



# ZAINAB BANU

À LA RECHERCHE D'UN STAGE  
EN COUTURE

## COORDONNÉES



0758857109



banusm1981@gmail.com



70 bd Barbès 75018 Paris

## QUALITÉS

Esprit d'équipe  
Ponctuelle  
Curieuse  
Courageuse

## COMPÉTENCES ET SAVOIR-FAIRE

- Initiation à la coupe et au patronage
- Assemblage de vêtements à partir d'un patron existant
- Utilisation de la piqueuse plate et de la surjeteuse
- Techniques diverses d'assemblages : couture ouverte, couture rabattue, patchwork, ourlet,
- Couture à la main (ourlet invisible, point chausson, boutonnière)
- Pose d'une fermeture éclair et de boutons
- Réalisation de poches ( passepoilée, plaquée)
- Broderie à la main
- Techniques traditionnelles indiennes

## EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE

### Couture et retouche (cadre familial)

Linge de maison (rideaux, draps, etc) vêtements pour enfants, tenues traditionnelles indiennes.

### Bénévolat

B Amlî | 2019 - 2022 | Paris

- Préparation de repas et distribution

### Bénévolat

Centre Associatif Le Picoulet | 2022-2023 | Paris

Participation aux printemps des poètes

### Bénévolat

Collège Edouard Manet | 2016 | Marseille

- Participation à l'organisation d'événements scolaire

## FORMATION

### Formation "Mode d'Emploi Recyclé" certifiée QUALIOPI

ASSOCIATION CHAUSSETTES SOLIDAIRES | 2022  
- à ce jour | Paris

- formation certifiée QUALIOPI
- couture, réparation, retouche, upcycling, logistique, vente et histoire de la mode

### Cours de Français

Le Picoulet Centre Social | 2018- à ce jour | Paris

### Cours de Français

Collège Edouard Manet | 2016-2017 | Marseille

### Ecole Ejaz

Niveau 4ème | 1989 - 2000 | Hyderabad, Inde

## LANGUES

- Urdu : Langue maternelle ●●●●●
- Français : courant ●●●○○
- Anglais : Niveau intermédiaire ●●○○○

## CENTRES D'INTÉRÊT

- Apprentissage de nouvelles langues
- Sport, yoga
- Cuisine