“Ti lot pertach pan ti’n gwenu…”

Yn ddiweddar, cyfeiriom at gofnod newydd Marged Elen sydd â’r bwriad o gofnodi ei thaith yn cyd-fyw ag iselder; Croen Denau.

Mae mwy i’w ddarllen gan Marged bellach yn ei hail gofnod:

> ## *“TI LOT PERTACH PAN TI’N GWENU…”*
>
> *Ma siarad am iselder yn neud lot o bobl teimlo’n itha awkward so yn aml iawn, heb drio, ma nhw’n blurto mas pethe rili twp. Just to name a few….*
>
> *“Byse ni byth yn meddwl galle merch mor bert ddioddef o iselder” – achos yn amlwg ma pawb sydd yn isel yn gwisgo dillad du ac yn cerdded o gwmpas fel y Llipryn Llwyd.*
>
> *“Stim rheswm da ti deimlo’n isel” – O na?! Teimlo’n well yn barod.*
>
> *“Awyr iach sydd ishe arno ti, cer mas am run” – Ma codi o’r gwely yn anodd, ond 5k bach, dim problem!*

Darllennwch ymhellach →