

YDYCH CHI EISIAU GWELLA EICH

IECHYD A'CH LLES?



Mae Diabetes UK Cymru a Grŵp Diabetes Llanybydder yn cydweithio i gynnal digwyddiad Iechyd a Lles am ddim. Byddwch yn dysgu sut i ddod yn iachach ac yn fwy egniol.



CLŴB RWGBI LLANYBYDDER - SA40 9XX



DYDD SADWRN 18FED TACHWEDD



1YP - 4YP

Byddwn yn darparu cymorth iechyd a lles **AM DDIM** i unigolion a'u teuleuoedd gan gynnwys:

- MOT iechyd diabetes, darganfyddwch eich risg
- Cymorth iechyd a lles i chi a'ch teulu
- Adnoddau diabetes ac iechyd
- Arddangosfa coginio a ddarperir gan The Shared Plate

Raffl a

Gwobrau

Drwy gydol y dydd cewch gyfle i ennill gwobrau anhygoel, gan gynnwys talebau archfarchnad!

Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â ni ar: wales@diabetes.org.uk

DIABETES UK

DEALL DIABETES. BRWYDRO DIABETES.
KNOW DIABETES. FIGHT DIABETES.

CYMRU

