

# Wales Drug and Alcohol Helpline

**0808 808 2234**

Email [dan@helpline.wales](mailto:dan@helpline.wales)

Point of contact for anyone in Wales wanting further information or help relating to drugs and or alcohol.

[www.dan247.org.uk](http://www.dan247.org.uk)

**DAN 24/7**

## Free bilingual helpline

DAN 24/7 is a free, 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.

Calls from public telephones are also free of charge.

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

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



## Services available includes:

- Emotional support to establish an individual's needs.
- Signposting to local and regional drug and alcohol services.
- Information on drugs and alcohol, and their effects.
- Information and contact details for needle and syringe provision, and other associated health services.
- Information on other suitable helplines.
- Harm reduction advice.

## Opening hours

24 hours a day, 7 days a week 365 days a year.

All calls are free and confidential.

A Welsh Government funded service hosted by the NHS.

 @dan247helpline

 @dan\_247



# Llinell Gymorth Cyffuriau ac Alcohol Cymru 0808 808 2234

E-bost [dan@helpline.wales](mailto:dan@helpline.wales)

## Llinell gymorth ddwyieithog sy'n rhad ac am ddim

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

Mae galwadau o ffônau cyhoeddus hefyd am ddim.

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

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.

Pwynt cyswllt ar gyfer unrhyw un yng Nghymru sydd eisiau gwybodaeth neu gymorth pellach yn ymwneud â chyffuriau a/neu alcohol.

[www.dan247.org.uk](http://www.dan247.org.uk)

**DAN 24/7**



## Mae gwasanaethau sydd ar gael yn cynnwys:

- Cymorth emosiynol i sefydlu anghenion yr unigolyn
- Cyfeirio at wasanaethau alcohol a chyffuriau lleol a rhanbarthol
- Gwybodaeth am gyffuriau ac alcohol, a'u heffeithiau
- Gwybodaeth a manylion cyswllt ar gyfer darpariaeth nodwyddau a chwistrellau, ac unrhyw wasanaethau iechyd cysylltiedig eraill
- Gwybodaeth am unrhyw linellau cymorth addas eraill
- Cyngor ar leihau niwed

## Oriau agor

24 awr y dydd, 7 diwrnod yr wythnos, 365 diwrnod y flwyddyn.

Mae pob galwad yn gyfrinachol ac am ddim.

Gwasanaeth a ariennir gan Lywodraeth Cymru a gynhelir gan y GIG.

 @dan247helpline

 @dan\_247

