



# GUAYARMINA DE VERA CÁRDENES

## CONTACTO

 guayavcardenes5@gmail.com

 Las Palmas de Gran Canaria

## PERFIL

Gracias a los diferentes puestos de trabajo, desde cocinera en un centro de menores con problemas de conducta hasta camarera, he adquirido la capacidad de reaccionar ante diversas situaciones.

Pudiendo desarrollar la habilidad de reorganizar el trabajo que se me ha encargado. Manejando con cuidado y paciencia todo deber confiado. Dispuesta siempre a aprender y mejorar.

## EXPERIENCIA

### CAMARERA

SIETE RAZONES CAFÉ | FEB 2019 - DIC 2019

- Apertura y cierre de caja y cafetería
- Atención al cliente y servicio en mesas
- Mise en place y preparación de la alimentación
- Preparación y servicio de cafés y comidas
- Colocación y desmontaje de terraza
- Reposición y limpieza.

### CAMARERA

THE GALLERY | NAVIDADES 2018 - 2019

- Mise en place
- Atención al cliente y servicio en mesas
- Reposición
- Colocación de terraza

### CAMARERA

LA TEGLIATELLA | PRÁCTICAS 2018 (80 HORAS)

- Mise en place
- Atención al cliente y servicio en barra y mesas
- Abrir y cerrar barra
- Colocación de terraza

### COCINERA

CENTRO REGIONAL DE MENORES CON PROBLEMAS DE CONDUCTA:

QUORUM SOCIAL 77 | 2014 -2017

ASOCIACIÓN MENSAJEROS DE LA PAZ | 2012 - 2014

- Trato con proveedores
- Trato con menores
- Higiene y Limpieza de la cocina
- Almacenamiento
- Inventarios
- Creación de menús

### CUIDADORA DE PERSONA MAYOR CON PROBLEMAS DE MOVILIDAD

POR CUENTA PROPIA | 2009 - 2011

- Higiene y limpieza
- Acompañamiento
- Encargada de la alimentación

### APLICACIÓN DE MATERIAL INTUMESCENTE

DECORACIÓN Y PINTURA LORENZO GARZÓN | 2009

### CAMARERA-AUXILIAR DE COCINA

EL FECHILLO S.C.P. | 2009 - 2010

### AUXILIAR DE TIENDA

WESTPIZZA | 2008 - 2009

# EDUCACIÓN

**CERTIFICADO DE PROFESIONALIDAD NIVEL 2 DE SERVICIOS DE BAR Y CAFETERÍA**  
ESCUELA DE HOSTELERÍA EUROPEA | 2018 (570 HORAS)

- Seguridad, higiene y protección ambiental en hostelería
- Técnicas de servicios de alimentos y bebidas en barra y mesa
- Elaboración y exposición de comidas en el bar.cafetería
- Servicio de vino
- Bebidas
- Gestión del bar y cafetería

**BACHILLERATO ARTÍSTICO**  
ESCUELA DE ARTES Y OFICIOS DE GRAN CANARIA | 2001 - 2003

**CURSO DE PELUQUERÍA CANINA**  
SURGE CENTRO DE ESTUDIOS  
2020

**CURSO AUXILIAR TÉCNICO VETERINARIO**  
SURGE CENTRO DE ESTUDIOS  
2020

**PARTICIPANTE EN LA LANZADERA DE EMPLEO**  
LANZADERA DE EMPLEO DE ARUCAS 2020

- Manejo de las competencias digitales de Google.

# IDIOMAS

**CERTIFICADO DE A2 DE INGLÉS GENERAL**  
ESCUELA DE HOSTELERÍA EUROPEA | 2018 (150 HORAS)

- Curso de formación profesional

**INGLÉS PROFESIONAL PARA SERVICIOS DE RESTAURACIÓN**  
ESCUELA DE HOSTELERÍA EUROPEA | 2018 (90 HORAS)

- Curso de formación profesional