

CV

PERSONALIA

(Navn, adresse, kontaktinformasjon, fødselsdato og evt. sivilstand)

Navn: Frida Flink Tlf.: 35 55 33 55/97 00 88 11
Adresse: Omsorgsgaten 10 E-post: frida@flink.no
3700 Skien Født: 10.10.67

NØKKELKVALIFIKASJONER

(Skal vise essensen av ditt profesjonelle og personlige jeg på en enkel og kortfattet måte. Skal være et konkret sammendrag av din CV, presentert fra ditt personlige synspunkt. Få frem din «merkevare» – det du har fått til, kan og representerer som person.)

- Bred erfaring fra arbeid med mennesker i ulike livssituasjoner – fra privat og offentlig sektor
- Veiledningskompetanse - brukere, pårørende og lærlinger, ble nominert til årets lærlingefadder 2009
- Erfaring fra prosjektarbeid og kvalitetsutvikling
- Gode kommunikasjonsferdigheter – muntlig og skriftlig
- Tilpasningsdyktig – god på å takle uforutsette situasjoner og krevende brukere
- Service- og løsningsorientert, samt stor arbeidskapasitet

ARBEIDSERFARING

(Omvendt kronologisk rekkefølge. Beskriv arbeidsoppgaver og ansvarsområder som er overførbare og relevante)

- febr. 07 – **Hjelpepleier, Bakkane bo og behandlingshjem, lindrende enhet**
- Pleie og omsorg av brukere i siste fase av livet
 - Veiledning av brukere og pårørende
 - Instruktør for lærlinger
- mai 00 – jan. 07 **Omsorgsarbeider, Privat Omsorg Grenland**
- Pleie og omsorg av brukere, hjemmetjenester
 - Veiledning og brukertilpasninger
 - Aktiv deltager i utvikling av tjenestetilbudet til Privat Omsorg Grenland
 - Deltager i prosjekter knyttet til kvalitetsutvikling og brukermedvirking
- sept. 95 – april 00 **Hjelpepleier, Hjemmetjenesten i Skien kommune**
- Pleie og omsorg av brukere
 - Veiledning og kontakt med pårørende
 - Utarbeidelse av individuelle planer for botiltak for funksjonshemmende
- juni 89 – aug. 95 **Hjelpepleier, Skien sykehjem**
- Pleie og omsorg
 - Deltager i et utviklingsprosjekt: Livskvalitet på sykehjem
- juni 83 – aug. 86 **Salgsmedarbeider, Helsekost AS i Porsgrunn**
- Salg og kundebehandling
 - Veiledning ift. produkter
 - Vareplassering og bestilling

UTDANNING

(Omvendt kronologisk rekkefølge. Skriv gjerne hvilke fag utdannelsen inneholder, samt stikkord om hovedoppgave/prosjektarbeid.)

- aug. 04 – juni 06 **Veiledning, Fagskolen i Telemark, deltid**
Aktiv problemløsning, refleksjon og stor grad av praksis (25 % av studiet) med vekt på veiledningsteori, bruk av pedagogiske virkemidler i veiledningen, kommunikasjon og etikk.
- aug. 86 – juni 89 **VK 2 hjelpepleier, Skogmo videregående skole**

KURS

(Omvendt kronologisk rekkefølge. Legg vekt på relevante kurs.)

- 2007 Pleie og omsorg ved livets slutt, ResQ (2 dager)
2006 Instruktørkurs, Fagopplæringskontoret (1 dag)
2000 Sorg og sorgprosesser, TFT skolen (weekend-kurs)
1995 Forebygging av aggresjon hos pasienter, Bio Medicus Akademiet (1 uke)
1988 Legemiddelhåndtering, Aftenskolen (10 t)
1984 Ernæring og kosthold, Gode produkter AS (1 dag)

ANDRE KVALIFIKASJONER

(Annen kompetanse/evner som er relevant eller en styrke – f.eks. språk, data/IT, førerkort etc.)

- Språk: Gode engelskkunnskaper skriftlig og muntlig
IT: Bruker av Word, Outlook, Internett, Gat (turnussystem) og Geika (journalssystem)

INTERESSER

(Skriv gjerne noe om dine fritidsaktiviteter, slik at arbeidsgiver kan bli litt kjent med deg som person.)

Jeg er fysisk aktiv, trener på ski om vinteren og sykler på sommeren. Fritiden brukes ellers i stor grad til å lese og reise. Jeg er medlem av historielaget i Telemark og er aktiv innen kulturlivet.

REFERANSER

(Arbeidsgivere skal ikke ringe dine referanser før de har pratet med deg. Det gir deg mulighet å ringe og forberede referansene dine på at de kan bli kontaktet. Ha gjerne 2-3 referanser klare, deriblant minst 1 lederreferanse.)

Referanser oppgis på forespørsel.

NB: Hensiktsmessig/ryddig format, tydelig typografi (skrifttyper og skriftstørrelse), ingen stavefeil, ikke mer enn 2 sider, aktivt og positivt språk, samt kun relevant informasjon til den jobben du ønsker/søker på.