

# Mae'r Llyfr Atgofion Yma

ar gyfer

.....

wedi ei wneud gan

.....

Fy enw cyntaf

Fy nghyfenw

Enw fy nheulu neu fy enw cyn priodi

Manylion am fy ngenedigaeth

Dyddiad heddiw

Y peth pwysicaf y dylech wybod amdanaf i yw

## **Fy mywyd pan oeddwn yn ifanc**

Pan dyfais i fyny

Beth fedraf ei ddweud wrthy ch am fy mam

Beth fedraf ei ddweud wrthy ch am fy nhad

Beth fedraf ei ddweud wrthy ch am y teulu y tyfais i fyny gyda nhw

Beth oedd ein gwerthoedd fel teulu

## **Fy Mywyd Heddiw**

Am fy mhlant

Fy atgofion arbennig

Fy ffrindiau pwysig

Traddodiadau teuluol a digwyddiadau arbennig

Beth sy'n bwysig i mi

Fy niddordebau arbennig a nhalentau

Beth rwyf mewn difrif yn eu caru

Beth sy'n gas gennyf

Sut rwy'n treulio fy amser hamdden

Fy iechyd

Fy ngwaith

Fy addysg

Beth rwy'n ei werthfawrogi mewn bywyd

Pethau rwy'n credu ynddynt



## **I chi**

Beth fedraf ddweud wrthych am eich tad

Pobl sy'n bwysig i chi

Beth fedraf ei ddweud wrthych am aelodau eich teulu

Fy hoff atgofion amdanoch

## **I chi**

Beth fedraf ddweud wrthych am eich mam

Pobl sy'n bwysig i chi

Beth fedraf ei ddweud wrthych am aelodau eich teulu

Fy hoff atgofion amdanoch

Pethau amdanoch sy'n gwneud i mi deimlo'n falch

Beth yr ydych yn ei fwynhau

Beth sy'n gas gennych

Eich diddordebau

Fy nymuniadau ar gyfer eich dyfodol