

# Mohamed ABDOURAHIM

## CHAUFFEUR POIDS LOURD

### COORDONNÉES



4 rue henri matisse, 42600,  
Montbrison



0628238237



m.abdourahim@yahoo.com



33 ans



permis B et C



Marier



disponible maintenant et véhiculer

### COMPÉTENCES

- Charger et décharger les commandes
- Définir le trajet selon les consigne
- Mettre à jour les données de livraison( retours, refus,..)
- Respecter les règles de sécurité routière
- Assurer le nettoyage du véhicule et l'entretien du premier échelon
- Bon sens relationnel
- Écoconduite
- Vigilance
- Réglementation Sociale Européenne
- Intelligence de situation

### CENTRES D'INTÉRÊT

- Passion pour la musculation
- foot
- sport de combat

### LANGUES

Français

Bilingue

Anglais

Intermédiaire

Efficace, Organisé, Discipliné

Ayant une conduite impeccable et une expérience de plus de 7 ans dans le secteur des transports de véhicules lourd. Je nourris un intérêt particulier en service à la clientèle et éprouve une réel satisfaction a satisfaire le client. Très attentif à l'évolution des conditions routières et de circulation.

### EXPÉRIENCE

Août 2020 - Novembre 2023

**Chauffeur livreur poids lourd - Benassar, Lyon - CDI**

- Chargement et déchargement de la marchandise en toute sécurité ave le diable et le transpalette manuelle et électrique.
- Planification des itinéraires pour optimiser les temps de trajet et la consommation de carburant.
- Assistance aux collègues chauffeurs lors des opérations de chargement et déchargement, en cas de besoin.
- Débriefing de la tournée auprès du chef d'équipe, signalement des dysfonctionnements (perturbation du trafic routier, problème technique).
- Tenue à jour du carnet d'entretien du camion pour garantir un suivi précis des réparations et maintenances effectuées.
- Chargement du camion, répartition des charges, arrimage et sanglage, déchargement avec le transpalette, reprise des emballages.
- Livraison de marchandises sur le secteur de lyon, 20 déplacements clients en moyenne par jour.
- Contrôle régulier des niveaux d'huile, de liquide de refroidissement et autres fluides essentiels pour le bon fonctionnement du véhicule.

Mars 2017 - Mars 2020

**Adjoint de gestion de parc de véhicules - Armée de terre, lyon - CDD**

- Organisation et suivi des plannings de l'équipe, en veillant à optimiser les ressources humaines.
- Mise en place d'actions correctives suite aux retours de mission des non-conformités détectées lors des manœuvre.
- collationner les information de retour mission et rendre compte
- organisation et préparation pour les premiers échelons

Mars 2012 - Mars 2016

**Chef d'équipe Genie combat - Armée de terre, Castelsarrasin - CDD**

- Formation des jeunes engager volontaire afin de développer leurs compétences et leur autonomie sur le terrain, sensibilisation aux règles de posture et de sécurité.
- Instauration d'une bonne ambiance de travail, maintien de la cohésion et de la motivation de l'équipe, sur le terrain terrain en tout temps et en tout lieu.
- assurer la sécurité des biens et des personnes sur le terrain et en opérations extérieures
- gestions du matériel au départ et au retour de mission

- Suivi des travaux effectués par les subordonnés et contrôle du bon déroulement de celle-ci en termes de sécurité, qualité et productivité et des comptes rendus à la hiérarchie
- 

## **FORMATION**

Février 2020

**Formation Initiale Minimal Obligatoire + ADR**

**Armée de terre**, Fontenay-le-Comte

Mars 2018

**Prevention de Secours Civiques Niveau 1**

**Armée de terre**, Lyon

Février 2016

**Permis PoidsLourd**

**Armée de terre**, Castelsarrasin

Août 2010

**Baccalauréat Mercatique**

**lycée zena m'dere**, Pamandzi (Mayotte)