europass Curriculum vitae

INFORMAZIONI PERSONALI

Sechi Milena



via Trieste n. 7 - Loc. Bianae, 08010 Magomandas (OR) (Italia)

3491782310

myland63@yahoo.it

Sesso Femminile | Data di nascita 27/08/1963 | Nazionalità Italiana

OCCUPAZIONE DESIDERATA

Colf

ESPERIENZA PROFESSIONALE

04/06/2017–31/12/2018 — **Colf**

Abbenante Antonietta, Bosa (OR) (Italia)

Assistenza a minore non autosufficiente: cura dell'igiene personale, assistenza nelle diverse attività quotidiane, somministrazione dei pasti, attività di svago e socializzazione

01/01/2016–31/12/2016 — **Colf**

Cau Maria Francesca, Modolo (OR) (Italia)

Esperienza pluriennale, iniziata nell'anno 1996 e proseguita negli anni 1997, 2008, 2012, 2014.

Attività di assistenza ad anziana parzialmente autosufficiente, cura dell'igiene dell'abitazione, preparazione dei pasti, disbrigo di piccole commissioni. In passato attività di aiuto durante la raccolta delle olive e vendemmia.

13/10/2014–31/12/2014 — **Colf**

Pischedda Giuseppa, Suni (OR) (Italia)

Attività di assistenza ad anziana non autosufficiente: cura dell'igiene personale, cura della casa, disbrigo di piccole commissioni, preparazione e somministrazione dei pasti, somministrazione di farmaci.

06/09/2012–31/10/2012 — **Colf**

Oggianu Francesca, Magomadas (OR) (Italia)

Assistenza ad anziano non autosufficiente: cura dell'igiene personale, cura della casa, preparazione e somministrazione dei pasti, disbrigo di piccole commissioni.

09/01/2009–31/12/2013 — **Colf**

Abbenante Antonietta, Bosa (OR) (Italia)

Assistenza a minore non autosufficiente: cura dell'igiene personale, assistenza nelle diverse attività quotidiane, somministrazione dei pasti, somministrazione dei farmaci, attività di svago e socializzazione.

01/11/2007–31/10/2008 — **Colf**

Sechi Petrina, Magomadas (OR) (Italia)

Assistenza a giovane non autosufficiente: cura dell'igiene personale, assistenza nelle diverse attività quotidiane, somministrazione dei pasti, somministrazione dei farmaci, attività di svago e socializzazione.

10/07/2001–14/09/2001

Cameriera di sala

Coop. Valle Temo - Bar Ristorante c/o Campeggio Turas, Bosa (OR) (Italia)

Cameriera sala e bar: preparazione delle colazioni, servizio ai tavoli, servizio al banco, preparazione di piatti veloci, attività di pulizie.

04/2001–07/2001

Cameriera ai piani - espereinza non documentabile

Albergo, Bosa (OR) (Italia)

Pulizia e riordino delle camere, dei piani, gestione dei ripostigli e della lavanderia.

19/11/1991–19/11/2008

Bracciante Agricolo

Piras Giovanna Maria, Modolo (OR) (Italia)

Attività di collaborazione per la gestione di vigna e uliveto.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

1981

Diploma di Maturità Scientifica

Liceo Scientifico, Bosa (OR) (Italia)

Inglese, Matematica, Fisica, Latino, Disegno Tecnico

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre: italiano

Lingue straniere

	COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	B1	B1	A2	A2	A1

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato
Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative

Sono capace di comprendere le richieste e i desideri dei clienti, fornendo indicazioni e consigli, grazie alle esperienze professionali come cameriera.

Buona capacità di lavoro di squadra, acquisita nelle diverse esperienze professionali.

Buona capacità di empatia e condivisione con le persone fragili e non autosufficienti, maturata nelle esperienze di assistenza.

Competenze organizzative e gestionali

Buona capacità di programmazione delle attività professionali, sia nel settore dell'assistenza alla persona che in quello dei servizi con i clienti.

Ottima predisposizione per il raggiungimento dell'obiettivo nei tempi stabiliti .

Competenze professionali

Buona capacità di gestione dei tempi dell'attività di cameriera ai piani; conoscenza di tutte le tecniche e modalità di cura della camera e del piano.

Grande attenzione al dettaglio e all'ordine nella cura della presentazione.

Competenze digitali

Buona conoscenza di window's 7, del pacchetto office e di internet explorer

Altre competenze

Ho frequentato fino al 3 anno del Corso di Studi in Scienze Naturali dell'Università di Sassari.

Patente di guida

B

© Unione europea, 2002-2018 | http://europass.cedefop.europa.eu

ULTERIORI INFORMAZIONI

Trattamento dei dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali.