

Waarom dit boekje?

Tijdens je opleiding ga je op stage.
Je kunt op veel plekken stage lopen.
Je kunt bijvoorbeeld kiezen voor een stage in de keuken of in een winkel.
Of voor een stage in de bouw of in de techniek.

Informatie

In dit boekje kun je lezen wat je allemaal moet weten als je stage gaat lopen. Bijvoorbeeld hoe je een stage kiest en hoe je omgaat met collega's. Ook vind je in dit boekje bijvoorbeeld informatie over het stagecontract en verzekeringen.

Stagedocent

Een stage kiezen doe je samen met je stagedocent op school. Samen met je stagedocent bespreek je wat je leuk vindt en waar je goed in bent. En wat je nog wilt leren of verbeteren. Tijdens je opleiding ga je meerdere keren op stage. De eerste keer hoef je nog niet precies te weten wat je wilt. Je gaat op stage om dat uit te zoeken.

Stageplek

Als je weet wat voor stage je wilt doen, dan ga je een bedrijf zoeken. Er zijn veel soorten bedrijven waar je stage kunt lopen. Je stagedocent helpt je bij het

vinden van een geschikte stageplek. Hij of zij heeft een lijst met bedrijven waar je stage kunt lopen. Maar je kunt ook zelf een bedrijf zoeken.

Begeleiding

Als je op school zit, kun je nog niet alles. Je loopt stage om iets te leren. Je krijgt begeleiding van een stagebegeleider. De stagebegeleider werkt op het bedrijf waar jij stage loopt. Hij of zij legt uit hoe alles werkt, vertelt wat de regels zijn en welke werkzaamheden je moet doen. Aan je stagebegeleider kun je alles vragen.

Toekomst

Tijdens je stage doe je veel ervaring op. Met deze ervaring heb je in de toekomst meer kans op een leuke baan. Sommige stages zijn ook een goede voorbereiding op een vervolgopleiding. Je stagedocent kan je daar meer over vertellen.

In dit boekje staan soms moeilijke woorden. Deze woorden zijn onderstreept. De betekenis vind je in de woordenlijst op pagina 31.

Hoe kies je een stage die bij je

Een stage kiezen doe je samen met je stagedocent op school. Ga je voor het eerst op stage bij een bedrijf? Dan hoef je nog niet precies te weten wat je wilt. Maar het is wel goed om er alvast over na te denken.

Leuk

Je gaat stage lopen om te leren. Je hoeft het werk nog niet te kunnen, maar een bedrijf verwacht wel dat jij je best doet. Je best doen is makkelijker als je het werk leuk vindt. Denk daarom na over wat voor werk je leuk vindt. Denk na welk werk bij jou past. Waar ben je goed in? Wat wil je leren? Wat wil je verbeteren?

Goed

Op school krijg je praktijklessen en doe je verschillende taken. Zo merk je waar je goed in bent. Als je bijvoorbeeld goed bent in werken met gereedschap, kun je kiezen voor een stage in de bouw. Ben je goed in het helpen van mensen? Dan is een stage in de zorg misschien wel iets voor jou.

Praten

Praat er ook over met je ouders of verzorgers. Of met je vrienden. Vertel dat je stage gaat lopen, maar dat je nog niet precies weet wat je wilt. Vraag aan hen waar zij vinden dat je goed in bent. Vraag ook welk beroepen zij wel en niet bij jou vinden passen. Door erover te praten kun je vaak makkelijker een keuze maken.

Vaardigheden

Op elke stageplek heb je bepaalde vaardigheden nodig. Die vaardigheden verschillen per stageplek. Hiernaast staan een paar voorbeelden van verschillende vaardigheden.



past?

Samenwerken

In de bouw werken verschillende mensen, zoals timmermannen, metselaars en schilders. Samen vorm je een team. Dit team moet goed kunnen samenwerken. Misschien kun jij nog niet zo goed samenwerken. Dat is niet erg. Je leert het tijdens je stage.

Zelfstandig zijn

In de zorg en in een winkel is zelfstandig werken belangrijk. Je moet bijvoorbeeld opdrachten in je eentje goed kunnen uitvoeren. Misschien kun jij nog niet zo goed zelfstandig werken. Dan ga je dit tijdens je stage oefenen.

Met mensen werken

Op sommige stageplekken werk je met mensen, zoals in een zorgcentrum. Daar wonen oudere mensen. Tijdens je stage leer je die mensen kennen. Je praat en wandelt met ze. En je speelt bijvoorbeeld samen een spelletje.

Klantvriendelijk zijn

In een winkel of een restaurant heb je te maken met klanten. Het is belangrijk om klantvriendelijk te zijn. Je glimlacht en zegt altijd netjes gedag. Een glimlach zorgt voor een prettig gevoel bij de klant. En je krijgt vaak een glimlach terug!

Je volgende stage

Tijdens je stage ontdek je wat je kunt en of het werk bij je past. Ook kom je te weten wat je nog moet leren of kunt verbeteren. Tijdens je volgende stage kun je hier mee verder. Gaat het goed en vind je het werk leuk? Dan kun je misschien bij hetzelfde bedrijf stage lopen. Ga je liever naar een ander bedrijf, dan helpt je stagedocent bij het maken van een keuze.



Hoe vind je een stageplek?

Als je weet wat voor stage je wilt doen, kun je op zoek naar een stageplek. Er zijn op elk werkgebied verschillende bedrijven waar je stage kunt lopen.

Regels

Samen met je stagedocent bespreek je welk bedrijf bij jou past. Je kunt bijvoorbeeld stage lopen bij een groot bedrijf of bij een klein bedrijf. Bij een groot bedrijf werken meer mensen en er zijn vaak meer regels. Bij een klein bedrijf kent iedereen elkaar.

Geschikt

Je stagedocent heeft een lijst met bedrijven waar je stage kunt lopen en



kan een stageplek voor je regelen. Maar je kunt ook zelf een stageplek zoeken. Misschien ken je al een bedrijf waar je graag stage wilt lopen. Dit overleg je met je stagedocent.

Ervaringen

Veel leerlingen op jouw school lopen stage. Vraag eens naar hun ervaringen. Waar hebben ze stage gelopen? Wat vonden ze van het bedrijf? Wat hebben ze geleerd? Hoe is de sfeer op het bedrijf? Zo kom je te weten of dat bedrijf iets voor jou is.

Internet

Vertel ook aan je familie en vrienden dat je een stageplek zoekt. Misschien hebben zij wel ideeën over waar je stage kunt lopen. Je kunt ook op internet zoeken naar bedrijven. Veel bedrijven zetten informatie op een website. Zo kom je er meer over te weten. Dit kan je helpen bij het vinden van een geschikte stageplek.

Geschikt

Niet elk bedrijf is geschikt om stage te lopen. Het bedrijf moet tijd hebben om jou dingen te leren. En er moet iemand zijn die jou kan begeleiden. Die persoon heet de stagebegeleider.

Vervoer

Als je stage loopt, is belangrijk om op tijd te komen. Ga daarom altijd op tijd van huis.

Plattegrond

Zoek van tevoren uit hoe je bij het bedrijf komt. Print bijvoorbeeld een plattegrond uit. Die kun je vinden op de website www.maps.google.nl. Klik op 'Routebeschrijving'. Daar typ je het adres van het bedrijf in. En je eigen adres. Je krijgt dan een plattegrond die je kunt uitprinten. Hulp nodig? Vraag het aan je stagedocent.

Ga vóór je eerste werkdag een keer van je huis naar het bedrijf. Dan leer je de weg vast kennen. En je weet precies hoe lang het duurt om er te komen.

Lekke band

Ga je met de fiets of scooter? Zorg dan dat je fiets of scooter in orde is. Controleer van tevoren of je geen lekke band hebt. Onderweg kun je natuurlijk ook een lekke band krijgen. Zorg daarom dat je het telefoonnummer van het bedrijf bij je hebt. Dan kun je bellen dat je wat later komt. Zorg dat je ook weet welke bus of tram naar je stageplek gaat. Krijg je onderweg een lekke band? Dan kun je met het openbaar vervoer verder reizen naar je stageplek.



Openbaar vervoer

Wil je weten welke bus, metro of tram naar je stageplek gaat? Kijk dan op internet. Bijvoorbeeld op www.9292ov.nl. Op deze website vul je jouw eigen adres in en het adres van het bedrijf. Vul ook de dag en de tijd van aankomst in. Je krijgt dan te zien welke bus of tram je moet nemen. En hoe laat je moet vertrekken. Houd er rekening mee dat je ook nog een stukje moet lopen. Ga dus op tijd van huis.