sut mae bwyd yn cael ei gynhyrchu a'i fwyta. Ar yr un pryd, mae pryderon dros wastraff bwyd, lles a thlodi wedi ennill fwyfwy o ddylanwad. Drwy'r holl faterion hyn, mae canolbwyntio ar werthoedd hunaniaeth ac emosiwn yn hanfodol er mwyn sicrhau bod cyfathrebu a llywodraethu effeithiol yn gallu cael eu symud ymlaen.

Mae prosiect 'Gwerthoedd Bwyd' wedi ymdrin â hyn yn uniongyrchol, gan anelu at ailfeddwl am y ffordd y mae addysg fwyd yn cael ei chyflawni drwy archwilio pwysigrwydd gwerthoedd fel canolbwynt newid cymdeithasol blaengar.

Cafodd y prosiect ei ysbrydoli o adroddiad Common Cause (gweler darllen pellach, tud. 23) a datblygiadau ehangach mewn dysgu seiliedig ar werthoedd drwy'r sectorau addysg a chyfathrebu. Mae wedi rhedeg fel rhaglen o ymchwil gweithredol am flwyddyn, yn cynnwys digwyddiadau addysg fwyd mewn cylch dysgu gyda seminarau academaidd wedi'u cynllunio i werthuso a darparu gwybodaeth ar gyfer y dull. Cafodd digwyddiadau eu harwain gan y partneriaid i gefnogi prosiectau lleol hir sefydledig mewn gwahanol ardaloedd drwy Gymru, ac o ganlyniad roedden nhw wedi'u cynllunio'n amrywiol.

Cynlluniwyd yr adroddiad hwn er mwyn darparu pwyntiau defnyddiol i addysgwyr, arweinwyr cymunedau a gwneuthurwyr polisïau, a chyfrannu tuag at adeiladu'r Gymru y byddem ni – fel cymuned o addysgwyr ac ymarferwyr bwyd – yn hoffi ei gweld.

Anthony Pugh

Cefndir

Er bod y prosiect wedi'i arwain gan Ganolfan Organig Cymru (COC), nid yw'n canolbwyntio ar fwydydd organig yn unig. Yn lle hynny, dechreuodd y prosiect o'r persbectif bod ffocws ar y sector organig yn unig yn wrthgynhyrchiol i'r heriau sy'n cael eu hwynebu, ac felly wedi'i anelu at ymdrin â'r darlun mwy o gyfathrebu a chynaliadwyedd bwyd. Symbyliad pellach oedd cydnabod sylfaen eang egwyddorion organig: iechyd, ecoleg, tegwch a gofal. Mae COC yn credu bod dull eang yn hanfodol os yw'r system fwyd am gael ei gweld fel cyfanwaith ac er mwyn sicrhau ei fod yn cyflawni deiet maethlon i bawb, yn awr ac yn y dyfodol. Roedd COC, felly, yn awyddus i archwilio dulliau addysgol a fyddai'n adlewyrchu a'u helpu i ddatblygu'r meddylfryd hwn.

Yn ychwanegol, roedd y prosiect yn adeiladu ar ddigwyddiadau blaenorol COC a oedd wedi pwysleisio dull profiadol tuag at ddysgu. Roedd y rhain mewn fformat o drafodaethau hyrwyddedig dros bryd o fwyd, gan ddod ag actorion ynghyd drwy gadwyni cyflenwi bwyd – er enghraifft ffermwyr, proseswyr a chogyddion – er mwyn annog ymgysylltiad gyda materion bwyd a hyrwyddo cydweithredu a ffyrdd o feddwl newydd. Bwriadwyd i brosiect 'Gwerthoedd Bwyd' gynyddu'r sail resymegol addysgol y tu ôl i'r gwaith hwn, yn ymgysylltu â'r meddwl sy'n ymddangos ar werthoedd a newid ymddygiad i ddarparu gwybodaeth ar gyfer y dulliau a ddefnyddir.

Yn ehangach, bwriadwyd 'Gwerthoedd Bwyd' i hyrwyddo cydweithredu yn y gadwyn fwyd, gan ddod â phartneriaid gyda'i gilydd i fyfyrio ar yr ethos y maen nhw'n ei rhannu ac archwilio safbwyntiau a all eu rhannu nhw. Ar hyn o bryd, mae'r sector bwyd yn cynnwys grwpiau amlwg gyda nodweddion gwahanol iawn, er enghraifft gallai rhywun gymharu'r diwydiant cig coch sydd wedi'i gyfeirio at allforio gyda'r mudiad tyfu cymunedol. Bydd angen i bolisi bwyd effeithiol gynnwys yr holl safbwyntiau hyn, a darganfod cysylltiad rhyngddyn nhw, edrych am synergeddau a phosibiliadau newydd. Mae'r prosiect 'Gwerthoedd Bwyd' yn gosod y sylfaen ar gyfer hyn drwy ystyried sut y mae gwerthoedd yn cysylltu materion. Yn ogystal, mae'r prosiect yn ymdrin â'r angen am weithio traws-sector pellach o fewn y llywodraeth, o gofio bod bwyd yn cynnwys amrediad mor eang o grwpiau diddordeb ac adrannau.

Nodau'r prosiect

Mae'r prosiect yn ymdrin â'r cwestiynau canlynol:

1. Sut y gall gwerthoedd ddarparu gwybodaeth ar gyfer cyflawni digwyddiadau addysg fwyd llwyddiannus?
   - Sut y mae 'dull gwerthoedd' yn wahanol i fodelau eraill o addysg?
   - Sut y mae pobl yn ymateb i'r dull gwerthoedd mewn digwyddiadau bwyd?
2. Beth yw goblygiadau dull gwerthoedd ar gyfer y system fwyd ehangach?
3. Sut y mae polisi bwyd presennol Llywodraeth Cymru yn ymgysylltu â gwerthoedd ac yn eu hadlewyrchu?

Ymdrinnir â'r rhain yn yr adroddiad byr canlynol, sy'n cynnwys:

- synthesis o'r fframwaith gwerthoedd;
- trosolwg o ddigwyddiadau addysg yr astudiaethau achos;
- gwersi a ddysgwyd drwy'r astudiaethau achos (yn ymdrin â chwestiynau 1 a 2), yn cynnwys cyngor ar gyfer addysgwyr;
- gwerthuso polisi (yn ymdrin â chwestiwn 3);
- y camau nesaf.

Mae adroddiad hirach ar gael yn ogystal, sy'n darparu manylion pellach ar ddigwyddiadau addysg yr astudiaethau achos a fframwaith a gwerthusiad estynedig, gyda chyfeiriadau cefnogol llawn. Gweler **https://foodvaluesblog.wordpress.com/**

Y Fframwaith Gwerthoedd

Mae gwerthoedd yn nodwedd sylfaenol ac anostwng o fywyd pob dydd sy'n siapio sut y mae pobl yn ymddwyn ac yn teimlo. Ceir ymchwil sylweddol o seicoleg gymdeithasol a disgyblaethau eraill sy'n esbonio sut y mae gwerthoedd yn gweithio, a sut y maen nhw'n cael eu mynegi mewn ymddygiad unigol a strwythurau cymdeithasol.

Mae'r syniad bod pobl yn fodau rhesymol sydd angen gwybodaeth yn unig i'w galluogi nhw i wneud y dewisiadau cywir yn ddiffygiol. Bydd unrhyw un sydd wedi ceisio colli pwysau yn gwybod nad yw'n ddigon cael gwybod faint o galorïau sydd yn eu bwyd. Mae pobl yn gwneud penderfyniadau yn seiliedig ar ryngweithio cymhleth rhwng gwerthoedd, credoau, hunaniaethau personol, normau cymdeithasol, cyflyrau emosiynol a phwysau amgylcheddol.

Y ddealltwriaeth hon o'r natur ddynol sy'n gynyddol ddarparu gwybodaeth ar gyfer meysydd ymchwil 'newid ymddygiad' a 'newid cymdeithasol'. Tra bod y meysydd hyn yn aml yn gorgyffwrdd ac yn cyfrannu'r naill at y llall, gellir disgrifio eu prif wahaniaeth yn eithaf syml. Mewn modelau newid ymddygiad, yr unigolyn sy'n tueddu i fod yr uned o newid. Mae modelau newid cymdeithasol yn edrych ar drawsnewid yn strwythur ac ymarferion cymdeithas, ac maen nhw'n tueddu i ganolbwyntio ar y gymuned (neu'r gymdeithas) fel lleoliad y newid.

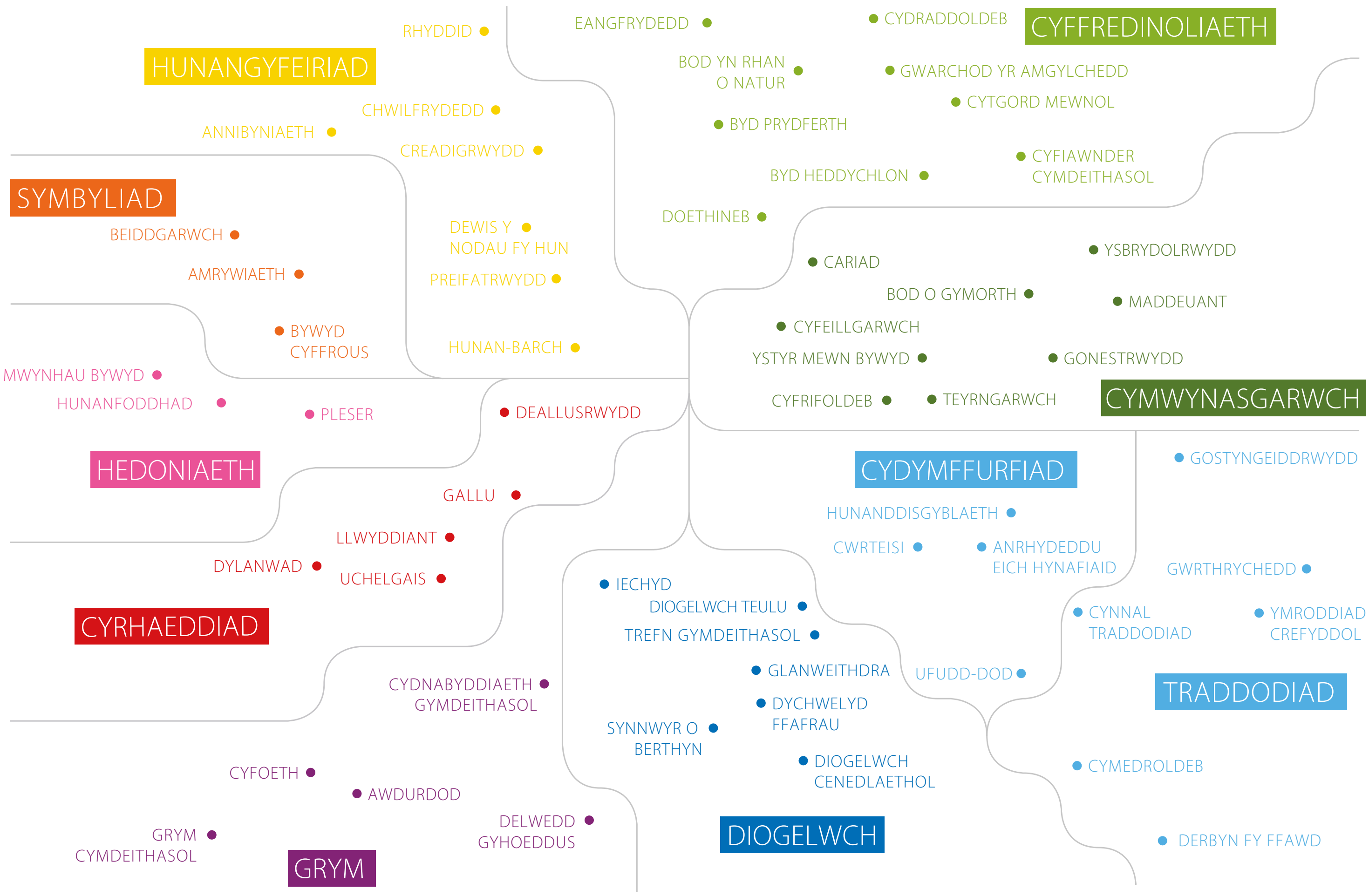
Er mwyn sefydlu hwn mewn rhai enghreifftiau: mae meddwl newid ymddygiad wedi darparu gwybodaeth i raglenni'r llywodraeth megis Hoffi Bwyd Casáu Gwastraff a Newid am Oes, sy'n defnyddio technegau cynnil er mwyn llywio pobl tuag at ddewisiadau deiet neu ymarfer gwell. Mae meddwl newid cymdeithasol yn amlwg yn yr asiantaeth ddatblygiadol elusennol Tearfund, sy'n darparu cymorth gyda thrychinebau, ac sydd yn ddiweddar wedi newid i ganolbwyntio ei waith eirioli ar y system economaidd anghynaliadwy fel achos gwreiddiol trychineb.

Mae Common Cause yn ddull sy'n tynnu sylw at bwysigrwydd gwerthoedd mewn newid cymdeithasol. Dull newid cymdeithasol ydyw oherwydd ei fod yn ymateb i'r problemau ehangach mewn cymdeithas (p'un ai yw'n newid yn yr hinsawdd, newyn, tlodi, camddefnyddio hawliau dynol), ac mae'n ceisio deall gwerthoedd ac ymddygiad unigol yng nghyd-destun y cyfanwaith mawr.

Mae pum egwyddor allweddol a dynnwyd o gorff mawr o ymchwil seicolegol yn darparu gwybodaeth ynghylch y ddealltwriaeth o werthoedd a'u defnydd yn y dull Common Cause i newid cymdeithasol:

1. **Mae pawb yn rhannu gwerthoedd.** Mae'r gwerthoedd hyn yn gyffredin drwy'r byd, pa oed, rhyw neu ddiwylliant bynnag, ond mae pobl yn gwahaniaethu mewn pa mor bwysig y maen nhw'n ystyried ydi pob gwerth.
2. **Mae gwerthoedd yn bwysig.** Maen nhw'n siapio hunaniaethau pobl, arferion pleidleisio, patrymau gwario, llwybrau gyrfa, rhagfarn tuag eraill; a phryder amgylcheddol.
3. **Gellir ymgysylltu â gwerthoedd** drwy iaith a phrofiad. Gall ymgysylltu â gwerth ei wneud i ymddangos yn bwysicach dros dro, siapio sut y gallai rhywun ymateb i sefyllfa arbennig.
4. **Mae cymdeithas yn siapio gwerthoedd** drwy atgyfnerthu negeseuon arbennig yn barhaus – mewn ysgolion, y cyfryngau, sefydliadau cyhoeddus a mannau eraill. Nid yw gwerthoedd yn hollol bendant; maen nhw'n yn fwy tebyg i gyhyrau, yn tyfu'n gryfach, y mwyaf y maen nhw'n cael eu defnyddio.
5. **Mae gwerthoedd yn cysylltu materion** – yn siapio agweddau ac ymddygiadau ar bopeth o fwyd i dlodi, anghydraddoldeb a newid yn yr hinsawdd.

Dengys y map isod yr amrediad eang o werthoedd y mae'r rhan fwyaf o bobl yn eu rhannu, lle bynnag y maen nhw'n byw a pha iaith bynnag y maen nhw'n ei siarad. Mae'r map yn cynrychioli yn ofodol pa mor debyg neu pha mor wahanol yw'r gwerthoedd. Mae'r gwerthoedd sy'n agos at ei gilydd ar y map (fel Cydraddoldeb ac Eangfrydedd) yn debygol o gael eu dal yn gryf ar yr un pryd, tra nad yw gwerthoedd sy'n bell oddi wrth ei gilydd felly (fel Cydraddoldeb a Grym). Gellir trefnu'r map hwn i ddeg grŵp o werthoedd, fel y dangosir isod. Mae dal yn gryf neu ymgysylltu ag un gyfres o



CYFFREDINOLIAETH
DEALLTWRIAETH, GWERTHFAWROGIAD, GODDEFGARWCH a GWARCHOD AR GYFER LLES YR HOLL BOBL A NATUR.

CYMWYNASGARWCH
GWARCHOD A GWELLA LLES POBL Y MAE RHYWUN MEWN CYSYLLTIAD PERSONOL AML Â NHW.

TRADDODIAD
PARCH, YMRWYMIAD A DERBYN YR ARFERION A'R SYNIADAU Y MAE DIWYLLIANT NEU GREFYDD DRADDODIADOL YN EU DARPARU I'R HUNAN.

CYDYMFFURFIAETH
FFRWYNO GWEITHREDOEDD, TUEDDIADAU AC YSGOGIADAU SY'N DEBYGOL O DRAMGWYDDO NEU NIWEIDIO ERAILL A THROSEDDU YN ERBYN DISGWYLIADAU NEU NORMAU CYMDEITHASOL.

DIOGELWCH
BOD YN DDIOGEL, CYTGORD A SEFYDLOGRWYDD CYMDEITHAS, PERTHNASAU A'R HUNAN

GRYM
STATWS A BRI CYMDEITHASOL. RHEOLAETH NEU ORUCHAFIAETH DROS BOBL AC ADNODDAU.

CYRHAEDDIAD
LLWYDDIANT PERSONOL DRWY DDANGOS MEDRUSRWYDD YN UNOL Â SAFONAU CYMDEITHASOL.

HEDONIAETH
PLESER A BODDHAD SYNHWYROL I'R HUNAN.

YSGOGIAD
CYFFRO, NEWYDDBETH A HER MEWN BYWYD.

HUNANGYFEIRIAD
MEDDWL A GWEITHREDU ANNIBYNNOL – DEWIS, CREU, ARCHWILIO.

werthoedd yn agos at ei gilydd yn tanseilio'r gwerthoedd ar yr ochr arall i'r map, ffenomenon sy'n cael ei galw'r Effaith Si-So: wrth i un fynd i fyny, mae'r llall yn mynd i lawr. Er enghraifft, mae ymgysylltu â Grym a Chyfoeth yn dibrisio Cyffredinoliaeth a Chymwynasgarwch.

Mae ymchwil eang wedi datgelu bod Cymwynasgarwch, Cyffredinoliaeth a Hunangyfeiriad yn tueddu i gyd-fynd â mwy o bryder a gweithredu ar achosion cymdeithasol ac amgylcheddol. Gall y gwerthoedd hyn gael eu nodweddu fel symbylu tosturi tuag eich gilydd, natur ac ein hunain.

Mae Cymwynasgarwch, Cyffredinoliaeth a Hunangyfeiriad yn gwneud pobl yn fwy tebygol i gefnogi hawliau dynol; cydweithredu yn hytrach na chystadlu gydag eraill; a dangos llai o ragfarn hiliol a rhagfarn ar sail rhyw. Yn ogystal, maen nhw'n gwneud pobl yn fwy pryderus ynghylch effeithiau ar yr amgylchedd; mwy pryderus am eraill yn awr, ac ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol; ac maen nhw'n cymell pobl i gyfrannu a gwirfoddoli mwy dros elusennau ac ymgyrchoedd.

Gwerthoedd sy'n cysylltu unigolion, y gymdeithas, sefydliadau a materion

Gellir deall dewisiadau unigol, gweithredu ar lefel y gymuned, a fframweithiau cymdeithasol a sefydliadol i gyd drwy'r un model gwerthoedd.

Er mwyn deall ymddygiad unigolyn yn llawn, dylid ystyried y canlynol:

- ffactorau seicolegol mewnol – mae'n hawdd i bobl ddewis bwyd llysieuol os yw hyn yn cyd-fynd â'u harferion siopa a'u hunaniaeth, er enghraifft;
- normau a dealltwriaethau cyfunol – mae ailgylchu gwastraff yn awr wedi dod yn beth 'arferol' i'w wneud, er enghraifft;
- sefydliadau a strwythurau cymdeithasol sy'n llunio'r normau hyn – ni all pobl ysmygu y tu mewn i dafarndai heb dorri'r gyfraith y dyddiau hyn.

Gall polisïau a sefydliadau gael eu siapio gan werthoedd unigolion (drwy ddinasyddion), ond maen nhw'n ogystal yn diffinio ac yn atgyfnerthu syniadau o beth y mae dinasyddion a chymdeithasau yn ystyried 'yn bosibl, yn ddymunol ac yn arferol': gelwir y broses hon yn 'adborth polisi'. Bydd Gwasanaeth Iechyd Gwladol, er enghraifft, yn seiliedig ar gydraddoldeb a gofal i bawb, yn cryfhau'r gwerthoedd hynny dros amser yn ogystal, drwy brofiadau'r rhai hynny sy'n defnyddio'r gwasanaeth.

Mae gwerthoedd yn ogystal yn cysylltu materion. Bydd polisi iechyd yn seiliedig ar gydraddoldeb a gofal i bawb nid yn unig yn effeithio ar werthoedd unigolion o safbwynt materion iechyd, ond bydd yn effeithio ar sut maent yn pwysleisio cydraddoldeb a gofal dros eraill wrth drafod materion eraill, megis yr amgylchedd

neu addysg. Darganfu un prosiect ymchwil a oedd yn cymharu gwerthoedd drwy 20 o wledydd gwahanol bod cysylltiadau cryf rhwng gwerthoedd ar lefel genedlaethol ac allyriadau CO_2, cyfnod mamolaeth, lles plant a faint o hysbysebu wedi'i anelu at blant. Ar ôl rheoli ar gyfer cynnyrch domestig gros, roedd gan wledydd a oedd yn rhoi mwy o bwysigrwydd i Rym a Chyfoeth allyriadau uwch, cyfnod mamolaeth byrrach, lles plant is a mwy o hysbysebu'r funud ar deledu masnachol i blant.

Gwerthoedd a bwyd

Ymddygiad unigol

Mae ymchwil mewn seicoleg gymdeithasol yn awgrymu nifer o gysylltiadau cryf rhwng gwerthoedd a bwyd. Mae gan bobl gyda gwerthoedd Cyffredinoliaeth cryfach (sy'n golygu eu bod yn arbennig o bryderus ynghylch lles yr holl bobl a'r amgylchedd) yn tueddu i:

1. wneud dewisiadau bwyd mwy cynaliadwy - efallai eu bod yn llysieuwyr, yn bwyta llai o gig neu'n dewis cig maes neu gynnyrch organig;
2. dangos mwy o werthfawrogiad am iechyd ac ansawdd dros gyfleustra neu brydau microdon ac osgoi cynnyrch sydd wedi'u haddasu'n enetig;
3. ystyried y wlad lle tarddodd; boicotio manwerthwyr na ellir ymddiried ynddyn nhw; osgoi pecynnu gormodol, ac ystyried a ellir ailgylchu'r pecynnau.

Mae gwerthoedd Grym yn arbennig yn dueddol o ysgogi agweddau a chamau gweithredu gwrthwynebol, Er gall arian (neu amser) atal dewis, bydd gan yr amgylchedd cymdeithasol ehangach effaith yn ogystal. Yn arbennig felly, mae cyfeillion a theulu - yn y cartref, mewn ysgolion ac mewn cymunedau lleol - yn helpu ffurfio gwybodaeth, arferion a gwerthoedd pobl.

Er bod pobl yn graddio Cymwynasgarwch, Cyffredinoliaeth a Hunangyfeiriad yn gyson fel y gwerthoedd pwysicaf, mae bwlch yn aml rhwng beth y mae pobl yn gofidio amdano a beth y gall pobl ei fynegi. Os ydym ni – fel cymuned o addysgwyr ac ymarferwyr bwyd – am fyw mewn cymdeithas sy'n byw yn wirioneddol drwy'r gwerthoedd hyn, nid yw'n ddigon inni feddwl eu bod yn bwysig yn haniaethol. Rydym angen eu cysylltu yn ymwybodol â'n gwaith, gan ei gwneud yn berthnasol i'r achosion yr ydym yn gofidio amdanyn nhw ac yn tynnu'r rhwystrau sy'n atal pobl rhag eu mynegi yn weithredol.

Fframio bwyd

Ambell waith, mae gwerthoedd yn haws i'w deall pan maen nhw'n cael eu hystyried mewn cysylltiad â fframiau, neu straeon. Casgliad o gysylltiadau yw ffrâm (syniadau, atgofion, emosiynau a gwerthoedd) sy'n cyd-fynd â chysyniad penodol. Mae'r fframiau yn bodoli yn ein pennau, ond maen nhw'n chwarae rhan bwysig wrth ein helpu i wneud synnwyr o'r byd.

Mae'r ffordd y mae bwyd yn cael ei fframio yn gallu ymgysylltu â gwerthoedd gwahanol. Yn aml, mae fframio bwyd fel nwydd neu gynnyrch yn apelio at werthoedd Cyrhaeddiad a Grym, er enghraifft, tra bod ei fframio fel hawl ddynol yn gwneud y cysylltiad gyda Chydraddoldeb a Chyfiawnder Cymdeithasol (gwerthoedd Cyffredinoliaeth) a'i fframio fel canolbwynt ar gyfer amseroedd prydau ar y cyd ac mae cysylltiad dynol yn apelio at werthoedd Cymwynasgarwch.

Gall fframiau fod yn bwerus, oherwydd trwy cael eu hailadrodd dros amser, gallan nhw gryfhau'r pwysigrwydd canfyddedig o rai gwerthoedd, a gwanhau pwysigrwydd eraill (gweler yr 'effaith Si-So' uchod). Er enghraifft, gall ymgyrchoedd sy'n gysylltiedig â bwyd organig gydag enwogion atgyfnerthu pryderon ynghylch statws a chyfoeth (ymgysylltu â gwerthoedd Grym), ac ar yr un pryd maen nhw'n erydu'r pryder ar gyfer gwerthoedd Cyffredinoliaeth (sy'n wrthwynebol i Rym).

Wrth gyfathrebu ynghylch bwyd, mae'n bwysig atgyfnerthu gwerthoedd sy'n alinio gyda nodau terfynol y prosiect. Os mai'r nod terfynol yw system fwyd gynaliadwy a theg, yna bydd ffrâm sy'n apelio at werthoedd Cyffredinoliaeth a Chymwynasgarwch wedi'i alinio fwyaf ac, yn yr hirdymor, yr un fwyaf effeithiol.

Y darlun mwy

Oherwydd bod gwerthoedd yn cysylltu materion, ceir rhai achosion cymdeithasol eang sydd o ddiddordeb i bawb sy'n gweithio tuag at system fwyd fwy cynaliadwy a theg. Tra bod materion sengl megis gwastraff yn bwysig, mae'n rhaid mynd atyn nhw gyda golwg ar y darlun mwy. Ceir nifer o 'Achosion Cyffredin' sy'n helpu materion cysylltiedig â bwyd yn anuniongyrchol drwy hyrwyddo gwerthoedd Cyffredinoliaeth, Cymwynasgarwch a Hunangyfeiriad mewn cymdeithas:

1. **Gwrthwynebu anghydraddoldeb,** drwy ail-fframio a diwygio lles, drwy gyfleoedd cyfartal yn system ysgol y wladwriaeth, drwy ddilyn cynrychiolaeth rhyw, rhywiol a hiliol yn weithredol yn y gweithle, neu sawl ffordd eraill.
2. **Lleihau hysbysebu masnachol,** o bosib drwy gefnogi galwadau i wahardd hysbysebu i blant ifanc.
3. **Cynyddu'r cysylltiad â natur** mewn plant ac oedolion, drwy wella addysg yn yr awyr agored, mynediad at fannau gwyrdd a mesurau eraill.

4. **Lleihau oriau gwaith,** er enghraifft drwy ddewis y Gyfarwyddeb Oriau Gwaith, drwy orfodi cyflogwyr i gynnig wythnos waith pedwar diwrnod i weithwyr a chefnogi cyflog byw.

Mae'r ymyriadau hyn yn debygol o leihau'r pwysigrwydd diwylliannol sy'n cael ei roi ar werthoedd Grym a Chyfoeth, ac felly yn ein helpu i arwain y ffordd ar gyfer cymdeithas fwy cynaliadwy, democrataidd a theg.

Addysg bwyd seiliedig ar werthoedd

Gall addysg bwyd annog gwerthoedd Cyffredinoliaeth, Cymwynasgarwch a Hunangyfeiriad drwy ddysgu gweithredol, myfyrdod ystyriol a chydgefnogaeth gymunedol.

Mae dull gwerthoedd tuag at addysg fwyd yn golygu bod pobl yn:

1. **Cysylltu'r dotiau** drwy osod bwyd fel mater sy'n gydgysylltiedig gyda llu o achosion cymdeithasol ac amgylcheddol. Mae hyn yn golygu ystyried effaith ehangach y prosiect, ac nid edrych yn unig ar y 'wybodaeth a ddysgwyd', ond y cysylltiadau cymdeithasol, neu'r ymglymiad cymunedol a gafodd ei ysbrydoli o ganlyniad. Wrth gynllunio'r prosiect, gall pobl ddechrau drwy ofyn pa werthoedd sydd y tu ôl i'r canlyniadau a ddymunir, a chynllunio digwyddiad yn seiliedig ar y rhain, gan geisio deall y ffyrdd niferus y mae'r materion wedi cael eu cysylltu.
2. **Cyd-greu prosiectau** gyda'r bobl y maen nhw'n effeithio. Mae mewnbwn gweithredol, creadigol gan gyfranogwyr yn allbwn gwerthfawr: mae'n debygol o ymgysylltu gwerthoedd Cyffredinoliaeth, Cymwynasgarwch a Hunangyfeiriad, gan ei fod yn fodel o agwedd gydweithredol ac ymrymusol a ellir ei drosglwyddo ar draws sefyllfaoedd eraill.
3. **Edrych i mewn yn ogystal ag allan** ar y gwerthoedd mae sefydliadau yn eu hyrwyddo'n fewnol, sut y maent yn penderfynu pethau, a sut y maent yn cefnogi pobl. Y gwerthoedd sydd wedi cael eu hannog mewn sefydliad yw'r gwerthoedd sydd fwyaf tebygol o arwain eu penderfyniadau
4. **Mesur yr hyn sy'n bwysig.** Gall canolbwyntio'n ormodol ar ganlyniadau mesuradwy sengl (fel mabwysiadu ymddygiadau unigol o gwmpas bwyd), olygu esgeuluso'r pethau sy'n fwy anodd eu mesur (megis cysylltiadau cymdeithasol), neu nad ydyn nhw wedi cael eu hystyried yn berthnasol yn arferol (megis strwythur mewnol y tîm gwaith). Mae ymbalfalu ychydig mwy i natur yr ymgysylltiad gwerthoedd yn golygu gofyn, er enghraifft, pa mor ddwfn y mae pobl wedi'u cynnwys? Gall ynni gael ei ddefnyddio'n well efallai drwy ymestyn at ychydig o bobl ar lefel ddofn, er enghraifft, yn hytrach na cheisio cael niferoedd mawr o gyfranogwyr sydd wedi'u cynnwys yn oddefol ac yn fas.

Mae bod yn ymwybodol o werthoedd yn golygu ystyried:

- **Y gwerthoedd sy'n dod gyda phobl:** ystyried cynllun ymwybodol y digwyddiad, a beth sy'n ysgogi pobl i gymryd rhan. Efallai bod gan drefnwyr yr ysgogiad i greu cysylltiadau rhwng grwpiau gwahanol yn eu cymuned, er enghraifft, ond efallai y byddai gan gyfranogwyr fwy o ddiddordeb mewn cael cinio am ddim.
- **Y gwerthoedd sydd wedi'u mynegi:** gwrando ar y ffordd y mae pobl yn siarad, a thynnu geiriau ac ymadroddion sy'n awgrymu hanesion mwy am dlodi, diogelwch neu gynhyrchu bwyd, er enghraifft.
- **Y gwerthoedd sydd wedi'u hymgysylltu gan y digwyddiad:** gwerthuso effaith y diwrnod ei hun. A oedd gwerthoedd pobl wedi'u hymgysylltu gan, er enghraifft, ryngweithio creadigol gyda'r testun, neu a ddywedwyd wrthyn nhw beth i'w feddwl? A oedden nhw'n gyfranogwyr gweithredol neu'n ddefnyddwyr goddefol, yn ymgysylltu mewn trafodaeth? A oedd stereoteipiau annefnyddiol ynghylch bwyd a grwpiau cymdeithasol wedi cael eu herio, neu a oedd y rhaniadau sy'n bodoli wedi cael eu hatgyfnerthu?

Y pwynt allweddol yw hyn: os yw gwerthoedd Cymwynasgarwch, Hunangyfeiriad a Chyffredinoliaeth yn cael eu cryfhau mewn cymdeithas, un ai drwy addysg fwyd neu drwy unrhyw gyfrwng arall, yna bydd hyn yn helpu i adeiladu pryder pobl a gweithredu ar faterion cymdeithasol ac amgylcheddol allweddol ein hoes – yn cynnwys materion cymhleth ynglŷn â bwyd.

Anthony Pugh

Yr Astudiaethau Achos

Yn ystod cyfnod y prosiect, cynhaliwyd cyfres o ddigwyddiadau addysg fwyd mewn pump o wahanol leoliadau drwy Gymru. Cafodd y rhain eu cynllunio er mwyn treialu'r dull gwerthoedd a ddisgrifiwyd yn yr adran flaenorol. Cyflwynir y gwersi a ddysgwyd o werthusiad y digwyddiadau hyn yn yr adran nesaf.

Cynhaliwyd digwyddiadau gydag amrediad o bartneriaid er mwyn cefnogi prosiectau hirsefydlog ym mhob ardal, ambell waith yn adeiladu ar ddigwyddiadau addysg fwyd blaenorol gyda Chanolfan Organig Cymru (COC). Roedd arweinyddiaeth a fformat y digwyddiadau yn amrywio ym mhob achos, gan adlewyrchu daearyddiaeth amrywiol Cymru, yn cynnwys:

- lleoliad gwledig a threfol;
- amrediad o ddemograffeg;
- amrediad o gymysgeddau diwylliannol ac ethnig;
- amrediad o sefyllfaoedd cymdeithasol-economaidd.

Roedden nhw'n cynnwys:

Aberystwyth: Archwilio gwerthoedd y sector organig
Cafodd y digwyddiad hwn ei redeg gan COC i ymgysylltu busnesau sydd ynghlwm yn eu rhaglen Gwell Cysylltiadau Busnes Organig (GCBO). Roedd yn anelu at:

- Ailymgysylltu ar y cyd gyda'r gwerthoedd craidd a ddaeth â chyfranogwyr at fwyd organig yn y lle cyntaf.
- Adolygu'r deunydd cyfathrebu yr oedd COC yn ei ddefnyddio er mwyn darparu gwybodaeth ar strategaeth y dyfodol.
- Darparu gwybodaeth ar gyfer y ffordd yr oedd busnesau unigol yn gweithredu – yn nhermau cyfathrebu ac mewn agweddau eraill o'u modelau busnes fel ei gilydd.

Prifysgol Aberystwyth: Profiad bwyd y myfyrwyr
Cafodd y digwyddiad hwn ei redeg gan COC, mewn partneriaeth â staff Prifysgol Aberystwyth (PA), fel modd i ymgysylltu â chymuned y brifysgol. Roedd yn anelu at:

Anthony Pugh

- ddod â staff, myfyrwyr a'r gymuned leol ynghyd, a hyrwyddo synnwyr o bwrpas ar y cyd ynghylch bwyd;
- nodi'r cyfleoedd a'r rhwystrau i fwyta iach cynaliadwy a rheoli gwastraff ar y campws ac archwilio profiad y myfyrwyr o hyn;
- nodi'r ffyrdd y gallai'r brifysgol weithio er mwyn cefnogi myfyrwyr yn well i ddatblygu ymarferion mwy cynaliadwy – cyfuno ymchwil ardderchog gyda gweithredu ymarferol.

Y Drenewydd: 'Ein dyfodol fel tref fwyd': datblygu naratif cymunedol ar y cyd
Cafodd y digwyddiad hwn ei gynnal gan bartneriaid yn y Drenewydd yn cynnwys Cwm Harry, Ymddiriedolaeth Bwyd a Thir y Canolbarth a Choleg Castell-nedd Port Talbot. Y nod oedd:

- creu dealltwriaeth ar y cyd ymysg y partneriaid o beth a oedd yn ysgogi eu hymgysylltiad â phrosiectau bwyd lleol;
- trafod sut mae dull gwerthoedd yn cefnogi newid ymddygiad;
- dechrau cyd-greu naratif sy'n adlewyrchu gwerthoedd y partneriaid ac yn cyfathrebu gwaith cyfunol y prosiectau bwyd lleol yn y Drenewydd yn effeithiol.

Straeon cawl yng Nghaerdydd: Tlodi bwyd a chymunedau amrywiol
Cafodd y digwyddiad hwn ei redeg gan Eglwys Sant German mewn partneriaeth â Work with Meaning a Chyngor Bwyd Caerdydd. Y nod oedd:

- darparu gofod cynhwysol ar gyfer grŵp cymunedol amrywiol i gyfarfod, gan ddefnyddio bwyd i ddod â phobl ynghyd;
- helpu pobl i gydnabod gwerth (ac nid cost) bwyd – codi ymwybyddiaeth ynghylch gwastraff bwyd, mynediad lleol i fanciau bwyd a chyfiawnder bwyd teg;
- ennill persbectif cymunedol yn seiliedig ar faterion polisi megis tlodi bwyd.

Gogledd Cymru: Rhannu profiadau a gwerthoedd bwyd lleol o Gymru drwy ddysgu sy'n pontio'r cenedlaethau
Cafodd y digwyddiad hwn ei redeg gan staff Prifysgol Bangor ac Age Cymru mewn partneriaeth ag aelodau'r gymuned o Lanfrothen a Phenrhyndeudraeth. Y nod oedd:

- Cefnogi dysgu sy'n pontio'r cenedlaethau a chyfnewid cymdeithasol ynghylch bwyd mewn cymuned draddodiadol yng Ngogledd Cymru.
- Cofnodi ymarferion bwyd hanesyddol a thraddodiadol o'r ardal leol, yn cynnwys ryseitiau lleol a'r mathau o fwydydd sy'n cael eu bwyta o fewn y gymuned;
- Hyrwyddo myfyrdod ac ymwybyddiaeth fwy o ddewisiadau bwyd cyfoes, ailgysylltu aelodau'r gymuned â'r economi leol a'r system fwyd.

Y dull seiliedig ar werthoedd

Roedd y fframwaith gwerthoedd, a fanylwyd arno yn yr adran flaenorol, yn darparu gwybodaeth ar gyfer cynllunio a chyflawni pob un o'r digwyddiadau. Roedd y dulliau cyffredin i'r holl ddigwyddiadau yn cynnwys:

Rhannu pryd o fwyd: p'un ai oedd hwn yn fowlen o gawl neu'n bryd sawl cwrs, roedd yr holl ddigwyddiadau wedi'u canoli o gwmpas y weithred ffisegol o rannu a bwyta bwyd. Y sail resymegol yma oedd cysylltu pobl yn llythrennol iawn gyda bwyd, fel y gallen nhw siarad wrth fwyta, a byddai'r weithred o fwyta yn annog myfyrdodau. Roedd trafodaethau yn gysylltiedig â'r bwyd yr oedd pobl yn ei fwyta - er enghraifft bwyd wedi tarddu a'i baratoi'n lleol, organig, neu wedi'i adfer rhag dod yn wastraff bwyd. Cafodd hyn ei gynllunio i annog dysgu gweithredol a chyfranogol. Yn ogystal, mae'r weithred o rannu bwyd yn ymlacio cyfranogwyr ac mae'n eu cynnwys mewn lleoliad llai ffurfiol a mwy agored, mewn cyferbyniad â syniadau addysg traddodiadol a chael eu dysgu.

Dull cyfranogol: roedd hyn yn golygu bod pobl yn cael eu croesawu i fynegi ac archwilio eu safbwyntiau yn hytrach na bod yn dderbynwyr gwybodaeth. Er mwyn gwneud hyn, defnyddiwyd hwyluswyr i gefnogi trafodaethau grŵp a sicrhau bod yr holl gyfranogwyr yn cael eu clywed. Yn ogystal, defnyddiwyd gwahanol ddulliau o ymgysylltu, nad oedd angen adborth llafar pur, fel y gallai pobl fynegi eu hunain mewn gwahanol ffyrdd; er enghraifft drwy sylwadau ar post-its, a gwneud lluniau a delweddau.

Anthony Pugh

Alice Ridding

Anthony Pugh

Dulliau casglu a dadansoddi data

Wrth ddisgrifio'r ffyrdd y mae pobl yn llunio, cyd-drafod a mynegi gwerthoedd, roedd arnom angen dechnegau a fyddai'n archwilio ac yn recordio profiadau goddrychol a chysylltiadau cymdeithasol. Felly, dewisiwyd dull ansoddol.

Dadansoddiwyd y canlynol:

- cyfweliadau unigol gyda chyfranogwyr a phartneriaid (cyn ac ar ôl digwyddiadau);
- cofnodion yr hwyluswyr o drafodaethau grŵp (yn cynnwys trosolwg o beth a ddywedwyd, sut y cafodd ei ddweud a sut yr oedd pobl yn ymwneud â'i gilydd);
- adborth ysgrifenedig gan gyfranogwyr yn ystod y digwyddiadau ac wedyn;
- diagramau cyfranogwyr (er enghraifft, mapiau gwerthoedd fel y dangosir yn y Fframwaith sy'n cael eu hanodi gan gyfranogwyr yn ystod gweithdy);
- cofnodion gweledol (cynrychiolaeth o drafodaeth neu weithdy sy'n cael ei wneud mewn amser real ac mae'n cynnwys lluniau a geiriau);
- myfyrdodau ysgrifenedig gan bartneriaid, trefnwyr digwyddiadau, a hwyluswyr (yn cynnwys arsylwadau ar lefelau cyfranogi a pha mor ddwfn yr oedd cyfranogwyr wedi ymgysylltu).

Defnyddiwyd codio i drefnu a dod o hyd i themâu cyffredin o'r data, yn cynnwys:

- ymatebion i wahanol gwestiynau a ofynnwyd;
- y gwahanol werthoedd a fynegwyd ac a ddaeth i'r golwg;
- y gwahanol fframiau sy'n cael eu defnyddio mewn cyfathrebu.

Anthony Pugh

Siwan Adams

Sgyrsiau Cyffredin

Un o'n bwriadau oedd cynnal digwyddiadau a oedd yn dod â gwahanol actorion drwy'r diwydiant bwyd at ei gilydd. Roedd ein digwyddiadau yn cyrraedd cynulleidfa amrywiol (yn cynnwys myfyrwyr, yr henoed, plant, tyfwyr cymunedol, ffermwyr, arlwywyr, cynghorwyr tref, athrawon, grwpiau eglwys, cymunedau ymfudol a gwyddonwyr). Er gwaethaf amrywiaeth nodau a chynulleidfaoedd y digwyddiadau cyhoeddus, cafwyd rhai fframiau ynghylch bwyd a fynegwyd yn gyffredin gan bobl.

- **Dylai bwyd da fod ar gael i bawb.** Gwrthododd ein cyfranogwyr synnwyr o 'elitaeth', neu syniadau bod 'bwyd da' yn rhywbeth ar gyfer grŵp cymdeithasol penodol yn unig. Anogwyd hyn gan drafodaethau ynghylch rhwystrau canfyddedig i brynu organig neu fwyd ffres a lleol; yn ogystal â sgyrsiau ynghylch gwyliau bwyd a thwristiaid sydd wedi dod yn gysylltiedig â ffurfiau arbenigol o brynwriaeth. Ymatebodd cyfranogwyr drwy'r astudiaethau achos yn erbyn y fframio unigryw hwn, gan bwysleisio gwerthoedd Cyffredinoliaeth a Chymwynasgarwch.
- **Gwybod o le y mae ein bwyd yn dod.** Roedd tarddiad bwyd yn bryder y soniwyd amdano yn gyffredin. O bersbectif gwerthoedd roedd yn gysylltiedig â Hunangyfeiriad, gan fod cyfranogwyr eisiau gallu gwneud penderfyniadau deallus ac annibynnol; Diogelwch, oherwydd yr oedden nhw eisiau gwybod bod eu bwyd yn ddiogel ac yn iach; a Synnwyr o Berthyn (gwerth Diogelwch), oherwydd eu bod yn chwilio am gysylltiad gyda phobl (tyfwyr a chyflenwyr) a chyda'r tir.
- **Bwyd fel pleser, nid hunanfoddhad.** Mae blas a'r profiad ffisegol o fwyta yn bwysig ac mae mwynhau bwyd yn golygu eich bod yn gwerthfawrogi o le y mae'n dod. Yn ogystal, nododd cyfranogwyr y gall gormod o hunanfoddhad arwain at ymddygiadau afiach, annheg ac anghynaliadwy lle mae bwyd yn cael ei drin yn unig fel nwydd. Mae hyn yn dangos yr angen am gydbwyso gwerthoedd Hedoniaeth yn ofalus gyda phryderon ehangach.

Anthony Pugh

- **Edrych y tu hwnt i arian.** Roedd pobl yn siarad am arian ond nid oedd yn cael lle blaenllaw yn y sgyrsiau am fod y dull gwerthoedd yn caniatáu trafodaeth llawer ehangach. Yn ogystal, nodwyd afresymoldebau, megis pryderu am gost bwyd ac yna ei daflu. Yn ogystal, pwysleisiodd pobl faterion fel cyfiawnder cymdeithasol wrth wneud penderfyniadau 'economaidd' am darddiad bwyd. Er enghraifft, fframiodd manwerthwyr yn y digwyddiad organig a gynhaliwyd yn Aberystwyth eu rhyngweithiadau gyda chyflenwyr yn y termau canlynol *"rydym eisiau sicrhau bod pawb yn y gadwyn yn cael yr hyn y maen nhw angen ei gael…"* Mewn mannau eraill, cysylltodd cyfranogwyr flaenoriaethau economaidd â phryderon am wydnwch lleol a'r angen am gymunedau cryf sy'n ffynnu. Cafodd hwn ei fframio yn nhermau Cyffredinoliaeth, creu gwerth cymdeithasol drwy swyddi ystyrlon, a synnwyr o falchder a hyder sy'n gysylltiedig ein ein barn ni â Hunangyfeiriad yn hytrach na Chyfoeth neu Rym. O ganlyniad, gwelwn nad arian fel y cyfryw yw'r prif bryder na'r ysgogwr a bod pryderon economaidd yn gallu cynnwys cymysgedd cymhleth o werthoedd.
- **Diffyg gwybodaeth?** Roedd pwyslais mawr gan ein cyfranogwyr ar yr angen am 'godi ymwybyddiaeth', yn seiliedig ar y dybiaeth mai diffyg gwybodaeth yw'r broblem. Mae'r dull gwerthoedd yn awgrymu nad diffyg gwybodaeth yw prif achos diffyg gweithredu, ac yn lle hynny rydym angen ystyried amrediad o ffactorau cymdeithasol. Tra roedd llawer o gyfranogwyr yn gwerthfawrogi hyn, roedd pobl yn siarad yn aml am faterion bwyd fel petai gwybodaeth oedd yr ateb. Mae'n bwysig ystyried hyn yn nhermau sut mae digwyddiadau yn cael eu fframio a'u hwyluso, o bosibl yn pwysleisio lle gall dull gwerthoedd wella trosglwyddo gwybodaeth, a nodi yn ogystal pan nad yw diffyg gwybodaeth yn amlwg wrth wraidd y broblem.
- **Prinder sgiliau.** Wrth ymchwilio'n ddyfnach i'r diffyg canfyddedig o addysg fwyd a nodwyd uchod; pwysleisiodd cyfranogwyr fod mwy o alw am sgiliau yn hytrach na gwybodaeth yn unig. Roedd hyn yn cynnwys coginio, preserfio, compostio, garddio a fforio, ac felly roedd synnwyr cryf fod y rhain yn gysylltiad gwerthfawr i genedlaethau hŷn. Yn y modd hynny, cysylltwyd sgiliau yn aml gyda gwerthoedd Traddodiad a Hunangyfeiriad. Yn ogystal, mae'r math hwn o ddysgu yn creu cysylltiadau parhaol dwfn dros faterion: *"os ydym yn tyfu, rydym yn gwybod o le mae'r bwyd yn dod, rydym yn ei werthfawrogi fwy ac rydym yn dysgu…"*
- **Dychwelyd i gysylltiad gyda bwyd.** Yn ogystal, cyflwynwyd yr angen am sgiliau fel dymuniad i ddatblygu Undod gyda Natur ac Ystyr mewn Bywyd, drwy fwy o sensitifrwydd at bethau sydd wedi cael eu hanghofio a'u gwasgu allan gan y system fwyd bresennol. Roedd cyfranogwyr yn dymuno bod yn fwy ymwybodol o beth sydd yn ei dymor a sut mae'r system bridd yn gweithio i effeithio ansawdd y bwyd. Nid addysg yw hyn yn unig ond ffordd wahanol o ymgysylltu â'r byd.

Tra bod y digwyddiadau wedi dod â phobl ynghyd mewn ysbryd o ymateb cyfunol a chydgysylltiedig i faterion bwyd, parhaodd llawer o gyfranogwyr i bwysleisio'r angen am newidiadau ymddygiad ar gyfer materion sengl (ar leihau gwastraff, neu arferion prynu, er enghraifft). Ar yr un trywydd, roedd yn gyffredin i gyfranogwyr siarad am y bobl a oedd angen newid fel 'nhw' – 'y cyhoedd' – gan ddweud er enghraifft 'nid ydyn nhw'n deall bwyd organig'. Mae hyn yn bwysig yn nhermau fframio hunaniaeth gyfunol ac osgoi rhannu grwpiau yn 'mewn/allan', gan y gall hyn effeithio ar allu pobl i ymwneud â'i gilydd a phenderfynu pwy sy'n cael ei weld fel cyfrifol am fathau penodol o newid. Er enghraifft, ym Mhrifysgol Aberystwyth gallai'r fframio 'ni a nhw' o bosibl rhwygo myfyrwyr, staff a rheolwyr drwy roi gwahanol gyfrifoldebau iddynt.

Gwersi a Ddysgwyd

1. Sut allwn ni ddefnyddio gwerthoedd er mwyn darparu gwybodaeth ar gyfer cyflawni digwyddiadau addysg fwyd llwyddiannus?

- **Sut mae 'dull gwerthoedd' yn wahanol i fodelau addysg eraill?**

Nid yw dull gwerthoedd tuag at addysg yn canolbwyntio ar gyfres arbennig o sgiliau na ffeithiau i'w dysgu, er y gall y rhain yn wir gael eu cynnwys. Yn lle hynny, mae'r pwyslais ar ddatgelu pwrpas ac ystyr y system fwyd i bobl a chymunedau. Mae'n ddull sy'n annog pobl i gysylltu bwyd gyda gwerthoedd personol a ddelir yn ddwfn a mynd at y testun mewn ffordd sy'n osgoi swyddogaethau pendant, megis 'defnyddiwr' neu 'maethegwr' neu 'gystadleuydd'. Mae dull gwerthoedd yn annog cyfranogiad gweithredol yn y cynllun a ffformat profiad addysg, yn hytrach na dysgu goddefol. Yn ogystal, mae'n herio pobl i ddeall materion bwyd megis cynaliadwyedd neu ddiogelwch yng nghyd-destun materion cymdeithasol ac amgylcheddol ehangach, yn hytrach nag ymdrin â mater unigol ac anghysylltiedig.

- **Sut mae pobl yn ymateb i'r dull gwerthoedd mewn digwyddiadau bwyd?**

Yn y prosiect hwn, gwnaeth pobl gysylltiadau rhwng bwyd a gwerthoedd mewn amrywiaeth o ffyrdd: drwy ymarferion wedi'u cynllunio yn fanwl gywir ar gyfer y diben hwn, a oedd yn gofyn i bobl fyfyrio ar y model gwerthoedd yr ydym yn ei drafod yn y Fframwaith; drwy destunau trafod wedi'u hwyluso nad oedd yn crybwyll yn eglur y gair 'gwerthoedd', megis 'A yw tarddiad bwyd yn bwysig i chi?'; a thrwy fân-siarad dros bryd o fwyd gyda'i gilydd.

Roedd yr adborth gan gyfranogwyr yn lled gadarnhaol, ac roedd hi'n eglur bod digwyddiadau wedi gwireddu'r diben o gynnig gofod ar gyfer myfyrio ar fwyd nad yw'n cael ei roi mewn bywyd bob dydd: *"Gwnaeth y digwyddiad i mi weld yn glir iawn eto pa mor gysylltiedig yw bwyd i bob agwedd o fywyd, yn lleol ac yn fyd-eang, ac i'r holl faterion – cymdeithasol, amgylcheddol, economaidd, seicolegol…"*

Yn ogystal, gwelsom fod bwyd yn ymddangos i ganiatáu ymgysylltiad naturiol ar lefel ddyfnach, emosiynol. Roedd hyn yn cynnwys myfyrdodau ar brofiadau tyfu a chyfeiriad at deuluoedd, ffrindiau a chymunedau. Mae ein profiadau yn awgrymu ei bod yn hawdd i bobl drafod materion dyfnach yn eithaf cyflym wrth drafod bwyd, gyda chyfranogwyr yn ein digwyddiadau yn rhannu straeon ac emosiynau personol na fydden nhw wedi gwneud mewn sefyllfaoedd eraill. Mae hyn yn awgrymu bod y dull hwn i ddigwyddiadau bwyd yn ffordd wych i greu cysylltiadau rhwng pobl, a meithrin synnwyr a rennir o hunaniaeth, ysgogiad a gofal am ein gilydd.

2. Beth yw'r goblygiadau o ddull gwerthoedd ar gyfer y system fwyd ehangach?

Drwy ein cyfres o ddigwyddiadau amrywiol, roedd y model gwerthoedd yn offeryn defnyddiol ar gyfer deall agweddau o'r system fwyd na fyddai fel arall efallai heb ei chysylltu: o ysgogiad unigolyn (er enghraifft, beth sy'n ysgogi rhywun i ofalu am wastraff, neu ailgylchu, neu dlodi bwyd); at fentrau cymunedol (er enghraifft, beth sy'n dod ag amrywiol grwpiau ynghyd); at strwythurau cymdeithasol ehangach (er enghraifft, beth mae polisi arbennig yn debygol o annog neu beidio â chefnogi). Yn gyffredinol, gwnaethom ddarganfod y canlynol:

- **Mae ychwanegu at Gyffredinoliaeth a Chymwynasgarwch drwy fwyd yn gymharol hawdd.** Mae llawer o bobl yn uniaethu â'r rhain (er enghraifft, adeiladu'r gymuned drwy fwyd lleol, prydau ar y cyd). Mae gan hyn y potensial i effeithio ar faterion ehangach drwy danseilio gwerthoedd Cyrhaeddiad, Grym a Diogelwch sy'n gysylltiedig â delwedd gorfforol, iechyd (meddyliol a chorfforol) a pherfformiad, er enghraifft. Heb orfod ymdrin yn fanwl â'r materion hyn yn uniongyrchol, gallwn felly leihau eu pwysigrwydd a'u cyffredinolrwydd mewn cymdeithas.
- **Mae gan fwyd botensial anferth fel cydraddolwr cymdeithasol.** Yn syth, mae'n ddealladwy, yn hwyl ac yn emosiynol i bobl o wahanol oedrannau, dosbarthiadau a chefndiroedd rhanbarthol/cenedlaethol. Mae pawb yn bwyta! Roedd hyn yn arbennig o nodedig drwy'r achosion lle daeth grwpiau ethnig amrywiol gyda'i gilydd i rannu eu

Alice Ridding

traddodiadau a'u ryseitiau, ond roedd yn llawn mor berthnasol mewn trafodaethau sy'n pontio'r cenedlaethau.

- **Mae gwerthoedd yn helpu i gysylltu bwyd â materion eraill.** Mae canolbwyntio ar werthoedd yn caniatáu symud oddi wrth ddysgu am faterion sengl. Dangosodd ein digwyddiadau y gall ac y dylai mesurau sydd yn ymdrin â gwastraff, lles a thlodi alinio'n effeithiol. Mae cael pobl i ystyried gwerthoedd ac ysgogiadau yn caniatáu cyfranogwyr i edrych y tu hwnt i Materion cul, ac ymgysylltu gydag ysgogiadau dyfnach sy'n ategu amrywiaeth o gamau gweithredu. Roedd hyn yn arbennig o amlwg gyda'r digwyddiadau cawl yng Nghaerdydd, lle'r oedd cyfranogwyr yn gwneud cawl gyda bwyd gan Fareshare Cymru, a fyddai fel arall wedi cael ei wastraffu - gan eu rhybuddio am gyffredinolrwydd y broblem hon. Roedd rhannu'r cawl wedyn yn caniatáu cymuned ymfudol amrywiol i ddod ynghyd i gyfnewid eu ryseitiau traddodiadol ac ymgysylltu ar y cyd â phryderon yr oedd llawer yn eu hwynebu yn nhermau tlodi bwyd.
- **Mae gwerthoedd yn ein helpu i symud y tu hwnt i'n gwahaniaethau.** Tra'r oedd ein digwyddiadau yn dangos nifer o anghytundebau rhwng cyfranogwyr ar eu hymddygiad a'u hagweddau bwyd, mae canolbwyntio ar werthoedd yn caniatáu ffordd i ymchwilio'n ddyfnach a dod o hyd i'r hyn sydd yn gyffredin yn ein gwerthoedd aliniedig. Yna mae adnabod y gwerthoedd hyn yn galluogi pobl i ddeall sefyllfaoedd ei gilydd yn well a symud tuag at sefyllfa fwy cydymdeimladol - os nad wedi'i alinio'n llawn. Er enghraifft, roedd cyfranogwyr yn gwahaniaethu yn eu hymddygiadau siopa a'u hymatebion i archfarchnadoedd; neu eu hymateb i ddulliau ffermio traddodiadol yn erbyn uwch dechnoleg. Yn y dyfodol, hoffem archwilio sut allai sefyllfaoedd anghyson cryf, ynghylch bwyta cig a'r defnydd o fwyd wedi'i addasu'n enetig, gael eu datrys drwy'r dull hwn.

Er bod y dull gwerthoedd y gallu bod yn bwerus yn nhermau cyflwyno dysgu newydd neu ddealltwriaeth o gymhlethdod y system fwyd, nid yw'n ddigon ar ei ben ei hun. Yn ogystal, mae'n bwysig edrych ar y cyd-destun cymdeithasol a materol, er enghraifft ystyr diwylliannol, ffactorau cymdeithasol-economaidd a chadwyni bwyd. Ni ddylai canolbwyntio ar werthoedd ein hatal rhag cwestiynu pob agwedd o'r byd yr ydym yn byw ynddo, a dylai'r dysgu myfyriol y mae'n ei annog fod wedi'i ymwreiddio mewn camau gweithredu a phrofiad.

Cyngor ar gyfer Addysgwyr

- **Defnyddio gwerthoedd yn ymhlyg neu'n echblyg?** Mae ein hastudiaethau achos wedi profi'r ddau ddull, ac yn y pen draw, mae'n dibynnu ar nodau eich digwyddiad neu'ch rhaglen. Roedd rhai o'n digwyddiadau wedi cael eu bwriadu i rannu damcaniaeth, fframwaith a dull gwerthoedd gyda chyfranogwyr yn echblyg fel y gallen nhw wedyn ei ddefnyddio yn eu gwaith. Roedd digwyddiadau eraill yn canolbwyntio fwy ar ddod â phobl ynghyd i rannu gwerthoedd am fwyd yn anuniongyrchol trwy drafod gwahanol bynciau. Gallwch ddefnyddio dull gwerthoedd yn effeithiol iawn heb ddefnyddio'r fframwaith yn echblyg. Ystyriwch beth rydych eisiau i'ch cyfranogwyr fynd oddi yno gyda nhw, a beth y gallwch ei gyflawni.
- **Straeon a brandiau.** Awgrymodd ein hastudiaethau achos wahaniaeth rhwng 'brandio' (gyda'i arwyddocâd masnachol, ac felly ei gysylltiad â gwerthoedd Cyrhaeddiad neu Rym) a datblygu naratifau a rennir sy'n uno ac yn ysgogi prosiectau cymunedol. Gall cyfranogwyr gael eu datgysylltu drwy'r hyn y maen nhw'n ei weld fel ymarferiad bas mewn marchnata, a gall cyd-ddatblygu naratif atgyfnerthu gwerthoedd mwy defnyddiol.
- **'Gorfodi' ein gwerthoedd ar eraill?** Ceir sensitifrwydd cyfreithlon ynghylch hwn, ond rydym angen cydnabod yn ogystal nad yw unrhyw beth yn niwtral o safbwynt gwerthoedd. Mae'n well i bobl ddeall yr hyn y maen nhw'n sefyll drosto, a gweithredu'n ymwybodol ac yn ddilys yn unol â'u gwerthoedd eu hunain, yn hytrach nag yn syml ailadrodd sefyllfa bresennol sy'n dod gyda'i 'becyn gwerthoedd' ei hun.
- **Cysoni nodau a phrofiad y cyfranogwyr.** Ystyriwch beth yr ydych eisiau i bobl fynd o'r digwyddiad, sut yr ydych am hwyluso hynny, ac a oes unrhyw wrthddywediadau yn bresennol. Er enghraifft, gall presenoldeb masnachol, neu ffocws ar agweddau mydryddol fel arwyddo neu bosibiliadau cyllido ymgysylltu â gwerthoedd Grym neu Gyrhaeddiad a all fod yn annefnyddiol mewn digwyddiad cymunedol sydd wedi'i anelu at ddod â phobl ynghyd.
- **Gwerthoedd ar waith.** Ystyriwch sut y mae trefnu eich digwyddiadau, yn cynnwys rhyngweithiadau rhwng partneriaid yn ogystal â chyfranogwyr, yn adlewyrchu eich gwerthoedd. Roedd profiadau cadarnhaol y gwnaethom eu nodi yn cynnwys neilltuo mwy o amser ar gyfer gwrando a sicrhau ethos cyfranogol. Roedd heriau a nodwyd yn cynnwys pwysau cyllid ac adnoddau, a all hyrwyddo cystadleuaeth, a chyfyngiadau amser fel yr oedd pobl yn brwydro i gydbwyso pwysau gwaith arall.
- **Gwneud amser ar gyfer trafodaeth.** Ni ellir brysio ymgysylltiad dyfnach. Mae pobl angen gallu ymlacio, mynegi eu hunain, cysylltu a rhannu. Mae gweithio gyda phobl newydd yn arbennig yn feichus iawn yn nhermau creu agendâu a dealltwriaethau ar y cyd. Yn yr un modd, mae angen amser i weithio drwy syniadau newydd a gall fod angen ymgysylltiadau pellach. Mae ein profiadau yn tynnu sylw at yr angen am ddigon o sylfaen a gwaith paratoi gyda phartneriaid cyn ac ar ôl digwyddiadau. Efallai y bydd angen rhyngweithiadau ychwanegol ac mae bod yn ymatebol i'r gofynion hyn yn bwysig, ac felly mae angen cynnwys hyn o'r dechrau. Yn ystod digwyddiadau, dylid amserlennu gweithgareddau gydag amser digonol ar gyfer trafod agweddau ymarferol a sgyrsiau dyfnach. Gwnaethom geisio caniatáu awr am bob gweithgaredd, yn cynnwys gosod i fyny a chipio data. Y mwyaf uchelgeisiol yw eich amcanion, y mwyaf o amser rydych ei angen.

Anthony Pugh

- **Neilltuo gofod.** Yn ogystal, mae'n bwysig meddwl am le y byddwch yn gweithio. Sut y bydd cyfranogwyr yn rhyngweithio? A fydd pobl yn gyfforddus? A yw'r gofod yn ymarferol addas ar gyfer eich dibenion? A fydd yn ymddangos yn groesawus neu'n ofod niwtral i gyfranogwyr? A all y cyfranogwyr siarad yn hawdd, eich clywed a chael gofod i wneud y gweithgareddau? Cofiwch y byddwch yn meithrin ethos cyfranogol - peidiwch â gadael i'r gofod wrthweithio hynny.
- **Mae rhannu pryd yn ffordd wych o ddysgu am fwyd.** Rydych yn dysgu drwy wneud a gwneud y materion yn rhai go iawn. Yn ogystal, rydych yn galluogi cysylltiad corfforol â'r pwnc sy'n cefnogi dysgu dyfnach a ffurfio cof. Mae siarad am wastraff wrth goginio neu wrth fwyta pryd o fwyd yn creu cof corfforol iawn o sylweddoli'r problemau a sut i ymdrin â nhw. Mae hyn yn llawer mwy pwerus nag mewn dosbarth neu mewn unrhyw le arall sydd wedi'i wahanu oddi wrth y weithred o wneud, bwyta, ac o bosibl, gwastraffu bwyd. Tra nad yw'r mewnwelediad hwn yn unigryw i ddull gwerthoedd, yr hyn yr ydym yn ei bwysleisio yma yw'r pwysigrwydd o gysylltu profiad corfforol gydag ysgogiadau dyfnach.
- **Talu sylw i'r bwyd.** Os ydych yn darparu pryd, dewiswch y bwyd yn ofalus. A oedd wedi cael ei gynhyrchu'n gynaliadwy; pwy fu'n ei dyfu, pa mor iach ydyw? Os gallwch, gofynnwch yn lleol am gyflenwyr sy'n gallu dweud y stori am eu bwyd. Mae'r bwyd ei hun yn ganolog i'r profiad, nid yn unig i hyrwyddo mathau o ddysgu 'gweithredol' ar gyfer cyfranogwyr, ond yn ogystal ar gyfer y partneriaid sy'n ynghlwm â rhedeg y digwyddiad.
- **Byddwch yn greadigol.** Defnyddiwch ddulliau amrywiol er mwyn ymgysylltu cyfranogwyr a chofnodi adborth. Gwnaethom ddefnyddio cofnodion gweledol fel modd o gofnodi trafodaethau, wrth gefnogi cyfranogwyr yn ogystal i adolygu a myfyrio ar y sgyrsiau a oedd yn ymddangos. Mae hyn yn fwy o hwyl a chyffrous yn weledol na chofnodion testunol ar eu pennau eu hunain ac maen nhw'n cynnig ffyrdd amgen ar gyfer mynegi a chyfathrebu. Mae This is Rubbish (ymgyrch yn erbyn gwastraff bwyd) wedi defnyddio theatr a pherfformiad, gweler (**http://www.thisisrubbish.org.uk/projects/edible-education-ongoing**). Mae hyn yn ddefnyddiol er mwyn osgoi'r synnwyr o gyflawni 'gwers' ac mae'n caniatáu cyfranogwyr i ddod fwy ynghlwm, yn gorfforol ac yn emosiynol.
- **Cydnabod ein hemosiynau.** Trafodwyd teimladau o rinwedd, neu i'r gwrthwyneb ohono, sef cywilydd gan ein cyfranogwyr yn ein digwyddiadau i esbonio eu hysgogiad am

weithredu ar gynaliadwyedd. Gall pwysau gan gyfoedion a hunan-barch fod yn ddylanwadau pwerus yr ydym angen eu cydnabod, ond yn ogystal, cymerwch ofal peidio â dylanwadu ar bobl na chymell pryderon sy'n gweithio yn erbyn y gwerthoedd cadarnhaol o Gymwynasgarwch a Chyffredinoliaeth. Yn lle hynny, gall apelio at sbardunwyr emosiynol cadarnhaol, fel sy'n cael ei amlinellu yn llawer o'r themâu a drafodwyd uchod, fod yr un mor ddefnyddiol.
- **Cymerwch ofal i beidio â drysu gwerthoedd.** Gall pobl ddefnyddio'r termau gwerthoedd mewn ffordd nad yw'n mapio yn union ar y diffiniadau yn yr adroddiad Common Cause. Er enghraifft, trafodwyd Traddodiad mewn amrywiol ffyrdd yn yr astudiaethau achos. Mae'n ddefnyddiol i dyrchu i lawr i'r ysgogiadau dyfnach er mwyn osgoi dryswch; yn yr achos hwn, cysylltu gyda'r gwerth Doethineb (gwerth Cymwynasgarwch), Undod gyda Natur (gwerth Cyffredinoliaeth) ac Annibyniaeth (gwerth Hunangyfeiriad). Mae hyn yn berthnasol yn ogystal i'r trafodaethau lle mae'r angen am Ddylanwad, Uchelgais a Chyfoeth yn dod i'r amlwg. Ai'r rhain yw'r ysgogiadau gwaelodol neu a ydyn nhw'n fodd tuag at amcanion gwahanol?
- **Yn dilyn digwyddiadau.** Gellir (ail)ymgysylltu â gwerthoedd drwy fodd syml ymarferol - er enghraifft, awgrymodd cyfranogwyr yn ein digwyddiadau y byddai cardiau rysáit (ar gyfer prydau bwyd a chompostio!) a fyddai'n esbonio'r gwerthoedd o fyw'n syml, bod yn greadigol, dod mewn cytgord â natur a rhannu. Gall cynnig cyngor a chefnogaeth mewn fformatau y mae pobl yn gallu mynd gyda nhw a defnyddio modd y mae pobl yn gallu derbyn canllawiau clir ar sut y gallen nhw weithredu'n wahanol er mwyn cefnogi'r gwerthoedd y maen nhw'n pryderu amdanyn nhw.

Gwerthuso'r Polisi

Sut mae polisi bwyd presennol Llywodraeth Cymru yn ymgysylltu â gwerthoedd ac yn eu hadlewyrchu?

Mae prosiect Gwerthoedd Bwyd yn cyflwyno cyfrwng newydd drwy'r hyn y gall gwneuthurwyr penderfyniadau asesu ymddygiadau bwyd, cysylltiadau busnes a rhaglenni addysg. Mae'n pwysleisio pwysigrwydd gwerthoedd, emosiwn a hunaniaeth mewn ymddygiadau bwyd, gan gydnabod cymhlethdod ein perthynas gyda bwyd.

Roedd dadansoddi'r polisi ochr yn ochr â digwyddiadau addysgol yn bwysig ar gyfer ein gwerthusiad cyffredinol oherwydd bod polisi yn darparu gwybodaeth ar gyfer y cyd-destun ehangach lle mae ein cyfranogwyr yn gweithredu. Mae addysgu pobl i ymddwyn yn fwy cynaliadwy heb ystyried y cysylltiadau rhwng unigolion a fframweithiau cymdeithasol yn eu harwain at fethiant. Fel yr amlinellwyd yn yr adran fframwaith, ceir dolen adborth rhwng gwerthoedd dinasyddion a pholisi. Mae rhoi sylw i swyddogaeth a dylanwad polisi'r llywodraeth, fel cydran hanfodol o'r dirwedd ehangach hon, yn allweddol felly er mwyn galluogi newid cymdeithasol.

Rydym yn ymdrin ag amrediad o ddogfennau polisi sy'n gysylltiedig â bwyd. Mae'r rhain yn cynnwys:

- 2007 - Strategaeth Ansawdd Bwyd
- 2009 - Cymru'n Un: Cenedl Un Blaned
- 2010 - Bwyd i Gymru, Bwyd o Gymru
- 2011 - Ffermio, Bwyd a Chefn Gwlad
- 2014 - Tuag at Dwf Cynaliadwy

Mae gan fframio materion bwyd sy'n amlwg yn yr adroddiadau hyn y cysylltiadau canlynol â gwerthoedd:

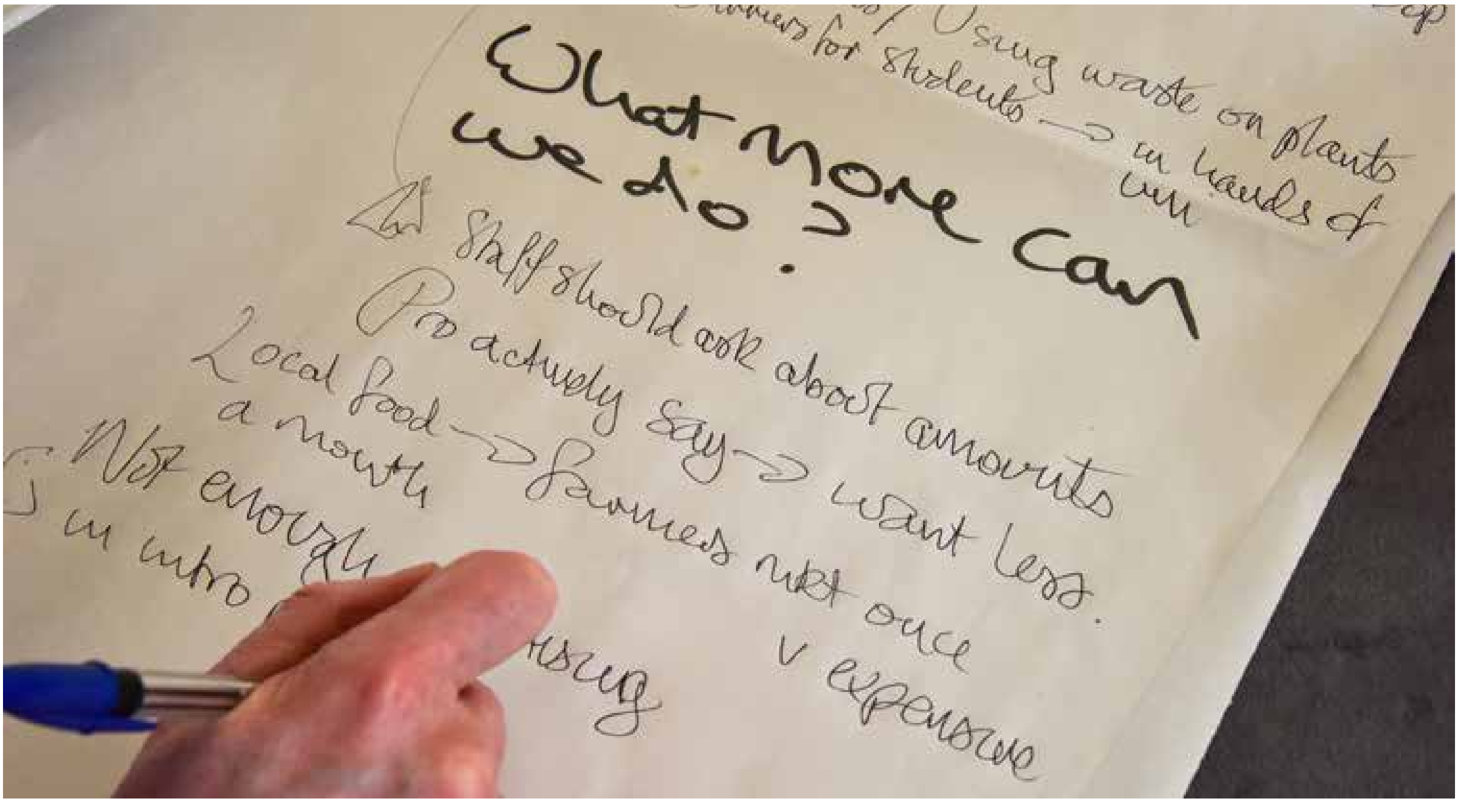
Cyffredinoliaeth a Chymwynasgarwch: Cysylltu bwyd â phobl a lle; cynnwys pobl mewn sgwrs ar y cyd a synnwyr cyfrifoldeb ar y cyd; fframio gweithredu ar fwyd fel rhan o'r nod fwy ar gyfer cynaliadwyedd yng Nghymru.

Cyrhaeddiad a Diogelwch: Pwysleisio blaenoriaethau economaidd a'r angen am ddiwydiant bwyd cystadleuol; yr angen am ddiogelwch bwyd cenedlaethol; targedu cyfrifoldeb unigol ar gyfer gweithredu ar fwyd.

Yng Nghymru, mae polisi bwyd yn cael ei lunio gan nifer o adrannau gyda gwahanol amcanion, megis iechyd, ffermio a lleihau tlodi. Y canlyniad yw bod polisi bwyd yn aml yn wrthwynebol ac ambell waith yn anodd ei ddiffinio. Tra bod rhai dogfennau yn dangos strategaethau uchelgeisiol i gadarnhau cydraddoldeb, cyfiawnder a chynaliadwyedd i'r system fwyd, bu heriau yn troi'r rhain i gynlluniau gweithredu pendant. Fodd bynnag, gall y dull gwerthoedd ddarparu ffordd newydd o edrych ar bolisi a darganfod ffordd i wneud Cymru yn wlad gynaliadwy.

Cydnabyddir yn eang bod diffyg sgiliau drwy'r DU o safbwynt cynhyrchu bwyd, gwybodaeth am ddeietau iach, paratoi bwyd ac osgoi gwastraff. Mae'r problemau o ganlyniad yn cynnwys diraddio tir amaethyddol, lefelau cynyddol o ordewdra a gwastraff (mae traean holl fwyd yn cael ei wastraffu). Uwchlaw popeth, mae'r diffyg hwn yn dangos bod bwyd wedi colli ei werth cynhenid i lawer ohonom ac mae'r system fwyd yn awr wedi'i nodweddu gan y datgysylltiad hwn. Mae pobl yn cael eu tynnu oddi wrth brosesau cynhyrchu ac mae'r bwyd yn cael ei drin fel nwydd yn hytrach nag angen hanfodol. Er mwyn goresgyn materion mor gymhleth a chydberthnasol, rydym angen edrych y tu hwnt i fai unigol sy'n aml yn cael ei bennu i broblemau o'r fath, er enghraifft, y ffocws cyffredin ar gyfrifoldeb cartref ar gyfer gwastraff bwyd yn hytrach nag ymarferion gwastraffus y gadwyn gyflenwi bwyd.

Mae dull gwerthoedd yn ein caniatáu i weld problemau o'r fath fel symptomau o broblem systemig mewn cymdeithas a dechrau archwilio beth sy'n wirioneddol yn ategu ein perthynas gyda bwyd. Gallai newid wedi'i arwain gan werthoedd ddod o ddatblygu negeseuon cydlynol drwy'r system fwyd, wedi'i arwain gan y llywodraeth a chymdeithas sifil fel ei gilydd. Mae cyfathrebu polisi yn rhan bwysig o hyn a cheir enghreifftiau defnyddiol i'w dilyn yma, yn cynnwys Naratifau Datblygu Cynaliadwy i Gymru, a ddatblygwyd gan y Rhwydwaith Allgymorth a Gwybodaeth am yr Hinsawdd (COIN) a Llywodraeth Cymru (gweler Darllen Pellach ar dudalen 23).



Anthony Pugh

Mae mesur beth sydd o bwys mewn bwyd yn hanfodol i ddatblygu cynlluniau gweithredu sy'n adlewyrchu pryderon y genedl. Mae hyn yn golygu gweld bwyd nid yn unig fel nwydd, ond yn ogystal fel hawl ddynol, rhan o'n diwylliant a'n hanes a modd o adeiladu cymuned. Mewn amser lle mae cyflogau yn ddisymud, tlodi cynyddol a chostau cynyddol yn y cartref, mae'n anodd peidio â siarad am brisiau, ond mae'n bwysig symud y tu hwnt i fframiau economaidd tymor byr.

Mae cynllun gweithredu bwyd mwyaf diweddar Llywodraeth Cymru *Tuag at Dwf Cynaliadwy*, yn sôn am fwyd yn bennaf mewn termau economaidd, gydag ymrwymiad tra phwysig i gynyddu'r diwydiant bwyd o 30% erbyn 2020. Fodd bynnag, mae hyn yn adeiladu ar y ddogfen strategaeth Bwyd i Gymru, *Bwyd o Gymru*, a nododd bod diwylliant bwyd, cynaliadwyedd a lles yn sbardunwyr allweddol ar gyfer newid, ochr yn ochr â datblygu'r farchnad, effeithlonrwydd ac integreiddio'r gadwyn gyflenwi. Mae archwilio'r gwerthoedd rydym yn defnyddio wrth drafod bwyd yn helpu i integreiddio persbectifau ehangach a dod o hyd i ddulliau newydd creadigol. Deall beth y mae pobl yn pryderu amdano yn wirioneddol yw'r cam cyntaf at greu naratifau polisi a all achosi newid hirdymor.

Mae angen i flaenoriaethau'r llywodraeth gydweddu â rhai'r genedl ac mae gwrando ar bobl mewn digwyddiadau bwyd yn un ffordd dda i gael mewnwelediad i ba fath o system fwyd y mae pobl Cymru ei hangen. Gwnaed cynnydd sylweddol i ymgysylltu'r cyhoedd mewn sgyrsiau ynghylch dyfodol eu cenedl, gan gynnwys y Siarter Datblygu Cynaliadwy a Chyswllt Amgylchedd Cymru. Yn fwyaf nodedig, dangosodd y sgwrs genedlaethol, Y Gymru a Garem, y grym a chyfreithlondeb o gyfunoli'r broses bolisi – gyda gofod yn cael ei gynnig ar gyfer gwerthoedd cenedlaethol a lleisiau i ddarparu gwybodaeth ar gyfer datblygu Bil Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol. Mae dull gwerthoedd yn caniatáu gwneuthurwyr polisïau i ymgysylltu â beth sy'n bwysig i'r cyhoedd a gwrando ar eu persbectif.

Mae cysylltu pobl, busnesau a pholisi yn hanfodol er mwyn cyrraedd gwahaniaeth cynhwysfawr a hirdymor yn llywodraethiant Cymru. Mae ymdrechion yn cael eu gwneud i gysylltu amrywiol fusnesau drwy'r gadwn gyflenwi bwyd. Enghraifft allweddol yma yw cynnydd mewn caffael cyhoeddus, gydag arolwg yn 2013 yn dangos dwy ran o dair o bryniant bwyd a diod wedi dod gan fusnesau o Gymru, ac mae lle i gynyddu faint o hwn sy'n cael ei dyfu mewn gwirionedd yn y wlad hon. Mae pobl yn gwerthfawrogi eu cysylltiadau â bwyd, p'un ai yw hynny drwy wybodaeth am gynhyrchwyr, cefnogi gwerthwyr lleol neu fwyta cymunedol. Mae cyfle yma i gyrff y llywodraeth arwain y ffordd mewn ymarfer gorau, er enghraifft drwy annog staff i ddefnyddio eu hamser gwirfoddoli statudol er mwyn ymgysylltu â phrosiectau bwyd yn eu hardal leol.

Mae cymunedau lleol yn ymgysylltu mewn sbectrwm eang o weithgareddau bwyd sy'n torri ar draws wahanol bortffolios y llywodraeth. Gall hyn helpu i integreiddio meysydd polisi megis cynhyrchu bwyd, hylendid bwyd, bwyta'n iach, lleihau gwastraff, twristiaeth gynaliadwy, trafnidiaeth ac adfywio gwledig, i enwi dim ond rhai.

Gall bwyd, felly, fod y rhyngwyneb wrth ffurfio polisi newydd; y tri bil allweddol arfaethedig ar gyfer 2015 yw Bil yr Amgylchedd, Bil Iechyd y Cyhoedd a Bil Cynllunio Cymru, a dylid ystyried y swyddogaeth strategol y gall bwyd ei gael i gysylltu'r polisïau hyn.

Pymtheg mlynedd yn ôl, daeth Llywodraeth Cymru yn arloeswr rhyngwladol, gan osod datblygu cynaliadwy wrth galon ei gyfansoddiad yn ystod ffurfio'r Cynulliad. Ers hynny, yr her oedd glynu wrth gyfeiriadau polisi uchelgeisiol, a gosod targedau cyraeddadwy o fewn cymhlethdodau cynaliadwyedd. Mae gan fwyd y potensial i 'sefydlu' agenda gynaliadwyedd mewn gwirionedd, gan gysylltu sectorau polisi gwahanol iawn megis iechyd cyhoeddus a defnydd tir gwledig. Mae'n rhoi gofod i werthoedd cymwynasgar ddod i'r amlwg ac mae'r agenda cynaliadwyedd yng Nghymru angen enghreifftiau o fywyd go iawn i ddylanwadau ar newidiadau ymddygiad, adeiladu cymunedau cydlynol ac ymgysylltu lleisiau amrywiol o gwmpas achos cyffredin.

Mae gwerthoedd yn cyflwyno llwybr i wneuthurwyr polisi, grwpiau cymunedol a phobl broffesiynol ym myd addysg i brofi ffordd newydd o roi bwyd wrth galon eu gwaith. Mae'n cyflwyno ffordd gadarnhaol a chydweithredol newydd i fframio bwyd, y tu hwnt i gyfyngiadau dull economaidd tymor byr 'busnes fel arfer' er mwyn gweld y potensial trawsnewidiol sydd gan fwyd mewn adeiladu dyfodol cynaliadwy i Gymru.

Argymhellion

1. **Defnyddio gwerthoedd mewn sgyrsiau rhwng gwahanol rannau o'r sector bwyd.**

   Gellid cymryd arweiniad oddi wrth y Fframwaith Naratifau Datblygu Cynaliadwy a ddatblygwyd gan COIN i brofi naratifau ac iaith newydd i Lywodraeth Cymru ei ddefnyddio wrth ymgysylltu â'r cyhoedd (gweler Darllen Pellach ar dudalen 23).

2. **Ymsefydlu'r naratif datblygu cynaliadwy mewn bwyd**

   Mae gan fwyd briodwedd sylfaenol a all ymestyn i holl bobl Cymru, a gwneud datblygu cynaliadwy yn wirionedd. Gerddi, ceginau, poptai, ffermydd – gellir defnyddio'r rhain i gyd i ymgysylltu â'r cyhoedd yn y naratif cynaliadwyedd.

3. **Tynnu sylw at sefyllfa drawsadrannol bwyd**

   Wrth weithredu Bil Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, gallai Llywodraeth Cymru bwysleisio swyddogaeth bwyd mewn tynnu ynghyd yr agenda gynaliadwyedd drwy gynnull ei staff ei hun a chynrychiolwyr o'r tu allan i ddatblygu polisi.

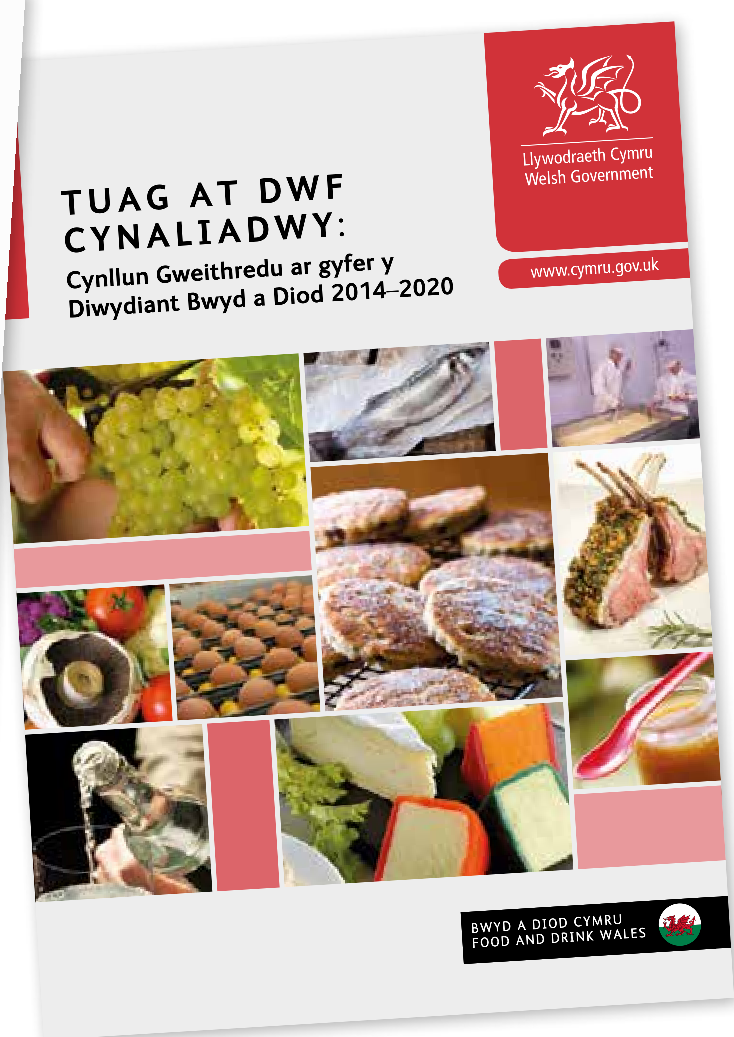
4. **Adrodd stori gymhellgar**

   Mae gan Gymru gryfder diwylliannol, cymdeithasol ac economaidd yn ei thirwedd fwyd, a thraddodiad o gydweithredu ag addysgu. Gallai Llywodraeth Cymru bwysleisio'r hunaniaeth hon gyda naratif cymhellgar sy'n tynnu ar draddodiadau cyfoethog ac yn cysylltu'r holl leisiau amrywiol hyn.

5. **Dechrau Maniffesto Bwyd i Gymru**

   Mae dod â phobl o wahanol rannau o'r system fwyd ynghyd i ddarganfod tir cyffredin drwy drafodaethau ynghylch gwerthoedd yn creu synnwyr cyfunol o ymrwymiad. Mae angen hyn os oes newid am fod ar lefel y gymdeithas. Mae sgwrs ac ernes gyfunol ynglyn â'r dyfodol bwyd yr ydym ei angen i Gymru, yn cynnwys y llywodraeth a chymdeithas sifil fel ei gilydd, yn gam nesaf bwysig felly.

Jeremy Moore



Y Camau Nesaf

Mae'r adroddiad hwn wedi dangos rhai o'r ffyrdd lle gall ffocws ar werthoedd gael ei ddefnyddio i gynllunio digwyddiadau addysg fwyd, ymgysylltu â'r cyhoedd a helpu i lunio polisi a fydd yn helpu i greu Cymru gynaliadwy.

Mae gennym ni i gyd gyfrifoldeb i chwarae rhan yn hyn. Gobeithiwn ein bod wedi awgrymu rhai ffyrdd lle gall ysgolion, grwpiau cymunedol, eglwysi, awdurdodau lleol, y llywodraeth ac eraill redeg digwyddiadau bwyd neu archwilio systemau bwyd.

Rydym yn ymwybodol bod ein gwaith wedi canolbwyntio ar gyd-destunau cymunedol, a gallwn ymgysylltu ymhellach ag amrediad ehangach gyda phobl mewn diwydiant, yn cynnwys rheolwyr archfarchnadoedd a'r gadwyn gyflenwi, undebau ffermwyr a chyrff ardollau, ymgynghorwyr fferm a staff ymestynnol, darparwyr gwasanaethau bwyd, gweithwyr lladd-dai, pobyddion a threfnwyr gwyliau bwyd, i enwi dim ond rhai. Gobeithiwn y bydd cyfle i ymestyn y drafodaeth ymhen amser.

Yn y cyfamser, cymerwch olwg ar yr adran ddarllen pellach isod os gwelwch yn dda i roi mwy o fewnwelediadau i chi am ddull gwerthoedd a'i bwysigrwydd i fwyd.

Yn ogystal, mae ein blog: **foodvaluesblog.wordpress.com** yn cynnwys nifer o fewnwelediadau a thystiolaeth gan bartneriaid sydd wedi gweithio gyda ni ar y prosiect hwn, sy'n rhoi mewnwelediad i chi i bâm yr oedd dull gwerthoedd yn bwysig iddyn nhw, a beth y mae wedi'u galluogi i symud ymlaen yn eu prosiectau eu hunain. Byddwn yn parhau i ddiweddaru'r blog gyda chysylltau i allbynnau pellach o'r prosiect hwn ymhen amser. Bydd canllaw ar gyfer cynhyrchwyr organig ar sut i siarad am werthoedd ar gael ar wefan Canolfan Organig Cymru.

Darllen pellach

- **Common Cause: The Case for Working with our Cultural Values.** (2010) Tom Crompton, WWF-UK. Ar gael yn: **www.valuesandframes.org**
- **Feeding Britain** (2015) Ymchwiliad Seneddol Hollbleidiol i Newyn yn y DU. Ar gael yn: **https://foodpovertyinquiry.files.wordpress.com/2014/12/food-poverty-feeding-britain-final.pdf**
- **Transformative education and food.** (2011) Papur sefyllfa gan Weithgor Bwyd Canolfan Arbenigedd Rhanbarthol Cymru. Ar gael yn **https://foodesdgcwales.files.wordpress.com/2011/04/food-in-esdgc-wales-2011.pdf**
- **Influencing Behaviours - Moving Beyond the Individual** (2013) Andrew Darnton a Jackie Horne. Ar gael yn: **http://www.gov.scot/resource/0042/00423436.pdf**
- **Sustainable Development Narratives for Wales** (2013) George Marshall ac Andrew Darnton. Ar gael yn: **http://www.climateoutreach.org.uk/coin/wp-content/uploads/2014/03/Sustainable-development-narratives-for-Wales_2014-edition.pdf**