

Sesiynau Galw Heibio ar gyngor Iechyd Meddwl

Lle? Undeb Myfyrwyr, Lefel 4, Pontio.

Pryd? Dydd Mercher 2yh-3.30yh

Dechrau: 25 Medi – 18 Rhagfyr 2019

Cynghorwyr Iechyd Meddwl : Cheryl Parkinson / Fiona Rickard

Gan fod nifer dda yn dod i'r Sesiynau galw-heibio, rydym yn cynnig sgwrs fer (dim mwy na 15 munud) wedi hynny byddwn yn cynnig apwyntiad arall i chi neu eich cyfeirio at adnoddau neu wasanaethau priodol eraill. Bydd Gwirfoddolwyr Cyswllt ar gael i gynnig cefnogaeth wrth i chi aros i weld Cynghorydd Iechyd Meddwl.

Semester 1: Gallai hyn fod yn addas i chi...

Os ydych chi am gael sgwrs gyda Chynghorydd Iechyd Meddwl

Os ydych chi eisiau gwybod am y gefnogaeth sydd ar gael

Os ydych chi'n poeni am lefelau cynyddol o bryder / straen arholiadau neu astudio

Os ydych yn colli cwsg oherwydd eich pryder

Os ydych yn poeni am ffrind neu am rywun sy'n rhannu tŷ gyda chi



PRIFYSGOL
BANGOR
UNIVERSITY



Gorffennaf 2019