



ALCOHOL
CHANGE^{UK}

EICH TOCYN TUAG AT YFED YN IACHACH TRWY'R FLWYDDYN

▷ ARBED ARIAN

▷ MWY O EGNI

▷ TEIMLO'N WYCH

I YMUNO Â DRY JANUARY
EWCH AT:



[DRYJANUARY.ORG.UK](https://dryjanuary.org.uk)

#DRYJANUARY