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

COCINANDO EN FAMILIA

Somos la familia:



Paz Guzmán

COMEDOR COMUNITARIO:

Verbenal

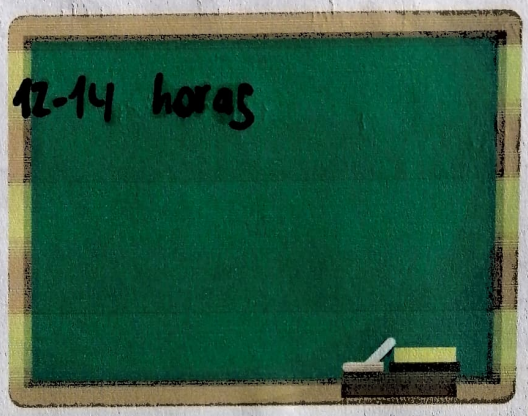
PROFESIONAL SOCIAL:

Nataly Martínez R.

¿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?

- La unión en familia es muy importante.
- Todos podemos ayudar con base en nuestras capacidades.
- El trabajo que hacemos juntos es algo que nunca se rompe"
- Empatía = Compresión

¿de quién es la Cocina?

A qué nos comprometemos

- Yo me comprometo a dejar que me ayuden.
- Ser justo y comprensivo con el otro
- Tener más en cuenta a mi pareja.
- Me comprometo a aprender a lavar la loza.

¿Quiénes estuvimos presentes?

DJ

Nombre	Parentesco	Firma
• Lina María Guzmán	Jefe de núcleo	. Lina María Guzmán
• Laura Ximena Santana Guzmán	Hija	. Laura Santana G.
• Johan Sebastian Paz Guzmán	Hijo	. Johan Sebastian
• Yinis Paz Ramos	Cónyuge	Yinis P. Ramos

Firma profesional social Nataly Martínez R.

Fecha 17/08/2023



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?

A pesar que sea algo culturalmente establecido, debemos cambiar el chip y tratar de aportar todos desde nuestras capacidades



La olla pitadora!!!

A qué nos comprometemos

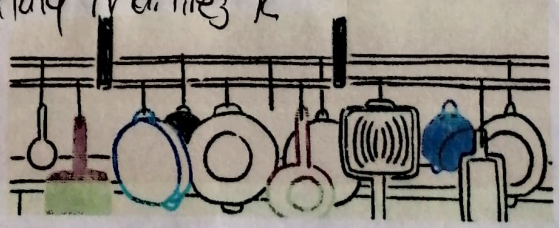
* Dejar conductas machistas.
* A participar conjuntamente.
* A aprender labores domésticas.
* Aprender a valorar a las mujeres.

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
Lina María Guzmán	Jefe de núcleo	Lina María Guzmán P.
Laura Ximena Santana Guzmán	Hija	Laura Santana G.
Johan Sebastian Paz Guzmán	Hijo	Johan Sebastian
Yinis Paz Ramos	Cónyuge	

Firma profesional social Natuly Martinez R.

Fecha 28/08/2023





¡¡¡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...

Todos tenemos responsabilidad en las labores del hogar, seamos hombres o mujeres y sin importar nuestra edad.

Vamos a redistribuir las labores de cuidado así:

- Quien es ultimo que se levanta debe tender la cama
- Barrer y trapear: Don Yimis
- Sebas aprenderá a lavar la loza sin desperdicio.





¡¡¡Ponte el delantal!!!!

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

- Tener más tiempo para citas médicas personales
- Es mas justo para los tiempos de la mujer

¿Quiénes estuvimos presentes?

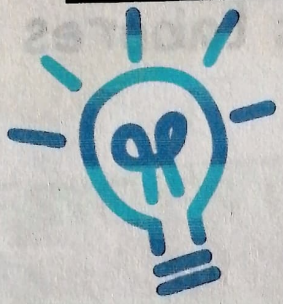
Nombre	Parentesco	Firma
Lina María Guzmán	Jefe de núcleo	Lina Guzmán
Laura Ximena Santana	Hija	Laura
Johan Sebastian Paz	Hijo	Johan Sebastian
Yinis Paz Ramos	Cónyuge	YINIS PAZ R

Firma profesional social Nataly Martinez R

Fecha 26/09/2023



LOS PLATOS SOBRE LA MESA



RECETA



¿Qué vamos a preparar?

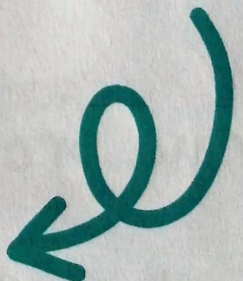
Cerdo a la naranja, con arroz y plátano.

Ingredientes

Carne de cerdo
Especias, sal, agua
Arroz, ajo, cebolla, Sal
Naranjas
Plátano







LOS PLATOS SOBRE LA MESA

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

- Serán Yimis y Lina quienes sazonen y frían la carne de cerdo.
- Sebastián exprimirá las naranjas para hacer zumo, y con este, puedan dar sabor a la carne.
- Laura se encargará del arroz.
- Sebastian pelará los plátanos para posteriormente, dan Yimis pueda freírlos..

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
Lina María Guzmán	Jefe de núcleo	• Lina Guzmán
Laura Ximena Santana	Hija	• Laura Santana
Johan Sebastian Paz	Hijo	• Johan Sebastián
Yimis Paz Ramos	Cónyuge	•

Firma profesional social Natalia Martínez R

Fecha 24/10/2023

ESTE ES UN RECONOCIMIENTO A LA FAMILIA

Paz 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!!!