
María Garay

CURRÍCULUM VITAE

DATOS PERSONALES

Nombres: María Noel
Apellidos: Garay Muslera
Nacionalidad: Uruguay
Fecha de nacimiento: 06-06-1985
Cédula de identidad: 4.250.317-5
Credencial Cívica: CDA 98065
Carné de Salud: vigente 17/07/2023
Carné de Manipulación de Alimentos: vigente 10-9-2023
Dirección: Ruta 5 vieja s/n
Localidad: Progreso
Departamento: Canelones
Celular: 091 776 996
E-mail: marianoelgaraymuslera@gmail.com



FORMACIÓN ACADÉMICA.

Primaria Completa: Escuela Tiscornia, La Paz, Canelones.

Ciclo básico completo.

FORMACIÓN ESPECÍFICA.

2020 (febrero - octubre) **Atención a la dependencia en el marco del sistema integrado de cuidados.** Escuela de enfermería Colón - Las Pledras

2018 (febrero – agosto) **Auxiliar de Servicio Ayudante de Cocina y Tisanería**

En el marco del INEFOP/PROMUJER, desarrollado por la Fundación Centro de

Educación Popular/Programa Empleabilidad y en convenio con la Facultad de

Enfermería, obteniendo un certificado habilitado por el Ministerio de Salud

Pública

María Garay

Duración 434 Hs. de las cuales 254 son prácticas en las siguientes instituciones, mutualista CRAMI, Hospital de Las Piedras y el Comedor Municipal.

Esta capacitación incluyó los siguientes módulos:

- Técnicas y procedimientos (157 Hs.): Correcta higiene y puesta a punto de las instalaciones (centros hospitalarios y sanatoriales, hoteles, etc.) y de servicios de alimentación; criterios de seguridad e higiene.
- Nutrición (152 Hs.): Ayudante de cocina en la elaboración de comidas (dietas y colaciones) realizando una correcta manipulación y como tisanera, la distribución de las mismas, de forma organizada, planificada y supervisada por nutricionista.
- Microbiología (8 Hs.). Conocimiento de micro-organismos que contaminan y los procedimientos para el manejo y prevención de la proliferación en su lugar de trabajo y para el autocuidado.
- Ética (8 Hs.): Capacidad para el trabajo en equipo y actitud proactiva frente a los problemas, cualidades éticas profesionales.
- Género y Diversidad (8 Hs): Perspectiva de género, diversidad, reconocimiento e incorporación de actitudes no discriminatorias.
- Violencia de género (8 Hs) Definición, clasificación de la Violencia, tipologías, aspectos sociales, recursos comunitarios.
- Salud sexual y reproductiva (8 Hs) Derechos sexuales y derechos reproductivos, métodos anticonceptivos, Enfermedades de Transmisión Sexual.
- Desarrollo de ciudadanía (8 Hs.): Participación comunitaria, individual y familiar, promoción social.
- Derecho laboral (8 hs.): normas que rigen los derechos y las obligaciones en una relación laboral dependiente.
- Proyecto Ocupacional (10 Hs.) Elaboración de un proyecto ocupacional desde lo educativo laboral, sin sesgo de género, realizable, basado en aptitudes y actitudes incorporadas en experiencias pasadas (equipaje inicial) y las que se van integrando en el proceso formativo actual. Estrategias para la búsqueda de empleo, desarrollo de competencias transversales tales como: comunicación, organización y planificación, resolución de conflictos y toma de decisiones, responsabilidad, autonomía e iniciativa y disposición para el aprendizaje permanente.
- Informática (40 hs.): Dominio de las funciones básicas de la PC. Llevado a cabo en Instituto de Asesoramiento y Capacitación (I.A.C.) Las Piedras.

María Garay

EXPERIENCIA LABORAL

Empresa: Empresa Sersa

Cargo: Limpiadora

Tareas: Tareas de limpieza en frigorífico Canelones

Periodo: 2022 (actualmente trabajando allí)

Empresa: Motel el Portal

Cargo: Mucama

Tareas: varias

Periodo: 2021

Empleada particular en casa de familia Correa.

Cargo: Asistente personal

Tareas: varias

Periodo: 2020

Empresa: Hogar Los Nietos

Cargo: empleada

Tareas: varias

Periodo: 2017

Empresa: Vezzo Calzados

Cargo: auxiliar de servicio

Tareas: varias

Período: 2015

Chacra turística La Macarena:

Cargo: Moza y ayudante de cocina

Periodo: 2021

María Garay

REFERENCIAS LABORALES.

Sr. Fabian Gomez

Teléfono: 092391854 (Coordinador de limpieza de frigorífico canelones)

Sra. Ana Calero

Teléfono: 091 417 856 (administrativas Hospital Las Piedras)

Sra. Eliana Correa

Teléfono: 095526823 (Funcionaria en Medica Uruguay)

Sra. Andrea Jacqueline Román Escudero

Teléfono: 097357048 (Encargada Motel El Portal)

REFERENCIAS PERSONALES

Sr. Fabian Gomez

Teléfono: 092391850 (Coordinador de limpieza de frigorífico canelones)

Lic. Roberto Flores Larrea

Celular: 096 675 070

Lic. Psi. María Fernanda Guinovart (Centro de Educación Popular)

Celular: 094 296 894

Br.Psi. Leticia Saravia (Centro de Educación Popular)

Celular: 099105338

Lic.Psi. Mirta Correa (Centro de Educación Popular)

Celular: 094 424 397