

Meddylwch petaech yn gorfod mynd
adref am 9pm bob tro ar noson allan...



Dymunwn i **CHI** Fod yn **Ffrind Gigiau**

Yn eich barn chi, a oes gan bawb yr hawl i fynd i'w hoff gigiau a digwyddiadau ac Aros i Fyny'n Hwyr?

I lawer o bobl sydd ag anabledd dysgu, mae hynny'n amhosibl.

Gwirfoddolwch fel Ffrind Gig a gallwch newid hyn.



Gwirfoddolwch fel Ffrind Gig!



Yn aml mae pobl sydd ag anabledd dysgu angen cymorth i'w helpu i fynd allan a mwynhau bywyd. Ond beth ddylech chi ei wneud pan nad yw'r cymorth ar gael, neu – yn waeth fyth, pan nad yw'r un sy'n rhoi cymorth i chi yn rhannu'ch diddordebau?

Yn Ffrindiau Gigiau Caerdydd rydym yn paru pobl sy'n rhannu'r un diddordebau er mwyn iddynt fedru mynd gyda'i gilydd i'r un digwyddiadau.

Yn mwynhau canu gwerin, roc, pync, reggae, clybio, theatr, neu wyliau... fel Ffrind Gig gallwch ddefnyddio'ch mwynhad o gerddoriaeth, y celfyddydau a chael hwyl i helpu rhywun arall yn eich cymuned i fynd allan a mwynhau ei hun hefyd.

Gall ychydig o oriau bob mis newid bywyd rhywun.

Cysylltwch â Kai Jones neu Kylie Smith yn Ffrindiau Gigiau Caerdydd a gofynnwch i ni sut allwch chi ddod yn Ffrind Gig:

E-bost: gigbuddies@ldw.org.uk

Y We: www.ffrindiaugigiau.org.uk

Ffôn: 07707 605 314 / 07594 938 522



@FfrindiauGigiau