

Name: _____

Date: _____

Iechyd Meddwl

C	Y	M	O	R	T	H	K	T	P	H	R	Z	H	G	H	D	D	Y	F	F	K	K	K
P	Y	P	P	R	J	X	J	S	I	J	M	U	L	H	T	A	D	A	H	Y	D	E	R
V	V	F	L	N	S	T	R	I	S	T	W	C	H	C	L	C	G	L	A	G	Q	D	P
G	O	I	C	A	L	M	Y	O	D	N	A	R	W	G	M	Z	L	H	A	S	P	Y	O
O	G	I	T	H	A	P	U	S	G	U	I	A	K	L	X	W	E	J	L	W	E	F	S
R	B	K	H	T	L	C	Z	H	B	U	X	H	Z	M	Y	L	D	E	S	C	C	A	I
E	N	H	C	E	R	D	M	Y	S	Q	A	S	W	D	P	H	K	K	X	Y	F	L	T
S	G	N	U	A	V	K	R	K	Z	Q	M	L	D	V	C	L	U	P	F	C	C	B	I
G	C	E	B	G	S	K	H	B	P	G	J	I	G	T	N	A	O	E	P	U	I	A	F
Y	O	I	O	O	Z	J	Q	C	O	N	A	Q	E	W	I	J	I	W	I	E	T	R	B
N	J	R	D	N	U	W	Y	B	W	N	E	F	S	D	Y	L	M	K	Q	M	I	H	B
P	F	H	Z	F	S	N	A	N	T	L	G	G	N	A	L	D	H	C	R	A	P	A	T
M	O	O	Y	E	J	T	S	S	E	X	E	I	Y	G	D	P	N	D	B	S	J	U	J
E	Q	I	N	C	I	H	Y	X	O	Z	R	W	A	D	V	D	R	W	H	Q	L	I	D
D	Z	P	Q	H	B	A	T	R	J	F	O	R	A	Y	D	E	A	U	C	U	G	O	D
D	D	Y	W	R	G	I	N	U	F	Z	W	B	O	T	D	O	C	S	E	H	Z	O	E
Y	P	R	E	D	L	E	S	I	T	C	R	V	H	P	Y	T	L	T	U	R	Y	Z	D
L	D	A	I	R	A	C	R	G	H	F	G	X	L	I	N	R	B	R	U	W	U	V	Y
G	Z	I	T	T	U	O	A	M	Y	N	E	D	D	U	E	R	K	K	B	D	C	F	R
A	E	S	J	R	C	H	A	L	D	D	E	W	G	A	W	H	E	G	N	I	Y	V	F
R	M	S	X	S	N	R	X	G	R	J	B	A	J	U	A	X	A	P	M	W	N	H	D
W	U	Z	D	J	G	Y	Y	R	H	Y	D	D	I	D	L	B	P	S	G	S	G	L	W
C	Q	Z	F	W	R	K	H	F	B	M	V	O	H	A	L	G	R	X	H	Y	O	P	R
H	J	P	H	U	N	A	N	B	A	R	C	H	B	X	D	N	G	D	D	N	R	O	B

Cyfeillgarwch	Meddylgarwch	Brwdfrydedd	Dyfalbarhau	Hunanbarch	Cefnogaeth
Llwyddiant	Llawenydd	Ffrindiau	Unigrwydd	Negyddol	Tawelwch
Goresgyn	Gwydnwch	Tristwch	Gwranddo	Ymdrech	Amynedd
Cymorth	Iselder	Positif	Rhyddid	Ymlacio	Gobatih
Dathlu	Cariad	Cyngor	Addasu	Agwedd	Parch
Teulu	Ffydd	Hyder	Hapus	Cryf	Help
Egni	Cwsg	Ofn			