

Teitl: Brwsio dannedd

Golygfa:

- 1. SA. Bore – Deffro a rhwbio llygaid. Dylyfu gên.**
Bydd y saethiad hwn yn para 5 eiliad
- 2. SA. o’r silff gyda’r brws dannedd a’r pâst dannedd**
Bydd y saethiad hwn yn para 3 eiliad
- 3. Saethiad Canolig. Cerdded i mewn i’r ystafell ymolchi ac estyn am y brws dannedd**
Bydd y saethiad hwn yn para 8 eiliad
- 4. SA o’r pâst dannedd yn cael ei roi ar y brws dannedd**
Bydd y saethiad hwn yn para 5 eiliad
- 5. SA o’r brwsio. Llauer o ewyn pâst dannedd.**
Bydd y saethiad hwn yn para 8 eiliad
- 6. Saethiad canolig. Yn plygu dros y sinc i boeri a golchi’r geg.**
Bydd y saethiad hwn yn para 5 eiliad