

INTERACCION DIARIA MES DE SEPTIEMBRE DE 2020

EXPORTABLE COCINA SALUDABLE FICHA # 2196066 – N° 5

[8:25 a. m., 14/9/2020] Stid Lozada V: Buenas Días

Aprendices.

Tengo el placer de presentar a la INSTRUCTORA. Del Curso COCINA SALUDABLE. La Profesora ROSIRIS LIZCANO

[8:35 a. m., 14/9/2020] +57 321 8237569: Buen día profe

[8:35 a. m., 14/9/2020] +57 312 7895345: Buen día

[8:37 a. m., 14/9/2020] +57 314 6782519: Hola profe buenos dias

[8:48 a. m., 14/9/2020] +57 311 7132420: Buenos días señora Instructora. Bienvenida

[9:41 a. m., 14/9/2020] +57 311 7263611: Hola profe buenos días

[9:43 a. m., 14/9/2020] +57 310 7346765: HOLA

Buenos días profe. 😊

[9:44 a. m., 14/9/2020] +57 321 5339953: Hola buen día 😊😊

[9:57 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenos días damas y caballeros

[9:57 a. m., 14/9/2020] +57 350 8850711: Buenos días profe

[9:58 a. m., 14/9/2020] +57 311 7744291: Ola profe buen día

[9:58 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Es gusto ser la instructora que orientará la formación en Cocina Saludable

[9:59 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Voy a enviarles el himno del Sena y la letra para hacer oficial la apertura de la formación,

[10:00 a. m., 14/9/2020] +57 320 5455037: Buen Día! Instructora Muchas Gracias!

[10:01 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: <https://images.app.goo.gl/CS4vWppDjPijbA2Z6>

[10:01 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Sean tod@s Bienvenid@s,

Como aprendices oficiales del Servicio Nacional de Aprendizaje SENA.

[10:01 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: https://youtu.be/TWKku1P_Nmw

[10:04 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: A nombre del Servicio Nacional de Aprendizaje Sena les doy una cordial bienvenida al curso en Cocina Saludable,

[10:06 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: A sus correos registrados en Sofía plus, le llegará la notificación del proceso de matrícula,

[10:06 a. m., 14/9/2020] +57 321 8237569: Ok gracias

[10:09 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: 🖐️🖐️ Mi nombre es Rosiris Sofia Lizcano Morales, soy la instructora privilegiada a cargo de la formación,

Es un placer para mi, el estar a su entera disposición para orientar el curso en Cocina Saludable,

[10:13 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: De la formación en Cocina Saludable, la

Duración del curso es de 60 horas,

Días: Lunes a Domingo,

Horario: 10: 00 am - 7:00pm,

Es decir que en el tiempo que usted disponga y en los días que le quede más fácil usted hace su formación,

Pero está programada para los lunes y viernes.

[10:19 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: El curso está Matriculado con la Ficha No. 2196066 y registrado hasta 31 de Octubre de 2020,

Para realizar lo y certificarlo.

Confiando que se pueda hacer la entrega de Materiales a tiempo, porque apenas están en ese proceso.

[10:31 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Comedidamente deseo solicitarles por favor que se puedan agendar para el viernes 18 de septiembre a las 9:00 am, hacer una reunión por meet para la presentación personal de todos y los lineamientos del curso,

Si es posible

[10:32 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Sino concertamos el día y la hora

[10:33 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Quedo atenta a todos sus comentarios, dudas, e inquietudes

[10:41 a. m., 14/9/2020] +57 311 7132420: Buenos días profesora. Será posible agendar la reunión en horas de la tarde, ? generalmente en horas de la mañana trabajo. Muchas gracias por su atención

[10:45 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenos días,

Si señora, no hay ningún inconveniente,

La idea es que todos puedan de mutuo acuerdo para el día y la hora,

[10:53 a. m., 14/9/2020] +57 316 3644961: Ah bueno muchas gracias

[10:57 a. m., 14/9/2020] +57 321 8237569: Yo estoy de acuerdo en la tarde

[11:14 a. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Muy bien,

Al final de tarde hacemos el consolidado de la intervención de los integrantes del grupo, y programamos la reunión...

[11:41 a. m., 14/9/2020] +57 320 5455037: Si yo también puedo en la Tarde!

[11:43 a. m., 14/9/2020] +57 314 8772390: Buenos. días para todos gracias por la información.

[11:43 a. m., 14/9/2020] +57 314 8772390: La reunión sería 18

[11:47 a. m., 14/9/2020] +57 311 3211625: Si, no tengo inconveniente en que sea el 18 de septiembre en horas de la tarde. Gracias

[11:48 a. m., 14/9/2020] +57 350 8850711: No tengo inconveniente

[0:15 p. m., 14/9/2020] +57 314 6196524: Buen dia profe, si edtoy de acuerdo que sea en la tarde, porq mi hija recibe clases virtuales en las mañanas y ocupa el computador 😊

[0:53 p. m., 14/9/2020] +57 312 7895345: Para mí es complicado es mala la señal de internet para este sitio

[1:03 p. m., 14/9/2020] +57 314 6782519: Profe a mi también me queda más fácil en la tarde

[1:20 p. m., 14/9/2020] +57 311 7744291: A mi también me queda más fácil en la tarde

[1:20 p. m., 14/9/2020] +57 300 7110186: En la tarde está bien gracias

[1:45 p. m., 14/9/2020] +57 322 6560176: Estoy de acuerdo en la tarde

[4:39 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimad@s aprendices,

Les confirmo la reunión se hará Dios mediante para el día viernes 18 de noviembre a las 3: 00 pm,

Les estaré recordando la reunión previamente y les compartiré el enlace....

[4:39 p. m., 14/9/2020] +57 321 8237569: Ok gracias profe

[4:39 p. m., 14/9/2020] Stid Lozada V: Más tarde por favor

[5:36 p. m., 14/9/2020] +57 311 7263611: Si estoy de acuerdo en que sea más tarde

[5:36 p. m., 14/9/2020] +57 314 8772390: ok

[5:37 p. m., 14/9/2020] +57 350 8850711: De acuerdo muchas gracias

[5:37 p. m., 14/9/2020] +57 322 6560176: @Rosiris Sofia Lizcano profe me queda más fácil por la tarde por que tengo otro estudio en la mañana

[7:12 p. m., 14/9/2020] +57 322 7438251: Septiembre?

[7:15 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Siiiiii perdón septiembre No noviembre, de 2020.

[7:15 p. m., 14/9/2020] +57 311 7132420: De acuerdo. Muchas gracias

[7:17 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: La hora recomiendan que más tarde para definirla nuevamente,

Estoy atenta,

[7:17 p. m., 14/9/2020] +57 311 7132420: No hay problema

[8:34 p. m., 14/9/2020] +57 322 6560176: Y a que hora exactamente?

[9:44 p. m., 14/9/2020] +57 311 7132420: 6 pm estará mejor?

[9:50 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Si así lo desean no hay ningún inconveniente.

[9:51 p. m., 14/9/2020] +57 322 6560176: Profe y cuanto dura la clase

[9:51 p. m., 14/9/2020] +57 322 6560176: 3 horas+

[9:52 p. m., 14/9/2020] +57 322 6560176: ?

[9:54 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Aproximadamente...

[6:14 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimad@s aprendices,

Deseando se encuentren muy bien,

[6:15 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Para recordarles la reunión para el día de mañana viernes 18 de septiembre,

A las 6:00 pm,

Según lo acordado,

[6:25 p. m., 17/9/2020] +57 314 6782519: Si señora gracias profe

[6:27 p. m., 17/9/2020] +57 311 7132420: 👍

[6:30 p. m., 17/9/2020] +57 300 7110186: Steffaniagomezgomez@gmail.com

[6:38 p. m., 17/9/2020] +57 316 7684901: Buenas noches profe porque aplicacion va a ser la reunion

[6:44 p. m., 17/9/2020] +57 314 8772390: marypescador1@hotmail.com

[7:01 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Por meet,

Le envio el enlace para que puedan descargar la aplicación los que no la tengan

[7:04 p. m., 17/9/2020] +57 311 3211625: Enterada. Muchas gracias

[7:06 p. m., 17/9/2020] +57 322 7438251: Gracias

[7:09 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Con mucho gusto.

[7:10 p. m., 17/9/2020] +57 322 6560176: Gracias por recordarnos profe

[7:10 p. m., 17/9/2020] +57 322 6560176: Me emociona mucho este curso

[7:11 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Que bueno,

Con mucho gusto.

[7:15 p. m., 17/9/2020] +57 314 8772390: Buenas noches profe a esa hora yo miro si puedo por qué trabajo

[7:18 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.meetings>

[7:19 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: 🖱️🖱️ Ese es el Link para descargar la aplicación.

[7:20 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Los que ya la tienen, no hay necesidad.

[7:30 p. m., 17/9/2020] +57 311 7132420: 🙌🏻👍

[7:52 p. m., 17/9/2020] +57 300 7110186: Yo ya lo tengo instalado

[8:30 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Muy bien.

[8:31 p. m., 17/9/2020] +57 311 7263611: Vale profe muchas gracias

[8:33 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Con mucho gusto,

Feliz noche.

[8:36 p. m., 17/9/2020] +57 311 7263611: Igualmente profe

[9:03 p. m., 17/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Gracias,

Bendiciones.

[1:17 p. m., 18/9/2020] +57 321 5339953:

<http://somosdemocracia.mininterior.gov.co/escuelalideres/Create>

[1:17 p. m., 18/9/2020] +57 321 5339953: Compañer@s el Mininterior nos ofrece una gran variedad de diplomados en diferentes campos. Debemos hacer la inscripción de inmediato, los jóvenes de todo el país están en el proceso de inscripción. Por favor difundir e inscribirse.

[5:38 p. m., 18/9/2020] Stid Lozada V: ¿La clase es hoy?

[5:59 p. m., 18/9/2020] +57 322 6560176: No entiendo eso

[6:00 p. m., 18/9/2020] +57 314 8772390: Código de reunión

[6:00 p. m., 18/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes,

Ya les comparto el Link

[6:01 p. m., 18/9/2020] +57 314 8772390: Buenas tardes

[6:03 p. m., 18/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: <https://meet.google.com/zxo-yywb-ssw>

[6:08 p. m., 18/9/2020] +57 316 7684901: Si la clase es hoy pero no a mandado la profe el código de ingreso

[7:23 p. m., 18/9/2020] +57 300 7110186: Grupo buenas noches qué pasa que hoy era la reunión con la profesora

[8:37 p. m., 18/9/2020] +57 312 7895345: Buena noche no pude conectarme

[8:54 p. m., 18/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Tranquila,

No se preocupe,

Apenas suban al Drive la sesión de clases se las comparto...

[9:34 p. m., 18/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano:

<https://drive.google.com/file/d/1ZQZFM0xN7kEfGsPk-L5DCCDSpFcaeki8/view?usp=sharing>

[9:35 p. m., 18/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Comparto Link de la sesión de clases del día de hoy,

[9:35 p. m., 18/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Feliz noche,

Bendecido descanso.

[9:36 p. m., 18/9/2020] +57 311 7132420: Gracias profesora . Buen descanso

[11:56 a. m., 19/9/2020] +57 321 8237569: Gracias igualmente

[1:48 p. m., 19/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimad@s aprendices deseando se encuentren muy bien,

Muchas gracias,

Igualmente, para cada un@ de ustedes,

Feliz y bendecido resto de día.

[1:49 p. m., 19/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Las recibo me encantan

[1:49 p. m., 19/9/2020] +57 312 7895345: Amén gracias Gracias Dios la bendiga

[9:36 p. m., 19/9/2020] +57 311 7132420: Bendiciones

[0:18 a. m., 20/9/2020] +57 322 6560176: ¡Forma parte de la comunidad creativa más grande de Latinoamérica! Regístrate hoy en CREHANA y obtén 20% dto. en tu primera compra. 

<https://www.crehana.com/r/karymavila/>

[3:31 p. m., 20/9/2020] +57 322 6560176: Profe entonces que días estudiamos?

[4:55 p. m., 20/9/2020] +57 320 5455037: Ella Dijo Lunes Y Viernes

[4:56 p. m., 20/9/2020] +57 300 7110186: Pues la clase de esta semana es el miercoles

[4:56 p. m., 20/9/2020] +57 300 7110186: Deberíamos ese día preguntar bien para tener con exactitud los días q vamos a ver las clases

[4:57 p. m., 20/9/2020] +57 320 5455037: Ahhh ! No sabia

[4:57 p. m., 20/9/2020] +57 320 5455037: De la formación en Cocina Saludable, la

Duración del curso es de 60 horas,

Días: Lunes a Domingo,

Horario: 10: 00 am - 7:00pm,

Es decir que en el tiempo que usted disponga y en los días que le quede más fácil usted hace su formación,

Pero está programada para los lunes y viernes.

[4:57 p. m., 20/9/2020] +57 320 5455037: Esto lo envió ella

[4:57 p. m., 20/9/2020] +57 320 5455037: 😊

[4:57 p. m., 20/9/2020] +57 320 5455037: Y dijo la Hora?

[4:59 p. m., 20/9/2020] +57 300 7110186: A las 4

[5:00 p. m., 20/9/2020] +57 300 7110186: Eso se hablo en la.reunión

[5:06 p. m., 20/9/2020] +57 320 5455037: Ah! Es que no me pude conectar ese día 🐒

[5:07 p. m., 20/9/2020] +57 320 5455037: Gracias

[5:34 p. m., 20/9/2020] +57 312 7895345: Yo tampoco me pude conectar

[5:36 p. m., 20/9/2020] +57 311 7263611: Igual tampoco pude conectarme

[7:25 p. m., 20/9/2020] +57 350 8850711: La clase quedo para el día miércoles

[8:13 p. m., 20/9/2020] +57 311 7263611: Ok gracias

[8:19 p. m., 20/9/2020] +57 311 7132420: 👍

[2:18 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Perdón me faltó Aceite de oliva o el de vegetal que tengan.

[2:18 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Los Ingredientes:

Vegetales al gusto o de preferencia,

Pimentón rojo - verde 1 unidad de c/u = Cantidad Necesaria,

Tallo de Apio 1 unidad,

Zanahoria 1 unidad,

Brócoli 1 unidad o 60 gramos o c/n,

Cebolla larga 1 tallo,

Habichuelas 40 gramos,

Cebolla cabezona 1 unidad o cebolla puerro,

Jengibre 5 gramos (un pedacito),

Ajo un diente,

Sal, pimienta negra (opcional),

Salsa soya, y salsa Teriyaki al gusto c/n.,

Azúcar pizca,

Raíces chinas (opcional),

Y si desean la proteína o el cereal que gusten (carne de res, cerdo, pollo o pescado, pastas, arroz o cuscus,...)

[2:19 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Utensilios: un sarten, paila o vok,

Tabla para cortar vegetales, cuchillo bien afilado,

Bandejas o platos para hacer la mise en place,

Tenedor, cucharas de silicona,

O Madera o metal...

[2:19 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Los vegetales que tengan en sus hogares, allí les envíe los que más se utilizan pero con los que deseen hacer la preparación esta bien.

[2:20 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimad@s aprendices deseando se encuentren muy bien,

Les acabo de compartir los ingredientes para hacer los cortes de Vegetales y la preparación del miércoles,

[2:21 p. m., 21/9/2020] +57 311 7132420: Gracias

[2:22 p. m., 21/9/2020] +57 300 7110186: Gracias profe muy amable

[2:22 p. m., 21/9/2020] +57 300 7110186: Amable

[2:22 p. m., 21/9/2020] +57 321 8237569: Ok profe gracias

[2:23 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Para las personas que No pudieron conectarse el viernes se les envió el Link de la sesión de clases, por si deseaban ponerse al día con las directrices del curso.

[2:24 p. m., 21/9/2020] +57 314 8772390: Buenas tardes profe gracias.

[2:24 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano:
<https://drive.google.com/file/d/1ZQZFMOxN7kEfGsPk-L5DCCDSpFcaeki8/view?usp=sharing>

[2:24 p. m., 21/9/2020] +57 310 4384189: Hola profe muchas gracias

[2:25 p. m., 21/9/2020] Stid Lozada V: Gracias 🙏

[2:25 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Allí  acordamos los días y horarios para hacer las clases cuando sean en vivo,

Y todo lo referente a la formación.....

[2:27 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Con mucho gusto,

[2:31 p. m., 21/9/2020] +57 320 5455037: Muchas gracias! 

[2:41 p. m., 21/9/2020] +57 350 8850711: Muchas gracias

+57 311 7744291 salió del grupo

[3:29 p. m., 21/9/2020] +57 318 8886812: Profe buenas tardes una pregunta la salsa teriyaki cuál es

[3:31 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Es esta  pero sino la tienen, con la salsa soya es suficiente.

[3:31 p. m., 21/9/2020] +57 318 8886812: Esa uno la puede haser

[3:37 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Se puede hacer una derivada con la salsa soya, panela, azúcar y un poquito de vinagre....

[3:49 p. m., 21/9/2020] +57 311 7132420: Profe. Buenas tardes. Jengibre pulverizado se puede?

[3:54 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Si se puede

[4:02 p. m., 21/9/2020] +57 311 7132420: Muchas gracias

[4:03 p. m., 21/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Con mucho gusto.

[0:25 p. m., 23/9/2020] +57 314 8772390: Buenas tardes

[2:37 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Estimad@s aprendices muy buenas tardes,

Cordial saludo,

Les comento que están haciendo arreglos del acueducto y alcantarillado de Popayán, y estamos sin agua

[2:39 p. m., 23/9/2020] +57 311 7132420: 

[2:39 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Por directrices de la señora coordinadora me acaba de informar que sin agua potable No se puede orientar la formación es decir que la debemos aplazar para el día de mañana a la misma hora como acordamos...

[2:41 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Porque hasta mañana 8:00 am restablecen el servicio nuevamente

[2:43 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Les presento mis más sinceras disculpas, pero son lineamientos que se salen de mi competencia  

[2:49 p. m., 23/9/2020] +57 320 5455037: Buena Tarde!

Compañera

[2:52 p. m., 23/9/2020] +57 321 8237569: Ok profe no hay problema otro día sera

[2:56 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Perdón, es posible realizar la mañana???

Para que los vegetales no pierdan la frescura...

[2:58 p. m., 23/9/2020] +57 322 7438251: Buenas tardes

Sii

[3:01 p. m., 23/9/2020] +57 311 7132420: Me parece bien.

[3:06 p. m., 23/9/2020] +57 321 8237569: Di

[3:06 p. m., 23/9/2020] +57 321 8237569: Si

[3:14 p. m., 23/9/2020] +57 320 5455037: Siii 😊

[3:14 p. m., 23/9/2020] +57 320 5455037: Que mal 🐒

[3:19 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Si asunto de fuerza mayor....

[3:20 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Dios mediante,

La haremos mañana...

[3:22 p. m., 23/9/2020] +57 320 5455037: Si señora

Muchas gracias!

[3:23 p. m., 23/9/2020] +57 318 8886812: 🍌 🍌 🍌 🍌

[3:27 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Muchas gracias,

Bendiciones.

[3:29 p. m., 23/9/2020] +57 320 5455037: Igualmente

[4:02 p. m., 23/9/2020] +57 300 7110186: Profesora buenas tardes tranquila cuando se pueda iniciamos las clases de todas maneras estoy atenta

[4:21 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Dios mediante la haremos mañana...

EXPORTABLE COCINA SALUDABLE FICHA # 2159334 – N° 4

[0:06 p. m., 3/9/2020] Beatriz ONG Cr: Buenas tardes profe cómo está, le envío mi presentación del día de hoy: CREMA DE COLIFLOR, ARROZ CON MANÍ Y UN MOUSSE DE RICOTTA Y MANGO, espero le guste. Muchas gracias

[1:30 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes

[1:31 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Que rico,

La felicito,

Gracias por compartir su delicioso y nutritivo menú

[2:28 p. m., 4/9/2020] Nanc C Granda: Buenas tardes profesora y compañeras del curso, espero se encuentren muy bien. Les quiero compartir una deliciosa receta que prepare para mi almuerzo, son acelgas guisadas con toda la vitamina lleva papá en cuadros y aliñada con curry, cúrcuma, ajo cebolleta y tomate todo sofreído sal y aceite la decoración es queso rayado y un tomate cherry para que se vea bonito lo acompaño de unas retacas y jugo de lulo. 🍌🍌🍌

[2:49 p. m., 4/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes

Así es Nancy, las acelgas son una muy buena fuente de vitaminas, hierro y también fortalecen el sistema inmunológico,

Se ven apetitosa y debieron quedar muy ricas,

Felicitaciones,



[2:50 p. m., 4/9/2020] Nanc C Granda: Gracias profe 🙏

[2:56 p. m., 4/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: A usted por compartir su delicioso menú.

[1:07 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimadas aprendices deseando se encuentren muy bien,

[1:07 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Les comento que en el Sena ya subieron al Secop a licitar los materiales,

Ojalá todo salga bien y puedan salir lo mas pronto posible para solicitar los y hacerles las respectivas entregas y firmar el acta de entrega de los mismos y poder evaluar y certificar el curso con las personas que cumplieron con los resultados de aprendizaje requeridos por la institución.

[1:39 p. m., 14/9/2020] Nancy C Granda: Muchas gracias profe 🙏

[1:45 p. m., 14/9/2020] Luz Dary Falla: Muchas gracias instructora.

[1:58 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Con mucho estimadas aprendices.

[2:12 p. m., 14/9/2020] ID Eneida Fal: Gracias profe.

[2:26 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Si señora.

EXPORTABLE COCINA TIPICA COLOMBIANA FICHA # 2152377

[1:25 p. m., 2/9/2020] Stid Lozada V: CURSOS COMPLEMENTARIOS.

- Decoración De Fiestas & Eventos (100 Horas): Solo Para Caldono & Veredas Cercanas.

- Atención Al Cliente.

- Seguridad & Bienestar En El Trabajo

- Seguridad Vial

- Decoración En Globos.

- Cocina Internacional

- Formulación De Proyectos.

- Elaboración De Postres.

- Derivados Lácteos.

- Primeros Auxilios.

REQUISITOS.

1. Tener usuario En Sofía Plus.

2. Tener Disponibilidad De Tiempo Pues El Horario Lo Maneja El Docente.

3. Tener Disponibilidad Porque Las Prácticas Son Presencial. Se Realizarían En Río Ovejas (Caldono).

4. Ser Mayor De 16 Años.

5. Tener Acceso A Internet. Porque La Mayoría De Cursos Se Hacen Por Aplicaciones Que Requiere Internet.

6. Aprovechar El Cupo. Si No Por Favor Deje Que Otra Pe...

[4:20 p. m., 5/9/2020] +57 314 6782519: Buenas tardes envío las fotos de nuestras prácticas

[4:24 p. m., 5/9/2020] +57 314 6782519: El menú

Arroz con verdura

Cerdo en salsa de champiñón

Cordón blu

Ensalada de fruta

Postre de cereza y tres leches

[4:26 p. m., 5/9/2020] +57 314 6782519: Deisy oliva Ramos

Paula Andrea chaves

[5:40 p. m., 5/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimad@s aprendices deseando se encuentren muy bien,

[5:41 p. m., 5/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Espectacular el Collage fotográfico de sus preparaciones,

[5:43 p. m., 5/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: El menú se nota que estuvo por todo lo alto,

Felicitaciones muy buen trabajo,



Se puede observar que se divertieron elaborando las preparaciones.....

[5:45 p. m., 5/9/2020] +57 314 6782519: Si señora muchas Gracias

[5:58 p. m., 5/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: A ustedes por compartir sus evidencias de desempeño finales...

[6:33 a. m., 6/9/2020] +57 314 6196524: Gracias

[10:37 a. m., 6/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: A ustedes por su dedicación y compromiso.

[0:14 p. m., 11/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenos días estimad@s aprendices deseando se encuentren muy bien,

Este es el listado de las personas que terminaron el curso y enviaron los resultados esperados con la formación en Cocina Típica Colombiana, y son las que se van a CERTIFICAR, las demás personas que no cumplieron quedan NO APROBADAS,

Para que en otra oportunidad lo puedan realizar si así lo desean.

1. Stid Lozada
2. Deysi Oliva Ramos
3. Marisel Montes
4. Eveling López
5. Alejandra Molina
6. Johanna Lizeth Salazar
7. Eider Arnel Chocue
8. Leydy Fernández
9. Paula Chaves.

Deseo Felicitarl@s por un logro más obtenido para las metas en sus vidas,

Que sea de gran ayuda para el Desempeño de sus actividades diarias,

Dense un fuerte abrazo con usted mismo por el logro obtenido así haya sido ...

[0:17 p. m., 11/9/2020] +57 321 8237569: Muchas gracias profe por su dedicación y su amor y por su enseñanza.

[0:17 p. m., 11/9/2020] +57 321 8237569: 🙌🙌🙌🙌🙌

[0:17 p. m., 11/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Para mi fue un gusto haber sido la instructora elegida para orientar la formación en Cocina Típica Colombiana a tan maravillosas personas,

Dios les bendiga,

Muchas gracias.

A long horizontal sequence of emojis starting from left to right: 🧑‍🚒, 👍, 😭, ❤️, ❤️, ❤️, ❤️, ❓, 🍰, 🦸♀️, 🔊, followed by 20 hands pointing up, then another 🔊, and finally two people hugging 🤗🤗.

Dios la bendiga... Éxitos 🙏❤️❤️👍👏👏

[0:26 p. m., 11/9/2020] Stid Lozada V: Amén

[0:41 p. m., 11/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Hola Eveling,

Y a nuestro querido Líder Stid por todo su compromiso social y servicio incondicional con las comunidades que Dios lo bendiga y proteja siempre....

[0:58 p. m., 11/9/2020] +57 311 7744291: Muchas gracias profe por su dedicación

[1:40 p. m., 11/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Hola Leydy, La Plataforma de Sofía plus está en mantenimiento el Lunes Dios mediante paso la información para el proceso de Certificación y en 10 días aproximadamente suben lo Certificados a Sofía plus y ya podrán ingresar a descargar los e imprimir si lo desean hacer.

[1:49 p. m., 11/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Maricel???

Claro que si, sin ellos no hubiese sido posible...

[1:54 p. m., 11/9/2020] +57 319 4549983: Alejandra profe 😁

[1:58 p. m., 11/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Que pena princesa, discúlpeme creí por las iniciales que aparecen 🤔🤔 Felicitaciones Alejandra,

Bendiciones.

[2:31 p. m., 11/9/2020] +57 319 4549983: Tranquila profe, gracias

[3:12 p. m., 11/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Con mucho gusto.

Stid Lozada V eliminó a +57 315 8196931

Stid Lozada V te eliminó

EXPORTABLE HIGIENE Y MANIPULACION DE ALIMENTOS FICHA # 2179506 GRUPO N°4

[0:06 p. m., 3/9/2020] Beatriz ONG Cr: Buenas tardes profe cómo está, le envío mi presentación del día de hoy: CREMA DE COLIFLOR, ARROZ CON MANÍ Y UN MOUSSE DE RICOTTA Y MANGO, espero le guste. Muchas gracias

[1:30 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes

[1:31 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Que rico,

La felicito,

Gracias por compartir su delicioso y nutritivo menú

[2:28 p. m., 4/9/2020] Nanc C Granda: Buenas tardes profesora y compañeras del curso, espero se encuentren muy bien. Les quiero compartir una deliciosa receta que prepare para mi almuerzo, son acelgas guisadas con toda la vitamina lleva papá en cuadros y aliñada con curry, cúrcuma, ajo cebolleta y tomate todo sofreído sal y aceite la decoración es queso rayado y un tomate cherry para que se vea bonito lo acompaño de unas retacas y jugo de lulo. 🍌🍌

[2:49 p. m., 4/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes

Así es Nancy, las acelgas son una muy buena fuente de vitaminas, hierro y también fortalecen el sistema inmunológico,

Se ven apetitosa y debieron quedar muy ricas,

Felicitaciones,



[2:50 p. m., 4/9/2020] Nanc C Granda: Gracias profe 🙌

[2:56 p. m., 4/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: A usted por compartir su delicioso menú.

[1:07 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimadas aprendices deseando se encuentren muy bien,

[1:07 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Les comento que en el Sena ya subieron al Secop a licitar los materiales,

Ojalá todo salga bien y puedan salir lo mas pronto posible para solicitar los y hacerles las respectivas entregas y firmar el acta de entrega de los mismos y poder evaluar y certificar el curso con las personas que cumplieron con los resultados de aprendizaje requeridos por la institución.

[1:39 p. m., 14/9/2020] Nanc C Granda: Muchas gracias profe 🙌

[1:45 p. m., 14/9/2020] Luz Dary Falla: Muchas gracias instructora.

[1:58 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Con mucho estimadas aprendices.

[2:12 p. m., 14/9/2020] ID Eneida Fal: Gracias profe.

[2:26 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Si señora.

EXPORTABLE HIGIENE Y MANIPULACION DE ALIMENTOS FICHA # 2181161 GRUPO N° 5

[0:55 p. m., 1/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Muy buenas tardes estimad@s aprendices deseando se encuentren muy bien,

[0:56 p. m., 1/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Deseo saber como van con el material de lectura para el desarrollo del curso

[0:57 p. m., 1/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Estoy a su entera disposición para resolver cualquier inquietud, dudas o comentarios,

[0:58 p. m., 1/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Para continuar con el proceso de formación.

[3:36 p. m., 1/9/2020] Claudia L. Qui: buenas tardes profe hasta el momento no tengo dudas

[3:53 p. m., 1/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Muy bien para continuar con el material del taller que les debo enviar, para las evidencias de producto y desempeño que deben realizar para enviar al Sena....

[3:55 p. m., 1/9/2020] Claudia L. Qui: Ok profe

[3:56 p. m., 1/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Quedo atenta...

[8:30 a. m., 2/9/2020] Soco 3: Muy buenos días Profesora y demás compañeros del grupo

[8:40 a. m., 2/9/2020] Soco 3: Me permito anexar evidencia de una de las prácticas de higiene conforme a la Resolución 2674 de 2013, y en base al artículo 126 del Decreto Ley 019 de 2012, en donde se establece que los alimentos que

se fabriquen, envasen o importen para su comercialización en el territorio nacional, requerirán de notificación sanitaria, permiso sanitario o registro sanitario, según el riesgo de estos productos en salud pública entre otros.

Empecé limpiando parte de los equipos de trabajo: la estufa

👉👉👉👉👉👉👉👉👉👉

[8:43 a. m., 2/9/2020] Soco 3: El trabajo final👉👉👉👉

[8:49 a. m., 2/9/2020] Soco 3: Muchas gracias Profesora, excelenteeee documento y necesario además al manipular alimentos, el aseo de los equipos, manteniendo además un correcto estado de limpieza de las instalaciones y todos los utensilios.

[2:01 p. m., 2/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimad@s aprendices deseando se encuentren muy bien,

[2:03 p. m., 2/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Excelente que haya podido aplicar el proceso de Higiene y desinfección en tan importante equipo en nuestros hogares y en las empresas donde se utilizan en el día a día,

Buen trabajo,

Felicitaciones,



Paola A. Quint salió del grupo

[4:34 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Para continuar con el proceso de formación,

Una vez hayan leído la Normatividad,

Por favor realizar el taller que les acabo de enviar 🖱️🖱️

[4:35 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimad@s aprendices deseando se encuentren muy bien,

[4:37 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Les acabo de enviar el taller y les envío los Links para que puedan observar los videos que están en el taller

[4:37 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: <https://youtu.be/Y9yknuG0srM>

[4:37 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano:
<https://www.youtube.com/watch?v=7BZVinnqElw&t=11s>

[4:39 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Deseo que les sea de utilidad para sus evidencias de desempeño y de conocimiento

[4:39 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Quedo atenta a sus comentarios, dudas e inquietudes

[5:15 p. m., 3/9/2020] Soco 3: Muchísimas gracias Profesora Rosiris, gracias por su notorio interés de que aprendamos y lo pongamos en práctica cada día

[5:29 p. m., 3/9/2020] Deisy V. Hern: Buenas tardes profesora cómo está ahí q mandar alguna trabajo a su correo

[5:34 p. m., 3/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: El video es un referente de ejemplo,

Cómo se les facilite la preparación está muy bien

[3:46 p. m., 4/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimad@s aprendices deseando se encuentren muy bien,

[3:46 p. m., 4/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Les compartí unas sugerencias para enriquecer sus conocimientos.

[3:46 p. m., 4/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Para recordarles por favor el envío de las evidencias para ir evaluando el proceso de formación en Higiene y Manipulación de Alimentos,

Muchas gracias.

[3:47 p. m., 4/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano:
<https://www.facebook.com/673014139434988/posts/3080627222006989/?sfnsn=scwspwa&extid=D3HVe9WdW1sb0Xba>

[3:47 p. m., 4/9/2020] Soco 3: Muchísimas gracias Profesora Rosiris

[3:48 p. m., 4/9/2020] Soco 3: Saludos a todos los compañeros del grupo.

Un abrazo

[3:48 p. m., 4/9/2020] Soco 3: 🙏🙏

[3:49 p. m., 4/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Con mucho gusto,

Ojalá les sea de gran utilidad.

[3:54 p. m., 4/9/2020] Soco 3: Siempre sus enseñanzas, indicaciones, videos y documentos nos aportan muchos conocimientos para nuestra cotidianidad en las labores que desempeñamos en nuestros hogares, negocios o empleos.

Mil gracias nuevamente

[3:56 p. m., 4/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Que bueno que se pueda cumplir los objetivos deseados.

[7:32 p. m., 5/9/2020] Soco 3: Buenas noches Profesora Rosiris y compañeros de Grupo y Comparto con ustedes una sencilla preparación aplicando parte de los conocimientos impartidos
😊😊😊😊😊😊😊😊

[7:33 p. m., 5/9/2020] Soco 3: Bendiciones grandes Profesora agradezco sus correcciones y comentarios eso me ayuda!

[7:34 p. m., 5/9/2020] Soco 3: Muchas gracias, un abrazo para todos.

[9:12 p. m., 5/9/2020] Deisy V. Hern: Buenas noches profesora este mi plato un arroz con verduras salteadas y pollo en salsa de Coca-Cola con papas fritas

[9:49 p. m., 5/9/2020] Sandra M. Lede: Que rico se ve 🍽️

[10:09 p. m., 5/9/2020] Deisy V. Hern: 🙌

[8:50 a. m., 6/9/2020] Deisy V. Hern: Profesora buenos días aquí estoy asiendo la desifeccion con jabón

[8:50 a. m., 6/9/2020] Deisy V. Hern: Y después los dejo con vinagre

[8:51 a. m., 6/9/2020] Deisy V. Hern: Así mismo hago el proceso con las cosas que viene empacadas como la leche lavo y después las dejo para se desifecten

[1:00 p. m., 6/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes estimad@s aprendices deseando se encuentren muy bien,

[1:01 p. m., 6/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Felicitaciones,

Muchas gracias por enviar sus evidencias de desempeño,

Muy buen trabajo,



[1:02 p. m., 6/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Se ven muy ricos y apetitosos sus menús....

[4:07 p. m., 6/9/2020] Deisy V. Hern: Buenas tardes profesora yo le envié el taller realizado y mis evidencias

[4:07 p. m., 6/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Muchas gracias por compartir sus evidencias de desempeño,

Se ve rico su apetitoso menú,

Buen trabajo,



[4:10 p. m., 6/9/2020] Deisy V. Hern: Profesora cuando más o menos salen los certificados

[4:10 p. m., 6/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Es correcto Deisy ya recibe las actividades realizadas en la guía, las evidencias de desempeño enviada al grupo y el taller realizado al correo electrónico,

Muy buen trabajo,

Felicitaciones por su compromiso y responsabilidad.



[4:16 p. m., 6/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Una vez que los compañeros terminen de enviar las evidencias, que usted ya cumplió,

Se procede a certificar el curso, el Sena en 8 días después de haber certificado, los suben a Sofía plus para que procedan a descargar los e imprimir los.

[4:16 p. m., 6/9/2020] Deisy V. Hern: Muchas gracias profesora

[4:17 p. m., 6/9/2020] Deisy V. Hern: Hasta cuando hay plazo de entregar los trabajos y estén al día

[4:19 p. m., 6/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Hasta el 12 de septiembre a mas tardar, para poder enviar las evidencias al Sena y proceder a certificar el curso....

[9:40 p. m., 14/9/2020] Deisy V. Hern: Buenas noches profesora para saber cuándo podemos descargar los serificados

[9:40 p. m., 14/9/2020] Deisy V. Hern: Muchass gracias

[9:43 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas noches Deisy,

Estoy esperando algunas personas que aún no han enviado sus evidencias de desempeño y de conocimiento para terminar de evaluar, y proceder a certificar la ficha...

[9:45 p. m., 14/9/2020] Deisy V. Hern: Bueno profesora muchas gracias ojalá los compañeros no se demoren en enviar

Por yo necesito presentar en trabajo el certificado en trabajo

[9:48 p. m., 14/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Claro que si,

Si es muy urgente por el interno le puedo direccionar la información por el momento.

[8:41 p. m., 22/9/2020] Deisy V. Hern: #ATENCIÓN ⚠️ | Informamos que por reposición en la red de agua cruda de la bocatoma Piedras a la Planta Tablazo, se suspenderá el servicio de agua, desde la piedra norte hacia la zona centro occidente y sur occidente de la Ciudad, iniciando a las 8:00 am del miércoles 23 de septiembre, hasta las 8:00 am del jueves 24 de septiembre de 2020.

Agradecemos su paciencia y comprensión.

#LlevamosVidaATuVida 💙💙

Lista de barrios:

1. Campamento
2. La Playa
3. Machangara
4. Calatrava
5. Batallón
6. Clínica Santa Gracia
7. Campanario
8. Antonio Nariño
9. Catay
10. Ciudad Jardín
11. Torremolinos
12. La Floresta
13. Palacé
14. La Ximena

15. Los Hoyos

16. Aida Lucía

17. Yanaconas

18. Pueblillo

19. Los Hoyos

20. Portal de Palacé

21. La Virginia

22. Alicante

23. La...

[8:42 p. m., 22/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas noches Deisy,

Muchas gracias por compartir tan valiosa información.

[8:43 p. m., 22/9/2020] Deisy V. Hern: Con justo profe

[8:45 p. m., 22/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Bendiciones.

[8:38 a. m., 23/9/2020] Deisy V. Hern: Buenos días profesora cómo está

Era para preguntar los certificados del curso ?

[8:45 a. m., 23/9/2020] Soco 3: 😊

[8:49 a. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenos días Deisy, ya están en proceso de certificación,

Porque la plataforma de Sofía plus estuvo en mantenimiento la semana pasada y no permitía trabajar en ella...

[8:50 a. m., 23/9/2020] Deisy V. Hern: A bueno muchas gracias profesora

[8:51 a. m., 23/9/2020] Deisy V. Hern: Otra pregunta usted de pronto sabe de más cursos que uno pueda hacer virtuales

[8:51 a. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Con mucho gusto,

Feliz y bendecido día.

[8:57 a. m., 23/9/2020] Deisy V. Hern: Voy a mirar el de cosina típica colombiana

Y postres

Si me gustaría escribirme

Muchas gracias profe

[8:59 a. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Si desea puede revisar en Sofía plus, si los están dando virtuales,

Si no cuando vaya a matricular otros cursos de Cocina Típica Colombiana y de Postres Nacionales le comento para matricular la.

[9:43 a. m., 23/9/2020] Sandra M. Lede: Profe buen dia nos podria comentar para nosotros matricularnos 🙏🏻

[9:48 a. m., 23/9/2020] Soco 3: Por favor profesora para el de postres o que otros cursos esté Usted dictando

[9:48 a. m., 23/9/2020] Soco 3: Gracias

[9:57 a. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenos días estimad@s aprendices,

La oferta educativa del Programa Complementaria Presencial Regular,

En Gastronomía e Higiene y Manipulación de Alimentos desde mi Área tenemos:

[10:00 a. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: - Higiene y Manipulación de Alimentos,

- Cocina Saludable,

- Cocina Básica

- Cocina Internacional,

- Cocina Típica Colombiana,

-Postres Nacionales,

Por el momento...

[10:02 a. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Se necesita un grupo de 20 personas mínimo para solicitar el curso que se desee hacer....

Personas mayores de 14 años,

Fotocopia del documento de identidad,

Bien nítida los datos,

Para que en Sofía plus no rechace el documento sino es legible la información.

[10:04 a. m., 23/9/2020] Deisy V. Hern: Sería bueno que las personas que estamos en este grupo levanten la mano

Que curso quieren haber si reunimos para podernos escribirnos todos

[10:05 a. m., 23/9/2020] Soco 3: 🙏🏻

[10:06 a. m., 23/9/2020] Deisy V. Hern: Pero en caul

[10:06 a. m., 23/9/2020] Deisy V. Hern: Y podamos estar todos en mismo cursó

[10:09 a. m., 23/9/2020] Soco 3: En el que estén la mayoría desde luego

[10:09 a. m., 23/9/2020] Soco 3: Para podernos inscribir

[10:15 a. m., 23/9/2020] Ma Jim. Solar: Profe los cursos son ahora presencial ?

[10:19 a. m., 23/9/2020] Soco 3: Postres

Cocina Internacional

Excelente

[10:20 a. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: No, aun continuamos atravez de herramientas tecnológicas...

[2:32 p. m., 23/9/2020] Claudia L. Qui: Profe yo quiero postres nacionales 🍷👉

[2:50 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Buenas tardes,

Si desean podemos hacer un consolidado de cuantas personas desean hacerlo y se puede invitar otras personas para completar el grupo y el cupo y lo solicitamos...

[2:53 p. m., 23/9/2020] Alejandra Golo: Yo, quiero el de postres

[2:57 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Muy bien

[2:57 p. m., 23/9/2020] Deisy V. Hern: Es verdad

[3:01 p. m., 23/9/2020] Ma Jim. Solar: Yo también el de postres 👉👉

[3:05 p. m., 23/9/2020] Claudia L. Qui: Perfecto profe

[3:14 p. m., 23/9/2020] Rosiris Sofia Lizcano: Excelente