

PRAKTYKA ABSOLWENCKA

Wydział Świadczeń Emerytalno-Rentowych w Oddziale ZUS w Tarnowie **Oferta nr 3/2026**

Termin praktyki absolwenckiej: minimum 1 miesiąc, maksymalnie 3 miesiące zgodnie z poniższym harmonogramem:

Lp.	Terminy realizacji praktyki absolwenckiej:	Termin, do którego należy składać aplikacje:	Liczba osób
1.	1.02.2026 r. – 30.04.2026 r.	18.01.2026 r.	1 osoba
2.	1.05.2026 r. – 31.07.2026 r.	19.04.2026 r.	1 osoba
3.	1.07.2026 r. – 30.09.2026 r.	14.06.2026 r.	1 osoba
4.	1.10.2026 r. – 31.12.2026 r.	20.09.2026 r.	1 osoba

WAŻNE: w formularzu aplikacyjnym należy wpisać konkretny termin odbywania praktyki.

Miejsce odbywania praktyki: ZUS Oddział w Tarnowie, ul. Kościuszki 32, 33-100 Tarnów

Adres poczty elektronicznej: praktyki.tarnow@zus.pl

Zakres zadań i czynności realizowanych w ramach praktyki absolwenckiej:

- rejestracja korespondencji i wniosków o świadczenia emerytalno-rentowe,
- zakładanie akt emerytalno-rentowych,
- przygotowywanie korespondencji do wysyłki,
- przygotowywanie zamówień na akta w dedykowanej aplikacji,
- digitalizacja akt emerytalno-rentowych.
- inne czynności/zadania zlecone przez przełożonego/opiekuna.

Praktykę może odbyć osoba pełnoletnia, która:

- ukończyła co najmniej ośmioletnią szkołę podstawową, gimnazjum lub szkołę średnią,
- w dniu rozpoczęcia praktyki nie ukończyła 30 roku życia,
- przedstawi polisę ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków NNW (obejmującą okres odbywania praktyki),
- przedstawi orzeczenie lekarskie o zdolności do wykonywania pracy (Zakład kieruje praktykanta do lekarza medycyny pracy, a koszt badania pokrywany jest przez osobę zgłaszającą się do odbycia praktyki),
- ma podstawową znajomość obsługi komputera i pakietu MS Office (Word, Excel),
- potrafi obsługiwać urządzenia biurowe,
- ma umiejętności organizacyjne, komunikatywna, rzetelna, nastawiona na rozwój zawodowy.

Osoby zainteresowane odbyciem praktyki absolwenckiej składają na adres praktyki.tarnow@zus.pl następujące dokumenty:

- formularz aplikacyjny *,

- CV,
- list motywacyjny,
- klauzulę RODO **.

W zamian oferujemy:

- doświadczenie w pracy w jednej z największych instytucji finansowych w Polsce, posiadającej jednostki w całej Polsce, realizującej zadania ważne z punktu widzenia polityki państwa i zatrudniającej fachowców w różnorodnych dziedzinach,
- świadczenie pieniężne – stawka za 1 godzinę pracy wynosi 26.00 PLN,
- możliwość uczenia się bezpośrednio od doświadczanego mentora,
- zaświadczenie o odbyciu praktyki absolwenckiej obejmujące: informacje o wykonywanych czynnościach, umiejętnościach nabytych w czasie odbywania praktyki i opinię o postawie praktykanta.

Możliwe do nabycia/rozwoju umiejętności:

- pracy w zespole,
- organizowania czasu pracy,
- stosowania i interpretacji przepisów prawa,
- obsługi aplikacji interakcyjnych.

Warunki pracy:

ZUS jest miejscem przyjaznym dla osób z niepełnosprawnością. Stwarza niepełnosprawnym stażystom optymalne środowisko pracy, uwzględniając ich potrzeby. Istnieje możliwość dostosowania stanowiska pracy i jego wyposażenia do indywidualnych potrzeb osób niepełnosprawnych.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- sprzęt komputerowy,
- sprzęt biurowy.

Warunki wykonywania pracy:

- spełniają warunki określone wymogami bhp,
- polegają na obsłudze komputera powyżej 4 godzin na dobę,
- konieczność poruszania się po całym obiekcie,
- budynek 6-piętrowy z windą oraz pomieszczeniami sanitarnymi dostosowanymi do potrzeb osób niepełnosprawnych,
- stanowisko pracy zlokalizowane w pomieszczeniach biurowych na 1 i 4 piętrze,
- drzwi wejściowe do budynku otwierają się automatycznie,
- przed wejściem do budynku znajduje się miejsce parkingowe dla osób z niepełnosprawnością.

* formularz aplikacyjny znajduje się na stronie internetowej ZUS:

www.zus.pl/o-zus/praca-w-zus/praktyki-i-staze

** klauzula RODO dla kandydatów na praktykantów w Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych znajduje się na stronie internetowej ZUS: www.zus.pl/o-zus/praca-w-zus/praktyki-i-staze