

Are you?

16-24 and not in education, training or employment **OR** 25+ and long-term unemployed **OR** Economically Inactive and suffering from mental health and/or substance use issues

We can help you!

Our Peer Mentoring Service, **Cyfle Cymru** can assist you in creating opportunities for:

- training
- education
- volunteering
- employment

If you are looking to:

- improve your mental health
- overcome substance use
- gain employment

Cyfle Cymru is here to support you!

Cyfle Cymru is delivered by:



In partnership with:



Cyfle Cymru is an Out of Work Service which offers one-to-one guidance from a peer mentor who has personal experience with substance use, recovery, and/or mental health conditions. The programme also offers specialist employment support such as training courses, volunteering opportunities, and assistance with job search and applications.

Get in touch

0300 777 2256
ask@cyflecymru.com
www.adferiad.org/services/cyfle-cymru



Scan the QR code to find out what we have going on in your area

Ydych chi'n?

16-24 a ddim mewn addysg hyfforddiant neu waith **NEU** 25+ ac yn ddi-waith tymor hir **NEU** Anweithgar yn Economaidd ac yn dioddef o broblemau iechyd meddwl neu defnyddio sylweddau

Gallwn ni eich helpu chi!

Gall ein gwasanaeth mentora cyfoedion, **Cyfle Cymru** eich cynorthwyo i greu cyfleoedd yn:

- hyfforddiant
- addysg
- gwirfoddoli
- cyflogaeth

Os ydych chi eisiau:

- gwella eich iechyd meddwl
- goresgyn defnyddio sylweddau
- ennill cyflogaeth

Mae **Cyfle Cymru** yma i gefnogi chi!

Cyflwynir **Cyfle Cymru** gan:



Mewn partneriaeth â:



Mae **Cyfle Cymru** yn wasanaeth di-waith sy'n cynnig cyngor un-i-un gan fentor cyfoedion sy'n gallu rhannu eu profiad personol o ddefnyddio sylweddau, adferiad a/neu gyflwr iechyd meddwl. Mae'r rhaglen hefyd yn cynnig cefnogaeth cyflogaeth arbenigol fel cwrsiau hyfforddiant, cyfleoedd gwirfoddoli a chymorth ynglyn â sut i chwilio ac ymgeisio am swydd.

Cysylltwch â ni

0300 777 2256
ask@cyflecymru.com
www.adferiad.org/services/cyfle-cymru



Sganiwch y côd i ddarganfod beth sydd gennym yn digwydd yn eich ardal