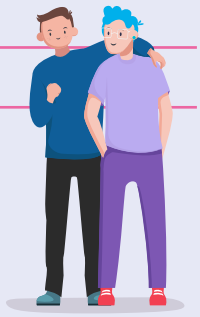
Wythnos Addysg Rhywiol

Cwblha'r gweithgareddau isod dros gyfnod o wythnos. Bydd yn gyfle i ti weld faint alli di ei ddysgu erbyn diwedd yr wythnos!

Dydd Llun

Noda bum peth y galli di eu gwneud gyda phartner rhamantaidd/agos a fyddai'n creu perthynas bositif, er enghraifft, cofio dyddiadau allweddol fel penblwyddi. Galli di feddwl hefyd am unrhyw sgiliau fyddai'n creu perthynas bositif, er enghraifft empathi a sgiliau gwrando.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



Dydd Mawrth

Heddiw, rwyt ti'n mynd i ddysgu am y gymuned LGBT+ I ddechrau, ceisia ddarganfod beth yw ystyr LGBT+ ac ysgrifenna dy atebion isod.

_____

Pam mae'n bwysig ein bod ni i gyd yn cofleidio'r gymuned LGBT+? Meddylia am dri rheswm ac esbonia dy atebion. Gallet ystyried cerddoriaeth, y celfyddydau, diwylliant, chwaraeon neu dy gymunedau wrth ateb.

1. _____
2. _____
3. _____

Dydd Mercher

Lluniau boster am y ffactorau allweddol i'w hystyried wrth fynd i mewn i berthynas bersonol agos. Dylet gynnwys gwybodaeth am gydsyniad ac esbonio pam mae mor bwysig.

Dydd Iau

Cymra ran mewn trafodaeth fer ynglŷn â pham mae “diogelwch” yn bwysig er mwyn cynnal iechyd a lles rhywiol. Noda’r camau ar gyfer sicrhau bod condom yn ddiogel i’w ddefnyddio ac esbonia sut i ddefnyddio un yn ddiogel - cofia gynnwys gwybodaeth am gael gwared ar gondomau sydd wedi cael eu defnyddio hefyd.

Dydd Gwener

Gwylia’r fideo canlynol am Heintiau a Drosglwyddir yn Rhywiol (STIs)

Heintiau a Drosglwyddir yn Rhywiol

Ymchwilia i weld ble mae’n bosibl cael cymorth ar gyfer STIs, ar-lein neu yn dy ardal leol, a chwilia i weld ble mae dy glinig iechyd rhywiol agosaf. Dylunia daflen gwybodaeth i ddangos i bobl sut i gael y cymorth hwn.