Annwyl Riant / Gofalwr,

**Codi arian drwy Wisgo i Fynegi eich Hun fel rhan o wythnos Iechyd Meddwl Plant 2023 – <DYDDIAD Y DIGWYDDIAD>**

Ysgrifennaf atoch i'ch hysbysu y bydd **<ENW’R YSGOL>** yn cymryd rhan yn Wythnos Iechyd Meddwl Plant Place2Be ar **< DYDDIAD Y DIGWYDDIAD >**  drwy godi arian i gefnogi iechyd meddwl plant a phobl ifanc ym mhob cwr o'r Deyrnas Unedig - achos sy’n bwysicach nag erioed yn ein barn ni.

Mae Wythnos Iechyd Meddwl Plant yn digwydd rhwng 6–12 Chwefror 2023 ac mae’n gyfle i daflu goleuni ar iechyd meddwl plant a phobl ifanc, a chodi ymwybyddiaeth ohono.

Mae Place2Be yn credu y dylai pob plentyn gael mynediad hawdd at gymorth iechyd meddwl pryd bynnag y mae ei angen arnynt. Maen nhw’n creu lleoedd diogel mewn ysgolion lle all disgyblion fynd i siarad heb deimlo dan bwysau, a chael eu harfogi gyda'r sgiliau emosiynol i’w helpu i ddelio â phopeth y mae bywyd yn ei daflu atynt. Fel elusen, mae Place2Be yn dibynnu'n fawr ar haelioni a chefnogaeth y gymuned i sicrhau dyfodol eu gwaith hollbwysig ac i gyrraedd plant cyn ei bod hi'n rhy hwyr.

Gwisgwch i Fynegi Eich Hun

Fel cymuned ysgol, byddwn yn annog pob disgybl ac aelod o staff i ddefnyddio dillad a lliw i fynegi eu hunain ar **< DYDDIAD Y DIGWYDDIAD >**. Gofynnwn yn garedig i bob plentyn sy'n cymryd rhan wneud cyfraniad awgrymedig o £2 i Place2Be, naill ai drwy ddod â'u cyfraniad gyda nhw i'r ysgol ar y diwrnod neu drwy wneud cyfraniad ar-lein yn **<TUDALEN GYFRANNU>**.

Gall gwisg eich plentyn/plant ar gyfer Gwisgwch i Fynegi Eich Hun fod mor syml neu ffansi ag y mynnant! Mae Gwisgo i Fynegi eich Hun yn gyfle i greu argraff a dathlu ystod amrywiol o emosiynau. Mae’r diwrnod hefyd yn gyfle gwych i drafod iechyd meddwl yn agored a dechrau sgyrsiau yng nghymuned ein hysgol.

Mae’n bleser gennym gynnal Diwrnod Gwisgwch i Fynegi Eich Hun yn ystod Wythnos Iechyd Meddwl Plant a chodi arian mawr ei angen ar gyfer Place2Be. Cofiwch gysylltu os oes gennych unrhyw gwestiynau: **<MANYLION CYSWLLT YR YSGOL>**.

Cofion cynnes,

**<ENW>**