

Eich cyfle i ailosod y cloc.
CEWCH EICH bywyd YN ÔL.



DRY JANUARY®



Cewch eich BYWYD yn ôl. Bachwch yr **Try Dry app** am ddim er mwyn dyblu'r siawns i chi gwblhau'r mis yn ddi-alcohol.

www.dryjanuary.org.uk

Alcohol Change UK yw enw gweithredol Alcohol Research UK.
Swyddfa gofrestredig 27 Swinton Street, Llundain, WC1X 9NW. Elusen gofrestredig rhif 1140287.
Cwmni cyfyngedig trwy warant yng Nghymru a Lloegr rhif 7462605.

Mae Dry January yn
un o ymgyrchoedd

ALCOHOL
CHANGE^{UK}