

CYFFURIAU GWELLA DELWEDD A PHERFFORMIAD

Trosolwg:

- Bydd y cwrs hwn yn rhoi cipolwg ar y defnydd o sylweddau a ddefnyddir i wella delwedd a pherfformiad pobl fel steroidau, botocs, llenwad, tabledi diet. Bydd yn edrych ar yr effaith a gaiff y cyfryngau a hefyd y materion iechyd meddwl a all godi. Bydd hefyd yn edrych ar gyngor ar leihau niwed a chyfeirio.

Amcanion:

- Datblygu dealltwriaeth dda o gyffuriau gwella delwedd a pherfformiad
- Cyngor ar leihau niwed
- Arwyddbostio