

Atebion

Tasg 1 – Sgrechian!

1. sgrechian ac eistedd mewn ystafell llawn cŵn.
- 2.

Beth yw pwynt sgrechian? Dw i'n mynd allan i redeg os ydw i'n teimlo o dan straen. Dw i'n rhedeg nerth fy nhraed o gwmpas y parc neu ar hyd y traeth a dw i'n anghofio am yr ysgol, am waith cartref, am arholiadau ac am unrhyw broblemau eraill sydd wedi codi. Dw i'n anghofio am bopeth a dw i'n dod adre'n teimlo'n gyffrous. Does dim pwynt sgrechian nac eistedd mewn ystafell sy'n llawn cŵn.