

El programa de cursos presenciales, online y mixtos para aprender habilidades digitales de la **Comunidad de Madrid**

**Apúntate a nuestro curso**  
**“Uso saludable de la tecnología”**

¿Crees que haces un uso equilibrado de la tecnología? ¿Te gustaría saber cómo hacer un uso más saludable de la tecnología?

Diferencia formas sencillas de evitar los riesgos para la salud y las amenazas al bienestar físico y psicológico mientras se utilizan las tecnologías digitales.



**Ubicación:**

Centro Cultural Santa Catalina  
C. de Sta. Catalina, 6, 28680  
San Martín de Valdeiglesias,  
Madrid

**Fecha y hora de comienzo del curso:**

23 y 25 de Abril de 2025  
a las 10:00h

**Duración:**

Este curso certificado dura  
7,5 horas

**Requisitos:**

¡Solo 1! Apuntarte escribiendo un correo a [gloria.ayto.smv@gmail.com](mailto:gloria.ayto.smv@gmail.com) indicando sus datos personales, teléfono de contacto, edad, DNI y el curso al que desea inscribirse.

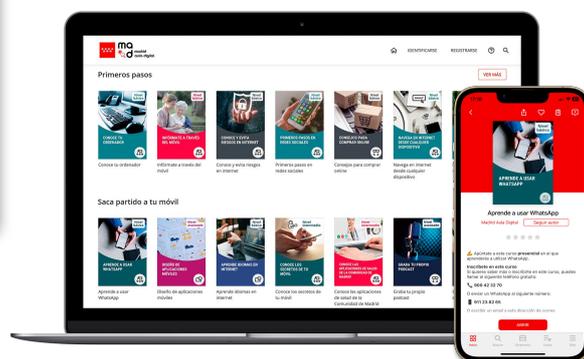
 683 54 06 98

 683 54 06 98

 a.castro@odilo.us



Además en Madrid Aula Digital podrás disfrutar de 150 cursos de diferentes disciplinas...



¡Y mucho más!

¡Regístrate aquí!



¿Quieres ver un video de cómo funciona?

