

HAELIONI: DYWEDWCH WRTH ERAILL BETH SY'N EU GWNEUD YN WYCH!



ENW _____

1. Eisteddwch mewn cylch mewn **grwpiau o chwech**.
2. Bydd angen i bawb gymryd taflen, ysgrifennu eich enw arni a **gwneud amlinell o'ch llaw** ar gefn y daflen.
3. **Rhowch y daflen gydag amlinell o'ch llaw** i'r person ar y chwith.
4. Edrychwch i weld llaw pwy sydd gennych chi, **meddylwch am rywbeth sy'n eu gwneud nhw'n wych** a'i ysgrifennu y tu mewn i amlinell un o'r bysedd. Os oes amser, addurnwch y bys rydych chi wedi'i ysgrifennu ynddo.
5. **Rhowch y daflen** i'r person ar y chwith a gwneud cam rhif pump eto.
6. Pan fyddwch yn cyrraedd y chweched tro, byddwch yn **cael eich llun llaw gwreiddiol** yn ôl.
7. Darllenwch y pethau mae'r grŵp wedi'u dweud sy'n eich **gwneud chi'n wych**.



Mae haelioni'n ymwneud â gallu rhoi amser, meddwl ac ymdrech yn eich perthynas â phobl eraill. Mae geiriau caredig yn ffordd hwyliog a hael o ledaenu caredigrwydd.

yr

HER

caredigrwydd



childline

AR-LEIN, AR Y FFÔN, UNRHYW BRYD



Os bydd angen cymorth arnat ti rywbryd, ffonia **0800 1111**, neu cer i **childline.org.uk/kids**

Gwasanaeth gan yr NSPCC yw Childline. ©NSPCC 2024. Elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr 216401. Yr Alban SC037717 a Jersey 384. Ffotograffiaeth gan Tom Hull. Modelau yw'r bobl ifanc yn y llun. J20240074.