



1993 – 2023  
30 años a vuestro lado

### NAVIDAD EN LA ASOCIACIÓN

En octubre de 1995, conocí la Asociación de Mujeres Latinas sin Fronteras. Recién llegada de mi país, tenía la ilusión de conseguir un trabajo que me permitiera ayudar a mi familia.

Encontré en la Asociación, unos brazos abiertos que me acogieron, una sonrisa cargada de esperanza y el acompañamiento que necesitaba para empezar mi vida en Barcelona.

Hoy 28 años después, puedo decir que he conseguido mis primeros objetivos y también otros más.

Por ello, en todo este tiempo, cada fiesta de Navidad vivida en la Asociación, es recordar que durante estos años fuera de mi casa, había otra casita que me acogía, que me daba calor y estaba a mi lado; así como al lado de muchas mujeres inmigrantes que, especialmente en esta época del año, añoramos a nuestras familias. La primera Navidad a solas, sin recursos y en un lugar diferente, es muy difícil.

Todas soñamos con una oportunidad de empleo para salir adelante, documentadas o no, somos fuente de trabajo, quizás las estadísticas nos cuentan como un instrumento laboral, pero en la Asociación sobre todo somos personas, mujeres con nombres propios y muchas metas por alcanzar.

Quiero finalizar agradeciendo el corazón que tiene esta Asociación. Tengo el deseo y la esperanza que sigan acompañando a mujeres como yo.

Kelly Cañotte

### FIESTA DE NAVIDAD 2023



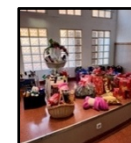
Pesebre  
Viky  
Ana  
Nunú



Teatro de marionetas  
Núria  
Celeste



María y José  
Lucy y Judith



Paje Real  
Angela del Rosario



## TALLER DE COCINA

El taller de cocina que venimos haciendo desde el inicio de nuestros cursos de formación, está pensado para poner al alcance de las mujeres recién llegadas o ya residentes aquí, unos conocimientos básicos de la cocina de nuestro país, con el objetivo de facilitar su trabajo en los hogares en los que están empleadas.

Se trata de enseñar menús sencillos, lo que normalmente se come en el día a día, teniendo en cuenta también, la presentación de los platos, el contenido nutricional y la combinación de los distintos componentes.

Tiene una buena acogida, las alumnas siguen con interés las variadas recetas que les enseñamos y que se llevan a casa para tenerlas a su alcance en el momento de la elaboración.

El taller tiene una duración de cuatro meses. Al finalizar, las alumnas realizan un examen práctico, elaborando uno de los platos que hemos enseñado, y una parte teórica que consiste en responder unas preguntas sobre vocabulario de cocina y conocimientos de algunos trucos y curiosidades culinarias.

Os animamos a que os apuntéis, porque os puede ayudar a desenvolveros en vuestro trabajo con más seguridad y conseguir ser más valoradas profesionalmente.

Las profesoras, Ana y Carmen



Menú  
de la  
última clase



Espinacas  
a la catalana



Tarta de  
Santiago

## RINCÓN FRANCISCANO

### 800 años de las llagas de San Francisco de Asís

Durante la Cuaresma del año 1224, Francisco quiso hacer oración en un bosque llamado Alverna que había recibido de un conde.

En ese tiempo, Francisco quiso experimentar en su cuerpo el dolor de la pasión de Cristo.

Así fue que sintió dolor y sangre en sus manos, pies y costado. Eran las llagas de Jesús en la Cruz.

Fray Francisco Pesquera

Consiliario de Mujeres Latinas sin Fronteras



## CELEBRACIONES 30 AÑOS

Febrero 2024 **FIESTA DE CARNAVAL**

Marzo 2024 **ENCUENTRO FESTIVO CON ANTIGUAS VOLUNTARIAS**

Próximas ediciones de los Cursos intensivos de  
conocimientos básicos del servicio doméstico

Fechas inicio: 7 de febrero / 3 de abril / 8 de mayo 2024

Inscripciones: miércoles y jueves de 16 a 19 h. en la Asociación

WEB DE LA ASOCIACIÓN

Dirección: <https://www.mujereslatinassinfronteras.com>

