

# Taith gerdded yn y pnawn, wedyn paned a chacen



Dydd Iau 6 Chwefror  
7yh



## Dai's Café Y Stryd Fawr CF11 8SR

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**

rhown ddiwedd ar wahaniaethu ar sail iechyd meddwl

#amserisiarad

[amserinewidcymru.org.uk](http://amserinewidcymru.org.uk)

yn falch o gefnogi

**amser i newid**

**Cymru**

rhown ddiwedd ar wahaniaethu ar sail iechyd meddwl