



Hortense DURET

Projet
Professionnel:
Social Media
Manager

✉ hortense.drt@orange.fr
📍 Les Grandes Vergnes, 85170
Dompierre sur Yon
20 ans

📅 Permis B
🚗 Véhicule personnel
☎ 07 82 62 98 47

Diplômes et Formations

- Depuis septembre 2019 • Licence information et communication
Université Rennes 2 Rennes
- Juillet 2019 • Certificat de compétence pour l'aide à la personne
EXPERSONA La Roche sur Yon, France
Obtenu suite à une formation
- De septembre 2015 à juin 2019 • Baccalauréat économique et sociale (ES)
Lycée Saint François d'Assise La Roche-sur-Yon, France
Spécialité sciences sociales et politiques
- De juin 2012 à mai 2018 • Galop 1 à 5 du cavalier
Centre équestre ARMONIA La Roche sur Yon, France
- De septembre 2011 à juin 2015 • Diplôme national du brevet
Collège Antoine de Saint Exupéry Bellevigny, (85170)
Mention assez bien

Expérience professionnelles

- De juin 2020 à septembre 2020 • Aide à domicile
ADMR La Roche-sur-Yon, France
Accompagner des personnes dépendantes dans des actes de vie quotidienne (douches, ménage, aide à la préparation de repas, courses, RDV, garde d'enfants)
Aides pour les soins (ex: transfert avec verticalisateur).
- De juillet 2019 à août 2019 • Aide à domicile
ADMR La Roche, France
Accompagner des personnes dépendantes dans des actes de vie quotidiennes (ex: douches, ménage, RDV médicaux, courses, préparer les aliments, entretenir un espace extérieur)
Aide pour les soins (ex: transfert avec verticalisateur)

Expérience de bénévolat

- 2016 • Accompagnement bénévole de groupes d'enfants dans la découverte du monde de l'équitation
Centre équestre ARMONIA La Roche sur Yon
Été 2016 et 2017

Stage

- Mai 2015 • Stagiaire
Multi-accueil "La Farandole" Dompierre-sur-Yon, (85170)
Organiser des activités éducatives, ludiques et accompagner les enfants pendant les activités.
Accompagner l'enfant dans l'apprentissage des gestes de la vie quotidienne et des règles de vie en collectivité.

Centres d'intérêt

Équitation
Photographie
Cinéma
Mode

Voyages

Angleterre
Londres
Portugal
Lisbonne

Informatique

Pack office
Libre office, Power point, Word office
Canva
Wordpress
Suite Adobe

Atouts

Adaptabilité
Communicative
Sens de l'écoute

Compétences

Gestion de projet
Esprit d'équipe
Sens de l'organisation

Langues

Espagnol
Niveau B2
Anglais
Niveau B2

Réseaux sociaux

in @hortense-duret