

CURSO GESTIÓN DEL HOGAR



Asociación Rocalla
Pza. Jazmines, 6
Tfnos: 956 85 14 24 / 636 11 50 85

Impartido por: M^a Isabel Ramírez de Arellano, que ha trabajado como Nutricionista de la Universidad de Navarra y en Gestión y Administración de grandes colectividades.

Lugar: Asociación Rocalla
Pza. Jazmines, 6
Tfnos: 956 85 14 24 y 636 11 50 85

Días: martes 6, 20 y 27 de noviembre, 4 y 11 de diciembre

Horario: 11,30- 13,15h.

Precio: 20€



Módulos

6 nov. **GESTIÓN, CONCILIACIÓN, LIDERAZGO, COMUNICACIÓN**

1. Una empresa llamada familia
2. Liderazgo, dirección compartida. Cualidades de un buen líder
3. La misión y los fines de la empresa/familia
4. Comunicar. Comunicar bien, ¿cómo se hace?
5. Ingredientes del éxito

20 nov. **NUTRICIÓN, COCINA**

1. La cocina eficaz. Cocinar rápido y sano. Menú semanal
2. Comprar y almacenar. Crear espacio para almacenar
3. Reglas de oro para la congelación



27 nov. **LIMPIEZA, MANTENIMIENTO**

1. Limpieza, productos
2. Planificación de la limpieza semanal
3. Limpiar en un minuto

4 dic. **CUIDADO DE LA ROPA**

1. Lavar, secar, planchar, coser
2. Trabajar inteligentemente

11 dic. **ECONOMÍA FAMILIAR**

1. La administración de la economía familiar
2. Ejemplo de una administración en orden
3. Hacer el presupuesto
4. La ardua faena de ordenar un gran desorden
5. Crear un sitio para todo
6. Ideas para la distribución de los armarios