

# YMWYBYDDAIETH SYLFAENOL O GAMDDEFNYDDIO SYLWEDDAU

## Trosolwg:

- Mae'r cwrs hwn wedi'i gynllunio i fynychwyr ddod i ddeall dealltwriaeth o amrywiol sylweddau anghyfreithlon cyffredin mewn perthynas a'u heffeithiau, risgiau a niwed.

## Amcanion:

- Diffinio beth yw cyffur, enwi cyffuriau a ddefnyddir amlaf, eu henwau stryd, eu heffeithiau a'u llwybrau gweinyddu
- Archwilio'r rhesymau y tu ôl i ddefnyddio cyffuriau ac alcohol
- Gwahaniaethu rhwng y gwahanol fathau o ddefnyddio cyffuriau