**Olwyn Cydbwysedd**

Iechyd a Lles

Bywyd adref

Cynnal Perthnasau

Datblygiad

Personol

Cymdeithasol

(arlein?)

Datblygu Gyrfa

Iechyd Gyllidol

Mae wyth adran yr Olwyn yn cynrychioli'r balans yn eich bywyd ar hyn o bryd. Os cymerwch chi ganol yr olwyn fel **0** a’r ymyl fel **10** nodwch eich bodlonrwydd gyda phob rhan gan lunio llinell i greu ymyl newydd i bob adran. Mae’r perimedr hwn yn cynyrchioli eich olwyn bersonol chi.

*Sut siwrne fydda hon petai yn olwyn go iawn? Sut hoffech chi newid siâp yr olwyn? Pa rannau sydd angen mwy/ llai o sylw? Bydd y Pandemic Covid-19 yn cael dylanwad ar eich olwyn ar hyn o bryd, beth yw’r effaith?*