



Erasmus+

PRAKTYKI ZAGRANICZNE



**Doświadczenie
Kwalifikacje**

**Kompetencje
Wiedza**

**Mobilność
Sukces**

MINI PRZEWODNIK DLA STUDENTÓW
ZACHODNIOPOMORSKIEGO UNIwersYTETU TECHNOLOGICZNEGO
W SZCZECINIE



Zachodniopomorski Uniwersytet Technologiczny
w Szczecinie

WSTĘP

Drogi Studencie, Droga Studentko,

Przewodnik ten stworzony został z myślą o Was i ma na celu pomoc w zorganizowaniu praktyki zawodowej w trakcie trwania studiów w Zachodniopomorskim Uniwersytecie Technologicznym w Szczecinie.

Praktyka czyni mistrza i stanowi integralną część kształcenia oraz duży atut w momencie poszukiwania pracy. Szanse często wzrastają, kiedy w CV możecie wykazać zagraniczną praktykę zawodową. No dobrze, ale jak się do tego zabrać?

Niniejszy materiał postara się odpowiedzieć na to pytanie. Staraliśmy się, by był jak najbardziej informacyjny, praktyczny i odzwierciedlający aktualne realia – duża część materiału bazuje na naszej codziennej praktyce oraz doświadczeniu osób, które uczestniczyły w zagranicznych praktykach zawodowych. Założeniem niniejszego materiału jest wskazanie najważniejszych elementów niezbędnych w znalezieniu odpowiedniej dla Was praktyki.

Mamy nadzieję, że lektura okaże się przydatna, a zawarte w niej wskazówki wesprą Was w procesie poszukiwania idealnej praktyki.

*Pracownicy
Działu Mobilności Międzynarodowej*

SPIS TREŚCI:

1. Wstęp.....	3
2. Wyjazd na praktykę - od czego zacząć i jak szukać?....	5
3. Organizacje studenckie i międzynarodowe programy stypendialne.....	8
4. Zagraniczna praktyka zawodowa ERASMUS+ - krok po kroku.....	12
5. Praktyki dla absolwentów.....	14
6. Jak efektywnie wykorzystać czas na studiach?.....	15
7. Biuro Karier – obowiązkowe miejsce na studenckiej mapie.....	15
8. Jak napisać dobre CV?.....	16
9. Zapytanie do firmy – na co zwrócić uwagę?.....	17
10. Korzyści z odbytej praktyki i relacje studentów.....	20
11. Kontakt.....	21
12. Przydatne linki.....	21
13. Przykładowe wzory dokumentów:	
▲ Porozumienie o programie praktyki – Learning agreement for traineeship.....	22
▲ Podanie o wyrażenie zgody na wyjazd na praktykę.....	26
▲ Przykładowe zapytanie o praktykę Erasmusa+ kierowane do zagranicznego przedsiębiorstwa.....	27

2. WYJAZDY NA PRAKTYKĘ – OD CZEGO ZACZĄĆ I JAK SZUKAĆ?

Zagraniczna praktyka zawodowa lub staż jest doskonałą szansą na otwarcie drzwi do przyszłej kariery zawodowej, jednak jej zdobycie nie jest sprawą najłatwiejszą. Znalezienie odpowiedniego miejsca praktyki, które umożliwi zdobycie cennego doświadczenia zawodowego wymaga czasu i pracy, dlatego im wcześniej podejmiesz decyzję o wyjeździe, tym szybciej wyjazd dojdzie do skutku. Pamiętaj, że znalezienie praktyki zależy w przede wszystkim od Ciebie – inicjatywa, kreatywność oraz zdolności poszukiwawcze odgrywają w tym procesie znaczącą rolę.

Po pierwsze - przeanalizuj jakie korzyści mają wypłynąć z odbytej praktyki, jakie umiejętności i doświadczenie chcesz zdobyć, co jest motywem Twoich działań. Przemyśl, jakimi zadaniami chcesz się zajmować. Istotnym jest także określenie oczekiwań wobec przyszłego miejsca praktyki – rozważ np., czy możesz pozwolić sobie na praktykę bezpłatną, czy ma to być duża międzynarodowa firma, czy też raczej niewielkie kilkuosobowe lokalne biuro.

Po drugie - zrób rozpoznanie branżowego rynku pracy odpowiednio wcześniej. Znalezienie idealnego miejsca praktyki nie odbywa się z dnia na dzień, w większości przypadków należy poświęcić na to około kilku miesięcy – dotyczy to zwłaszcza praktyk płatnych, jeśli poszukujesz ich na własną rękę.

Wielu studentów, którzy już odbyli zagraniczne praktyki proponuje rozpocząć poszukiwania ofert jak najwcześniej, gdyż na odpowiedź czeka się niekiedy kilka miesięcy. Aby skrócić ten czas do minimum w zapytaniu kierowanym do potencjalnego praktykodawcy warto zaznaczyć:

okres trwania praktyki – zazwyczaj firmom nie opłaca się przyjęcie studenta na praktykę trwającą kilka tygodni, zainteresowani są dłuższymi, kilkumiesięcznymi pobytami

planowany termin rozpoczęcia praktyki - najbardziej odpowiedni dla Was, biorąc pod uwagę rozkład zajęć i obciążenie w danym roku akademickim.

Praktyki zawodowe dotyczą przedsiębiorstw z branży jak najbardziej zbliżonej do studiowanego przez Ciebie kierunku. Zakres merytoryczny praktyki oraz jej program powinien odpowiadać profilowi absolwenta na danym kierunku – jeśli masz

wątpliwości co do danej firmy lub charakteru zadań praktyki, skonsultuj się z wydziałowym opiekunem praktyk i/lub prodziekanem właściwym do spraw kształcenia.

Praktyka zawodowa może mieć charakter obowiązkowy (wynika z programu studiów, jeśli okres planowanego pobytu zagranicznego jest dłuższy, jego część można zaliczyć jako praktykę obowiązkową, z tym, że przed wyjazdem musisz dopilnować pewnych formalności) lub nieobowiązkowy (jest realizowana dodatkowo) – w każdym razie uczelnia macierzysta powinna odnotować ten fakt w suplemencie do dyplomu.

A jak zabrać się za poszukiwanie odpowiedniej oferty i miejsca praktyki? Z pomocą przyjdzie na pewno Internet, który stanowi niezbędne narzędzie w poszukiwaniu ofert praktyk. Dobrym rozwiązaniem jest korzystanie z portali zbierających oferty zagranicznych praktyk zawodowych – w taki właśnie sposób spora grupa studentów znalazła przedsiębiorstwa, w których odbyła swoje praktyki. Niektóre z portali są bezpłatne, jednak coraz większą popularnością cieszą się portale płatne. Opłata w takim przypadku pobierana jest np. za dostęp do określonej oferty lub możliwość bezpośredniego aplikowania do ogłaszającej się firmy.

Po trzecie – pomysłowość to podstawa w poszukiwaniu miejsc praktyk, jeśli wcześniej ograniczaj się jedynie do aplikowania do firm czy przedsiębiorstw. Praktyka zawodowa może się również odbyć w zagranicznej uczelni wyższej, która również kształci w zakresie techniki i technologii. Warto zainteresować się z jakimi uczelniami zagranicznymi współpracuje Twój wydział. Masz wtedy pewność, że współpraca bezpośrednio dotyczy dziedziny, w której kształci Twój wydział macierzysty. Informacji na temat aktualnie obowiązujących umów o współpracy zasięgniesz w dziekanacie bądź u pełnomocnika dziekana ds. współpracy dydaktycznej zagranicą, powołanego na Twoim wydziale. Informacje o współpracujących uczelniach dostępne są również w Dziale Mobilności Międzynarodowej oraz nauczelnianej stronie Erasmus+

<http://www.erasmusplus.zut.edu.pl/> w zakładce „Uczelnie partnerskie”.

Po czwarte – niezależnie od tego czy praktyka odbędzie się w trakcie trwania roku akademickiego czy w okresie wakacyjnym dopilnuj wszelkich formalności dotyczących wyjazdu z Twoim wydziałem macierzystym, a w szczególności:

▲ skonsultuj zakres merytoryczny praktyki z prodziekanem

kierownikiem studiów doktoranckich lub dyrektorem szkoły doktorskiej oraz ustal, który moment w trakcie studiów będzie najlepszym do realizacji wyjazdu,

- ▲ w przypadku konieczności wyjazdu w trakcie trwania semestru, ustal z prodziekanem/kierownikiem studiów doktoranckich lub dyrektorem szkoły doktorskiej warunki zaliczenia zaległych przedmiotów,
- ▲ ustal na piśmie program praktyki, oraz upewnij się czy praktyka zostanie zaliczona w poczet studiów (ewentualnie jako dodatkowa aktywność) oraz czy zostanie wyceniona punktami ECTS,
- ▲ uzyskaj pisemną zgodę na wyjazd od prodziekana /kierownika studiów doktoranckich lub dyrektora szkoły doktorskiej.

Szczegółowe przygotowanie do wyjazdu na zagraniczną praktykę wymaga czasu i pewnej precyzji, jednak jest niezbędne w celu osiągnięcia satysfakcji z pobytu oraz bezproblemowego powrotu na uczelnię.

CO WARTO WYKORZYSTAĆ W POSZUKIWANIACH PRAKTYKI:

- ▲ Internet – m.in. portale informujące o ofertach praktyk zawodowych dla studentów
- ▲ Indywidualne zapytanie o możliwość przyjęcia na praktykę przesłane bezpośrednio do firmy
- ▲ Kontakt z osobami, które zrealizowały w przeszłości praktyki zagraniczne (np. stypendyści programu Erasmus, uczestnicy wymian IAESTE)
- ▲ Uczelniane Biuro Karier
- ▲ Kontakty macierzystego wydziału – współpracujące firmy i przedsiębiorców oraz instytucje i uczelnie, z którymi wydział zawarł umowy o współpracy (opiekun praktyk, nauczyciele akademicki, promotorzy)
- ▲ Targi pracy
- ▲ Prywatny pobyt za granicą – nawet w trakcie wakacji warto przejść się z CV po kilku lokalnych firmach (dobra okazja do osobistego przedstawienia się!)
- ▲ Kontakty osobiste (tak! Chodzi o rodzinę, przyjaciół i znajomych)

3. ORGANIZACJE STUDENCKIE I MIĘDZYNARODOWE PROGRAMY STYPENDIALNE

W poszukiwaniu miejsca praktyki bardzo pomocna okazuje się wiedza o organizacjach studenckich oraz zorganizowanych międzynarodowych programach stypendialnych. Instytucje/inicjatywy takie często poszukują w imieniu studentów oferty praktyk oraz potencjalnych praktykodawców, a następnie informują o nich odpowiednie grupy docelowe studentów. Pierwszą fazą, czyli znalezieniem miejsca praktyki obciążona jest dana organizacja, natomiast od Ciebie będzie zależało ostateczne sfinalizowanie wyjazdu.

Aktualne informacje o dostępnych ofertach stypendialnych dostępne są na stronie www.mobilnosc.zut.edu.pl, w zakładce „Mobilność studentów i doktorantów”.

Poniżej przedstawiamy najbardziej popularne organizacje oraz międzynarodowe programy stypendialne, które mają „gotowe” oferty lub mogą ułatwić proces poszukiwania praktyki.

AIESEC

Organizacja AIESEC (Association Internationale des Étudiants en Sciences Économiques et Commerciales) jest jedną z największych międzynarodowych organizacji studenckich. Założona została w 1948 r., a w Polsce działa od 1971 r. W Polsce AIESEC jest reprezentowany przez komitety lokalne działające przy uczelniach wyższych.

Działalność AIESEC opiera się na umożliwieniu młodym ludziom rozwoju 5 kompetencji: **przedsiębiorczości, odpowiedzialności społecznej, inteligencji emocjonalnej, umiejętności pracy w globalnym środowisku, aktywnego uczenia się***.

W ramach swojej działalności AIESEC umożliwia swoim członkom wyjazd na praktykę zagraniczną. Dla studentów uczelni technicznych AIESEC proponuje zagraniczne praktyki zawodowe o charakterze technicznym, ściśle związane ze studiowanym kierunkiem, a w szczególności: **nauk technicznych, elektrotechniki, mechaniki, inżynierii, biotechnologii, informatyki**.

Więcej informacji dotyczących oferty AIESEC:
<http://www.aiesec.org/poland/>

* Źródło: <https://aiesec.pl/>

IAESTE

Organizacja IAESTE (International Association for the Exchange of Students for Technical Experience) ma na celu pozyskiwanie zagranicznych praktyk zawodowych dla studentów polskich uczelni kształcących się na kierunkach technicznych. Praktyki obejmują okres 6-12 tygodni, i mogą być realizowane w ponad 90 krajach świata. Podczas praktyki student otrzymuje kieszonkowe w wysokości ustalonej dla danego kraju goszczącego, które ma na celu pokrycie kosztów utrzymania w kraju docelowym.

Więcej informacji znajdziesz na stronie Komitetu Lokalnego IAESTE przy Zachodniopomorskim Uniwersytecie Technologicznym w Szczecinie:
<https://www.iaeste.pl/>

NARODOWA AGENCJA WYMIANY AKADEMICKIEJ

NAWA realizuje programy wymiany akademickiej w ramach umów bilateralnych i współpracy dwustronnej z m.in. następującymi krajami: Armenia, Białoruś, Bułgaria, Chiny, Chorwacja, Czechy, Egipt, Izrael, Japonia, Kazachstan, Macedonia, Mongolia, Rumunia, Serbia, Słowacja, Słowenia, Tajwan, Ukraina, Węgry, Wietnam.

Celem programu wymiany jest zwiększenie internacjonalizacji polskiego szkolnictwa wyższego, nawiązywanie współpracy akademickiej i jej realizacja poprzez wymianę osobową studentów i pracowników naukowych w oparciu o umowy międzynarodowe pomiędzy Polską a krajami partnerskimi oraz współpracę bilateralną na poziomie krajowym lub resortowym.

Dzięki realizacji wymiany studentów, doktorantów i naukowców w ramach umów międzynarodowych rozwijane będą relacje pomiędzy krajami partnerskimi, pogłębiane wzajemne zrozumienie, zaufanie i szacunek.

Wyjazdy w ramach programu mogą trwać od 5 dni do 12 miesięcy w danym roku akademickim – w zależności od zapisów umowy, w oparciu o którą odbywa się współpraca. Jeśli umowa międzynarodowa przewiduje wypłatę stypendium przez stronę wysyłającą, Program zapewnia finansowanie stypendium na pokrycie kosztów utrzymania Beneficjenta związanych z jego pobytem w zagranicznym ośrodku goszczącym w wysokości uzależnionej od kraju pobytu oraz etapu kariery akademickiej Beneficjenta.

Więcej informacji oraz aktualne oferty stypendialne:
<https://nawa.gov.pl/studenci/studenci-polscy>

* źródło: <https://nawa.gov.pl/>

ERASMUS+

Program Erasmus+ umożliwia studentom odbycie zagranicznej praktyki zawodowej w jednym z krajów uczestniczących w programie, tj. 28 krajów Unii Europejskiej, 3 krajów Europejskiego Obszaru Gospodarczego – Norwegia, Islandia, Lichtenstein, Turcja oraz Macedonia i prawdopodobnie od roku 2019/2020 również Serbia.

Zakwalifikowani studenci mają możliwości otrzymania częściowego stypendium na pobyt na praktyce, mające na celu pokrycie różnic wynikających z utrzymania pomiędzy krajem macierzystym a krajem przyjmującym.

W ramach programu Erasmus+ opracowano elektroniczną platformę umożliwiającą wyszukanie praktyki zgodnej z preferencjami kandydata, link do niej znajdziesz w części „przydatne linki”.

Więcej informacji na temat programu Erasmus+ w Zachodniopomorskim Uniwersytecie Technologicznym w Szczecinie dostępne są na uczelnianej stronie Erasmusa:

<http://www.erasmusplus.zut.edu.pl/>

VULCANUS IN JAPAN

Program skierowany jest do studentów Unii Europejskiej i daje możliwość zapoznania się z zaawansowanymi japońskimi technologiami oraz poznania tamtejszej kultury i podstaw języka japońskiego. Vulcanus in Japan umożliwia im to poprzez:

- ▲ jednotygodniowe seminarium w Japonii,
- ▲ 4-miesięczny kurs języka japońskiego,
- ▲ 8-miesięczne praktyki w wiodących firmach japońskich, tj. Toyota, Bosch Automotive Systems (Japan), Honda, Toshiba.

Selekcja kandydatów odbywa się na podstawie przesłanych aplikacji, w tym wyników w nauce, opinii opiekunów na wydziale macierzystym, znajomości języka angielskiego oraz szerokokorozumianej motywacji. Kandydat musi jednocześnie spełnić poniższe warunki:

- ▲ posiadać obywatelstwo jednego z krajów Unii Europejskiej,

- ▲ być studentem ostatniego roku studiów pierwszego stopnia,
- ▲ studiować w jednej z dziedzin: inżynieria, nauki ścisłe,
- ▲ znać język angielski w stopniu zaawansowanym.

Zakwalifikowani studenci otrzymują grant w wysokości 2 000 000 jenów, które przeznaczone jest na pokrycie kosztów związanych z dojazdem oraz kosztów utrzymania.

Więcej informacji znajduje się na stronie programu:
<https://www.eu-japan.eu/events/vulcanus-japan>

PROGRAM CEEPUS

Środkowoeuropejski Program Wymiany Uniwersyteckiej

Program CEEPUS jest jednym z programów obsługiwanych przez Narodową Agencję Wymiany Akademickim. Podstawowym celem Porozumienia CEEPUS (Central European Exchange Program for University Studies) jest wspieranie wymiany akademickiej w zakresie kształcenia oraz doskonalenia zawodowego studentów i nauczycieli akademickich. Umożliwia ono intensyfikację kontaktów między szkołami wyższymi krajów będących stronami Porozumienia poprzez finansowanie mobilności akademickiej.

Program CEEPUS oferuje:

- ▲ stypendia krótkoterminowe w ramach staży naukowych w ramach Sieci Akademickich;
- ▲ stypendia krótkoterminowe w ramach staży naukowych „Freemover” (uczelnia macierzysta nie musi być członkiem danej sieci akademickiej);
- ▲ stypendia krótkoterminowe w ramach szkół letnich i intensywnych kursów.

O stypendia zagraniczne w ramach CEEPUS aplikować mogą: studenci, studenci doktoranci, pracownicy naukowci.

Obecnie sygnatariuszami Porozumienia są:

Albania, Austria, Bułgaria, Chorwacja, Czarnogóra, Czechy, Macedonia, Mołdawia, Rumunia, Polska, Słowacja, Słowenia, Serbia, Węgry, Bośnia i Hercegowina oraz Kosowo – Uniwersytet w Prisztinie.

Wszelkie procedury, informacje i zasady aplikowania znaleźć można na stronie www.ceepus.info.

* źródło: <https://nawa.gov.pl/>

4. ZAGRANICZNA PRAKTYKA ZAWODOWA ERASMUS+ - KROK PO KROKU



KROK 1. Poszukiwanie praktykodawcy

Znalezienie miejsca praktyki będzie wymagało od kandydatów nieco przedsiębiorczości i zaangażowania. Większość praktyk zagranicznych wymaga samodzielnego wyszukania miejsca praktyki, co pozwala na zebranie cennego doświadczenia w zakresie poruszania się i negocjowania na rynku pracy oraz dopasowanie celów i zadań praktyki do indywidualnego kandydata (tzw. praktyka "na miarę").

Nieco wskazówek, jak zabrać się do poszukiwań, znajdziesz powyżej oraz na stronie <https://www.erasmusplus.zut.edu.pl/pol/program-erasmus-dla-studentow/praktyka/jak-poszukiwac-praktykodawcy.html>

KROK 2. Zebranie informacji

Przygotowanie praktyki wymaga zebrania szeregu informacji, które pozwolą na właściwe przygotowanie, w tym pod względem finansowym. To należy wiedzieć:

- ▲ Kultura i warunki pracy w instytucji, w której odbywać będziesz praktykę. Skontaktuj się z opiekunem praktyki, ustal z nim wstępnie zadania i harmonogram pracy.
- ▲ Czy będziesz objęty/a zbiorowym ubezpieczeniem pracowników, czy też firma wymagać będzie od Ciebie posiadania konkretnej formy ubezpieczenia (np. ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej, tzw. OC).
- ▲ Dowiedz się jak najwięcej o kosztach utrzymania w mieście, w którym będziesz przebywać.
- ▲ Ustal z pracodawcą, czy będziesz otrzymywać wynagrodzenie za swoją pracę (wypłata wynagrodzenia nie jest dla firmy obowiązkowa!).
- ▲ Baza noclegowa w miejscu docelowym - zaplanuj swoje zakwaterowanie. Firmy nie dysponują akademikami, więc licź się z tym, że możesz być zdany/a w tej kwestii na siebie.
- ▲ Dowiedz się, czy firma może zaoferować jakąś pomoc w znalezieniu zakwaterowania lub chociażby pokierować Cię do lokalnych biur pośredniczących w wynajęciu mieszkania.
- ▲ Jeśli korzystasz ze zorganizowanego programu stypendialnego, dowiedz się, jakie warunki finansowe oferuje Ci macierzysta uczelnia (stawki stypendium w danym roku akademickim, ew. inne formy dofinansowania), po czym zaplanuj swój budżet.

- ▲ Dowiedz się, jakie formalności związane są z przygotowaniem wyjazdu w macierzystej uczelni i poza nią oraz jakie obowiązują Cię terminy (rekrutacja na wyjazd, ew. dodatkowe dokumenty wymagane przez pracodawcę).
- ▲ Jeśli chcesz, by część lub całość praktyki Erasmusa+ została zaliczona jako praktyka obowiązkowa, dowiedz się, jakie formalności obowiązują na macierzystym wydziale.

KROK 3. Zgłoszenie kandydatury, rekrutacja w uczelni macierzystej

Niezbędnym elementem przystąpienia do kwalifikacji na wyjazd na praktykę w ramach Erasmus+ w uczelni macierzystej (ZUT) jest, oprócz złożenia karty zgłoszeniowej, **przedstawienie potwierdzenia przyjęcia na praktykę** (choćby email od firmy o gotowości przyjęcia danego studenta na praktykę we wskazanym terminie bądź już przygotowany program praktyki). Stosownie do zasad danego naboru, określony zostanie termin, do którego tej formalności należy dopełnić.

Wypełnij kartę zgłoszeniową i złóż ją u koordynatora wydziałowego w ramach ogłoszonego w Uczelni naboru na zagraniczne praktyki zawodowe. Aby potwierdzić znajomość języka uzyskania statusu absolwenta uczelni. Zasady kwalifikacji na wyjazd oraz jego realizacji są takie same jak przy praktykach studenckich, aczkolwiek przystępując do naboru na praktykę absolwentką kandydat musi być jeszcze studentem (np. ostatniego semestru). Pobyt na praktyce może rozpocząć najwcześniej następnego dnia po obronie pracy dyplomowej.

KROK 4. Przygotowanie porozumienia o programie praktyki

Porozumienie o programie praktyki (Learning agreement for traineeship - TA) jest bardzo ważnym dokumentem związanym z przenoszeniem osiągnięć i uznawalnością akademicką.

Dokument ten przygotowujemy w porozumieniu z koordynatorem wydziałowym/prodzikanem, wydziałowym opiekunem praktyk (dotyczy w szczególności praktyk obowiązkowych) i przyszłym praktykodawcą. Porozumienie zawiera informacje nt. celu praktyki, oczekiwanych rezultatów i harmonogramu pracy, okresu trwania praktyki, obowiązków firmy przyjmującej, reguluje też kwestie ubezpieczenia w trakcie trwania praktyki. Dokument ten sporządzany jest w trzech egzemplarzach i akceptowany przez koordynatora wydziałowego i/lub odpowiedniego prodziekana/kierownika studiów doktoranckich lub dyrektora szkoły doktorskiej oraz instytucję przyjmującą.

KROK 5. Podpisanie umowy stypendialnej

Około dwóch tygodni przed planowaną datą wyjazdu należy skontaktować się z Działem Mobilności Międzynarodowej w celu podpisania umowy stypendialnej. Warunkiem podpisania umowy jest przedstawienie następujących dokumentów:

- ▲ kopii zgody na wyjazd udzielonej przed odpowiedniego prodziekana/kierownika studiów doktoranckich lub dyrektora szkoły

doktorskiej (oryginał dokumentu pozostaje w macierzystym dziekanacie),

- ▲ kopii Learning agreement for traineeship (część 1. Before mobility) zaakceptowanego przez macierzysty wydział i instytucję przyjmującą (jeden oryginalny egzemplarz pozostaje w macierzystym dziekanacie),
- ▲ kopii karty EKUZ (Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego poświadczająca prawo do podstawowego ubezpieczenia medycznego).

KROK 6. Wyjazd

Trzymamy za Ciebie kciuki!

Odbywając praktykę za granicą, pamiętaj o obowiązku rozliczenia się po powrocie z macierzystym wydziałem i Działem Mobilności Międzynarodowej.

5. PRAKTYKI DLA ABSOLWENTÓW

Świeżo upieczeni absolwenci mają możliwość odbycia zagranicznej praktyki zawodowej w ramach programu Erasmus+. Praktykę można zrealizować w ciągu 12 miesięcy od dnia uzyskania statusu absolwenta uczelni. Zasady kwalifikacji na wyjazd oraz jego realizacji są takie same jak przy praktykach studenckich, aczkolwiek przystępując do naboru na praktykę absolwenczką kandydat musi być jeszcze studentem (np. ostatniego semestru). Pobyt na praktyce może rozpocząć najwcześniej następnego dnia po obronie pracy dyplomowej.

6. JAK EFEKTYWNIENIE WYKORZYSTAĆ CZAS NA STUDIACH?

W ciągu kilkuletniego kształcenia na studiach warto zainteresować się dodatkowymi możliwościami zdobywania wiedzy oraz doświadczenia. W tym celu wraz z rozpoczęciem studiów należy zapoznać się z możliwościami jakie oferuje Twoje otoczenie uniwersyteckie.

Bądź aktywny!

W Zachodniopomorskim Uniwersytecie Technologicznym w Szczecinie działa wiele kół naukowych i organizacji studenckich, które znacząco mogą wpłynąć na rozwój Twoich zainteresowań oraz przebieg kariery akademickiej, w tym zorientowanie się, jakie aspekty wybranej dziedziny nauki chcesz głębiej badać. Działalność w organizacjach studenckich czy kołach naukowych służy zarówno pogłębianiu wiedzy teoretycznej i praktycznej w danej dziedzinie, jak również rozwijaniu kreatywnego myślenia, i rozszerzaniu kontaktów z przedstawicielami nauki. Ponadto członkowie kół naukowych biorą udział w wielu konkursach, uczestniczą w kursach specjalistycznych, a także zapraszani są na seminaria czy konferencje (w tym również na arenie międzynarodowej), które umożliwiają nawiązywanie nowych kontaktów zawodowych istotnych w trakcie poszukiwaniu przyszłej pracy.

Szukaj kontaktów na wydziale!

Zgodnie z opiniami byłych praktykantów ułatwienie w poszukiwaniu praktyki jest zdobycie cennych kontaktów. Warto poszukać wśród kadry akademickiej osób, które w ciągu swojej kariery naukowej nawiązały interesujące kontakty z zagranicą.

7. BIURO KARIER – OBOWIĄZKOWE MIEJSCE NA STUDENCKIEJ MAPIE

Biuro Karier Zachodniopomorskiego Uniwersytetu Technologicznego w Szczecinie skoncentrowane jest na doradztwie, szkoleniach oraz udzielaniu studentom i absolwentom informacji dotyczących szeroko rozumianego rynku pracy i edukacji. Służy pomocą studentom i absolwentom w aktywnym wejściu na rynek pracy.

Zadaniem Biura Karier jest również pozyskiwanie i utrzymywanie kontaktów z potencjalnymi pracodawcami. Na stronie Biura znajdują się aktualne oferty pracy, staży bądź praktyk zawodowych skierowanych do studentów i ściśle powiązanych z kierunkami kształcenia w ZUT. W Biurze dowiesz się także jak prawidłowo napisać życiorys, zapoznasz się z technikami poszukiwania pracy oraz europejskimi technikami rekrutacji, będziesz miał możliwość uczestniczenia w szkoleniach i zajęciach warsztatowych.

Szczegółowe informacje uzyskasz bezpośrednio w:
Biuro Karier, Al. Piastów 48, pok. 410, 71-311 Szczecin
tel./fax. 91 449 40 80 www.biurokarier.zut.edu.pl

8. JAK NAPISAĆ DOBRE CV?

Pisanie CV w większości przypadków stanowi nie lada wyzwanie. Ograniczenie się jedynie do wypełnienia wzoru podstawowymi informacjami w sposób nieprzemyślany może w znaczącym stopniu utrudnić i zaniżyć prawdopodobieństwo zdobycia pracy. W internecie istnieje mnóstwo stron, które udostępniają przykładowe wzory dokumentu oraz przedstawiają najważniejsze wskazówki jak prawidłowo napisać CV.

Poniżej przedstawiamy najważniejsze elementy, na które należy zwrócić uwagę tworząc swój życiorys.

Struktura – powinna być przede wszystkim jasna i przejrzysta. Najistotniejsze informacje powinny być widoczne wyraźnie zaznaczone. **Zwiężłość, czytelna, prosta forma** – CV nie należy uduziwiać, a jedynie skupić się na przedstawieniu istotnych dla przyszłego pracodawcy informacji o kandydacie. Dokument powinien być krótki, aczkolwiek treściwy.

Przedstawienie faktów – nie ma sensu wypisywać w życiorysie rzeczy, które nigdy nie miały miejsca, gdyż bardzo szybko wyjdzie to na jaw. Nie fantazuj – bądź uczciwy i przedstaw jedynie fakty, które miały miejsce.

Jeśli zdecydujesz się załączyć zdjęcie, wybierz portretowe o standardowym układzie i wymiarach. Niestety, nie dla wszystkich oczywistym jest, że selfie

w bikini na plaży nie nadaje się jako zdjęcie do CV.

Idealne CV powinno być krótkie, przyjemne w odbiorze dla potencjalnego pracodawcy, przyciągające uwagę, a przede wszystkim szczerze i miarę, tzn. powinno być specjalnie stworzone dla danej oferty. W przypadku ubiegania się o praktykę czy staż w instytucji naukowo-badawczej, wakacyjna praca jako kelner/kelnerka w ośrodku wczasowym raczej nie będzie istotna i odwróci uwagę od znaczących informacji. Pamiętaj, że należy ująć w CV umiejętności i osiągnięcia, które okażą się przydatne dla określonej pracy.

9. ZAPYTANIE DO FIRMY - NA CO ZWRÓCIĆ UWAGĘ?

Jeśli nie masz możliwości skorzystania z kontaktów osobistych swoich, nauczycieli akademickich, rodziny i znajomych, prawdopodobnie zdecydujesz się na zbadanie branżowego rynku pracy w kraju i miejscowości, do których chciałbyś wyjechać i wysłanie zapytania o możliwość przyjęcia na praktykę zawodową. Ścieżka ta jest bardzo podobna do procesu poszukiwania pracy, z jakim większość absolwentów uczelni z pewnością będzie miała w życiu do czynienia – doświadczenie, jakie nabydziesz w trakcie tego procesu może okazać się bardzo cenne i pomóc w uniknięciu błędów, które mogą zdyskwalifikować Twoją kandydaturę.

GARŚĆ DOBRYCH RAD:

▲ Wykaż się inicjatywą, wyjdź z kąta i daj się znaleźć - aplikuj bezpośrednio do firmy, której profil uznasz za interesujący i który powiązany jest ze studiowanym przez Ciebie kierunkiem; wyjeżdżając na zagraniczne wakacje zabierz ze sobą CV i w trakcie pobytu przejdź się po lokalnych firmach; nie wysyłaj jednego zapytania – bądź przygotowany na kilkanaście lub nawet kilkadziesiąt

▲ Zastanów się, co chciałbyś robić po studiach i naucz się przedstawiać jednym, dwoma lub maksymalnie trzema zdaniami – chodzi tu o prezentację Ciebie, jako studenta określonego kierunku i wydziału, z określonymi zainteresowaniami w danej dziedzinie, z mniej lub bardziej sprecyzowanymi planami dotyczącymi tematu pracy dyplomowej i przyszłych planów zawodowych.

▲ Określ swoje priorytety dotyczące planowanej praktyki – Jaka jest główna motywacja podjęcia praktyki? Praktyka płatna, czy bezpłatna? Oczekiwanie, że firma pomoże znaleźć mieszkanie na czas praktyki? Duży czy mały zakres samodzielności? Oto pytania, nad którymi warto się zastanowić zanim podejmiesz negocjacje z firmą.

▲ Stosuj zasadę KISS (keep it short and simple) – osoba czytająca zapytanie powinna z pierwszego zdania zorientować się, o co prosisz. Samo zapytanie nie powinno być bardzo długie, skup się na konkretach. Wyrażaj się zwięźle i precyzyjnie określając swoje zainteresowania oraz oczekiwania. Skup się na konkretach. Wyrażaj się zwięźle i precyzyjnie określając swoje zainteresowania oraz oczekiwania.

▲ Postaraj się określić, kto powinien być adresatem zapytania – w dużych firmach mogą być to działy kadr (human resources) lub działy odpowiadające za praktyki i staże, w małych być może bezpośrednio właściciel.

▲ Wysyłaj zapytania pojedynczo do każdej firmy – jeśli wysyłasz je w formie wiadomości elektronicznej, absolutnie unikaj sytuacji, w której to samo zapytanie wysyłane jest do kilkudziesięciu adresatów widocznych w okienku adresata.

▲ Bądź cierpliwy i nienachalny – jeśli firma nie odpowie po jednym dniu, czeka na odpowiedź i nie przysyłaj kilka razy już wysłanej wiadomości. Ponów zapytanie, jeśli po tygodniu – dwóch nie uzyskasz odpowiedzi. Nie zniechęcaj się pierwszymi niepowodzeniami – część Twoich zapytań prawdopodobnie pozostanie bez odpowiedzi.

▲ Negocjuj krok po kroku – nie zarzucaj firmy listą swoich oczekiwań w pierwszym zapytaniu, o ewentualne wynagrodzenie i pomoc ze strony firmy pytaj wówczas, gdy Twoja oferta okaże się dla nich ciekawa i potwierdzą zainteresowanie przyjęciem Cię na praktykę.

Na końcu przewodnika znajdziesz proponowaną treść pierwszego zapytania – zachęcamy do korzystania!

10. KORZYŚCI Z ODBYTEJ PRAKTYKI I RELACJE STUDENTÓW

Czy należy przekonywać, jak cenne są korzyści z odbytej za granicą praktyki zawodowej? Poza zdobywaniem doświadczenia zawodowego i wszelkich związanych z tym kontaktów i umiejętności, praktykanci mają możliwość uczestniczenia w ciekawych projektach często prowadzonych w międzynarodowej grupie. Poprzez konieczność posługiwania się językiem obcym rozwijają swój zasób słownictwa technicznego i specjalistycznego. Nauka zawodu na terenie obcego kraju zmusza do szlifowania często niejednego języka obcego, Zagraniczna praktyka zawodowa stwarza także możliwość pracy w nowoczesnie wyposażonych laboratoriach oraz poznanie najnowszych technik badań. Kolejną sprawą jest rozwój osobisty i znaczące podniesienie szans na rynku pracy.

Jeśli jeszcze zastanawiasz się czy warto...

„Na wstępie chciałbym zaznaczyć, że zawsze byłem nastawiony sceptycznie do odbywania praktyk, czy też studiowania za granicą. Materiał nie zawsze jest łatwy, tym bardziej w innym języku. Jednak, jeśli człowiek czegoś nie spróbuje na własnej skórze to tkwi w błędzie...

Będąc kompletnymi amatorami nie spodziewaliśmy się, że będzie to jedna z najbardziej wartościowych rzeczy, w której weźmiemy udział w trakcie przebiegu naszych studiów.

Wyjazd na zagraniczną praktykę to ogromne możliwości – przedsiębiorcy w Polsce cenią sobie zagraniczne staże oraz praktyki. Nic w tym dziwnego, ponieważ wiele zakładów w Polsce nie istnieje ze względu na m. in. ograniczenia geograficzne. W różnych miejscach na świecie mamy możliwość by zgromadzić więcej cennego doświadczenia. Doświadczenia zawodowego, ale i życiowego. Na żadnym kursie języka obcego w kraju nie nauczycie się go tak dobrze, jak wyjeżdżając za granicę i po prostu praktykując. Największą z możliwości, jakie daje praktyka w innym kraju, to zdecydowanie szansa na poznanie nowych ludzi, stworzenie kontaktów oraz otwarcie nowych ścieżek kariery.

Co więcej, obcowanie z ludźmi, którzy mają inne zwyczaje oraz w inny sposób patrzą na świat otwiera umysł. Widzi się nowe rzeczy w miejscach, które myśleliśmy, że znamy na wylot. Wyjazd ten pokazał nam, że istnieją miejsca, ludzie, a przede wszystkim możliwości zrobienia czegoś inaczej.”

Z pewnością mogę stwierdzić, że wyjazd ten ogromnie przyczynił się do mojego rozwoju osobistego i zawodowego. W tym pierwszym przypadku, za sprawą wyjazdu poznałam wielu ludzi, którzy są teraz moimi przyjaciółmi oraz przyjaciółmi mojej rodziny. Zwiedziłam wiele miejsc oraz poznałam kulturę Hiszpanii. Praca w laboratorium przyczyniła się do poszerzenia mojej wiedzy w dziedzinie biotechnologii, biologii molekularnej oraz inżynierii genetycznej. Nauczyłam się wielu nowych, innowacyjnych technik, które wzbogaciły moje umiejętności zawodowe. Dodatkowym atutem pobytu jest polepszenie znajomości języków obcych (w trakcie pobytu zdobyłam certyfikaty językowe: język angielski na poziomie C1 oraz język hiszpański na poziomie B1).

„Za sprawą programu Erasmus+ przede wszystkim rozwinęłam kompetencje zawodowe. Poszerzyłam wiedzę w dziedzinie biotechnologii roślin, która silnie związana jest z moją rozprawą doktorską. Udało mi się także nawiązać współpracę z czołowymi naukowcami w Europie i na Świecie. Brałam czynny udział w wielu naukowych konferencjach międzynarodowych oraz jestem współautorem kilku publikacji naukowych.”

„Praktyka w instytucie okazała się niezwykle ważnym doświadczeniem. Specyficzna tematyka, doskonała aparatura i współpraca z prawdziwymi naukowcami umożliwiła mi szybki rozwój i nauczyła odpowiedniego toku myślenia, które będę mógł wykorzystać podczas badań.”

„Korzyści: niezliczone. Przede wszystkim poprawa zdolności językowych. Zdobyte doświadczenia, możliwość zastosowania zdobytej wiedzy w praktyce. Zdobyte cennych kontaktów. Poznanie nowych ludzi, nowych kultur. Możliwość zwiedzania i poznawania nowych miejsc. Zwiększenie pewności siebie. Po prostu nie ma się co nad takim wyjazdem zastanawiać, przezwyciężyć swój strach i obawy, naprawdę warto!”

„Nauczyłem się pracować razem z innymi pracownikami o profilu technicznym oraz wszystkimi członkami procesu inwestycyjnego. Jestem pewny, że odbyta praktyka w istotny sposób pogłębiła moją wiedzę praktyczną oraz, że uzyskana wiedza przyda mi się w przyszłości.”

„Uzmysłowiłam sobie, że wiedza nabyta w uczelni ma dopiero odzwierciedlenie w praktycznym jej zastosowaniu.”

„Praca w międzynarodowym zespole umożliwia mi podniesienie znajomości językowych, ponieważ w codziennej komunikacji używałem przede wszystkim języka angielskiego. Korzystanie z doświadczenia pracowników niemieckiego instytutu dało mi możliwość podniesienia moich kwalifikacji zawodowych, zarówno poprzez czerpanie wiedzy z bezpośrednich rozmów, jak również ze szkoleń, wykładów, czy lekcji języków obcych organizowanych z instytucie.”

„Temat praktyk był ściśle powiązany ze specjalizacją obraną na studiach, przez co mogłem w pełni wykorzystać zdobytą wiedzę i nabyć dużo praktycznego doświadczenia. Możliwość pracy w międzynarodowym zespole, z wieloma świetnymi specjalistami była świetną okazją do podniesienia swoich kwalifikacji, ugruntowania i rozszerzenia zdobytej wiedzy, oraz okazją do poznania wielu wspaniałych ludzi.”

„Zdobytą wiedzę i doświadczenie uważam za bezcenne. Praca na projekcie pozwoliła mi rozwinąć nie tylko wiedzę techniczną, nauczyłam się również jak wygląda praca w realiach 'skandynawskich', jak wielki nacisk kładziony jest na ochronę środowiska i jak wygląda system, styl zarządzania. Uważam, że warto skorzystać z możliwości wyjazdu na zagraniczną praktykę, również po to żeby sprawdzić swoje siły porównać standardy i wrócić ze 'świeżym' podejściem.”

Powyższe wypowiedzi pochodzą z relacji studentów ZUT, którzy zrealizowali zagraniczne praktyki zawodowe.

11. KONTAKT

WYMIANA ZAGRANICZNA DZIAŁ MOBILNOŚCI MIĘDZYNARODOWEJ

ul. Pułaskiego 10 („Stara Chemia”, parter, pokój 15)

Tel. 91 449 47 80

Email: international@zut.edu.pl

Strona www: www.mobilnosc.zut.edu.pl

NA WYDZIALE:

*Pełnomocnicy Dziekana ds. Współpracy Dydaktycznej z Zagranicą
opiekunowie praktyk programowych*

Wydział Biotechnologii i Hodowli Zwierząt

Dr inż. Daniel Polasik

Wydział Budownictwa i Architektury

Dr inż. Andrzej Pozlewicz - dla kierunków: budownictwo,
inżynieria środowiska

Dr inż. arch. Lechosław Czernik – dla kierunków: architektura
i urbanistyka, wzornictwo

Wydział Ekonomiczny

Dr Błażej Suproń

Wydział Elektryczny

Mgr inż. Justyna Jończyk

Wydział Informatyki

Dr inż. Remigiusz Olejnik

Wydział Inżynierii Mechanicznej i Mechatroniki

Dr hab. inż. Anna Majchrzycka

Wydział Kształtowania Środowiska i Rolnictwa

Dr inż. Martyna Śnioszek

Wydział Nauk o Żywności i Rybactwa

Dr hab. inż. Remigiusz Panicz

Wydział Techniki Morskiej i Transportu

Dr hab. inż. Zbigniew Sekulski

Wydział Technologii i Inżynierii Chemicznej

Dr hab. inż. Iwona Pelech

12. Przydatne linki

CO?	Gdzie szukać informacji?
AIESEC	http://aiesec.pl/
IAESTE	http://iaeste.pl/kl/zut.szczecin/
ERASMUS+	https://www.erasmusplus.zut.edu.pl/pol/program-erasmus-dla-studentow/praktyka.html
Narodowa Agencja Wymiany Akademickiej (NAWA)	https://nawa.gov.pl/studenci/studenci-polscy
PLACEMENT UK platforma oferująca praktyki na terenie UK	http://www.placement-uk.com/ http://www.espauk.com
VULCANUS IN JAPAN	http://www.eu-japan.eu/vulcanus-japan-0
CEEPUS	https://nawa.gov.pl/studenci/studenci-polscy/ceepus
DAAD	https://www.daad.pl/pl/stypendia/stypendia-doniemiec/stypendia-dla-studentow-i-absolwentow/
PRAKTYKI ERASMUS+ platformy dla osób poszukujących praktyk	https://erasmusintern.org/ http://www.praxisnetwork.eu/
BIURO KARIER ZUT	http://biurokarier.zut.edu.pl/

13. Przykładowe wzory dokumentów.

- ▲ Podanie o wyrażenie zgody na wyjazd na praktykę.
- ▲ Porozumienie o programie praktyki Erasmus+ – Learning agreement for traineeship.
- ▲ Przykładowe zapytanie o praktykę Erasmus+ kierowane do zagranicznego przedsiębiorstwa



Sending Institution	Name	Faculty/ Department	Erasmus code (if applicable)	Address	Country	Contact person name ² ; email; phone
Receiving Organisation /Enterprise	Name	Department	Address; website	Country	Size	Contact person name; position; e-mail; phone
					☐ < 250 employees	Mentor name; position; e-mail; phone

Before the mobility

Table A - Traineeship Programme at the Receiving Organisation/Enterprise

Planned period of the mobility: from [month/year] to [month/year]

Traineeship title: ...	Number of working hours per week: ...
Detailed programme of the traineeship:	
Traineeship in digital skills ⁵ : Yes ☐ No ☐	
Knowledge, skills and competences to be acquired by the end of the traineeship (expected Learning Outcomes):	
Monitoring plan:	
Evaluation plan:	
The level of language competence ⁶ in [indicate here the main language of work] that the trainee already has or agrees to acquire by the start of the mobility period is: A1 ☐ A2 ☐ B1 ☐ B2 ☐ C1 ☐ C2 ☐ Native speaker ☐	

Table B - Sending Institution

Please use only one of the following three boxes:⁷

1. The traineeship is
- embedded in the curriculum**
- and upon satisfactory completion of the traineeship, the institution undertakes to:

Award ECTS credits (or equivalent) ⁸	Give a grade based on: Traineeship certificate ☐ Final report ☐ Interview ☐
Record the traineeship in the trainee's Transcript of Records and Diploma Supplement (or equivalent).	
Record the traineeship in the trainee's Europass Mobility Document: Yes ☐ No ☐	

2. The traineeship is
- voluntary**
- and, upon satisfactory completion of the traineeship, the institution undertakes to:

Award ECTS credits (or equivalent): Yes ☐ No ☐	If yes, please indicate the number of credits: ...
Give a grade: Yes ☐ No ☐	If yes, please indicate if this will be based on: Traineeship certificate ☐ Final report ☐ Interview ☐
Record the traineeship in the trainee's Transcript of Records: Yes ☐ No ☐	
Record the traineeship in the trainee's Diploma Supplement (or equivalent).	
Record the traineeship in the trainee's Europass Mobility Document: Yes ☐ No ☐	

3. The traineeship is carried out by a
- recent graduate**
- and, upon satisfactory completion of the traineeship, the institution undertakes to:

Award ECTS credits (or equivalent): Yes ☐ No ☐	If yes, please indicate the number of credits: ...
Record the traineeship in the trainee's Europass Mobility Document (highly recommended): Yes ☐ No ☐	

Accident insurance for the trainee

The Sending Institution will provide an accident insurance to the trainee (if not provided by the Receiving Organisation/Enterprise): Yes ☐ No ☐	The accident insurance covers: - accidents during travels made for work purposes: Yes ☐ No ☐ - accidents on the way to work and back from work: Yes ☐ No ☐
---	--

After the Mobility

The Sending Institution will provide a liability insurance to the trainee (if not provided by the Receiving Organisation/Enterprise): Yes ☐ No ☐

Table C - Receiving Organisation/Enterprise

The Receiving Organisation/Enterprise will provide financial support to the trainee for the traineeship: Yes ☐ No ☐		If yes, amount (EUR/month):
The Receiving Organisation/Enterprise will provide a contribution in kind to the trainee for the traineeship: Yes ☐ No ☐ If yes, please specify: ...		
The Receiving Organisation/Enterprise will provide an accident insurance to the trainee (if not provided by the Sending Institution): Yes ☐ No ☐		The accident insurance covers: - accidents during travels made for work purposes: Yes ☐ No ☐ - accidents on the way to work and back from work: Yes ☐ No ☐
The Receiving Organisation/Enterprise will provide a liability insurance to the trainee (if not provided by the Sending Institution): Yes ☐ No ☐		
The Receiving Organisation/Enterprise will provide appropriate support and equipment to the trainee.		
Upon completion of the traineeship, the Organisation/Enterprise undertakes to issue a Traineeship Certificate within 5 weeks after the end of the traineeship.		

By signing this document, the trainee, the Sending Institution and the Receiving Organisation/Enterprise confirm that they approve the Learning Agreement and that they will comply with all the arrangements agreed by all parties. The trainee and Receiving Organisation/Enterprise will communicate to the Sending Institution any problem or changes regarding the traineeship period. The Sending Institution and the trainee should also commit to what is set out in the Erasmus+ grant agreement. The institution undertakes to respect all the principles of the Erasmus Charter for Higher Education relating to traineeships.

Commitment	Name	Email	Position	Date	Signature
Trainee					
Responsible person ⁹ at the Sending Institution					
Supervisor ¹⁰ at the Receiving Organisation					

During the Mobility

Table A2 - Exceptional Changes to the Traineeship Programme at the Receiving Organisation/Enterprise
(to be approved by e-mail or signature by the student, the responsible person in the Sending Institution and the responsible person in the Receiving Organisation/Enterprise)

Planned period of the mobility: from [month/year] till [month/year]

Traineeship title: ...	Number of working hours per week: ...
Detailed programme of the traineeship period:	
Knowledge, skills and competences to be acquired by the end of the traineeship (expected Learning Outcomes):	
Monitoring plan:	
Evaluation plan:	

After the Mobility

<i>Table D - Traineeship Certificate by the Receiving Organisation/Enterprise</i>
Name of the trainee:
Name of the Receiving Organisation/Enterprise:
Sector of the Receiving Organisation/Enterprise:
Address of the Receiving Organisation/Enterprise [street, city, country, phone, e-mail address], website:
Start date and end date of traineeship: from [day/month/year] to [day/month/year]
Traineeship title:
Detailed programme of the traineeship period including tasks carried out by the trainee:
Knowledge, skills (intellectual and practical) and competences acquired (achieved Learning Outcomes):
Evaluation of the trainee:
Name and signature of the Supervisor at the Receiving Organisation/Enterprise:



- ¹ **Nationality:** Country to which the person belongs administratively and that issues the ID card and/or passport.
- ² **Study cycle:** Short cycle (EQF level 5) / Bachelor or equivalent first cycle (EQF level 6) / Master or equivalent second cycle (EQF level 7) / Doctorate or equivalent third cycle (EQF level 8).
- ³ **Field of education:** The ISCED-F 2013 search tool available at http://ec.europa.eu/education/tools/isced-f_en.htm should be used to find the ISCED 2013 detailed field of education and training that is closest to the subject of the degree to be awarded to the trainee by the sending institution.
- ⁴ **Erasmus code:** a unique identifier that every higher education institution that has been awarded with the Erasmus Charter for Higher Education (ECHE) receives. It is only applicable to higher education institutions located in Programme Countries.
- ⁵ **Contact person at the sending institution:** a person who provides a link for administrative information and who, depending on the structure of the higher education institution, may be the departmental coordinator or will work at the international relations office or equivalent body within the institution.
- ⁶ **Contact person at the Receiving Organisation:** a person who can provide administrative information within the framework of Erasmus+ traineeships.
- ⁷ **Mentor:** the role of the mentor is to provide support, encouragement and information to the trainee on the life and experience relative to the enterprise (culture of the enterprise, informal codes and conducts, etc.). Normally, the mentor should be a different person than the supervisor.
- ⁸ **Traineeship in digital skills:** any traineeship where trainees receive training and practice in at least one or more of the following activities: digital marketing (e.g. social media management, web analytics); digital graphical, mechanical or architectural design; development of apps, software, scripts, or websites; installation, maintenance and management of IT systems and networks; cybersecurity; data analytics, mining and visualisation; programming and training of robots and artificial intelligence applications. Generic customer support, order fulfilment, data entry or office tasks are not considered in this category.
- ⁹ **Level of language competence:** a description of the European Language Levels (CEFR) is available at: <https://europass.cedefop.europa.eu/en/resources/european-language-levels-cefr>
- ¹⁰ **There are three different provisions for traineeships:**
1. Traineeships embedded in the curriculum (counting towards the degree);
 2. Voluntary traineeships (not obligatory for the degree);
 3. Traineeships for recent graduates.
- ¹¹ **ECTS credits or equivalent:** in countries where the "ECTS" system it is not in place, "ECTS" needs to be replaced in all tables by the name of the equivalent system that is used and a web link to an explanation to the system should be added.
- ¹² **Responsible person at the sending institution:** this person is responsible for signing the Learning Agreement, amending it if needed and recognising the credits and associated learning outcomes on behalf of the responsible academic body as set out in the Learning Agreement. The name and email of the Responsible person must be filled in only in case it differs from that of the Contact person mentioned at the top of the document.
- ¹³ **Supervisor at the Receiving Organisation:** this person is responsible for signing the Learning Agreement, amending it if needed, supervising the trainee during the traineeship and signing the Traineeship Certificate. The name and email of the Supervisor must be filled in only in case it differs from that of the Contact person mentioned at the top of the document.

Szczecin, dnia

.....
(imię i nazwisko)

.....
(adres zamieszkania)

.....
(wydział)

.....
(kierunek/rok studiów)

.....
(forma i poziom studiów)

.....
(numer albumu)

.....
.....
.....

Zwracam się z uprzejmą prośbą o wyrażenie zgody na odbycie zagranicznej praktyki zawodowej w ramach programu stypendialnego ERASMUS+ w:

.....
(nazwa instytucji przyjmującej)

.....
(adres instytucji przyjmującej)

w okresie

Z poważaniem

.....
(podpis)

Wyrażam zgodę/nie wyrażam zgody*

.....
(podpis i pieczęćka prodziekana/kierownika studiów doktoranckich)

* właściwe podkreślić

Dear Sir or Madam,

I am writing in order to inquire about the possibility of organising a placement period in your company in the framework of ERASMUS+ Programme.

(przedstawić się: studiowany kierunek, zainteresowania, przyszłe plany zawodowe)

Programme ERASMUS PLUS provides students with a great opportunity of gaining international learning experience. The rules of the programme are correspondent with Leonardo da Vinci Programme former rules referring to students and are as follows:

- the placement tasks correspond to the student's profile and are related to his/her specific study area
- the receiving institution, home university and a student negotiate the contents of "Learning agreement for traineeship" prior to the beginning of the placement period
- the receiving institution appoints a tutor who monitors and evaluates the student's work
- students receive an Erasmus+ grant to cover some subsistence costs (accommodation, travel, etc.). The grant does not cover all the costs of stay, however the receiving institution has no obligation to pay students during the placement period.
- placement must last minimum 2 full months (60 days)
- students realise a specific training programme agreed upon in their "Learning agreement for traineeship" signed by all sides concerned before their departure

Considering the above, please be so kind as to consider accepting me for a X-month study placement (starting in ... ending in....) **(ew. dodatkowa informacja "reklamująca", tzn. w jaki sposób nasz pobyt w firmie mógłby się jej przydać)**

I hope you will my inquiry interesting. If you would like to know more about me do not hesitate to ask. We will answer any question you may have.

I am looking forward to hearing from you.

Yours faithfully,



Zachodniopomorski Uniwersytet Technologiczny
w Szczecinie



**This is a free leaflet financed with support from
the European Commission in the framework
of ERASMUS Programme.**

**The publication reflects the views only of the authors,
and the Commission cannot be held responsible
for any use which may be made of the information
contained therein.**