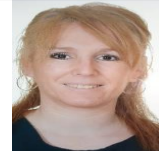


- ANÓNIMODirección web: <http://Mariajosesalasangarcia.micvweb.com>

Ciudad: Beas CP: 21630(Huelva) País: España

**EXPERIENCIA:**

1/2000 - 1/2017 Empresa: Casas Particulares

Sector Empresarial: Otro no especificado

Area Profesional:Otros servicios profesionales

Descripción del puesto: Me he dedicado al cuidado y aseo de niños, personas mayores o personas con discapacidades en casa particulares cada vez que me han necesitado a lo largo de estos años.

En todo este tiempo, no a diario, he sabido el verdadero significado y la importancia de la palabra ayudar me ha fortalecido como persona el saber que con tan poquito, una simple ayuda, gesto o caricia podemos hacer feliz a otras personas y con un mínimo de atención y saber escuchar, hace que personas mayores o con algún tipo de discapacidad sea por un instante la persona más feliz del mundo recordando tiempos pasados

Ciudad: Huelva País: España

1/2001 - 12/2011 Empresa: Particulares

Sector Empresarial: Limpieza y Mantenimiento

Area Profesional:Limpieza - Empleados del hogar

Descripción del puesto: Me he dedicado a la limpieza de hogares en casa habitadas y deshabitadas, haciendo limpieza a fondo de mantelería, cristalería etc.

Este trabajo me ha servido para darme cuenta en muchos aspectos de mi vida que la higiene y desinfección es demasiado importante para el bien estar de las personas, ya que teniendo limpieza se desarrollan menos enfermedades y a la vez las adquiridas como el asma, son mucho más llevaderas.

Ciudad: Huelva País: España

/2013 - /2016 Empresa: Venta los cristos

Sector Empresarial: Hostelería, restauración y turismo

Area Profesional:Atención al cliente, Comercio minorista, cosmética

Descripción del puesto: Me he dedicado al servicio en barra en bar venta los cristos, primero como trabajadora y luego como autónoma.

Toda esta experiencia me ha servido para valorar más a las personas, sabiendo que los clientes, no solo van a beber, sino que muchas veces van para despejarse de sus rutinas o charlar con alguien. Hay veces que no solo tienes que ser camarera, sino que debes saber escuchar y a la vez saber un poco de psicología ya que la mayoría de las veces te cuentan sus vidas y lo que tienes que intentar por todos los medios es subirles el ánimo y hacer que salgan con una sonrisa en la boca.

Ciudad: Valverde del camino País: España

/2017 - /2020 Empresa: El Rincon de joaquin

Sector Empresarial: Hostelería, restauración y turismo

Area Profesional:Atención al cliente, Comercio minorista, cosmética

Descripción del puesto: Estoy trabajando en cocina dedicándome a hacer guisos y comidas para un restaurante. Con este último empleo he aprendido sobre todo a valorarme yo misma, me he dado cuenta que después de aguantar estar 16 horas continuas sin parar bajo la presión y la responsabilidad que conlleva hacer todo tipo de comidas para diferentes personas en un tiempo determinado y a la vez, soy capaz de hacer todo lo que me proponga. He aprendido a valorar, a comprender y me he dado cuenta que bajo presión soy capaz de resolver y hacer cosas que jamás imaginé que haría.

Ciudad: Beas País: España

FORMACIÓN ACADÉMICA:

-

Sin estudios

-

Sin estudios

-

Sin estudios

-

Sin estudios

-1994 Graduado escolar

Graduado Escolar / ESO / Primaria

Todo lo que se en cuanto a enseñanza primaria y valores

Centro: Cp. Juan Ramon Jimenez

Ciudad: Beas, huelva (España)

-1998 Certificado Educacion Secundaria Obligatoria

Graduado Escolar / ESO / Primaria

Personalidad y una visión diferente de la vida.

Centro: les Diego De Guzman y Quesada

Ciudad: Huelva (España)

FORMACIÓN COMPLEMENTARIA:

Atencion sociosanitaria a personas en el domicilio. Duración 600 horas

Centro de Estudios: Carpe Diem

Enlace al Centro de Estudios: <http://Formacioncarpediem.com>

Información adicional: He adquirido conocimientos para ayudar en el ámbito socio-sanitario en el domicilio a personas con especiales necesidades de salud física, psíquica y social, aplicando las estrategias y procedimientos más adecuados para mantener y mejorar su autonomía personal h sis relaciones con el entorno.

Apoyo domiciliario y alimentación familiar. Duración 100 horas

Centro de Estudios: Carpe Diem

Enlace al Centro de Estudios: <http://Formacioncarpediem.com>

Información adicional: Lo primero es elaborar un plan de trabajo adecuado a sus necesidades.

Lo principal para tener una buena relación con el usuario, hay que :

OBSERVAR

ESCUCHAR

PREGUNTAR

SENTIR LA SITUACION O PONERTE EN SU LUGAR

Solo así, seremos capaces de saber lo que ellos sienten, piensan o padecen.

Atencion y apoyo Psicosocial domiciliario. Duración 270 horas

Psicología

Centro de Estudios: Carpe Diem

Enlace al Centro de Estudios: <http://Formacioncarpediem.com>

Información adicional: Me ha enseñado a conocer y analizar a las personas dependientes para saber que aptitudes debo tomar en cada situación.

A saber que la vejez no es una enfermedad, sino una etapa más de la vida y que lo principal para su bienestar son las relaciones sociales

Debo evitar conflictos y entretenerlos.

Higiene y atención Sanitaria Domiciliaria. Duración 230 horas

Centro de Estudios: Carpe Diem

Enlace al Centro de Estudios: <http://Formacioncarpediem.com>

Información adicional: Mantener a los usuarios en perfectas condiciones de higiene personal y físicas.

Preparar y administrar medicamentos o aplicar tratamientos necesarios para un buen estado de salud.

He conocido técnicas para un correcto movimiento en función de sus patologías y primeros auxilios.

Prevención en primeros auxilios. Duración 60 horas

Prevención de Riesgos Laborales

Centro de Estudios: Perez Pastor José Joaquín grupo sigilei af-gs

Información adicional: He aprendido a visualizar, analizar y prevenir los riesgos que puedan haber o surgir en un determinado trabajo para así poder evitar mayores problemas en la salud.

Información adicional:

Información adicional:

Información adicional:

Información adicional:

Información adicional:

Información adicional:

Información adicional:

Información adicional:

Información adicional:

Información adicional:

Información adicional:

IDIOMAS:

Idioma: Inglés Nivel: Nivel Intermedio

Comentarios:

OBJETIVOS PROFESIONALES:

Me adapto a cualquier situación, tengo flexibilidad horaria y disponibilidad geográfica en Beas y alrededores

CUALIDADES:

Adaptable, Amable, Cariñoso/a, Colaborador, Comprometido/a, Comunicativo/a, Eficiente, Enérgico/a, Flexible, Gracioso/a, Honesto/a, Inteligente, Organizado/a, Responsable, Sensible, Servicial, Sociable, Trabajador/a

ENLACES WEB RELACIONADOS:

Dirección web: <http://www.micvweb.com/Mariajosesalasegarcia>
