



Isatelier

**Proposition de conception et animation  
d'ateliers de cuisine et de pâtisserie  
pédagogiques auprès des publics jeunes**

entre le 5 janvier et le 31 décembre 2022  
dans le cadre de la mission "Éducation au territoire"  
du Parc Naturel Régional du Gâtinais Français :

*« Une autre découverte du Parc s'invente ici »*

**Commanditaire :**

Parc Naturel Régional du Gâtinais Français  
Syndicat mixte d'aménagement et de gestion du Parc naturel régional du  
Gâtinais français  
20 boulevard du Maréchal Lyautey  
91490 Milly-la-Forêt

**Offre transmise par mail :**

A l'attention de Marion Le Quéré  
Chargée de mission Éducation au territoire du Parc  
à l'adresse mail : [m.lequere@parc-gatinais-francais.fr](mailto:m.lequere@parc-gatinais-francais.fr)

**Date limite de transmission des offres :**

1<sup>er</sup> septembre 2021 à 12 heures



## Sommaire

1 -	Présentation d'Isatelier.....	3
1.1.	La cuisine faite maison .....	3
1.2.	Un ancrage territorial et écologique .....	3
1.3.	Une vocation venue de l'enfance .....	4
2 -	Proposition.....	5
2.1.	Objet de l'offre .....	5
2.2.	Intérêts pédagogiques de la cuisine pour les enfants .....	7
2.3.	Composition des groupes de jeunes visés .....	8
2.4.	Planning prévisionnel .....	9
3 -	Budget prévisionnel.....	10
3.1.	Déroulé des ateliers de cuisine thématiques .....	10
3.2.-	Coût unitaire par atelier et par groupe .....	11
4 -	Annexes.....	12
	Extrait K-Bis .....	12
	Assurance professionnelle .....	13
	Curriculum Vitae.....	14
	Brevet Technique Hôtelier.....	15
	CAP Cuisine .....	16
	Formation aux normes HACCP .....	17



## 1 - Présentation d'Isatelier

### 1.1. La cuisine faite maison

L'idée de créer un atelier de cuisine et de pâtisserie pour les particuliers est née de la volonté de redonner le goût pour la cuisine faite maison et permettre à chacun de se réapproprier ce qu'il met dans son assiette.

La multiplication des scandales alimentaires, la baisse de qualité des produits bruts, la déconnection avec le vivant, la perte de transmission entre générations des connaissances culinaires de base et l'absence de cours de cuisine à l'école, sont autant de sujets qui menacent le droit de bien manger. Or les médecins le disent (*enfin !*) de plus en plus : la santé est dans notre assiette et le fait maison a tout bon !

Ancienne élève de l'Ecole Hôtelière de Paris, il m'a semblé utile de mettre mes compétences professionnelles au service de mes concitoyens, pour que chacun puisse s'épanouir ensuite selon ses goûts et son imagination.

Basés sur la préparation et la dégustation d'un repas complet, mes ateliers se veulent conviviaux, car cuisiner est avant tout un plaisir.

En petits comités de 4 à 5 personnes, chacun a l'espace nécessaire pour mettre la main à la pâte collectivement, et je peux facilement guider les gestes des techniques réalisées individuellement au cours d'un atelier.

Les menus, dates et horaires de mes différents ateliers sont consultables en ligne sur :

**[www.isatelier-cuisine.fr](http://www.isatelier-cuisine.fr)**

### 1.2. Un ancrage territorial et écologique

Habitant à Champcueil, aux portes du Gâtinais, je milite pour l'utilisation de produits de saison, issus autant que possible de productions locales et/ou bio.

Choisir des produits arrivés à maturité dans un champ ou sur un arbre, dont les qualités n'ont pas été altérées par un emballage plastique et un long transport, c'est apporter qualités nutritionnelles, fraîcheur et saveur sur sa table.

Le terroir du Gâtinais, entre Beauce et Brie, est en cela une source considérable de bienfaits : miel, cresson de fontaine, plantes aromatiques, poules du Gâtinais & leurs œufs, huile & graines de chanvre, huiles alimentaires artisanales, volailles, agneaux, fruits & légumes bios, farines, fromages de chèvre, pommes, quinoa, safran, etc.

Quant aux achats en circuits courts, ils mettent la solidarité avec nos agriculteurs et la protection de l'environnement, dont nous faisons partie, au cœur de notre consommation.

Une fois par mois, je propose des menus végétariens car les raisons de réduire notre consommation de viande et de poisson sont nombreuses : santé, environnement, éthique, finances.



### 1.3. Une vocation venue de l'enfance

Héritière d'une longue lignée de cuisinières, je suis tombée très tôt dans les marmites qui embaumaient toutes les cuisines de mon enfance. D'abord par gourmandise, puis par plaisir de faire, je proposais mes services dans le but de m'approcher des casseroles et des secrets de ce qui y mijotait.

Quand vers l'âge de 12 ans, je passe mes mercredis après-midi à cuisiner des gâteaux ou à dresser des tables pour des clients fictifs, je sais déjà que j'en ferai mon métier. Pendant trois ans à l'Ecole Hôtelière de Paris, j'apprends les bases de tous les métiers, de la cuisine aux étages, du secrétariat à la salle. Malheureusement, les horaires de ma profession s'avèrent rapidement incompatibles avec ma vie de maman et je bifurque alors vers le secrétariat où j'assiste pendant une trentaine d'années des dirigeants de petites entreprises. Mais la cuisine a ça de bien : on s'y entraîne tous les jours et les occasions de mettre les petits plats dans les grands sont nombreuses.

Avec la cinquantaine et ses remises en question, je décide de revenir à ma vocation première. En 2018, je me forme aux normes d'hygiène et de sécurité alimentaire (HACCP), et, en 2019, j'obtiens mon CAP de Cuisine à l'école du Chef Thierry MARX, Cuisine Mode d'Emploi(s). Outre toutes les techniques de base de la cuisine française, j'y revois les différents projets dans lesquels je souhaiterais me lancer et, grâce aux précieux conseils de l'équipe pédagogique, je n'en garde qu'un seul :

**Créer un atelier de cuisine pour les particuliers  
où chacun peut mettre la main à la pâte en toute convivialité  
autour de recettes faisant la part belle aux produits du terroir et de la saison.**





## 2 - Proposition

En tant que grand-mère, j'aime éveiller l'intérêt de mes petits-enfants pour ce qu'ils mangent en leur confiant de petites tâches non dangereuses, puis les voir se réjouir d'avoir réussi à fabriquer des merveilles tout en se régalant !

Il était donc tout naturel de proposer des ateliers "parents-enfants", s'adressant aux enfants à partir de 5 ans accompagnés d'au moins un adulte, parmi mes différents types d'ateliers. Ces ateliers de 2 heures 30 permettent la réalisation et la dégustation d'un plat et d'un dessert, simples et ludiques à préparer.

Basés sur un thème en lien avec la saison ou le terroir du Gâtinais, les menus apportent aux enfants un maximum de connaissances sur un produit, possibilités d'accommodement et de découvertes sensorielles.

Les thèmes, le contenu éducatif et l'objectif de ces ateliers sont en parfaite adéquation avec l'offre éducative du PNR du Gâtinais : *"Permettre aux jeunes de découvrir leur lieu de vie, d'en connaître les richesses, d'en comprendre la complexité et d'agir pour le préserver afin aussi de l'apprécier et de mieux l'habiter."*

Je considère avoir rempli ma mission quand un enfant goûte et apprécie finalement un plat contenant un aliment qu'il n'aimait pas manger jusque-là. Peut-être, aussi, aurai-je la joie de susciter à mon tour des vocations pour la cuisine chez quelques uns de mes commis en herbe !

### 2.1. Objet de l'offre

Isatelier propose l'animation d'ateliers de cuisine pédagogiques de 2 heures 30 pour des groupes de 10 enfants de 6 à 10 ans et de 11 à 15 ans.

Un atelier comprend la préparation d'un plat et d'un dessert, simples et ludiques, équilibrés nutritionnellement, à base de produits de saison et autant que possible issus de productions locales ou bio. L'ensemble des préparations est fait maison.

Les thématiques des ateliers sont en lien direct avec le patrimoine culinaire et les productions du Gâtinais, comme par exemple : le miel, le cresson, les herbes aromatiques & condiments, la poule du Gâtinais & ses œufs, le fromage de chèvre, le chanvre, le safran, le quinoa, etc.

Idéalement, les ateliers de cuisine sont l'étape finale d'une démarche pédagogique complète, après que les professeurs des écoles ont préalablement :

- 1/ visité une production locale,
- 2/ étudié l'aliment de la thématique en classe,
- 3/ cultivé le fruit ou le légume dans le potager de l'école.

Afin de permettre aux enseignants de préparer le thème en classe, les ateliers d'un même groupe d'enfants sont espacés d'un minimum de 3 semaines, hors congés scolaires.

Le nombre d'ateliers par groupe d'enfants, ainsi que leur espacement dans le temps, peut varier en fonction du délai nécessaire aux enseignants pour préparer le thème en amont.

Un minimum de 4 ou 5 ateliers par groupe d'enfants au cours de l'année scolaire est nécessaire pour leur permettre d'avoir un aperçu suffisant des richesses du Gâtinais, des produits de saison, et d'acquérir quelques connaissances culinaires de base.



Bien que je privilégie l'utilisation d'ustensiles à main (*hachoir, mixeur, râpe, fouet ultra rapide, couteaux en plastique*) et les cuissons au micro-ondes, il subsiste toujours des risques de blessure dans une cuisine. Voilà pourquoi la présence d'adultes est requise, à la fois pour compléter l'encadrement des jeunes, mais aussi pour prendre en charge les tâches les plus dangereuses comme la cuisson ou la manipulation du four.

Chaque atelier débute par la lecture des fiches recettes, afin d'identifier les préparations dangereuses, de les expliquer aux enfants et de les mettre en garde. S'ensuit une répartition des rôles, entre adultes et enfants, puis entre les enfants pour ce qui concerne les tâches à effectuer collectivement ou à tour de rôle. Le déroulé de l'atelier est également préalablement expliqué.

Après un rapide tour de table sur leurs connaissances déjà acquises, les différents modes de consommation et de cuisson de l'aliment objet du thème de l'atelier sont abordés. Vient enfin la phase pratique, d'une durée d'environ 2 heures.

L'atelier dispose d'un nombre suffisant de matériel de manière à ce que plusieurs petits groupes d'enfants réalisent la même préparation au même moment. L'accès à un évier, un réfrigérateur, un four et un congélateur est cependant indispensable. Pour cette raison, les ateliers de cuisine ont lieu dans des écoles dont la cantine dispose de ces équipements.



Centre de loisirs « Le Petit Prince » - Été 2021



## 2.2. Intérêts pédagogiques de la cuisine pour les enfants

L'intérêt des ateliers de cuisine thématiques pour enfants, en fonction de leur âge et de leur niveau d'études, est de :

- 1/ découvrir et connaître le patrimoine culinaire du Gâtinais, un patrimoine à part entière, riche sur notre territoire,
- 2/ développer leur goût par des dégustations à l'aveugle,
- 3/ éveiller leur intérêt pour l'activité économique locale en lien avec la préservation de l'environnement dont ils font partie (solidarité avec nos agriculteurs, bienfaits pour la santé d'une alimentation locavore, etc.)
- 3/ s'initier à la cuisine, une matière non enseignée à l'école,
- 4/ impacter leurs futures habitudes alimentaires dès leurs plus jeunes années.

Apprendre à cuisiner est un excellent support pédagogique pour les professeurs grâce à la mise en pratique de nombreuses matières étudiées en classe :

Connaissance des aliments et spécialités de notre terroir : Apprendre leurs noms et emplois, connaître leurs bienfaits pour le corps humain, pourquoi sont-ils devenus des spécialités du Gâtinais.

Éducation au goût et découverte sensorielle : Pour cuisiner, les cinq sens sont mobilisés.

Langage : Apprentissage du vocabulaire culinaire, exprimer les sensations ressenties, etc.

Motricité et dextérité : Ne pas renverser, comment tenir un couteau, comment et pourquoi utilise-t-on un fouet, etc.

Utilisation des mathématiques : Omniprésentes en cuisine où il faut peser, mesurer, faire du calcul mental, convertir, etc.

Apprentissage de l'hygiène : Pourquoi se lave-t-on les mains, le plan de travail, les ustensiles utilisés, etc.

Travaux pratiques de chimie : Action de la chaleur, action des levures, de la gélatine, etc.

Organisation du temps : Progression logique des étapes d'une recette, coordination des préparations dans un temps imparti, etc.

Socialisation et vivre ensemble : Préparations réalisées en groupe, à tour de rôle, entraide entre les commis en herbe.

Éducation à l'environnement et au développement durable : Les saisons offrent ce dont le corps humain a besoin quand il fait froid ou chaud, profitons-en ! Apprendre à ne pas gaspiller et recycler une chute de pâte, un reste de légumes.

Arts plastiques : Décorer une table, une assiette.

Hygiène alimentaire : Protides, glucides, lipides, vitamines, oligo-éléments : Pourquoi est-il important de varier notre alimentation ? Comment équilibre-t-on un repas ? Les allergènes.

Motivation : Déguster ce que l'on a cuisiné nécessite de mener une tâche à son terme. Accomplir et s'accomplir par le travail manuel. Après l'effort, le réconfort !



### 2.3. Composition des groupes de jeunes visés

Les ateliers de cuisine sont destinés à des groupes de 10 jeunes maximum.

La tenue des ateliers a lieu durant le temps d'activités scolaires ou périscolaires et est adaptée à 2 types de groupes d'âges :

**6 à 10 ans :** élèves d'école primaire,

**11 à 14 ans :** collégiens.

Les parents des élèves inscrits aux ateliers sont sollicités pour signaler les éventuels allergènes à éviter pour leur enfant.

En ce qui concerne la participation de jeunes handicapés, l'avis d'éducateurs spécialisés est requis afin de s'assurer qu'un atelier de cuisine est envisageable sans risque pour les enfants. Je n'ai personnellement aucune expérience dans ce domaine mais je serai très heureuse d'en dispenser en collaboration avec des éducateurs spécialisés.



Initiation à la pâtisserie - Juin 2021



## 2.4. Planning prévisionnel

Les ateliers de cuisine thématique ont idéalement lieu le mercredi matin, jour dédié aux activités périscolaires et aux ateliers de cuisine "parents-enfants" dans l'activité d'Isatelier.

Cependant, tout autre jour - défini au minimum deux mois à l'avance - est envisageable en fonction des impératifs du programme scolaire et/ou des enseignants qui choisissent de faire participer leur classe aux ateliers de cuisine.

Dans l'éventualité où le mercredi serait retenu, le planning prévisionnel d'exécution des ateliers (*tenant compte des vacances scolaires*), serait le suivant :

Dates	Groupes	Exemples de thèmes	Exemples de menus
05/01/2022	Groupe 1	Le miel	Mignons de veau sauce aigre-douce Gratin dauphinois Pommes au four, sauce caramiel
12/01/2022	Groupe 2		
19/01/2022	Groupe 3		
26/01/2022	Groupe 4		
02/02/2022	Groupe 1	La poule du Gâtinais & ses œufs	Cordon bleu Chips et crémeux de panais Pavlova kiwi-passion
09/02/2022	Groupe 2		
16/02/2022	Groupe 3		
09/03/2022	Groupe 4		
16/03/2022	Groupe 1	Le quinoa (menu végétarien)	Burger aux galettes de quinoa, halloumi grillé et houmous vert Quinoa au lait et aux fruits de saison
23/03/2022	Groupe 2		
30/03/2022	Groupe 3		
06/04/2022	Groupe 4		
13/04/2022	Groupe 1	Le cresson	Tagliatelles magiques au saumon et cresson Salade de cresson Dôme au goût de paradis
20/04/2022	Groupe 2		
11/05/2022	Groupe 3		
18/05/2022	Groupe 4		
25/05/2022	Groupe 1	Les herbes aromatiques et les condiments	Brochettes kebab, dip à la coriandre Potatoes & chips de chou kale Panna cotta au pesto de menthe
01/06/2022	Groupe 2		
08/06/2022	Groupe 3		
15/06/2022	Groupe 4		
22/06/2022	Groupe 1	Le fromage de chèvre frais (menu végétarien)	Wrap au fromage de chèvre, Crudités de saison et asperges vertes Mug cake fraises-amandes
29/06/2022	Groupe 2		
06/07/2022	Groupe 3		



### 3 - Budget prévisionnel

#### 3.1. Déroulé des ateliers de cuisine thématiques

- Nombre : 5 ateliers thématiques pour 4 groupes d'enfants de janvier à juillet 2022 et/ou 5 ateliers thématiques pour 3 groupes d'enfants de septembre à décembre 2022.
- Séquençage : Idéalement, les ateliers de cuisine thématiques sont l'étape finale d'une démarche pédagogique complète, après que les professeurs des écoles ont préalablement réalisé au minimum une des étapes suivantes :
  1. fait visiter la production d'un établissement du territoire en lien avec le thème de l'atelier de cuisine. Exemples : Darégal, Émile et une graine, le CNPMAI, un élevage de volaille, une production de cresson, une ferme, etc.
  2. interviewé un producteur, un éleveur, un maraîcher lors d'un cours,
  3. basé un cours de Sciences et Vie de la Terre sur l'aliment cuisiné ensuite pendant l'atelier thématique.

L'atelier de cuisine débute par un bref rappel de ce que les enfants ont déjà appris lors de leur visite d'une exploitation ou en cours, complète leurs connaissances en lien avec l'alimentation et les modes cuisson, et se termine par la mise en pratique : réalisation d'un plat et d'un dessert, simples et ludiques à préparer, dégustés ensuite au cours du déjeuner. Des fiches recettes pratiques sont fournies aux élèves en âge de pouvoir les lire, afin qu'ils puissent reproduire la recette à la maison.

Enfin, un cours de dessin ou de rédaction pourra conclure la séquence pédagogique en permettant aux enfants d'exprimer leur retour d'expérience sur la visite, l'interview et/ou l'atelier de cuisine.

- Situation de l'activité : Les ateliers se déroulent idéalement dans une partie de la cantine scolaire, proche de la cuisine et de ses équipements (cf. "*Moyens en matériels*" ci-dessous).
- Approche pédagogique : Mise en pratique de nombreuses matières dispensées à l'école, un atelier de cuisine est aussi une découverte sensorielle, ludique, très proche de la nature.
- Méthodologie : En leur faisant mettre la main à la pâte dès le plus jeune âge, en éveillant leurs cinq sens, leur curiosité et imagination, un atelier de cuisine est une démarche démonstrative et créative leur permettant d'acquérir les meilleures habitudes alimentaires.
- Moyens humains : La tenue d'un atelier de 10 enfants requière la présence d'un professeur.
- Moyens en matériel : Pour des raisons d'hygiène et sécurité alimentaire, l'atelier de cuisine doit disposer d'un accès au réfrigérateur, à l'évier, au four, mais aussi au congélateur ou à une cellule de refroidissement de la cuisine de la cantine.
- Durée : de 9 heures à 12 heures, comprenant une récréation de 30 minutes, soit 2 heures 30 hors mise en place, équipement des enfants et rangement du cours. Ces horaires sont à adapter en fonction des horaires de la cantine scolaire, afin de ne pas gêner le personnel.



### 3.2.- Coût unitaire par atelier et par groupe

La prestation d'Isatelier, pour la période du 5 janvier au 31 décembre 2022, et par atelier de 10 jeunes maximum, est facturée :

**350 €** par atelier de 2 heures 30

#### Ce tarif comprend :

- la conception des thématiques,
- le travail préparatoire avec les enseignants et le PNR du Gâtinais, en amont de l'atelier de cuisine,
- la livraison des matières premières selon les normes d'hygiène et de sécurité alimentaire (respect de la chaîne du froid en glacières ou caissons réfrigérés),
- la fourniture de fiches recette et de tabliers,
- la mise à disposition du matériel complémentaire nécessaire à l'élaboration des recettes,
- les frais de déplacement,
- l'animation des ateliers de cuisine,
- le nettoyage et la remise en état des lieux utilisés pour l'atelier.

*(TVA non applicable selon l'article 293 B du Code général des impôts)*



## 4 - Annexes

### Extrait K-Bis

Greffe du Tribunal de Commerce d'Evry  
1 RUE DE LA PATENOIRE  
91011 EVRY CEDEX  
N° de gestion 2021A00090

Code de vérification : D6Q8mXic9v  
<https://www.infogreffe.fr/contrôle>



#### Extrait Kbis

### EXTRAIT D'IMMATRICULATION PRINCIPALE AU REGISTRE DU COMMERCE ET DES SOCIÉTÉS à jour au 3 mai 2021

#### IDENTIFICATION DE LA PERSONNE PHYSIQUE

<i>Immatriculation au RCS, numéro</i>	879 379 444 R.C.S. Evry
<i>Date d'immatriculation</i>	08/01/2021
<i>Nom, prénoms</i>	<b>PARMENTIER Isabelle Catherine</b>
<i>Nom d'usage</i>	PASCAL
<i>Date et lieu de naissance</i>	Le 19/10/1963 à Le Raincy (93)
<i>Nationalité</i>	Française
<i>Domicile personnel</i>	4 Rue Antoine Breguet 91750 Champcueil

#### RENSEIGNEMENTS RELATIFS A L'ACTIVITE ET A L'ETABLISSEMENT PRINCIPAL

<i>Adresse de l'établissement</i>	4 Rue Antoine Breguet 91750 Champcueil
<i>Activité(s) exercée(s)</i>	Cours de cuisine aux particuliers, chef à domicile
<i>Date de commencement d'activité</i>	02/12/2019
<i>Origine du fonds ou de l'activité</i>	Création
<i>Mode d'exploitation</i>	Exploitation directe

Le Greffier



FIN DE L'EXTRAIT



## Assurance professionnelle



Inter Mutuelles Entreprises

Inter Mutuelles Entreprises  
Société anonyme à directoire et conseil de surveillance  
au capital de 27 763 000 € entièrement versé  
N° RCS 387 511 825 Rouen  
Entreprise régie par le Code des Assurances

Siège social : 68 rue de Valenciennes 75155 Paris  
Autre adresse : 11 rue du Docteur Lavoisier 75019 Paris Cedex 02  
N° 42 32 95 26 92

PASCAL ISABELLE  
4 RUE ANTOINE BREGUET  
91750 CHAMPCUEIL

### ATTESTATION D'ASSURANCE

Inter Mutuelles Entreprises atteste que l'assuré indiqué ci-dessus

Exerçant une activité de :

FABRICATION ARTISANALE DE PRODUITS ALIMENTAIRES  
COURS D'ARTS PLASTIQUES ET DE LOISIRS CRÉATIFS

**Y compris dans le cadre de sa participation à des foires et marchés.**

Est garanti par le contrat N° 971 0001 65799 J 30

Valable du 01/01/2021 au 31/12/2021.

Renouvelable par tacite reconduction annuelle.

#### AU TITRE DES GARANTIES SUIVANTES

**dans les limites fixées aux Conditions Générales et Particulières du contrat auxquelles il convient  
de se reporter pour le détail des garanties**

- Responsabilité civile (\*)

(\*) Le descriptif de la garantie et de ses exclusions est mentionné sur les Conditions Générales et Particulières du contrat auxquelles il y a lieu de se reporter

- Responsabilités locatives temporaires

- Protection juridique suite à accident

Fait à Paris, le 30/08/2021

Le Président du Directoire  
Thierry MASSON



## Curriculum Vitae

### Isabelle PASCAL

4 rue Antoine Bréguet  
91750 CHAMPCUEIL

06.84.56.87.95  
pascali@neuf.fr

### Domaines de compétences

#### Cuisine traditionnelle française

Mise en place, préparations, cuissons, contrôle & dressage d'amuses-bouches, entrées, plats, fonds et sauces, pâtisseries et entremets de restaurant, décors d'assiette.

Respect des normes de sécurité alimentaire & bonnes pratiques d'hygiène HACCP.

Autocontrôles & enregistrements traçabilité.

Réception, contrôle et stockage des aliments.

Entretien de la cuisine et du matériel.

#### Gestion du personnel

Maître d'apprentissage (Secrétariat).

Tenue de réunions (Technique/Commercial).

Création & gestion de plannings.

Recrutement d'apprentis & Pré-recrutement.

Planification du travail journalier (Service Technique).

#### Autres compétences

Gestion de stock & commandes fournisseurs.

Création & tenue de bases de données.

Suivi de budgets.

Statistiques de ventes.

Rédaction de comptes-rendus & procédures internes.

Ecritures comptables.

Anglais commercial & Allemand courant.

### Expérience professionnelle

**Déc. 2019** Isatelier de cuisine et pâtisserie  
**Mars 2019** La Saveur des Toques – Mennecy 91  
**2014 - 2017** T.M.C.R. (Mercerie) - 91  
**2010 - 2014** AQUALYS (Gestion de laverie) - 91  
**2006 - 2010** SYNFLEX (Electrotechnique) – 91  
**2005 - 2006** Particulier - Paris  
**2002 - 2005** CEREDAS (Paramédical) - 92  
**1993 - 2002** VARGUS France (Outils de filetage) - 92  
  
**1990 - 1993** B.E.A. (Architecture) - Paris  
**1989 - 1990** J.P.C. (Agence de Communication) - 93  
**1986 - 1989** ISO Bureaux (Location & prestations) - 92  
**1983 - 1986** Le Grand Hôtel - Paris  
**1982** Bundesbahn Hotel - Munich  
**1981 - 1982** Hotel Bayerischer Hof - Munich

**Auto-entrepreneur, Animatrice**  
Cuisinière stagiaire – Chef : Laura DORVIN  
Assistante Commerciale et Administrative  
Assistante de Direction – Création CRM  
Assistante Commerciale Trilingue & GPAO  
Secrétaire particulière & Intendante  
Assistante de Direction  
**1995 - 2002** Assistante de Direction  
**1993 - 1995** Secrétaire Commerciale  
Secrétaire Sténo-Dactylo  
Secrétaire Sténo-Dactylo  
Réceptionniste, Sténo-Dactylo  
Caissière - Réceptionniste  
Gouvernante d'étage  
Stagiaire à la Caisse-réception

### Formations & diplômes

**2019** Cuisine Mode d'Emploi(s) - Grigny  
**2017** M.C.F. – Centre de formation agréé  
**1978 - 1981** Ecole Hôtelière Jean Drouant - Paris

**COP Commis de cuisine (équivalent CAP Cuisine)**  
**Formation aux normes H.A.C.C.P.**  
**Brevet Technique Hôtelier (Option Réception)**  
**C.A.P. Employé d'hôtel** (candidat libre)

### Divers

**Mobilité :** Permis B et véhicule.

**Loisirs :** Couture, natation, chorale.



# Brevet Technique Hôtelier

REPUBLIQUE FRANCAISE  
MINISTERE DE L EDUCATION NATIONALE  
Académie de ..... PARIS

**BREVET de TECHNICIEN**

**EN** .....HOTELLERIE.....  
OPTION : Réception et tâches de secrétariat.....

Conféré à M. ademoiselle PARMENTIER Isabelle, Catherine  
né(e) le 19 octobre 1963 à LE RAINCY (Seine-Saint-Denis)

Conformément au décret n 56.931 du 14 septembre 1956 ( titre VIII )  
- à l'article 34 du décret n 59.57 du 6 janvier 1959 modifié, portant réforme de l'enseignement  
- au décret n 64.42 du 14 janvier 1964 modifié, relatif à la délivrance du titre de technicien breveté  
- et à la délibération du jury en date du .....29 JUIN 1981.....

Signature de l'impétrant  
N°.....

Le Recteur de l'Académie  
Le Secrétaire Général  
G. LESAGE  
Le .....







**CERTIFICAT DE QUALIFICATION PROFESSIONNELLE DE L'INDUSTRIE HOTELIERE**

Article L. 6314-1 du code du travail

**Commis de cuisine**

Enregistré au répertoire national des certifications professionnelles par arrêté publié au journal officiel du 21/11/2009.  
Code spécialité : 334t ; Réception, hébergement, service de restauration, accompagnement.

**Délivré à Isabelle PASCAL**

au vu du procès verbal de délibération du jury  
\*\*\*

En application de la résolution du conseil de l'union européenne du 15 juillet 1996 sur la transparence des certificats de formation professionnelle (JO 96/C224/04), la liste des compétences couvertes par ce Certificat de Qualification Professionnelle est décrite au verso.

Fait à Paris, le 25 juillet 2019

Assane SANE  
Vice-Président

Signature du titulaire

Michel BEDU  
Président

N° du certificat : 43981  
aucun duplicata ne sera délivré



## Formation aux normes HACCP



### ATTESTATION DE FIN DE FORMATION Hygiène Alimentaire

Article L 6353-1 du Code du Travail

Le moins cher en Formation certifie par la présente attestation que la personne ci-dessous dénommée a bien suivi la formation décrite conformément aux dispositions de l'article L 6353-1 du Code du Travail.

Nom et prénom du stagiaire : **Mme Isabelle PASCAL**  
Date de la formation : **Du 02 au 03 Août 2017**  
Lieu de la formation : **PARIS - IBIS Gare de Lyon**  
**31 Bis Boulevard Diderot**  
**75012 PARIS**  
Durée de la formation : **14 heures**

Nature : L'action de formation animée par le Moins Cher en Formation entre dans l'une des catégories prévues par les articles L 6313-1 et L 6341-1 du Code du Travail.

- Acquisition, entretien ou perfectionnement des connaissances.

Évaluation des acquis de la formation : au regard de chaque objectif de la formation, le stagiaire est invité à déterminer les connaissances et les compétences qu'il a acquises, celles qui sont en cours d'acquisition ou celles qui restent à acquérir.

L'évaluation des acquis s'effectuera à l'appui notamment de la correction en groupe et validée par l'animateur suite aux exercices, test d'évaluation auxquels le stagiaire a participé.

Objectif de la formation	Les compétences/connaissances*
1. Les grands principes de la réglementation de la restauration commerciale. (responsabilité des opérateurs, les obligations de résultats, le PMS, l'organisation et la nécessité des autocontrôles).	<input checked="" type="checkbox"/> Ont été acquises <input type="checkbox"/> Sont en cours d'acquisition <input type="checkbox"/> Sont à acquérir
2. L'analyse des risques liés à l'insuffisance d'hygiène en restauration commerciale. (risques physiques, chimiques et biologiques, les TIAC (Toxi Infection Alimentaire Collective), les risques de verbalisation, saisie et fermeture).	<input checked="" type="checkbox"/> Ont été acquises <input type="checkbox"/> Sont en cours d'acquisition <input type="checkbox"/> Sont à acquérir
3. La mise en oeuvre des principes d'hygiène en restauration commerciale. (Guide des Bonnes Pratiques d'Hygiène (GBPH), organisation de la production et stockage des aliments dans les bonnes conditions d'hygiène, mise en place de mesures de prévention).	<input checked="" type="checkbox"/> Ont été acquises <input type="checkbox"/> Sont en cours d'acquisition <input type="checkbox"/> Sont à acquérir

(\* Veuillez cocher la case correspondante)

Nota. Cette attestation peut vous permettre de renseigner votre Passeport Orientation Formation (art. L6315-2 du Code du Travail).

Le Moins Cher en Formation SAS au capital de 10 000 €  
729 Boulevard de Lery, 93100, La Seyne-sur-Mer (Provence) - T.R. 04 94 05 05 00  
www.lemoinscher-formation.com - contact@lemoinscher-formation.com

RD Tailleux 726 929 882 000 35 - NAF : 8550A

Déclaration enregistrée sous le n°93 81 046 14 82 auprès du Préfet de la région Provence Alpes Côte d'Azur  
Agrément du Ministère de l'Éducation N°1421 INTD 130578(A)