

TEIMLO'N UNIG?

Dydych chi ddim ar eich pen eich hun.

Cysylltwch â **phobl debyg** mewn lleoliad cymdeithasol

Gall unrhyw un brofi heriau iechyd meddwl, waeth beth eu hoed, rhyw, hil neugefndir cymdeithasol. Lluniwyd ein rhaglenni adfer, mewn lleoliadau yn Wrecsam a Sir y Fflint, i'ch grymuso i adnabod a datblygu'ch cryfderau a'ch galluoedd, eich helpu i wella'ch lles drwy weithgaredd a chymryd rhan.



KNOWLEDGE • INSPIRATION • MOTIVATION GWYBODAETH • YSBRYDOLIAETH • CYMHELLIANT

CEFNOGAETH IECHYD MEDDWL O'R RADD FLAENAF YN Y GYMUNED

Cymerwch olwg ar yr hyn y gallwn ei gynnig drwy ffonio neu fynd i'n gwefan

01352 872189 www.kim-inspire.org.uk

