

Lawrlwytho eich eiconau a phosteri alergenau

Mae'r deunyddiau hyn ar gael i'w lawrlwytho yn Gymraeg a Saesneg.

Rhaid i fusnesau bwyd ddweud wrth ddefnyddwyr os ydynt yn defnyddio unrhyw un o'r 14 alergen rheoleiddiedig yn y bwyd y maent yn ei ddarparu.

Os ydych yn gwerthu bwyd heb ei becynnu ymlaen llaw neu fwyd rhydd, fel pryd mewn bwyty neu frownis rhydd, gallwch ddewis sut i ddarparu'r wybodaeth hon. Fodd bynnag, yr arfer gorau yw sicrhau bod gwybodaeth am alergenau ar gael i'r defnyddiwr yn ysgrifenedig. Mae hyn yn gweithio orau pan gaiff yr wybodaeth ei hategu gan sgwrs gyda'r defnyddiwr.

Eiconau Alergenau

Mae'r eiconau alergenau ar gael fel ffeiliau PNG, ac mae'r matricesau ar gael fel PDF neu PPTX.

Mae'r posterï alergenau ar gael i'w lawrlwytho yn Gymraeg a Saesneg. Mae'r posterï ar gael fel PDF neu JPEG.



Cyfarwyddiadau ar ddefnyddio eiconau alergen

Gallech ddewis ysgrifennu'r **holl** alergenau **sy'n bresennol** ym mhob eitem fwyd ar fwydlen, tocyn bwyd neu label fel:

Satay cyw iâr: yn cynnwys **gwenith**, **soi**, **pysgod**, a **physgnau**.

Neu, gallech ddewis defnyddio symbolau i gynrychioli pob alergen sy'n bresennol yn y bwyd. Gallwch lawrlwytho symbolau unigol neu bob un ohonynt i'w defnyddio ar eich dogfennau alergenau eich hun yma.

Er mwyn defnyddio'r symbolau'n effeithiol:

- Sicrhewch fod y symbolau o leiaf 0.6 cm x 0.6 cm o ran maint (mae hwn yn debyg i ffont maint 20pt).

- Defnyddiwch y fersiwn du a gwyn o'r symbolau wrth ddefnyddio argraffydd du a gwyn er mwyn sicrhau eu bod o'r ansawdd uchaf.
- Lawrlwythwch y symbolau bob tro yr hoffech eu defnyddio oherwydd y gallai eu copïo a'u gludo arwain at ansawdd gwael.

Gellir lawrlwytho'r symbolau a'u mewnosod mewn rhaglenni amrywiol fel Microsoft Word, a hynny er mwyn bodloni anghenion busnes ac maent ar gael yn Gymraeg a Saesneg.

Gellir gwneud y symbolau'n fwy neu'n llai eu maint, ond rhaid cymryd gofal i sicrhau bod enw'r alergen yn gwbl amlwg neu ei fod wedi'i ddarparu mewn allwedd hygyrch lle mae enw'r alergen i'w weld yn glir.

Rhaid cymryd gofal ychwanegol gyda chnau a grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten, oherwydd bod y ddau alergenau bwyd hyn yn rhan o grwpiau o fwydydd. Mae cnau'n cynnwys pob cnau coed, fel cnau almon a chnau cyll (ond nid pysgnau, sy'n dod o dan godlysiau). Mae grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten yn cynnwys y rhan fwyaf o rawn, fel gwenith a haidd. Wrth ddarparu'r wybodaeth am alergenau gan ddefnyddio symbolau, gellir defnyddio un symbol i gynrychioli'r gr?p alergenau. Fodd bynnag, mae'n rhaid i'r busnes bwyd allu rhoi cyngor ar y gneuen neu'r grawnfwyd penodol os oes angen rhagor o wybodaeth ar ddefnyddwyr.

Dylai busnesau bwyd hefyd fod yn ystyriol wrth wneud honiadau 'rhydd rhag', fel 'heb glwten', er mwyn osgoi dryswch. Rhaid i'r defnyddiwr allu deall a yw'r alergen yn bresennol ai peidio – er enghraifft, a yw cynnyrch yn cynnwys grawnfwydydd/grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten neu a yw'n rhydd rhag grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten.

Mae gwahaniaeth rhwng honiadau heb glwten a honiadau heb alergenau bwyd. Mae hyn oherwydd nad yw glwten yn alergen, ond yn hytrach, mae'n brotein a geir mewn grawnfwydydd sy'n effeithio ar bobl â chlefyd seliag, tra bo alergenau bwyd yn cynnwys amrywiaeth o broteinau a all achosi adweithiau alergaidd. Mae hyn yn golygu bod pob honiad 'rhydd rhag' alergenau bwyd yn warant na fydd y bwyd yn cynnwys yr alergen hwnnw. Mae hyn er mwyn diogelu'r pobl â'r alergedd hwnnw – er enghraifft, mae honiad 'heb rawnfwyd' yn warant na fydd y bwyd yn cynnwys unrhyw rawnfwydydd. I'r gwrthwyneb, mae honiad 'heb glwten' yn rhoi gwybod i bobl â chlefyd seliag bod [llai nag 20ppm o glwten yn y cynnyrch terfynol](#). Mae rheolau ar gyfer gwneud honiadau 'heb glwten'. Mae rhagor o wybodaeth am y rheolau hyn ar gael yn ein [canllawiau technegol ar labelu alergenau bwyd](#).

Eiconau alergenau Cymraeg

- [Eiconau alergenau gyda'r alergenau wedi'u rhestru, mewn lliw \(Cymraeg\) - PNG](#)
- [Eiconau alergenau gyda'r alergenau wedi'u rhestru, mewn du a gwyn \(Cymraeg\) - PNG](#)
- [Eiconau alergenau heb yr alergenau wedi'u rhestru, mewn lliw \(Cymraeg\) - PNG](#)
- [Eiconau alergenau heb yr alergenau wedi'u rhestru, mewn du a gwyn \(Cymraeg\) - PNG](#)

Eiconau alergenau Saesneg

- [Eiconau alergenau gyda'r alergenau wedi'u rhestru, mewn lliw \(Saesneg\) - PNG](#)
- [Eiconau alergenau gyda'r alergenau wedi'u rhestru, mewn du a gwyn \(Saesneg\) - PNG](#)
- [Eiconau alergenau heb yr alergenau wedi'u rhestru, mewn lliw \(Saesneg\) - PNG](#)
- [Eiconau alergenau heb yr alergenau wedi'u rhestru, mewn du a gwyn \(Saesneg\) - PNG](#)

Matrics alergenau

Cyfarwyddiadau ar gyfer matrics alergenau

Gallai busnesau bwyd ddewis defnyddio matrices alergenau i ddarparu gwybodaeth ysgrifenedig am alergenau. Wrth ddefnyddio matrices, mae'n rhaid nodi pob un o'r 14 alergen sy'n bresennol yn y bwyd.

Dyma enghraifft o matrices alergenau:

Ar gyfer cnau (cnau coed) a grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten, mae'n rhaid i chi allu dweud wrth y defnyddiwr yn benodol pa gneuen neu rawn sy'n bresennol os gofynnir i chi. Gallwch nodi'r gneuen neu'r grawnfwyd penodol mewn testun o dan enw'r pryd neu drwy ddarparu'r wybodaeth hon mewn ffordd arall.

Gallwch [lawrlwytho fersiwn y gellir ei olygu o'r matrices hwn](#) a theipio dros y testun a'i ddefnyddio ar gyfer eich prydau eich hun. Gallwch hefyd argraffu'r matrices ac ysgrifennu prydau arno â llaw (gan sicrhau ei fod yn ddarllenadwy ac yn hawdd ei ddeall).

Matrics alergenau Cymraeg

- Enghraifft o matrices eicon alergenau, lliw (Cymraeg) - PDF
- [Matrics eicon alergenau, lliw \(Cymraeg\) - PDF](#)
- [Matrics eicon alergenau, lliw \(Cymraeg\) - PPTX](#)

Matrics alergenau Saesneg

- [Enghraifft o matrices eicon alergenau, lliw \(Saesneg\) - PDF](#)
- [Matrics eicon alergenau, lliw \(Saesneg\) - PDF](#)
- [Matrics eicon alergenau, lliw \(Cymraeg\) - PPTX](#)

Posterï alergenau

Cyfarwyddiadau ar gyfer y poster alergenau

Mae hefyd yn bwysig siarad â defnyddwyr am eu gofynion o ran alergenau. Gall busnesau bwyd annog defnyddwyr i siarad â staff am eu hanghenion mewn nifer o ffyrdd, fel gofyn i ddefnyddwyr a/neu arddangos arwyddion.

Gallwch lawrlwytho arwydd i'w arddangos yn eich adeilad neu ar eich gwefan/llwyfan ddigidol.

Mae dwy fersiwn o'r arwydd. Mae gan un le yn y gornel dde ar y gwaelod i chi roi logo eich busnes eich hun arno.

Er mwyn ychwanegu logo eich busnes at y fersiwn hon o'r arwydd, yn gyntaf lawrlwythwch y poster cywir o wefan yr ASB. Unwaith y byddwch wedi lawrlwytho'r poster, gellir ei olygu yn ei fformat JPEG yn Adobe Acrobat (sef y feddalwedd a ddefnyddir fel arfer i ddarllen PDFs) trwy agor y ffeil a chlicio 'Edit > Image' (dewiswch ddelwedd y logo ac addaswch yn unol â hynny).

Mae'r fersiynau gweithio/y gellir eu golygu hefyd ar gael drwy Adobe Illustrator. Bydd angen meddalwedd [Adobe Illustrator](#) gan Adobe Creative Cloud arnoch.

Gellir lawrlwytho'r poster yn Gymraeg neu Saesneg.

Poster alergenau gyda dalfan ar gyfer logo busnes

Dyma fersiwn o'r poster sy'n cynnwys dalfan ar gyfer logo eich busnes.

Poster alergenau heb ddalfan ar gyfer logo busnes

Dyma'r poster heb ddalfan ar gyfer ychwanegu logo busnes. Gallwch lawrthlwytho'r poster hwn i'w ddefnyddio heb ychwanegu logo.

Poster alergenau Cymraeg

- [Poster alergenau gyda dalfan ar gyfer logo cwmni \(Cymraeg\) - PDF](#)
- [Poster alergenau heb logo \(Cymraeg\) - PDF](#)
- [Poster alergenau gyda dalfan ar gyfer logo cwmni \(Cymraeg\) - JPEG](#)
- [Poster alergenau heb logo \(Cymraeg\) - JPEG](#)
- [Poster alergenau gyda dalfan ar gyfer logo cwmni \(Cymraeg\) - DOCX \(Word\)](#)

Poster alergenau Saesneg

- [Poster alergenau gyda dalfan ar gyfer logo cwmni \(Saesneg\) - PDF](#)
- [Poster alergenau heb logo \(Saesneg\) - PDF](#)
- [Poster alergenau gyda dalfan ar gyfer logo cwmni \(Saesneg\) - JPEG](#)
- [Poster alergenau heb logo \(Saesneg\) - JPEG](#)
- [Poster alergenau gyda dalfan ar gyfer logo cwmni \(Saesneg\) - DOCX \(Word\)](#)