

#DRYMESTER

HELPU DARPAR RIENI I FYND HEB ALCOHOL



Os ydych chi'n feichiog neu'n bwriadu mynd yn feichiog, y peth mwyaf diogel i'w wneud yw **peidio ag yfed alcohol o gwbl** er mwyn gwneud yn siŵr bod cyn lleied o risg â phosibl i'ch babi.

**Prif Swyddogion
Meddygol y DU**

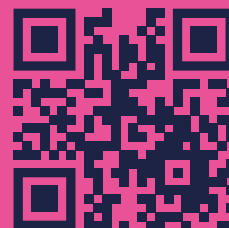
Am ragor o wybodaeth ewch i www.drymester.org.uk



@DrymesterNHSGM



@drymester_nhsgm



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Cwm Taf Morgannwg
University Health Board