6 COVID-19 BOD YN RHIANT
Siarad am COVID-19

Byddwch yn barod i drafod y mater yn agored gydag eraill. Dydy cyfrinachau a thawelwch ddim yn amddiffyn ein plant. Mae gonestrwydd a bod yn agored yn helpu. Meddyliwch am sut a faint i drafod gyda'ch plentyn. Chi sy'n adnabod eich plentyn orau!

Byddwch yn agored ac yn barod i wrando

Gadewch i'ch plentyn drafod yn agored. Gofynnwch gwestiynnau agored i geisio darganfod faint y mae eich plentyn yn gwybod yn barod.

Byddwch yn onest

Atebwch ei cwestiwn yn onest. Meddyliwch am oedran eich plentyn a faint mae nhw'n ddeall wrth geisio ateb ei gwestiwn.

Byddwch yn gefnogol

Efallai y bydd eich plentyn yn ofnus neu'n teimlo'n ddryslyd. Rhowch le iddyn nhw rannu beth mae'n nhw'n deimlo a cofiwch ddweud eich bod chi yno er ei fwyn.

Mae'n iawn i ddweud nad ydych yn gwybod yr atebion

Mae'n iawn i ddweud "Nid ydym yn gwybod, ond rydym am ddod o hyd i ateb; neu nid ydym yn gwybod, ond rydym am feddwl amdano". Defnyddiwch hwn fel cyfle i ddysgu rhywbeth newydd gyda'ch plentyn!

Arwyr nid bwlis

Esboniwch nad oes gan COVID-19 unrhyw beth i'w wneud â'r ffordd mae rhywun yn edrych, o ble maen nhw'n dod, na pha iaith maen nhw'n ei siarad. Dywedwch wrth eich plentyn y gallwn ni fod yn dosturiol wrth bobl sy'n sâl a'r rhai sy'n gofalu amdanyn nhw.

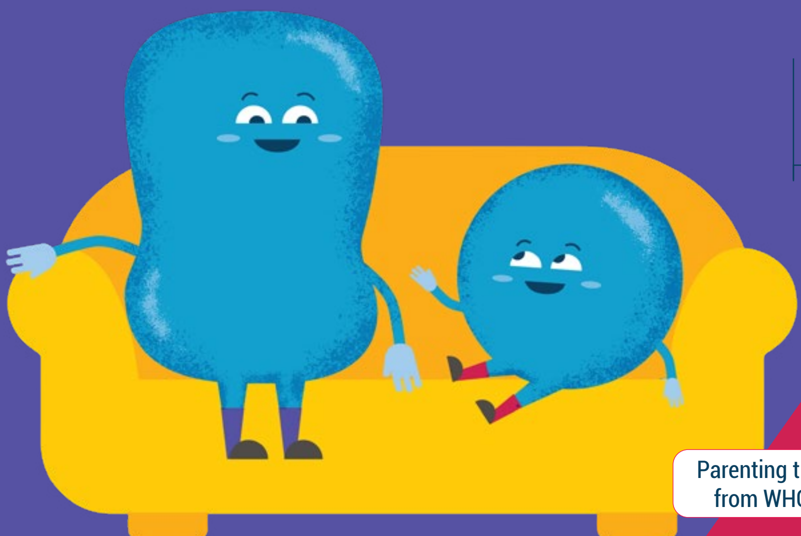
Edrychwch am straeon am bobl sy'n gweithio i atal yr achosion ac sy'n gofalu am bobl sâl

Mae nifer o straeon o gwmpas ar hyn o bryd

Efallai na fydd rhai yn wir. Defnyddiwch wefannau dibynadwy:

https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public
a https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19
gan WHO a UNICEF.

"



Gorffen yn gadarnhaol.

Cadwch olwg ar eich plentyn yn ofalus. Atgoffwch nhw eich bod chi yno ac y gallan nhw siarad â chi unrhyw bryd. Yna gwnewch rywbeth hwyl gyda'ch gilydd!

Cliciwch yma am fwy o awgrymiadau magu plant!

Parenting tips from WHO | Parenting tips from UNICEF | In worldwide languages | MEINI-PRAWF YMA.

World Health Organization · unicef for every child · End Violence Against Children · Internet of Good Things · Parenting for Lifelong Health · USAID From the American People · Accelerate Adolescent Success Africa · CDC Centers for Disease Control and Prevention

The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.

Parenting for Lifelong Health is supported by the UKRI GCRF Accelerating Achievement for Africa's Adolescents Hub, the European Research Council (ERC) under the European Union's Seventh Framework Programme and the Horizon 2020 Research and Innovation Programme, Oxford University Innovation GCRF Sustainable Impact Fund, UNICEF, the Leverhulme Trust, the Economic and Social Research Council, WHO, CIDA, the National Research Foundation of South Africa, Ilifa Labantwana, Rand Merchant Bank Fund, the ApexHi Charitable Trust, the John Fell Fund, the Evaluation Fund, the UBS Optimus Foundation, USAID-PEPFAR, the Wellcome Trust, Grand Challenges Canada and Wellspring Advisors.