



**Os wyt ti eisiau siarad
am unrhyw beth, dwi
yma, iawn?**

**Gallai anfon neges fel hon
fod yn achubiaeth i rywun
sy'n profi adfyd gartref.**

**Mae'n
#AmserI Fod Yn Garedig 👍**

**Being supportive only takes a second,
but it can make all the difference.**

aceawarewales.com

Share your kindness story with us at:

 @acehubwales |  @acehubwales |  @acehubwales