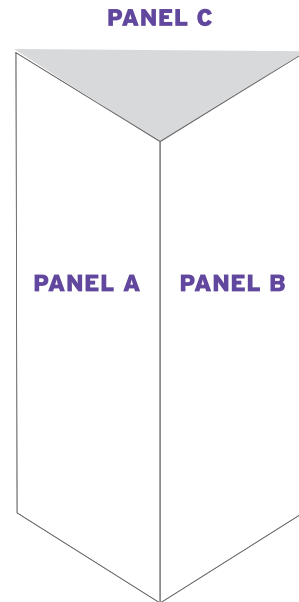


Sut i greu eich stand
ar gyfer y ffreutur.

- Plygwch ar hyd y llinellau sydd
wedi'u marcio
- Torrwch y siâp cyfan allan
- Gludwch y tab i gefn panel A
- Arddangoswch ar fwrdd yn y
ffreutur neu'r ystafell egwyl.



PANEL A

PLYGWCH YMA

PANEL B

PLYGWCH YMA

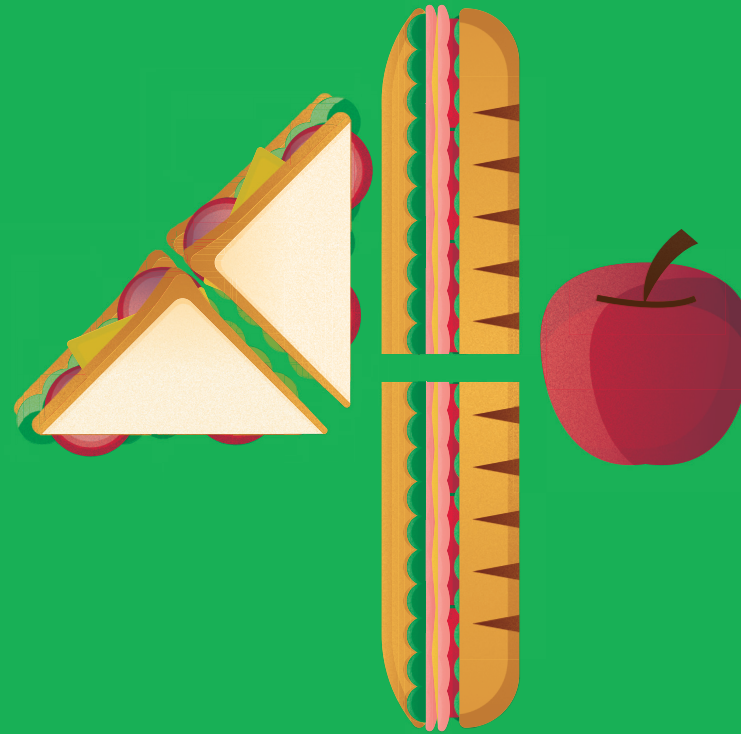
PANEL C

PLYGWCH YMA

1 CYFARFOD
4 BRECHDAN

**6 "BETH AM I NI
WNEUD HYN ETO?"**

**1 AMGYLCHEDD
CEFNOGOL**



amser i newid Cymru
diwrnod
amser
i siarad
07/02/19

rhown ddiwedd ar wahaniaethu ar sail iechyd meddwl

**Sut bynnag y
gwnewch chi hynny,
siaradwch am
iechyd meddwl.**

#amserisiarad

GLUDWCH YMA

Ariennir gan:



Wedi ei ddarparu gan

