

EFFAITH (asesu: 1 isaf, 5 mwyaf)

1

2

3

4

5

Unigol

Effaith leiaf posibl
iechyd meddwl ar
hunanofal

Effaith fach iechyd

YMATEB

CYFRINACHEDD

Cyngor cychwynnol: Trwy beidio â datgelu enw'r myfyriwr, gallwch ofyn am gyngor cychwynnol, heb dorri cyfrinachedd.