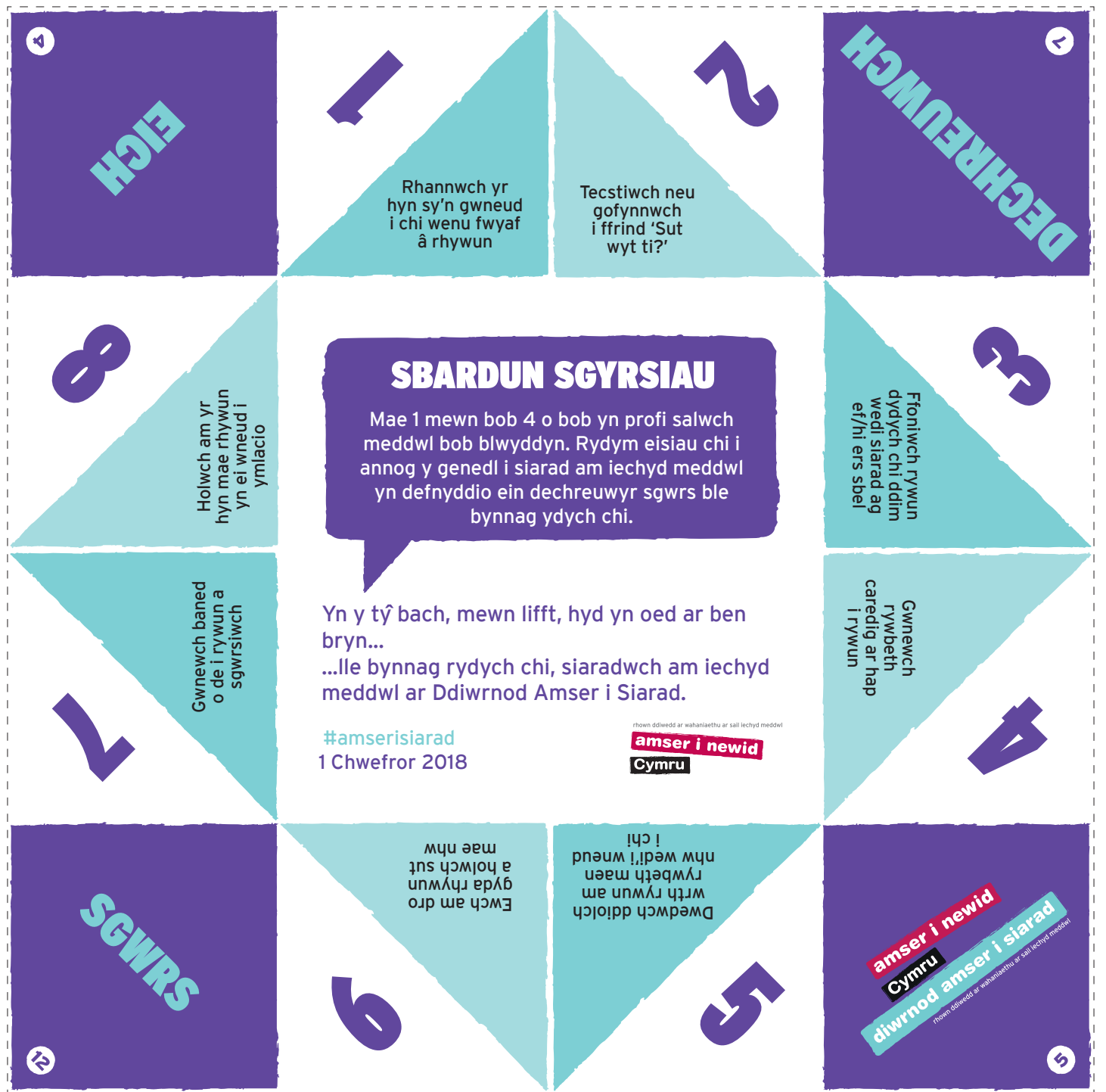
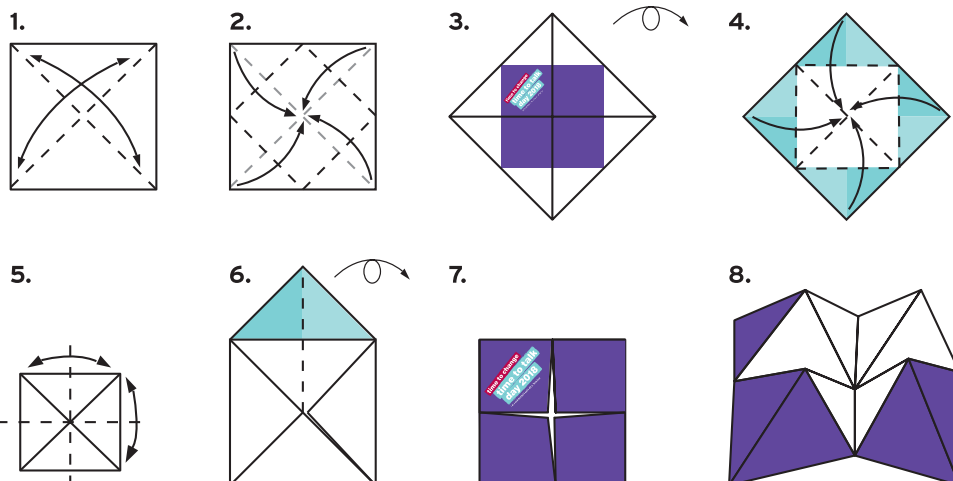




Cyfarwyddiadau plygu



Sut i gynnu sgwrs

- Dewiswch rif mewn cylch ac agorwch bob yn ail gyfeiriad y nifer o weithiau hwnnw
- Dewiswch rif porffor ac agorwch bob yn ail gyfeiriad y nifer o weithiau hwnnw
- Dewiswch eich rhif olaf, agorwch y fflap a dechreuwch eich sgwrs

DIWRNOD AMSER I SIARAD
AM IECHYD
MEDDWL YMA