

Grŵp Cefnogi 'Dweud dy Feddwl'

Pwrpas y [grŵp cefnogi hwn](#) yw darparu gofod diogel i siarad am iechyd meddwl, rhoi a derbyn cefnogaeth a rhannu profiadau.

Does dim pwysau o gwbl i gyfrannu ond mae'n ofod diogel i sgwrsio'n onest ac i rannu profiadau. Mae'r grŵp hwn yn un caeedig – dim ond aelodau'r grŵp all weld negeseuon a rhestr aelodau'r grŵp.

[Ymunwch](#) ac ychwanegwch eraill!



The screenshot shows the Facebook interface for the group 'Dweud Dy Feddwl (meddwl.org)'. The top navigation bar includes the Facebook logo, the group name, a search bar, and user avatars. The left sidebar contains navigation links: 'Gwybodaeth', 'Sgwrs', 'Cyhoeddiadau', 'Aelodau', 'Digwyddiadau', 'Lluniau', 'Group Insights', and 'Moderate Group'. The main content area features a cover photo with the text 'Dweud dy feddwl(.org)' and a group of colorful silhouettes. Below the cover photo are buttons for 'Wedi Ymuno', 'Hysbysiadau', 'Rhannu', and 'Mwy'. The main content area includes a post by 'Meddwl' with 1,162 likes and a 'Dysgu Mwy' button.

- Cymorth : meddwl.org
- Triniaethau : meddwl.org