



# DYSGU DRWY CHWARAE

## Helpu i wneud cinio

Mae plant wrth eu bodd yn helpu ac mae yna lawer o fudd i ddatblygiad eich plentyn drwy helpu yn y gegin.

### Pam ddim?

- Anogwch eich plentyn i flasau bwyd newydd?
- Pryd bynnag y bydd hynny'n bosibl, cymerwch amser i fwyta gyda'ch gilydd fel teulu a siarad am eich diwrnod?

# DYSGU DRWY CHWARAE - Helpu i wneud cinio

## Manteision y gweithgaredd hwn:

- Mae'n eu helpu i deimlo'n rhan o'r teulu
- Mae'n datblygu eu sgiliau datblygu tîm wrth i chi weithio gyda'ch gilydd
- Mae'n dysgu sgiliau bywyd iddynt - wrth i'ch plentyn dyfu yn hŷn, addysgwch nhw i wneud eu byrbrydau eu hunain



**RHYBUDD:**  
Goruchwyliwch  
eich plentyn yn  
y gegin!

