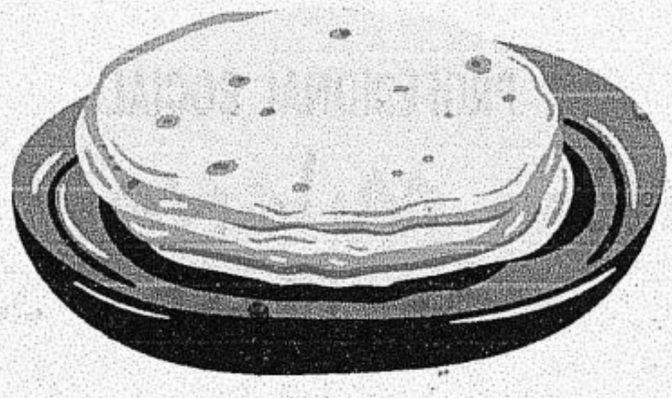
COCINANDO EN FAMILIA



Transformación de Imaginarios

Bienvenidos a esta propuesta!!!
Buscamos que todos los integrantes de esta bonita familia, distribuyan mejor los tiempos que la mujer dedica a las labores de cuidado del hogar, especialmente en la COCINA.



COMPONENTE DE INCLUSIÓN SOCIAL
SERVICIO COMEDORES COMUNITARIOS
2023

Powered by CamScanner

COCINANDO EN FAMILIA

Somos la familia:

DONCEL GUZMÁN

COMEDOR COMUNITARIO:

SAN CARLOS DE TIBABUYES

PROFESIONAL SOCIAL:

SANDRA MILENA GAITAN SOCHA.

Powered by CamScanner

¿de quién es la Cocina?

La cocina no solo es un espacio físico en el hogar donde se preparan los alimentos, también es un ambiente donde se construyen las relaciones con toda la familia: es un lugar donde enseñamos muchas cosas, así como nos enseñaron a nosotros, entre ellas, a cocinar. Preparar los alimentos, es una experiencia maravillosa y requiere de tiempo, dedicación y amor.

¿Cuánto tiempo dedica la mujer a las labores de cuidado en el hogar?



¿Qué hemos aprendido?

- QUE TODOS LOS INTEGRANTES DEL NÚCLEO FAMILIAR DEBEMOS AYUDAR EN LAS TAREAS DE LA CASA, Y QUE SI TODOS NOS COMPROMETEMOS LAS ACTIVIDADES SERÁN MÁS FÁCILES DE REALIZAR.

¿de quién es la Cocina?

A qué nos comprometemos

- Papá:

  HACER MAS ORGANIZADO
  DEJAR LA ROPA EN EL LUGAR INDICADO
  APOYAR CON EL CUIDADO DEL BEBÈ
  DEDICAR MÀS TIEMPO AL HOGAR

- Hija:

  AYUDAR A LA MAMÁ
  RECOGER EL UNIFORME
  HACER TAREAS
  SER OBEDIENTE

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
ESMERALDA GUZMÀN	JEFE DE NÙCLEO	
ANGEL DONCEL	CONYUGE	
DANNA SOFIA MENDEZ	HIJA	
ANGEL DONCEL GUZMÀN	HIJO	

Firma profesional social

Fecha 09 - DE SEPTIEMBRE - 2023



La olla pitadora!!!

Sabías que los roles de género definen como se espera que actuemos, hablemos, nos vistamos y nos comportemos según nuestro sexo al nacer; esto incluye, quién debe realizar las labores de cuidado en el hogar, como cocinar.

¿estás de acuerdo con esto?
¿Qué opinas sobre los roles de género?

¿Qué hemos aprendido?

- QUE DEBES PONER LÍMITES Y ENTRE TODOS APOYAR LAS TAREAS DE LA CASA
- ESPERAR EL MOMENTO INDICADO PARA CONVERSAR, NO HABLAR CON MALGENIO PORQUE PODEMOS HERIRNOS
- QUE EL TRABAJO DE LA CASA NO SOLAMENTE ES RESPONSABILIDAD DE LA MAMÁ SINO DE TODOS LOS INTEGRANTES
- A REDISTRIBUIR LAS LABORES DEL HOGAR ENTRE TODOS Y ASI DISMINUIR LA CARGA DE LA MAMÁ.



Powered by CamScanner

La olla pitadora!!!

A qué nos comprometemos

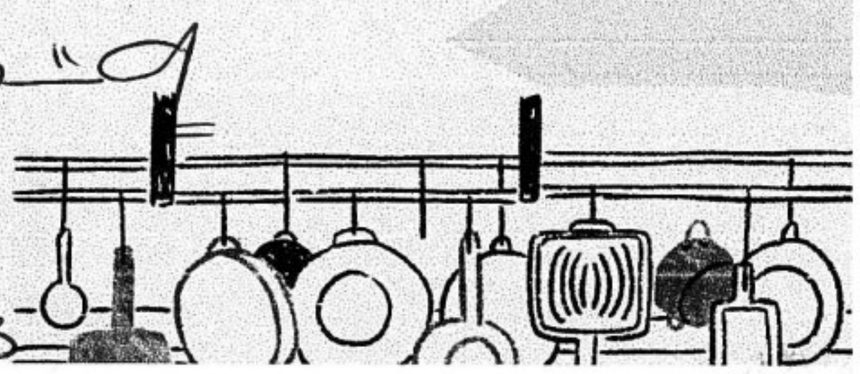
- NO ESPERAR QUE LA JEFE DE NÚCLEO, SE SIENTA TAN AGOTADA QUE EXPLOTE
- IDENTIFICAR LAS ACCIONES QUE DETONAN AL INTERIOR DEL HOGAR.
- A DISTRIBUIR MEJOR LAS LABORES DEL HOGAR
- A ENTREGAR RESPONSABILIDADES, SABIENDO QUE LOS DEMÁS TAMBIEN LO PUEDEN HACER SI. YO NO ESTOY A CARGO.
- SACAR TIEMPO DE CALIDAD PARA COMPARTIR ENTRE TODOS.

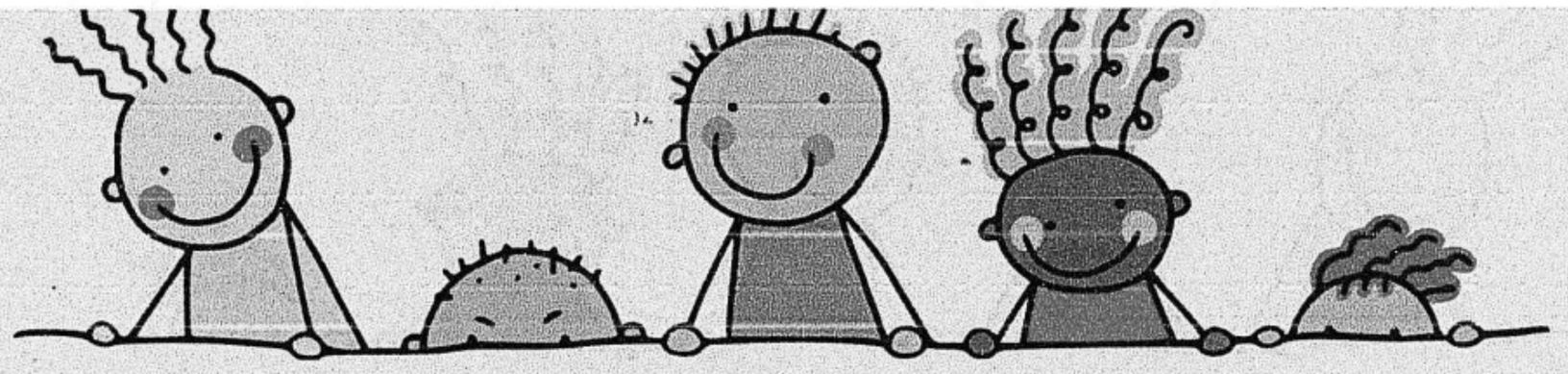
¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
ESMERALDA GUZMÁN	JEFE DE NÚCLEO	-
ANGEL DONCEL	CONYUGE	-
DANNA SOFIA. MENDEZ	HIJA	-
ANGEL DONCEL GUZMÁN	HIJO	

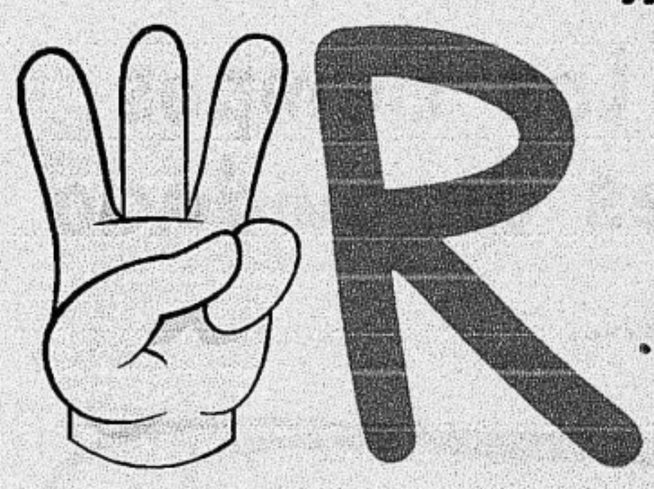
Firma profesional social

Fecha 16 - DE SEPTIEMBLE - 2023





¡¡¡Ponte el delantal!!!!



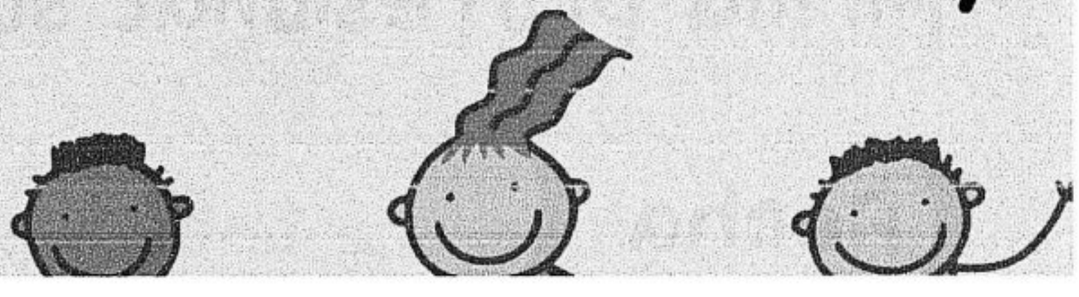
Vamos a generar algunos acuerdos entono a las 3R: al RECONOCIMIENTO del trabajo de cuidado de las mujeres en el hogar, la REDISTRIBUCIÓN del trabajo de cuidado entre hombres y mujeres en el hogar y la REDUCCIÓN de los tiempos que dedican las mujeres a las labores de cuidado en el hogar

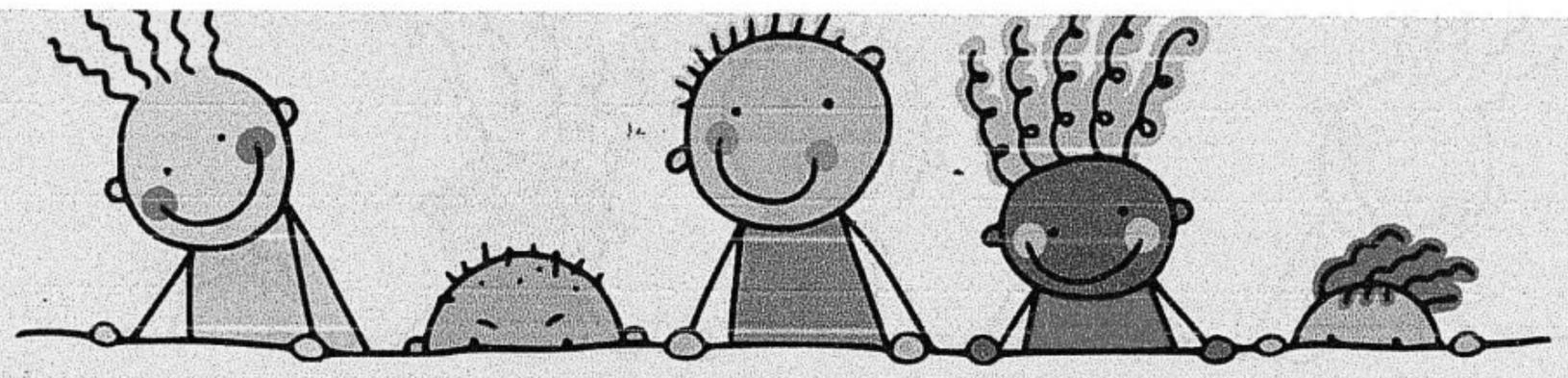
Hemos reconocido que...

QUE LA RESPONSABILIDAD DE LOS OFICIOS DEL HOGAR, ES DE TODOS Y NO SOLO DE LA MAMÁ, QUE SI COLABORAMOS SE VA A REDUCIR LA CARGA.

Vamos a redistribuir las labores de cuidado así:

A TRAVÉS DE LA DISTRIBUCIÓN REALIZADA CON ANTERIORIDAD, TODOS ESTAMOS CUMPLIENDO CON LO PACTADO.





¡¡¡Ponte el delantal!!!!

Hemos comprendido que reducir los tiempos que la mujer dedica a las labores de cuidado es importante por que....

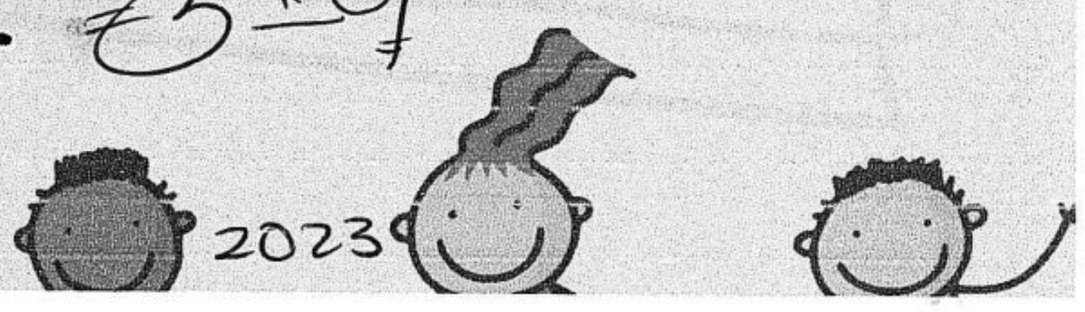
LA MAMÁ PODRÁ USAR EL TIEMPO PARA EL CUIDADO DE ELLA Y PARA ESTAR MÁS TRANQUILA.
ASÍ MISMO PARA CONTINUAR CON SUS ESTUDIOS UNIVERSITARIOS.

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
ESMERALDA GUZMÁN	JEFE DE NÚCLEO	
ANGEL DONCEL	CONYUGE	
DANNA SOFIA MENDEZ	HIJA	Danna
ANGEL DONCEL GUZMÁN	HIJO	

Firma profesional social

Fecha 23 DE SEPTIEMBRE - 2023



LOS PLATOS SOBRE LA MESA





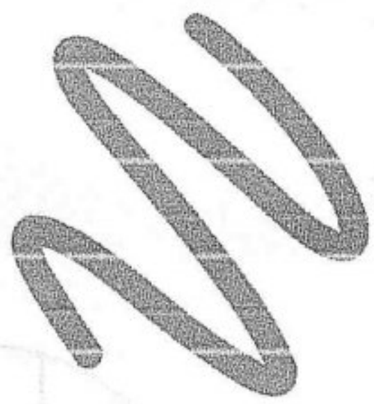


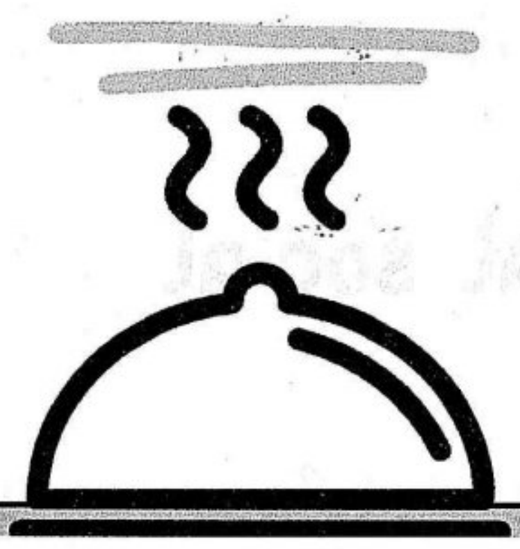
¿Qué vamos a preparar?

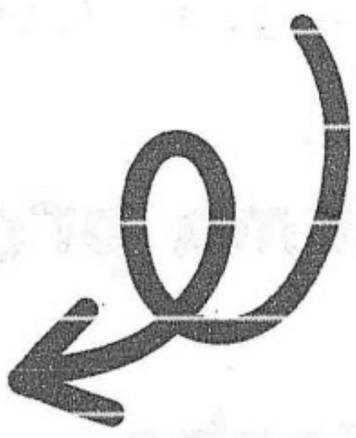
* PASTA CON POLLO Y CHAMPIÑONES

Ingredientes

* PASTA
* ACEITE
* CEBOLLA
* CHAMPIÑONES
* POLLO
* CREMA DE LECHE







Powered by CamScanner

LOS PLATOS SOBRE LA MESA

¿Cómo nos vamos a distribuir las labores de la cocina?

*ESMERALDA: UA HACER EL PREALISTAMIENTO "REBANAR CHAMPIÑONES, PICAR CEBOLLA Y COCINAR LA PECHUGA DE POLLO)

*ANGEL: SERÁ EL ENCARGADO DE PREPARAR LA PASTA Y SERVIRLA A LA MESA - HACER JUGO

*DANNA: SE ENCARGÁ DE LIMPIAR LA MESA DEL COMEDOR Y PREPARARLA PARA CUANDO LA SIRVAN, ASI COMO DE RECOGER LA LOZA CUANDO TERMINEN Y VOLVER A DEJAR EL ESPACIO LIMPIO.

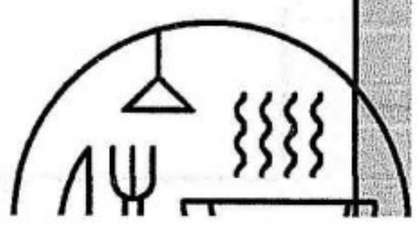
*ANGEL - SERÁ JUICIOSO Y ESPERARÁ PARA CUANDO LE SIRVAN LA PASTA.

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre		Parentesco	Firma
ESMERALDA	GUZMÁN	JEFE DE NÚCLEO	
ANGEL	DONCEL	COMYUGE	
DANNA	SOFIA MENDEZ	HIJA	Danna
ANGEL	DONCEL GUZMÁN	HIJO	

Firma profesional social

Fecha 07 DE OCTUBRE - 2023



LOS PLATOS SOBRE LA MESA







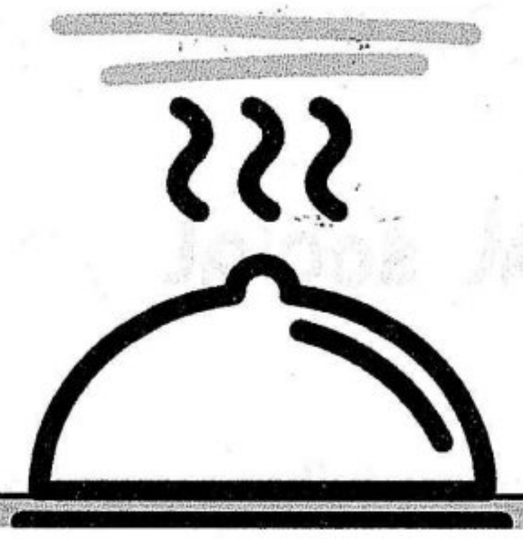
¿Qué vamos a preparar?

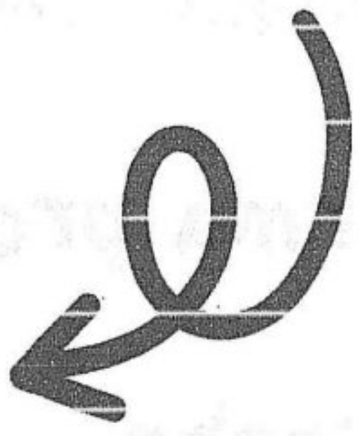
* PASTA CON POLLO Y CHAMPIÑONES

Ingredientes

* PASTA
* ACEITE
* CEBOLLA
* CHAMPIÑONES
* POLLO
* CREMA DE LECHE







Powered by CamScanner

ESTE ES UN RECONOCIMIENTO A LA FAMILIA

DONCEL

GUZMÁN

Por participar en la estrategia
COCINANDO EN FAMILIA

Ahora haces parte de las familias que contribuyen a la transformación de imaginarios sobre las labores de cuidado en el hogar

¡¡¡GRACIAS!!!

Powered by CamScanner