

# Cibernàrium Nou Barris

Formació tecnològica per a tothom



Formació pràctica de curta durada i gratuïta

**PROGRAMACIÓ TRIMESTRAL  
EN INICIACIÓ DIGITAL**

Gener - Febrer - Març / 2025



Ajuntament de  
Barcelona



# GENER 2025

## 7 de Gener

### INICIACIÓ AL VÍDEO DIGITAL AMB EL TEU MÒBIL

10:00 h. / Durada 4 h.

### COM CONFIGURAR I PROTEGIR EL TEU SMARTPHONE O TAULETA

16:00 h. / Durada 4 h.

## 8 de Gener

### GESTIONA LA TEVA PRIVACITAT I SEGURETAT A LA XARXA

10:00 h. / Durada 4 h.

### CONEIX EL TEU NIVELL DE COMPETÈNCIES DIGITALS

16:00 h. / Durada 2 h.

### CONEIX EL CERTIFICAT ACTIC

18:00 h. / Durada 2 h.

## 9 de Gener

### INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA DIGITAL

10:00 h. / Durada 4 h.

### NO ET QUEDIS SENSE MEMÒRIA AL MÒBIL

16:00 h. / Durada 2 h.

### INSTAL·LAR I DESINSTAL·LAR APPS

18:00 h. / Durada 2 h.

## 10 de Gener

### APRÈN A DETECTAR ELS PERILLS DE L'INTERNET

10:00 h. / Durada 2 h.

### EXPERIMENTEM AMB LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

12:00 h. / Durada 2 h.

## 13 de Gener

### INICIACIÓ ALS FITXERS DIGITALS I EMMAGATZEMATGE

16:00 h. / Durada 4 h.

## 14 de Gener

### TRÀMITS ONLINE AMB LA MEVA SALUT

10:00 h. / Durada 2 h.

### HÀBITS SALUDABLES I APLICACIONS MÒBILS

12:00 h. / Durada 2 h.

### ORGANITZA EL TEU DIA A DIA AMB EL MÒBIL

16:00 h. / Durada 2 h.

### ORIENTA'T I PLANIFICA ELS TEUS DESPLAÇAMENTS AMB GOOGLE MAPS

18:00 h. / Durada 2 h.

## 15 de Gener

### INSTAGRAM: COMPARTeix FOTOS I VÍDEOS A LA XARXA

10:00 h. / Durada 4 h.

### INICIACIÓ AL VÍDEO DIGITAL AMB EL TEU MÒBIL

16:00 h. / Durada 4 h.

## 16 de Gener

### COMENÇA A NAVEGAR PER LA XARXA

10:00 h. / Durada 4 h.

### APPS DE MISSATGERIA INSTANTÀNIA. WHATSAPP I TELEGRAM

16:00 h. / Durada 4 h.

## 17 de Gener

### VIDEOCONFERÈNCIES: PARLA EN VÍDEO AMB EL TEUS

10:00 h. / Durada 2 h.

### IDENTITAT I REPUTACIÓ DIGITAL: MILLORA LA TEVA IMATGE A INTERNET

12:00 h. / Durada 2 h.

## 20 de Gener

### INICIACIÓ AL FULL DE CÀLCUL

10:00 h. / Durada 4 h.

## 21 de Gener

### CERCA I FILTRA INFORMACIÓ A LA XARXA

10:00 h. / Durada 4 h.

### TRÀMITS ONLINE AMB LA MEVA SALUT

16:00 h. / Durada 2 h.

### HÀBITS SALUDABLES I APLICACIONS MÒBILS

18:00 h. / Durada 2 h.

## 22 de Gener

### PODCASTS, RÀDIO I TV A TRAVÉS D'INTERNET

10:00 h. / Durada 2 h.

### APRÈN IDIOMES ONLINE

12:00 h. / Durada 2 h.

### INSTAGRAM: COMPARTeix FOTOS I VÍDEOS A LA XARXA

16:00 h. / Durada 4 h.

## 23 de Gener

### INTRODUCCIÓ AL CORREU ELECTRÒNIC

10:00 h. / Durada 4 h.

### INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA DIGITAL

16:00 h. / Durada 4 h.

## 24 de Gener

### COMENÇA A UTILITZAR EL TEU ORDINADOR

10:00 h. / Durada 4 h.

## 27 de Gener

### AVANÇA AMB EL FULL DE CÀLCUL

16:00 h. / Durada 4 h.

## 28 de Gener

### FES SERVIR EL NÚVOL

10:00 h. / Durada 4 h.

### INICIACIÓ AL VÍDEO DIGITAL AMB EL TEU MÒBIL

16:00 h. / Durada 4 h.

## 29 de Gener

### CONEIX LES APPS DE PARTICIPACIÓ CIUTADANA

10:00 h. / Durada 2 h.

### EXPERIMENTEM AMB LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

12:00 h. / Durada 2 h.

### VIDEOCONFERÈNCIES: PARLA EN VÍDEO AMB EL TEUS

16:00 h. / Durada 2 h.

### IDENTITAT I REPUTACIÓ DIGITAL: MILLORA LA TEVA IMATGE A INTERNET

18:00 h. / Durada 2 h.

## 30 de Gener

### TRÀMITS AMB L'ADMINISTRACIÓ I CERTIFICATS DIGITALS

10:00 h. / Durada 2 h.

### GESTIONS BANCÀRIES I COMPRES EN LÍNIA

12:00 h. / Durada 2 h.

### COMENÇA A NAVEGAR PER LA XARXA

16:00 h. / Durada 4 h.

## 31 de Gener

### INICIACIÓ ALS FITXERS DIGITALS I EMMAGATZEMATGE

10:00 h. / Durada 4 h.



# FEBRER 2025

## 3 de Febrer

### INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA DIGITAL

16:00 h. / Durada 4 h.

## 4 de Febrer

### APRÈN A DETECTAR ELS PERILLS DE L'INTERNET

10:00 h. / Durada 2 h.

### EXPERIMENTEM AMB LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

12:00 h. / Durada 2 h.

### CERCA I FILTRA INFORMACIÓ A LA XARXA

16:00 h. / Durada 4 h

## 5 de Febrer

### INICIACIÓ AL PROCESSADOR DE TEXTOS

10:00 h. / Durada 4 h.

### PODCASTS, RÀDIO I TV A TRAVÉS D'INTERNET

16:00 h. / Durada 2 h.

### APRÈN IDIOMES ONLINE

18:00 h. / Durada 2 h.

## 6 de Febrer

### GESTIONA LA TEVA PRIVACITAT I SEGURETAT A LA XARXA

10:00 h. / Durada 4 h.

### INTRODUCCIÓ AL CORREU ELECTRÒNIC

16:00 h. / Durada 4 h.

## 7 de Febrer

### INICIACIÓ AL FULL DE CàLCUL

10:00 h. / Durada 4 h.

## 10 de Febrer

### COMENÇA A NAVEGAR PER LA XARXA

16:00 h. / Durada 4 h.

## 11 de Febrer

### INSTAGRAM: COMPARTeix FOTOS I VÍDEOS A LA XARXA

10:00 h. / Durada 4 h.

### FES SERVIR EL NÚVOL

16:00 h. / Durada 4 h.

## 12 de Febrer

### AVANÇA AMB EL FULL DE CàLCUL

10:00 h. / Durada 4 h.

### INICIA'T EN L'ÚS DEL TEU SMARTPHONE O TAULETA

16:00 h. / Durada 4 h.

## 13 de Febrer

### VIDEOCONFERÈNCIES: PARLA EN VÍDEO AMB ELS TEUS

10:00 h. / Durada 2 h

### IDENTITAT I REPUTACIÓ DIGITAL: MILLORA LA TEVA IMATGE A INTERNET

12:00 h. / Durada 2 h.

### TRÀMITS AMB L'ADMINISTRACIÓ I CERTIFICATS DIGITALS

16:00 h. / Durada 2 h.

### GESTIONS BANCÀRIES I COMPRES EN LÍNIA

18:00 h. / Durada 2 h.

## 14 de Febrer

### CONEIX EL TEU NIVELL DE COMPETÈNCIES DIGITALS

10:00 h. / Durada 2 h

### CONEIX EL CERTIFICAT ACTIC

12:00 h. / Durada 2 h

## 17 de Febrer

### INICIACIÓ AL VÍDEO DIGITAL AMB EL TEU MÒBIL

16:00 h. / Durada 4 h.

## 18 de Febrer

### PODCASTS, RÀDIO I TV A TRAVÉS D'INTERNET

10:00 h. / Durada 2 h.

## APRÈN IDIOMES ONLINE

12:00 h. / Durada 2 h.

### GESTIONA LA TEVA PRIVACITAT I SEGURETAT A LA XARXA

16:00 h. / Durada 4 h.

## 19 de Febrer

### INICIA'T EN L'ÚS DEL TEU SMARTPHONE O TAULETA

10:00 h. / Durada 4 h.

### COM CONFIGURAR I PROTEGIR EL TEU SMARTPHONE O TAULETA

16:00 h. / Durada 4 h.

## 20 de Febrer

### CONEIX LES APPS DE PARTICIPACIÓ CIUTADANA

10:00 h. / Durada 4 h.

### EXPERIMENTEM AMB LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

12:00 h. / Durada 2 h.

### INSTAGRAM: COMPARTeix FOTOS I VÍDEOS A LA XARXA

16:00 h. / Durada 4 h.

## 21 de Febrer

### TRÀMITS ONLINE AMB LA MEVA SALUT

10:00 h. / Durada 2 h.

### HÀBITS SALUDABLES I APLICACIONS MÒBILS

10:00 h. / Durada 2 h.

## 24 de Febrer

### INICIA'T EN L'ÚS DEL TEU SMARTPHONE O TAULETA

16:00 h. / Durada 4 h.

## 25 de Febrer

### COMENÇA A UTILITZAR EL TEU ORDINADOR

10:00 h. / Durada 4 h.

### APRÈN A DETECTAR ELS PERILLS DE L'INTERNET

16:00 h. / Durada 2 h.

### EXPERIMENTEM AMB LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

18:00 h. / Durada 2 h.

## 26 de Febrer

### NO ET QUEDIS SENSE MEMÒRIA AL MÒBIL

10:00 h. / Durada 2 h.

### INSTAL·LAR I DESINSTAL·LAR APPS

12:00 h. / Durada 2 h.

### ORGANITZA EL TEU DIA A DIA AMB EL MÒBIL

16:00 h. / Durada 2 h.

### ORIENTA'T I PLANIFICA ELS TEUS DESPLAÇAMENTS AMB GOOGLE MAPS

18:00 h. / Durada 2 h.

## 27 de Febrer

### INICIACIÓ ALS FITXERS DIGITALS I EMMAGATZEMATGE

10:00 h. / Durada 4 h

### VIDEOCONFERÈNCIES: PARLA EN VÍDEO AMB ELS TEUS

16:00 h. / Durada 2 h.

### IDENTITAT I REPUTACIÓ DIGITAL: MILLORA LA TEVA IMATGE A INTERNET

16:00 h. / Durada 2 h.

## 28 de Febrer

### COM CONFIGURAR I PROTEGIR EL TEU SMARTPHONE O TAULETA

10:00 h. / Durada 4 h

# MARÇ 2025

## 3 de Març

### COMENÇA A UTILITZAR EL TEU ORDINADOR

16:00 h. / Durada 4 h.

## 4 de Març

### INICIACIÓ AL PROCESSADOR DE TEXTOS

10:00 h. / Durada 4 h.

### PODCASTS, RÀDIO I TV A TRAVÉS D'INTERNET

16:00 h. / Durada 2 h.

### APRÈN IDIOMES ONLINE

18:00 h. / Durada 2 h.

## 5 de Març

### ORGANITZA EL TEU DIA A DIA AMB EL MÒBIL

10:00 h. / Durada 2 h.

### ORIENTA'T I PLANIFICA ELS TEUS DESPLAÇAMENTS AMB GOOGLE MAPS

12:00 h. / Durada 2 h.

### NO ET QUEDIS SENSE MEMÒRIA AL MÒBIL

16:00 h. / Durada 2 h.

### INSTAL·LAR I DESINSTAL·LAR APPS

18:00 h. / Durada 2 h.

## 6 de Març

### INICIACIÓ AL FULL DE CÀLCUL

10:00 h. / Durada 4 h.

### CONEIX LES APPS DE PARTICIPACIÓ CIUTADANA

16:00 h. / Durada 2 h.

### EXPERIMENTEM AMB LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

18:00 h. / Durada 2 h.

## 7 de Març

### INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA DIGITAL

10:00 h. / Durada 4 h.

## 10 de Març

### APRÈN A DETECTAR ELS PERILLS DE L'INTERNET

16:00 h. / Durada 2 h.

### EXPERIMENTEM AMB LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

18:00 h. / Durada 2 h.

## 11 de Març

### AVANÇA AMB EL FULL DE CÀLCUL

10:00 h. / Durada 4 h.

### CONEIX EL TEU NIVELL DE COMPETÈNCIES DIGITALS

16:00 h. / Durada 2 h.

### CONEIX EL CERTIFICAT ACTIC

18:00 h. / Durada 2 h.

## 12 de Març

### INICIACIÓ AL VÍDEO DIGITAL AMB EL TEU MÒBIL

10:00 h. / Durada 4 h.

### APPS DE MISSATGERIA INSTANTÀNIA. WHATSAPP I TELEGRAM

16:00 h. / Durada 4 h.

## 13 de Març

### INICIA'T EN L'ÚS DEL TEU SMARTPHONE O TAULETA

10:00 h. / Durada 4 h.

### COMENÇA A UTILITZAR EL TEU ORDINADOR

16:00 h. / Durada 4 h.

## 14 de Març

### COMENÇA A NAVEGAR PER LA XARXA

10:00 h. / Durada 4 h.

## 17 de Març

### ORGANITZA EL TEU DIA A DIA AMB EL MÒBIL

16:00 h. / Durada 2 h.

### ORIENTA'T I PLANIFICA ELS TEUS DESPLAÇAMENTS AMB GOOGLE MAPS

18:00 h. / Durada 2 h.

## 18 de Març

### COM CONFIGURAR I PROTEGIR EL TEU SMARTPHONE O TAULETA

10:00 h. / Durada 4 h.

### INICIACIÓ ALS FITXERS DIGITALS I EMMAGATZEMATGE

16:00 h. / Durada 4 h.

## 19 de Març

### CERCA I FILTRA INFORMACIÓ A LA XARXA

10:00 h. / Durada 4 h.

### TRÀMITS ONLINE AMB LA MEVA SALUT

16:00 h. / Durada 2 h.

### HÀBITS SALUDABLES I APLICACIONS MÒBILS

18:00 h. / Durada 2 h.

## 20 de Març

### NO ET QUEDIS SENSE MEMÒRIA AL MÒBIL

10:00 h. / Durada 2 h.

### INSTAL·LAR I DESINSTAL·LAR APPS

12:00 h. / Durada 2 h.

### INICIACIÓ AL PROCESSADOR DE TEXTOS

16:00 h. / Durada 4 h.

## 21 de Març

### INTRODUCCIÓ AL CORREU ELECTRÒNIC

10:00 h. / Durada 4 h.

## 24 de Març

### INICIACIÓ ALS FITXERS DIGITALS I EMMAGATZEMATGE

16:00 h. / Durada 4 h.

## 25 de Març

### ORGANITZA EL TEU DIA A DIA AMB EL MÒBIL

10:00 h. / Durada 2 h.

### ORIENTA'T I PLANIFICA ELS TEUS DESPLAÇAMENTS AMB GOOGLE MAPS

12:00 h. / Durada 2 h.

### INICIACIÓ AL FULL DE CÀLCUL

16:00 h. / Durada 4 h.

## 26 de Març

### APRÈN A DETECTAR ELS PERILLS DE L'INTERNET

10:00 h. / Durada 2 h.

### EXPERIMENTEM AMB LA INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

12:00 h. / Durada 2 h.

### INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA DIGITAL

16:00 h. / Durada 4 h.

## 27 de Març

### CONEIX EL TEU NIVELL DE COMPETÈNCIES DIGITALS

10:00 h. / Durada 2 h.

### CONEIX EL CERTIFICAT ACTIC

12:00 h. / Durada 2 h.

### AVANÇA AMB EL FULL DE CÀLCUL

16:00 h. / Durada 4 h.

## 28 de Març

### TRÀMITS AMB L'ADMINISTRACIÓ I CERTIFICATS DIGITALS

10:00 h. / Durada 2 h.

### GESTIONS BANCÀRIES I COMPRES EN LÍNIA

12:00 h. / Durada 2 h.



Gener

Febrer

Març

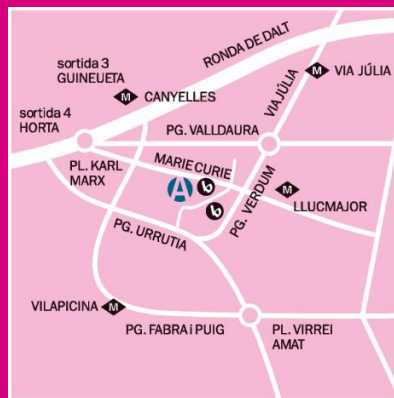
	Gener	Febrer	Març
Comença a utilitzar el teu ordinador	24	25	3 - 13
Iniciació als fitxers digitals i l'emmagatzematge	13 - 31	27	18 - 24
Iniciació al processador de textos	-	5	4 - 20
Iniciació al full de càlcul	20	7	6 - 25
Avança amb el full de càlcul	27	12	11 - 27
Inicia't en l'ús del teu smartphone o tauleta	-	12 - 19 - 24	13
Com configurar i protegir el teu smartphone o tauleta	7	19 - 28	18
No et quedis sense memòria al mòbil	9	26	5 - 20
Instal·lar i desinstal·lar apps	9	26	5 - 20
Organitza el teu dia a dia amb el mòbil	14	26	5 - 17 - 25
Orienta't i planifica els teus desplaçaments amb Google Maps	14	26	5 - 17 - 25
Apps de missatgeria instantània: Whatsapp i Telegram	16	-	12
Tràmits online amb La Meva Salut	14 - 21	21	19
Hàbits saludables i aplicacions mòbils	14 - 21	21	19
Iniciació a la fotografia digital	9 - 23	3	7 - 26
Iniciació al vídeo digital amb el teu mòbil	7 - 15 - 28	17	12
Comença a navegar per la xarxa	16 - 30	10	14
Cerca i filtra la informació a la xarxa	21	4	19
Introducció al correu electrònic	23	6	21
Fes servir el núvol	28	11	-
Tràmits amb l'Administració i certificats digitals	30	13	28
Gestions bancàries i compres en línia	30	13	28
Gestiona la teva privacitat i seguretat a la xarxa	8	18	-
Aprèn a detectar els perills de l'internet	10	4 - 25	10-26
Instagram: comparteix fotos i vídeos a la xarxa	15 - 22	11 - 20	-
Videoconferències: Parla en vídeo amb els teus	17 - 29	13 - 27	-
Identitat i reputació digital: millora la teva imatge a Internet	17 - 29	13 - 27	-
Podcasts, ràdio i TV a través d'internet	22	5 - 18	4
Aprèn idiomes online	22	5 - 18	4
Coneix les apps de participació ciutadana	29	20	6
Experimentem amb la intel·ligència artificial	10 - 29	4 - 20 - 25	6 - 10 - 26
Coneix el certificat ACTIC	8	14	11 - 27 <sup>5</sup>
Coneix el teu nivell de competències digitals	8	14	11 - 27

# Cibernàrium Nou Barris

Formació tecnològica per a tothom



**Cibernàrium Nou Barris**  
Parc Tecnològic – Barcelona Activa  
Carrer de Marie Curie, 8-14,  
08042 Barcelona



Saps quines són les teves competències digitals? Vols recomanacions d'activitats pel teu nivell?


**Fes el test i descobreix-ho!**



**Com et pots inscriure a les activitats**

▶ Pel web   
barcelonaactiva.cat/cibernarium

▶ 933 209 572 

▶ Presencialment   
a la recepció del Cibernàrium  
Nou Barris



**Accedeix al vídeo  
per veure com fer  
la inscripció**

**Formacions a altres espais**

**Biblioteques**

**Canòdrom**

**Espai Virtual – Cursos online**

**Cibernàrium 22@**

-  [barcelonaactiva.cat/cibernarium](http://barcelonaactiva.cat/cibernarium)
-  [barcelonaactiva](https://www.facebook.com/barcelonaactiva)
-  [barcelonaactiva](https://twitter.com/barcelonaactiva)
-  [barcelonaactiva](https://www.instagram.com/barcelonaactiva)
-  [videosbarcelonaactiva](https://www.youtube.com/videosbarcelonaactiva)
-  [company/barcelona-activa](https://www.linkedin.com/company/barcelona-activa)