



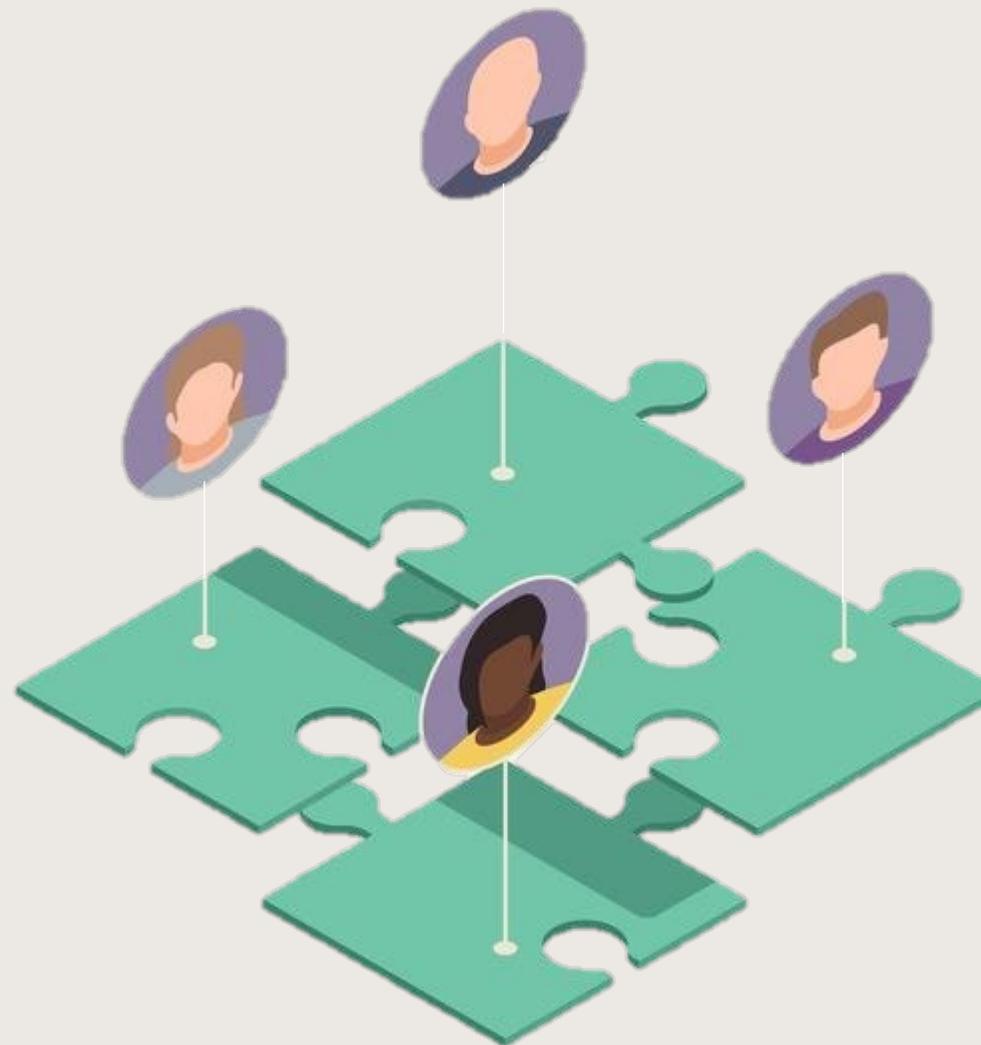
Salud y dignidad

iBER@CINAS

¿Recuerdas cuando fue la última que juntas rieron y disfrutaron de un momento plenamente?

Cuales son las características de los equipos

- Corresponsabilidad
- Equivalencia humana
- No discriminación
- Aportar desde lo que nos gusta
- Tener metas en común
- Aprender a resolver los conflictos
- Celebrar los logros
- Voto de confianza



Dignificar

Dada la naturaleza de las cocinas

Reconocimiento

- Participación



Escaso nivel de autonomía

- Conocimientos
- Habilidades
- Experiencias

Jerárquico
(Importante)

- Entre participantes
- Sujeto a opiniones



Salud, Equilibrio y Plenitud



¿Cómo puedo procurarme y convivir mejor?

Reconocernos y Apropriarnos

Sentirnos

Hacer actos de amor para nosotras mismas





Somos el más bello regalo al mundo
y con ello nuestras manifestamos
en nuestro trabajo, con la familia,
en la comunidad y nuestra
iniciativa por el solo hecho de
existir.

IBER@CINAS