

Iechyd: Cip ar Fwyd i Fynd

Mae barn siopwyr am beth mae 'iach' yn ei olygu yn gwahaniaethu i siopwyr am fwyd a diod. Mae siopwyr bwyd i fynd yn gweld braster isel a/neu caloriau isel yn iach, a siopwyr diod i fynd yn gweld diod siwgr isel/heb siwgr yn iach. Mae nifer cynyddol o siopwyr sy'n disgwyl cael dewis iach – bydd amrediad iach gwael yn rhwystr i brynu. Siopwyr mewn siopau cyfleus sy'n fwyaf bodlon o ran y dewis iach sydd ar gael iddynt.

Cynhaliodd Ymchwil Marchnad HIM 1,181 cyfweiliad cyrraedd/gadael y tu allan i siopau cyfleus, symbolau a safleoedd bwyd i fynd. Mae'r canfyddiadau yn help i ddeall proffil y siopwr bwyd i fynd. Mae crynodeb o'r prif ganfyddiadau am iechyd i'w gweld isod.

Pan ofynnwyd beth mae dewis iach yn y categori Bwyd i Fynd yn ei olygu i ddefnyddwyr, roedd 44% yn nodi calori isel, 43% yn nodi braster isel a 34% yn nodi siwgr isel. Roedd nodweddion eraill fel ffres, halen isel, cytbwys, a naturiol yn cael eu nodi gan 21-29% o'r ymatebwyr.

Siopwyr: Beth mae dewis iach yn y categori Bwyd i Fynd yn ei olygu i chi?

| | | | | | |
|-----------------|----------------|-------------|--------------------------------|------------------|-------------|
| Calori isel 44% | Halen isel 24% | Cytbwys 23% | Grawn cyflawn (e.e. Quinoa) 7% | Braster isel 43% | Ffres 29% |
| Carbs isel 14% | Siwgr isel 34% | Organig 7% | Salad/ planhygion 12% | Naturiol 21% | Bwyd Mor 2% |

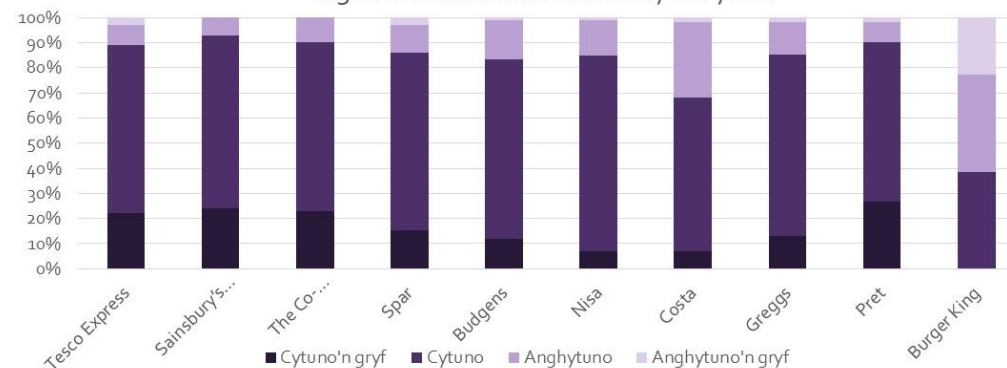
Siwgr oedd prif ffocws diodydd ymhlith siopwyr bwyd i fynd, gyda 40% yn cysylltu diod iach a siwgr isel neu ddim siwgr, a 31% yn nodi calori isel.

Nid yw mwyafrif y siopwyr (80%) wedi newid nifer y cynnyrch iach maent yn ei brynu o siop yn y 12 mis diwethaf. O'r 15% oedd wedi prynu nifer uwch o gynnyrch iach, roedd cyfran ychydig yn uwch yn y grŵp oedran 16-34 oed. Roedd 64% yn dweud iddynt brynu nifer uwch o gynnyrch iach i gadw'n iach (yn hytrach nag am unrhyw reswm penodol, neu e.e. fethu â goddef elfen benodol (intolerance)).

Roedd gan Tesco, Sainsbury's, y Co-op a Pret enw da yn nhermau barn siopwyr am ddarpariaeth iach (gyda thua 90% o siopwyr yn teimlo fod digon o

ddewisiadau bwyd i fynd iach). Roedd Spar, Budgens a Nisa yn agosach at Greggs a Costa (bodlonrwydd yn 65%-90%). Tra bo diffyg dewis iach yn gallu bod yn bwynt gwerthu unigryw (e.e. Burger King), i nifer cynyddol o siopwyr sy'n disgwyl cael dewisiadau iach, bydd amrediad gwael yn rhwystr i brynu.

Siopwyr: Pa mor gryf ydych chi'n cytuno fod y siop hon yn cynnig digon o ddewis iach o ran Bwyd i Fynd??



Siopwyr mewn siopau cyfleus sy'n fwyaf bodlon â'r dewisiadau iach sydd ar gael iddynt, a gall hyn fod yn bwynt gwerthu unigryw allweddol i'r sector siopau cyfleus yn y farchnad i fynd.