

Frédéric CARD
La Haie Belle Fontaine
56250 ELVEN
Tel : 02 97 53 36 11 - 06 61 85 92 19 (répondeur)
E-Mail : frederic.card@orange.fr
13/04/1977 Marié 4 enfants
Apte à la navigation N° 32747



FORMATION

Maritime

- 2024** Brevets à jour : Quart passerelle, Pont, Embarcation et radeaux de sauvetage, base à
2014 la sécurité, base pétroliers et navires citernes pour produits chimiques et
gaz liquéfiés, sûreté, Médical niveau 1
- 2013** **Certificat HACCP** CCI du Morbihan Vannes
CAEERS (BAEERS) Base sous-marinière Lorient
CIN Certificat d'Initiation Nautique Lycée Maritime Etel
Certificats de base à la sécurité et de formation médicale à jour
- 2010** **IAA : CACES 3 et 5**

Cuisine

- 1998** **Certificat Technique Élémentaire (Niveau CAP) Restauration Collective**
1997 **Certificat Militaire Élémentaire Compagnie de Combat : Sapeur-Mineur**
25000 BESANCON ARMEES
- 1994-1996** **Niveau BEP spécialité « Cuisine »**
CFA Chambre des Métiers 56000 VANNES

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

Emplois Maritime

- 2020 - ...** **Capo Néro Matelot-pompiste** Cimentier Nice Maritima
Déc 2014 - 2020 **Capo Nero Cuisinier** Cimentier Nice-Corse Maritima, Matelot-pompiste
- Fév, Mai, Juin** **Abeille Flandres, Le Jason** 83 TOULON Cuisinier (remplacement CDD 1 mois)
2014 **Armement Gibus** Lorient Chalutier
Scapêche Ecosse Cuisinier – matelot (remplacement CDD 1mois)

Emplois Restauration

- 2012-2013** **Technicien culinaire recherche et Développement** CAP Pleucadeuc
- 2011-2012** **Intérimaire** : Randstad : IAA, prestation Restaurateur à domicile
2011 (10 mois) Création d'entreprise **Restaurateur** 56 VANNES
- 2007-2010** **Opérateur IAA** : Société Protéines Industrielles 56 BERRIC
2002-2007 **Responsable de cuisine collective Maison Familiale et Rurale de Questembert**
➤ 120 repas le midi et 60 le soir, durant les vacances scolaires d'été, cuisinier pour Handi-Loisirs
- 1996-1997** **Pizzeria LA BELLA NAPOLI 56 VANNES**
➤ Cuisinier, Pizzaiolo, Barman, Serveur en salle

Emplois Armée / Militaire

- 1997-2002** **Engagé Volontaire de l'Armée de Terre 25 BESANCON ARMEES**
(5 ans) **Compagnie de combat pendant 2 ans puis cuisinier**
➤ Surveillance en terrain hostile, ➤ Opérations militaires, ➤ Entretien mécanique de véhicule

INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Activités Marche, VTT, Plongée sous-marine,
Divers Permis B Permis Bateau