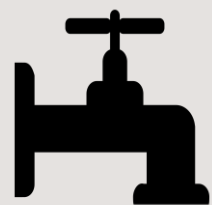


# Bwced Straen

Y pethau sy'n gwneud i mi deimlo dan  
straen yw...



Dyma rai pethau sydd yn fy helpu pan  
fyddaf yn teimlo dan straen...

