

DIWRNOD GWISGO GWIRION



RHANNWCH Y NEGES: CANLLAW CYFRYNGAU CYMDEITHASOL

Mae'r cyfryngau cymdeithasol yn ffordd wych o rannu'r neges am eich Diwrnod Gwisgo Gwirion. Gallwch eu defnyddio i annog eraill i gymryd rhan mewn Gwisgo Gwirion, a gofyn am roddion gan eich ffrindiau a theulu. Mae hefyd yn ffordd wych o godi ymwybyddiaeth o Wythnos Iechyd Meddwl Plant a Place2Be.

Rydym wedi creu lluniau a negeseuon enghreifftiol i'w gwneud hi mor hawdd â phosibl rhannu'r neges. Mae croeso i chi addasu'r cynnwys yn unol â'ch anghenion, neu ddatblygu eich cynnwys eich hun.

GWYBODAETH ALLWEDDOL

Os byddwch chi'n postio am eich Diwrnod Gwisgo Gwirion, neu Wythnos Iechyd Meddwl Plant, tagiwch Place2Be yn eich negeseuon a defnyddiwch [#WythnosIechydMeddwlPlant](#).

@Place2Be

@_Place2Be

Place2BeCharity

Place2Be



NEGESEUON AR GYFER UNIGLION SY'N CYMRYD RHAN

Dywedwch wrth eich ffrindiau a'ch teulu eich bod chi'n cymryd rhan, a gofynnwch am eu cyfraniadau gyda'r negeseuon hyn.

1. Rydw i'n cymryd rhan yn Gwisgo Gwirion @Place2Be i helpu i godi arian ar gyfer elusen iechyd meddwl plant @Place2Be. Rhowch, a helpwch fi i gyrraedd fy nharged codi arian, sef £XX, yn ystod [#WythnosIechydMeddwlPlant](#). [<YCHWANEGWCH DDOLEN I'R TUDALEN CODI ARIAN>](#)
2. Yn ystod [#WythnosIechydMeddwlPlant](#), rwy'n cymryd rhan mewn 'Gwisgo Gwirion' i godi arian i @Place2Be. Rhowch, a helpwch i sicrhau nad oes unrhyw blentyn yn gorfod wynebu problemau iechyd meddwl ar ben ei hun. [<YCHWANEGWCH DDOLEN I'R DUDALEN CODI ARIAN>](#)



NEGESEUON AR GYFER YSGOLION NEU SEFYDLIADAU SY'N CYMRYD RHAN

A yw eich ysgol neu sefydliad yn cymryd rhan? Rhannwch y neges ar y cyfryngau cymdeithasol gan ddefnyddio'r negeseuon hyn.

1. Yn ystod [#WythnosIechydMeddwlPlant](#), rydym yn cynnal Diwrnod 'Gwisgo Gwirion' i helpu i godi arian hanfodol i iechyd meddwl plant. Mae'r syniad yn syml - ar [<RHOWCH DDYDDIAD GWISGO GWIRION>](#) gwisgwch ddillad lliwgar i fynegi eich hun a rhowch £2 i Place2Be. [<YCHWANEGWCH DDOLEN I'R DUDALEN CODI ARIAN>](#)
2. Yn ystod [#WythnosIechydMeddwlPlant](#), rydym yn cynnal diwrnod 'Gwisgo Gwirion' i godi arian i @Place2Be, a byddem wrth ein bodd o gael eich cefnogaeth. Rhowch, a helpwch ni i sicrhau na fydd unrhyw blentyn yn gorfod wynebu problemau iechyd meddwl ar ei ben ei hun. [<YCHWANEGWCH DDOLEN I'R DUDALEN CODI ARIAN>](#)



TWÎTS CYFFREDINOL GWISGO GWIRION

Helpwch ni i rannu'r neges am Gwisgo Gwirion ac annog eraill i gymryd rhan gyda'r negeseuon enghreifftiol canlynol.

1. Yn ystod [#WythnosIechydMeddwlPlant](#) (6-12 Chwefror), cymrwch ran yn 'Gwisgo Gwirion' a helpwch godi arian hanfodol i iechyd meddwl plant. Mae'r syniad yn syml - gwisgwch ddillad lliwgar i fynegi eich hun yn ystod yr wythnos, a rhowch £2 i @Place2Be. Rhagor o wybodaeth: childrensmentalhealth.org.uk/fundraisingpack
2. Mae trefnu Diwrnod 'Gwisgo Gwirion' yn eich ysgol neu weithle'n ffordd wych o gefnogi @Place2Be yn ystod [#WythnosIechydMeddwlPlant](#). Trefnwch Ddiwrnod Gwisgo Gwirion, gwisgwch wisg liwgar ar y diwrnod i fynegi eich hun a rhowch. Rhagor o wybodaeth: childrensmentalhealth.org.uk/fundraisingpack

LAWRLWYTHWCH
EIN GRAFFEGAU AR
GYFER Y
CYFRYNGAU
CYMDEITHASOL YMA