



\*\*\*\* \* \* \* \* \*

Permis B

\*\*\* \* \* \* \* \*

Bressols (82710)

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*@\*\*\*\*\*.\*\*\*

## QUALITÉES, Sénior

### EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

nov. 2022 / déc. 2022

#### Cuisinière

cuisine centrale de Montauban (82)

\* *Préparations chaudes selon un plan de production culinaire, contrôle des températures, mise en cellules de refroidissement..*

juin 2022 / juil. 2022

#### Cuisinière

l'ESAP Lou Camin Montauban (82)

\* *Préparation des différentes entrées, plats et desserts pour le midi et le soir selon un plan de production culinaire de manière autonome (25 à 30 couverts)*

avr. 2020 /

#### Gérante

Food Truck \* Marie Délices (31)

\* *Gestion entreprise, stocks...*

\* *Préparation de recettes diversifiées pour entrées, assortiments frits, plats, accompagnements et desserts (cuisine française et du monde)*

\* *Vente sur marchés et évènements*

\* *Encadrement d'équipe de 2 à 8 personnes sur évènement de 50 à 300 personnes (type mariages, anniversaires, festivals, fêtes communales...)*

\* *Service complet de la proposition du menu à l'élaboration des plats et à la préparation, du conditionnement à la mise en place, au dressage et au service.*

janv. 2012 / déc. 2014

#### Employé en salle

Restaurants le Fanal Castelanau d'Estretfond (31)

\* *Mise en place de la salle avant le service*

janv. 2010 / déc. 2017

#### Vendeuse

Besson chaussure Fenouillet (31)

\* *Accueil, conseil, tenue des rayons, encaissements*

janv. 2008 / janv. 2012

#### Adjoint d'animation/Adjoint technique 2ème

Ecole primaire de Villeneuve les Bouloc (31)

\* *Aide à la préparation des plats et service du midi.*

\* *Encadrement des enfants.*

janv. 2002 / déc. 2004

#### Réflexologue

Réflexologue - Institut de réflexologie de Lomé (TOGO)

\* *Activité de réflexologie, intervention en institut ou entreprises*

janv. 1999 / déc. 2002

#### Cuisinière

Restaurants Brussels Café SA et Lokavango (Lomé TOGO)

\* *Préparation des commandes clients - spécialités Européennes et Africaine*

### DIPLOMES ET FORMATIONS

/ juin 2019

#### Certificat d'Hygiène

Montauban (82)

/ juin 2010

#### Certificat de compétences citoyen de sécurité civile

/ juin 2009

**BAFA**  
Toulouse (31)

/ juin 2006

**Diplôme de coiffure, pédicure, manucure - BAC+2**  
Lomé (TOGO)

/ juin 2002

**Diplôme de Réflexologie**  
Lomé (TOGO)

## **COMPETENCES LINGUISTIQUES**

---

**Français**