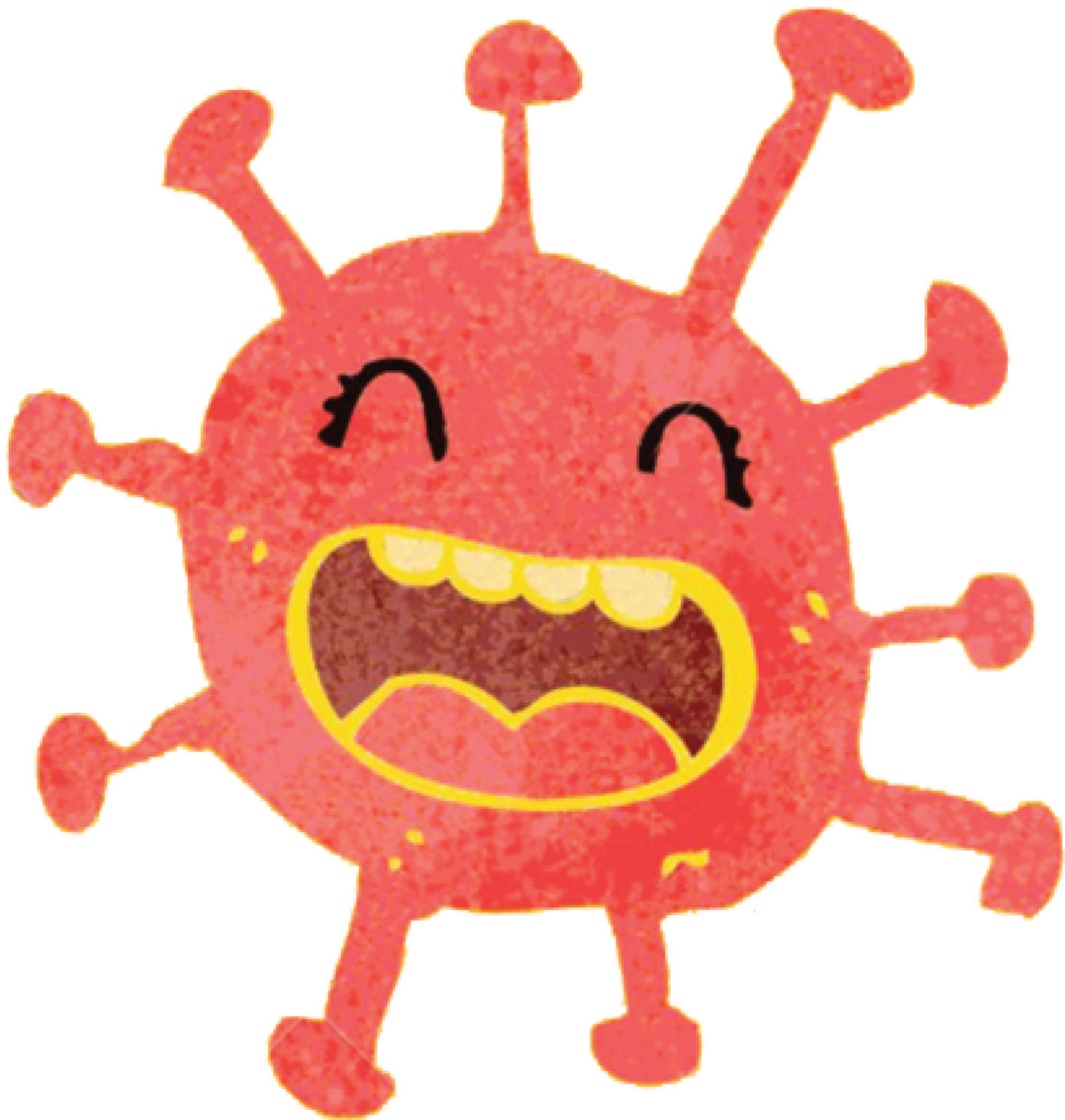


HELO!

**FEIRWS ydw i,
ac rwy'n perthyn i'r
Ffliw a'r Annwyd Cyffredin**



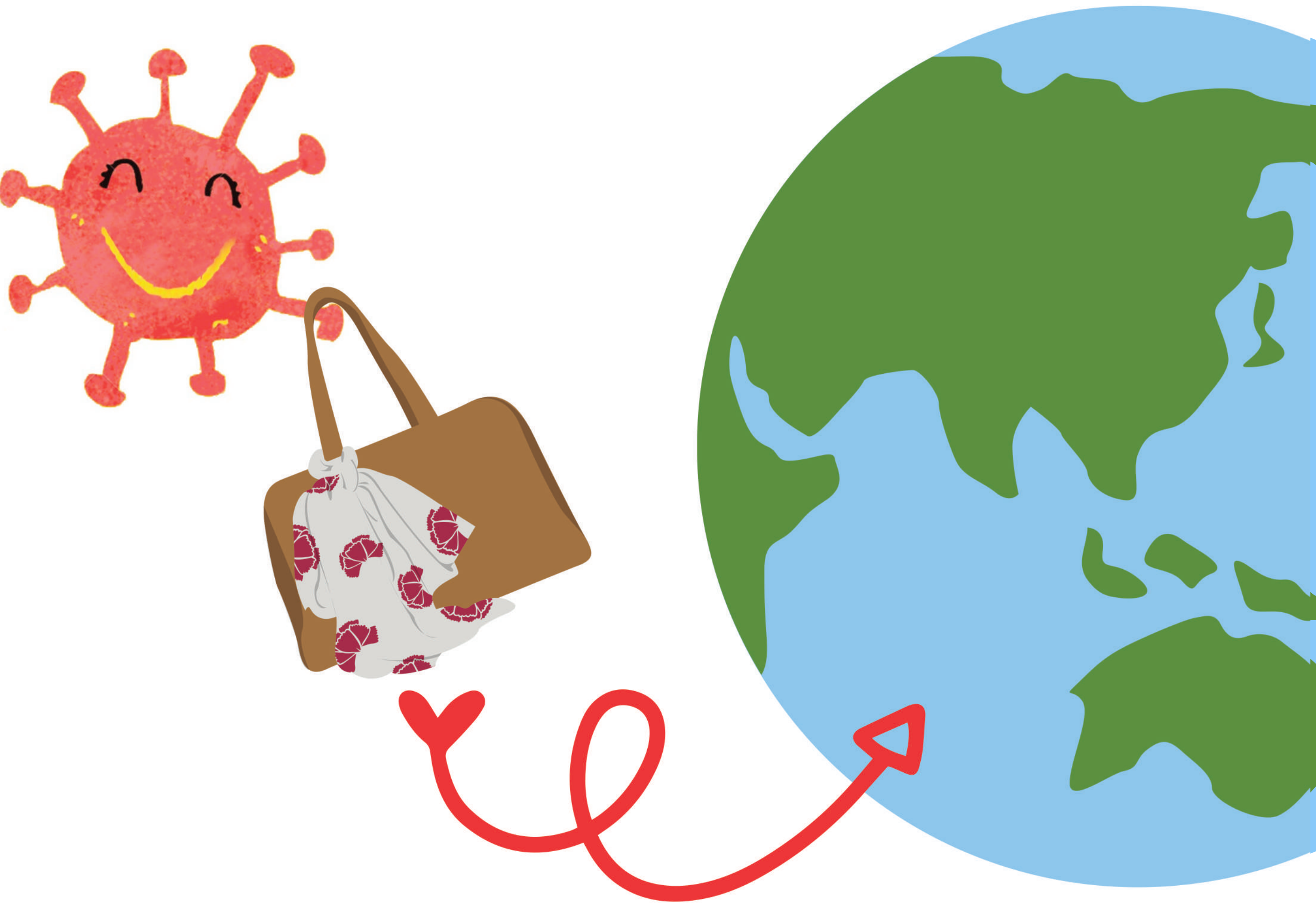
Fy enw i yw Coronafeirws

MANUELA MOLINA - @MINDHEART.KIDS

WWW.MINDHEART.CO

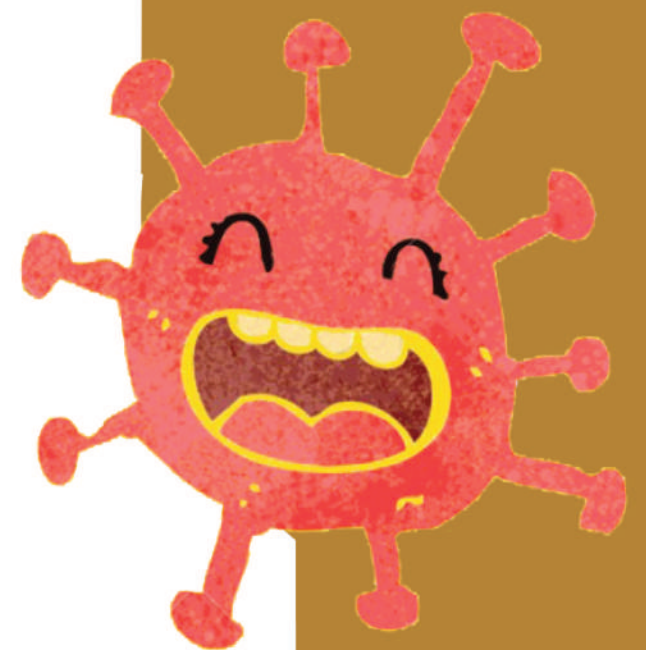
CC BY-NC-SA 4.0 INTERNACIONAL PUBLIC LICENSE

Rwy'n hoffi teithio....



**PAWEN
LAWEN**

**ac yn hoffi neidio o
law i law i ddweud Hello**



A ydych chi wedi clywed amdanaf fi?

DO  **NADDO** 



Sut ydych chi'n teimlo pan ydych yn clywed fy enw i?



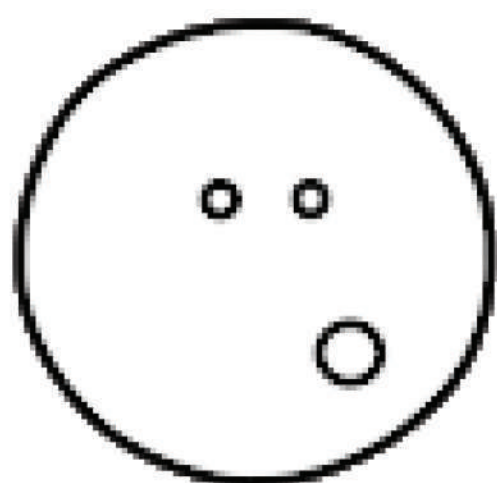
Hamddenol



Dryslyd



Poenus



Chwilfrydig

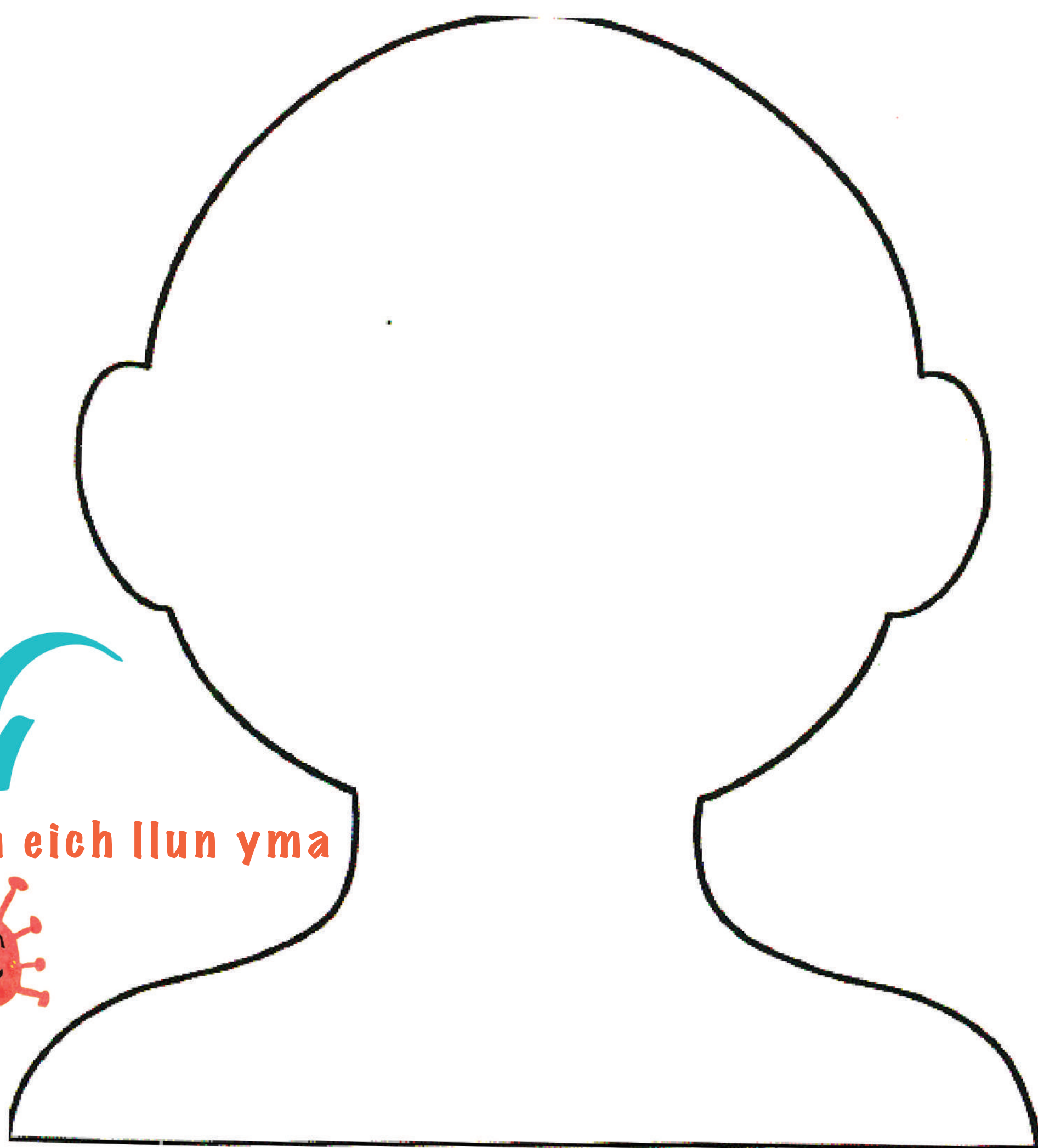


Nerfus

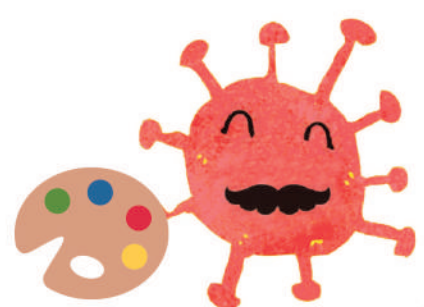


Trist

**Rwy'n deall eich bod yn
teimlo'n...**

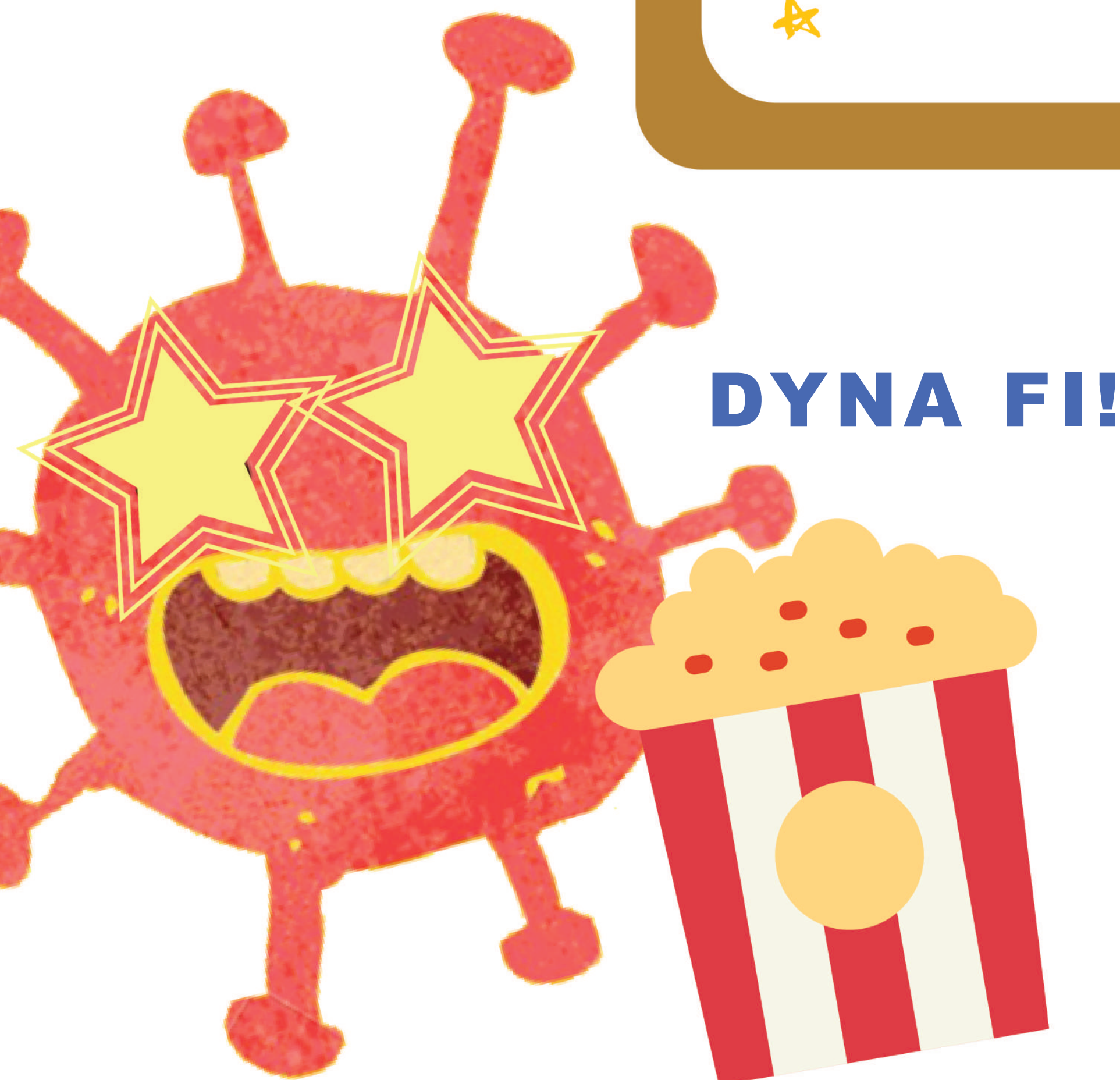
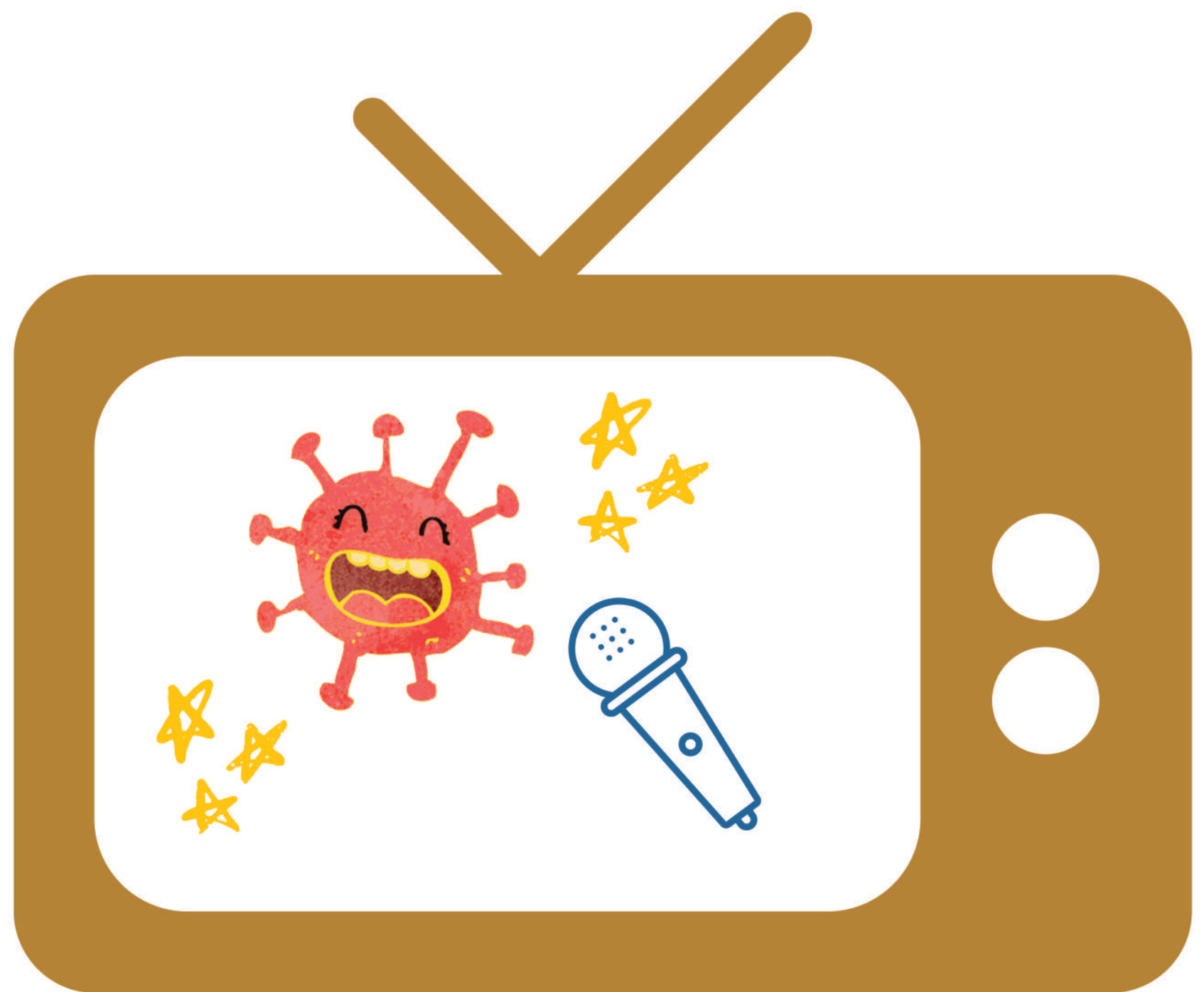


Tynnwch eich llun yma



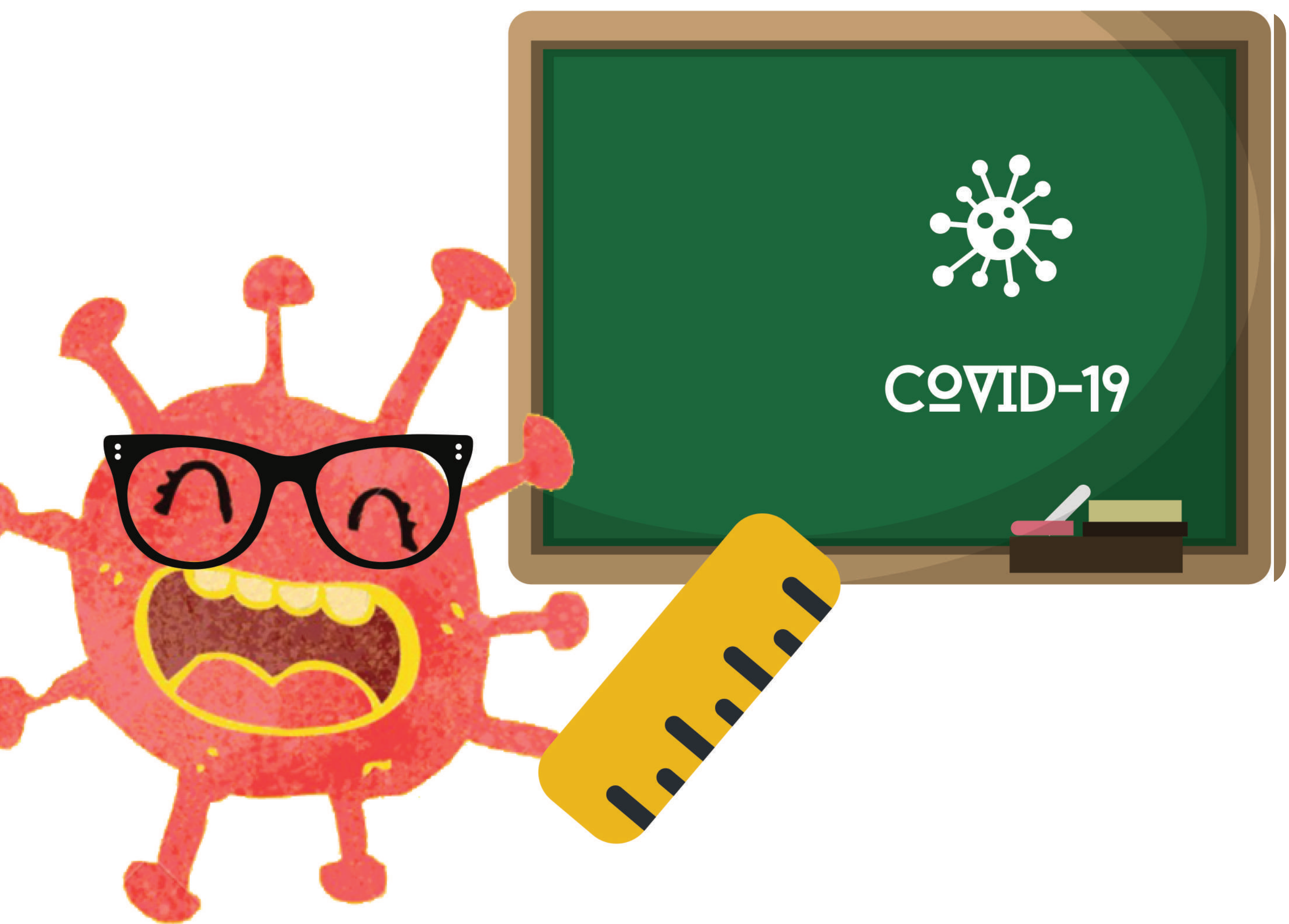
**...Buaswn innau'n teimlo'r
un fath**

Weithiau bydd oedolion yn
dechrau poeni pan fyddant yn
darllen y newyddion neu
yn fy ngweld ar y teledu



DYNA FI!

**Ond rwyf yn mynd i egluro
fy hunan...**

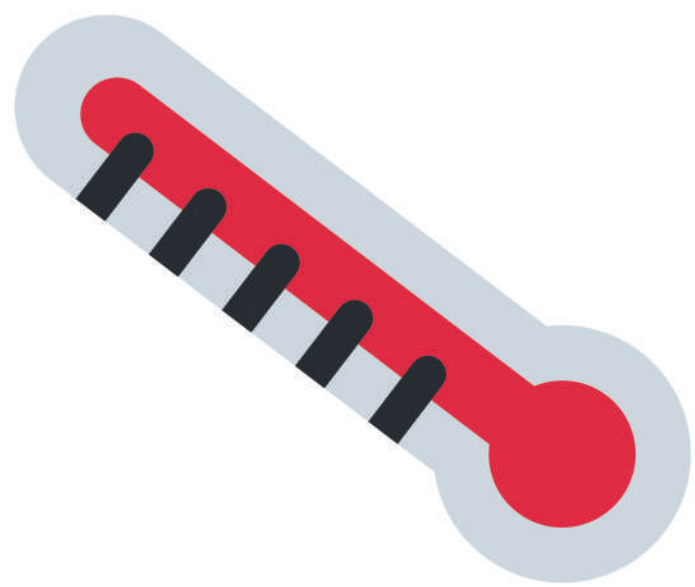


Fel y gallwch ddeall...

Pan fyddaf yn ymweld â rhywun,
rwyf yn dod ag...



Anawsterau anadlu



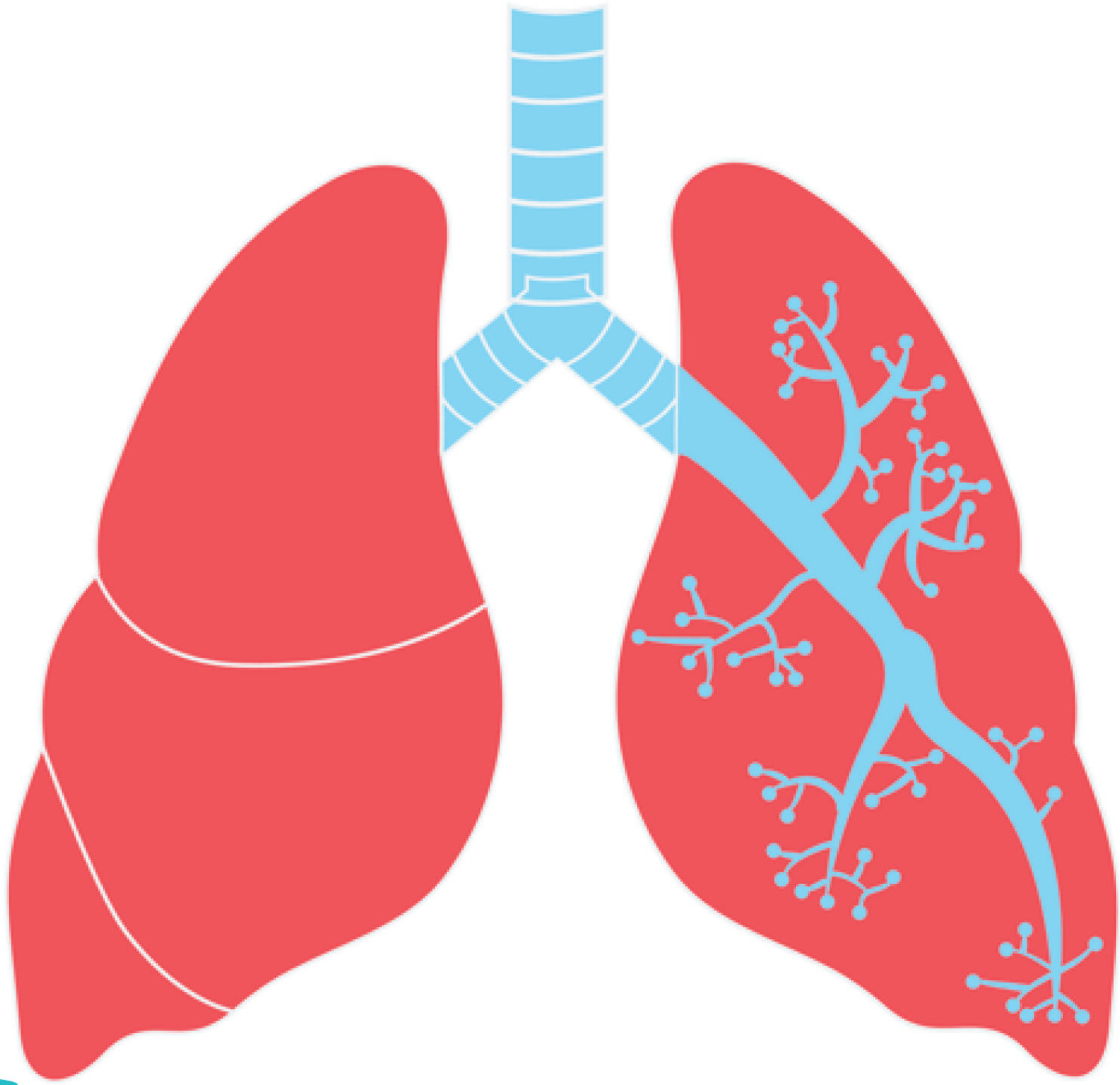
Twymyn



Peswch



Ond nid wyf yn aros gyda phobl yn hir, ac mae bron pawb yn gwella



Yn union fel pan fyddwch yn crafu eich pen-glin ac mae'n gwella

HWYL FAWR...



**Peidiwch â phoeni!
Bydd yr oedolion sy'n gofalu
amdanoch chi:**

yn eich cadw'n ddiogel.



A gallwch helpu...

1



Drwy olchi eich dwylo gyda sebon a dŵr wrth ganu cân



Gallwch ganu eich hoff gân, neu'r gân pen-blwydd hapus, neu gân yr wyddor

2



Drwy ddefnyddio hylif glanhau dwylo a gadael iddo sychu ar eich dwylo



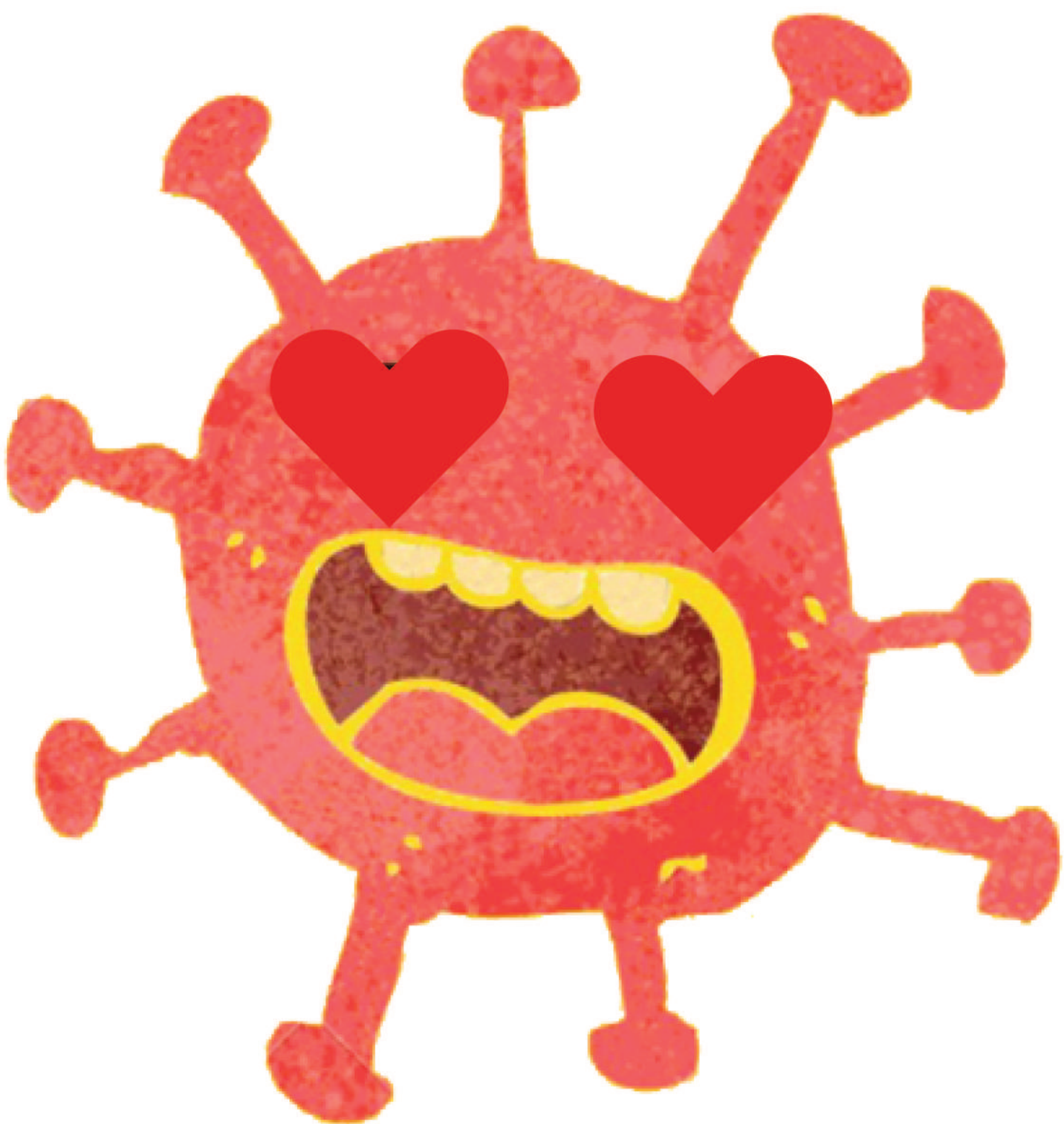
**Heb eu symud, cyfrwch i 10
1,2,3,4,5,6,7,8,9,10**

Unwaith y bydd eich dwylo yn sych, gallwch fynd yn ôl i chwarae!

**Os gwnewch hynny i gyd,
ni fyddaf yn ymweld â chi**



**Tra bo'r meddygon yn gweithio i ganfod
brechlyn a fydd yn galluogi imi ddweud
helo heb eich gwneud yn sâl.**

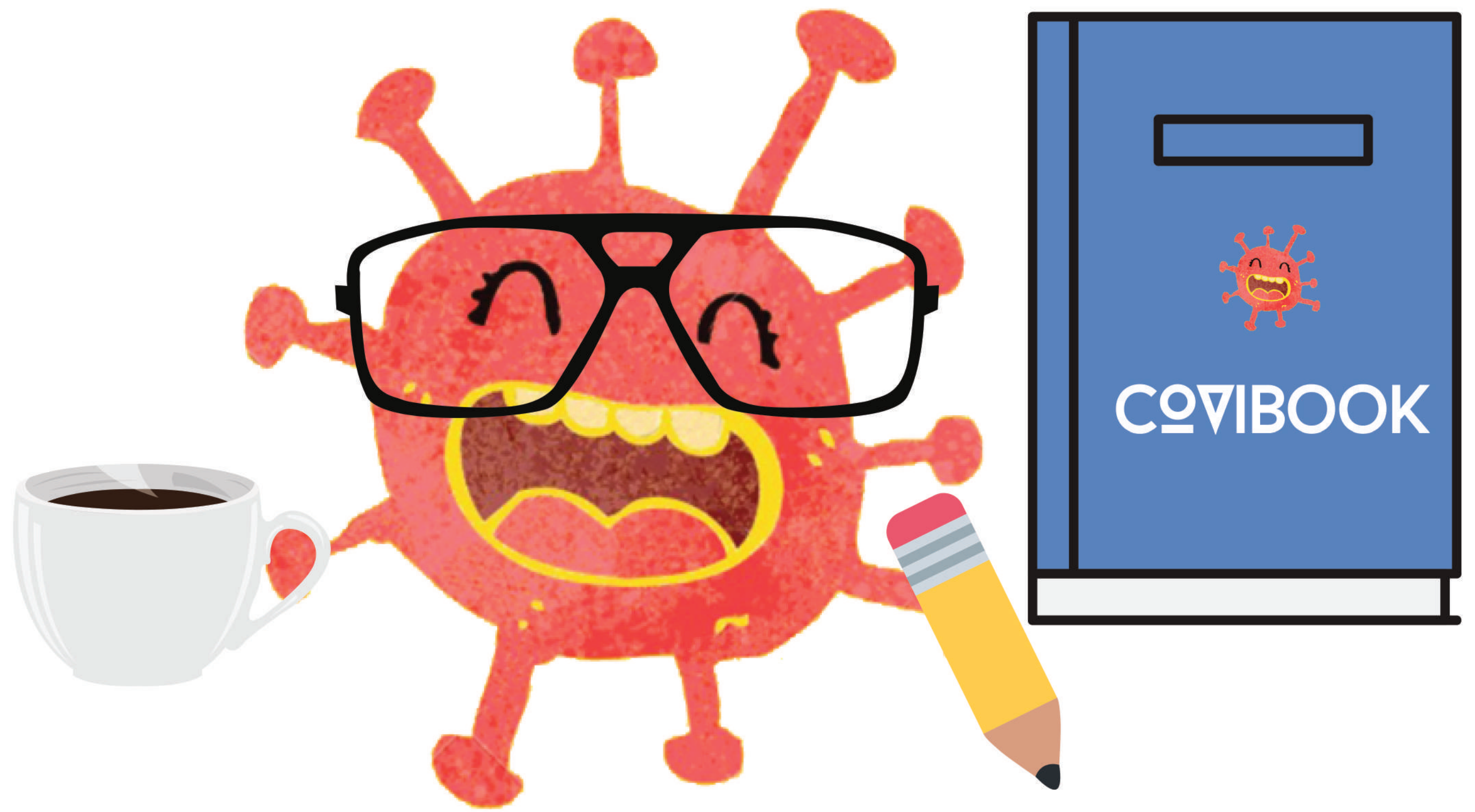


MANUELA MOLINA - @MINDHEART.KIDS

WWW.MINDHEART.CO

CC BY-NC-SA 4.0 INTERNACIONAL PUBLIC LICENSE

Y DIWEDD



www.mindheart.co/descargables

Awdur:
Manuela Molina Crus
Instagram: mindhearts.kids
manuela_825@hotmail.com

CC BY-NC-SA 4.0 Internacional Public License