



Mae bywyd wedi bod yn galed yn ddiweddar, yn arbennig i'n pobl ifanc, gyda llawer yn dioddef o unigedd, straen a gorbryder.

**Mae'n
#AmserI FodYnGaredig 👍**

Dim ond eiliad mae'n cymryd i estyn allan, ond gall wneud byd o wahaniaeth.

aceawarewales.com

Rhannwch eich stori caredigrwydd gyda ni fan hyn:

 @acehubwales |  @acehubwales |  @acehubwales