

Y PEDWAR DIBEN

BYDD EIN HOLL BLANT A
PHOBL IFANC YN UNIGOLION
IACH, HYDERUS SYDD:

â gwerthoedd sicr ac sy'n
sefydlu eu credoau
ysbrydol a moesegol

yn gwneud penderfyniadau
pwylllog ynghylch eu ffordd
o fyw ac yn rheoli risg

yn meithrin eu lles
meddyliol ac emosiynol
drwy ddatblygu hyder,
cadernid ac empathi

â'r hyder sydd ei angen i
gymryd rhan
mewn perfformiadau

yn cymhwyso gwybodaeth
am effaith deiet ac ymarfer ar
iechyd corfforol a meddyliol
yn eu bywyd pob dydd

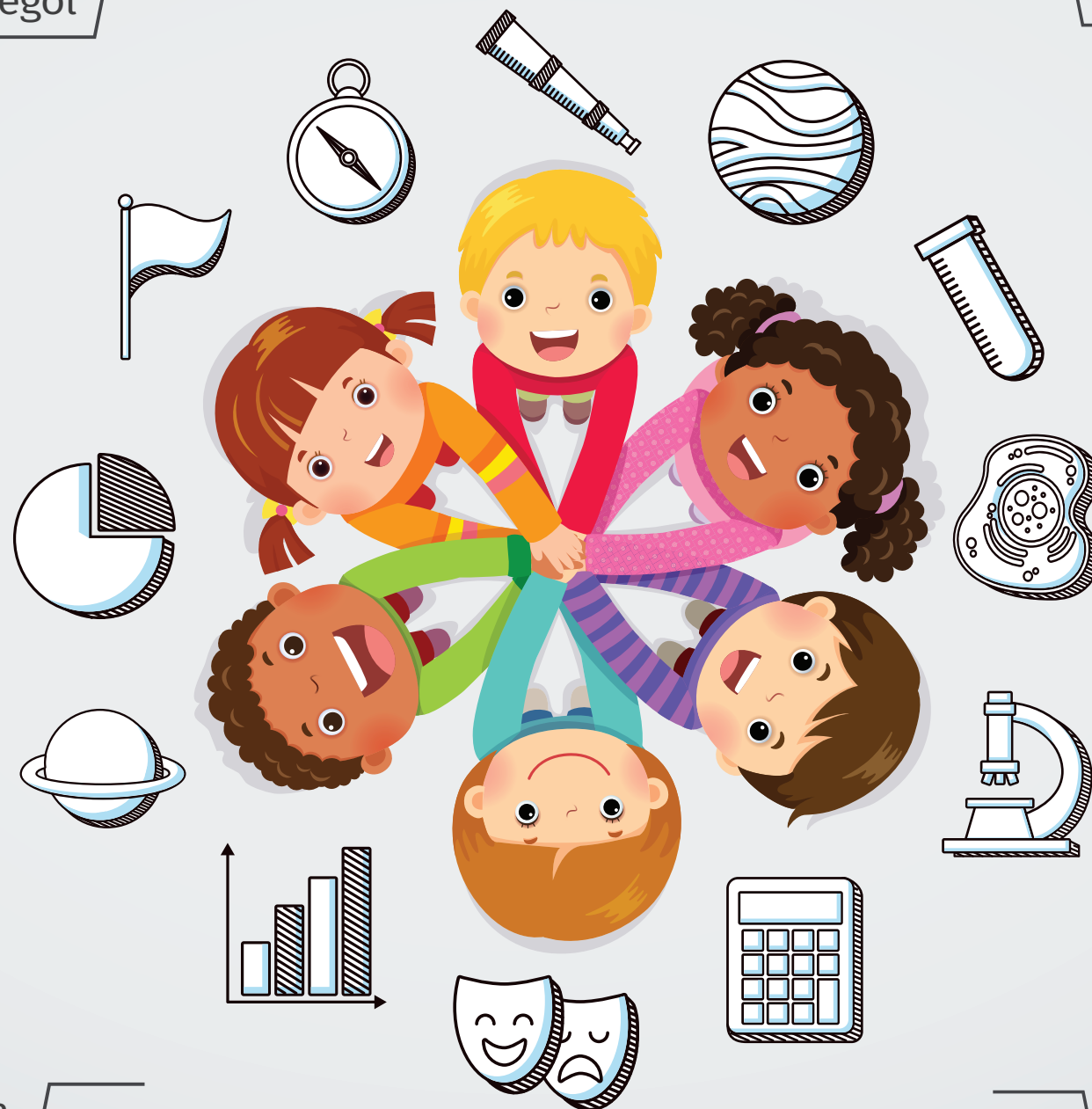
yn ffurfio perthnasoedd
cadarnhaol wedi'u seilio
ar ymddiriedaeth a
pharch at ei gilydd

yn gwybod sut i ddod o hyd
i'r wybodaeth a'r cymorth
sydd eu hangen i
gadw'n ddiogel ac iach

yn wynebu
heriau ac yn eu trechu

yn cymryd rhan mewn
gweithgarwch corfforol

â'r sgiliau a'r wybodaeth
sydd eu hangen i ddelio
â'u bywyd pob dydd mor
annibynnol ag y gallant



**AC YN BAROD I FYW BYWYD GAN WIREDU EU DYHEADAU FEL
AELODAU GWERTHFAWR O GYMDEITHAS.**