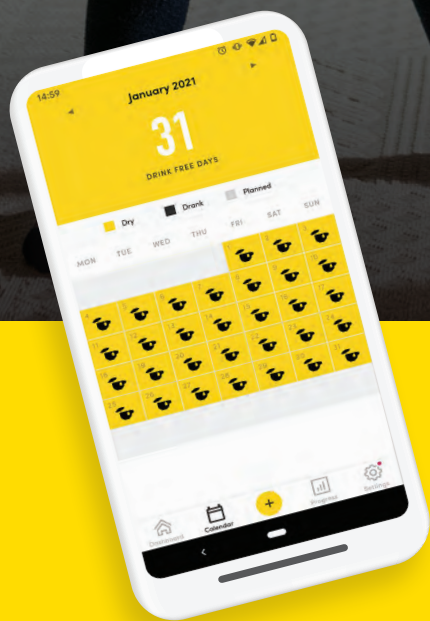


Hwyl fawr 2020,
shwmae 2021!

CEWCH EICH ffitrwydd 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}



Arhoswch, anadlwch.
DEWCH O HYD I'CH canol llonydd.



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

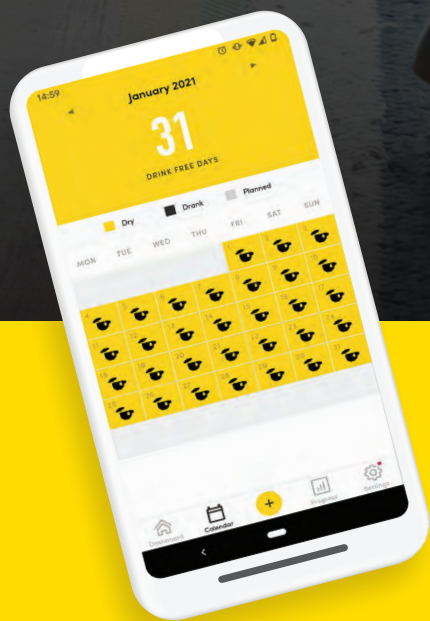
ALCOHOL
CHANGE^{UK}

Hwyl fawr 2020,
shwmae 2021!

RHOWCH YR hwyl 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}

Rhowch heibio'ch hen syrthni.

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.

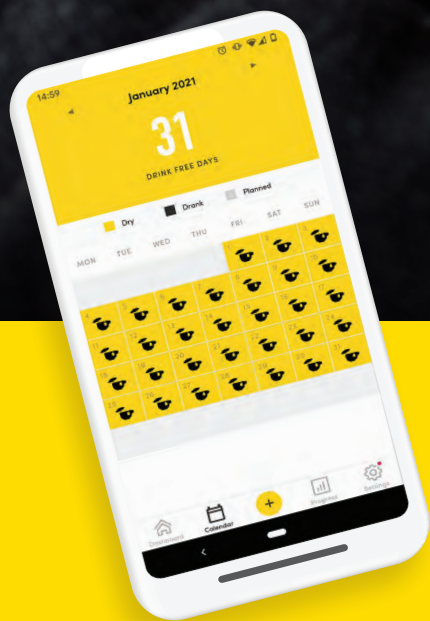
Mae Dry January yn
un o ymgyrchoedd

ALCOHOL
CHANGE^{UK}

Hwyl fawr i
ben tost gyda'r bore.
CEWCH EICH amser 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}

Eich cyfle i ailosod y cloc.

CEWCH EICH egni 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}

Cefnwch ar arferion
sy'n eich dal chi'n ôl.

CEWCH EICH rhyddid 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}

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}

Hwyl fawr 2020,
shwmae 2021!

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}