



YMA I HELPŪ

CFFI BRO'R DDERI

Ydych chi neu rhywun chi'n nabod yn hunan-ynysu ac angen cymorth i:

- *Brynu bwyd*
- *Casglu meddyginiaeth/prescripsiwn*
- *Unrhywbeth arall neu eisiau sgwrs*

Cysylltwch â'r canlynol:

Elliw - 07581 422471
Lowri - 07979 937733
Lisa - 07908 799806
Aron - 07375 511556

