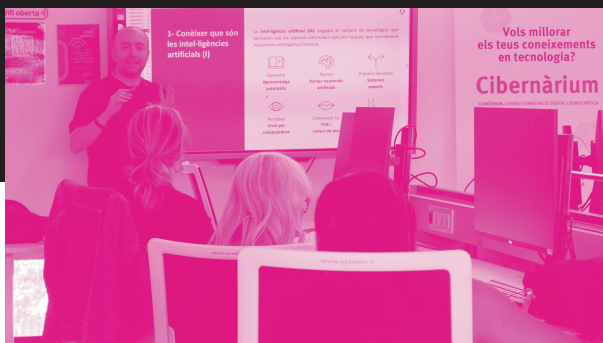


# Cibernàrium Canòdrom

Formación tecnológica  
para toda la ciudadanía



ENERO → ABRIL 2025



Ajuntament de  
Barcelona



Barcelona  
Activa

Canòdrom

# Apúntate al Cibernàrium Canòdrom

¿Necesitas un espacio donde resolver todas tus dudas sobre tecnología e internet? ¿Quieres aprender e iniciarte en las herramientas y programas básicos?

¡En el Canòdrom encontrarás los cursos del Cibernàrium de Barcelona Activa, con los cuales puedes aprender a hacer todo esto y mucho más de forma gratuita!

El Cibernarium Canòdrom es el único en Barcelona que trabaja con software libre. Conoce alternativas en los programas de las grandes compañías tecnológicas y obtén una perspectiva más crítica y ética de las herramientas digitales.

# Información práctica

El Canòdrom - Ateneo de Innovación Digital y Democrática, en colaboración con Cibernàrium, os ofrece actividades gratuitas de corta duración para descubrir, conocer y aprender a usar herramientas digitales.

- Las inscripciones se pueden hacer presencialmente en el Canòdrom o bien a través de Internet en la web:

**[cibernarium.barcelonactiva.cat](http://cibernarium.barcelonactiva.cat)**

- Las plazas están limitadas (12).
- No se permite acceder a las actividades 15 minutos después del inicio.
- Las actividades se realizan solamente si hay un mínimo de 5 personas inscritas.
- Las actividades se imparten de forma presencial en Canòdrom – Ateneu d’Innovació Digital i Democràtica.

Important: Las diferentes formaciones se organizan en itinerarios conformados por bloques que se pueden cursar de forma independiente. Cada bloque tiene diversas ediciones, y se pueden cursar en horario de mañana o de tarde. ¡Apúntate a las sesiones que más te interesen!

¿Sabes cuáles son tus competencias digitales? ¡Haz el test y descúbrelo!

**[barcelonactiva.cat/competencies-digitalis](http://barcelonactiva.cat/competencies-digitalis)**

# ITINERARIO 1

## Iniciació a l'ordinador i ofimàtica

### 1. Iníciate en el uso del ordenador

Iníciate en el mundo de los ordenadores desde 0.

#### Contenidos:

- **Comienza a utilizar tu ordenador: desde el teclado y el ratón, hasta el sistema operativo.** Aprende a dominar dos elementos imprescindibles para trabajar con un ordenador para iniciarte sin miedo ni inseguridades en el uso del ordenador. Hablamos de los principales componentes del ordenador, así como sus periféricos, sistemas operativos y conectividad.
- **Iniciación a los ficheros digitales y al almacenamiento.** Aprende a gestionar los archivos y a moverte por el escritorio para acceder a la estructura de ficheros y carpetas.

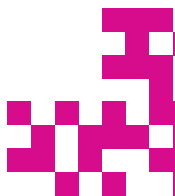
## Inscríbete a las sesiones que más te interesen

### → **Comienza a utilizar tu ordenador: desde el teclado y el ratón, hasta el sistema operativo**

- Martes y jueves **21, 23 y 28 de enero** de 11:30h a 13:30h
- Miércoles **22 y 29 de enero** y **5 de febrero** de 18:00h a 20:00h
- Martes y jueves **11, 13 y 18 de marzo** de 18:00h a 20:00h

### → **Iniciación a los ficheros digitales y el almacenamiento: aprende a gestionar los archivos**

- Jueves **30 de enero** y martes **4 de febrero** de 11:30h a 13:30h
- Miércoles **19 y 26 de febrero** de 18:00h a 20:00h
- Jueves **20** y martes **25 de marzo** de 18:00h a 20:00h



## 2. Iniciación al procesador de texto: aprendemos a elaborar documentos

¡Iníciate en el uso de los procesadores de textos!

Aprenderás a crear documentos, darles formato, seleccionar las partes con las que quieras trabajar, insertar imágenes y tablas y darles el aspecto que más te guste. También aprenderás a guardar documentos y abrirlos en otro momento así como las opciones de impresión.

Consta de **4 sesiones** y para aprovechar la formación hay que asistir a todas ellas.

- Jueves y martes **6, 11, 13 y 18 de febrero** de 11:30h a 13:30h
- Miércoles **5, 12, 19 y 26 de marzo** de 18:00h a 20:00h
- Martes y jueves **1, 3, 8 y 10 de abril** de 18:00h a 20:00h

### 3. Iniciación a la hoja de cálculo

Aprende a usar una hoja de cálculo para poder llevar tus cuentas usando fórmulas sencillas. Conocerás el vocabulario que se utiliza en este entorno, descubriendo las opciones más utilizadas en las hojas de cálculo, a desplazarte por ella, dar forma a las celdas, imprimir, crear fórmulas y hacer operaciones sencillas.

Consta de **4 sesiones** y para aprovechar la formación hay que asistir a todas ellas.

- Jueves y martes **20, 25 y 27 de febrero** y **4 de marzo** de 11:30h a 13:30h
- Lunes y miércoles **17, 19, 24 y 26 de marzo** de 16:00h a 18:00h

### 4. Avanza con la hoja de cálculo

¿Trabajas con muchas filas y columnas y quieres gestionar la información? ¿Quieres hacer un cuadro resumen de los datos de forma automática? ¿Te gustaría mostrar los datos en forma de gráfico? Sacar partido a todas las herramientas y ahorrar tiempo.

- Martes y jueves **6, 11, 13 y 18 de marzo** de 11:30h a 13:30h
- Miércoles **2 y 9 de abril** de 16:00h a 20:00h (sesiones de 4 horas)



## ITINERARIO 2

# Iniciación al teléfono inteligente



## 1. Iníciate en el uso del dispositivo móvil

¿Tienes un teléfono inteligente o una tablet y quieres sacarle el máximo partido? ¿Quieres saber como utilizarlos correctamente y descubrir las posibilidades que te ofrecen?

Con este taller te introducirás en el uso de tu dispositivo y aprenderás a configurarlo, gestionar las aplicaciones y comunicarte.

### Contenidos:

- **Iníciate en el uso de tu smartphone o tableta**
- **Cómo configurar y proteger tu smartphone o tableta**
- **No te quedes sin memoria en el móvil**
- **La gestión de las Apps**



## Inscríbete a las sesiones que más te interesen

→ **Iniciate en el uso de tu smartphone o tableta**

■ Miércoles **22 y 29 de enero** de 11:30h a 13:30h

■ Jueves **23** y martes **28 de enero** de 16:00h a 18:00h

→ **Cómo configurar y proteger tu smartphone o tableta**

■ Jueves **30 de enero** de 16:00h a 20:00h

■ Miércoles **5 de febrero** de 9:30h a 13:30h

→ **No te quedes sin memoria en el móvil**

■ Martes **4 de febrero** de 16:00h a 18:00h

■ Miércoles **12 de febrero** de 11:30h a 13:30h

→ **La gestión de las Apps**

■ Jueves **6 de febrero** de 16:00h a 18:00h

■ Miércoles **19 de febrero** de 11:30h a 13:30h



## 2. ¡Cuidate! Aplicaciones móviles de salud y bienestar

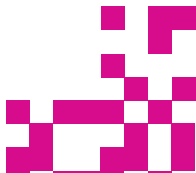
¿Quieres aprovechar tu dispositivo para mejorar tu salud? No te pierdas esta formación para descubrir como sacarle partido a aplicaciones como La Meva Salut y conocer otras nuevas.

### Contenidos

- **Trámites en línea con La Meva Salut.** ¿Evitas hacer trámites en línea con la administración porque tienes dudas? Aprende todo lo necesario para tramitar y hacer gestiones sanitarias de forma segura.
- **Hábitos saludables y aplicaciones móviles.** El móvil es una tecnología útil para el trabajo o el ocio, pero también puede ser una herramienta beneficiosa para la salud. Aprende a buscar información y utilizar aplicaciones para mejorar tu salud física y emocional.

### Apúntate al curso completo

- Jueves **13** y martes **18 de febrero** de 16:00h a 18:00h
- Miércoles **26** de febrero y **5 de marzo** de 11:30h a 13:30h



### 3. Iníciate en la fotografía digital con tu dispositivo móvil

Saca partido a la cámara de tu dispositivo móvil para obtener las mejores fotografías. Aprende a gestionar las imágenes en tu ordenador y a usar la nube para poder tener copias de seguridad.

**Importante: ¡trae tu dispositivo móvil y todos los cables!**

- Martes **25** y jueves **27 de febrero** de 16:00h a 18:00h
- Miércoles **12 y 19 de marzo** de 11:30h a 13:30h

## ITINERARIO 3

# Iniciación a internet con multidispositivo

### 1. Iníciate en la navegación por internet

Saber navegar y buscar información es fácil si conoces los aspectos básicos de la navegación por internet.

En esta formación aprenderás a acceder a internet de forma segura, a hacer y gestionar las búsquedas de forma eficiente, entender la propiedad intelectual y las descargas y usar el correo electrónico, imprescindible para poder acceder a la mayoría de los servicios que ofrece la red.

## Contenidos:

- **Empieza a navegar por la red**
- **Busca y filtra información en la red**
- **Introducción al correo electrónico**

## Apúntate al curso completo

- Martes y jueves **4, 6, 11, 13, 18 y 20 de marzo** de 16:00h a 18:00h

## Inscríbete a las sesiones que más te interesen

- **Empieza a navegar por la red**
- Martes **21 de enero** de 16:00h a 20:00h
- Miércoles **26 de marzo** de 9:30h a 13:30h
- **Busca y filtra la información en la red**
- Jueves **23** y martes **28 de enero** de 18:00h a 20:00h
- Miércoles **2 y 9 de abril** de 11:30h a 13:30h
- **Introducción al correo electrónico**
- Martes y jueves **4 y 6 de febrero** de 18:00h a 20:00h



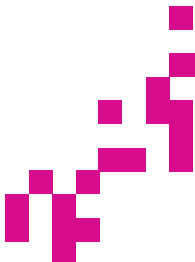
## 2. Usa la nube

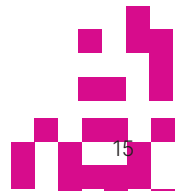
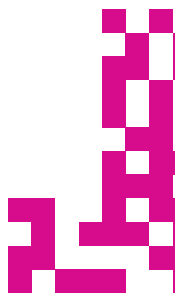
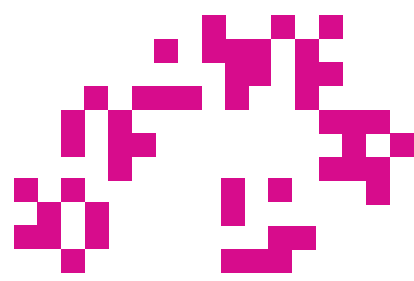
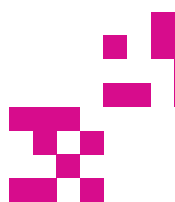
Hay muchas situaciones cotidianas en las que usamos la nube, muchas veces sin darnos cuenta: desde consultar nuestro correo electrónico hasta guardar nuestras fotografías.

¿Quieres saber de qué se trata y qué posibilidades tiene la nube en internet? En este taller conocerás las posibilidades que ofrece este servicio de almacenamiento en internet.

Consta de **una sesión de 4 horas**.

- **Martes 11 de febrero** de 16:00h a 20:00h
- **Jueves 27 de marzo** de 16:00h a 20:00h





## ITINERARIO 4

# Participa y aprende en la red

### 1. Participa en la red: haz tus trámites en línea

Aprovecha la rapidez, facilidad y comodidad que proporciona la red para realizar determinados trámites, gestiones, comprar o participar en la vida pública sin olvidar la importancia de cuidar tu identidad digital.

Descubre las principales formas de identificación para hacer trámites, cómo pagar con el móvil y cómo proteger la privacidad en red, conociendo los derechos y deberes que implica la navegación.



## Apúntate al curso completo

- Lunes 31 de marzo y martes y jueves 1, 3, 8 y 10 de abril de 16:00h a 18:00h

## Inscríbete a las sesiones que más te interesen

### → **Trámites con la Administración y certificados digitales**

- Miércoles **22 de enero** de 16:00h a 18:00h
- Jueves **13 de febrero** de 18:00h a 20:00h
- Jueves **20 de marzo** de 11:30h a 13:30h

### → **Gestiones bancarias y compras en línea**

- Miércoles **29 de enero** de 16:00h a 18:00h
- Martes **18 de febrero** de 18:00h a 20:00h
- Martes **25 de marzo** de 11:30h a 13:30h

### → **Gestiona tu privacidad y seguridad en la red**

- Miércoles **12 de febrero** de 16:00h a 20:00h
- Jueves **20 de febrero** de 16:00h a 20:00h
- Jueves **27 de marzo** de 9:30h a 13:30h

### → **Aprende a detectar los peligros de internet**

- Miércoles **19 de febrero** de 16:00h a 18:00h
- Martes **25 de febrero** de 18:00h a 20:00h
- Martes **1 de abril** de 11:30h a 13:30h

## 2. Conoce las apps de participación ciudadana

¿Te gustaría participar en la vida sociocultural del barrio y de la ciudad y no sabes cómo hacerlo? En este taller conocerás aplicaciones móviles y plataformas como Decidim que te permitirán tener información sobre los debates ciudadanos, formar parte de los procesos participativos y contribuir a la vida pública.

Consta de **una sesión de 2 horas**.

- Miércoles **26 de febrero** de 16:00h a 18:00h
- Jueves **27 de febrero** de 18:00h a 20:00h
- Jueves **3 de abril** de 11:30h a 13:30h

## 3. Identidad y reputación digital

En este taller aprenderemos qué es la identidad y la reputación digital, comprobando y gestionando los datos de vuestra identidad en internet y en los servicios a los que estéis suscritos, principalmente en las redes sociales. Consta d'**una sessió de 2 hores**.

- Martes **4 de marzo** de 18:00h a 20:00h
- Miércoles **5 de marzo** de 16:00h a 18:00h
- Martes **8 de abril** de 11:30h a 13:30h

## 4. Podcasts, radio y TV a través de internet

Descubre cómo disfrutar de podcasts, radio y televisión aprovechando la oferta de contenidos de plataformas en streaming, desde las que podrás escuchar y ver en directo o en diferido de todo tipo. ¡Y sin moverte de casa!

Consta de una sesión de 2 horas.

- Jueves **6 de marzo** de 18:00h a 20:00h
- Miércoles **12 de marzo** de 16:00h a 18:00h
- Jueves **10 de abril** de 11:30h a 13:30h

# Actividades de interés

## 1. Experimentamos con la inteligencia artificial

¿Quieres introducirte en el mundo de la inteligencia artificial y conocer su potencial? Descubre las posibilidades de esta tecnología experimentando con sus aplicaciones prácticas desde el respeto a los derechos de autoría y con conocimiento de los límites legales del uso de contenidos.

Consta de **una sesión de 2 horas**.

■ Miércoles **5 de febrero** de 16:00h a 18:00h

## 2. Conoce tu nivel de competencias digitales

¿Te gustaría saber cuál es tu nivel de competencias digitales? Ven a hacer el test de Barcelona Activa que te permitirá conocer qué competencias dominas más y en cuáles puedes mejorar, así como recibir orientación sobre qué actividades gratuitas son más adecuadas para ti para seguir aprendiendo.

Consta de **una sesión de 2 horas**.

- Martes **25 de marzo** de 16:00 a 18:00h

# Inscrívetes a






↳ [cibernarium.barcelonactiva.cat/canodrom](https://cibernarium.barcelonactiva.cat/canodrom)

Concepción Arenal, 165  
08027 Barcelona  
93 194 83 11  
[hola@canodrom.barcelona](mailto:hola@canodrom.barcelona)  
↳ [canodrom.barcelona](https://canodrom.barcelona)

Horari d'atenció: De dilluns a divendres de 9 a 19 h  
Entrada lliure: De dilluns a divendres de 16 a 20 h

## Segueix-nos a:

 @canodrom\_bcn  
 @canodrombarcelona  
 @CanobromBCN  
 @canodrom  
 @canodrombcn  
 @canodrombcn

 @barcelonactiva  
 @barcelonactiva  
 @barcelonactiva  
 @company/barcelona-activa  
 @barcelonactiva  
 @videosbarcelonactiva