

**Rachid C.** - Né en Novembre 1978  
**93120 La Courneuve**  
**5 à 10 ans d'expérience**  
**Réf : 2304220923**

## Preparateur de commande / cariste

### Ma recherche

---

Je recherche tout type de contrat, sur toute la région Ile de France, dans le Transport et manutention.

### Formations

---

**2010** : CACES à AXOS FORMATION sur Aulnay-sous-bois  
Obtention du Permis CACES (catégorie 1-3-5)

**1998** : BEP  
Brevet d'Étude Professionnelle (BEP) Métallurgie, confections de structures métalliques

### Expériences professionnelles

---

**08/2010 - 11/2010** :  
Cariste/préparateur de commande chez Frip Frap sur Paris

**01/2010 - 03/2010** :  
Stage dans le BTP chez Association Sadaka

**2008 - 2009** :  
Manutentionnaire/Préparateur de commande chez Defi Technology

**2006 - 2008** :  
Agent d'entretien chez G.s.f Concordes sur Le Bourget

**2006 - 2006** :  
Agent de manoeuvre chez Etf- Chantier Tgv Est

**2002 - 2006** :  
Manutentionnaire. Diverses missions chez Vedior Bis Intérim

### Langues

---

Français (Oral : courant / Ecrit : expérimenté)

### Atouts et compétences

---

Manutentionnaire :

- Inventaire, gestion des stocks, rangements de rayons
- Réception des palettes et rangement des palettes
- Chargement/déchargement des camions
- Diverses missions d'intérim en manutention sur la zone d'activité de Mitry/Compans
- Refoulement des wagons de trains, différents travaux effectués sur les rails (construction du site)
- Travail à la chaîne, fabrication de produit, tri des colis selon leur provenance, scanner les colis en retour de livraison

- Préparation de commande, contrôle quantitative et qualitative
- Emballage, étiquetage et filmage de différents produits

Agent dans le Bâtiment:

- Peinture, ponçage, enlèvement du papier peint et enduit
- Pose de carrelage et joint
- Nettoyage de l'appartement après travaux
- Stratification des différents parquets ainsi que la pose de dalle après enlèvement
- Finition

## Permis

---

Permis B Permis CACES cat. 1 Permis CACES cat. 3 Permis CACES cat. 5