

Llinell Gymorth Cyffuriau ac Alcohol Cymru

Wales Drug and Alcohol Helpline

Rhadffôn/Freephone

0808 808 2234

Ebost/Email dan@helpline.wales

Llinell gymorth 24/7 gyfrinachol a dwyieithog sy'n rhad ac am ddim sy'n darparu un pwynt cyswllt i unrhyw un yng Nghymru sydd eisiau gwybodaeth neu gymorth pellach yn ymwneud â chyffuriau a/neu alcohol.

Bydd y llinell gymorth yn rhoi cymorth i unigolion, eu ffrindiau, eu teuluoedd a'u gofalwyr, a gall roi gwybodaeth am wasanaethau lleol a gwasanaethau rhanbarthol priodol.

Mae galwadau o ffonau cyhoeddus am ddim: gall galwadau o ffonau symudol olygu efallai y bydd eich rhwydwaith lleol yn codi tâl. NI FYDD rhif ffôn Dan 24/7 yn ymddangos ar eich bil cartref eitemedig.

Mae DAN 24/7 yn defnyddio 'Language Line' i gefnogi galwyr na allant (neu y mae'n well ganddynt beidio i) siarad Cymraeg neu Saesneg.

A free, 24/7, confidential and bilingual helpline providing a single point of contact for anyone in Wales wanting further information or help relating to drugs and or alcohol.

The helpline will provide support to individuals, their friends, families and carers, and can provide information on appropriate local and regional services.


Calls from public telephones are free of charge: calls from a mobile phone may incur a charge from your local network.

The Dan 24/7 telephone number will not appear on your home itemised bill.

Dan 24/7 uses 'Language Line' to support callers who cannot (or prefer not to) speak English or Welsh.

DAN 24/7

www.dan247.org.uk

 [@dan247helpline](https://www.facebook.com/dan247helpline)

 [@dan_247](https://twitter.com/dan_247)