

Área 2. Igualdad y Corresponsabilidad
206 INICIACIÓN A LA COCINA DEL DÍA A DÍA



Dirigido a	Hombres
Requisitos	Ninguno
Duración	18 horas
Fecha Inicio y Final	2 al 30 de noviembre
Horario	Martes y jueves de 17 a 20 h
Lugar	Centro Joaquín Roncal C/ San Braulio nº5
N.º de plazas	10
Modalidad	Presencial
Acceso	Sorteo
Impartido por	Raúl Calavia.

La finalidad de este curso es, a través de la cocina del día a día, fomentar la autonomía personal y sensibilizar en la corresponsabilidad doméstica y familiar.

OBJETIVOS.

Aprender sencillos trucos que sin saber cocinar, te permitirán cocinar platos de forma sencilla y saludable, realizar compras adecuadas y ajustadas a un presupuesto, valorar la compra en tiendas y comercios de proximidad.

CONTENIDOS

Igualdad de género en el hogar, y superación de roles y estereotipos asignados a mujeres y hombres.

METODOLOGÍA

Tema 1- Nuestra “caja de herramientas” para cocinar

Tema 2- Qué cocinaré, qué necesitare

Tema 3- Busca, compara y compra que te divertirás

Tema 4- Tortilla de patata

Tema 5- Un buen “fondo” te llevará a un buen destino

Tema 6- Un gran plato principal con ese buen caldo