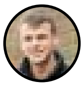
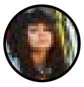
Tasg 2

Rhoi cyngor

Darllenwch y fforwm yma.

 Alec:	Straen? Dw i ddim o dan straen. Mae popeth yn fendigedig!
Ceri:	Rwyt ti'n lwcus – dw i o dan straen achos mae prawf Ffrangeg yfory a dw i ddim yn gwybod y gwaith.
Alec:	Wel, dysga'r gwaith – neu gwna ddyn eira allan o bapur!
 Lois:	Gwneud dyn eira allan o bapur! Dyna syniad twp! Dw i o dan straen achos y teulu a ffrindiau. Dw i eisiau mynd allan gyda fy ffrindiau ond mae Mam yn dweud, "Na!" ac mae fy ffrindiau i'n dweud, "Babi Mami!"
Ahmed:	O, diar! Os ydw i o dan straen, dw i'n gwrando ar gerddoriaeth.
Alec:	Pa fath o gerddoriaeth?
Ahmed:	Cerddoriaeth fywiog, uchel. Dw i'n anghofio'r straen wedyn.
Bryony:	Dw i'n mynd allan i redeg os ydw i o dan straen. Pwy arall sy'n mynd allan i redeg?
Ahmed:	Rhedeg? Dydy rhedeg ddim yn helpu. Mae'n gas gyda fi redeg.

Geirfa	
cyngor	advice
gwna	make (command)
dyn eira	snowman
bywiog	lively
uchel	loud
anghofio	to forget
mae'n gas gyda fi ...	I hate (South Wales)
mae'n gas gen i ...	I hate (North Wales)

CIWB

1. Atebwch y cwestiynau yma.

a. Pwy yn y fforwm sy o dan straen?

b. Pa fath o straen?

c. Beth ydy'r cyngor ar gyfer delio gyda straen yn y fforwm yma?

ch. Rhowch gyngor arall i'r bobl yma. Ydych chi'n cofio sut i roi cyngor?

Edrychwch yn y rhifyn diwethaf o **Ciwb** os dydych chi ddim yn cofio.

Ysgrifennwch y patrymau pwysig yma:

2. Ysgrifennwch e-bost at un o'r bobl yn rhoi cyngor ar sut i ddelio gyda straen.

Rhowch lawer o opsiynau i'r person yma.

CIWB

At: Oddi wrth: Testun	At bwy Eich cyfeiriad e-bost chi Am beth mae’r e-bost
	Helo. / Bore da / Prynhawn da. Dw i’n ysgrifennu ... Dylech chi ... / Dylet ti ... Ddylech chi ddim ... / Ddylet ti ddim ... Pob lwc! Hwyl fawr! Eich enw chi

Os ydych chi eisiau darllen am ffyrdd eraill o ddelio gyda straen, ewch i Ymlacio ar draws y byd (2).

Geirfa	
llawer o opsiynau	many options
ffyrdd eraill	other ways