



HER MILLTIR

MEGA

Mehefin 2026

Un cam yn agosach at sicrhau nad yw unrhyw weithiwr sifil yn wynebu heriau bywyd ar ei ben ei hun.

Cymer rhan yn ein Her Mega Myli y mis Mehefin hwn. Symudwch wrth eich ffordd a helpu i droi mylioedd yn effaith ystyrlon.

Partner Cefnogol



Cofrestru **AM DDIM**

CFCS.ORG.UK/MEGAMILES

**CHARITY
FOR CIVIL
SERVANTS**

Mae'r Sefydliad Elusennol ar gyfer Gweithwyr Sifil yn darparu cymorth a chefnogaeth am ddim am oes, o bryderon ariannol a chymorth ariannol i les a chefnogaeth iechyd meddwl.

Mae pob milltir yn bwysig ac unrhyw arian a godir fydd yn helpu cydweithwyr gweinyddol pan fydd bywyd yn teimlo'n ormodol.

Daeth pryder Hannah yn ormodol ar ôl iddi wynebu colledion a phoen iechyd. Cysylltodd â ni a chefnogwyd hi gennym, gan gynnwys rhoi mynediad iddi at therapi siarad trwy Thrive.



“NI ALLWN HYD YN OED EI ROI YN EIRIAU PA MOR OFNADWY YR OEDD. ROEDDWN I WIRIONEDDOL SÂL ERBYN Y PWYNT HWN AC FE WNAETH STRAEN FY NHYNNU ALLAN. YN Y PEN DRAW, CYMERAIS AMSER I FFWRDD O'R GWAITH OHERWYDD PRYDER. MAE'N YMWNEUD Â CHAEL RHYWUN I WRANDO ARNOCH CHI AC I DDWEUD WRTHYCH CHI Y BYDDWCH CHI'N IAWN”

P'un a ydych yn codi **£10** neu **£100**, byddwch yn gwneud gwahaniaeth i gydweithwyr sydd eu hangen ein **help ar hyn o bryd**.

Cofrestrwch **am ddim** heddiw



CFCS.ORG.UK/MEGAMILES

#MegaMiles26

**CHARITY
FOR CIVIL
SERVANTS**