

Porwch mewn llyfr!

Benthycwyd

o lyfrau



Cefnogwch eich
iechyd a'ch lles
gyda'n casgliadau
Darllen yn Well

Gall darllen eich hun neu
mewn grŵp eich helpu i
deimlo'n llai unig

Buddsoddwyd

**mewn deunyddiau
Cymraeg**



Dewiswch lyfr i
godi'ch hwyliau

Prynwyd

o lyfrau



Dewiswch lyfr
cysurlon i'ch helpu i
gysgu'n well

Cefnogwyd

**o grwpiau
darllen**

Gall dim ond 30
munud yr wythnos
wneud gwahaniaeth



Darllenwch i helpu
â theimladau o
straen ac iselder

**Mae'r llyfrgelloedd
ar agor am**

o oriau