



BØRNE- OG  
UNDERVISNINGSMINISTERIET  
STYRELSEN FOR  
UNDERVISNING OG KVALITET

# Brug din ret til erhvervspraktik

---



Går du i 8. eller 9. klasse? Så har du ret til at komme i erhvervspraktik i op til en uge, både i 8. og 9. klasse, uanset om din skole har planlagt en praktikuge eller ej.

Det er din mulighed for at prøve et rigtigt arbejde – lige det, du drømmer om eller bare noget andet end at gå i skole. Og det er kun din fantasi, der sætter grænser.

## **Du har ret til at komme i erhvervspraktik – også hvis du har særlige behov eller handicap**

Du kan få hjælpemidler eller anden støtte med i erhvervspraktikken, hvis det er relevant. Skolen eller vejlederen kan også hjælpe dig med at tale med praktikstedet, hvis der er noget, de skal være særligt opmærksomme på, når du skal i erhvervspraktik hos dem.

## **Hvad vil du? Og hvad kan du?**

Når du kommer i erhvervspraktik, får du lov til at prøve dig selv af. Måske finder du ud af, at:

- Du er rigtig god til at snakke med kunder
- Du godt kan lide at arbejde med noget nyt hver dag
- Det er virkelig kedeligt at sidde ved en computer hele dagen

- Du vil have et arbejde, hvor man skal være mere aktiv.

Erhvervspraktikken kan du også bruge til at tænke over, hvilket job du måske kunne tænke dig i fremtiden, eller hvilken uddannelse du gerne vil tage.

Du kan altid bruge dine erfaringer fra erhvervspraktikken i et fritidsjob, uanset om det er i samme virksomhed eller et andet sted.

## **Hvad laver du i erhvervspraktik?**

Det er meget forskelligt, hvad du kan komme til at lave, mens du er i erhvervspraktik. Nogle praktiksteder har lavet et program for, hvad du skal i løbet af ugen. Andre praktiksteder har fastlagt et program for den første dag og vil gerne have dig med til at lægge et program for resten af din praktiktid. Der kan også være praktiksteder, som ikke på forhånd har lavet en plan, fordi de gerne vil vide, hvad du kan og hvad du er interesseret i.

De fleste arbejdspladser vil give dig nogle konkrete arbejdsopgaver, som du ofte selv kan få indflydelse på. Samtidig lærer du noget om jobbet og arbejdspladsen generelt. Det kan også være, at du skal følge en eller flere af de ansatte på arbejdspladsen, mens de laver deres arbejde.

På EMU.dk kan du se videoer med unge, der fortæller om deres praktik:

- På et sygehus
- Hos TV Øst
- I en tøjbutik, Haff
- Hos produktionsselskabet BLU.

## Find din egen praktikplads

Du skal selv finde en arbejdsplads, hvor du kan komme i erhvervspraktik. Her kan du bruge dit netværk til at finde frem til en spændende arbejdsplads eller et job, du kunne tænke dig at prøve.

Spørg fx:

- Forældre
- Moster/onkel
- Lærer
- Via sociale medier.

Du kan også finde inspiration til jobs på [www.ug.dk](http://www.ug.dk).

Når du har fundet et sted, er det en god ide selv at tage hen til arbejdspladsen og spørge, om du kan komme i erhvervspraktik der. På den måde kan du fornemme, om det er et rart sted at være, og praktikstedet kan se, hvem du er.

## HUSK

Tag gerne et CV eller en ansøgning med, hvor du har skrevet lidt om dig selv. På den måde kan arbejdspladsen også bedre kontakte dig bagefter.

**”Jeg fandt pladsen ved bare at gå op at spørge, fordi den ligger tæt på der, hvor jeg bor, så det var super dejligt nemt.”**

- Emilie, 14 år,  
Praktik i tøjbutik, Haff



## Skriv en god præsentation af dig selv

Ønsker du input og gode råd til at skrive en præsentation af dig selv, også kaldet "CV", så kig i hæftet 'Ret til erhvervspraktik'.

Ligger arbejdspladsen langt væk fra, hvor du bor, kan du ringe i stedet for. Før du ringer, kan det være en god ide at skrive det ned, som du gerne vil sige eller spørge om.

Spørg dine forældre til råds, fx om de vil hjælpe dig med at øve en præsentation af dig selv, eller hvad du skal sige i telefonen, når du ringer til arbejdspladsen. Ellers kan du også spørge din lærer.

## Husk at spørge

Når du har lavet en aftale med en arbejdsplads om praktik, skal du huske at spørge om:

- Hvor du skal møde den første dag
- Hvornår du skal møde den første dag
- Om du selv skal tage madpakke med
- Hvem der er din kontaktperson
- Kontaktpersonens telefonnummer og e-mailadresse
- Om du skal tage særligt tøj på (fx tøj, der må blive beskidt).



**BØRNE- OG  
UNDERVISNINGSMINISTERIET**  
STYRELSEN FOR  
UNDERVISNING OG KVALITET

Pjecen er udarbejdet af Rambøll  
Management Consulting for Styrelsen  
for Undervisning og Kvalitet

Grafik tilrettelæggelse: Campfire & Co

Foto: NVY

ISBN nr. 978-87-603-3223-4

**”Jeg fandt praktikken  
inde på Facebook, hvor  
der stod, at de søgte nogle  
praktikanter.”**

- Aya 15 år,  
Praktik på TV Øst