

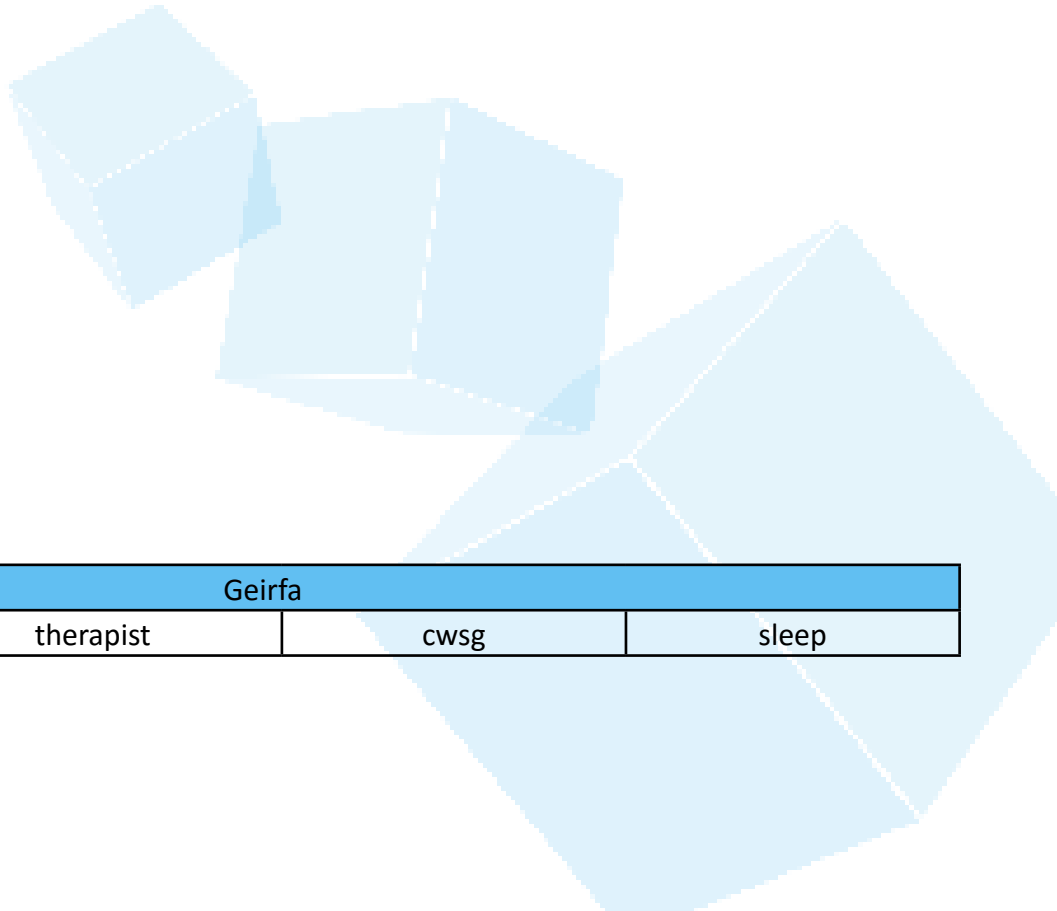
Tasg 2

Cysgu'n dda

Chwarae rôl

Partner 1: Rydych chi'n cael problemau cysgu yn y nos. Rydych chi'n mynd i weld therapydd cwsg.

Partner 2: Chi ydy'r therapydd cwsg. Gofynnwch gwestiynau i'ch partner chi a rhowch gyngor ar sut i gysgu'n dda. Mae help i chi ar y dudalen nesaf.



Geirfa			
therapydd	therapist	cwsg	sleep

