

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Praktyki i staże szansą dla młodych



**Letnie miesiące to najlepszy czas na praktyki i staże, które pozwolą zadbać o swoją karierę i zdobyć nowe umiejętności, zwłaszcza że 70 proc. studentów ocenia, że uczelnie nie przygotowują ich wystarczająco dobrze do poszukiwania pracy. W Polsce praktyki związane z kierunkiem studiów odbywa trzy czwarte studiujących, a ponad 70 proc. z nich określa je jako bardzo przydatne. Dla najlepszych stażystów to okazja na pierwszą pracę. Korzystają na tym także pracodawcy, którzy w ten sposób zyskują już wykwalifikowaną kadrę.**

*- Trzy miesiące wakacyjne są najczęściej wybierane przez praktykantów na odbywanie staży i praktyk. Jest to też czas, kiedy firmy dają młodym ludziom szansę zetknięcia się z realnym środowiskiem pracy. Nasza firma w tym roku otwiera 16. edycję programu praktyk letnich - mówi agencji Newseria Mariola Raudo, kierownik ds. rekrutacji i HR Biznes Partner w Nestlé Polska.*

Dla studentów staże to możliwość nie tylko zdobycia doświadczenia i potrzebnych kwalifikacji, lecz także możliwość poznania potrzeb pracodawcy. To istotne, zwłaszcza że jak pokazują wyniki raportu Deloitte „Pierwsze kroki na rynku pracy. Ogólnopolskie badanie studentów i absolwentów”, aż 70 proc. studentów uważa, że polskie uczelnie źle przygotowują do poszukiwania pracy. Studia kładą nacisk na teorię, w efekcie na rynek pracy trafiają nieprzygotowani młodzi ludzie.

*- Wszystkie staże powinny być płatne. Nie chodzi tylko o zaangażowanie, bo młodzi ludzie, żeby zdobyć wiedzę, są w stanie przyjść na praktyki bezpłatne. Niejednokrotnie, tak jak w naszym przypadku, praktykanci są z całej Polski, oni muszą za te pieniądze się utrzymać, wynajmując mieszkania. Jeśli praktyka jest dobrze skonstruowana, to oni wykonują konkretną pracę i powinni za nią otrzymać wynagrodzenie - przekonuje Raudo.*

W Polsce pracodawcy coraz częściej oferują płatne praktyki, wciąż jednak zdarzają się przypadki, że to firma za możliwość odbycia stażu wymaga od młodych ludzi zapłaty. Atrakcyjna oferta praktyk to nie tylko szansa dla studentów, lecz także dla pracodawców. 80 proc. z nich ma problemy ze znalezieniem osób o odpowiednich kwalifikacjach, a w ten sposób mogą zdobyć nowych pracowników, już dopasowanych do wymagań na określonym stanowisku.

*- U nas ok. 40-50 proc. praktykantów pozostaje w firmie na dłużej. Stawiamy na ludzi wewnątrz organizacji, promujemy ich, mamy też sporo tzw. miejsc początkowych. Jeśli taka możliwość jest, proponujemy miejsca pracy tym praktykantom, którzy mogą i chcą w firmie zostać - wskazuje ekspertka z Nestlé.*

Nawet jeśli bezpośrednio po zakończeniu praktyk w firmie nie ma wakatów, informacje zbierane od menadżerów wskazują, gdzie wkrótce będą potrzebni nowi pracownicy. Wówczas sięga się po praktykantów. Jak podkreśla Raudo, głównym celem staży jest jednak dzielenie się wiedzą i danie szansy studentom na uzyskanie nowych kompetencji.

Badanie Deloitte wskazuje, że studenci doceniają praktyki i staże. 74 proc. badanych w swoim

doświadczeniu ma praktyki w Polsce związane z kierunkiem studiów, 56 proc. wzięło udział w innych programach oferowanych przez pracodawcę. Wysoko oceniają również ich skuteczność – 71 proc. oceniło praktyki jako bardzo skuteczne.

Ekspertka przypomina, że do rozmowy w sprawie odbycia stażu należy się dobrze przygotować.

*- Przy składaniu aplikacji młody człowiek powinien być świadomy, dlaczego chce iść do danej firmy, co może dzięki temu uzyskać, jakie umiejętności i kompetencje. W naszej firmie droga do uzyskania praktykanta jest długa. Zależy nam na osobach, które są najbardziej zmotywowane, mają największy potencjał i są świadome, że akurat w tej firmie chciałyby te praktyki odbyć - wskazuje Raudo.*

Źródło: [www.newseria.pl](http://www.newseria.pl)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/23705.html>



12-05-2026

## [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#)

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

## [Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

## [Jak rower zmienił świat](#)

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

## [Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...](#)

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

## [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#)

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

## [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

## [Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży](#)

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

## [Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem](#)

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

**Informacje dnia:** [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV](#)

[edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Jak rower zmienił świat](#) [Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

## **Partnerzy**