



Adelfa Hernández

ASISTENTE | AUXILIAR INTEGRAL

• SOBRE MÍ

Persona responsable y proactiva, con excelente disposición para aprender y desarrollarme profesionalmente. Me adapto con facilidad a distintos entornos laborales y me comprometo a cumplir objetivos con eficiencia y actitud positiva.



091 925 464



adelfamilagros9@gmail.com



Montevideo

• HABILIDADES

- Puntualidad
- Responsabilidad
- Buena disposición para aprender
- Respeto y trato cordial
- Atención al cliente y orientación al servicio
- Habilidades de venta y asesoramiento comercial
- Organización y gestión de mercadería

• ESTUDIOS

Ciclo Básico - Completo

• EXPERIENCIA LABORAL

Cocinera para Brigada de Constructores

- Preparación de alimentos para brigadas, cumpliendo estándares de calidad, higiene y tiempos establecidos
- Organización de cocina, control de insumos y mantenimiento de normas sanitarias en alta demanda

Acompañante de Adulto Mayor

- Acompañamiento y asistencia a pacientes, brindando apoyo en necesidades básicas.
- Supervisión del bienestar del paciente, colaborando con rutinas de cuidado y seguimiento de indicaciones médicas

Auxiliar de limpieza

- Ejecución de tareas de limpieza en hogares y oficinas, asegurando altos estándares de higiene y orden
- Uso de técnicas de limpieza, manteniendo espacios seguros, organizados y en óptimas condiciones

Costurera en taller textil

- Confección y reparación de prendas, garantizando precisión en acabados y cumplimiento de estándares de calidad

Vendedora y dependienta en Comercio Mayorista

- Atención personalizada al cliente y asesoramiento en el proceso de venta, orientado a la satisfacción y fidelización
- Gestión integral del punto de venta, incluyendo reposición, organización de productos y control de stock

• DATOS A SABER

- Edad - 58 años
- Carnet de salud vigente
- Disponibilidad horaria
- Referencias a disposición