**Sesiwn 12.1**

**Newidiadau sydd wedi cael eu gwneud...**

**Gwnewch nodyn o unrhyw newidiadau a gwelliannau rydych chi wedi'u gweld a'u profi. Gallai'r rhain fod yn newidiadau mewn ymddygiad, yn newidiadau mewn agwedd neu deimlad, neu'n welliannau mewn perthnasoedd.**

**Newidiadau yn fy mherson ifanc** **Newidiadau ynof fi**