

online: mai.cargo.site

maite lacava

PORFOLIO GRÁFICO

setiembre 2024

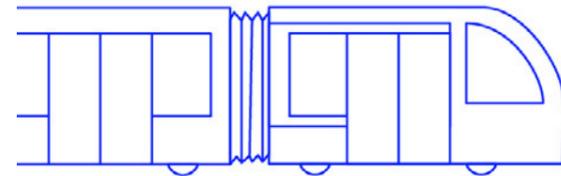
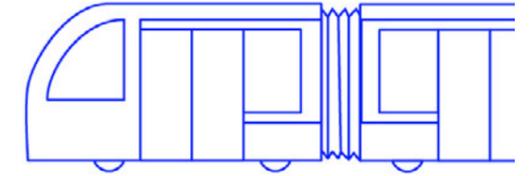
Hola soy mai, me especializo en estrategias de comunicación y me interesan los proyectos cuyo objetivo sea el reconocimiento, la protección y garantía de los derechos de la comunidad LGBTIQ+. Soy magíster en Estudios LGBTIQ+, estoy diplomada en Género y Políticas Públicas y soy licenciada en Diseño de Comunicación Visual. Desde 2016 trabajo como docente de Proyecto Final de Carrera en la Licenciatura en Diseño de Comunicación Visual, Fadu, Udelar, donde diseño colaborativamente estrategias de aprendizaje para la formulación de proyectos de comunicación visual y participo de tribunales evaluadores. Trabajé además como consultora independiente para el Sistema Nacional de Cuidados en Uruguay, para el Instituto Nacional de Empleo y Formación, la Universidad de la República, la Intendencia de Montevideo y Acción Triángulo en Madrid, entre otras instituciones. Bienvenida a mi porfolio gráfico.

Movilidad Metropolitana Sostenible:

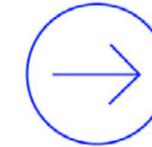
hice una consultoría de comunicación estratégica y diseño de elementos gráficos para el proyecto Movilidad Metropolitana Sostenible (rediseño del Sistema de Transporte Metropolitano) de CINVE en el marco de un convenio con Fadu. Esta consistió en la elaboración de un diagnóstico de los públicos objetivos y sus necesidades particulares para la definición de los mensajes a comunicar y los elementos que formarán parte del sistema de representación visual: señalética, marca, web, ploteos en buses, definición de criterios conceptuales y gráficos para la presentación pública del proyecto para reguladores (Intendencia de Montevideo, Intendencia de Canelones, Intendencia de San José, Ministerio de Transporte), operadores (urbanos y suburbanos), personas usuarias, organismos multilaterales (BID, CAF, Banco Mundial, FONPLATA), etc).

AGOSTO Y SETIEMBRE 2024.

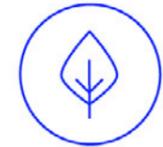
Movilidad inteligente:



más rápida



planificada y sostenible



2 ACÁ ALGUNOS DATOS SOBRE CARACTERÍSTICAS DEL SISTEMA

4 ACÁ ALGUNOS DATOS SOBRE CARACTERÍSTICAS DEL SISTEMA



02 LÍNEAS ↓



15 años de la Unidad de Extensión y Actividades en el Medio de FCEA:

diseño editorial de librito digital.

SETIEMBRE 2024.

15 años de aprender, construir, transformar

Fecha de la publicación:
Montevideo, septiembre 2024

Redacción: Mariela Lindner

Revisión: Unidad de Extensión y Actividades en el Medio

Equipo de la Unidad de Extensión y Actividades en el Medio:

Mariela Lindner (Coordinadora)
Florencia Suárez
Mariana García Grisoni
Melisa Planchesteiner
Erika Iglesias

Esta publicación celebra los 15 años de la Unidad de Extensión de la Facultad de Ciencias Económicas y de Administración (FCEA), un espacio que ha promovido el intercambio entre nuestra Facultad y la sociedad. Te invitamos a ser parte de este recorrido y a celebrar junto a nosotras los 15 años de

02 FCEA: UNIDAD DE EXTENSIÓN Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO
15 AÑOS DE APRENDER, CONSTRUIR, TRANSFORMAR
03

Al celebrar estos 15 años reafirmamos nuestro compromiso con una universidad que no solo enseña, sino que también aprende y transforma junto a la sociedad. El camino recorrido, lleno de aprendizajes y desafíos, nos impulsa a seguir trabajando desde la extensión universitaria como herramienta para la superación de desigualdades sociales y económicas.



Nos reconocemos en la extensión entendida desde la integralidad colaborando en la construcción de una universidad comprometida con su tiempo. Celebramos este aniversario con la convicción de que la transformación social es posible, y de que la universidad tiene un rol relevante en ese proceso.

06 FCEA: UNIDAD DE EXTENSIÓN Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO
15 AÑOS DE APRENDER, CONSTRUIR, TRANSFORMAR



su proceso de curricularización. En la propuesta de creación se alude a la necesidad de articular esfuerzos dispares y discontinuos que se realizaban en Facultad por parte de docentes y estudiantes, y se argumentaba sobre la necesidad de una estructura académica que pudiera darles continuidad y jerarquizarlos. Se explicita la importancia de articular la extensión a la enseñanza y la investigación aportando a la creación de conocimiento de calidad y a su democratización. El proceso de creación de la Unidad fue concomitante a una feroz discusión de todo el cuerpo docente universitario sobre la importancia de la extensión en la renovación de la enseñanza. En ese período surge con fuerza el paradigma de la integralidad y la extensión crítica que guía a este equipo docente.

Entendemos la extensión como "el conjunto de actividades de colaboración entre actores universitarios y no universitarios, en formas tales que todos los actores involucrados aportan sus respectivos saberes y aprenden en un proceso interactivo orientado a la expansión de la cultura y a la utilización socialmente valiosa del conocimiento con prioridad a los sectores más postergados."

(Arocena, 2010)

06 FCEA: UNIDAD DE EXTENSIÓN Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO
15 AÑOS DE APRENDER, CONSTRUIR, TRANSFORMAR

una universidad comprometida con el aprendizaje, la construcción conjunta y la capacidad de generar cambios reales en la sociedad. En este texto recorremos el surgimiento de la Unidad, los paradigmas teórico-metodológicos desde los que realizamos nuestra tarea, los entramados institucionales que nos albergan, las principales líneas de acción que desarrollamos y las reflexiones y desafíos que emanan de nuestras prácticas.

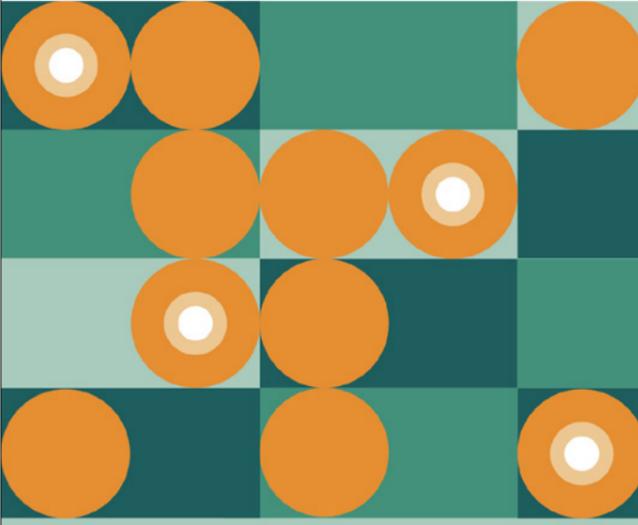
01. Surgimiento de la Unidad de Extensión y Actividades en el Medio

La Unidad de Extensión de FCEA se crea en el año 2009 a través de un llamado de la Comisión Sectorial Extensión y Actividades en el Medio (CSEAM) que tuvo como objetivo generalizar las estructuras académicas para el desarrollo y la promoción de la función de extensión en los servicios universitarios. Ese llamado se dio en el marco del proceso conocido como segunda reforma universitaria de Udelar (2008-2014) que dio un fuerte impulso a la función de extensión y

1. Llamado abierto no consecutivo a propuestas de creación y curricularización de unidades de extensión universitaria 2008-2009. Exp 006/200-00174-08, 9 de junio de 2008.

04 FCEA: UNIDAD DE EXTENSIÓN Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO
15 AÑOS DE APRENDER, CONSTRUIR, TRANSFORMAR

15 AÑOS DE APRENDER, CONSTRUIR, TRANSFORMAR





FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS Y DE ADMINISTRACIÓN

15 UNIDAD DE EXTENSIÓN Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA URUGUAY

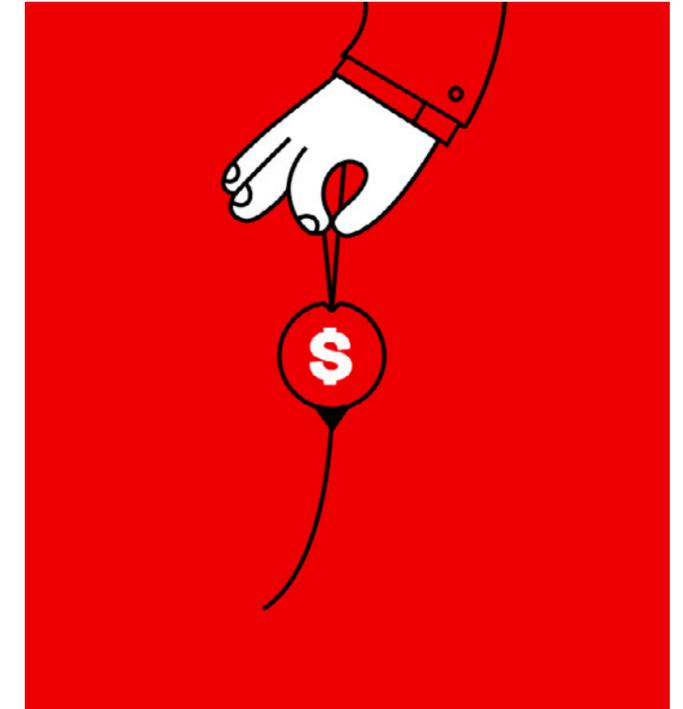
Endeudamiento.uy:

trabajé en la estrategia de comunicación y los elementos gráficos para el sistema de representación del proyecto: tipografía, paleta de colores, signo identificador, ilustraciones y puesta en página para editoriales.

“¿Estás para más?”, “Tenés con qué”, las marcas de crédito en Uruguay versan sobre este tipo de consignas la promoción de sus servicios, la fantasía de conseguir lo que querés sin costo. Endaudamiento.uy se posicionará entonces como quien

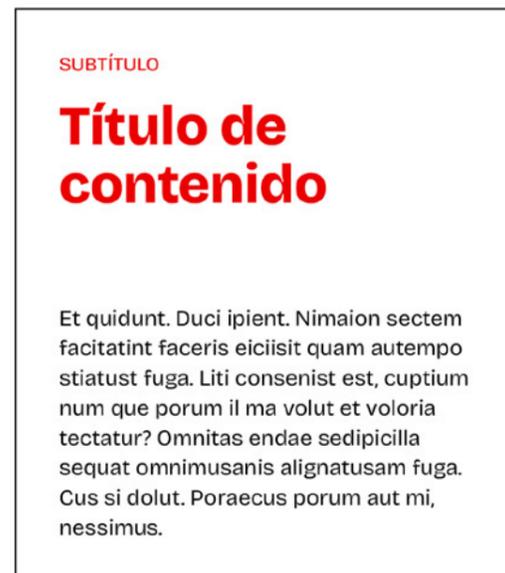
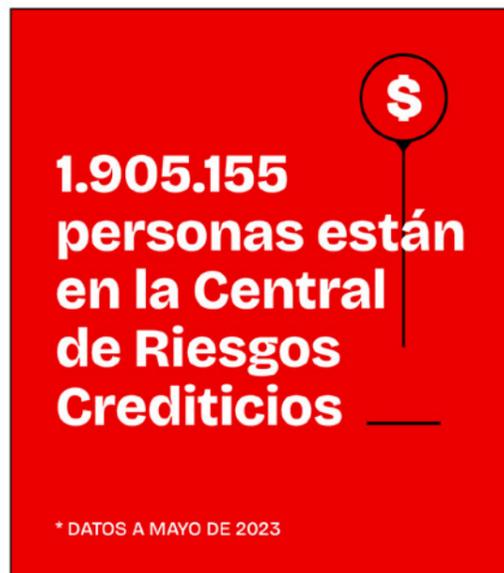
viene a pinchar el globo: informar del endeudamiento de los créditos y contribuir a la discusión pública de cara a los cambios normativos que se encuentran en debate. Además, el globo expresa un concepto simple sobre el endaudamiento: siempre sube.

SETIEMBRE 2024.



05 APLICACIONES ↓

Sugerencia para editorial (portadilla y página interior).



04 ILUSTRACIONES ↓

Sobre fondo rojo las ilustraciones funcionan con línea negra (2pt) y plenos de blanco sobre partes destacadas para generar contraste. El remate de las líneas es recto con el extremo plano y las uniones redondeadas. Las formas son simples reduciendo los detalles al mínimo.



Personaje inspirado en el de Fucac/El verde (de las instituciones de crédito más reconocidas en Uruguay). Se representan dos estados: la ilusión del crédito y su posterior endeudamiento por pago de intereses.

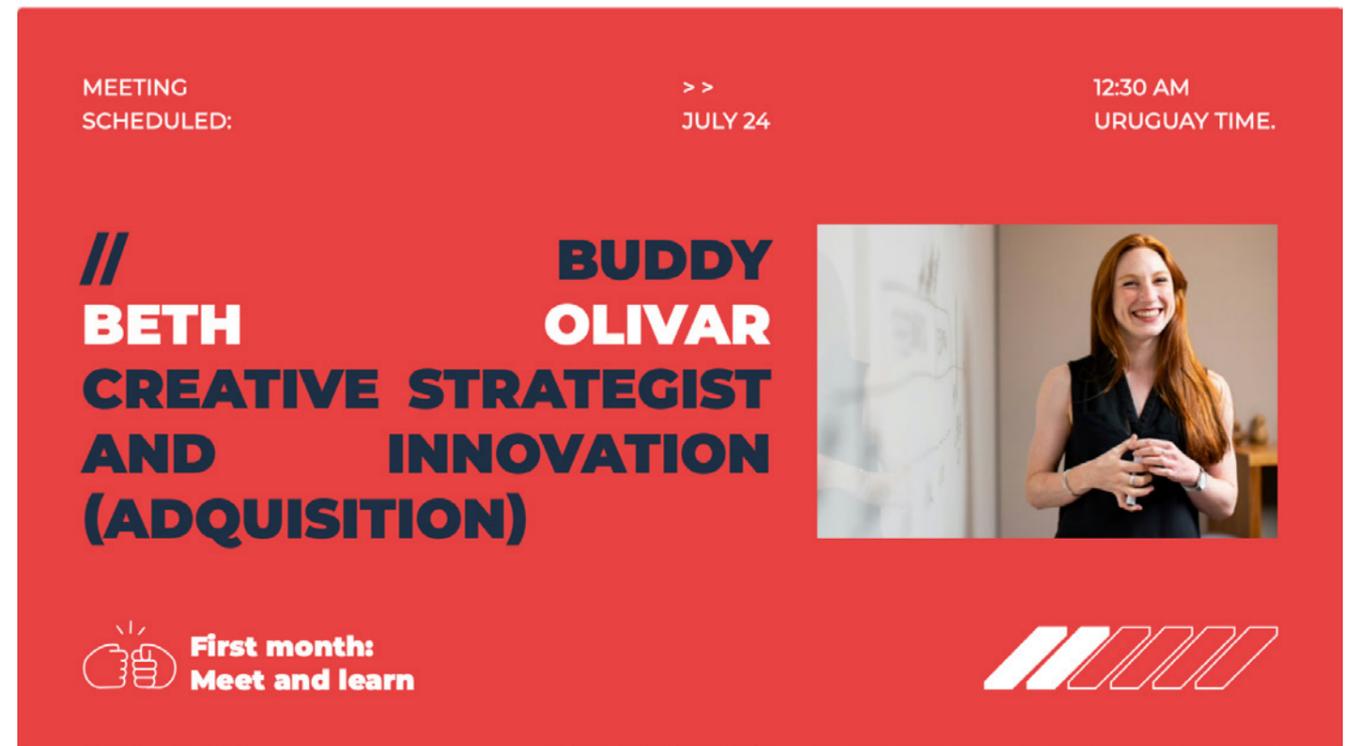
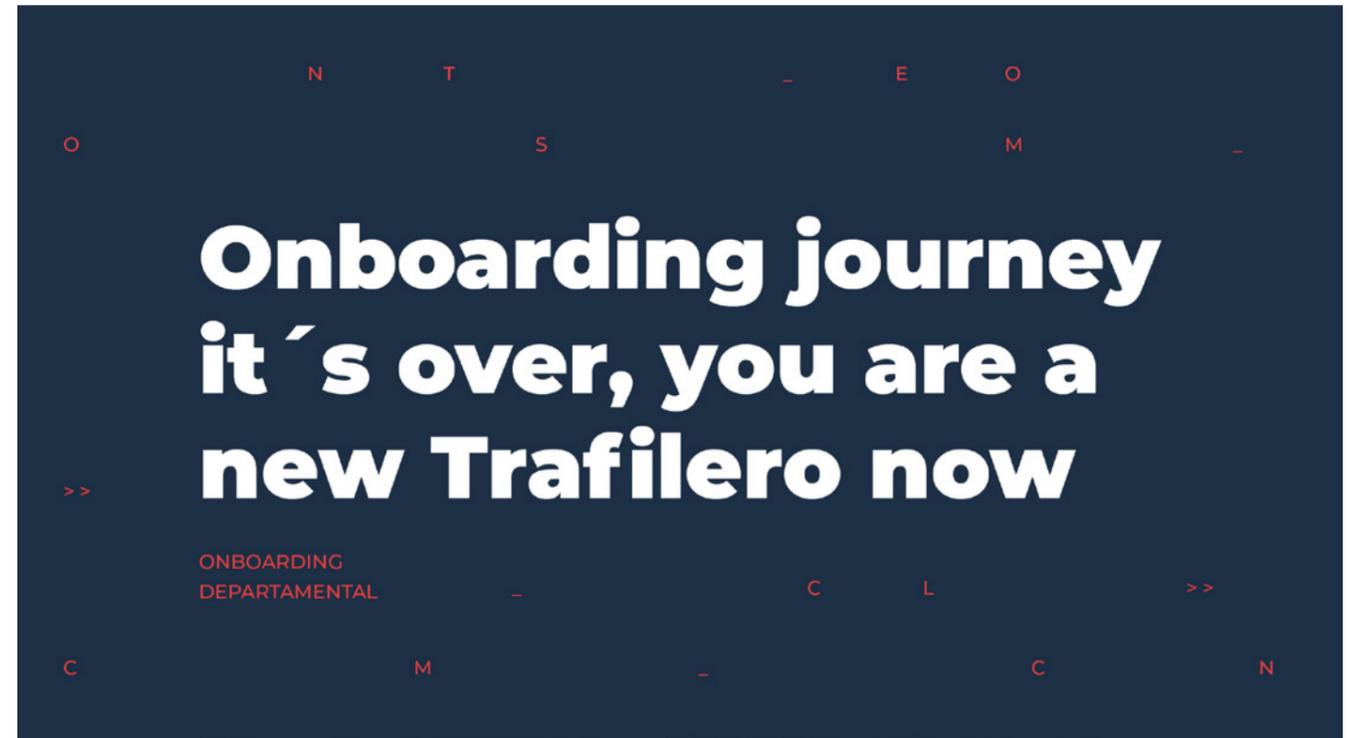
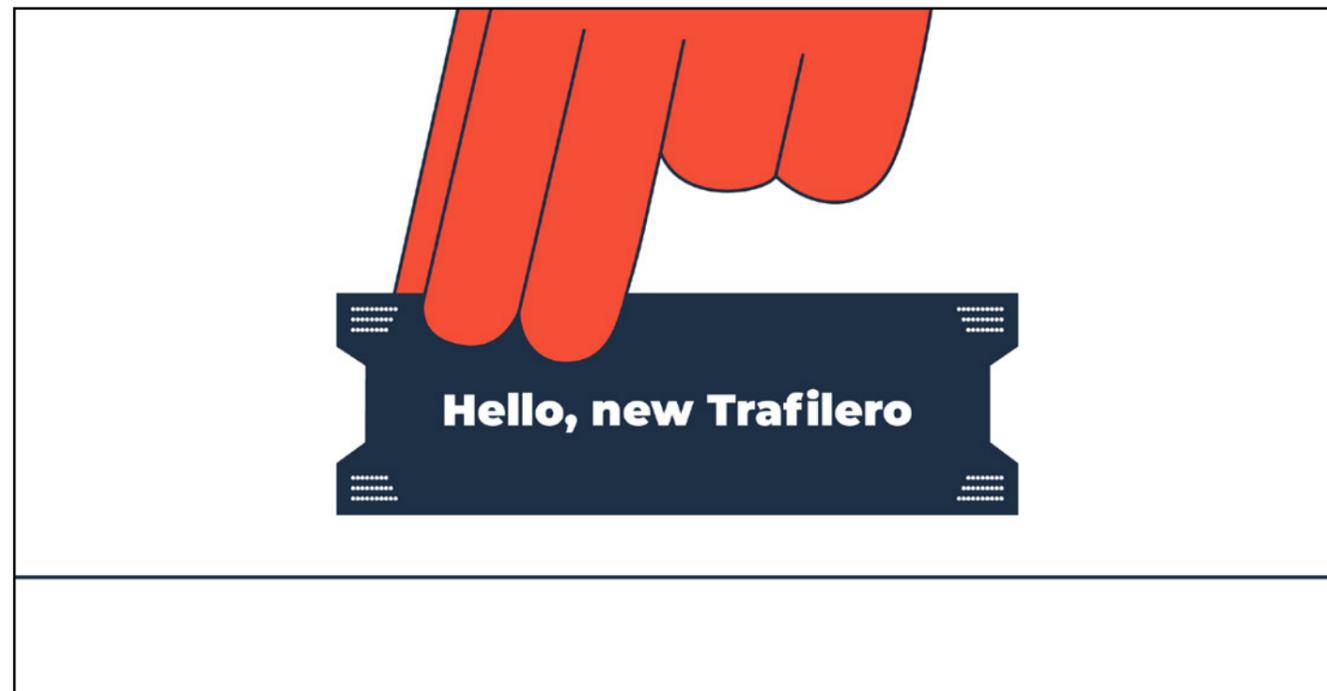
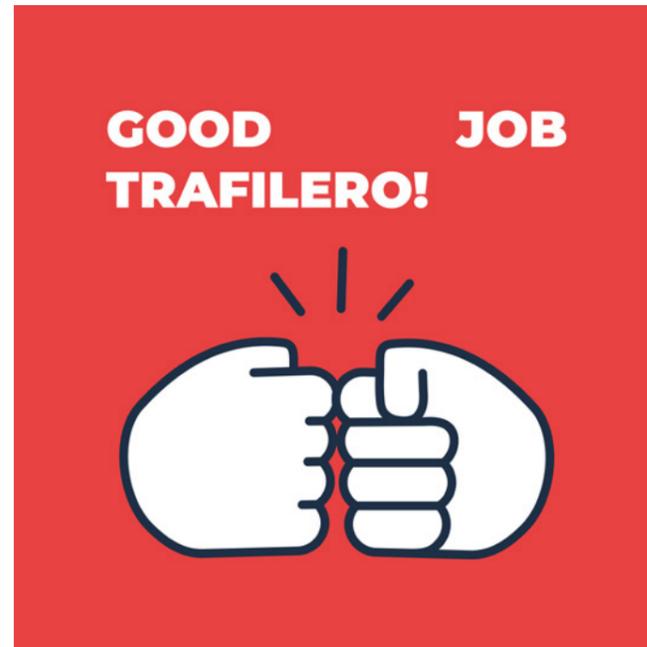
Trafilea:

trabajé en la estrategia de comunicación y el desarrollo de piezas de diseño para el proceso de tres meses de inducción de nuevas contrataciones.

El proceso de integración a Trafilea es también una instancia de bienvenida a un espacio de vanguardia en tecnología que utiliza la ciencia de datos para la toma de decisiones y garantía de calidad en sus resultados.

Claves conceptuales: acción + innovación + futuro + hospitalidad

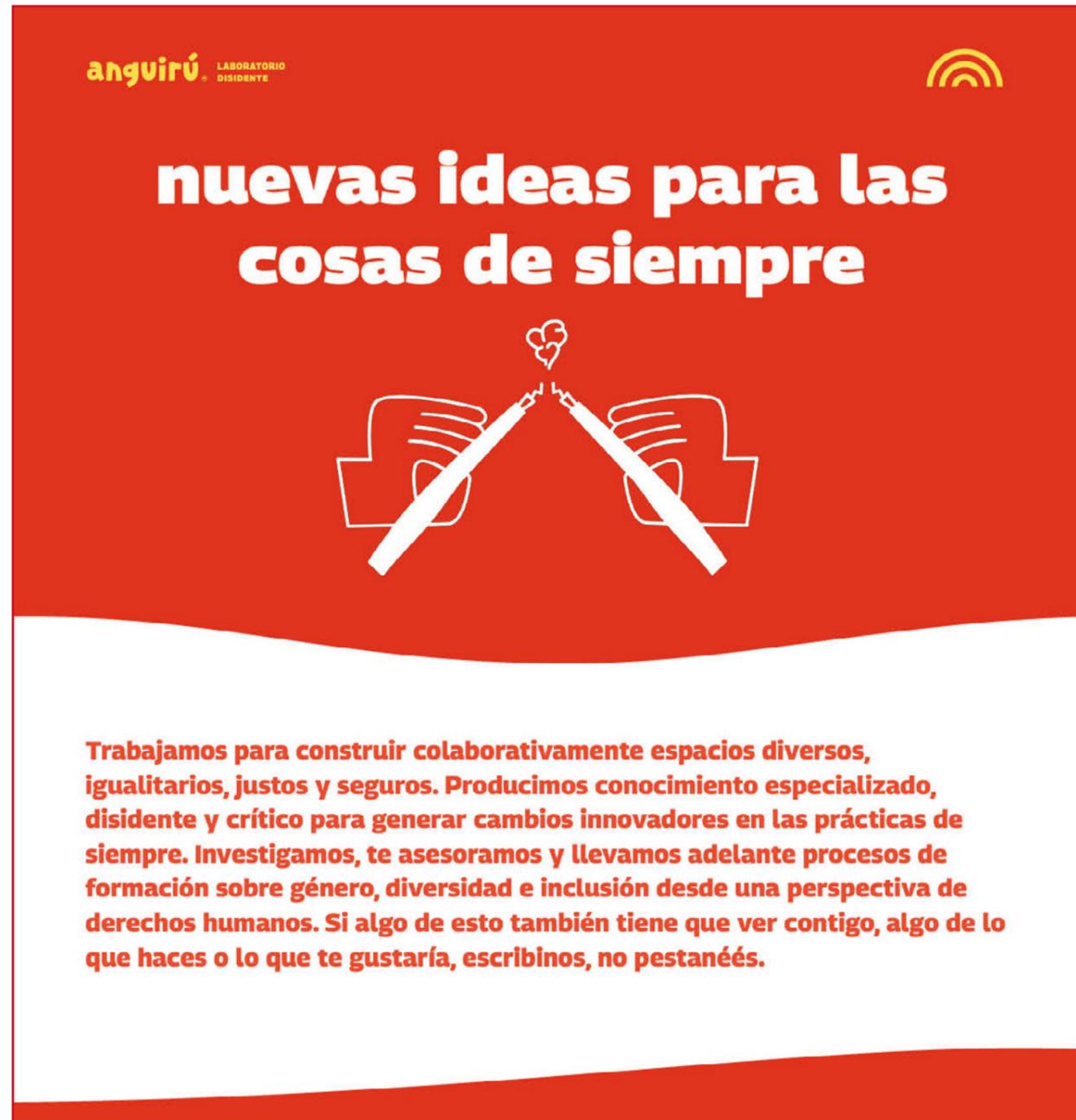
JULIO 2024.



anguirú, laboratorio disidente:

diseñé la estrategia de comunicación, la identidad gráfica, hice ilustraciones, redacté contenidos y desarrollé la web institucional: anguiru.uy

DE ABRIL A OCTUBRE DE 2023.

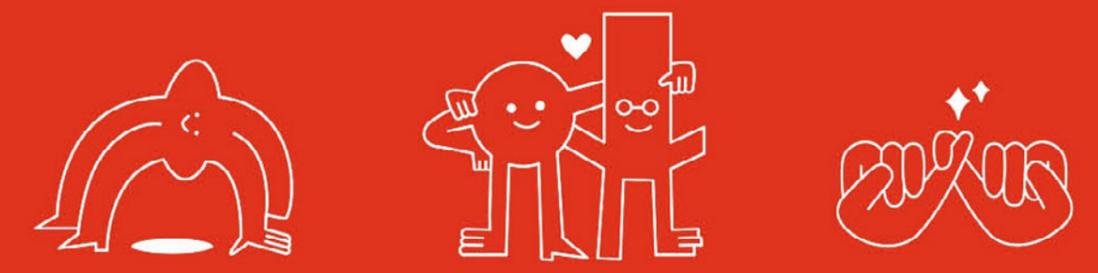


anguirú LABORATORIO DISIDENTE

nuevas ideas para las cosas de siempre

Trabajamos para construir colaborativamente espacios diversos, igualitarios, justos y seguros. Producimos conocimiento especializado, disidente y crítico para generar cambios innovadores en las prácticas de siempre. Investigamos, te asesoramos y llevamos adelante procesos de formación sobre género, diversidad e inclusión desde una perspectiva de derechos humanos. Si algo de esto también tiene que ver contigo, algo de lo que haces o lo que te gustaría, escribinos, no pestanéés.

formación sobre género, diversidad e inclusión desde una perspectiva de derechos humanos. Si algo de esto también tiene que ver contigo, algo de lo que haces o lo que te gustaría, escribinos, no pestanéés.



a otra cosa

La disidencia es nuestro campo de estudio y también nuestra metodología, nuestra forma de pensar el trabajo, de abordar los desafíos, de investigar, de hacernos preguntas, de aprender, de compartir nuestro conocimiento y nuestra forma de diseñar nuevas cosas.

de cada pueblo una paisana

Entendemos que la diferencia no es algo que nos separa sino que es la pauta que nos conecta con otros. Desde esta perspectiva es que imaginamos los cambios y armamos equipos de trabajo colaborativos, cooperativos con personas curiosas, disidentes y que posibiliten el cruce interdisciplinar.

acortando el trecho del dicho al hecho

Nuestras investigaciones, intervenciones y diagnósticos se orientan a la acción. Buscamos el diálogo entre la teoría y la práctica, incorporando saberes que nos permitan diseñar e imaginar nuevas formas de entender el mundo y ser parte de él.

anguirú LABORATORIO DISIDENTE

O sino, escribinos acá: hola@anguiru.uy

¡Seguinós! 

Trabajamos para diseñar un sitio web acorde a las Pautas de Accesibilidad para el Contenido Web (WCAG 2.0, Nivel AA), publicadas por el Consorcio WWW. Tené en cuenta que debido a la naturaleza dinámica del sitio web, pueden surgir algunos inconvenientes. Si tenés algún comentario o sugerencia que nos ayude a mejorar la accesibilidad de nuestro sitio, escribinos.

Colectivo Catalejo:

diseñé una placa ilustrada para redes sociales en el marco de la campaña de derogación de los 135 artículos de la LUC. Trabajo colaborativo con con Sofi Ganduglia (Lic. en Comunicación Visual y Magíster en Comuniación de las organizaciones).

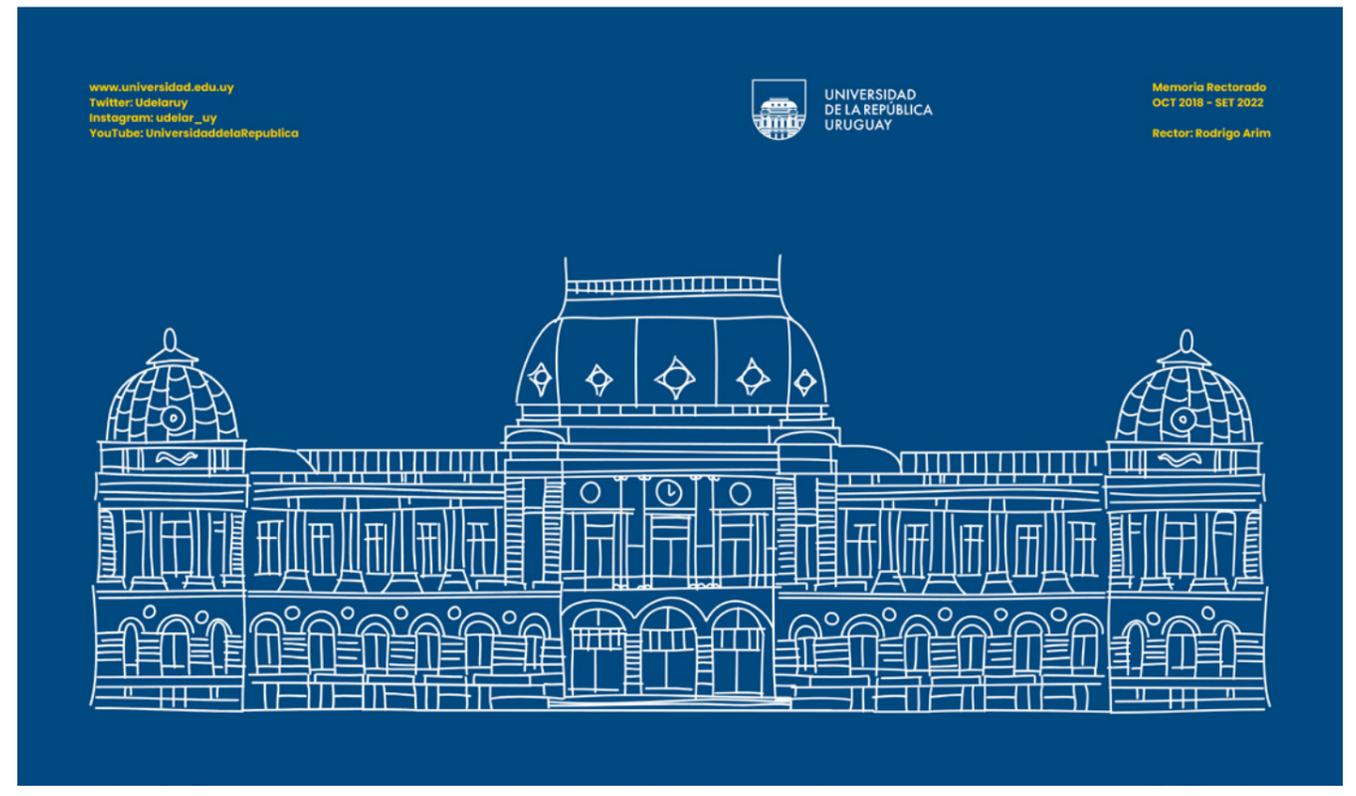
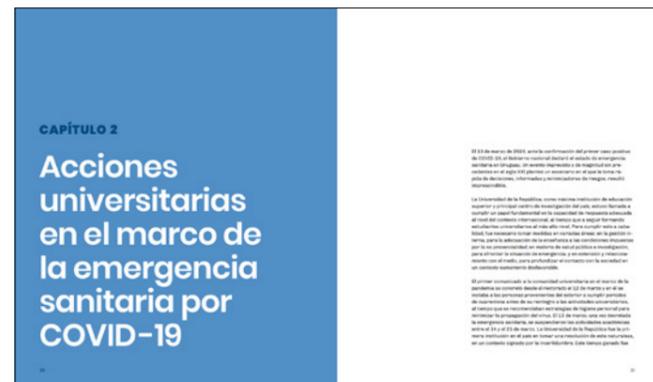
OCTUBRE DE 2023.



Udelar (Universidad de la República, Uruguay):

diseñé la Memoria de Rectorado 2018-2022, con Sofía Ganduglia (Diseñadora de Comunicación Visual y Magíster en Comunicación de las organizaciones): trabajamos en la formulación estratégica, conceptualización, el maquetado y confección para imprenta.

JULIO DE 2022.



Municipio B (Montevideo):

diseño ganador para el concurso mi Balcón Feminista en el marco del día internacional de la mujer trabajadora (8M) "Menos te ayudo, más hacete cargo". Objetivo: concientizar acerca de la importancia de los cuidados para el ejercicio de los derechos de las mujeres. Trabajo colaborativo con Jacinta Rivera (Lic. en Periodismo y Magíster en Desarrollo).

FEBRERO DE 2022.



INEFOP (Instituto Nacional de Empleo y Formación):

hice una propuesta de rediseño de identidad, trabajé la estrategia de comunicación, desarrollé productos web e impresos, redacté contenidos. Trabajos destacados: diseño de plataforma web de cursos (alianza Inefop-coursera) y plataforma de inefop para empresas, campaña para la certificación de saberes.

DE MARZO A SEPTIEMBRE DE 2021.



UTEC (Universidad Tecnológica del Uruguay):

desarrollé proyectos de comunicación visual con Sofi Ganduglia (Lic. en Comunicación Visual y Magíster en Comuniación de las organizaciones) en coordinación con el equipo de comunicación.

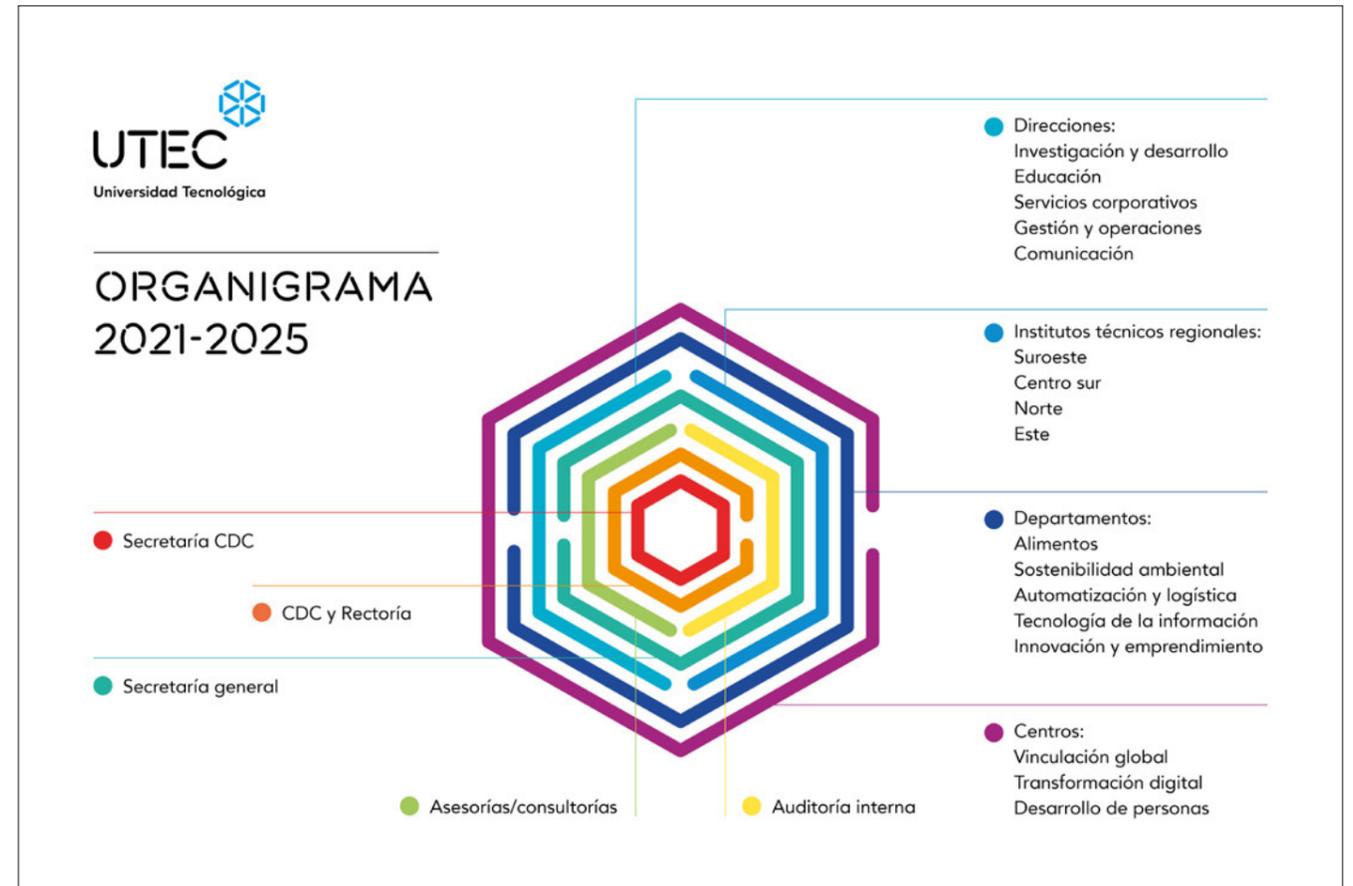
Trabajé en la estrategia de comunicaicón, la dirección de arte, la redacción de contenidos, el desarrollo de productos de comunicación digital e impresos y el diseño de insumos para la web institucional. Trabajos destacados: plataforma online con memoria UTEC 2020.

DE FEBRERO A JULIO DE 2021.

MEMORIA ANUAL 2020: LOS LOGROS Y EL FUTURO DE UTEC TRÁS UN AÑO DESAFIANTE

Enseñar y aprender en virtualidad

- EL AÑO DIGITAL
- HITOS MES A MES
- EL AÑO EN CIFRAS
- FUTUROS POSIBLES



UTEC
Universidad Tecnológica
Dirección de Investigación y Desarrollo

FORMACIÓN DE MONITORES EEI CON FOCO EN LA IMPLEMENTACIÓN DE LOS GRUPOS DE INVESTIGACIÓN ESTRATÉGICA

POR CONSULTAS ESCRIBIR A: INVESTIGACION.DESARROLLO@UTEC.EDU.UY

Presupuesto

\$988 millones fue el presupuesto EJECUTADO (*)

22% INCREMENTO respecto a 2019

350 millones de pesos fue la masa salarial DOCENTE

DISTRIBUCIÓN PRESUPUESTAL

| Categoría | Porcentaje |
|--------------|------------|
| Gastos | 19% |
| Inversiones | 29% |
| Atribuciones | 52% |

(*) El monto incluye el presupuesto asignado de Bases Generales por UTEC, más los fondos ejecutados a través del Fideicomiso de Infraestructura de Educación Pública de UTEC con la Corporación Nacional para el Desarrollo (CND). La diferencia con lo ejecutado presupuestal que surge del Sistema Integrado de Información Financiera del Estado (SIFE) se debe a que se incluye el monto otorgado en 2020 con el Fideicomiso, mientras que en el número que se expone, se incluye el monto efectivamente utilizado a través del Fideicomiso en 2020.

Vinculación con el medio

- 50** actividades de FORMACIÓN CONTINUA
- 14** actividades por las cámaras
- 36** actividades por el Departamento de Innovación y Emprendimiento - UTECInnova
- 1.476** PERSONAS participaron
- 32** actividades de ASESORAMIENTO, ASISTENCIA TÉCNICA Y CONSULTORÍA
- 20** consultorías
- 12** asesorías y asistencias técnicas

Evolución del número de actividades de asesoramiento y asistencia técnica

| | | | | |
|------|------|------|------|------|
| 2019 | 2020 | 2021 | 2022 | 2023 |
| 2 | 9 | 18 | 36 | 27 |

Sistema Nacional de Cuidados:

diseñé e implementé la estrategia de comunicación, trabajé en la sistematización y el desarrollo de la identidad, la dirección de arte, el desarrollo de materiales gráficos institucionales. Trabajo destacado: Campaña “No se nace, se hace” en el marco del mes de los cuidados (Tele, radio, vía pública y online). Objetivo: trabajar en las desigualdades de género en las tareas de cuidado y el trabajo no remunerado, desnaturalizando la idea de que estas son propias de las mujeres y promover la corresponsabilidad entre la familia, mercado, comunidad y el Estado.

DE FEBRERO 2017 A DICIEMBRE 2020.

Sistema de Cuidados

abril mes de los cuidados

juntos cuidamos mejor

Mi amiga del parque

CICLO DE CINE:
Mi amiga del parque
La demora
Papás por más horas

Entrada libre

icau mec Uruguay Audiovisual antel veratv

DEJÁ A PAPÁ TRANQUILO QUE TRABAJÓ TODO EL DÍA

nosenacesehace.uy

Sistema de Cuidados

LAS MUJERES QUE SALEN A TRABAJAR DEDICAN EL DOBLE DE HORAS QUE LOS VARONES A CUIDAR Y A LAS TAREAS DE LA CASA.

Batthiány, Karina. Los tiempos del bienestar social. Género, trabajo no remunerado y cuidados en Uruguay. (página 153) Fuente: Elaboración propia en base al módulo de Uso del tiempo y trabajo no remunerado de la encuesta continua de hogares 2013, INE-INMUJERES-FCS.

1 2 3

¿Qué es?

Teleasistencia en casa es un servicio que permite que las personas mayores de 70 años, en situación de dependencia leve o moderada, avisen a su familia, vecinas/os o servicio médico ante cualquier incidente que ocurra en su hogar. Funciona a través de una pulsera o collar que al ser presionado activa una conexión con un centro de atención, disponible 24 horas durante todo el año.

Para acceder a este servicio, el hogar debe contar con instalación de teléfono fijo para llamadas salientes y electricidad.

Sistema de Cuidados

0800 1811
*1811 antel

sistemadecuidados.gub.uy Sistemadecuidados @sistemadecuidados

Ministerio de Desarrollo Social | Administración Nacional de Educación Pública | Banco de Previsión Social | Congreso de Intendentes | Instituto del Niño y el Adolescente del Uruguay | Ministerio de Economía y Finanzas | Ministerio de Educación y Cultura | Ministerio de Salud | Ministerio de Trabajo y Seguridad Social | Oficina de Planeamiento y Presupuesto

Sistema de Cuidados

Teleasistencia en casa

Para mayores de 70 años en situación de dependencia leve o moderada.

SISTEMADECUIDADOS.GUB.UY

Ministerio de Desarrollo Social, Administración Nacional de Educación Pública, Banco de Previsión Social, Congreso de Intendentes, Instituto del Niño y el Adolescente del Uruguay, Ministerio de Economía y Finanzas, Ministerio de Educación y Cultura, Ministerio de Salud, Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, Oficina de Planeamiento y Presupuesto.

RENDIMOS CUENTAS 2015 - 2020

juntos cuidamos mejor

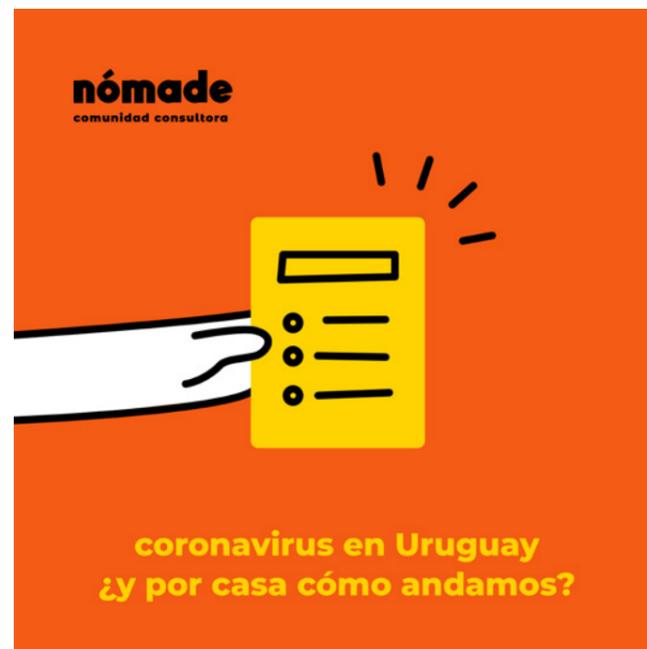
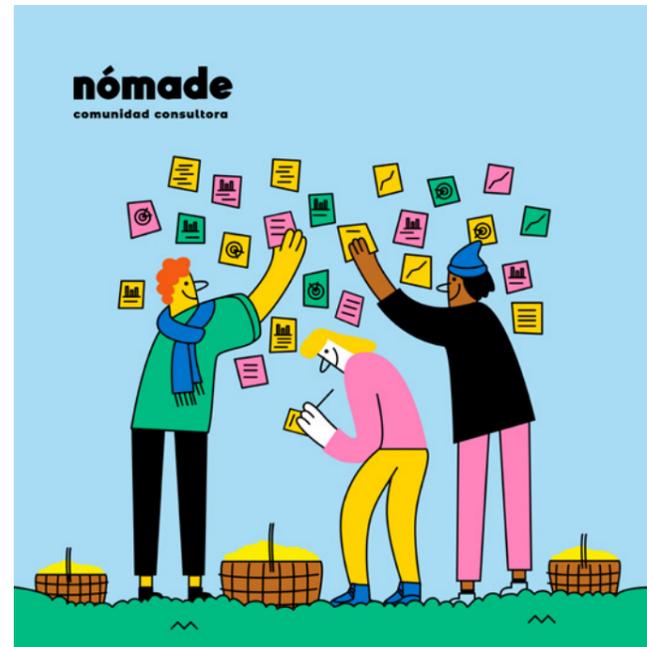


nómade, comunidad consultora:

cocordiné el proyecto, dirigí la comunicación y el diseño gráfico. Diseñé y desarrollé la identidad de marca, produje y redacté contenidos, ilustré, diseñé la web institucional, gestioné las redes sociales y diseñé los productos editoriales.

nomadeconsultora.uy
www.instagram.com/nomade.consultora

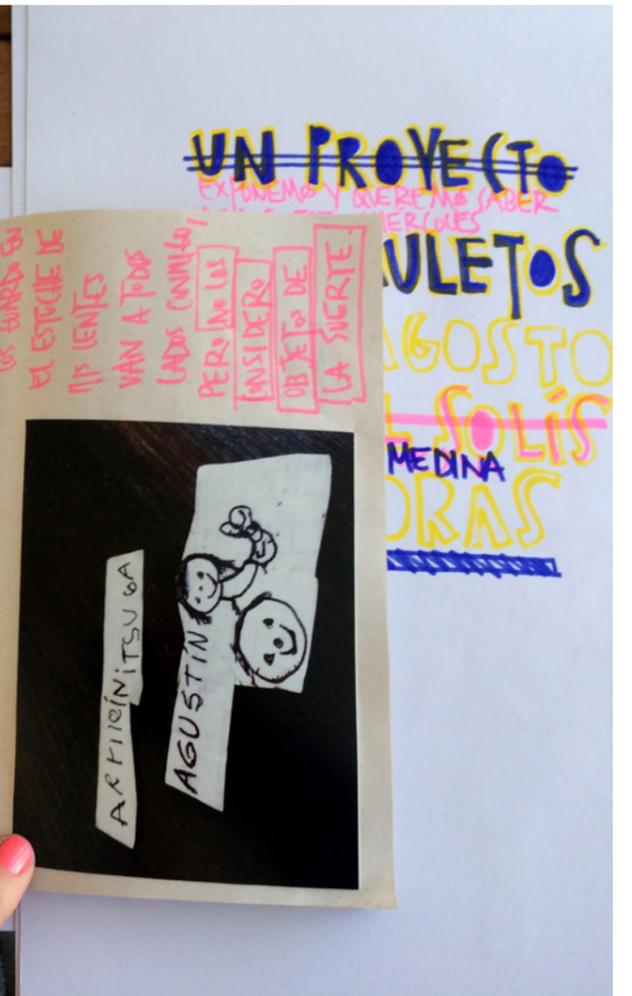
DE MARZO A SEPTIEMBRE 2020.



De cajón 10 años. teatro solís:

diseñé y participé del armado de la muestra amuletos junto a Alexandra Nóvoa (historiadora, investigadora) y Francisco Landro (comunicación)

AGOSTO DE 2018.



Wilson Tennis. representante en Uruguay:

diseñé y planifiqué la estratégica de campañas, la creación de contenidos, notas y posts para redes, el diseño editorial, el diseño de piezas promocionales y la cobertura de eventos deportivos puntuales.

DE 2014 A 2016.

WILSON X-DUTY/EXTRA DURACIÓN ALL COURTS

CHAMPIONSHIP
Wilson
EXTRA DUTY
ALL COURTS

DEL 6 AL 8 DE MARZO
CON Wilson A LA DAVIS URUGUAY vs COLOMBIA

US OPEN
EXTRA DUTY
REGULAR DUTY
CHAMPIONSHIP

PRACTICE BALLS
ALL COURT
BALL PICK UP 16

TRANSITION BALLS
RED STAGE
ORANGE STAGE
GREEN STAGE

NUEVA COLECCIÓN 2015

MORE SPIN. MORE CONTROL. MORE POWER. MORE COMFORT. 4 OUT OF 4 ISN'T BAD.

Wilson has nearly 100 years of Grand Slam winning heritage, and we've changed as the game has. So we understand that each player's needs are different. And we've designed our line to help you choose the right racket. Whether it is spin, control, power or comfort you are looking for, we have what you need to get in the zone. Our rackets are made by players, for players, with game changing innovations.

PRO STAFF CONTROL+SPIN

The Pro Staff is the essence of classic control. This tennis racket has an unmatched history of winning Grand Slams. Now available in a variety of specs to fit a wider range of players.

PRO STAFF 97LS
Spin Effect Technology | New 16x16 string pattern, creates more spin, power, and depth | Braided Graphite + Kevlar construction | Ampliflex

HEADSIZE: 97" / 626 cm²
BALANCE: 32.5 cm / 10 pts HL
UNSTRUNG WEIGHT: 10.2 oz / 290 g
LENGTH: 27" / 68.58 cm
STRING PATTERN: 16x16
GRIP: 4, 4 1/8, 4 1/4, 4 3/8, 4 1/2

PRO STAFF 97
Spin Effect Technology | Braided Graphite + Kevlar construction | Ampliflex Technology

HEADSIZE: 97" / 626 cm²
BALANCE: 31 cm / 10 pts HL
UNSTRUNG WEIGHT: 11.1 oz / 315 g
LENGTH: 27" / 68.58 cm
STRING PATTERN: 16x19
GRIP: 4 1/8, 4 1/4, 4 3/8, 4 1/2, 4 5/8

SPIN EFFECT

EXPERIENCE THE ULTIMATE IN PERFORMANCE WITH THE MOST INNOVATIVE TECHNOLOGY IN THE GAME. NOW PATENTED.

SPIN EFFECT TECHNOLOGY is a complete racket technology that allows players of all levels to produce significantly more spin without changing their swing. Wilson Spin Effect rackets can add over 200 RPM's of spin on every shot, allowing for 2 inches more net clearance and 12 inches more margin of error.

Top 10 player Grigor Dimitrov and other top ATP pro players are already hooked on this game changing technology. Grigor's game has undeniably improved since switching to Spin Effect. Start play-testing Spin Effect Technology racket models and reap the game changing benefits.

BENEFITS OF SPIN

- 1 More height over the net increases margin for error
- 2 Hit harder while keeping the ball in the court
- 3 Control the ball and hit sharper angles

12 INCHES MORE MARGIN

200+ RPMs OF SPIN

* Based on 2011-12 Wilson static laboratory tests using high-speed video to measure string displacement and movement in 16x15 pattern vs. conventional 16x18 or 16x20 pattern.

3.3x MORE STRING MOVEMENT

69% FASTER SNAP BACK

200+ RPMs OF SPIN WITHOUT CHANGING SWING

MORE SPIN

JUICE String Pattern: 16x15 Headsize: 100

STEAM String Pattern: 16x15 Headsize: 95, 100

BLADE String Pattern: 16x16 Headsize: 98

SIX.ONE String Pattern: 16x16 Headsize: 95

PRO STAFF String Pattern: 16x15 Headsize: 95, 100

CONTROL + SPIN
For players who want a traditional feeling racket to generate control and spin.

POWER + SPIN
For players who want more power and the ability to generate additional spin.

Departamento de cultura de la Intendencia de Montevideo:

rediseñé la ilustración original para la imagen de los 20 años de la carpa, trabajé en el armado de lonas exteriores promocionales y en el diseño de un folleto para su difusión.

DE ABRIL A JUNIO DE 2015.

LA CARPA 20 AÑOS

DEL 16 AL 26 DE ABRIL | EXPLANADA DE LA IM

MÚSICA | DANZA | TEATRO | ESPECTÁCULOS

JUEVES 16
20 h | Banda Sinfónica de Montevideo

VIERNES 17
19.30 h | Música Tropical .
Sonora Borinquen y VI-EM

SÁBADO 18
16.30 h | Música para niños. Marcelo Ribeiro y Extravagancia Banda presentan: "Canciones Mojadas"
20 h | Gato Eduardo presenta: "Gato Eduardo es Montevideo en Blues"
21.30 h | Ana Prada

DOMINGO 19
14.30 h | Clowns con alas presentan: "Ochenta y pico no son nada"
16 h | Títeres Cachiporra presentan: "Las aventuras de Don Brígido"
19 h | Nelson Alberti
20 h | Mónica Navarro
21 h | Proy. Kanibal Troilo

LUNES 20
19 h | Danza. "Compañía Uruguaya de Danzas" y Compañía Periférica, presentan sus espectáculos

MARTES 21
19 h | Teatro Negro. Pampinak presenta: Fera de Fires

MIÉRCOLES 22
19.30 h | Hip-Hop / Rap.
Payadores Urbanos y La Teja Pride

JUEVES 23
19.30 h | Carnaval.
Ganadores de Murga Joven Encuentro 2015
20.30 h | Parodistas Zingaros

SÁBADO 25
16 h | Daniel K, Mágia y Comedia
20 h | Rossana Taddei
21.30 h | La Triple Nelson

DOMINGO 26
16 h | Verdanzar presenta "Provocación es" una obra para toda la familia
20 h | Carlos Alberto Rodríguez
21.30 h | Larbanois y Carrera

 Montevideo Cultura

**Proyecto final de carrera
Licenciatura en Diseño de
Comunicación Visual:**

hacé deporte. para personas de 25 a 50 años que viven en Montevideo y no hacen deporte por que no tienen tiempo.

DE MARZO DE 2013 A DICIEMBRE DE 2014.



AERO CAMINADOR

INSTRUCCIONES
Coloca un pie en cada pedal agarrándote firmemente de la barra superior. Move un pie hacia adelante y otro hacia atrás manteniendo un ritmo constante.

OBJETIVO:
Refuerza las funciones cardiacas y pulmonares. Fortalece los miembros inferiores. Mejora la flexibilidad y coordinación.

CANTIDAD DE PERSONAS: 1

Dependiendo del estado físico de la persona, se aconseja realizar 2 series de 5 a 10 minutos cada una con 10 segundos de descanso entre serie.

PARA SU USO LOS NIÑOS DEBEN ESTAR ACOMPAÑADOS DE UN ADULTO RESPONSABLE | CONSULTAR A SU MÉDICO ANTES DE HACER EJERCICIO | DETENERSE DE INMEDIATO AL SENTIRSE MAL, MAREADO O DÉBIL | EL USO DE ÉSTE EQUIPO ESTÁ BAJO ENTERA RESPONSABILIDAD DEL USUARIO

Adelante Atrás

**DE
SES
TRE
SA
TE**

DEPORTE ES DESCARGA

Ministerio de Turismo y Deporte
Dirección Nacional de Deporte

**DES
AHO
GA
TE**

DEPORTE ES TERAPIA

Ministerio de Turismo y Deporte
Dirección Nacional de Deporte



Potencia tu tenis, centro de alto rendimiento:

diseñé la identidad gráfica y todos sus materiales de difusión.

DE 2011 A 2012.



PRIMERA ETAPA

TORNEO DE NIÑOS

FECHA DE INICIO SÁBADO 4 DE AGOSTO DESDE LAS 9 AM

El centro de alto rendimiento POTENCIA TU TENIS realiza la primera etapa del torneo de niños entre 10 y 17 años, en Av. Bolivia 2400, club La Academia. Con jueces, premios, trofeos y merienda.

Airwalk, Body Globe:

trabajé en el diseño editorial promocional.

2012.



online: mai.cargo.site

**mi correo:
mai.lacava@
gmail.com**

Portfolio gráfico setiembre 2024