

Educación para el Hogar

Primero Básico

Primera Unidad

Pag. No.

LA FAMILIA.....

Importancia.....

Significado de la convivencia familiar y social.....

Importancia de la familia como principal formadora de valores.....

Derechos y obligaciones del grupo familiar:.....

Los padres de familia.....

Derechos de la mujer y su contexto.....

LA FAMILIA

Importancia

La familia es la base de la sociedad. A ello se debe la gran importancia que tiene dentro de la sociedad. Si la sociedad sufre las consecuencias de la delincuencia, drogadicción, explotación, marginación, etc. es porque en las familias se vive de igual manera, y como no están aisladas de la sociedad, por lo mismo se sienten las consecuencias, lamentablemente esto afecta a las familias estables que conviven pacíficamente. La función creadora de la familia es algo que debe tomarse como punto de partida para el cultivo de grandes valores culturales que hacen grande a la familia, comunidad y sociedad en general, para salir adelante en la solución de las necesidades problemas.

Significado de la convivencia familiar y social.

La convivencia familiar es la relación que se da entre los diferentes miembros de una familia con los miembros de la sociedad donde se desenvuelven. Las relaciones que se dan son distintas, pues todo depende de las necesidades y problemas de cada familia. Esta relación es la que determina la identidad de la sociedad. Si todas las familias conviven armónicamente, luchando para alcanzar su desarrollo, se forma una sociedad próspera, que lucha por alcanzar un desarrollo humano. Si las relaciones internas de cada familia no son las más deseables, seguramente la sociedad presentará una serie de problemas que son el reflejo de los miembros de las familias. Lamentablemente, esto afecta directa o indirectamente a las familias estables donde reina el amor y la armonía en el seno de sus hogares.

Importancia de la familia como principal formadora de valores.

La familia es la más indicada para la formación de valores para el desarrollo humano, en lo espiritual y material. A pesar de las diversas condiciones socio-económicas adversas y excluyentes que le ha tocado vivir a la familia Maya, la práctica de sus valores prevalece, a través de la educación familiar y la tradición oral. La vivencia de los valores es una de las fortalezas del pueblo maya.

Son tantos los valores que las familias mayas practican sin embargo solamente mencionamos algunos para reflexionar en torno a ellos.

- El respeto de la palabra de nuestros padres y abuelos: El respeto a los padres y abuelos, es un valor que fundamenta la vida familiar y comunitaria Maya. Los hijos respetan a sus mayores y ellos los alimentan y educan, también los guían, les enseñan a trabajar y los protegen de peligros.

- Ayudarse mutuamente, cooperar con el prójimo y la comunidad: Este es un valor que se caracteriza por la solidaridad, uno de los baluartes del pueblo Maya, en materia de desarrollo comunitario. Esta puede manifestarse con la práctica del trabajo en común, el recibimiento comunitario de un niño o niña cuando nace, participación en la celebración de un matrimonio, etc.

- El valor del trabajo en nuestra vida: La educación de los hijos e hijas, desde la edad de los siete años, incluye la enseñanza de trabajos: primero como ayudante de sus padres y luego como responsables de tareas apropiadas, que se realizan con responsabilidad y esmero.

- Sentido y estado de paz, sentido de responsabilidad: Es un valor que fundamenta la convivencia social, favorece el desarrollo espiritual de la persona. Es la disposición que la persona adquiere a través de la familia para tomar responsabilidades.

Sib'alaj rajawaxik chi kaqaya'o uk'utik uq'alajisaxik chi le ixoq pataq ronojel le jastaq kak'ulmatajik xuquje' kaya'tajik, are k'ut ri kak'utuw ronojel ri no'jib'al ri kab'anik pa taq le komon rech man ksach taj uwach ri no'jib'al.

Derechos y Obligaciones el grupo familiar

La constitución de la República de Guatemala determina los derechos y obligaciones de la familia, debemos conocerlos y llevarlos a la práctica, para lograr buenas relaciones en la familia.

Derecho: Es la facultad de hacer o exigir todo lo que la ley o autoridades tablecea favor de alguien o que le permite que puede hacerlo.

Deber: "Obligación que afecta a cada persona de obrar según los principios de la moral, la justicia o su propia conciencia".

Obligación: Compromiso de cumplir alguna responsabilidad asumida o asignada.

Deberes y obligaciones del padre de familia:

1. Educar a los hijos con el buen ejemplo.
2. Proteger, guiar y corregir amorosamente a los hijos e hijas.
3. Representar a los hijos e hijas en situaciones conflictivas.
4. Interesarse en el progreso cultural de los hijos e hijas..
5. Controlar las amistades de los hijos e hijas.
6. Actuar con honestidad, justicia, rectitud y amor.

7. atender las necesidades : vivienda, alimentación, ropa, salud y educación (valores morales).

Deberes y obligaciones de la madre:

1. Prepararse para la maternidad.
2. Educar adecuadamente a los hijos e hijas.
3. Inculcar valores culturales y espirituales.
4. Atender las necesidades de la familia.
5. Mantener en orden y limpia la casa.
6. Administrar adecuadamente los bienes de la casa.
7. Practicar y enseñar buenos hábitos higiénicos.

Deberes y obligaciones de los hijos:

1. Respetar y servir a los padres, y demás personas mayores.
2. Colaborar en los oficios de la casa.
3. Practicar normas disciplinarias en el trabajo, estudio y en el juego.
4. Cumplir con los deberes de la casa y de la escuela.

Los padres de familia:

Deben satisfacer las necesidades básicas de sus hijos en lo que concierne a: vivienda, alimentación, vestuario, educación y salud.

Específicamente en el Código Civil, Decreto Ley Número 106, Título II, De la Familia, establece que:

- “Ambos cónyuges tienen la obligación de atender y de cuidar a sus hijos, durante la minoría de edad”.
- “La patria potestad se ejerce sobre los hijos menores, conjuntamente por el padre y la madre en el matrimonio y en la unión de hecho; y por el padre o la madre, en cuyo poder esté el hijo, en cualquier otro caso”.
- “El padre y la madre están obligados a cuidar y sustentar a sus hijos, sean o no de matrimonio, educarlos y corregirlos, empleando medios prudentes de disciplina, y serán responsables conforme a las leyes penales si los abandonan moral o materialmente y dejan de cumplir los deberes inherentes a la patria potestad”.
- “La patria potestad comprende el derecho de representar legalmente al menor o incapacitado en todos los actos de la vida civil; administrar sus bienes y aprovechar sus servicios atendiendo a su edad y condición”.
- “Los hijos aun cuando sean mayores de edad y cualquiera que sea su estado y condición, deben honrar y respetar a sus padres y están obligados a prestarles asistencia en todas las circunstancias de la vida”.



Derechos de la mujer y su contexto.

El contexto e las mujeres en Guatemala en cuanto a sus derechos es precario en el sentido de que no hay un pleno reconocimiento al derecho de las mismas condiciones, en seguridad, remuneraciones y condiciones de trabajo, de la misma manera suscita en cuanto al compartimiento de los derechos económicos, políticos, civiles culturales y sociales.

A continuación se dan algunas consideraciones tomadas del documento "La Mujer y los Derechos Humanos" que el Procurador de los Derechos Humanos da a conocer para que se comprenda porqué se lesionan los derechos humanos de la mujer en Guatemala

El retraso de la Mujer en el reconocimiento de sus derechos la ha colocado en una situación de desventaja en lo político, social, económico, jurídico, cultural, etc. es eso lo que constituye una violación de sus Derechos Humanos, ya que el principio de los Derechos Humanos es el Principio de Igualdad.

Las diferencias sociales y culturales con relación a los derechos de la mujer, son varias pero sobresalen las diferencias de género, que por mucho tiempo ha impuesto la sociedad como norma.

En el caso de la mujer, que es quien da a luz a los niños, le corresponde por división del trabajo, cuidar a los hijos, darles de comer, cocinar, lavar planchar, lavar platos, coser ropa, cuidar los hijos enfermos, etc. Este trabajo también lo puede hacer el padre, abuelos, tíos, o extraños, sin embargo se le asignó con exclusividad a la mujer porque se consideró que era parte de su naturaleza de mujer.

Se pensó también por lo mismo, que el lugar natural del trabajo de la Mujer era su hogar, porque allí están los miembros de su familia y que lo que pasaba fuera de su hogar no era asunto en el que ella tuviera que participar.

Mientras, se pensó que la naturaleza del género masculino era trabajar fuera de su casa y por eso los asuntos de la comunidad debían ser dirigidos por el varón y él solamente debía de participar en la dirección de los asuntos de la comunidad.

Las diferencias entre lo que hacen, dónde lo hacen y cómo se comportan el hombre y la mujer, son las que limitan el desarrollo de la mujer como persona y como integrante del grupo social femenino. En los dos casos, sus derechos humanos son violados, porque se limita su desarrollo personal y el de sus capacidades como grupo social, que son un soporte a su comunidad. Es necesario entonces repensar las formas que convivencia entre los principales miembros de una familia de tal manera que se puedan crear nuevas formas de vida, en que generaciones venideras reproduzcan relaciones de paz y justicia.



Utz k'ut we kak'exik ronojel le itzel taq jastaq le tajin kya'tajik rech qas kaya'taj jun utza no'jib'al jawje' chi ixoq xuquje' achi xaq ejunam pa taq le uwok ja, le alab'om rajawaxik ke'kito' ri kinan chech taq ri chak choch ri ja xuquje' le alitomab' rajawaxik ke'kito' ri e'kitat chech ri chak ri kub'an ri tat xuquje' rajawaxik chi pa taq le tijob'al ke'tob'an chech taq ri chak ri kab'anik xa apaskuxtane', xane che ri ronojel chak sib'alaj utz xuquje' kuya'o kub'an jun achi xuquje' jun ixoq.

Se debe empezar por romper el paradigma de que el Curso de Artes Industriales está diseñado exclusivamente para los varones y el de Educación para el Hogar solamente para las mujeres. Tomemos conciencia de la igualdad de derechos humanos, recibamos ambas asignaturas, ya que los conocimientos servirán para afrontar la realidad, en cualquier momento de la vida. Si esto se logra, los varones no tendrán que lamentar nada cuando no haya quien les tenga que preparar sus alimentos, lavar la ropa o colocar un botón a la camisa, etc. ; las mujeres no tengan que sufrir porque no tienen a alguien que les pueda hacer alguna pequeña instalación eléctrica o cortar u pedazo de madera para reparar un pequeño mueble en el hogar. El reto es grande pero hay que hacerlo.

El esfuerzo realizado hasta el momento en cuanto a la Mujer y los Derechos Humanos en Guatemala es mínimo, pues apenas se ha iniciado con la creación de la Defensoría de la Mujer Indígena, adscrita a la comisión Presidencial, Coordinadora de la Política del Ejecutivo en materia de Derechos Humanos COPREDEH, con capacidad de gestión administrativa técnica financiera, con el fin de atender las particulares situaciones de vulnerabilidad, indefensión y discriminación de la mujer indígena, para lo cual deberá promover las acciones de la defensa y pleno ejercicio de sus derechos.

DOCUMENTOS QUE SE UTILIZAN PARA LA DENUNCIA DE UN CASO DE DISCRIMINACIÓN.

- Cédula de vecindad.
- Testigos en caso que lo hubiera.

DOCUMENTOS QUE SE UTILIZAN PARA LA GESTION DE PENSION ALIMENTARIA.

- Certificación de los niños.
- Fotocopia de la cédula de la madre.
- Certificación de matrimonio.

Para los casos en que exista discriminación alguna o gestión de pensión alimentaria existen instituciones gubernamentales que tiene bajo su resposabilidad llevar estos casos, estas instituciones son principalmente: El Ministerio Público, Policia Nacional Civil, Defensoria de la Mujer Indigena, Pastoral de Justicia.

Segunda Unidad

Pag. No.

PROCESOS SOCIALES BÁSICOS DE RELACIÓN HUMANA.....

LA COMUNICACIÓN:.....

Importancia.....

Medios para una comunicación efectiva.....

Actitudes deseables para una comunicación eficaz.

LA AMISTAD:.....

Importancia.....

Actitudes.....

EL NOVIAZGO:.....

Importancia.....

Características.....

Actitudes y valores.....

EL MATRIMONIO:.....

Importancia.....

Clases de matrimonio.....

Requisitos de orden legal y religioso.....

Derechos y obligaciones de la pareja.....

Fines del matrimonio.....

Paternidad responsable.....

PROCESOS SOCIALES BÁSICOS DE RELACIÓN HUMANA

LA COMUNICACIÓN:

Es el enlace entre dos o más personas, en donde uno transmite una información y otra la recibe y viceversa porque la comunicación es un acto dinámico.

Este intercambio se da a nivel familiar y social.

Importancia:

La comunicación es muy importante, porque por medio de ella nos mantenemos informados de lo que acontece en el ámbito familiar y social. Una comunicación efectiva inspira confianza, aceptación e influye en el ánimo de las personas a continuar adelante en el trabajo, el estudio, el deporte, etc.

MEDIOS PARA UNA COMUNICACIÓN EFECTIVA

La aceptación:

Consiste en aceptarse uno mismo, aceptar a otra persona como es, con todas sus cualidades y defectos. Sentirse aceptado.

No interferir en lo que piensa, dice o hace otra persona.

Dicho en otras palabras esto quiere decir que debemos dejar que se exprese libremente la persona con quien tenemos que comunicarnos, ya que cuando se interrumpe o critica, generalmente se hace con una actitud defensiva, esto generalmente limita la comunicación.

Expresar observaciones positivas

Esta es una forma de demostrar aprecio a la persona que se comunica con nosotros, dando nuestras observaciones sin el ánimo de reprochar o criticar, más bien para facilitar más la comunicación.

Hablar de todo con los hijos

Con los hijos se puede hablar toda clase de temas, teniendo el cuidado de tratarlos de acuerdo con las edades de cada uno para que la información que se les quiere transmitir la perciban justo para que les pueda servir para ampliar sus conocimientos. Se debe tener el cuidado de no forzar a los niños o jóvenes que piensen como adultos.

Escuchar con interés

Escuchar con atención e interés a la persona con quien nos comunicamos permite que la misma se exprese con mucha libertad. Para ello no debemos interrumpir, para corregir o amonestar mientras se entabla la comunicación.



No permanecer por mucho tiempo con actitud silenciosa.

Cuando entablamos una comunicación con alguien, es importante que se realice en un ambiente de confianza, utilizando frases que despierten confianza, como:

¡Qué interesante!, ¡Qué bueno!, etc. estas expresiones permiten continuar hablando, da oportunidad a expresar ideas, ayuda a resolver problemas sin enojos ni recriminaciones.



ACTITUDES DESEABLES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

-Escuchar activamente, mientras se mantiene la comunicación.

Hacer declaración debido a un comportamiento inaceptado que ha tenido alguna persona

-Evitar expresiones que humillen a la persona, como ¡Qué idiota eres!,

-Impedir que las diferencias de pensar se conviertan en problemas.

-Vigilar el tono de voz, evitando expresiones de amenaza o represión.

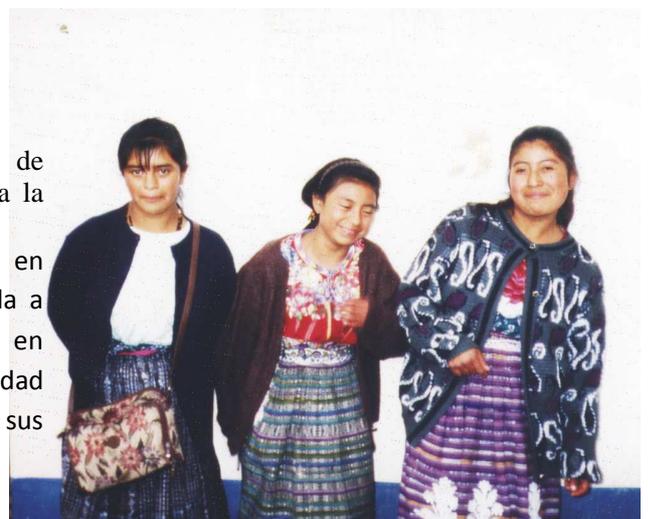
-Evitar comunicar lo que tiene que hacer una persona. Es mejor preguntar qué le parece si hacemos esto.

Es sumamente importante mencionar que en muchas ocasiones nuestras actitudes son aprendidas mediante los medios de comunicación y debemos entonces analizar las desventajas de como influyen en nuestras actitudes para con los demás.

EL COMPAÑERISMO:

Es el vínculo que existe entre compañeros de trabajo, estudio, juego, etc. En el compañerismo reina la armonía y buena correspondencia entre ellos.

Es importante fomentar el compañerismo en cualquier espacio donde uno se encuentra, esto ayuda a resolver cualquier problema que uno no está en condiciones de poder resolverlo, asimismo la oportunidad de ayudar al compañero o compañera a resolver sus necesidades.



Uno puede tener compañeros o compañeras, pero si no existe compañerismo, es como si estuviéramos solos o solas en medio de una gran multitud de personas: Se puede decir que andamos como ovejas perdidas.

LA AMISTAD

Es un afecto personal y desinteresado, ordinariamente recíproco. Puede darse en el hogar, la escuela, el trabajo, etc.

La amistad se puede dar por afinidad como suele suceder con los amigos que pueden ser malos o buenos.

La amistad también puede darse por atracción o simpatía, donde existe aceptación de caracteres.

Importancia

La importancia de la amistad es que unifica a las personas, en las alegrías y en las tristezas. Impulsa a prestar servicios al amigo en demostración de solidaridad.

Permite seleccionar a la persona que en un momento dado nos puede servir para compartir nuestros sentimientos o emociones.

Actitudes

Tener el sumo cuidado en la selección de las amistades, para evitar toda clase de riesgos ocasionados por las malas amistades que en vez de ayudarnos, puedan distorsionar el rumbo de nuestra vida.

Mantener comunicación con todos los miembros de la familia para estar informados de las amistades que cada uno tiene, a efecto de poder orientar oportunamente en caso que se detecta alguna anomalía.

Dentro de las actitudes que pueden de alguna manera dañar o causar problemas no solo para una persona sino también para el resto de la familia están los vicios, la pereza, otros que social y moralmente no son aceptados se convierten en un peligro dentro de lo que puede considerarse una amistad que realmente pueda contribuir al crecimiento como persona individual y familiar. Si analizamos como es nuestra relación de amistad con los demás podremos sin duda enmendar lo que no contribuye para nuestra vida.

EL NOVIAZGO

Período en que dos personas mantienen relaciones amorosas. Durante este tiempo se comparten una serie de experiencias que ayudan a la pareja a conocerse mutuamente.

Importancia

En los seres humanos es una etapa de la vida tan importante para que las parejas se conozcan mutuamente previas a la realización del matrimonio. Permite hacer una buena elección antes de tomar una decisión. Debe haber libertad para conocer diferentes personas, siempre y cuando prevalezca el respeto entre ambos.

Es importante saber que la felicidad se prepara y se conquista a base de esfuerzo, no es producto de la casualidad. El noviazgo puede ser ese espacio para empezar a formar la felicidad, que continúa con el matrimonio.

Características:

Es una etapa en la que una pareja hombre y mujer principian a conocerse y hacer sus respectivas proyecciones viables de conveniencia y convivencia para la pareja en el presente y en un futuro.

En esta etapa generalmente no existe compromiso formal con los familiares de los novios, más que la promesa de permanecer juntos por un tiempo indefinido.

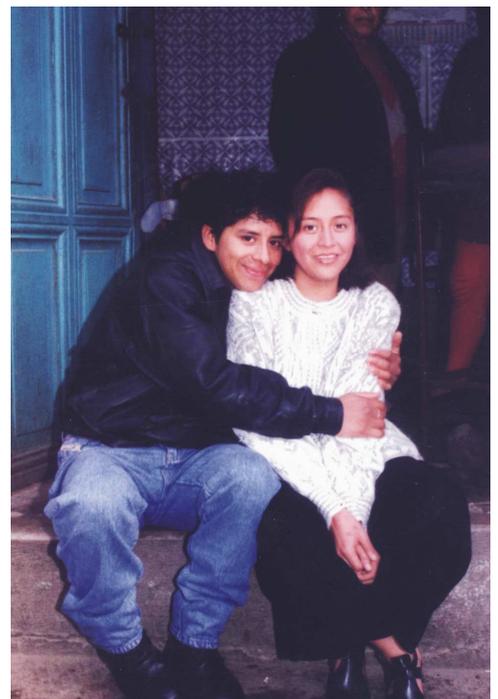
Los novios en la mayoría de casos mantienen conversaciones entre ambos sin el conocimiento y consentimiento de los padres, aunque esto en la actualidad ha variado en algunas comunidades en donde sí existe un consentimiento y apoyo de la relación de noviazgo por parte de los padres.

Le pixab' kkiya le tat nan chike taq le kalkwa'l are jampa' liya'n chik le kik'ulanem sib'alaj rajawaxic rech utz k'elawi ronojel le chomam apanoq

Actitudes y valores:

Algunas actitudes que deben tomarse en cuenta en el noviazgo son:

- Saber elegir al novio o novia.
- Identificar si el novio o novia tiene los gustos y sentimientos, similares a los nuestros.
- Averiguar si el novio o novia goza de buena salud, y si no padece de algún vicio.
- Que el novio o novia sea amante al trabajo y al estudio.
- Identificar si el novio o novia tiene deseos de superación.
- Conocer si él o ella es respetuosa y humilde.



- Conocer si el novio o novia es del mismo nivel intelectual y educativo.
- Conocer a los familiares del novio o novia.
- Respetar al novio o novia y a los familiares.

EL MATRIMONIO

“Es una institución social por la que un hombre y una mujer se unen legalmente, con ánimo de permanencia y con el fin de vivir juntos, procrear, alimentar y educar a sus hijos y auxiliarse entre sí”.

Importancia.

La importancia del matrimonio radica en que es una unión legal y que de alguna manera la pareja goza del respaldo de los familiares ante cualquier problema que pueda afrontar la pareja, asimismo de ser protegidos por la ley ante cualquier dificultad que surja entre la misma.

Clases de matrimonio:

1. **Matrimonio Civil:** es el que se celebra ante autoridades civiles, generalmente alcaldes municipales o bien puede ser ante un notario.
2. **Matrimonio religioso:** es el que se celebra ante un sacerdote o pastor evangélico, según las normas de cada religión.
3. **Matrimonio mixto:** se llama así al que se lleva a cabo entre personas de diferente pueblo o religión.
4. **Matrimonio de Hecho:** es el hecho de vivir como marido y mujer después de varios años y que es reconocido como tal ante las autoridades civiles para los efectos que conlleva el matrimonio civil.
5. **Matrimonio en artículo mortis:** es el que se efectúa antes de morir o en peligro de muerte de uno de los dos contrayentes.

Los derechos de la mujer, los establecidos en el **Código Civil**, están muy limitados, por lo mismo vale la pena conocerlos y analizarlos, para que en un futuro no lejano se solicite la promulgación de una ley a favor de las mujeres, para exigir sus reales derechos:

- “Por el matrimonio, la mujer tiene el derecho de agregar a su propio apellido el de su cónyuge y de conservarlo siempre, salvo que el matrimonio se disuelva por nulidad o por divorcio”.
- “La mujer deberá también contribuir equitativamente al sostenimiento del hogar, si tuviere bienes propios o desempeñare algún empleo, profesión oficio o comercio”...
- “La mujer tendrá siempre derecho preferente sobre el sueldo, salario o ingresos del marido, por las cantidades que corresponden para alimentos de ella y de sus hijos menores”.
- “Los utensilios o muebles de la casa, corresponden exclusivamente a la mujer, exceptuándose de uso personal del marido”.

- “Desde el momento en que sea presentada la solicitud de separación o de divorcio, la mujer y los hijos quedarán bajo la protección de la autoridad para seguridad de sus personas y de sus bienes, y se dictarán las medidas urgentes que sean necesarias”.
- “La mujer gozará de pensión alimenticia, la cual será fijada por el juez, teniendo en cuenta las posibilidades de quien debe prestarla y las necesidades de quien ha de recibirla. La mujer gozará de la pensión mientras observe buena conducta y no contraiga nuevo matrimonio”.
- “En caso de separación o disolución del matrimonio, la mujer que esté encinta deberá denunciarlo al juez o al marido, en el término de noventa días contados desde su separación o divorcio. Asimismo, si la mujer quedare encinta a la muerte del marido, deberá denunciarlo al juez competente, dentro del mismo término, a fin de que, en uno u otro caso, se tomen las disposiciones necesarias para comprobar la efectividad del parto en el tiempo legal y establecer la filiación”.
- “La mujer que ha cuidado a un niño, como hijo suyo, y ha proveído a su subsistencia y educación, tiene derecho a que no lo separen de ella por efecto del reconocimiento que un hombre haya hecho al menor. Pero si fuere obligada a entregarlo por resolución judicial, el padre que pretenda llevárselo, deberá previamente pagar el monto de lo gastado en el sostenimiento del niño”.
- “La madre tiene derecho a ser indemnizada del daño moral en los casos de acceso carnal delictuoso, o de minoridad al tiempo de la concepción”.



- “Las deudas que la mujer se vea obligada a contraer para alimentos de ella y de los hijos, por no proporcionar el padre lo indispensable para cubrirlos, será este responsable de su pago en la cuantía necesaria para ese objeto”.

Requisitos de orden legal y religioso para contraer matrimonio:

El Código Civil, establece los requisitos para contraer matrimonio, entre los que se puede mencionar:

Tener la mayoría de edad para contraer matrimonio.

Sin embargo pueden contraerlo: el varón mayor de 16 años y la mujer mayor de 14, siempre que medie la autorización de los padres, o el que de ellos ejerza, sólo, la patria potestad.

- Si no puede obtenerse la autorización conjunta del padre y la madre, por ausencia, enfermedad u otro motivo, bastará la autorización de uno de los progenitores; y si ninguno de los dos pueden hacerlo, la dará el Juez de Primera Instancia del domicilio del menor.
- En lo religioso, las personas que quieren contraer matrimonio tienen que estar preparados material y espiritualmente, bajo los cánones que establece cada iglesia.

Derechos y obligaciones de la pareja:

El Código Civil establece los derechos y obligaciones que nacen del matrimonio, el artículo 2 del Decreto 80-98 del congreso de la República, literalmente dice: “Ambos cónyuges tienen la obligación de atender y de cuidar a sus hijos, durante la minoría de edad de estos últimos”. Este artículo es importante porque establece las obligaciones del padre y de la madre, por lo que vale la pena analizar hasta donde las familias le están dando cumplimiento a este precepto constitucional. Si esta ley se cumpliera, habrían hogares más equilibrados, pero lamentablemente en la mayoría de hogares, la mujer tiene sobrecarga de tareas, es por ello que muchas madres viven angustiadas, debido al machismo que impera en el seno de la familia.

Fines del matrimonio.

Dentro de los fines del matrimonio se pueden destacar los siguientes:

Que es la base legal de la familia en la sociedad.

Fundar un hogar nuevo en la sociedad.

Perfeccionar moralmente a los seres humanos mediante el ejemplo de los padres de familia.

Compartir el amor sublime entre los miembros de la familia.

Paternidad responsable.

La paternidad es la unión jurídica entre un padre y sus hijos. La paternidad legítima se da cuando el hijo es fruto de una pareja casada. La paternidad natural es cuando los padres del hijo no están unidos por el matrimonio, la paternidad adoptiva es cuando el hijo es adoptado.

La paternidad responsable inicia con el reconocimiento del hijo por el padre. Luego continúa con la atención que debe prestarle para satisfacer sus necesidades básicas: vivienda, alimentación, vestuario, educación y salud.

El hecho de que el padre se le reconozca como la cabeza de la familia significa que tiene la gran responsabilidad de ejercer una autoridad mediante el ejemplo, él es el indicado de propiciar la paz cuando surgen dificultades en la familia.

Rajawaxikk'ut qas kchomax rij jas ri kupatanij are taq k'o ri ajawan ib' chikixo'l taq ri winaq, jacha'tane' pa taq le k'ulanem, xane che ri pa taq le k'ulanem ktikitaj wi loq ri jalajoj taq no'jib'al. Rajawaxik qas kb'an jun chomanik chirij che ri jachin k'ut chike ri jun k'aslemal ri kikik'amb'ik jun k'ulaj p ataq le komon xuquje' jasmo k'ut kkik'ut wa' we jun taq no'jib'al, jacha'tane' pa taq le chak, kuk' taq le e'winaq le qas ke'qaj, pa taq taq le ja tijob'al, pa taq le komon arene' pa taq le tinimit.

Tercera Unidad

Pag. No.

NECESIDADES BÁSICAS DEL GRUPO FAMILIAR.....

LA VIVIENDA.....

Cualidades físicas que debe llenar la casa

Administración del hogar.

ALIMENTACIÓN.....

Preparación de alimentos.

VESTUARIO.....

..

NECESIDADES BÁSICAS DEL GRUPO FAMILIAR

LA VIVIENDA

La vivienda es el lugar donde vive la familia bajo un mismo techo. Gracias a que, las familias tienen oportunidad de tener vivienda propia o alquilada, se cubren de las inclemencias del tiempo (lluvia, viento, frío, calor, etc.) que de no ser por ella estaríamos expuestos a la muerte, como acontece con las personas que carecen de vivienda, que se les conoce con el nombre de indigentes; aparecen muertas principalmente en épocas de intenso frío.



Cualidades físicas de la casa.

- La casa debe de contar con ventilación, que generalmente se obtiene a través de las ventanas.
- La casa debe tener los servicios básicos de agua, luz y servicios sanitarios.
- La casa de estar debidamente ordenada y limpia, para preservar la salud de la familia.

LA ADMINISTRACIÓN DEL HOGAR

Generalmente es a la mujer quien recae administrar el hogar, aunque esto no sin embargo es mejor cuando hombre y mujer administran el hogar, porque así se dan cuenta de los gastos que a diario se lleva a cabo y pueden decidir juntos sobre la mejor manera de administrar lo que perciben, evitando derrochar lo que con esfuerzo cuesta ganar.

Muchas veces las familias sufren en sus hogares debido a la mala administración que se hace de los recursos económicos, pero cuando se sabe administrar bien, aunque se percibe poco, siempre alcanzará, y hasta puede haber para algunos gastos imprevistos. Otras familias en cambio, ganan mucho, y siempre se quejan de que el dinero no les alcanza, esto es debido a que administran mal el dinero. Es por ello que tanto hombre como mujer está tiene el deber de administrar adecuadamente el dinero que les ingresa con el fin de satisfacer sus necesidades básicas: vivienda, alimentación, ropa y educación.

En la administración del hogar se deben tomar en cuenta la economía del tiempo, economía de energía y economía de dinero.

El dar valor al uso del tiempo es importante porque solo aprovechando cada instante, se multiplica el tiempo para realizar las actividades. Es por ello que se debe organizar las tareas con el tiempo disponible con que se cuenta, para ello es mejor si se trabaja en base a un calendario con su respectivo horario para la realización de las tareas ordinarias de la casa. La utilización de utensilios en buenas condiciones facilitará la realización de las tareas. El orden también contribuye a facilitar las cosas, habrá mayor coordinación de movimientos, mayor rendimiento de tiempo y menor esfuerzo personal.

Para utilizar el esfuerzo personal sin caer en agotamiento, se recomienda:

- Ordenar la forma de realizar la tarea que se quiere emprender cada día.
- Relajar los músculos cada cierto tiempo, para recobrar fuerzas.
- Si hay tareas que permiten hacerlas sentados, hay que hacerlas para descansar.
- Guardar posiciones correctas en el momento de realizar cualquier tarea.
- Usar utensilios en buen estado principalmente.
- Combinar una tarea sencilla con otra de mayor esfuerzo, esto evita cansancio.

Para que la economía de la casa funcione bien, es necesario llevar un orden o control del dinero que ingresa y del dinero que se gasta. Se recomienda hacer un presupuesto para calcular el gasto en base al dinero disponible, esto evita hacer gastos innecesarios.

LA ALIMENTACIÓN

La alimentación es otra de las necesidades básicas que todo ser humano debe satisfacer para sobrevivir. El hombre y la mujer que en un futuro será padre o madre de familia, deben tener los conocimientos básicos para que los hijos crezcan sanos, fuertes y vigorosos. Esto ayuda mejorar la salud, disminuye la mortalidad infantil, aumenta el rendimiento en el trabajo, en el estudio o en el deporte, en general, mejora la calidad de vida.

La alimentación familiar debe considerar:

- Las necesidades básicas del organismo humano.

Funciones de los alimentos en el cuerpo

Las prácticas y mejoras alimenticias.

Mantener hábitos alimenticios variados

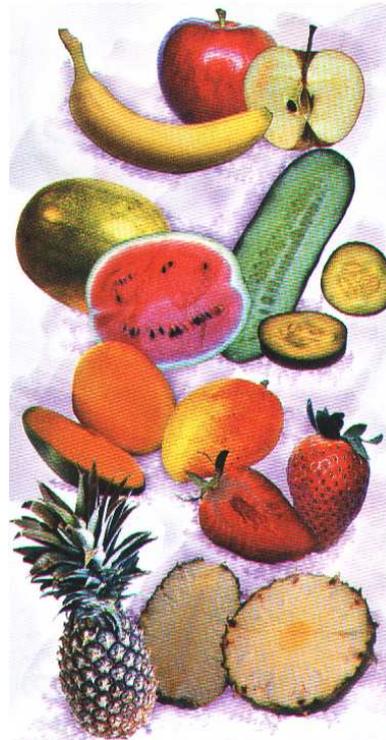
Formar hábitos higiénicos personales, en el mantenimiento y preparación de los alimentos.

La nutrición nos ayuda a conocer que sustancias contienen los alimentos y cómo los nutrientes contribuyen en la formación de partes vitales de nuestro cuerpo. Este proceso se inicia desde la fecundación del nuevo ser, durante los nueve meses que generalmente la criatura se forma en el vientre materno, quien recibe y utiliza las sustancias de los alimentos que la madre consume.

La nutrición es el acto de dar al organismo las sustancias contenidas en los alimentos y que el cuerpo requiere para conservar la salud.

No hay que olvidar el valor nutritivo de las frutas en la alimentación.

La buena nutrición no consiste en comer mucho, sino lo necesario y sin excesos; comer en horas determinadas y en forma variada de tal manera que se puedan evitar enfermedades.



Los alimentos proporcionan al cuerpo las sustancias que necesitan para:

- La formación de huesos, tejidos, músculos, nervios y sangre.
- El funcionamiento de órganos y de los sistemas digestivo, respiratorio, circulatorio, óseo y nervioso.-
- Que el cuerpo reponga las energías perdidas causadas por el trabajo o el deporte.
- Que formen defensas contra las enfermedades.
- El crecimiento de los niños y adolescentes.
- Aumentar el rendimiento en el estudio y el trabajo.

RELACIONES DEL CUERPO CON LOS ALIMENTOS			
COMPONENTES	SE ENCUENTRA EN	QUE HACEN	SE OBTIENE EN
Agua	La sangre, tejido muscular, subcutáneo	Participa en la eliminación de excretas	Jugos, caldos, sopas. Frutas, leche, verdura
Proteínas	En todas las células del organismo	Forman tejidos, músculos, órganos y sistemas	Las carnes, leche y sus derivados, frijol, lenteja, garbanzo.
Carbohidratos	El hígado	Dan energías	Los panes, pasteles, dulces, tortillas, arroz, y raíces manteca
Grasas	En el tejido adiposo debajo de la piel y de órganos	Dan calorías y energías	Mantequillas, crema de vegetal, aceite de vegetal
Vitaminas	En todos los órganos	Evitan enfermedades	Leche, huevos, vegetales, espinaca, acelga, lechuga, zanahorias, cereales.
Minerales	En los huesos, dientes, sangre y masa gris del cerebro.	Ayuda al crecimiento	Pescado, camarón, cangrejo, conchas, sal y agua.

Sib'alaj rajawaxik k'ut chech ri tob'anem chech ri jastaq ri kajawataj chech taq we q'ij ri' pa taq le wok ja, rajawaxik le ixoq xuquje' le achi kkito'la kib' chech ri ub'anik ronojel ri jastaq ri kb'anik, pa taq le uwok ja rajawaxik kk'o'ji' jun utza no'jib'al chech uk'utik jun eta'manik, sib'alaj utz k'ut we ri tat xuquje' ri nan junam kkib'an chikilik ri ekalk'awa'l.

PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

La mayoría de alimentos que se consume necesitan ser transformados. Los alimentos al natural como las ensaladas o frutas, son los que mejor conservan su valor nutritivo, tan indispensables para la buena salud corporal y mental.

Para la preparación de los alimentos es importante la limpieza y el orden. Esto evita enfermedades ocasionados por comidas mal preparadas, descompuestas o infectadas.

Como un aporte a la asignatura y una pequeña ayuda a los estudiantes, se proporcionan algunas recetas de cocina que puede servir en un momento dado como un auxiliar en la preparación de alimentos, con recursos al alcance de la mano:

CHILAQUILES DE GÜISQUIL

INGREDIENTES

2 Güisquiles cocidos enteros

4 Tomates (pelados y picados)

1 Cebolla mediana picada

¼ de queso fresco

3 Huevos

Harina, aceite, sal al gusto

SALSA

1 Cebolla mediana picada

3 tomates pelados y picados

4 Onzas de queso seco rallado

PROCEDIMIENTO

Pelar cocer con sal los güisquiles enteros. Partirlos en rodajas.

Colocar una rodaja de queso fresco entre dos rodajas de güisquil

Freír en aceite los tomates y la cebolla, sazonar con sal. Dejar enfriar.

Batir las claras a punto de nieve, agregar las yemas, agregar sal y una cucharada de harina.

Pasar por el huevo batido las chilaquiles y freírlas en aceite.

Freír en aceite la cebolla y el tomate, tapar y dejar cocer por unos minutos.

Colocar en un recipiente las chilaquiles, bañarlas con salsa, espolvorearlas con el queso rallado.

CARNE GUISADA

INGREDIENTES

1 Libra de carne para guisar

2 Cucharaditas de aceite

1 Rajita de canela

1 Ramita de tomillo

5 Cabecitas de pimienta
2 Clavos de olor
3 Hojas de laurel
2 Diente de ajo
1 Cebolla mediana
6 Tomate asados
1 Chile pimiento rojo
3 Zanahorias cortadas en rodajas
6 Papas cortadas en rodajas gruesas.
Sal

PROCEDIMIENTO

Se asan los tomates, la cebolla, el ajo y el chile pimiento; luego se licuan con la canela, tomillo en polvo y los clavos de olor.

Freír en aceite los trocitos de carne, cuando esté dorado, se le agrega la salsa, las hojas de laurel, y cuando la carne esté suave, se le añade la zanahoria y la papa.

Se sirve con arroz blanco.

CHAO MEIN

INGREDIENTES

1 Libra de tallarín chino
1 Pechuga de pollo cortada en tiras
½ Libra de carne de res en tiras
½ Libra de camarones pequeños
½ Libra de carne de marrano en tiras
2 Zanahorias cortadas en tiras

1 Güisquil cortado en tiras
1 Apio cortado en tiras
2 Chiles pimientos cortados en tiras
2 Cebollas medianas cortadas en tiras
1 Cucharadita de salsa de ostras
1 Cucharadita de salsa de soya
½ taza de agua
Aceite para freír.

PROCEDIMIENTO:

Se cuece el tallarín chino de 6 a 8 minutos, y se fríe en aceite.

Se fríe la cebolla a fuego suave y se tapa, se le añade la zanahoria, la carne de res, la de cerdo, el pollo, el camarón y luego se le agregan las verduras y el agua, la salsa de ostras, la salsa de soya y se tapa unos minutos.

El tallarín chino se coloca en un recipiente y se le pone encima las carnes y verduras.

Le jalajoj taq uwach le ub'anik taq le ktijowik, xane are xuquje' k'o ub'anik ruk' taq le no'jib'al kech taq le e'qawinaqil pa le uqajib'al q'ij rech we qatinimit amaq', xa k'u rumal la' rajawaxik kya jub'iq' tob'anik rech ub'ixik jas ri kub'ij ri jalajoj taq uwach ri ktijowik ri sib'alaj are kb'anik pa taq le jalajoj taq uwach jastaq xuquje' nimaq'ij ri kb'anik pa taq le komon. Rajawaxik k'ut ri uj kqaya uchuq'ab' ri jalajoj taq jastaq ri tijowik rij ri k'o pa taq le qakomon, xa k'u lo kujkwinik kqakojo chech ri ub'anik jalajoj taq uwach chech, ri ktijowik, xa are ne sib'alaj man nim taj kil wi xa are k'ut sib'alaj k'o ri chuq'ab'il ri kuya'o.

LA NECESIDAD DE VESTUARIO

El vestuario es una necesidad básica de todo ser humano, que ha surgido por la necesidad de cubrirse de la intemperie, para protegerse la piel del intenso calor o frío que predominan en varias regiones del mundo. Gracias a la inteligencia del hombre, se ha inventado una serie de fábricas de tejidos, desde los telares de pie y de cintura, hasta máquinas industriales que tejen telas para elaborar diversos vestidos.

Es importante cubrir esta necesidad, ya que la falta o carencia de vestuario hace que el ser humano esté expuesto a sufrir las consecuencias de las inclemencias del tiempo, ya sea sufriendo enfermedades de las vías respiratorias o alergias en la piel.

Guatemala se caracteriza por ser un país donde la artesanía forma parte de las ocupaciones de hombres y mujeres que generan ingresos económicos a la familia, tal es el caso de la fabricación de telas típicas, únicas en el mundo, lamentablemente, por falta de apoyo de los gobernantes no se ha podido abrir mercado a nivel internacional. Se espera que en un futuro no muy lejano, la artesanía de Guatemala pueda competir con otros países para mejorar el ingreso de las familias guatemaltecas.

Cuarta Unidad

Pag. No.

EL VESTUARIO.....

Importancia sociocultural

Influencia del vestido en la presentación personal

Factores que deben tomarse en cuenta para la selección de las prendas de vestir: figura, textura, color, edad, tez de la persona, clima, tradiciones y costumbres, la moda en las prendas de vestir, disponibilidad de recursos.

FIBRAS TEXTILES.....

Origen

Características

Traje típico de la mujer: mantilla, delantal, güipil, corte, morga, blusa y collares

Traje típico del hombre: pantalones, camisa, kapuzay, tabardo, catón, chamarra, sarape, faiza, pañuelo y sombrero.

Trajes típicos de la región:.....

Chichicastenango

Totonicapán

Sa Cristóbal Totonicapán

San Andrés Xecul

Santa María Chiquimula

Sololá

Santiago Atitlán

Nahualá

Quetzaltenango

Almolonga.

Conservación de la ropa

PUNTADAS BÁSICAS.....

Recomendaciones para zurcir

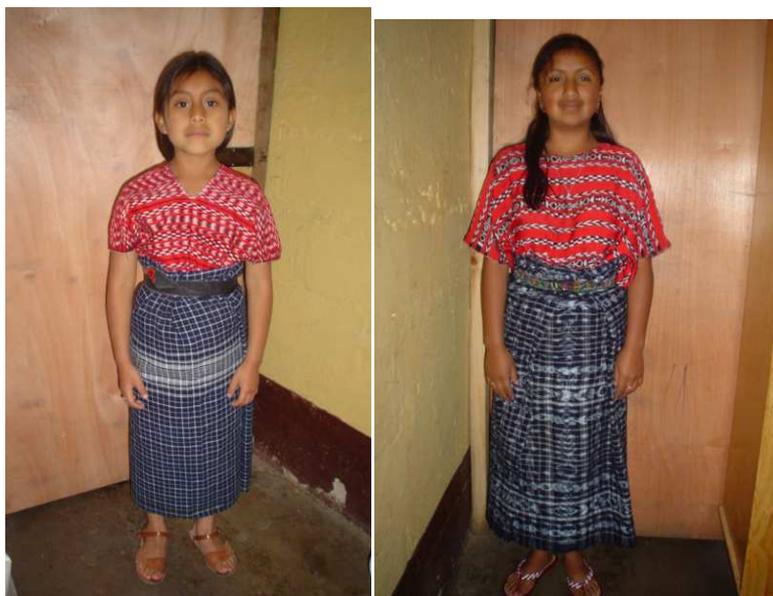
Recomendaciones para remendar

Importancia de la costura en la economía familiar.

Nociones de corte y confección

EL VESTUARIO

Se denomina así a cualquier prenda de vestir de hombre o mujer. Su uso es de vital importancia, pues nos cubre de la intemperie. De acuerdo al clima las personas usan vestido adecuado para el calor o frío. En nuestro medio podemos observar una gran variedad de prendas de vestir propias de cada región, principalmente la de mujeres que se conservan con mucho colorido y esplendor. Asimismo algunas prendas de vestir de hombres que aún se conservan en algunos departamentos como: Huehuetenango, Sololá, Quiché y otros.



IMPORTANCIA SOCIOCULTURAL

Guatemala es un país rico socioculturalmente hablando, reflejado en la diversidad de tradiciones y costumbres del pueblo maya. El vestuario utilizado en los diferentes acontecimientos tiene un significado profundo e infunde respeto por el rango de las mujeres y hombres que lo portan. Son muchas las ocasiones en que se aprecia la belleza y el arte guatemalteco impregnado en los trajes típicos de Guatemala fabricado en telares por hombres y mujeres, quienes conservan la elaboración de telas típicas originales de cada región y a la vez le van dando otros estilos o detalles de acuerdo a los gustos o modas que se imponen. En este sentido en varios pueblos se usan vestidos de diario y ocasionales de acuerdo con la cultura y el clima de cada lugar. Se puede apreciar el uso de diferentes vestimentas en las cofradías, fiestas patronales, actividades sociales, etc. que varían de un lugar a otro.

INFLUENCIA DEL VESTUARIO EN LA PRESENTACIÓN PERSONAL

Como suele suceder en cualquier parte del mundo, la presentación personal tiene que ver mucho con la forma de vestirse y el aseo personal del hombre o la mujer, ya que esto

aparte de dar buena imagen, infunde respeto a las demás personas que de alguna manera tienen que relacionarse por el trabajo o actividades socioculturales.

Independientemente de la clase de vestido o traje que tengamos que usar en cualquier acontecimiento, es recomendable vestirnos adecuadamente.

Debemos comprender que vivimos en un país multicultural, por lo mismo es que existe una gran variedad de vestuarios, por lo que no nos debe extrañar que en un ambiente de trabajo por ejemplo, pueden aparecer mujeres principalmente, vestidas con su traje típico; que merecen respeto y buen trato, igualmente como la mujer que esté vestida de ladina.

No se puede uniformar a las personas, más bien debemos respetar la persona, valorarla, porque su traje es parte de una gran riqueza cultural única en el mundo.

FACTORES QUE DEBEN TOMARSE EN CUENTA PARA LA SELECCIÓN DE PRENDAS DE VESTIR: FIGURA. TEXTURA. COLOR. EDAD. OCACIÓN. COMPLEMENTOS.

Figura

La parte externa de una prenda de vestir tiene mucha relación con ocasión y el origen de la persona que porta un determinado traje. Los trajes típicos de Guatemala son muy variados pero inconfundibles en el sentido de que cada pueblo ha diseñado las figuras que deben llevar sus vestimentas, que tiene mucho que ver con la cultura. Este aspecto juega un papel importante en el momento de seleccionar de cualquier prenda de vestir. Aunque algunas personas con posibilidades económicas se dan el lujo de tener una variedad de trajes típicos no sólo el de su pueblo sino el de otros que son de su agrado. Hay que reconocer que vestirse con trajes típicos en estos tiempos sale caro porque la materia prima con que están elaborados está muy elevada y además lleva muchos días la tejida y el bordado en muchos casos, ejemplo: güipiles, cortes, delantales, fajas, cintas, camisas, sacos, pantalones, sombreros, etc.

Textura

La calidad de la prenda de vestir, además de la figura, también se toma en cuenta la calidad y forma del tejido, que le da la garantía que es una prenda de vestir durable y de buena calidad. Hay tejedores que tejen telas típicas con materiales de primera calidad y cumplen con todos los detalles que le dan un sello y originalidad a las telas que tejen, mientras que otros utilizan materiales de baja calidad llamados también de segunda, y además, son imitadores; estas telas generalmente son baratas pero a la larga resultan caras porque con una primera lavada, se encogen o estiran, se destiñen, y pierden la vistosidad original. La textura es entonces algo que puede ayudarnos a diferenciar un tejido de otro para seleccionar la de mejor calidad.

Color

El color de las prendas de vestir tiene mucho que ver con los gustos de cada persona, ya que todos tenemos nuestros colores preferidos. En este caso tenemos que compartir los gustos, en el sentido que si a mí no me gusta el color de la prenda de vestir de la otra persona, pero si a él o ella le gusta, pues respetemos su gusto, o al contrario, si una persona no le gusta el color de mi vestido pero a mí si me gusta, lo mismo, debe respetar mi gusto.

Existen varios pueblos que tienen muy definido los colores de los trajes típicos y por lo regular aquí no prevalecen los gustos si no más bien el respeto por ciertos patrones culturales que han fijado en la mente de cada hombre o mujer el color que los distingue entre los demás. Aunque se cree que esto de los trajes diferente nació en la época de la colonia con las famosas encomiendas y reparticiones de personas principalmente indígenas; ahora ha desaparecido y si embargo los trajes prevalecen.

LA EDAD

En todos los pueblos, la edad tiene mucho que ver con la forma de vestir de las personas, es un aspecto que debe tomarse muy en cuenta, principalmente en los niños pequeños que tienen una piel muy tierna, deben usar ropa adecuada para evitarle irritaciones. Se recomienda ponerles ropa no muy ajustada porque los niños crecen aceleradamente y conforme pasan los días van dejando la ropa y esto constituye una pérdida de recursos.

Los jóvenes comprendidos en la etapa de la adolescencia generalmente se inclinan más por las modas que impone la sociedad. Influenciados por los medios de comunicación, lo que está contribuyendo a que los trajes típicos de cada pueblo se estén perdiendo poco a poco, principalmente en los varones, no así las mujeres que en su mayoría conservan los trajes de cada pueblo.

Los padres de familia deben velar porque el vestuario que utilicen los jovencitos o jovencitas deben estar dentro de la normalidad y no sean extravagantes. Esto cuando han cambiado su traje original por otro de su conveniencia.

TEZ DE LA PERSONA.

Los colores de la prenda de vestir, debe seleccionarse de acuerdo al color de tez de la persona. Se sugiere colores oscuros para las personas de tez morena y colores vivos para las de tez blanca.

SELECCIÓN DE LA PRENDA DE VESTIR EN CUANTO AL CLIMA.

En nuestro medio, en la selección de las prendas de vestir juega un papel importante el clima. Si nos damos cuenta la mayoría hombres y mujeres usan prendas de vestir de lana o algodón pero de tela gruesa, esto para protegerse del intenso frío que caracteriza a esta región. Esto es inevitable, puesto que es una necesidad, las personas que no se abrigan con prendas de lana se exponen a sufrir enfermedades principalmente de las vías respiratorias.

CLIMA FRÍO

En clima frío se aconseja usar ropa de lana para protegerse del frío que ocasiona enfermedades, principalmente de las vías respiratorias.

CLIMA TEMPLADO

Para este tipo de clima se recomienda cubrirse con ropa liviana.

CLIMA CÁLIDO:

Debido al intenso calor se recomienda usar ropa liviana, algo flojas para que los poros se ventilen con mayor facilidad.

TRADICIONES Y COSTUMBRES.

Cada persona se viste de diferente forma, dependiendo del lugar de donde provenga. La forma de vestir de las personas está ligada a las tradiciones y costumbres de cada pueblo. Muchas personas acostumbran estrenar ropa durante las fiestas principales del pueblo.

Generalmente las mujeres son más cuidadosas en la combinación de las prendas de vestir, principalmente las mujeres jóvenes de la actualidad indígenas y ladinas.

Es importante comprender que el vestirse bien es bueno, pero en una familia se debe dar prioridad a otras necesidades, pues se da el caso que en algunas familias prefieren aguantar hambre con tal de estrenar ropa porque es la fiesta del pueblo, cuando se puede comprar ropa en cualquier época del año; cuando no afecta la economía familiar. Existen personas que tratan por todos los medios comprar ropa nueva en ocasiones de fiesta, como que si no estrenan ropa la fiesta no pasa, algo que es totalmente falso.

En varios lugares se tiene la costumbre comprar ropa en ocasiones especiales, tales como fiestas patronales, Semana Santa, Navidad; bodas, cumpleaños, etc. esto acontece con las personas que tienen los recursos económicos suficientes para sufragar los gastos para la compra de ropa, tomando en cuenta que los trajes típicos están muy elevados.

Una recomendación sería, comprar ropa sólo cuando hay dinero. Pero si se compra ropa por respeto a las tradiciones y costumbre, lo más probable es que las familias terminan endeudándose o aguantando hambre, por el simple hecho de lucir un lujo que no se tiene.

Algo que es bueno poner en práctica, es usar ropa adecuada para los trabajos de diario, y reservar las que pueden servir para ocasiones importantes, que todas formas uno puede verse bien y nadie estará preguntando si es nueva o no, y de todas formas las fiestas pasan con o sin ropa nueva.

LA MODA EN LAS PRENDAS DE VESTIR

La moda en las prendas de vestir es algo que se viene dando y esta la imponen los artesanos o las industrias que fabrican los diferentes tejidos, con la finalidad de vender sus productos, de otro modo no sería posible la subsistencia de ellos. El problema que existe es que no siempre se tiene el dinero necesario para estar a la moda, sin embargo muchas personas les gusta a toda costa estar a la moda no importando a costa de qué. Esto en cierta manera es malo porque merma la economía de la familia, cuando perfectamente se puede vivir modestamente sin hacer gastos innecesarios.

En hombres y mujeres, la influencia de los medios de comunicación hacen que se tomen modelos de otras culturas, que no siempre son vistosos, sin embargo se debe respetar el gusto de la persona. Lo más importante es que uno debe procurar vestirse lo más decentemente posible.

DISPONIBILIDAD DE LOS RECURSOS

Para la selección de una prenda de vestir, es necesario contar con los recursos económicos indispensables para comprarlos. El vestido es una necesidad pero sino se cuenta con el dinero para comprarlo, es mejor atender otras más vitales, como la alimentación, esto con el fin de equilibrar un poco los gastos familiares. Hay familias donde comen mal, se quejan de que el dinero no les alcanza, sin embargo se visten bien, compran ropa constantemente. Por eso es importante priorizar las necesidades razonablemente, para no hacer sufrir a la familia.

En cualquier pueblo o cultura, existen prendas de vestir apropiadas para cada edad. Por la fineza de la piel que tienen los niños de 0 a 5 años, se acostumbra y se recomienda utilizar telas livianas o suaves, para prevenir irritaciones en la piel de los pequeños.

La tela que se recomienda es de algodón. Con colores preferidos de las personas mayores que en este caso son los padres quienes deciden. También el recurso económico es determinante ya que cuando hay posibilidades, se puede dar el lujo de escoger diversidad de ropa apropiada para cada edad y clase de material.

Es obvio que la edad de la persona hombre o mujer, juega un papel importante en el momento de seleccionar una determinada prenda de vestir, por cuestiones de talla, figura, textura y color.

Le atz'yaqib'al kech taq le komon are jun rech taq le no'jib'al le qas k'o ub'anik, are k'ut le ixoqib' le are k'a kkikoj na le atz'yaqib'al, sib'alaj utz k'u na we kchajix wa' we jun no'jib'al ri' we kriqitaj pa we qatinimit amaq', utz xuquje' che ri nim kil wi ri jalajoj taq atz'yaqib'al le kriqitaj chech taq we q'ij ri'.

FIBRAS TEXTILES

Origen

Conocer el origen de la variedad de telas que existen en el mercado, es importante, para tener una idea de la calidad del producto, y establecer el precio. La mayoría de telas se hacen a base de fibras textiles o hilos que se tejen en telares de madera, y máquinas industriales.

Los hilos pueden ser de origen animal, vegetal y sintético como: lana de oveja, seda del gusano de seda; pelo de conejo, cabra, algodón; lino y maguey; nylon, dacrón, rayón, charlis, bengalina.

Todas estas telas sintéticas se obtienen mediante mezclas de fibras de origen animal y vegetal combinadas con sustancias químicas.

Características

Las telas de lana son: suaves y durables; las de seda, finas y lustrosas; Las de pelo, son flexibles e inarrugables. Las telas de algodón son frescas y lavables; las de lino son: fuertes y lavables; las de maguey son ásperas, gruesas y resistentes. Las telas sintéticas son: elásticas, resistentes, durables y son lavables.

TRAJE TÍPICO DE LA MUJER

En la región del suroccidente de Guatemala se fabrican una diversidad de tejidos, en telares de pie y telares de cintura para la fabricación de vestidos tradicionales y de uso diario.

Mantilla

Una de las más clásicas prendas usadas por la mujer española. Hay dos tipos, la llamada de rogador, de lana o terciopelo con que se han cubierto todas las campesinas españolas para ir a la iglesia, también llamada según las regiones, **mantillo** o **cobijo**, y que llevan una borla en el centro entre ambas cejas, llamada **recato**, **cotufa** o **crestilla**.

En Guatemala encontramos la borla en los mantos de las mujeres de San Bartolomé Jocotenango, Quiché; y en las payas usadas por las cofrades de Patzún, Chimaltenango, en las ceremonias del Corpus. Las mantillas más modernas, de encaje, blonda o de madroños, son las más usadas en la actualidad.

Delantal

En Guatemala, el uso de esta prenda por parte de la mujer indígena se conoce desde mediados del siglo XVIII. Actualmente es una de las prendas indispensables, la que se ha visto enriquecida con un

volante alrededor, bordados y adornados de sutage y cintillas de colores o bordados. En Quetzaltenango y pueblos de sus alrededores, se transformó en una pieza que cubre la parte superior e inferior, cerrada en la parte posterior y atada a la cintura con un lazo, llamada popularmente Gabacha, la que adornan en la misma forma que los delantales.

Güipil

Prenda precolombina tejida en telar de cintura o telar de pie, usada por la mujer indígena hasta nuestros días. Se ha visto enriquecida con diseños hispano-moriscos y europeos, que han venido modificándose a lo largo de los años y copiándose de una comunidad a otra.

Cada pueblo le da su personalidad en cuanto a los colores, a la forma de usarlos y a los adornos con seda, listones, terciopelos y, algunos, con mangas y golás, principalmente en los güipiles usados en la cofradías o en fiestas tradicionales.

Corte

Prenda, precolombina que ha sufrido cierta influencia española, principalmente en las comunidades cercanas a los núcleos urbanos, como Mixco, Quetzaltenango y Cobán, allí se optó por la falda plegada. Los cortes adornados son tejidos en técnica de jaspe y adornos con listones o terciopelo, bordados con flores y adornos con aplicaciones de encaje y sutage.

Morga

Nombre que se generalizó para las faldas indígenas. Es el nombre del maestro morga, tejedor con telar, que hacía telas para las faldas y que logró sobrevivir, con cinco telares, a la crisis de finales del siglo XIX, cuando muchos de ellos tuvieron que cerrar.

Collares

Los collares que la mujer indígena guatemalteca estaba acostumbrada a usar comúnmente hasta hace poco, de coral, con monedas de plata o cruces y pequeños amuletos, de azabache y plata, como los de Cobán y Sacapulas que vinieron a sustituir a los collares precolombinos de bolitas de piedra, especialmente de jade. Usadas comúnmente con los trajes de cofradías pero que fueron desapareciendo por razones económicas y que vinieron a ser sustituidas por piedras de cristal, vidrio dorado o plástico.

Blusa

Es la prenda femenina que sustituye al güipil y que es de origen europeo. Está hecha de tela generalmente comercializada, formada de frente, espalda, mangas y cuello. Y adornada con bordados y encajes o listones. Se introdujo en el área de Totonicapán; San Cristóbal, San Andrés Xecul, San Francisco Alto, Cantel Quetzaltenango. En el Quiché, San Pedro Jocopilas, etc., Desde los años sesenta se está haciendo popular en todas las comunidades de la república, por su vistosidad en los bordados.

Tocados

En el siglo XV era costumbre que las mujeres llevaran siempre la cabeza cubierta, lo mismo cuando vestían de gala que cuando se ocupaban de las más modestas faenas caseras, según costumbre antiquísima podían llevar los adornos en la cabeza, por lo menos una cinta o una tira de orfebrería.

tocados, son muy diversos y se clasifican en cinco: “tocas”, “Cofias”, “albanegas”, “Botonetes”, “Rollo” y los “Sombreros”. Era uno de los tocados predilectos de las mujeres que por su edad o condición querían vestir discretamente.

Las cofias y albanegas se hacían de tela, de red o de ambas a la vez, una cofia muy particular era la “cofia de trenzado” o “tranzado”, sin más que una funda para la trenza que caía sobre la espalda, fueron esos tocados típicos del siglo XV, Similares a estos son los utilizados por las mujeres indígenas de Tamahú, Alta Verapaz, así como los TOCOYALES llevados por los cofrades de Mixco, Guatemala aunque el acabado o el ultimo de esto era bolitas de lana.

En Guatemala, fue utilizada la trenza postiza por las mujeres de Santa María Chiquimula, Totonicapán hecha de lana negra solía guardar su cabello para levantar la trenza de la frente.

TRAJE TIPICO DEL HOMBRE

Pantalones

Se le daba el nombre de zaragüelles al calzón que unas veces llegaban hasta la rodilla, estaba hecho de estameña casera, o de cualquier tela se usaban botones de plomo. Prenda modesta que representaba a labradores, pescadores, etc., es parte del vestido del hombre que cubre desde la cintura hasta las rodillas dividiéndose en dos perneras que cubren los muslos. La trinchera estaba formada por los dos delanteros y dos traseros, que eran las principales piezas del corte del calzón, las dos piezas de la trinchera en su parte posterior no se cosían entre ellas y llevaban sendos ojales, con “ojetes”, por lo que se pasaban un cordón de fuerte resistencia y en cuyos extremos portaba ferretes. La trinchera iba cosida a los dos traseros, aunque o no a los dos delanteros, porque los dos delanteros, en su zona ventral, forman la “trampa o mandilete”. La abertura posterior de la trinchera, juntamente con el cordón de ferrete, cumplía la función de ajustar el calzón a la cintura.

Las perneras en su costura exterior están abiertas en una longitud de un tercio de vara, holgadura necesaria para “calzar el calzón”, por que la medida de lo ancho de los bajos ha de ser suficiente para ceñirlos a la rodilla, ya los llevaran abotonados o no. porque la medida de lo ancho de los bajos ha de ser suficiente para ceñirlos a la rodilla, ya las perneras eran varios y muchas veces impresibles. En ocasiones las aberturas se adornan con una fajita de paño, pareciendo una pestaña solapada. Más si el calzón era de estameña casera o cualquier tela basta.

En Guatemala, el pantalón rajado empezó a ser usado por los indígenas del siglo XVII, pues estuvo de moda en esa época. Se confeccionaba en sastrerías locales, con tela hecha en telares de pie o comercial de lana negra. Para las ceremonias eran frecuentes usar botones de plata, llamados botones de cascabel, hubo también los de cascabel metálicos.

Debajo del pantalón se usaron los calzoncillos, generalmente en tela blanca y que sobresalían del pantalón, con deshilados y bordados como los usados hasta principios del siglo XX por los cofrades de Almolonga, etc., En Quetzaltenango, actualmente aún lo usan los cofrades en sus ceremonias.

Camisa

Prenda que se usa debajo del saco y es generalizada en los hombres de toda clase social. Hecha de diferentes materiales, según el poder económico del individuo, adornada con bordados, encajes. Etc.

En algunos pueblos del departamento guatemalteco de San Marcos y en ciertas regiones del oriente del país, se usan camisas comerciales bordadas con dibujos despuntados o máquina. Son hechas por costureras o sastres y algunas llevan alforzas en la pechera.

Kapuzay

Se le llama al abrigo de invierno en forma de dalmática con capuchón de lana burda negra, llamase **capuz** a la prenda cerrada, los brazos se sacaban por unas aberturas laterales llamadas **maneras** que unos capuces tenían otros no, en los pueblos de la cordillera de los Cuchumatanes, en Guatemala, se usan los **capixayes**, con las aberturas naturales para los brazos, hechos principalmente de lana burda natural oscura y con el cuello en "V" y adornados, algunos de ellos, con dibujos lineales hechos con hilos de colores; también usados en algunos pueblos de México.

Tabardo

Especie de cota de armas, manta de parada de los siglos XII al XVI, que recuerda la dalmática con dos piezas flotantes que cubrían la parte delantera y la espalda, y mangas cortas en forma de alas, dichas mangas son comunes en los capixayes que han usado en algunas comunidades del altiplano, como San Juan Atitán, Solola, Todos Santos Cuchumatán, Soloma, Etc.

Caton

Saco cerrado con cuello en "V" con mangas largas y alguno con aberturas debajo del brazo (tipo capixay) hecha con tela de lana burda de un solo color o rayada, tejida en telar de cintura o de pie y posteriormente con lana comercial, usado en diferentes comunidades, en algunas ha desaparecido, porque ha sido sustituido por el saco abierto, hecho por sastres.

Sayo o Camarra

Aquella prenda de vestir masculina que se ajusta a la parte superior del cuerpo y no pasa de la cintura, lleva mangas ceñidas a los brazos hasta las muñecas y no tienen faldillas. Las piezas principales de que consta el corte de la chamarra son dos delanteros, dos espaldares, dos costadillos, el par de mangas y el cuello. A las que habrán de añadirse algunas aplicaciones y adornos.

Los delanteros enterizos se unen a las parte anterior del cuello, al hombro con el espaldares y la manga, desea la sisa hasta la cintura, a las mangas y espaldares; tienen forma de curva en su arranque, las mangas se unen en el hombro a los delanteros en su zona superior. El cuello es alzado con anchura de unos diez centímetros, todo pespuntado y punteo cerca del borde y haciendo figura geométrica a lo largo y ancho de la zona central. Los bolsillos eran aplicados y llevaban uno en cada delantero y a veces se adornaban con cartera. En ocasiones se adornaba la chamarra con cintita estrecha, separada, pero junto al borde de la orilla, llevaban botones y éstos iban forrados, en algunos casos con telas de color distinto.

Sarape

Tela tejida en telar de pie con lana de alegres colores generalmente a rayas pero que puede llevar guardas con brocados y terminación en flecos o pompones. Se llevan sobre el hombro dobladas y son hechas de dos lienzos.

En Guatemala han sido usadas en colores naturales de lana, café y blanco, con flecos de las misma lana. Es llevada por los cofrades en ciertas ceremonias religiosas. Se usó el sarape de colores con dibujos geométricos por los Mayordomos, de Totonicapán. Fueron dejadas de usar a principios del siglo XX y trabajadas en dicho lugar con la técnica tapicera.

Faixa

Ceñido a la cintura, por encima del calzón, va la faja ancha y rematada en flecos que da dos vueltas en torno y deja caer uno de los extremos a un lado, hasta medio muslo.

Es una prenda usada por los mayas antes de la conquista y por los indígenas de otros países de América. La más usada y generalizada es la faja roja, pero cada pueblo ha sabido darle su característica propia con variados adornos, que por lo común son geométricos y que pueden ser bordados, con flores de diversos colores.

PAÑUELO

Los indígenas de Santo Tomas Chichicastenango lo usan continuamente para cubrirse la cabeza, tiene en cada extremo borlas colgando. Este lo encontramos con diferentes diseños de brocados. A finales del siglo pasado y principios de éste se usaron de brocados. A finales del siglo pasado y principios de éste se usaron de un tamaño menor

que el actual. Tenían figuras geométricas de pequeños animales, las actual. Tenían figuras geométricas de pequeños animales, las que fueron sustituidas por el águila bicéfala, usada hasta los cuarenta. El uso de esta prenda se ha generalizado en mujeres y hombres.

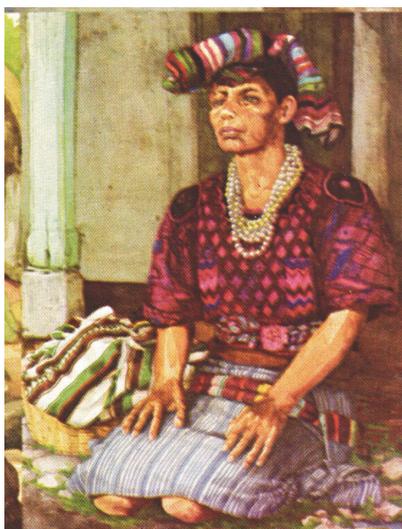
SOMBRERO

Era una prenda generalizada entre los labradores y artesanos, los cuales usaban un sombrero con ala ancha para el invierno y otro de palma para la época de verano, moda ésta que fue adoptada inmediatamente por la población masculina indígena

En Guatemala fueron muy usados por los indígenas los de copa alta hechos en palma, con ala corta y pintados de negro, principalmente por los cofrades de las comunidades de Solola, Santa María de Jesús, Sacatepequez y otros pueblos, utilizándolos hasta el presente en las fiestas de cofradía por los de Sololá. Eran adornos con anchos listones decorados con flores. En los pueblos de Nahualá y San Gaspar Chajul fue usado un sombrero de copa baja y ala corta, trabajado en paja, con listón negro de terciopelo tenían el nombre de “pandereta” y se usaba a finales del siglo XIX y principios del actual, eran fabricados por los indígenas de Chajul.

TRAJES TÍPICOS DE LA DE LA REGION CHICHICASTENANGO:

Las mujeres usan pesados güipiles y cortes estrechos, los hombres visten chaquetas y pantalón corto de lana bordados en seda y un tzute sobre la cabeza, que la mayoría de esto son tejidos en telares de pie.



TOTONICAPÁN

El Cofrade viste un traje ceremonial en el que se puede apreciar una fuerte influencia española: Este traje está adornado con aplicaciones de planta y bordado bellamente con motivos

florales en seda. Los pantalones dejan ver largos « Calzoncillos» trabajados en algodón blanco con aplicaciones de fino encaje: Los pañuelos de seda morada, de la china pertenecen a la cofradía y denotan el rango alto de quien los utiliza.

Las cintas de seda que usan las mujeres en el pelo son tejidas en telares pequeños en la técnica de tapicería que permite apreciar los diseños en los dos lados del tejido. Únicamente para ocasiones ceremoniales los hilos jaspeados de la urdimbre y trama fueron teñidos con técnica de anudado o ikat.



SAN CRISTOBAL TOTONICAPAN

Los cuellos circulares bordados que visten estas mujeres son sobre puestos a un güipil de fiestas que generalmente se guarda para grandes ocasiones. El traje se complementa con el arreglo del pelo, para

lo cual se utilizan listones de colores o largas cintas tejidas con motivos geométricos que terminan en grandes pompones.

El traje ceremonial antiguo de la mujer de San Cristóbal Totoncapán refleja la forma en que el indígena guatemalteco incorporó materiales ajenos, como encajes europeos, en la confección de sus prendas. Al gran güipil le fueron añadidos puños y cuello bordados en seda y lentejuelas. El corte, de seda con diseños jaspeados nos muestra el gusto en la combinación de colores. En Totoncapán se tejen en pequeños



SAN ANDRÉS XECUL – TOTONICAPAN.

El güipil, de canesú redondo bordado en forma similar a los de San Cristóbal, San Francisco el Alto y Cantel, presenta como variante principal la representación de animales y pájaros mezclados con flores características del área. Estos diseños se repiten en la orilla de las mangas. El corte se enrolla y sostiene con una faja dura que se teje con algodón, lana o seda y henequén, fibra que le da firmeza. El delantal es parte importante del traje, al igual que el corte, es tejido en telar de pie, la servilleta que cubre la canasta fue tejida en telar de palitos con algodón natural café o cuyuscate.



SANTA MARIA CHIQUIMULA - TOTONICAPAN.

Las mujeres de Santa María Chiquimula, cuyo traje es similar al de patzite, Quiché, viste pesadas morgas (faldas) azul oscuro, de algodón a las que bordan en seda una randa (costura de unión decorativa), igual la de güipil de diario, el pelo se arregla con un tocado de lana negra trenzada, que remata en dos grandes borlas.



MOMOSTENANGO - TOTONICAPAN

En un clima agradable y templado la población de Momostenango se dedica al trabajo con lana, de la cual es el principal proveedor para todo el país los telares de pie en los que se tejen los “ponchos” momostecos son operados por hombres, pero las mujeres son las encargadas del lavado. Cardado e hilado de la lana. Cuando esta no se utiliza en sus colores naturales negro, café, gris o blanco, se tiñen de acuerdo a los diseños que se quieran realizar. Después se lavan en agua caliente para “afieltrarlos”, se secan y se “peinan” para darles su delicada textura característica.



SOLOLA – SOLOLA

El traje que utilizan los miembros de las cofradías es elaborado y simbólico.

En Sololá el cofrade lleva un traje compuesto de varias prendas:

una versión finamente tejida de su traje de diario cubierto por un sobre pantalón de lana; un saco cerrado y otro abierto en el que se delinea un murciélago en la espalda y el símbolo del maíz a lo largo del borde cofrade, la texel (mujer), lleva un largo güipil que tiene el sol como motivo antiguo bordados en sedas con aplicaciones.

El cofrade y la texel llevan tzute especiales (paños ceremoniales), que usan para llevar imágenes, candelas o custodias en las procesiones, principalmente en las de la fiesta titular.

SANTIAGO ATITLAN - SOLOLA

El traje de hombres se confecciona con lienzo de tela tejidos en telar de palitos. El pantalón corto, apropiado para la vida a la orilla del lago de Atitlán, se caracteriza por tener diseños zoomorfos y geométricos bordados a mano, En la elaboración de la faja se utilizan hilos jaspeados, los cuales se tiñen con la técnica de anudado o ikat

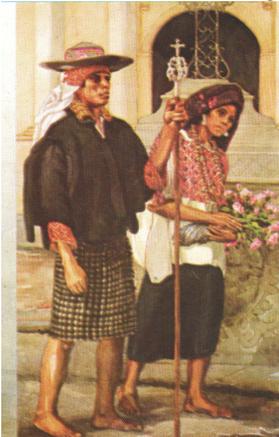


NAHUALA - SOLOLA

Nahuala es un municipio que perteneció a Santa Catarina Ixtahuacan; la similitud de los trajes de estas comunidades es evidente tanto en lo de diario como el de la cofradía .

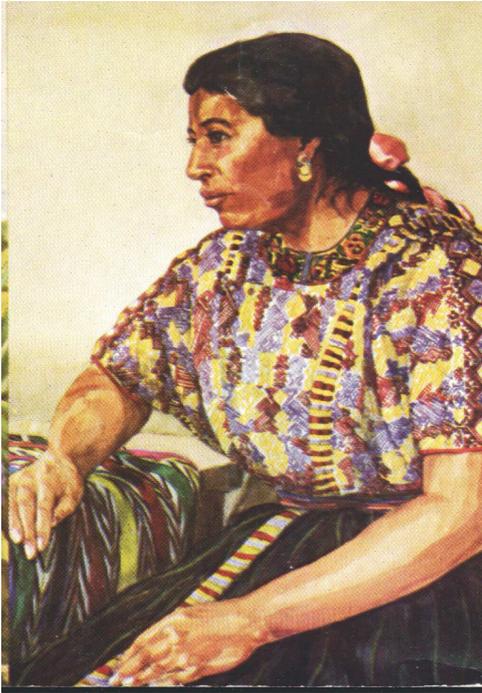
El Cofrade lleva un saco de lana suelto sobre otro de pesado que cubre la camisa, de la cual solamente se puede observar los puños y el cuello bordado.

Estos elementos decorativos están presentes también en el ruedo de los pantalones cortos que se encuentran oculto por la rodilla (pieza de lana rectangular que se enrolla en la cintura) El Tzute, el sombrero y la vara con la insignia denota su condición sobre un güipil de diario¹



QUETZALTENANGO.

En los güipiles de fiesta de la mujer Queltzateca se nota preferencia por los colores tradicionales rojo, violeta, y amarillo. Así como los diseños de pájaro, estrellas elaboradas generalmente por 3 lienzos hechos en tela de pie, unidos por randas (Costura de unión) similar a la del corte en forma de ramas y de flores. El cuello bordado de flores, pájaros y animales diversos. El corte o falda lleva fruncido la cintura. La faja es angosta de lana natural negra y blanca. Los perrajes tradicionales alteran las listas de colores de seda o algodón con hilos jaspeados que forman diseños de plumillas o puntas de flechas.



ZUNIL – QUETZALTENANGO.

El traje de los hombres es singular a un tzute de cabeza, un pantalón corto y una larga camisa que llega a la pantorrilla confeccionado con algodón blanco y morado, Se complementa con una faja ancha verde o roja con hilos jaspeados. El corte de la mujer se distingue por los laboriosos brocados que atraviesa transversalmente. Es usado corto sobre el güipil de diseño sencillo y asegurado por la cintura por una faja de lana trabajada en colores vivos. El tzute es atado al cuello de colores dejándolo caer libremente sobre los hombros y espalda.



ALMOLONGA - QUETZALTENANGO

Resaltan en el traje de la mujer de Almolonga el colorido y la disposición de colores con diseños oblicuos que forman punta de flecha o relámpagos.

El colorido de los güipiles se representa también en otras piezas utilitarias o ceremoniales, como los tzutes y las servilletas.

El diseño del tzute y el diseño de la faja que sostiene los pantalones y de la camisa es un zig-zac continuo salvo la franja roja sobre la manga que deja de ver el tejido base.



Le atz'yaqib'al kriqitaj pa le uqajib'al q'ij rech we qatinimit amaq', are jun rech taq le no'jib'al xuquje are kk'utuwisan le jalajoj taq q'o'b'al, xuquje' ri retz'ab'alil. Utz k'ut we kqaya kan uq'alajisaxik chi rumal wa' we ri' sib'alaj k'o le ub'anik nitz' chech jun xa lo rumal le jalajoj taq atz'yaqib'al xuquje' jun taq no'jib'al chik kech taq le jalajoj taq komon utz k'ut wa' we ri' ksachisax uwach, utz k'ut we kqab'an nim chech le no'jib'al le qas qech xa lo jun q'inomal rech we nim laj qatinimit.

PUNTADAS BÁSICAS DE COSTURA

El arreglo de las prendas de vestir es algo que debe tomarse en cuenta y ponerla en práctica cuando sea necesario, ya que las prendas necesitan ser zurcidas, remendadas o hacerles algún tipo de reparación según sea el caso. Esto ayuda a que la ropa se mantenga en buenas condiciones y no permite que se deteriore tan rápido.

Recomendaciones para zurcir:

Intercalar hilos verticales y horizontales para reforzar los tejidos gastados.
 Usar hilo del mismo color de la tela.
 Zurcir con lana si la tela es de lana.
 Zurcir uno o dos centímetros antes de la rotura.

Recomendaciones para remendar:

Remendar o reforzar el roto con un pedazo de tela de la misma prenda o de otra parecida.
 Remiendo colocado por debajo de la tela: para ello se silvana primero, luego se cose.
 Remiendo aplicado: se corta la parte gastada en forma de cuadro. Se coloca el remiendo del revés, se silvana siguiendo el hilo del tejido. Redondear las esquinas con la punta de una tijera, luego se cose.

Otras reparaciones: generalmente las sábanas para dormir, se gastan por el centro. Cuando esto sucede, se reparan cortándolas por la mitad; se cosen los extremos por el centro para que la parte resistente queden por el centro, las partes gastadas quedarán a los extremos, haciéndoles ruedo se cosen.

Los manteles: cuando ya están muy gastados, puede hacerse en pedazos, convirtiéndolos en paños de cocina u otros trapos que sean de utilidad.

Las camisas generalmente se desgastan más rápidamente por el cuello y los puños. Cuando se da este problema, se puede descoser el cuello, se voltea, se pega nuevamente a la camisa, por su puesto que hay que remendar la parte gastada. Se debe revisar los botones, para verificar si necesita de alguna reparación.

IMPORTANCIA DE LA COSTURA EN LA ECONOMÍA FAMILIAR.

La costura es un arte que consiste en confeccionar prendas útiles para el hogar, en horas libres, su práctica incrementa la economía familiar. Este trabajo es muy sencillo ya que no implica hacer trazos complicados como lo sería en el caso del corte y confección, que se necesita de ciertos conocimientos sobre trazos para que la prenda tenga forma y estilo, como el caso de las blusas, faldas, camisas, gabachas, etc.

NOCIONES DE CORTE Y CONFECCIÓN

Es importante tener nociones sobre el arte de cortar y confeccionar prendas de vestir, pues en la vida necesitamos conocer de todo un poco para que en cualquier momento podamos hacerle frente a las necesidades que se nos presente, esto de alguna manera nos ayuda a tener una economía equilibrada;

por un lado porque puede formar parte de un trabajo que se puede hacer en forma extra, o profesionalizarse en el mismo. Todo depende de las necesidades de cada comunidad o región. No es lo mismo cortar y confeccionar un corte, güipil, delantal, etc. que confeccionar una camisa, falda, es por ello que necesitamos siempre de la orientación de alguien que tenga experiencia para que nos comparta su conocimiento y experiencia, si ese es nuestro interés.

Pa taq le uwok ja sib'alaj k'o wi le jalajoj taq rajawaxik, jacha' we jun le usuk'umaxik xuquje' le uch'ojch'ob'exik le jastaq xuquje' la atz'yaq, rajawaxik k'ut chi ixoq xuquje' achi kketa'maj jub'iq' taq jalajoj taq jastaq rech usuk'umaxik jun jastaq chik, ut'isik o usak'ixik xuquje' kya uka'yeb'al le atz'yaqib'al rech xaq jeri' kb'an tob'anem chech le rajawaxik pa jun uwok ja.

BIBLIOGRAFÍA:

Santisteban de Mucientes, Alicia.
Educación para el Hogar.
Primer curso.

Arbola de Geng, Olga.
Los tejedores en Guatemala y la Influencia Española en el Traje Indígena.

Arriola de Geng, Olga.
Los tejedores en Guatemala y la Influencia Española en el Traje Indígena.

Sandoval Paiz, Federico.
La Cocina de don FEDE.
Segunda Edición.
Ediciones Artemis Edinter.

Autodidáctica Océano Color.

Microsoft Encarta 2000.