BT Group | In partnership with AbilityNet

Dechrau gyda negeseuon e-bost

Gall E-bost (post electronig) fod yn ffordd wych i gadw mewn cysylltiad â'ch ffrindiau a'ch teulu, hyd yn oed y rhai ar ochr arall y byd.

A'r peth gorau am hyn? Mae'n am ddim!

Yn ogystal, os ydych eisiau defnyddio llawer o adnoddau ar-lein, bydd angen cyfeiriad e-bost arnoch i wneud hyn. Gall hyn alluogi cwmnïau i anfon y newyddion diweddaraf atoch, anfon derbynebau atoch, gwybodaeth dosbarthu a mwy.

* Gall cyfarwyddiadau amrywio yn ôl model eich dyfais.

Beth fyddwch chi'n ei ddysgu

1. Sut i greu cyfrif e-bost
2. Hanfodion anfon a derbyn negeseuon e-bost

Dysgu sut i greu cyfrif e-bost

1. Yn gyntaf, bydd angen i chi ddewis darparwr e-bost am ddim. Rhai o'r rhai mwyaf poblogaidd yw:
   - Yahoo
     login.yahoo.com
   - Google
     mail.google.com
   - Outlook
     outlook.live.com
2. Gallwch chwilio am yr enw mewn porwr, neu ei deipio un o'r cyfeiriadau gwe ym mar chwilio'r porwr.
3. Cliciwch ar 'create account' neu debyg.
4. Nawr bydd angen i chi greu cyfeiriad e-bost. Hyn yw'r enw defnyddiwr sy'n mynd cyn yr arwydd @ (sef 'at') ac enw'r darparwr gwasanaeth (er enghraifft, eich.ebost@outlook.com). Mae'n bosibl y bydd rhai opsiynau sy'n cynnwys eich enw eisoes wedi'u cymryd felly ceisiwch gynnwys rhifau ac atalnod llawn mewn ffordd sy'n parhau i fod yn hawdd i chi ei gofio, ac nad yw'n rhywbeth gwirion.
5. Gofynnir i chi roi rhywfaint o wybodaeth arall, fel eich enw a'ch rhif ffôn. Nodwch y rhain yn awr.
6. Hefyd, bydd angen i chi greu cyfrinair. Gwnewch yn siŵr eich bod yn dewis rhywbeth sy'n hawdd ei gofio, ond yn anodd i bobl eraill ei ddyfalu. Dylech osgoi cyfrineiriau fel '123456', 'password' neu 'qwerty'.
7. Ar ôl i chi ddewis cyfrinair addas, bydd eich cyfrif yn barod!

BT Group | In partnership with AbilityNet

Dechrau gyda negeseuon e-bost parhad

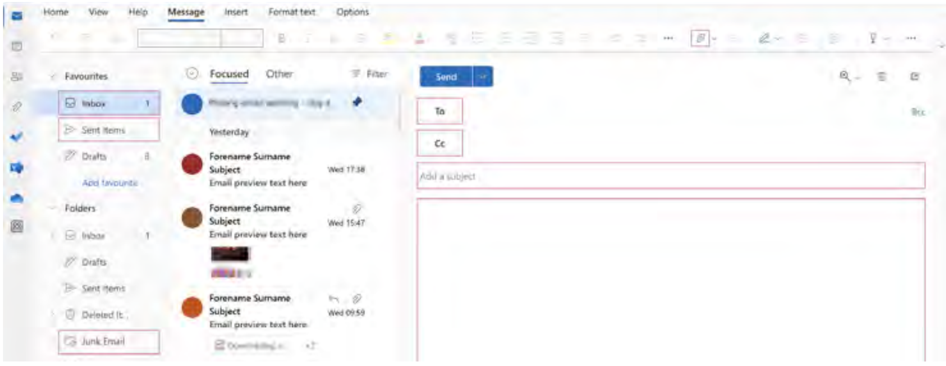
Anfon a derbyn negeseuon e-bost

Nawr, beth am geisio anfon e-bost. Gofynnwch i ffrind neu aelod o'ch teulu am eu cyfeiriad e-bost er mwyn i chi allu ymarfer.

Gallai'r botwm i ddechrau neges e-bost newydd ddweud 'compose', 'new' neu gallai fod yn eicon yn unig. be an icon.

New email

- **At**: dyma'r cyfeiriad e-bost rydych eisiau anfon yr e-bost iddo.
- **Cc**: sef copi carbon. Teipiwch gyfeiriad e-bost yma os ydych eisiau i rywun ddarllen e-bost heb ei gyfeirio atynt yn uniongyrchol
- **Pwnc**: dyma deitl y neges e-bost. Dyma fydd yr unigolyn sy'n ei derbyn yn ei weld pan fydd yn cyrraedd gyntaf
- **Prif destun**: dyma lle bydd y teipio'r neges maen nhw am ei hanfon
- **Atodi**: gallwch glicio'r botwm hwn i atodi dogfennau neu luniau hyd yn oed. Os byddwch yn derbyn e-bost gydag atodiad, bydd wedi'i marcio gyda'r eicon hwn 📎. Cliciwch ar y neges e-bost ac yna clicio ar yr atodiad i edrych arno
- **Mewnflwch**: mae hwn fel eich blwch llythyrau: yma gallwch ddarllen yr holl negeseuon e-bost yr ydych wedi'u derbyn. Pan fyddwch yn derbyn ebost, bydd mewn print trwm i'ch helpu i weld y negeseuon e-bost rydych wedi'u hagor a'r rhai nad ydych wedi'u hagor. Cliciwch ar y neges i'w darllen.
- **Anfonwyd**: yma gallwch weld yr holl negeseuon e-bost rydych wedi'u hanfon at bobl eraill
- **Drafftiau:** dyma lle bydd y negeseuon e-bost nad ydych wedi'u cwblhau eto yn cael eu storio



Sbwriel /Sbam: dyma lle gallai sbam neu sgamiau posibl gyrraedd. Byddwch yn ofalus wrth agor y rhain oherwydd gallai rhai ohonynt ddifrodi eich dyfais.

Pan fyddwch yn derbyn neges e-bost, gallwch ddewis ei hateb, ei hanfon ymlaen neu ei dileu.

Reply   Reply All   Forward

- **Ateb**: mae hyn yn golygu y gallwch ysgrifennu'n ôl at yr anfonwr
- **Ateb pawb**: os anfonir neges e-bost at fwy nac un person, bydd hyn yn eich galluogi i ysgrifennu'n ôl at bawb, nid dim ond yr anfonwr
- **Ymlaen**: mae hyn yn golygu y gallwch anfon y neges e-bost rydych wedi'i derbyn at rywun arall
- **Dileu**: mae hyn yn golygu eich bod yn tynnu'r neges e-bost o'ch mewnflwch. Os byddwch yn gwneud hyn mewn camgymeriad, peidiwch â phoeni: fel arfer gellir ei chanfod yn y ffolder 'dilëwyd'

Ar ôl i chi orffen ysgrifennu eich neges e-bost, pwyswch anfon a dyna ni, rydych wedi anfon eich neges ebost gyntaf!

Gellir cael mynediad at negeseuon ebost mewn gwahanol ffyrdd, gall hyn gynnwys drwy'r we gan ddefnyddio a neu ychwanegu cyfrif i'ch dyfais (h.y. Outlook). Mae'r ffordd y byddwch yn defnyddio negeseuon e-bost yn ddewis personol i chi.
Gall eich mewnflwch lenwi'n gyflym, sy'n ei gwneud yn haws i chi fethu negeseuon e-bost pwysig ac yn y pen draw, eich atal rhag eu hanfon.

Dyma rai triciau defnyddiol ar sut y dylech eu trin:

- **Negeseuon e-bost Sbwriel**: Byddwch yn derbyn negeseuon e-bost diangen o gyfrifon e-bost sbam neu gyfrifon marchnata yr ydych wedi ymrwymo iddynt. Bydd y negeseuon hyn yn cael eu hanfon yn awtomatig i'ch blwch e-bost sbwriel. Er nad oes angen i chi ddarllen y negeseuon hyn, mae'n werth eu dileu oherwydd byddant yn cymryd lle yn eich dyfais/cyfrif e-bost
- **Ymrwymo i negeseuon e-bost:** Bydd darparu eich cyfeiriad e-bost i ormod o wefannau neu gwmn'iau yn cynyddu'r swm o sbam y byddwch yn ei dderbyn. Dylech ddewis a dethol yr hyn rydych yn ymrwymo iddo.
- **Gwagio'r bin**: Ni fydd negeseuon ebost sy'n cael eu dileu o'r mewnflwch yn diflannu'n awtomatig. I ddileu'r eitemau hyn yn barhaol, cliciwch ar y ffolder bin /eitemau wedi'u dileu a dewis eu dileu eto

Dolenni i ddysgu pellach

Mae negeseuon e-bost yn gallu bod yn ffordd wych o gyfathrebu ond fydd pob un rydych chi'n ei chael ddim yn bethau go iawn.
I gael rhagor o wybodaeth am negeseuon e-bost sgam a sut mae eu hadnabod, cliciwch y ddolen hon bt.com/seniorskills neu, os yw'r daflen ffeithiau wedi cael ei hargraffu, teipiwch y cyfeiriad yn eich porwr gwe.