Mae dwsinau o lwyfannau cyfryngau cymdeithasol ar gael ond y prif rai i helpu i hyrwyddo'ch prosiect yw Facebook a Twitter. Mae'n hawdd creu proffil a defnyddio'r ddau i rannu gwybodaeth. Mae'n syniad da penodi rhywun i fod yn gyfrifol am eich sianeli cyfryngau cymdeithasol i wneud yn siŵr eu bod yn cael eu monitro a'ch bod yn ymateb i unrhyw sylwadau. Ynghyd â Facebook a Twitter fe allech chi hefyd ystyried creu proffil Instagram os oes gennych ddelweddau cryf. Isod ceir canllaw fesul cam i greu proffil ar gyfryngau cymdeithasol.

**Facebook**

1. Ewch i facebook.com/pages/create.
2. Dewiswch gategori Page.
3. Dewiswch gategori mwy penodol o'r gwymplen a llanwch y wybodaeth ofynnol.
4. Cliciwch ar Get Started a dilynwch y cyfarwyddiadau ar y sgrin.

**Twitter**

1. Dewiswch enw proffil. Dyma'r enw y bydd pawb yn ei weld a'ch adnabod chi ar Twitter (a elwir hefyd yn eich @enw)
2. Ychwanegwch lun ohonoch chi, nid eich logo
3. Llanwch eich bywgraffiad byr
4. Ychwanegwch eich cyfeiriad gwefan
5. Dilynwch rai pobl
6. Dechreuwch drydar
7. Gwiriwch yn rheolaidd pa mor aml yr ydych chi'n cael eich crybwyll.

**Instagram**

Er mwyn creu cyfrif Instagram o'r ap ar eich ffôn:

1. Lawrlwythwch yr ap Instagram ar gyfer iOS o'r [App Store](https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fitunes.apple.com%2Fus%2Fapp%2Finstagram%2Fid389801252%3Fmt%3D8&h=ATOWdZCqO4wonG-rEEW3U_msKZfUYZvPAltwc8xcGtIM-l3ALgITBoEQ7w_EzvWLf_zlIja-5ulL88ulcv9eOf1Ar33AsvpwRJ6GpTYkPCchF3M3h1SnD12Myxg&s=1), Android o [Google Play Store](http://l.facebook.com/l.php?u=http%3A%2F%2Fbit.ly%2FHbEuQH&h=ATOpUhUdxE7E19AFoLTfTSn8W30vven4haAjk4VV2GkpklD8QK6-L49dpnk0e5C_0SPFtF7CDFRIDE5ofKrEjZ9plS4tdj1VMCRxUE_xF_-YrXNWcZyft9YWS-g&s=1) neu Windows Phone o'r [Windows Phone Store](http://l.facebook.com/l.php?u=http%3A%2F%2Fwww.windowsphone.com%2Fen-us%2Fstore%2Fapp%2Finstagram-beta%2F3222a126-7f20-4273-ab4a-161120b21aea&h=ATO7sT-JsGPocMMiue1X4N1Bf9kbkJjpy5fpiZ13_VKyiGW9nxJiW2LXQMOmKr7P7Uo06beSBylxarJvtjfbp3Ym6E6t-HABWHmD_E8APx48dn36cnoy5jtqx5Q&s=1).
2. Unwaith y mae'r ap wedi'i osod, tapiwch ar  i'w agor.
3. Tapiwch ar **Sign Up**, ac yna nodwch eich cyfeiriad e-bost a thapiwch ar **Next**. Gallwch hefyd dapio **Log in with Facebook** i fewngofnodi gyda'ch cyfrif Facebook.
4. Os byddwch chi'n cofrestru gydag e-bost, crëwch enw defnyddiwr a chyfrinair, llanwch wybodaeth eich proffil ac yna tapio ar **Done**. Os ydych chi wedi cofrestru gyda Facebook, fe'ch anogir i fewngofnodi i'ch cyfrif Facebook os nad ydych chi wedi mewngofnodi ar y pryd.

**Snapchat**

1. Lawrlwythwch yr ap. Ewch i'r App Store (ar gyfer Apple) neu Google Play Store (ar gyfer Android) a lawrlwytho Snapchat am ddim. ...
2. Lansiwch Snapchat a thapiwch "Sign Up." Nodwch eich manylion.
3. Crëwch enw defnyddiwr.
4. Gwiriwch eich rhif ffôn.
5. Profwch eich bod yn berson go iawn trwy ddewis y delweddau cywir.
6. Ychwanegwch ffrindiau