











Pryd ddylem olchi ein dwylo?



-  Pryd bynnag maent yn edrych yn fudr
-  Cyn bwyta
-  Ar ôl cyffwrdd ag unrhyw beth budr e.e. bin, pridd
-  Ar ôl defnyddio'r toiled
-  Ar ôl dod i gysylltiad â gwaed
-  Ar ôl pesychu, tisian neu chwythu'ch trwyn
-  Ar ôl gofalu am rywun sy'n sâl
-  Ar ôl cyffwrdd ag anifeiliaid/anifeiliaid anwes, neu eu cewyll, eu hoffer bwydo neu'u teganau
-  Cyn ac ar ôl coginio
-  Ar ôl chwarae tu allan

When Should We Wash our Hands?



- ✎ After using the toilet
- ✎ After coughing, sneezing, or blowing our nose
- ✎ Before eating
- ✎ After touching anything dirty such as the bins and compost
- ✎ Whenever they look dirty
- ✎ After playing outside
- ✎ Before and after cooking
- ✎ After touching animals/pets, their cages
- ✎ Before treating a cut
- ✎ Others.....