

Grŵp Cefnogaeth Cyfoedion yn Llandudno

Mae Journeys yn rhedeg Grŵp Cefnogaeth Cyfoedion yn Llandudno ar gyfer pobl a effeithir gan iselder, eu ffrindiau a'u teuluoedd.

Cysgod Y Gogarth,
Trinity Avenue,
Llandudno,
LL30 2TN

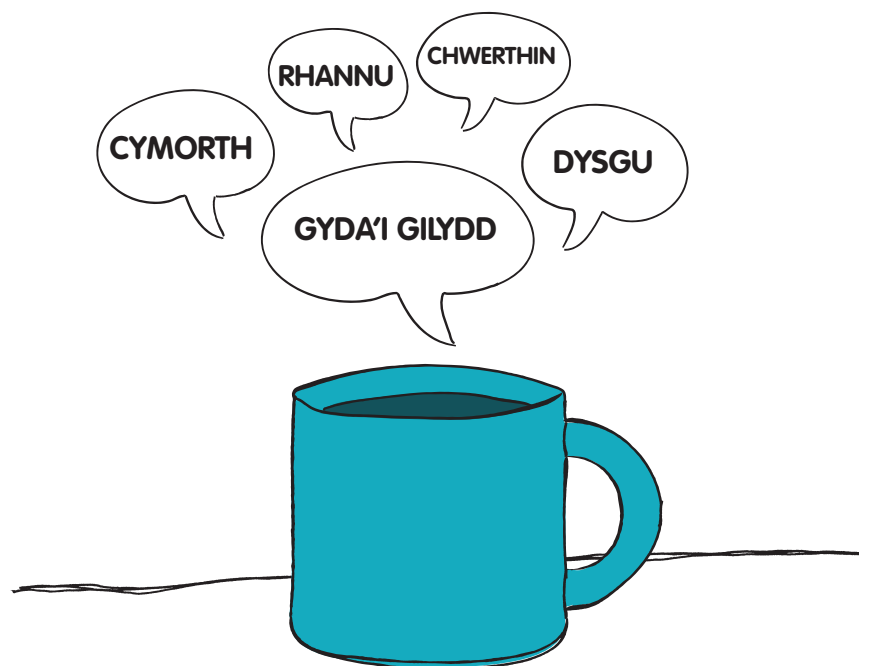
Bob yn ail ddydd Gwener,
gan ddechrau ar
13 Ionawr 2017

Rhwng 1:00pm a 3:00pm

Am wybodaeth bellach
neu os oes diddordeb
gennych chi mewn mynychu,
cysylltwch â:

Ivama: 07854811307

or Nerys: 07733916255



Journeys, prosiect gan Gofal

☎ 02920 692891

@ JourneysInfo@gofal.org.uk

www www.gofal.org.uk/journeys

Mae grwpiau cymorth yn darparu amgylchedd diogel lle gall pobl rannu profiadau a strategaethau ymdopi, cael a rhoi cymorth, dysgu am iselder ac ymchwilio i ddulliau hunan-gymorth / hunan-reolaeth.



Mae Teithiau yn brosiect a gynhelir gan Gofal, elusen iechyd meddwl a llesiant yng Nghymru.
Rhif Elusen Gofrestredig: 1000889. Cyfyngedig drwy Warant: 2546880.

