

FYDDAI'N WELL GENNYCH CHI

Fod yn sownd mewn
gwe pry cop?

NEU

Siarad â ffrind
sy'n teimlo'n gaeth
i'w feddyliau?

Dewiswch siarad, newidiwch fywydau.
Gyda'n gilydd fe wnawn ni roi diwedd ar stigma iechyd meddwl.

amser i newid Cymru

diwrnod
amser
i siarad

06/02/20

#amserisiarad

rhown ddiwedd ar wahaniaethu ar sail iechyd meddwl

Ariennir gan



Ariennir yn Rhannol gan
Lywodraeth Cymru
Part Funded by
Welsh Government



Darperir gan

drws adferiad
o afiechyd
meddwl difrifol

hafal

for recovery
from serious
mental illness

mind cymru
for better mental health
o blaid gwell iechyd meddwl