

**Mme ARMAND Sophie**  
**9, la clotte blanche**  
**33710 BOURG**  
06 23 85 58 11  
[armand-sophie@neuf.fr](mailto:armand-sophie@neuf.fr)

46 ans en mai 2019, divorcée, 1 fille de 19 ans en juillet 2019, permis B  
Reconnaissance « **travailleur handicapé** » depuis décembre 2013

## **EXPERIENCES PROFESSIONNELLES**

**Du 11 février au 14 mars 2019, Auxiliaire de vie** prestataire pour l'agence «**Vitalliance**» basée à Bordeaux pour un poste au domicile d'une personne qui était en « soins palliatifs, phase terminale » à Bourg. Garde de nuit, présence rassurante, réalisation des actes essentiels de la vie courante, assistance aux soins (*équipe médicale*), etc. Elle vient d'être hospitalisée donc mon contrat s'est terminé. Bref, comme pour mes autres expériences similaires, capable de m'adapter, je n'ai eu aucun souci avec cette nouvelle responsabilité et ma proximité locale a facilité ma grande disponibilité.

**Du 2 au 26 janvier 2019, Assistante de vie** pour l'agence «**Sous mon Toit**» basée à Mérignac mais mon secteur était le Grand Bourgeais. J'étais donc en poste chez une personne handicapée (*motricité presque inexistante et mobilité plus que réduite*) qui ne peut s'exprimer autrement que par des gestes et/ou par des sons. Cette personne très intelligente a perdue ses facultés motrices et d'élocution. Pourtant et même si c'est la première fois que je m'occupais de ce genre de patient, le contact et l'adaptabilité se sont fait sans souci, de part et d'autre.

**Le 9 octobre 2018, Agent de Services (Hôteliers / Hospitaliers)** au sein de l'«**EHPAD Les jardins d'IROISE**» à Blaye. Je n'ai travaillé qu'une journée de 12 heures (*j'avais un contrat de remplacement pour 3 jours de 12h/chacune*) mais je tenais absolument à le noter dans ce CV car j'ai vraiment apprécié ce poste. En effet, j'ai participé au nettoyage complet des chambres des résidents selon les règles d'hygiène et d'asepsie, de quelques parties communes de plusieurs services hospitaliers (*sanitaires publics, bureau de l'employeur, accueil, etc*) et hôteliers (*cuisine, salle des repas, etc*) et j'ai même aidé à l'acheminement des patients en salle à manger et de repos, à la distribution des repas, au service de plonge, etc. Je suis rapide et très organisé, j'ai de l'initiative. Rien n'a été compliqué parce que je m'adapte avec une grande facilité. Je me suis surprise car physiquement surpassée !!! Cependant, malgré cette bonne volonté et mon enthousiasme (*mental*), ma santé ne m'a pas permis de continuer cette activité les jours suivants (*je l'ai payé dès le lendemain, ne pouvant plus du tout me lever et me déplacer*). J'ai vraiment regretté cette inaptitude médicale déclarée et confirmée pour ce poste par mon médecin ce jour-là.

**Du 11 octobre 2014 à ce jour, Écrivain public** (*j'ai ré-ouvert officiellement «**S.P.2Services**»*), bénévolement et essentiellement en conseils et rédactions juridiques, à mon domicile. Même si je ne le devrais pas, je tape des conclusions juridiques mais je ne les utilise pas lors des procès auxquels j'assiste ponctuellement. Par ailleurs, je considère que la psychologie a sa place dans l'étude juridique. Je traite également l'écriture et la gestion administrative, financière et sociale à la demande.

**Du 20 avril au 10 octobre 2014, Gestionnaire** d'un gîte et de 2 chambres d'hôtes (*avec tables d'hôtes*) à mon domicile. J'ai reçu plusieurs couples, travailleurs (*venus pour des missions professionnelles dans le Bordelais*) et des familles dont un groupe de Mexicains (*7 personnes*) et l'avantage de ces rencontres a été l'échange linguistique, culinaire aussi mais surtout culturel. Ma fille a d'ailleurs accompagné les 2 enfants Mexicains dans son établissement scolaire pour leur faire connaître son environnement, ses professeurs, ses cours, etc. C'était très enrichissant pour tous le monde.

**Du 9 septembre 2011 au 30 novembre 2013, Massothérapeute** en auto-entrepreneur (*modelages californien et tantrique, shiatsu du visage et réflexologie plantaire*), cabinet «**SKIN-MASSAGE**» à Artigues-près-Bordeaux et à mon domicile. J'ai exercé dans le local professionnel que je louais mais j'ai préféré pratiquer à mon domicile pour la proximité bien sur, le calme et la nature environnante.

**Du 1er avril 2010 au 31 août 2012, Auxiliaire de vie** mandataire (*levers et couchers, toilettes, entretien de la maison et du linge, courses, préparation et service des repas, garde-malade en soirées, (remplacement d'infirmiers et d'aides-soignantes pour tous les soins médicaux (oraux et corporels) et la toilette chez une patiente en particulier en plus des taches précédentes*)) chez personnes âgées pour l' « **AMAD** » à St Savin. J'ai été à l'entière disposition des personnes et je l'ai fait avec plaisir, sans regrets ni contraintes. J'étais très volontaire puisque je me déplaçais même hors horaires de travail chez certains. J'étais très autonome et responsable.

**Du 1er novembre 2008 au 31 mars 2010, Vendeur à Domicile Indépendant** pour la société « **Les PERLES des PHILIPPINES** » (*vente de bijoux fantaisie*). Je faisais du porte-à-porte et des réunions à domicile pour présenter les collections et prendre les commandes. Je gérais mon temps et mon activité comme je le voulais. C'était une vraie liberté.

**Du 1er juillet au 15 octobre 2008, commerçante** en micro-entreprise, boutique « **A CONTRE-COURANT** » à Bourg sur le port, (*ouvert 7j/7j de 8h à 21h et au delà le week-end*), épicerie, fruits et légumes, vins fins du canton, produits régionaux, vêtements marins, souvenirs / cadeaux, location de cycles, snack à emporter et sur place. Je faisais même dépôt de pains (*et viennoiseries que j'allais chercher à St Gervais (33240)*) pour servir les habitants de proximité. Je ne comptais pas mes heures et j'avais d'excellentes relations avec mes clients, même les touristes de passage. Encore une riche expérience mais trop courte. La crise d'octobre 2008 a eu raison de la fermeture de mon commerce.

**Du 1er octobre 2007 au 31 mars 2008, Vendeur à Domicile Indépendant** pour la société « **DOUCEURS et FRIANDISES** » (*Horizon 2000*). Je faisais du porte-à-porte pour prendre les commandes. Je gérais mon planning en me déplaçant directement chez mes clients et auprès d'entreprises locales.

**Du 7 novembre 2006 au 30 juin 2008, « S.P.2Services »** auto-entrepreneur, **écrivain public** et conseils en formalités administratives pour les particuliers et les professionnels dans les domaines administratif, juridique, social et financier. J'ai traité les dossiers de personnes, tous statuts sociaux confondus, en difficulté, en grande précarité le plus souvent mais toujours avec empathie et compassion. J'ai aimé ces contacts et la confiance partagée. Ce sont des expériences et des rencontres qui ont enrichies mes capacités et mes compétences professionnelles.

**Du 6 juillet 1998 au 6 novembre 2006, Conseillère Clientèle** à « **EDF-GDF** » **Distribution** à Libourne, Bordeaux et Cenon.

- Gestion financière et administrative de fichiers clients
- Relève, Facturation, Recouvrement
- Téléconseil et accueil physique et relationnel avec la clientèle

C'est dans cette entreprise que j'ai appris la rédaction, l'écriture (*courriers, lettres de relances, etc*), le vrai travail en équipe (*entreprise nationale*), la communication verbale et non verbale mais surtout, la bienveillance car il en faut beaucoup avec les clients qui ont des difficultés de paiements la majeure partie du temps. J'ai aimé mon emploi, mon poste, mes attributions, l'ambiance générale des équipes (*conseils et techniques*), etc. C'est dans cette entreprise que j'ai passé le plus de temps et c'est celle que j'ai le plus apprécié d'abord, pour la défense du service public et ensuite, pour tout ce qu'elle m'a apporté (*relationnellement et professionnellement*). Je m'y sentais vraiment bien.

**Du 24 mars 1997 au 18 avril 1998, Trieuse verre**, société « **IPAQ** » à Izon. A part dans les entreprises pour lesquelles j'ai travaillé en saisonnier ou en intérim, c'est dans cette entreprise que j'ai vraiment appris ce qu'était « le travail à la chaîne ». Un dur métier répétitif mais toujours enrichissant par les divers postes que l'on m'a confié. Il fallait une certaine capacité d'adaptation, une rigueur et une véritable endurance. C'est épuisant mais physiquement bénéfique.

**Du 1er septembre 1996 au 20 mars 1997, Vendeuse-loueuse** dans un « **Vidéo-club** » (*je ne rappelle plus le nom*) à Toulouse. Je venais de terminer mon contrat à Libourne et j'ai saisie l'opportunité de suivre mon ami pour travailler dans un domaine qui me passionne : le cinéma. En peu de temps, j'ai rencontré une large clientèle aussi novice que passionnée dont un machiniste (*projectionniste d'un petit cinéma Français de quartier*) qui nous offrait des places chaque semaine afin d'élargir notre panel de films (*du Louis Jouvet principalement*).... Malheureusement, notre employeur confondait chiffre d'affaire et bénéfices. Le vidéo-

club n'a tenu que 8 mois. En dehors de la chance de voir des films à foison et de conseiller les clients, ce fut une très belle et courte expérience que j'ai particulièrement apprécié.

**Du 9 décembre 1991 au 31 août 1996, Vendeuse à « BEB Tissus » à Libourne.**

- Encaissement
- Vente
- Manutention
- Couture

C'est pendant cette période (5 ans) que j'ai vraiment commencé ma vie d'adulte. D'abord, je venais d'emménager chez moi mais en plus, il fallait que je travaille bien autant au CFA qu'à la boutique pour m'assumer financièrement. C'est là que j'ai grandi psychologiquement et que j'ai pris conscience que je devais obtenir mes diplômes pour satisfaire mon employeur, mes professeurs et surtout mes parents. D'ailleurs, je faisais partie des 3 premiers de chaque classe fréquentée et même au travail, mon employeur me félicitait régulièrement. C'était ma deuxième « famille ». J'ai vraiment aimé.

**Du 2 mai 1991 au 31 août 1991, Stagiaire dans le salon de coiffure « l'atelier de Julien » à Libourne.** J'ai appris beaucoup de technique en peu de temps. Je regardais faire et je « recopiais » sur d'autres. L'équipe de ce salon était jeune et dynamique, je m'y sentais bien et je me passionnais. « Julien », l'employeur avait prévu de m'embaucher en apprentissage mais sur Bordeaux. A cause de la distance et de mon manque de moyen de déplacement, je n'ai pu donner suite et j'ai regretté.

**Du 5 décembre 1990 au 5 février 1991, Stagiaire Vendeuse dans le magasin « les nouvelles galeries » à Libourne.**

- Rayon enfants
- Rayon électro-ménager
- Rayon art de la table

J'ai bénéficié d'une expérience riche et diversifiées au sein de cette entreprise. Cette période était courte mais très active, très « mouvementée » par les divers postes que j'ai occupé en peu de temps. C'était très bien pour moi car j'étais jeune et j'avais toujours envie de bouger. Dans la même société, c'était donc parfait !

**Du 1er au 21 septembre 1990, Stagiaire Vendeuse dans la boutique « RODIER Femme » à Libourne.** La clientèle avait un niveau social assez élevé donc elle était plus exigeante. J'ai aimé l'activité mais pas ce contact là d'autant que j'étais très jeune et donc, facilement manipulable.

**Du 1er août au 31 août 1990, Vendeuse dans le magasin de prêt-à-porter « TRAKEO » à Libourne.** C'est par ce premier statut que j'ai commencé à apprendre le contact relationnel avec la clientèle.

## **COMPETENCES**

Je sais **servir, aider** ou **assister** des personnes, répondre à des demandes et à des questions, être au service des clients, j'ai la capacité à **communiquer chaleureusement** avec les gens, la facilité à entrer en relation avec des inconnus, les aptitudes à **identifier** et répondre rapidement aux besoins des gens, **écouter, comprendre** et aider les autres, **conseiller** et **guider** des individus ou des groupes dans différentes situations de la vie. Je sais partager mon expertise et mes expériences, **évaluer** des problèmes ou des besoins, **apporter** des solutions concrètes, **participer activement** aux discussions d'un groupe, **encourager** la communication entre les personnes, les groupes ou les entreprises, je sais **gérer** les différences d'opinions et **convaincre** divers interlocuteurs. Je sais faire connaître et **mettre en valeur** une idée, un projet, un produit, décrire les aspects positifs d'idées, de produits ou de services et les faire coïncider avec les besoins des gens, **organiser** des événements ou des réunions, des fêtes, des expositions ou d'autres événements. J'ai appris à **exprimer** mon point de vue avec **assurance** et **certitude** pour influencer ou modifier l'attitude voire l'opinion des autres, j'ai le **sens de la persuasion**. Je sais **représenter** ou **défendre** des entreprises ou des personnes, **interpréter** ou **expliquer** les pensées et idées d'autrui, **évaluer** des personnes d'après des informations reçues par le biais de conversations, de tests, de questionnaires, etc, me produire devant un public pour faire un discours, amuser une assistance, chanter, danser ou jouer la comédie. J'ai une certaine facilité à m'exprimer et à me faire comprendre en public. Je sais tenir à jour des données, des informations, **assurer** le suivi des dossiers, **classer, archiver, tenir** des comptes simples, **rechercher** et **regrouper** des informations

en lisant, en interviewant, en observant ou en participant, **fragmenter** l'information en petites unités dans le but d'en faire une analyse détaillée, de les **examiner** en détail, de **comparer** les similitudes et les différences, j'ai la capacité à évaluer des résultats en fonction des objectifs, des données, je sais **formuler** des hypothèses et des déductions, archiver et **enrichir** des informations ou des événements, **utiliser** avec précision des mots appropriés, vérifier la qualité grammaticale de textes, **perfectionner** des compositions écrites, **rédiger** des rapports, des conclusions, des textes clairs et concis, combiner de petites unités d'information, **distinguer** les grandes lignes, tirer des conclusions à partir de l'information collectée, **décrire** une situation de façon précise, **établir** des critères concrets d'évaluation d'une tâche, organiser une équipe, des objets, des problèmes, des informations ou des activités. J'ai appris encore à **coordonner** et **définir** des priorités, **entreprendre** et coordonner un ensemble d'activités, **respecter** les délais, organiser et assurer la bonne marche d'un événement ou d'une activité, **planifier**, **structurer** et organiser une tâche, un projet, **identifier**, **catégoriser**, **cataloguer** ou regrouper des informations, **synthétiser** et **simplifier** l'information, prendre des décisions qui me semblent efficaces après avoir comparé des informations et avoir envisagé les conséquences possibles, je sais prendre des initiatives et/ou des risques raisonnables, **analyser** des situations problématiques, **trouver des solutions** de rechange et définir le meilleur cap à suivre, **diagnostiquer** (*trouver la cause d'un problème*), **repérer** les difficultés et les résoudre, analyser les faits, les idées, les données et évaluer et faire les choix appropriés, me souvenir des détails d'événements passés ou d'informations précises et **conserver** la trace de plusieurs bribes d'informations. Je sais aussi planifier des activités, des projets, **détailler** les étapes à suivre pour atteindre un objectif, faire et gérer les budgets simples, planifier les coûts d'un service, **calculer** rapidement de tête, compter et mesurer grossièrement, **estimer** le coût, la taille ou le nombre des choses, tenir des livres et des registres, évaluer ou estimer la qualité, les ressources nécessaires ou la faisabilité d'un plan d'action, gérer le temps efficacement afin de respecter des délais, travailler sous pression (*urgences*), établir des priorités, mener plusieurs tâches de front, **exécuter** des tâches selon des règles ou procédures prescrites, **effectuer** des transactions financières simples, gérer des données, retranscrire un procès-verbal, **créer**, **découvrir** et **adopter** des idées neuves, créer de nouvelles « connexions » à partir d'informations anciennes, **visualiser** de nouveaux concepts (*anticiper*), **générer** de nouvelles idées, me fier à mon intuition (*c'est typiquement féminin ça*), agir en accord avec mon intuition et **anticiper** les conséquences éventuelles, prendre des décisions et **régler** les problèmes rapidement, etc.

## **FORMATIONS DIPLOMANTES, CERTIFIANTES et LANGUES**

**2011** Formations au « **Modelage californien** », « **Shiatsu du visage** » et « **réflexologie plantaire** » par formatrice agréée de l' « **école Française du Bien-être** » à Paris. Je possède les Certificats.

**2008** Formation courte d'attaché commerciale par la société « **ATTO Distributions** » à Bordeaux.

**2007** Formation par correspondance par le « **CNED** » pour le métier « **d'écrivain public** ».

- Le métier d'écrivain public
- Conduire un entretien
- Se repérer dans l'environnement administratif, juridique et social
- Communiquer avec les nouvelles technologies
- Produire tous types d'écrits

**2005** Formation par correspondance à « **EDUCATEL** » pour « **initiation à la psychologie** » afin d'enrichir ma culture personnelle.

- Dynamique de groupe
- Psychologie appliquée aux relations humaines
- Tests psychologiques
- Psychologie sociale
- Formation complémentaire en gestion du personnel et techniques de recrutements

**2005 – 2006** Niveau Licence 1 (*LMD*) en droit et Sciences Politiques (*faculté Bordeaux IV*)

**1994 – 1996** Bac professionnel Commerce et Services

**1993 – 1994** BEP Vente Action Marchande

**1991 – 1993** CAP Vente

## 1990 – 1991 Cycle d' Insertion Professionnel Par Alternance

LANGUES	Comprendre		Parler		Ecrire
	Écouter	Lire	Prendre part à la conversation	S'exprimer oralement	Écrire
<b>Anglais</b>	B1	B1	A2	A2	A1
<b>Portugais</b>	B1	A2	A1	A1	A1
<b>Italien</b>	A1	A1	A1	NC	NC

**De 1977 à 1990, (formation) étude annuelle et complète de la Bible.** Approche du **Grec**, de l'**Hébreu** et de l'**Araméen** (notions). Jeux de rôles, lecture et compréhension des textes, prise de parole en public (*sujets, discours, rédactions*), gestion du stress, du comportement, de l'écoute active, de la formulation, adaptabilité face à l'auditoire, argumentaire, études des textes, recherches littéraires, historiques, démarchage hebdomadaire, visite de l'imprimerie du siège social cultuel, etc.

### **TRAVAIL SAISONNIER et INTERIM**

**Du 17 septembre 1990 au 22 juin 1998**, divers emplois Viticole, d'Ouvrière Agricole, de Manutentionnaire, de Responsable de boutique en prêt-à-porter, de Vendeuse, de Réserviste et de Stagiaire dans quelques domaines professionnels à **Toulouse, Bergerac, Libourne et St Emilion**.

**Je possède toutes les attestations de travail.**

### **CONNAISSANCES PERSONNELLES, DIVERS et LOISIRS**

Familiarisée avec Open-office, usage quotidien des réseaux sociaux, co-organisatrice de « la Fête du Nautisme » en 2006 et 2007 à Bourg, bénévole pour le Conservatoire de l' Estuaire dans le cadre des « Rencontres Estuariennes » en 2008, fondatrice et secrétaire de l'association **OPEN-BARRE** en 2013, (*association sportive de voile (en loisirs et en compétitions) et de sports nautiques, aujourd'hui dissoute*), hôtesse-équipière navigatrice sur voiliers de régates et de croisières, voyages, cinéma, musique, chant (*chorale religieuse pendant plus de 13 ans*), lecture, cuisine d'ici et d'ailleurs, coiffure, dessin et couture, débutante en LSF (*langage des signes*), passionnée par la photographie, la graphologie, l'organisation d'événements (*mariages, séminaires, colloques, soirées ou journées à thèmes, etc*), la philosophie, la décoration d'intérieur (*aménagement*) et l'écriture entre autres.....

Puisque j'affectionne particulièrement les voyages, je possède également un CV Nautique (*communiqué sur demande*) qui regroupe tous mes premiers parcours, toutes mes attributions, tous mes postes de travail et qualifications, toutes mes capacités et compétences, toutes mes expériences sur le « terrain » maritime.

Enfin et dans un autre domaine, j'ai quand même l'intention de préparer une **VAE** pour obtenir le diplôme « Licence Professionnelle Intervention Sociale option Écrivain Public en écritures privées » (**BAC + 3**) pour justifier de mes compétences rédactionnelles et de mes expériences professionnelles dans ce domaine.

Pour finir, je reste aussi « ouverte » à toutes autres sortes de formations (*cours de criminologie, planificateur d'événements, Home Staging, organisatrice de mariages, tatouage éphémère, etc*) et de connaissances.

Mes CV sont également traduits en anglais, à disposition et à la demande. Pour information, mon **quotient intellectuel** a été mesuré à **126** et mon **quotient émotionnel** a été mesuré à **121**.

**Ma devise : Quant on ne travaille pas, apprendre est le meilleur moyen d'éviter de perdre son temps...**