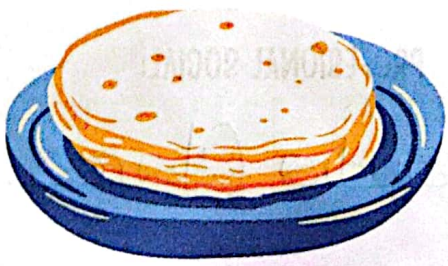
COCINANDO EN FAMILIA

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:

Pineda Gómez

COMEDOR COMUNITARIO:

Villa Liliana

PROFESIONAL SOCIAL:

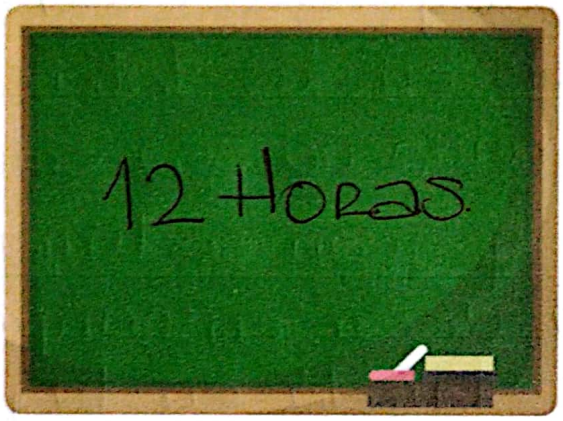
Alexandra Claros

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?

- Hemos aprendido que solo la mamá esta ocupando la mayor parte de su tiempo en las labores del hogar y esto no deberia ser asi, todos debemos colaborar y poner nuestro granito de arena, para que la mamá pueda descansar un poco.

Powered by CamScanner

¿de quién es la Cocina?

A qué nos comprometemos

Nos comprometemos a organizarnos de una mejor manera, para que cada uno asuma una responsabilidad y así todos aportar en las labores del hogar y la cocina no sea solo de la mamá, Sara y Juan se turnaron en lavar la loza, Cesar en comprar los alimentos y Marcela en la preparación.

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
Gineth Marcela Gomez Rodriguez	Madre	Gineth M. Gómez
Cesar Augusto Pineda Gómez	Padre	Cesar P.
Sara Gutierrez Gómez	Hija	Sara Gutierrez
Juan Andrés Pineda Gómez	Hijo	Juan P.

Firma profesional social Alexandra Cabrera

Fecha 12/08/2023

Powered by CamScanner



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?

No debería ser que por el hecho de ser mujeres, se dé por sentado que es responsabilidad de las mamás o de las hijas la labores del cuidado, todos hacen parte de la familia y viven bajo el mismo techo, y pueden colaborar y asumir ciertas actividades que ayuden a mantener el hogar organizado, la cocina y los alimentos al día.



Powered by CamScanner

La olla pitadora!!!

A qué nos comprometemos

Nos comprometemos a que cada uno se haga responsable de sus cosas, tales cano organizar su ropa, recoger su plato, turnarse para lavar la loza, para barrer, trapear y limpiar el polvo, entre todos se pueden liberar las cargas y es más rápido lograr mantener el hogar al día, teniendo en cuenta la edad y la capacidad que tenga cada uno para realizar las actividades.

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
Gineth Marcela Gómez Rodriguez	Madre	Gineth M. Gómez
Cesar Augusto Pineda Gómez	Padre	Cesar P.
Sara Gutierrez Gómez	Hija	Sara Gutierrez
Juan Andrés Pineda Gómez	Hijo	Juan P.

Firma profesional social Alexandra Olaya

Fecha 23/08/2023



Powered by CamScanner



¡¡¡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...

La mamá hace un gran trabajo al levantarse primero que todos a organizar los alimentos de la familia para que cada uno se vaya a sus actividades diarias, y ella se queda en casa realizando varias labores del hogar.

Vamos a redistribuir las labores de cuidado así:

Por turnos se vá a organizar el desayuno que es el alimento más ligero de preparar en el cual los niños pueden participar, cada uno va a levantar y lavar su plato.

Powered by CamScanner



¡¡¡Ponte el delantal!!!!

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

No se recarga todo en una sola persona, todos aporten a las labores de cuidado, para que sea todo más rápido y colaborativo, donde cada uno asume un compromiso y responde por él.

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
Gineth Marcela Gómez Rodriguez	Madre	Gineth M. Gmez
Cesar Augusto Pineda Gómez	Padre	Cesar P.
Sara Gutierrez Gómez	Hija	Sara Gutierrez
Juan Andrés Pineda Gómez	Hijo	Juan P.

Firma profesional social Alexandra Cleves

Fecha 06/09/2023



Powered by CamScanner

LOS PLATOS SOBRE LA MESA





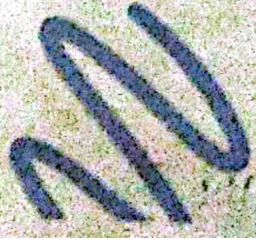


¿Qué vamos a preparar?

Sancocho de hueso

Ingredientes

- Arracacha
- Hueso
- Yuca
- Papa
- Cilantro
- Cebolla
- Mazorca
- Sal
- Plátano







Powered by CamScanner

LOS PLATOS SOBRE LA MESA

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

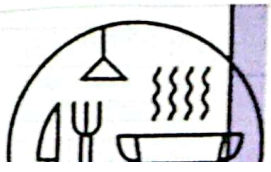
- Cesar el papá comprará lo que no haya en casa y se necesite para el sancocho
- Marcela y Sara harán el alistamiento de los alimentos.
- Marcela la mamá los preparará
- Juan Andrés lavará la loza.
- finalmente Cesar y Sara terminaron de organizar la cocina

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
Gineth Marcela Gómez Rodríguez	Madre	Gineth M. Gmez
Cesar Augusto Pineda Gómez	Padre	Cesar P.
Sara Gutierrez Gómez	Hija	Sara Gutierez
Juan Andrés Pineda Gómez	Hijo	Juan P.

Firma profesional social Alexandra Claros

Fecha 20/09/2023



Powered by CamScanner

ESTE ES UN RECONOCIMIENTO A LA FAMILIA

PINEDA GÓMEZ

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