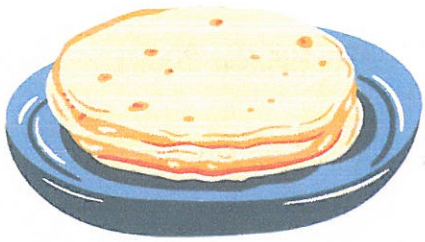
COCINANDO EN FAMILIA

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:

familia

Velarde González

COMEDOR COMUNITARIO:

113335 - CCCP-08-001 - Bellavista

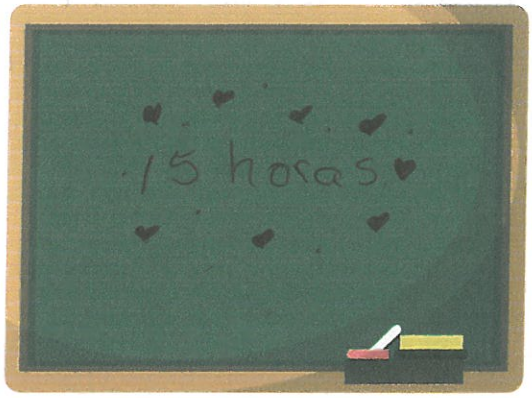
PROFESIONAL SOCIAL:

Johanna Amado Romero.

¿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?

*Cambiar rutina.
* Cambios de roles.
* Responsabilidad.
* Distribucion de tareas.

¿de quién es la Cocina?

A qué nos comprometemos

* A redicir el tiempo de labores de hogar. Para los cuidadores.

* Utilizar mejor el tiempo para todos.

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
Joiner Javier. Velarde. M.	Papá	
Liliana Carolina Gonzalez V.	MaMá	
Ariaxy carolina Velarde G.	Hija Mayor.	
Isabella De los Angeles. Velarde. G.	Hija Medio.	
Mateo. Alexander J. Velarde G.	Hijo Menor.	

Firma profesional social

Johanna Amado R.

Fecha 06/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 no importa si somos mujeres o hombres en nuestro hogar y vida cotidiana siempre podemos hacer las mismas cosas.
- Que las labores del hogar deben ser igualmente valoradas.
- Que no siempre las tradiciones machistas o muy marcadas pueden seguir cumpliendose, siempre se deben cambiar.



La olla pitadora!!!

A qué nos comprometemos

- A cambiar los roles machistas.
- A Hacer las tareas, sin reproches
- A Premiar o castigar las labores.
- A Que Todos los dios Ayudemos mas para reducer la carga de los demas.

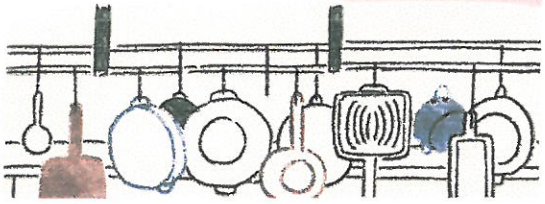
¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
Mateo Velarde González	Hijo Menor.	
Isabella. Velarde González	Hija del Medio,	
Arlaxy Velarde. González	Hija Mayor	
Liliana González Vecuña	Esposa.	
Joiner velarde. Mejia	Jefe nucleo.	

Firma profesional social

Johanna Amado R.

Fecha 13/Septiembre/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 es importante reditribuir las tareas. y cumplirlas de buena manera.
- Que todos podemos hacer las cosas por igual.

Vamos a redistribuir las labores de cuidado así:

- Que los niños puedan hacer trabajo de cocina. y con la lavadora. y ropa. de todos.
-





¡¡¡Ponte el delantal!!!!

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

- todo trabajo en hogar distribuido. Sale mejor.
- Toda la carga en una sola persona no debe recaer.

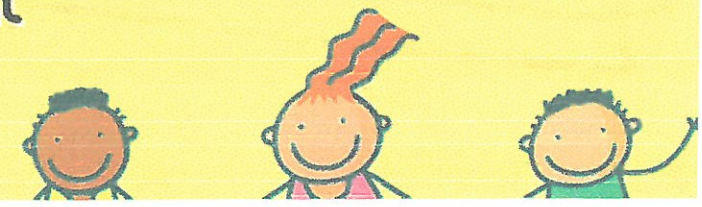
¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
- Liliana González	Mamá	
- Ariaxy Velarde	Hija Mayor.	
- Isabella Velarde.	Hija menor.	
- Mateo Velarde.	Hija menor.	
- Joiner Velarde	jefe familias.	

Firma profesional social

Johanna Amado R.

Fecha 20/Septiembre/2023



LOS PLATOS SOBRE LA MESA





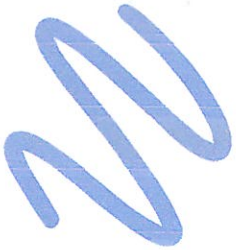


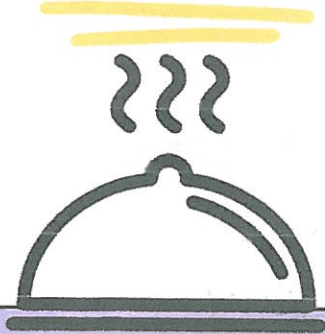
¿Qué vamos a preparar?

Pastícho de Coliflor y Brocoli
Pollo Salteado con verduras
Arroz Blanco
Jugo Zanohoria, remolacha y limon

Ingredientes

Pastícho: coliflor, Brocoli, Queso, Crema de leche.
Pollo salteado: Pollo, tomate, cebolla, Pimenton
Arroz Blonco: Arroz.
Jugo: zanahoria, remolacha y limón







LOS PLATOS SOBRE LA MESA

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

Papa, Mateo, Ariaxy = Pasticho.
Pollo Salteado: Papá, Ariaxy
Arroz: Isabella, Mamá
Jugo: Mamá

¿Quiénes estuvimos presentes?

Nombre	Parentesco	Firma
Joiner Velarde.	Jefe familia.	
Liliana González	Mamá	
Ariaxy Velarde.	Hija Mayor	
Isabella Velarde.	Hija Medio.	
Mateo Velarde	Hija menos.	

Firma profesional social
Johanna Amado R.

Fecha 27/Septiembre/2023

ESTE ES UN RECONOCIMIENTO A LA FAMILIA



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!!!