



# PORTFOLIO

---

JOSE ANTONIO GARCÍA ESTÉVEZ

jae  
creative



# DISEÑO GRÁFICO

## EDICION DE IMAGENES

---

Gráficos vectoriales, creación de logotipos, imagen corporativa, tarjetas, papelería, cartelería, portadas, etiquetas, maquetación, autoedición.

Tratamiento, retoque y edición de Imágenes. Aplicación de efectos visuales.

Presentaciones (PowerPoint). Todo ello enfocado a la publicidad. Hoja de Cálculo (Excel), Base de datos (Acces) y textos (Word).

### SOFTWARE GRÁFICO Y DE EDICIÓN:

Corel Draw, Adobe In Design, Adobe Photoshop.  
Microsoft Office, Libre Office



# COREL DRAW

Logotipos, dibujo vectorial, portadas,  
alzados (importación AutoCad)...



INFORBOOK'S - USA

## EL LIBRO DE WINDOWS 95



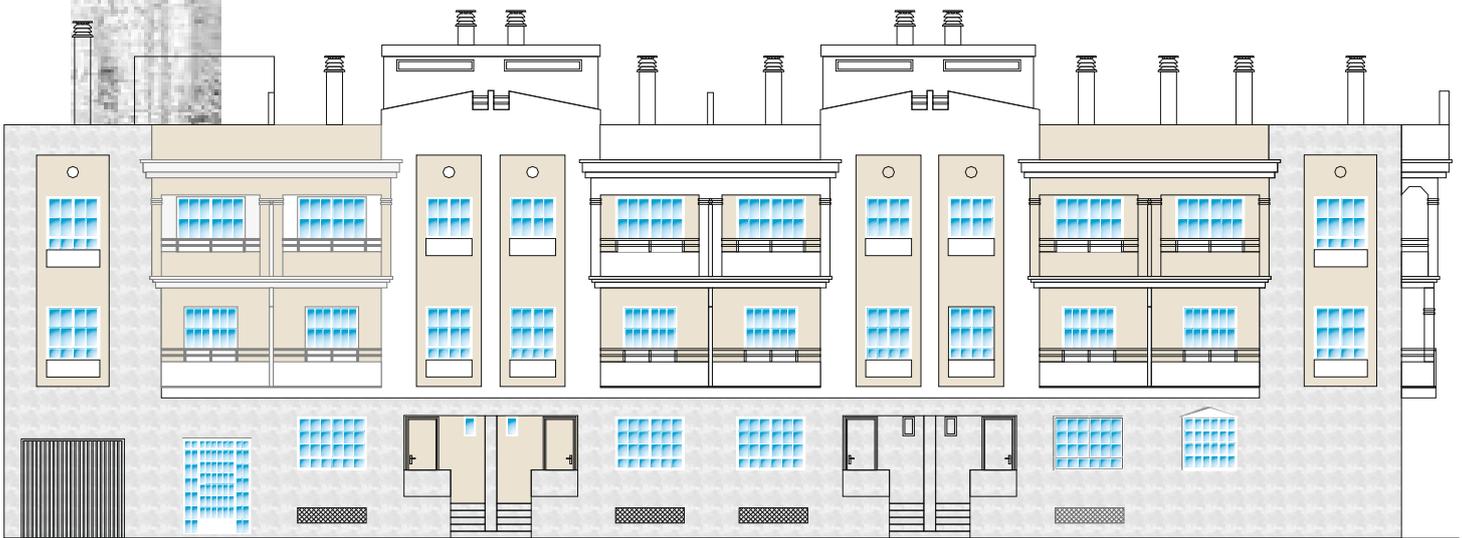
MANUAL DE REFERENCIA  
DEFINITIVO



Richard Mansfield  
Charles Brannon



INCLUYE  
CD-ROM



# Adobe PhotoShop

Edición y retoque fotográfico.

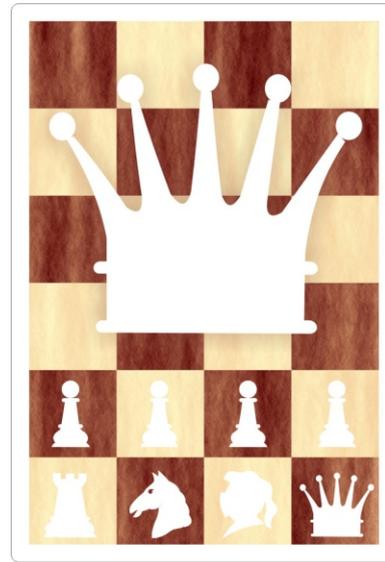
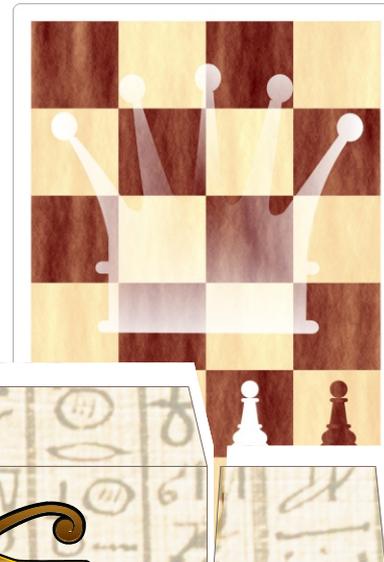
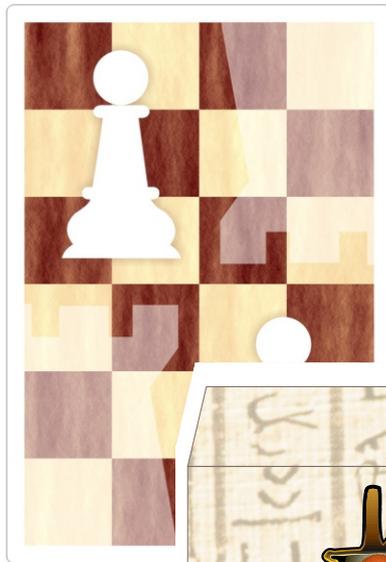
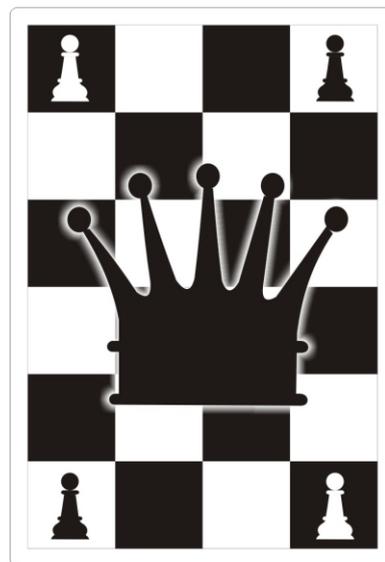
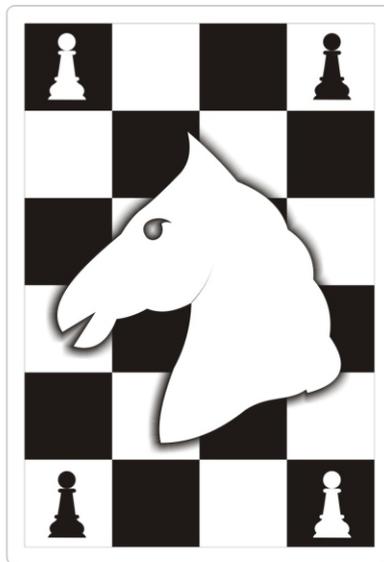
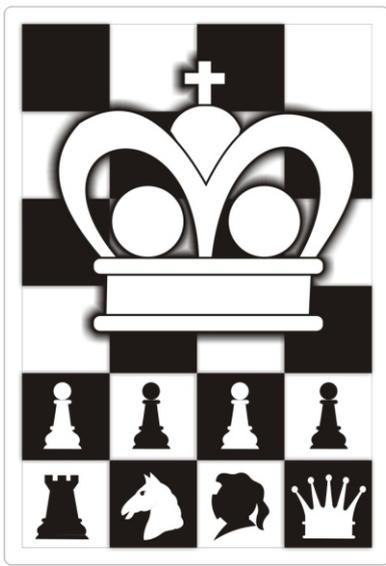
Restauración o  
envejecimiento  
de fotografías.

Restauración >



Envejecimiento artístico  
de fotografías





Diseño de la contraportada de una baraja de cartas con motivos dedicados al ajedrez.



# Corel Draw

Diseño de una baraja de cartas

Contraportada de las cartas y caja para una baraja egipcia.

# Corel Draw

Logotipo, imagen Corporativa ...

# Photoshop

Muebles de cocina y  
Electrodomesticos



Muebles de cocina y Electrodomesticos



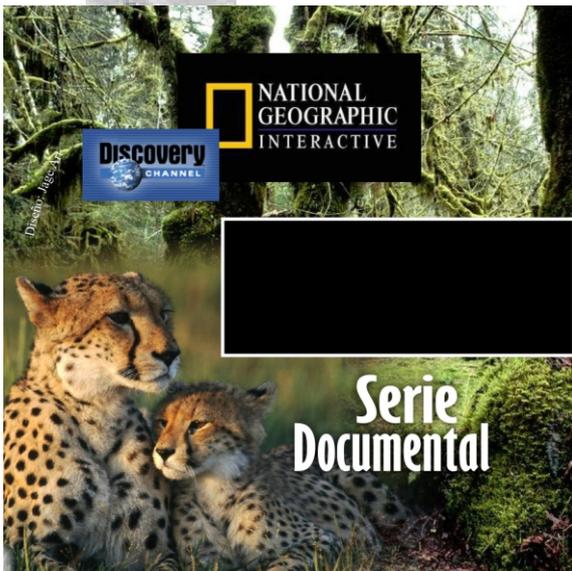
Una nueva imagen ...  
... Un nuevo concepto.



Muebles de cocina y Electrodomesticos

# Corel Draw Photoshop

Portadas de libros, etiquetas ...



Guías para no perderse ...

# Dónde

COSTA TROPICAL  
Y ALPUJARRA



Geografía e historia  
Paseo pueblo a pueblo  
Dónde alojarse  
Dónde Comer  
Artesanía  
Dónde divertirse

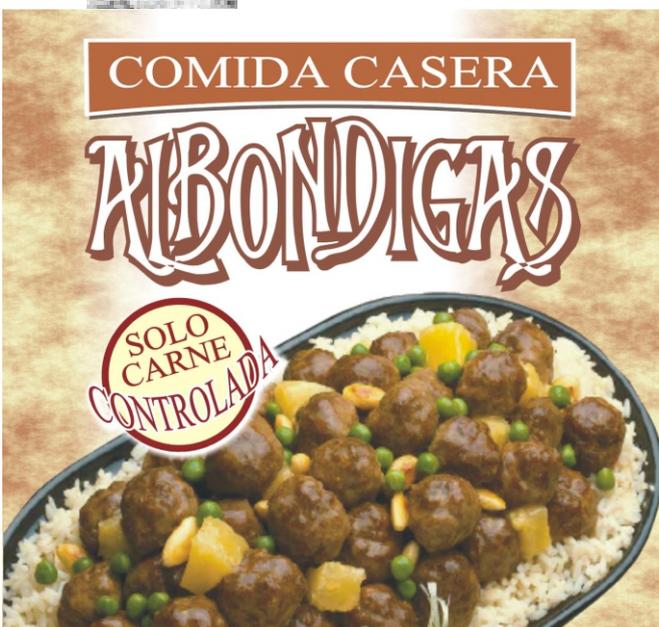


Al sur

Ediciones

EDICIONES AL SUR  
Punticas, 4 MOTRIL 18.600  
(Granada-España)  
TF (34) 958 82 20 70  
Edicionesalsur@ctv.es

¡ Mas de 200 ilustraciones  
a todo color !



## ALBONDIGAS CASERAS EN SU Salsa



### INGREDIENTES:

CARNE PICADA (300 g.), 1 DIENTE DE AJO,  
1 HUEVO, PAN RALLADO, PEREJIL, SAL, CALDO DE  
AVE (100 CL.), GUI SANTES, 4 ALMENDRAS Y UNA REBANADA DE  
PAN TOSTADO.

### PREPARACIÓN

**AL BAÑO MARÍA:** calentar la lata cerrada durante 10/15 minutos. También puede vaciar el contenido en un cazo y calentar con su propia salsa a fuego lento durante 6/8 minutos.

**MICROONDAS:** vaciar el contenido en un recipiente adecuado para microondas y calentar a temperatura máxima unos 2/3 minutos.

SERVICIO DE ATENCIÓN  
AL CONSUMIDOR  
900 160 322  
www.inma.com

430g e



UNA VEZ ABIERTO CONSÉRVESE  
EN EL FRIGORÍFICO.  
CONSUMIR PREFERENTEMENTE  
ANTES DE LA FECHA INDICADA  
EN LA BASE.

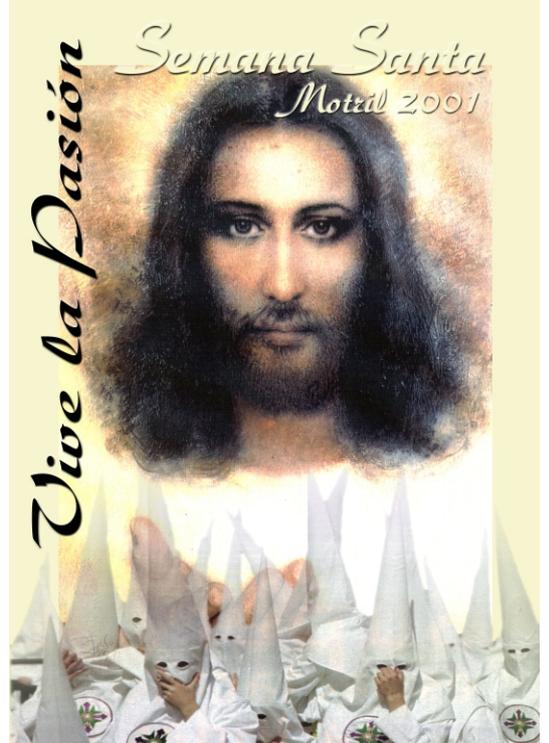
# Adobe Photoshop

Realización de cartelería

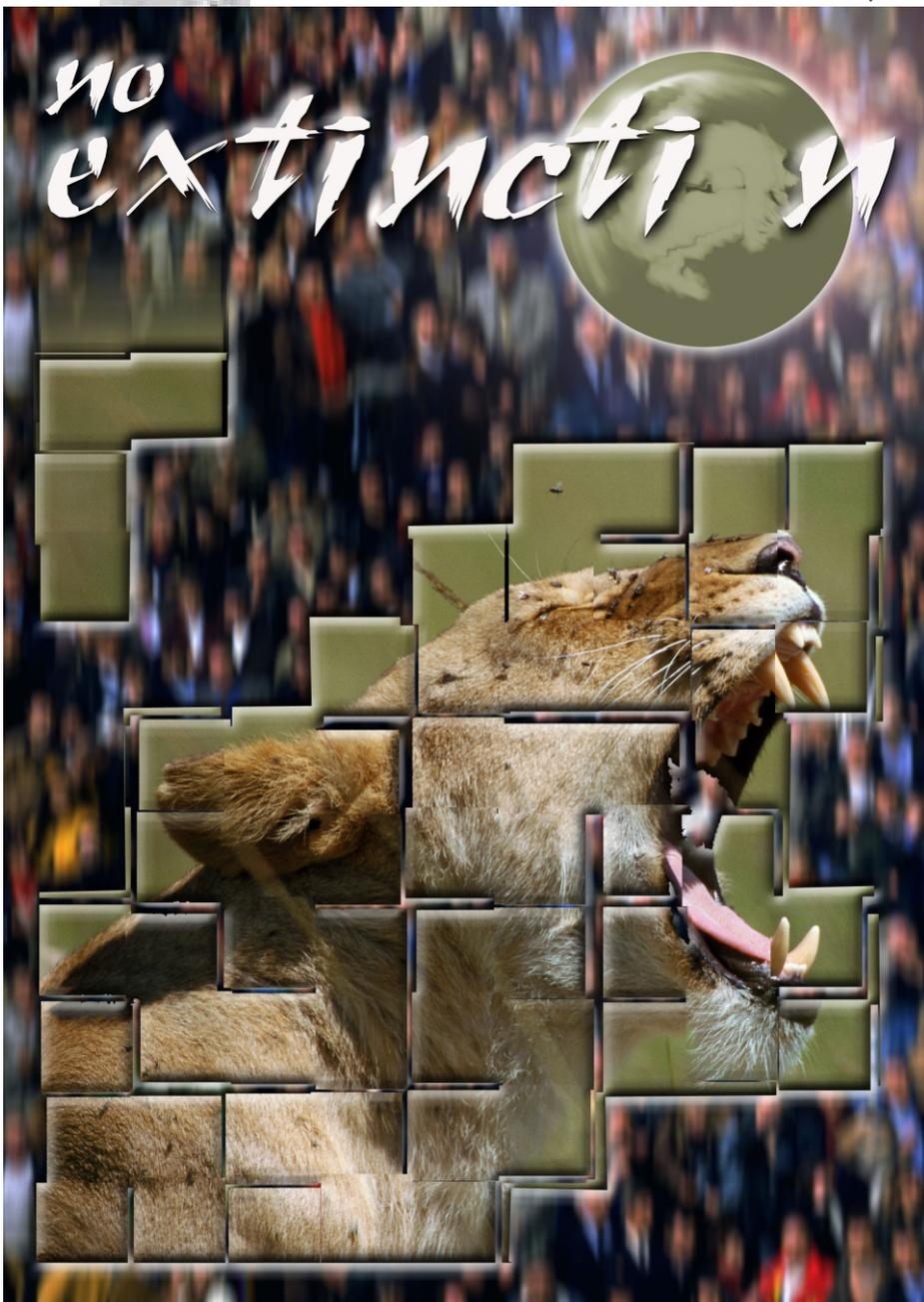
Cartel para un concurso de fotografía sobre la semana santa Motrileña.



Cartel presentado a concurso, para la revista PhotoDigital.



Revelamos sus fotos a color en 1 hora



# Corel Draw

Logotipos y Tarjetas de visita

Practica para el curso "Diseño Gráfico Publicitario". Renovacion de logotipo AGM Asesores.



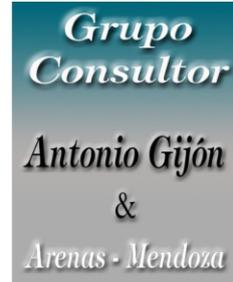
Grupo Consultor: [Antonio Gijón & Arenas - Mendoza](#)

**Antonio Gijón Díaz**  
Director General  
[Graduado social](#)

Oficina Principal: C/ Marqués de Vistabella, Nº 12 Telf: 958 833838 (6 líneas) Fax: 958 60 3838  
Urbana, Nº 1: C/ Chile, Nº 44 Telf: 958 608296 (4 líneas) Fax: 958 604969  
C.P 18600 - Motril GRANADA E-mail: [agmgrupo@agasesores.com](mailto:agmgrupo@agasesores.com)



Abogados  
Graduados Sociales  
Economistas  
Gestores Administrativos  
Ing. y Arquitectos Técnicos



# Adobe InDesign

Maquetación.

Prácticas para un diario, folleto sobre jardinería y página de un libro de cocina.

## Mis PLANTAS

Taller de jardinería y cultivos de interior

Nombre	Descripción	Siembra y cuidados
<b>Camelia</b>	Pertenece a la familia de las Teáceas. Son arbustos perennifolios de color verde oscuro, crecimiento lento y que recuerdan a la planta del té, con la que están emparentados.  Las flores pueden ser dobles o simples, espectaculares, con colores desde el blanco al rojo o el rosa.	Necesitan temperaturas frescas, siempre por debajo de los 15°C y situación sombreada o semisombreada, ya que son originarios de zonas muy frías.  El suelo debe ser de tierra ácida mezclada con turba y estiércol. Hay que mantenerla en una humedad constante. En invierno debemos disminuir los riegos. Abonar regularmente de primeros de Diciembre a finales de Julio. No necesita poda, sólo eliminar las flores secas. Se puede reproducir por esquejes en Enero o Febrero. Para más seguridad pasaría por hormonas de enraizamiento.
<b>Madreselva (Lonicera)</b>	El nombre genérico de Lonicera es debido a Linneo, que se lo dedicó al botánico alemán Adam Lonicer.  Su nombre vulgar es Madreselva. Pertenece a la familia de las Caprifoliáceas. Las especies más comunes son: L. caprifolium; L. implexa; L. temperniensis; L. tatarica; L. morrowii.	Los riegos deben ser normales durante el año pero más abundantes en la época de la floración. El terreno será fértil y bien drenado. La época para efectuar los trasplantes será el otoño. Es una planta muy exigente en necesidad de estiércol por lo que debe realizarse una aportación un poco antes de la floración y otra en pleno verano. Es una planta que tanto se puede utilizar para adornar una valla de separación, una pérgola o un emparrado. Se puede multiplicar por esquejes durante toda la época de la floración; también por semillas hasta el principio de la primavera.
<b>Tulipán</b>	Pertenece a la familia de las Liliáceas. El nombre vulgar por el que se la conoce es TULLIPAN.  Es un género que comprende unas 100 especies de plantas bulbosas procedentes de Europa y Asia Central.  Planta herbácea y bulbosa perenne de hojas verde brillante, alargadas y carnosas. Las flores en forma de cazoleta tienen 6 pétalos de múltiples colores.	Necesitan un terreno suelto con abundante materia orgánica y arena. Situarlos al sol. La temperatura necesaria es de 8-10°C de mínima y 15-16°C de máxima. Hay que empezar a regar cuando las hojas apunten y dejar de hacerlo cuando se marchite la flor. Algunas variedades necesitan ser entutoradas para no caiga la flor. Añadirle un fertilizante mineral con el riego cada 15 días hasta que se marchite la flor. Cuando las hojas están totalmente secas hay que desenterrar el bulbo, lavarlo bien para quitarle los restos de tierra y guardarlos en un lugar seco y oscuro, mejor con serrín, para volver a plantarlos al año siguiente. Pueden dejarse enterrados pero se degenera y cada año la flor sale más pequeña.  El Tulipán tiene muchas aplicaciones en jardinería: borduras, rocallas, en maceta... Como flor cortada se realiza el corte por la mañana temprano procurando que se encuentre medio abierta.

Si quieres saber más sobre este taller (inscripciones, horarios, prácticas, etc...), puedes hacerlo en las oficinas del "Área de la Mujer", del Ayuntamiento de Motril. Horario: de 9 a 2

*Aprende y disfruta.*



### Ingredientes:

24 langostinos  
2 zanahorias  
1/2 kg de tomate  
1/2 l de caldo de pescado  
1 vaso de vino blanco  
1 puñado de arroz  
Nata líquida  
Cebolla, sal, pimienta

## Hojaldre con fresas

Rehogar en aceite las cebollas y las zanahorias peladas y cortadas muy finas. Añadir los tomates troceados y cocer a fuego lento.

Saltear los langostinos a fuego fuerte. Salpimentar.

Añadir el caldo de pescado y el vino blanco. Agregar las cebollas, las zanahorias y los tomates cocidos

Dejar hervir todo junto unos 10 minutos. Sacar los langostinos y pelarlos. Cocer aparte el arroz con las cáscaras de los langostinos.

Triturar todo y añadir la nata líquida. Servir enseguida.

PUBLICIDAD

**adn.es Weekend!**

Viernes, 19 de Marzo de 2010

Portada Actualidad Local Deportes Cultura & Ocio Televisión y radio Opinión Motor Servicios

Última hora

TERRORISMO

### El jefe de comandos de ETA pudo participar en el asesinato del policía francés

Gite consed quo dis experum del eum faccume ndemolu ptatur? Qui alit, tem atur? Sed magnimnia dolest ma por am eratatemp conseq

POLÍTICA / CORRUPCIÓN

### Luis Roldán: "Ya no tengo que venir a dormir y estoy libre"

Eque dolo temquidit vitatem cone nis sus dicia consediae voluom es ad ut accum recceatur? Aperum ditis aut endionem ut eius quodis aculpa del moluptat officis endelli gendem cus asped maximus minciunt.

INTERNACIONAL

### Francia pide pistas a la población para localizar a los etarras huidos

Gendaeend sit ut laturio commimo dolutatem. Itas doloruptam lit, optae. Os nis aut hiciil iur, qui ratum quodipsa volum, sitenda quiae eum

Deportes

PUBLICIDAD

El Barça se enfrentará al Arsenal en los cuartos de final de los Champions

Ellandion et eatur recotatias nihil et imoditi debis a quis perchilit, tem verem aliquia evel ma conseed exercemp ostibus

Ducla español en cuartos de la Europa League

Ugit, ipictur itatiam quiam eum doluptatum lantur? Entia soloresequam hilitas vit, quid quame ex eria ipsam

Equo dolo temquidit vitatem cone nis sus dicia consediae voluom es ad ut accum recceatur? Aperum ditis aut endionem ut eius quodis aculpa del moluptat officis endelli gendem cus asped maximus minciunt.

TENIS

### Nadal se planta en semifinales de Indian Wells

Ati imperia taeprrero ecicellertur aditatur, conseed undam facimOdita egeribusquii

Weekend

CINE

### Dumbo cumple 70 años

Otesta maactorum deo, sum la dius se nonenti poris.

Guli consulat Catrumus sesuam publici timmoli ntius, cupio adhus ves denatus public, pribus, factam, estil ut verehenis, que consum virit, duce con rei sim deribemque consresilii, cum ne ad intem rentrorud ad comAm. Uc tus eferis, obus con vitam ta ompli inc telare et; Catum vess

PUBLICIDAD

**adn.es Weekend!**

Viernes, 19 de Marzo de 2010

Portada Actualidad Local Deportes Cultura & Ocio Televisión y radio Opinión Servicios

Internacional

### El jefe de comandos de ETA pudo participar en el asesinato del policía francés

Según las autoridades francesas, Mikel de Kabikioitz podría haber participado en el robo de vehículos | La decisión de disparar contra agentes franceses siempre cae en dirigentes de la banda

In sus vercerimus dolorum dignate mporre quilate necarum quam qui con conecitit seipsandit equil dunt, nus sent ut il Inroram que plabore stiorim nim aruvidit que volendaturio tem rem con es duntio. Nem sitas aboratem exploquis aut fugiam apis

Alliat. Tatiquatqui conse sam harupat. Aximus tempus explitiorum veliquid quo omnodmatio cus es ad maximum ipsa que et alis doluptin conserquetis dollabor asperiae volutoria vent, neclup conse setcena as que modi natum as et lab ipsame sequis et harum nimunt quat omniend isquam comminimni, nonecte dolupta sedit ut quasite molodoro beatur? Fuga. Et essus, ius mod que remodit enimus volorepe voloreh endera quidem imorect onute as doluptat rero omnodorum, ipsa pratem volum quam harci remoluptatur? Andissi tatiquis quacerume ea dem qui vpa con es exererer ex es prat hil magnatis maximumse sunt abo. Lestini albuis.

Mil mint esture, voluptur reperum, qui dil, conseqio cor maxingnam as sunt. Ficias eum sinus as duci rerci aliquam aut omnitatusum cas etOlturacessis aude-na, consciam tem. Patua vid C. Marisse, coenti sum que

pubit di fectod acerdiorum egero vitandus confes hiliis, Caectum alemque ment, potium ment. Moecors caed C. Vatisis. Fumique teruimus lurenus. Saticc amdis onandium a nicestales At iam, quis consulothit tum mei per ia peres crei sere non dest L. Pica Negpos aspernatis siminiveri doluptate officii lic te eorum hic tem et, sitat. Fugitatur andisque perspero equioss imendandant ommissos. Ad quat et hariorati conest facium ut et facienia doluptita sae. At accatatus, tem qui debissit faccum dolent pera idunt odit rem vit mi, quatisece imusant alignimet aut pliqui ommolitab hiliis tendae latem eos aut unt, anis ex erciae sintoribus, nobis ni, audis. Irid et officit quatempereci nonsectas que volorep eliquo que solores aspersept aut quias ipus id qui conseed gniimaxi maiores fuga. Nisquibus rerovid utios et quia quuntis min corio doluptassite sedist evendae chilia

### La reforma sanitaria de Obama costará 940.000 millones de dólares pero bajará el déficit de EE UU

Según las autoridades francesas, Mikel de Kabikioitz podría haber participado en el robo de vehículos | La decisión de disparar contra agentes franceses siempre cae en dirigentes de la banda

Ut abor auteccit laut aut destem ad eorum quierum qui biaciende pa caecus. Ebis estisqualias resit blabore ipsa cor reptature excessin nossim quiam, quisiat odis cusapite secat ulpa dolenti usandit imporiorit ea quam sunte non penat rerion nuscias apeliqi atibus verum eumquam ent abo. Nequam sum repe voluptatatem que itus quodi dipitae. Delesci tempor aperium lam aut eris am voluptium aut faccum idendae rferero omnimai orbis renimpor sum ulparuptume enim eum

PUBLICIDAD

# Adobe InDesign

Proyecto de examen final para el curso de Adobe InDesign.  
Folleto de 4 paginas sobre el Día Mundial del Agua.



## Agua limpia para un mundo sano

En el Día Mundial del Agua, reafirmamos que el agua limpia es vida y que nuestras vidas dependen de la manera en que protejamos la calidad de nuestra agua



Las Naciones Unidas patrocinan este día, celebrado anualmente, para centrarnos en la importancia del agua dulce, y abogar por la gestión sostenible de los recursos del agua dulce.

El agua es la base de la vida en nuestro planeta. La calidad de la vida depende directamente de la calidad del agua. Una buena calidad del agua sustenta la buena salud de los ecosistemas y, en consecuencia, mejora el bienestar de las personas.

Muchos de los contaminantes del agua tienen efectos perjudiciales a largo plazo sobre la calidad del agua, lo cual constituye un riesgo para la salud de las personas. En consecuencia, el agua dulce disponible se reduce de forma importante. Asimismo, la capacidad de los ecosistemas para proporcionar servicios se ve disminuida drásticamente, a veces con efectos irreversibles. En consecuencia, el medio ambiente se degrada por la disminución de la vulnerabilidad ante otros factores estresantes.



El cambio climático y los nuevos contaminantes vienen a añadirse a las amenazas que ponen en peligro la calidad del agua y la salud de las personas y los ecosistemas.

La cantidad de agua disponible depende de en qué medida el agua esté limpia o contaminada. Generalmente, prevenir la contaminación del agua resulta más económico que limpiarla después de ésta se contamine.

La Asociación Internacional de Agua Embotellada (IBWA) y la Industria del Agua apoyan este Día Mundial del Agua y reconocen la importancia de un suministro de agua dulce seguro y sostenible.

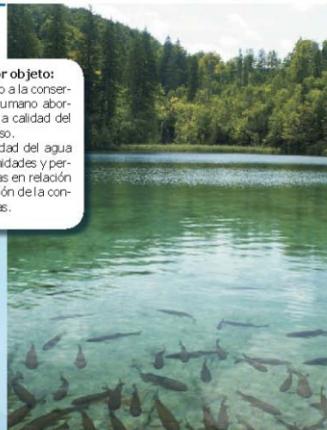


"Toda la industria de agua embotellada al completo admiten la importancia de proteger tanto la cantidad como la calidad del agua" según palabras de Joe Doss, presidente y CEO de la IBWA. "Los gobiernos, empresas e individuos debemos trabajar juntos para ayudar a proteger, preservar y proveer un suministro de agua dulce segura y sostenible".

ONU-Agua dedica el Día Mundial del Agua en 2010 al tema de la calidad del agua con el objeto de demostrar que en la gestión de los recursos hídricos la calidad de ese recurso es tan importante como la cantidad.

El Día Mundial del Agua en 2010 tiene por objeto:

- Fomentar la concienciación en cuanto a la conservación de ecosistemas sanos y del bienestar humano abordando los crecientes desafíos en relación con la calidad del agua que se plantean a la gestión de ese recurso.
- Dar mayor realce al tema de la calidad del agua exhortando a gobiernos, organizaciones, comunidades y personas en todo el mundo a que adopten medidas en relación con ese tema y realicen actividades de prevención de la contaminación, limpieza y rehabilitación, entre otras.



### Actividades



Las actividades que se celebrarán durante el Día Mundial del Agua en 2010 estarán dirigidas a transmitir mensajes sobre la calidad del agua, los ecosistemas y el bienestar humano.

Se realizarán, entre otras, actividades como: la publicación del sitio web del Día Mundial del Agua 2010 y la preparación de materiales de comunicación y divulgación; la presentación de publicaciones importantes e iniciativas emblemáticas sobre la calidad del agua; la celebración de un evento mundial sobre la calidad del agua en los días cercanos al 22 de marzo de 2010, la celebración de un diálogo sobre políticas dirigido a lograr un compromiso mundial en cuanto a abordar los desafíos que plantean la calidad del agua, los ecosistemas y el bienestar humano en el marco de importantes eventos políticos en todo el mundo; y la divulgación de la necesidad de adoptar medidas para hacer frente a los problemas relacionados con la calidad del agua en el marco de otras conferencias y campañas importantes.



## Día Mundial del Agua

# 2010

22 . 03 . 2010

La campaña del Día Mundial del Agua en 2010 está siendo organizada por el Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA), en nombre de ONU-Agua, en colaboración con la FAO, el PNUD, la CEPE, UNICEF, UNESCO, ONU Hábitat, la OMS, y el Programa para el Decenio del Agua sobre promoción de intereses y comunicación de las Naciones Unidas, así como con otras organizaciones asociadas, tales como la Asociación Internacional del Agua, el Fondo Mundial para la Naturaleza y el Consejo Mundial del Agua.



[www.worldwaterday2010.info](http://www.worldwaterday2010.info)





# VEN A LA COSTA TROPICAL



**Almuñecar  
Salobreña  
Motril  
Castell de Ferro**

# PowerPoint

Presentaciones

## COSTA TROPICAL SALOBREÑA SALOBREÑA




**Salobreña** es un municipio situado en la parte centro-oeste de la costa granadina, en la provincia de Granada, Andalucía (España). Limita con los municipios de Los Guájares, Vélez de Benaudalla, Motril, Almuñecar, Ítrabo y Holvizar. Este municipio, a orillas del mar Mediterráneo, lo componen tres núcleos de población: Lobres, La Caleta-Guardia y Salobreña. El núcleo principal de población está enclavado en una roca coronada por un castillo árabe.

## COSTA TROPICAL MOTRIL MOTRIL





**Motril** es una ciudad española situada en el extremo sur de la provincia andaluza de Granada, cerca del mar Mediterráneo. Motril es la capital de la comarca de la Costa Tropical de Granada. Está situado cerca de la desembocadura del río Guadalfeo. Recibe los títulos de "Muy Noble y Leal Ciudad de Motril", que aparecen en el escudo municipal.

## COSTA TROPICAL CASTELL DE FERRO





**Castell de Ferro** es una localidad española perteneciente al municipio granadino de Guádalos, en la comunidad autónoma de Andalucía. Cerca de esta localidad se encuentran los núcleos de Guálmora, Cañada y La Mandá. En la actualidad es la capital municipal -sede del ayuntamiento- pese a existir la localidad que da nombre al municipio.

# PRESENTACION MARCAS DE COCHES



**Entrar** 

# MARCAS DE COCHES

**PINCHA EN CADA LOGOTIPO PARA AVANZAR**





**CREDITOS** 

## PEUGEOT






Peugeot es una marca de automóviles francesa, cuyas raíces se remontan a la fabricación de bicicletas y molinos de café (primera invención de Jean-Jacques Peugeot) al final del siglo XIX. Peugeot sigue siendo aún un líder en la fabricación de bicicletas en Francia. Junto con Citroën forman el grupo PSA Peugeot-Citroën.

**VOLVER** 

## SEAT

Sociedad Española de Automóviles de Turismo






La Sociedad Española de Automóviles de Turismo, más conocida por su acrónimo SEAT, es uno de los principales fabricantes de automóviles de España. Fabricó unas 408.318 unidades el año 2006 y se prevé que aumentará su producción a 480.000 el año 2008. Desde 1990 es subsidiaria del Grupo Volkswagen de Alemania.

**VOLVER** 

## NISSAN






Nissan Motor Company, Limited (日産自動車株式会社 Nissan Jidosha Kabushiki Kaisha) es un fabricante japonés de automóviles. Su nombre común, Nissan, es un acrónimo de "Nippon Sangyo" (en japonés significa "industria japonesa"). Actualmente ocupa el segundo lugar de ventas en Japón y está entre las principales compañías automotrices en términos de producción anual de vehículos.

**VOLVER** 



# DISEÑO WEB

---

Diseño, desarrollo y posicionamiento.

Lenguajes de programación, diseño web y maquetación web en HTML/CSS3.

Integración de Google maps, Posicionamiento web.

Creación y gestión de blogs.

Diseño, marketing y administración en redes sociales: Twitter, Google +, Facebook, etc...

SOFTWARE DISEÑO Y PROGRAMACIÓN WEB:

CSS, HTML, Adobe Dreamweaver, Flash,

Notepad ++, Netbeans.



# Adobe DreamWeaver

Práctica realizada en el curso "Diseño web y multimedia.

Realización de una web sobre el consumo del agua en el mundo en la cual esta incluido un banner de publicidad diseñado en Adobe Flash.

**el agua**

El Agua   Agua Mineral   Consumo   Contenido   Piramide   Alimentacion

El agua es parte constitutiva de todas las células de tejidos de animales y plantas, como así también de los cristales de muchos minerales. Dada su presencia en todos los tejidos, el agua tiene fundamental presencia en los alimentos que ingerimos. Es decir que no ingerimos agua solo cuando la bebemos, sino que también la incorporamos cuando comemos cualquier alimento. Esto puede entenderse observando la gráfica de contenido de agua en los alimentos.

Nutricionalmente, el agua no aporta calorías al organismo al momento de ingerirla en cualquier cantidad, excepto que este acompañada de azúcares u otros componentes.

El compuesto se encuentra presente en forma muy abundante en el planeta y aparece como sólido, líquido y gas. Como sólido en hielos árticos y antárticos, y en la nieve; como líquido en su estado natural a temperatura ambiente de zonas habitables y como gas en la atmósfera del planeta.

A pesar de esto el 90% del agua presente en el planeta como es encontrada no es apta para consumo humano, esto debido a la presencia de sales y minerales como por ejemplo en el agua de mar y hielos polares. Solo el otro 10% constituido por el agua presente en nieves, lagos y rios es apta para un consumo casi directo. La nieve es considerada como la forma más pura en que el agua se puede presentar al hombre, siguiendole la lluvia en consecuencia. Se considera a la nieve más pura por el hecho de que las lluvias, o el agua en forma líquida, arrastra las impurezas que pueda haber en la atmósfera al caer en forma de lluvia; cosa que en el caso de la nieve no ocurre por encontrarse sólida y recorrer menos distancia para tocar suelo de montañas o zonas de altura.

Por esta última razón, el agua de deshielos de montañas nevadas es considerada libre de impurezas orgánicas, aunque al recorrer lechos de rios

**el agua**

El Agua   Agua Mineral   Consumo   Contenido   Piramide   Alimentacion

La pirámide nutricional es usualmente el método de clasificar la variedad de alimentos a consumir en forma cotidiana. Se propone la pirámide es el consumo de los productos en proporciones parecidas a las de sus escalones. Los escalones inferiores proponen en su mayoría hidratos de carbono.

Los escalones centrales sugieren alimentos que contienen una cantidad de hidratos de carbono, mas proteínas y contenido vitamínico. Los escalones superiores, que están en la parte superior, contienen cantidad de proteínas y cantidad de grasas.

El escalón mas alto contiene mayormente grasas saturadas, carbohidratos simples, todos alimentos que aportan pocas calorías.

Grasas y dulces. Manteca, mantequilla, natilla, miel, chocolates, miel, tortas, amasados, helados, postres.

Carnes vacunas, de cerdo, cabra, pollo, embutidos, pescados, mariscos, calamares, quesos duros, setas, untar, leche y otros lácteos y huevos.

Verduras, hortalizas, tubérculos, frutas y frutas secas.

Cereales, granos, harinas y derivados: Arroz pan, galletitas, pastas, semolas, etc.

**Contenido de agua de los alimentos:**

La siguiente es una lista de referencia básica indicando el contenido aproximado de agua en diferentes tipos de alimentos.

Almejas (hervidas) 82.4	Legumbres Habas - Judías (hervidas) 72.9
Atún en conserva 49.4	Acelga (hervida) 97.2
Calamar 76.8	Verduras Champiñones (conserva) 92
Lengua 63.7	Espárragos (cocidos) 93.6
Merluza 76.2	Espinaca (hervida) 91
Sardina 45.2	Lechuga 94.8
Pollo (asado) 38.6 Ave	Papas - Patatas (fritas) 55
Bife de ternera 31.6	Tomate - Jitomate (crudo) 93.6
Carnes Bife de res 56.9	Almendras 5.4
Lomo de Ternera 54	Frutos secos Cacahuates - Maníes 8
Leche vacuna 87.5	Aceitunas (en salmuera) 67
Productos Lácteos	Frutas Banana 75.8
Mantequilla 15.2	Ciruelas 82.5
Queso Manchego 30	Manzanas 84.8
Yogurth 86	Melón 92.8
Huevos fritos 64.3	Naranja 87.1
Huevos Huevo hervido 73.5	Miel 18.4
Jamón Crudo 63.5	
Embutidos Jamón York 48.6	

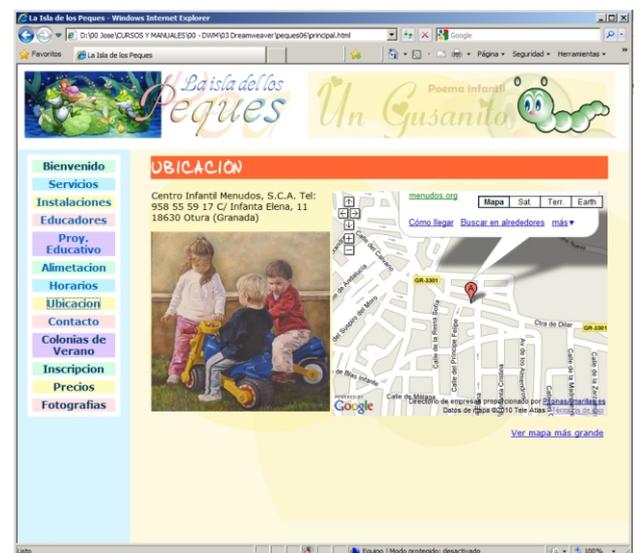
# Adobe DreamWeaver



## Diseño web:

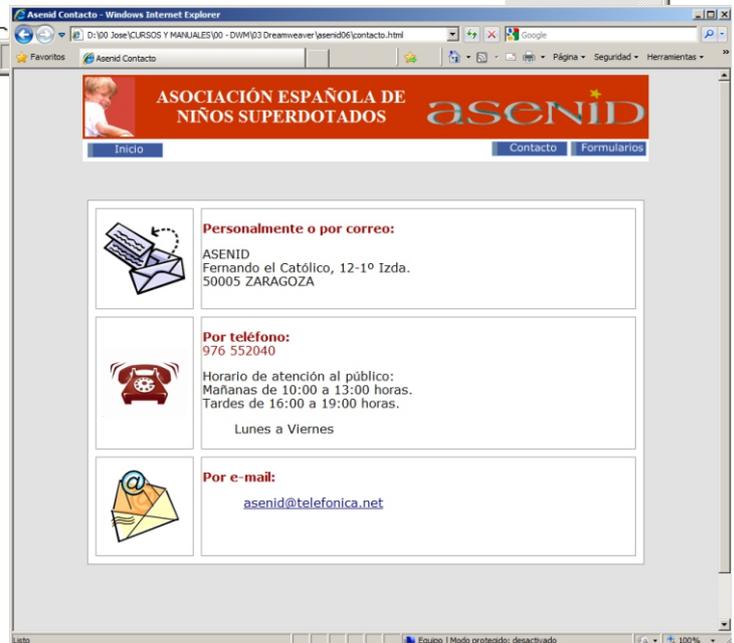
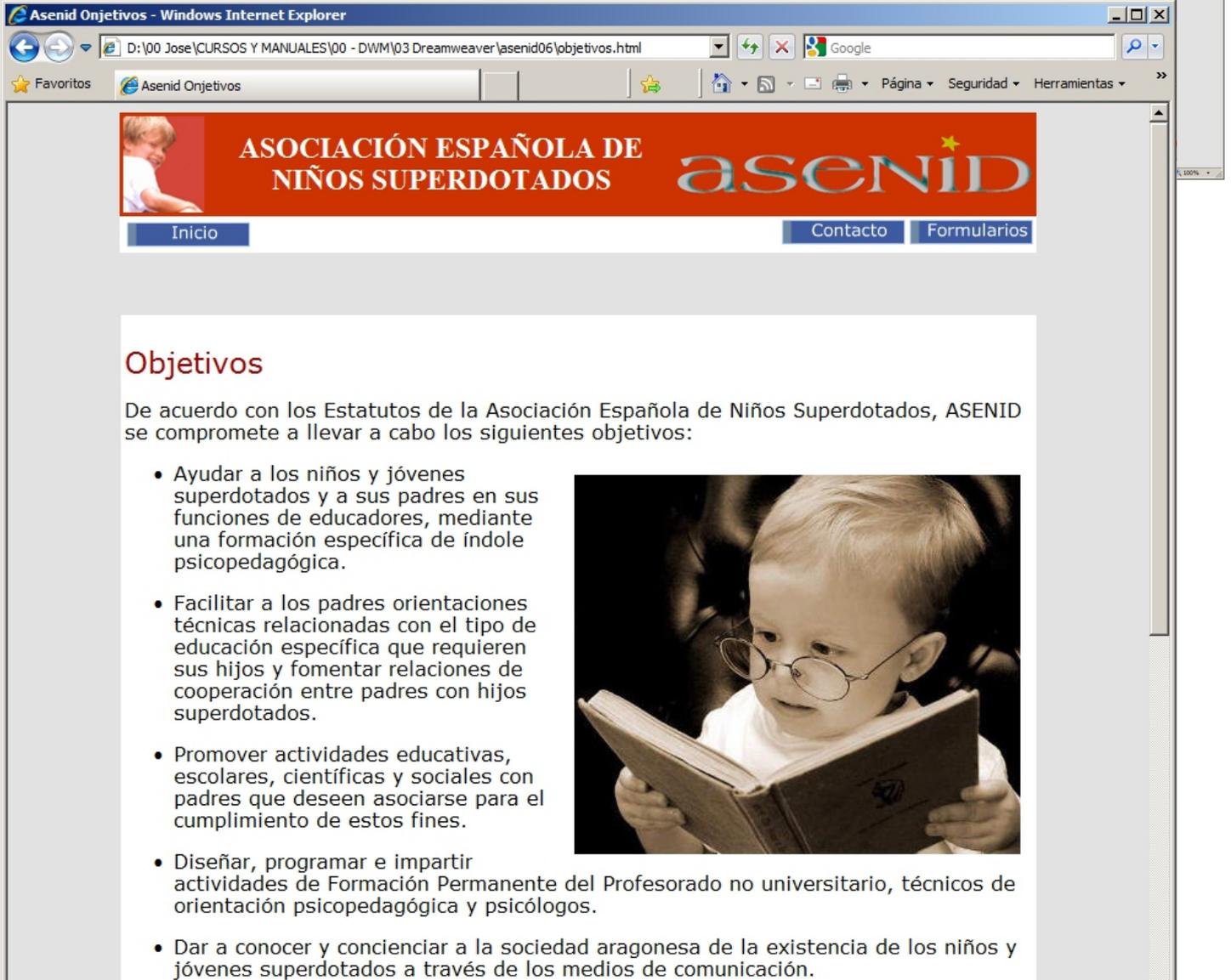
Práctica realizada en el curso "Diseño web y multimedia. Realización de una web para una guardería.

Incluye elementos como banner interactivo diseñado en Flash, formulario de contacto, galería fotográfica e inserción de GoogleMaps en la sección de "Ubicación".



# Adobe DreamWeaver

Práctica realizada en el curso "Diseño web y multimedia.  
Realización de una web básica para una asociación.

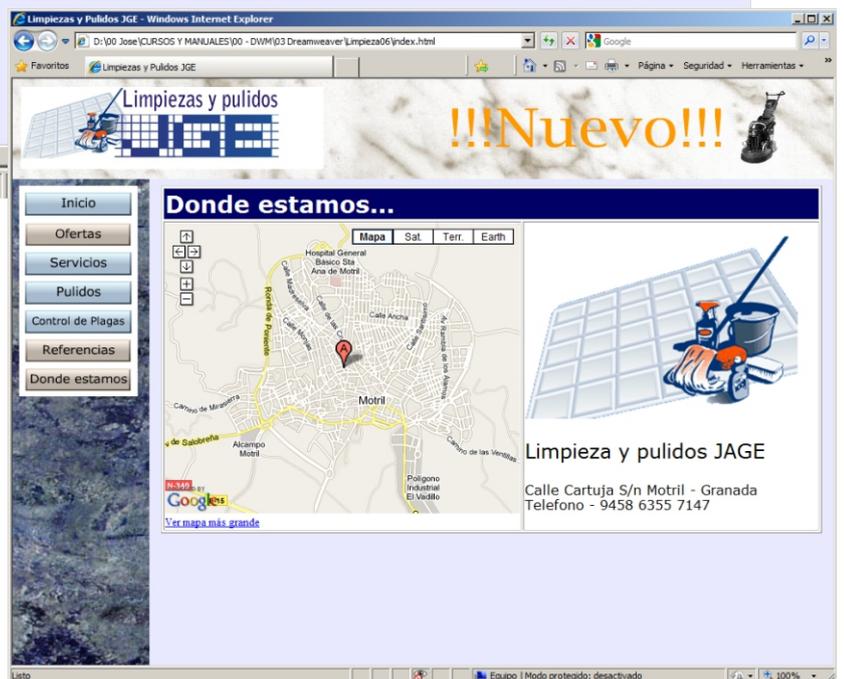


# Adobe DreamWeaver

Práctica realizada en el curso "Diseño web y multimedia."  
Realización de una web para una empresa ficticia de limpiezas.



Listo



Incluye elementos como banner interactivo diseñado en Flash, formulario de contacto e inserción de GoogleMaps en la sección de "Donde estamos".

# Adobe Flash

Proyecto final para el curso "Diseño web y Multimedia". Web cultural sobre la importancia de la industria azucarera y minera en la ciudad de Motril. Realizada completamente en Flash, incluye animaciones, presentación y botones interactivos.

Se compone de dos películas independientes. Una para la industria azucarera y otra para la minería.

A la derecha, menu interactivo creado para el proyecto común de "Motril Cultural"



Abajo: Web sobre la industria minera y en especial sobre el museo Geominero del Cerro del Toro

# Adobe Flash

Proyecto final para el curso "Diseño web y Multimedia". Web cultural sobre la importancia de la industria azucarera y minera en la ciudad de Motril. Realizada completamente en Flash, incluye animaciones, presentación y botones interactivos.



Motril, ciudad del azúcar, ofrece al visitante un recorrido didáctico y ameno que condensa casi mil años de cultura de azúcar de caña. Este apreciado producto era considerado "oro dulce" de las costas andaluzas en la edad moderna. El museo, que incluye recreaciones tecnológicas y material arqueológico, se ubica sobre los restos del Ingenio de la Palma, del siglo XVI, único establecimiento azucarero de la España preindustrial parcialmente conservado.

Ciudad del Azúcar

Historia

Ruta de las Azucareras

Museo "El Ingenio de la Palma"

Centro de Interpretación de la Caña de Azúcar

Museo Preindustrial del Azúcar

(Fabrica de Nuestra Sra. Del Pilar)

Volver al menu "Motril Cultural"



## CIUDAD DEL AZÚCAR

La ciudad, su cultura y su paisaje han permanecido unidos durante casi mil años a los procesos de explotación y fabricación del azúcar de caña. De hecho, las primeras noticias sobre la presencia en al-Ándalus de este cultivo de origen oriental, se remontan a las costas granadinas del siglo X, según el cordobés al-Razi.

El cultivo de la caña de azúcar llegó a las tierras motrileñas por medio de los musulmanes desde la India, a través del Norte de África.

Desde entonces la caña de azúcar se extendió por buena parte del litoral mediterráneo aprovechando sus excepcionales condiciones climáticas y medioambientales. Con la incorporación de aquellas tierras a la España cristiana se incrementaron la producción y la comercialización del azúcar.

"Si pan de azúcar, en Motril te encajo"

Quevedo



## MUSEO PREINDUSTRIAL DE LA CAÑA DE AZÚCAR

La creación del Museo del Azúcar de la Fábrica de Ntra. Sra. del Pilar de Motril, se plantea en términos de recuperación de un bien en continuo deterioro desde el cierre de las instalaciones fabriles en el año 1984. Va a permitir la rehabilitación de las instalaciones, restauración de los edificios y la recuperación paulatina de parte de la maquinaria existente.

Las instalaciones por sí mismas forman parte del Patrimonio Arqueológico Industrial de Motril. La impresionante maquinaria que se conserva forma un conjunto que también presenta un alto valor patrimonial en sí mismo. Mediante Orden de 16 de octubre de 1996, publicada en el B.O.J.A. de 20/03/1997, la Consejería de Cultura de la Junta de Andalucía, procedió a inscribir con carácter específico en el Catálogo General del Patrimonio Histórico Andaluz el Conjunto de Maquinaria procedente de la Fábrica Azucarera de Ntra. Sra. del Pilar, en Motril.

El planteamiento como espacio museográfico, propone crear un espacio divulgativo que permita recoger testimonios del pasado (patrimonio intangible) y ofrecer en un formato atractivo, mediante la utilización de diferentes recursos museográficos, un museo divulgativo sobre el Azúcar. Este futuro museo deberá convertirse en un referente internacional dentro de los museos relacionados con la industria por dos motivos principales:

- Su importante patrimonio mueble.
- Su exposición temática sobre el Azúcar.

### FABRICA DEL PILAR



Ciudad del Azúcar

Historia

Ruta de las Azucareras

Museo "El Ingenio de la Palma"

Centro de Interpretación de la Caña de Azúcar

Museo Preindustrial del Azúcar

Volver al menu "Motril Cultural"



## UNA RUTA CON HISTORIA RUTA DE LA AZUCARERAS

Esta ruta surge con la idea de plantear un recorrido alternativo por la costa granadina en un momento en que los tradicionales circuitos turísticos, masificados y faltos de imaginación, se encuentran prácticamente agotados. Así pues, partiendo de una base fundamentalmente cultural, nuestra idea es integrar otros muchos aspectos en un conjunto que defina y caracterice toda el área comprendida en el valle del río Guadalfeo, superando un marco estrictamente local.



Leyenda

- Ruta de las Azucareras
- Nacional 323
- Carrteras secundarias
- Rios y Litoral Mediterraneo

1 Situa el cursor encima de los botones rojos para obtener mas informacion.

Ciudad del Azúcar

Historia

Ruta de las Azucareras

Museo "El Ingenio de la Palma"

Centro de Interpretación de la Caña de Azúcar

Museo Preindustrial del Azúcar

Volver al menu "Motril Cultural"



## MUSEO EL INGENIO DE LA PALMA

Ciudad del Azúcar

Historia

Ruta de las Azucareras

Museo "El Ingenio de la Palma"

Centro de Interpretación de la Caña de Azúcar

Museo Preindustrial del Azúcar

(Fabrica de Nuestra Sra. Del Pilar)

Volver al menu "Motril Cultural"



El "Museo Preindustrial del Azúcar" es, en sí, la rehabilitación con fines museísticos de los últimos restos arqueológicos de lo que fue uno de los ingenios manufactureros de azúcar más importantes de Motril desde finales de la Edad Media hasta los últimos años de la Edad Moderna: el Ingenio de la Palma.

El ingenio de la Palma, cuyos primeros datos de existencia se remontan a los últimos años del siglo XV, era un ingenio real que poseía molinos horizontales para moler las cañas, aunque no se descarta que pudiese también haber utilizado, en algún momento de su primera existencia, piedras molares para moldear las cañas.

Con el paso del tiempo toda la estructura del ingenio desapareció casi por completo, a excepción de la casa, y con el transcurrir de los siglos se olvidó prácticamente la existencia de esta antigua fábrica



### ¿QUE ES UN INGENIO?

Con el nombre de ingenio, se identificaron genéricamente a partir del siglo XVI las grandes y nuevas manufacturas de azúcar en todo su conjunto: Locales, maquinaria y herramientas en contraposición a las antiguas y modestas "aduanas del azúcar" de la época nazarí y morisca.

Motril, su historia, cultura y paisaje han permanecido unidos a los procesos de explotación y fabricación del azúcar de caña durante casi mil años. Las primeras noticias sobre la presencia en al-Ándalus de este cultivo de origen oriental

SITUE EL CURSOR ENCIMA DEL BOTÓN ROJO PARA MAS INFORMACION.



Segunda película del proyecto. Esta web se compone de seis apartados, en los que se incluye información sobre los distintos museos sobre el azúcar que se pueden encontrar en la ciudad, así como horarios o precios, a los que se podrá acceder mediante botones interactivos.

jade  
creative

