

# “TIKTOK, QUÉ CUENTAS SEGUIR Y CÓMO DISFRUTARLA DE FORMA SALUDABLE”

Crece personal y profesionalmente aprendiendo  
Competencias Digitales



Castilla-La Mancha



CIUDADANÍA  
DIGITAL



Infórmate en:

- 605 46 23 89 / 925 951 345
- [esther.cg@externas.jccm.es](mailto:esther.cg@externas.jccm.es)
- [ciudadaniadigital@jccm.es](mailto:ciudadaniadigital@jccm.es)
- Presencialmente en  
“la Casa de la Juventud”

- 100 % GRATUITO
- CARGA LECTIVA 7,5 h
- CURSO PRESENCIAL
- CASA DE LA JUVENTUD  
C/ Pérez Galdós, 34  
MANZANARES
- 29 y 30 de septiembre 2025
- 17:30h a 20:00 h

MAINJOBS  
Innovación tecnológica y educativa

# “INICIACIÓN A LA OFIMÁTICA CON WORD Y EXCEL”

Crece personal y profesionalmente aprendiendo  
Competencias Digitales



CIUDADANÍA  
DIGITAL



Castilla-La Mancha

Infórmate en:

- 605 46 23 89 / 925 951 345
- esthercrg@externas.jccm.es
- ciudadaniadigital@jccm.es
- Presencialmente en  
“la Casa de la Juventud”

- 100 % GRATUITO
- CARGA LECTIVA 7,5 h
- CASA DE LA JUVENTUD  
C/ Pérez Galdós, 34  
MANZANARES
- 01 y 02 de octubre 2025
- 16:30 h a 19:00 h

MAINJOBS  
Innovación tecnológica y educativa