

Né en 1989
77124 Cergy-les-meaux
0 à 1 an d'expérience
Réf : 2106241600

Chauffeur poids lourds

Ma recherche

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

Formations

2021 :

Expériences professionnelles

07/2011 à ce jour :

CHAUFFEUR POIDS LOURDS chez Berto Idf

11/2009 - 04/2011 :

CHAUFFEUR LIVREURS chez Deliv Express

Chauffeur livreur messageries sous traitant

01/2007 - 02/2009 :

MANUTENTIONNAIRE / INTERIM

Préparateur de commande, manutentionnaire, manoeuvre

Langues

Français (Oral : courant / Ecrit : expérimenté)

Atouts et compétences

Charger des marchandises, des produits
Contrôler l'état de fonctionnement du véhicule et effectuer le nettoyage
Décharger des marchandises, des produits
Définir un itinéraire en fonction des consignes de livraison
Déplacer des produits vers la zone de stockage
Entretenir un poste de travail
Gestes et postures de manutention
Livrer une commande
Méthodes de plan de tournée
Organiser ou contrôler le chargement des marchandises dans le véhicule
Préparateur de commande, manutentionnaire, manoeuvre
Ranger des produits ou marchandises selon leurs dates de validité et les conditions de conservation
Règles et consignes de sécurité
Techniques de comptage
Techniques de conditionnement
Trier et répartir les colis, marchandises selon les indications (codification, format, poids, nombre,...)
Vérifier des documents de livraison
Contrôler l'état de fonctionnement du véhicule

Lecture de carte routière

Préparer le véhicule, repérer le parcours et prévoir les aléas

Réaliser les opérations d'attelage

Renseigner les documents de bord d'un véhicule

Vérifier la présence et la conformité des documents de bord et de transport

Permis

Permis B, Permis C

Centres d'intérêts

Sport