ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Πρακτική Άσκηση ΕΣΠΑ 2025–2026

Ιδρυματικά Υπεύθυνη:
Καθηγήτρια Χρυσή Λασπίδου
Αντιπρύτανις Καινοτομίας, Διεθνοποίησης, Συνεργασιών και Ψηφιακής Διακυβέρνησης

Γραφείο Πρακτικής Άσκησης

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Βιώσιμη Ανάπτυξη για Όλους
Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων & Διατροφής

Γραφείο Πρακτικής Άσκησης

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΕΣΠΑ 2021-2027
Βιώσιμη Ανάπτυξη για Όλους

Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Τι είναι η Πρακτική Άσκηση;

Με τον όρο Πρακτική Άσκηση εννοούμε κάθε προγραμματισμένη και μεθοδευμένη εκπαιδευτική δραστηριότητα, η οποία φέρνοντας τον φοιτητή σε άμεση επαφή με τον επαγγελματικό του χώρο, έχει στόχο τη σύνδεση της εκπαιδευτικής πράξης με τη θεωρία και την εξοικείωση του φοιτητή με το μελλοντικό επαγγελματικό του πεδίο.

Η Πρακτική Άσκηση αποτελεί ένα σημαντικό κομμάτι της εκπαιδευτικής διαδικασίας των φοιτητών. Αφορά στην άσκηση καθηκόντων, για μικρό (αλλά εύλογο) χρονικό διάστημα, από τον ασκούμενο σε Φορέα Υποδοχής υπό την καθοδήγηση Επόπτη Μέλους ΔΕΠ και την επίβλεψη Επόπτη του Φορέα Υποδοχής. Βασικός στόχος της είναι η επίτευξη αμφίδρομης ανάδρασης μεταξύ σπουδών και των εν δυνάμει χώρων εργασίας των αποφοίτων.

Οι βασικοί κρίκοι που συνιστούν την αλυσίδα της Πρακτικής Άσκησης είναι: ο ασκούμενος, ο Φορέας Υποδοχής με τον Επόπτη του και η Σχολή/Τμήμα προέλευσης με τον Επόπτη Μέλος ΔΕΠ.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Πότε ξεκινάει η Πρακτική μου Άσκηση;

Πότε «ξεκινάει» η Πρακτική Άσκηση

- Ξεκινά από τη στιγμή που αποφασίζεις να δηλώσεις συμμετοχή. Αφού παρακολουθείς αυτή την ενημέρωση, έχει ήδη αρχίσει.
- Είναι η γέφυρα από τις σπουδές στην πραγματική εργασία.
- Είναι και πρώτη επαφή με διαδικασίες: αίτηση, επικοινωνία με στελέχη, συγκέντρωση δικαιολογητικών.

Πριν μας καλέσεις:

- Διάβασε την παρουσίαση και τις οδηγίες στο site. Η παρουσίαση και οι οδηγίες θα αναρτηθούν στο site και θα εμπλουτίζονται με νέες απαντήσεις
- Έλεγξε τις Συχνές Ερωτήσεις.
- Προσπάθησε μόνος/μόνη σου.
- Επικοινωνείς με το Γραφείο Π.Α. όταν δεν βρίσκεις απάντηση ή υπάρχει σοβαρό ζήτημα.
- Η διαδικασία γίνεται από τον φοιτητή, όχι από τους γονείς.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Τι είναι η Πρακτική Άσκηση μέσω ΕΣΠΑ;

- Σύνδεση σπουδών με αγορά εργασίας
- Επιδοτούμενο πρόγραμμα στο πλαίσιο ΕΣΠΑ 2021–2027, «Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή ΕΣΠΑ 2021-2027» που συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.
- Δεν δημιουργεί σχέση εξαρτημένης εργασίας, δηλ. ο Φορέας δεν έχει καμία οικονομική ή/και ασφαλιστική υποχρέωση απέναντι στον φοιτητή.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Ταυτότητα Πρακτικής Άσκησης Τμήματος Επιστήμης Τροφίμων & Διατροφής

Επιστημονικά Υπεύθυνος Τμήματος:

- Γεωργόπουλος Θεοφάνης

email: f.georgopoulos@uth.gr

Διοικητική Υποστήριξη Πρακτικής Άσκησης μέσω ΕΣΠΑ:

- Ευτυχία Μάνου

email: praktiki.food@uth.gr

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΕΣΠΑ 2021-2027

Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Χαρακτηριστικά ΠΑ

- **Υποχρεωτική**, (η επιτυχής της ολοκλήρωση συνιστά απαραίτητη προϋπόθεση για τη λήψη του πτυχίου)
- Αναγράφεται στο παράρτημα διπλώματος
- Εντάσσεται στο δέκατο (10ο) εξάμηνο σπουδών, ή σε μεταγενέστερο εξάμηνο (χειμερινό ή εαρινό) για τους φοιτητές επί πτυχίω, ως μάθημα υποχρεωτικό με κωδικό 3000
- Λαμβάνει **δέκα (10) πιστωτικές μονάδες (ECTS),** οι οποίες λαμβάνονται υπόψιν στο συνολικό αριθμό των ECTS που απαιτούνται για τη λήψη του Πτυχίου/Διπλώματος.
- Δεν βαθμολογείται, αλλά αξιολογείται ως «επιτυχώς» ή «ανεπιτυχώς» με το «επιτυχώς» να είναι υποχρεωτικό για τη λήψη του πτυχίου.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Διάρκεια & Αμοιβή

- **Διάρκεια:** 4 συνεχόμενοι μήνες πλήρους απασχόλησης (40 ώρες/εβδομάδα)
- Υλοποιείται συνήθως κατά τους μήνες του εαρινού εξαμήνου για τους φοιτητές του 5ου έτους, ή σε μεταγενέστερο εξάμηνο (χειμερινό ή εαρινό) για τους φοιτητές επί πτυχίω
- **Αμοιβή:** 350€/μήνα (μικτά)
- Η πληρωμή γίνεται μετά το τέλος της Πρακτικής Άσκησης.
- Ασφάλιση εργατικού ατυχήματος (& ασθένεια για ανασφάλιστους)

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Ποιοι μπορούν να συμμετέχουν;

Προπτυχιακοί φοιτητές/ριες οι οποίοι/ες

- είχαν επιτυχή εξέταση στα δύο τρίτα (2/3) του προβλεπόμενου αριθμού μαθημάτων έως και το 8ο εξάμηνο του προγράμματος σπουδών (ή και αργότερα όταν αυτή η προϋπόθεση καλυφθεί)
- βρίσκονται στο δέκατο εξάμηνο των σπουδών.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Άδειες

1 ημέρα άδεια/μήνα (ακαδημαϊκοί ή προσωπικοί λόγοι πχ. ασθένεια)

Έως 3 ημέρες αναρρωτικής με ιατρική βεβαίωση (θεωρούνται αιτιολογημένες)*

*Οι ημέρες αναρρωτικής ΑΦΑΙΡΟΥΝΤΑΙ από τις ημέρες άδειας που δικαιούστε.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Στάδια Πρακτικής Άσκησης μέσω ΕΣΠΑ

Στάδιο 1: Εκδήλωση Ενδιαφέροντος

Στάδιο 2: Αίτηση + Δικαιολογητικά

Στάδιο 3: Ολοκλήρωση Πρακτικής

- 3.1 Απογραφικό Δελτίο Εισόδου + Ε3.5 Έναρξης
- 3.2 Απογραφικό Δελτίο Εξόδου + Ε3.5 Λήξης
- 3.3 Αποτίμηση – Αξιολόγηση)

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Στάδιο 1: Εκδήλωση Ενδιαφέροντος

Υποβολή αίτησης ενδιαφέροντος στην πλατφόρμα (VPN)

«ΦΟΙΤΗΤΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ»

↓

Έλεγχος αιτήσεων & μοριοδότηση

(από την Επιτροπή Αξιολόγησης Τμήματος)

↓

Ανάρτηση προσωρινών & οριστικών αποτελεσμάτων στην ιστοσελιδα της Π.Α.

pa.uth.gr

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Προθεσμία Εκδήλωσης Ενδιαφέροντος

29/11/2025 – 07/12/2025

ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΙΣ ΠΡΟΘΕΣΜΙΕΣ
Μετά την λήξη τους δεν θα γίνονται δεκτές αιτήσεις
(κλείνει αυτόματα το σύστημα)

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Στάδιο 1: Εκδήλωση Ενδιαφέροντος

Συνδεθείτε στην πλατφόρμα https://sw-app.uth.gr/ με τα συνθηματικά του ιδρυματικού σας λογαριασμού (μέσω VPN του Πανεπιστημίου).

Επιλέγετε αριστερά το μενού «Οι αιτήσεις μου».

Πατάτε επάνω δεξιά «Δημιουργία Νέας αίτησης»

Στον Τύπο Αίτησης επιλέγετε "ΠΑ-Στάδιο 1 Αίτηση Εκδήλωσης Ενδιαφέροντος Συμμετοχής στην Πρακτική Άσκηση 2025-2026" και πατάτε «Δημιουργία»

*Διαβάστε προσεκτικά και ακολουθήστε τις οδηγίες που αναγράφονται στην καρτέλα «Γενικά Στοιχεία»

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Στάδιο 2: Αίτηση + Δικαιολογητικά

Είσοδος στην πλατφόρμα (VPN)
«ΦΟΙΤΗΤΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ»

↓

Συμπλήρωση προσωπικών στοιχείων

↓

Συμπλήρωση στοιχείων Φορέα

↓

Ανάρτηση 7 δικαιολογητικών (ΑΔΤ, ΑΦΜ, ΑΜΚΑ, IBAN, Ασφαλιστική Ικανότητα, ΕΦΚΑ, ΥΔ Εργασίας)

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα: Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Προθεσμία Αιτήσεων Σταδίου 2

ΘΑ ΑΝΑΚΟΙΝΩΘΟΥΝ ΣΤΟ SITE ΤΗΣ ΠΑ

ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΙΣ ΠΡΟΘΕΣΜΙΕΣ
Μετά την λήξη τους δεν θα γίνονται δεκτές αιτήσεις
(κλείνει αυτόματα το σύστημα)

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Στάδιο 2: Αίτηση

Συνδεθείτε στην πλατφόρμα https://sw-app.uth.gr/ με τα συνθηματικά του ιδρυματικού σας λογαριασμού (μέσω VPN του Πανεπιστημίου).

Επιλέγετε αριστερά το μενού «Οι αιτήσεις μου».

Πατάτε επάνω δεξιά «Δημιουργία Νέας αίτησης»

Στον Τύπο Αίτησης επιλέγετε "ΠΑ-Στάδιο 2 Υποβολή στοιχείων και δικαιολογητικών Πρακτική Άσκηση 2025-2026" και πατάτε «Δημιουργία»

*Διαβάστε προσεκτικά και ακολουθήστε τις οδηγίες που αναγράφονται στην καρτέλα «Γενικά Στοιχεία»

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Στάδιο 2: Δικαιολογητικά

ΑΔΤ Αστυνομική ταυτότητα (και τις δύο πλευρές σε 1 σελίδα)

Βεβαίωση Απόδοσης **ΑΦΜ** (εφορία ή via taxisnet) με ορατή τη Δ.Ο.Υ.

https://rb.gy/sarzwg → ταυτοποίηση → στοιχεία φυσικού προσώπου → κλικ 'έκδοση' → save

ΑΜΚΑ → https://www.amka.gr/AMKAGR/

Βιβλιάριο ή έγγραφο της τράπεζας με το **IBAN**,

ΠΡΟΣΟΧΗ: α) ΑΤΟΜΙΚΟΣ ή να είστε ΚΥΡΙΟΣ ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΣ, β) ΕΝΕΡΓΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΣ

Βεβαίωση Ασφαλιστικής Ικανότητας που δηλώνει την ασφάλεια ασθενείας όπου να φαίνεται η διάρκεια → https://www.atlas.gov.gr/ATLAS/Atlas/Login2.aspx

Αριθμός συστήματος ΕΦΚΑ (ΑΜΑ-ΙΚΑ) → https://www.efka.gov.gr/el/bebaiose-apographes

Υπεύθυνη Δήλωση για καθεστώς εργασίας, via gov.gr

Τα δικαιολογητικά ανεβαίνουν σε μορφή pdf κάτω των 2MB

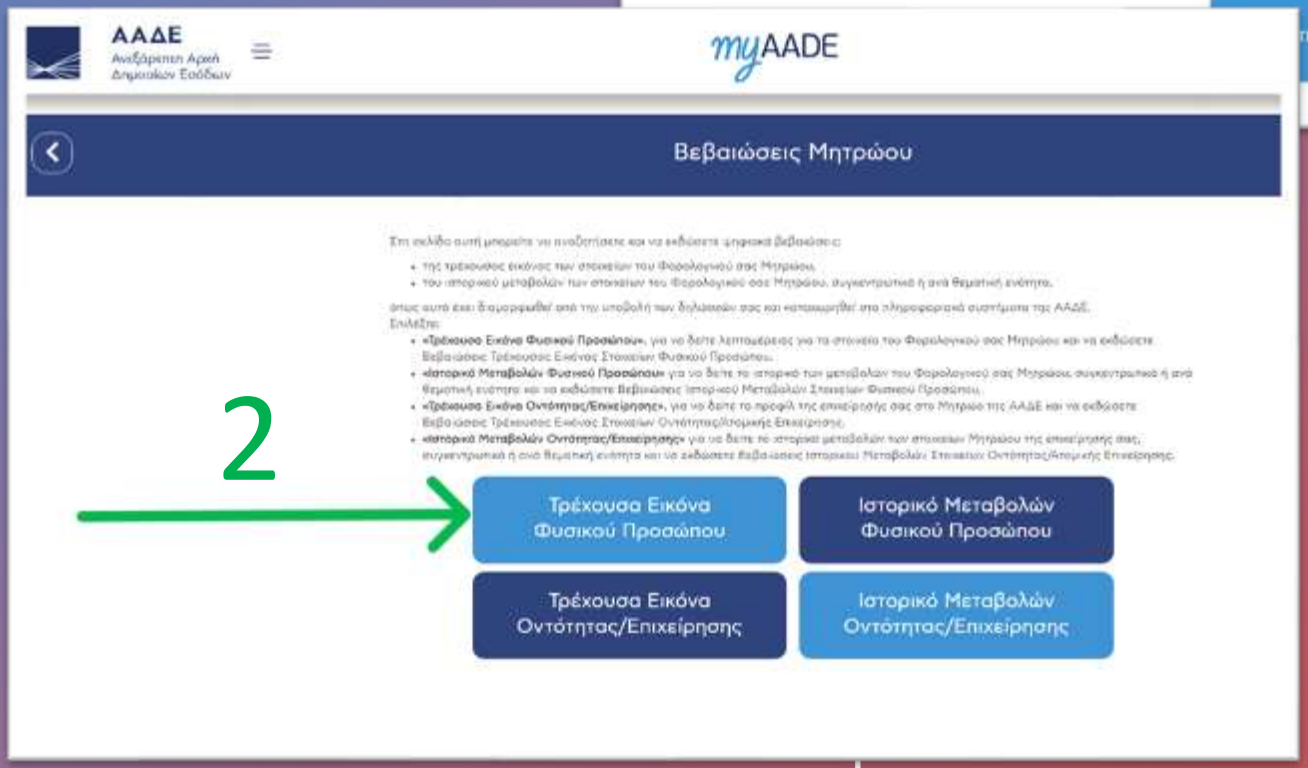
Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

ΑΔΤ Αστυνομική ταυτότητα (και τις δύο πλευρές σε 1 σελίδα)

*Εάν έχετε ακόμα ταυτότητα παλαιού τύπου και κάνετε την αίτηση με αυτήν, καλό θα ήταν να **μην** την αλλάξετε κατά την διάρκεια της ΠΑ για να μην υπάρξει πρόβλημα στο τέλος.

Βεβαίωση Απόδοσης **ΑΦΜ** με ορατή τη Δ.Ο.Υ.

https://rb.gy/sarzwg



ΑΜΚΑ

https://www.amka.gr/AMKAGR/

Έχω ΑΜΚΑ;

ΗΔΙΚΑ
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΚΥΒΕΡΝΗΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΙΣΗΣ ΑΕ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΜΗΤΡΩΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΙΣΗΣ (Α.Μ.Κ.Α.)

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΑΤΟΜΟΥ | ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑΣ / ΑΦΜ | ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΑΝΑΖΗΤΗΣΗΣ

	ΕΛΛΗΝΙΚΟΙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΕΣ (ΚΕΦΑΛΑΙΑ):	ΛΑΤΙΝΙΚΟΙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΕΣ (ΚΕΦΑΛΑΙΑ):
* Επώνυμο:		
* Όνομα:		
* Όνομα Πατέρα:		
* Όνομα Μητέρας:		
* Ημ/νία Γέννησης:		

Καθαρισμός

Αναζήτηση

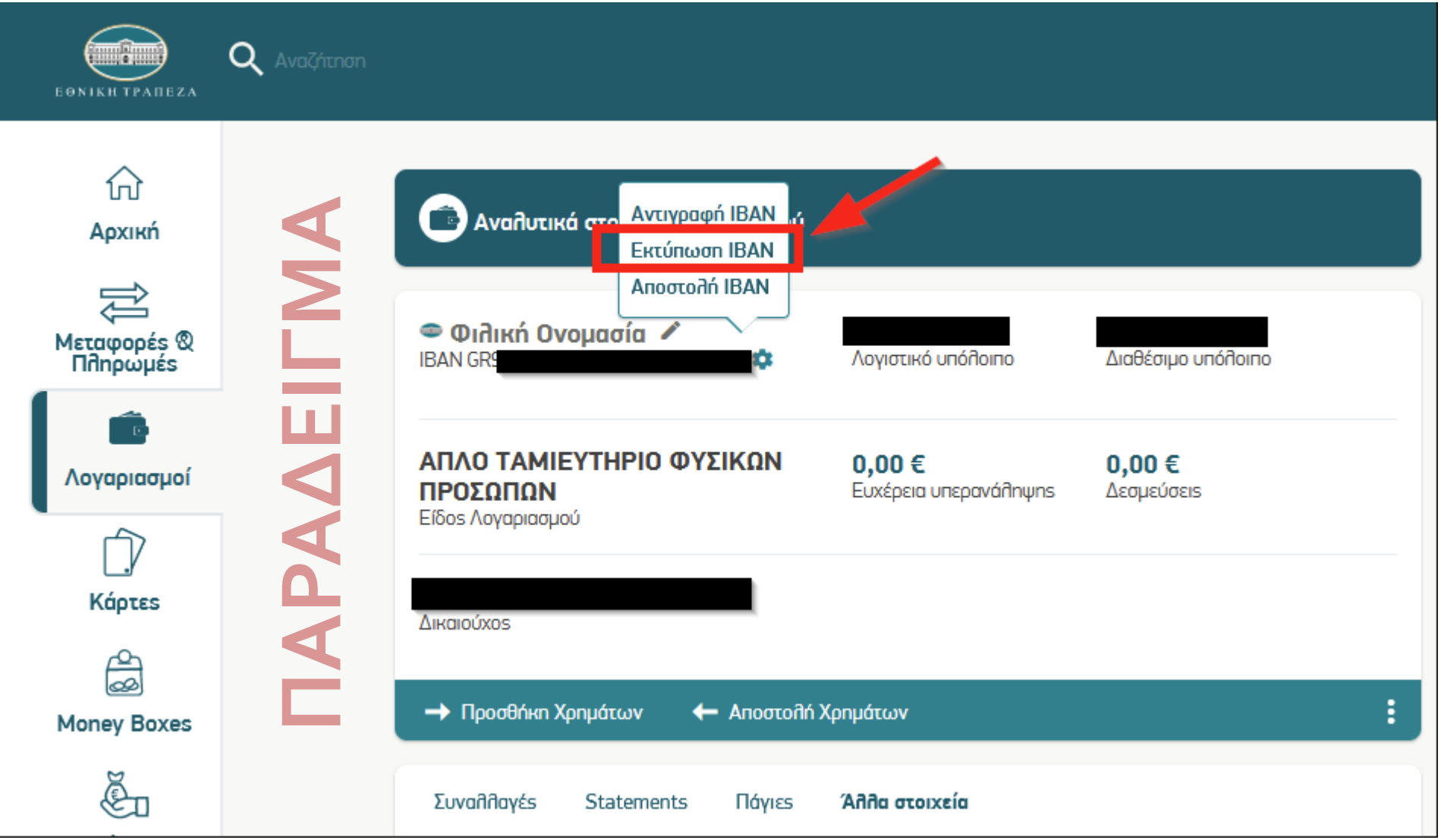
ΥΠΟΔΕΙΞΗ: Εισάγετε τα αλφαβητικά στοιχεία (με ελληνικούς ή λατινικούς χαρακτήρες) και την ημερομηνία γέννησης.

Μαζική αναζήτηση για Εργοδότες

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ

Βεβαίωση Τήρησης Καταθετικού Λογαριασμού – Εκτύπωση IBAN

α) ΑΤΟΜΙΚΟΣ ή να είστε ΚΥΡΙΟΣ ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΣ,
β) ΕΝΕΡΓΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΣ



Βεβαίωση Ασφαλιστικής Ικανότητας

https://pa.uth.gr/xrisima/entupa-eggrafa/

Γραφείο Πρακτικής Άσκησης Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

ΑΡΧΙΚΗ | ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ | Η ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ | ΤΜΗΜΑΤΑ | ΧΡΗΣΙΜΑ | ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

ΕΚΔΟΣΗ ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ

ΕΚΔΟΣΗ ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ

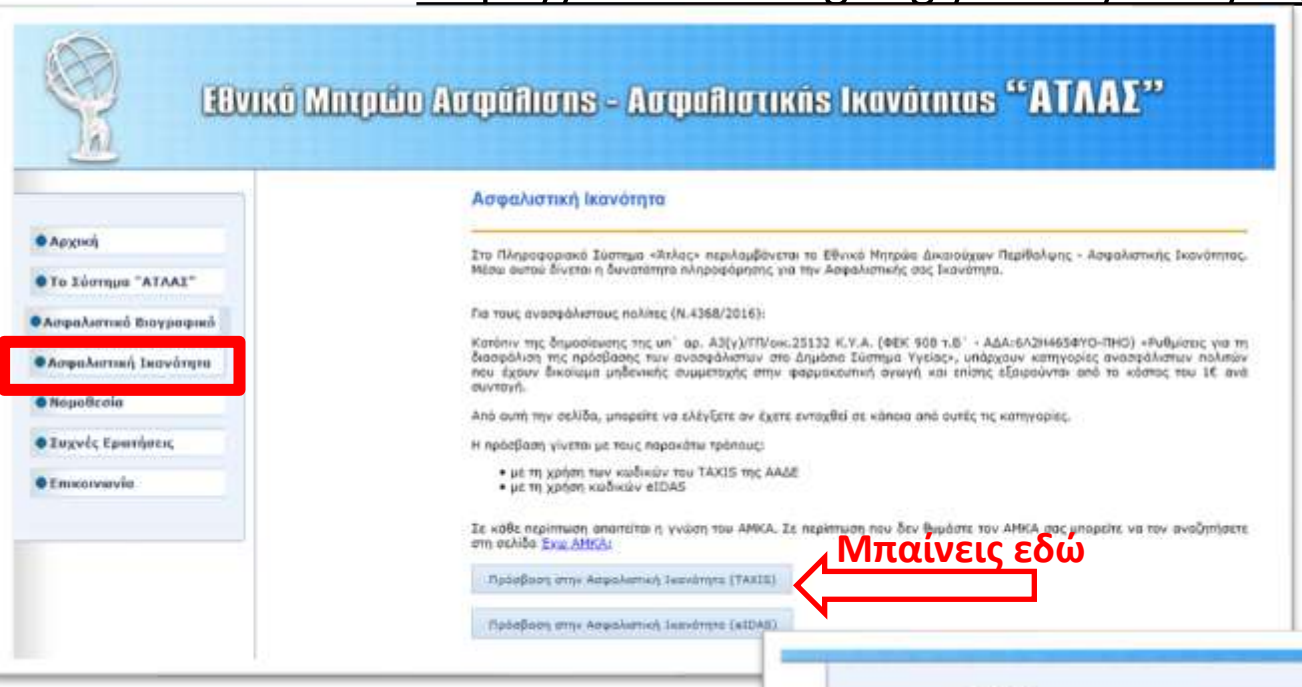
- Για όσους φοιτητές έχουν κωδικούς taxisnet (και γνωρίζουν τον ΑΜΚΑ τους) : https://www.atlas.gov.gr/Atlas/Atlas/Login2.aspx
- Για όσους φοιτητές δεν έχουν κωδικούς taxisnet μπορεί να δοκιμάσει ο γονέας τους να κάνει είσοδο και να εκδώσει την ασφαλιστική του ικανότητά και να εμφανιστούν ως προστατευόμενα μέλη, διαφορετικά μπορούν να αποκτήσουν προσωπικούς κωδικούς taxisnet εδώ: https://www1.gsis.gr/registration/chooseRegistrationType.htm και αφού λάβουν κωδικούς να προχωρήσουν κανονικά στην έκδοση ασφαλιστικής ικανότητας.
- Για όσους φοιτητές δεν μπορούν να εκδώσουν την Ασφαλιστική τους ικανότητα ηλεκτρονικά, θα πρέπει να επικοινωνήσουν με τον Φορέα Ασφάλισης τους για να κλείσουν ραντεβού.

* Η ασφαλιστική ικανότητα είναι η ιατροφαρμακευτική σας κάλυψη που έχετε έμμεσα από το ταμείο (Φορέας Ασφάλισης) που ανήκουν οι γονείς σας ως προστατευόμενα μέλη. Μας ενδιαφέρει όλο το διάστημα της πρακτικής σας να είστε καλυμμένοι.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Βεβαίωση Ασφαλιστικής Ικανότητας (να φαίνεται η διάρκεια)

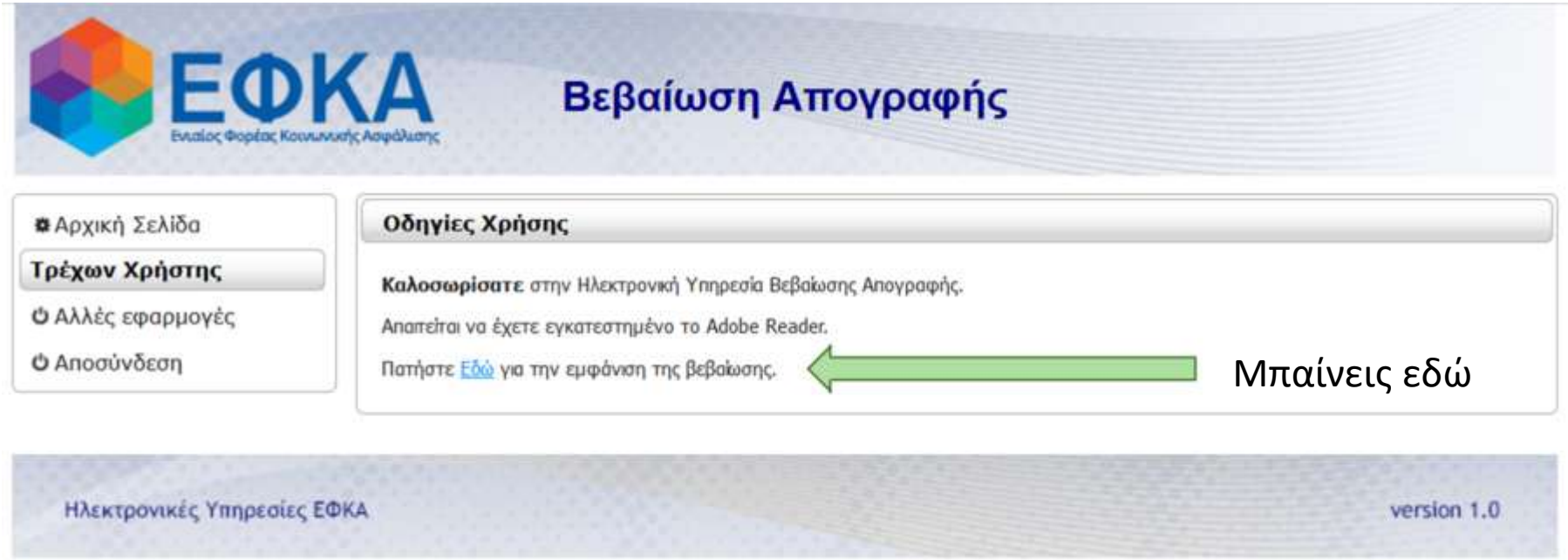
https://www.atlas.gov.gr/ATLAS/Atlas/Login2.aspx



SCREEN SHOT

Αριθμός συστήματος ΕΦΚΑ (ΑΜΑ-ΙΚΑ)
https://www.efka.gov.gr/el/bebaiose-apographes

* Οδηγίες για την **Έκδοση Αριθμού Συστήματος ΕΦΚΑ**



Υπεύθυνη Δήλωση για Καθεστώς Εργασίας

μέσω gov.gr, link: https://shorturl.at/dkCMQ

(είσοδος στην υπηρεσία και μετά την ταυτοποίηση στοιχείων κάνετε copy-paste τα παρακάτω:)

ΠΡΟΣ: Γραφείο Πρακτικής Άσκησης Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Με ατομική μου ευθύνη και γνωρίζοντας τις κυρώσεις (3), που προβλέπονται από τις διατάξεις της παρ. 6 του άρθρου 22 του Ν. 1599/1986, δηλώνω ότι:
1) Δεν απασχολούμαι με εξαρτημένη σχέση εργασίας πλήρους ωραρίου.
2) Δεν εργάζομαι ως υπάλληλος του δημοσίου τομέα (συμπεριλαμβάνονται και τα σώματα ασφαλείας)
3) Δε βρίσκομαι στη διάρκεια της στρατιωτικής μου θητείας.
4) Δεν έχω συμμετάσχει σε Πρακτική Άσκηση άλλης Πράξη του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή ΕΣΠΑ 2021-2027»
5) Δε στοιχειοθετείται συγγένεια (Β' βαθμού και άνω, σε ευθεία γραμμή, πλάγια γραμμή και εξ' αγχιστείας) όπως και συζυγική σχέση με το νόμιμο εκπρόσωπο της επιχείρησης. Επίσης, σε κάθε περίπτωση συγγένειας Β' βαθμού και άνω όπως και συζυγικής σχέσης με άλλο πρόσωπο απασχολούμενο στον φορέα – επιχείρηση, το πρόσωπο αυτό δεν μπορεί να ορισθεί ως επόπτης εκ μέρους του Συνεργαζόμενου Φορέα.

link video tutorial → https://www.youtube.com/watch?v=JDh3LI5Xyk4

Επιλογή & Δήλωση Φορέα

Είσοδος με τα στοιχεία του **Ευδόξου** στο πληροφοριακό σύστημα **ΑΤΛΑΣ** & «αναζήτηση θέσεων».

- **Ήδη δημοσιευμένη θέση:** Επικοινωνείτε με τον Φορέα (τα στοιχεία επικοινωνίας, όπως email και τηλέφωνο, βρίσκονται στις δημοσιευμένες θέσεις) και, εφόσον συμφωνήσει στη συνεργασία, το δηλώνετε στην αίτηση/φόρμα σας μαζί με τις επιπλέον πληροφορίες που απαιτούνται.
- **Νέα θέση:** Αν ο φορέας που επιθυμείτε δεν είναι καταχωρημένος στο σύστημα ΑΤΛΑΣ, τον ενημερώνετε ότι πρέπει να εγγραφεί και στη συνέχεια να προσθέσει και να δημοσιεύσει τη θέση*.
- Αφού συμπληρώσετε τα προσωπικά σας στοιχεία, όταν βρείτε στον ΑΤΛΑ την θέση που σας ενδιαφέρει και έχετε ήδη έρθει σε επαφή με τον Φορέα και έχετε συμφωνήσει, συμπληρώνετε προσεκτικά στην αίτηση τα στοιχεία του Φορέα (παιρνετε τα στοιχεία copy-paste από τον ΑΤΛΑ)
- Συμπληρώνετε και τον κωδικό **GROUP θέσης ΑΤΛΑΣ**, δηλαδή τον 6ψήφιο αριθμό που εμφανίζεται δίπλα στην δημοσιευμένη θέση, στο πεδίο που σας ζητείται.

*Προσοχή η θέση να είναι **ορατή** από το Τμήμα του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας στο οποίο ανήκετε!

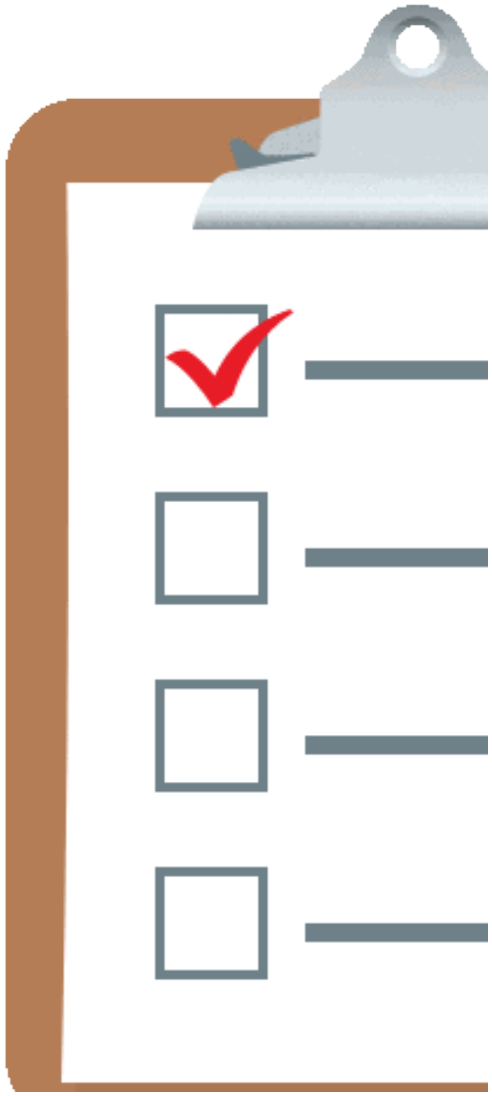
«Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων & Διατροφής»

Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή
ΕΣΠΑ 2021-2027
Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Οι φορείς που δεν υφίστανται ή δεν επιθυμούν να εγγραφούν στον **ΑΤΛΑ**, δεν θα έχουν συνεργασία με το Γραφείο Πρακτικής Άσκησης.

Το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας **ΔΕΝ ΜΠΟΡΕΙ** να είναι Φορέας Υποδοχής

Σημειώστε: Φορείς που σχετίζονται με συγγενικά πρόσωπα των ασκούμενων θεωρούνται ακατάλληλοι για δεοντολογικούς λόγους.



Απαραίτητα Στοιχεια από τον Φορέα

- **Επωνυμία Φορέα** (όπως αυτή αναγράφεται στην Εφορία)
- **ΔΟΥ** Φορέα Υποδοχής
- **ΑΦΜ** Φορέα Υποδοχής
- Έδρα Φορέα (Πόλη)
- Στοιχεία Διεύθυνσης 'Εδρας (και υποκαταστήματος αν υπάρχει)
- **ΤΚ** έδρας (και υποκαταστήματος αν υπάρχει)
- Τηλέφωνο Φορέα (σταθερό)
- **Νόμιμος Εκπρόσωπος Φορέα (ονοματεπώνυμο)**
- **mail του υπευθύνου για την υπογραφή της σύμβασης**
- **Ονοματεπώνυμο Επιβλέποντα Πρακτικής Άσκησης στον Φορέα**
- **E-mail & τηλέφωνο επιβλέποντα στον Φορέα**
- **Ωράριο (πχ 09:00-17:00)**
- Ημερομηνία Έναρξης ΠΑ
- Ημερομηνία Περάτωσης ΠΑ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Υποχρεώσεις Φορέα

- Υποχρεωτική δήλωση του φοιτητη στο ΕΡΓΑΝΗ (Έναρξη & Λήξη με έντυπο Ε3.5)*
- Ορισμός επόπτη πρακτικής
- Ψηφιακή υπογραφή βεβαίωσης & συμπλήρωση ερωτηματολογίου (Microsoft Forms)

*Οι **φορείς υποδοχής** από 1/10/2019 πρέπει υποχρεωτικά να δηλώνουν την ΕΝΑΡΞΗ και την ΛΗΞΗ της πρακτικής άσκησης του φοιτητή στο σύστημα ΕΡΓΑΝΗ (έντυπα Ε3.5)

Είναι μια διαδικασία που την κάνει **ο λογιστής της επιχείρησης** λίγο πριν την έναρξη της Πρακτικής Άσκησης.
Η λήξη-διακοπή της Π.Α. γίνεται το **αργότερο 4 εργάσιμες ημέρες** μετά την λήξη, πάλι από τον λογιστή της επιχείρησης.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Υποχρεώσεις Φοιτητή

- Σωστή και συνεχής επικοινωνία με επόπτη
- Τήρηση ωραρίου
- Συμπλήρωση απογραφικών δελτίων & αποτίμησης
- Ενημέρωση Φορέα για υποχρεωτική δήλωση ΕΡΓΑΝΗ (Έναρξη & Λήξη με έντυπο Ε3.5)
- Συχνή επίσκεψη και παρακολούθηση ανακοινώσεων σε σελίδα Πρακτικής Άσκησης (pa.uth.gr)

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Στάδιο 3.1: Έναρξη Πρακτικής

Απογραφικό Δελτίο Εισόδου + Ε3.5 Έναρξης

Συμπληρώνεται από τον φοιτητή με την έναρξη της Πρακτικής του Άσκησης.

Όδηγίες υπάρχουν στο site της ΠΑ.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Στάδια 3.2 & 3.3: Ολοκλήρωση Πρακτικής

Απογραφικό Δελτίο Εξόδου + Ε3.5 Λήξης

Αποτίμηση – Αξιολόγηση

Συμπληρώνονται από τον φοιτητή ΜΕΤΑ την λήξη της ΠΑ.

Οδηγίες στο site.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Από τη μεριά του Φορέα: Ολοκλήρωση Πρακτικής

Ο **νόμιμος εκπρόσωπος** του φορέα θα λάβει με email τη **Βεβαίωση Πρακτικής**, την οποία θα πρέπει να υπογράψει ψηφιακά (όπως έγινε και με τις συμβάσεις). Το email θα σταλεί ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗ ΤΗΣ ΠΑ, στη διεύθυνση που είχε δηλωθεί στην αρχή (εκεί όπου στάλθηκε και η σύμβαση). (ο φοιτητής δεν έχει καμία υποχρέωση στο συγκεκριμένο βήμα)

Ο **επόπτης** της πρακτικής θα λάβει με email έναν σύνδεσμο (Microsoft Forms) για να συμπληρώσει το σχετικό **ερωτηματολόγιο**. (ο φοιτητής δεν έχει καμία υποχρέωση στο συγκεκριμένο βήμα)

Με την ολοκλήρωση των παραπάνω βημάτων, η πρακτική σας θεωρείται ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Τι είναι η πλατφόρμα ΑΤΛΑΣ;

- Εθνικό πληροφοριακό σύστημα για θέσεις Πρακτικής
- Φοιτητές: σύνδεση με στοιχεία Ευδόξου
- Αναζήτηση θέσεων & δήλωση φορέα επιλογής

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

ΑΤΛΑΣ

- Για οποιαδήποτε απορία επικοινωνείτε με το Γραφείο Αρωγής Χρηστών ΑΤΛΑ

- Τηλέφωνο: **215 215 7860**
- Email: helpdesk@atlas.grnet.gr
- Ώρες λειτουργίας- Δευτέρα με Παρασκευή 09:00 πμ - 17:00 μμ

ΔΕΝ το διαχειρίζεται το Γραφείο Π.Α.

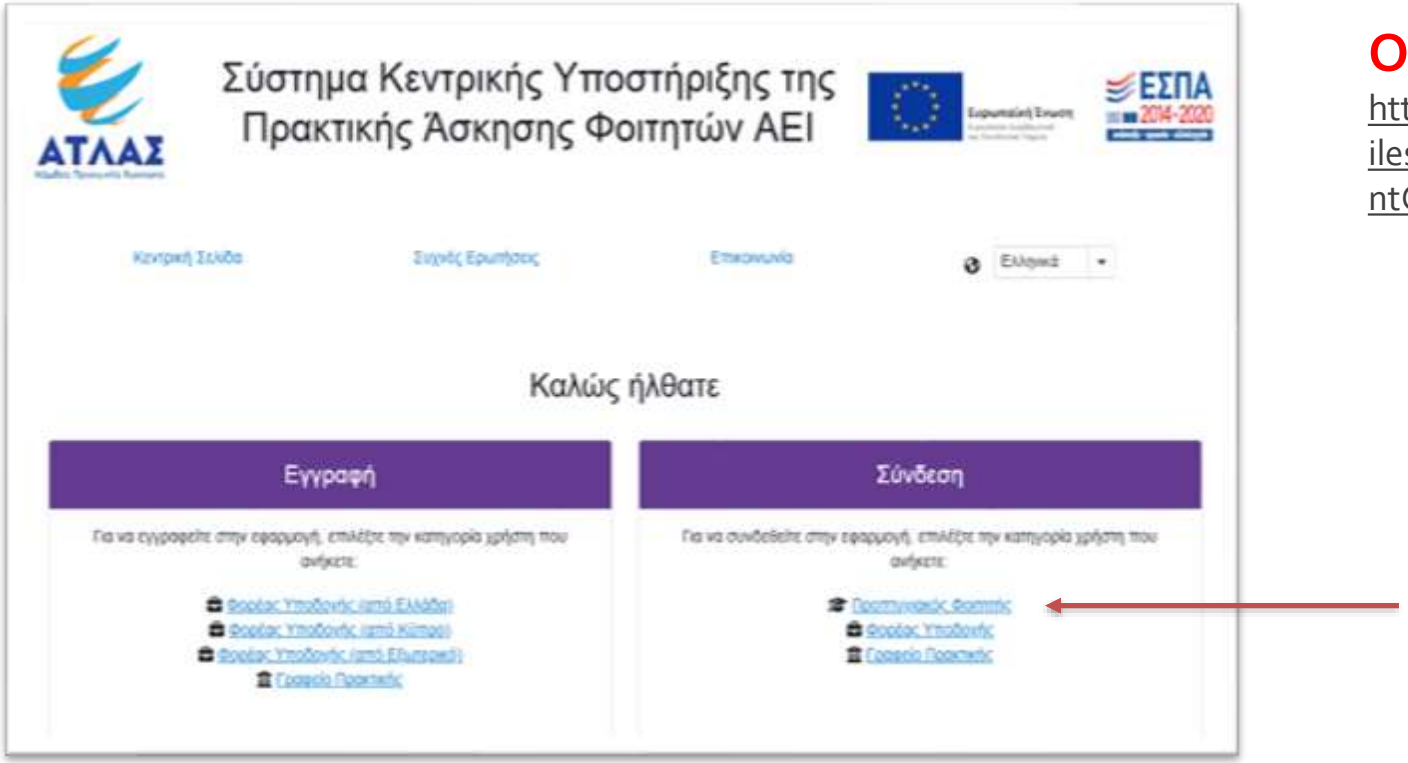
Το Γραφείο Πρακτικής Άσκησης αναλαμβάνει και κάνει την αντιστοίχιση στον ΑΤΛΑ μεταξύ Φορέα και φοιτητή.

Η «σειρά» είναι:
a) δημοσίευση θέσης από Φορέα στον ΑΤΛΑ
b) ηλεκτρονική υποβολή από τον φοιτητή/τρια της φόρμας όπου θα περιγράφει εκεί την θέση
c) αντιστοίχιση θέσης μετά από λίγες μέρες από τον διοικητικό εφόσον η θέση είναι ορατή και ο **κωδικός group θέσης** σωστός

Η Πλατφόρμα ΑΤΛΑΣ
https://atlas.grnet.gr/

Κάνετε **ΕΓΓΡΑΦΗ** και αφού πιστοποιήσετε τη διεύθυνση e-mail του λογαριασμού σας (**ιδρυματικός λογαριασμός**) μπορείτε να συνδεθείτε στο λογαριασμό σας στην πλατφόρμα «Άτλας», όπου μπορείτε να:

1. επεξεργαστείτε τα στοιχεία σας από την καρτέλα «Στοιχεία Φοιτητή»
2. αναζητήσετε θέσεις από την καρτέλα «Αναζήτηση Θέσεων»
3. σώσετε αναζητήσεις που σας ενδιαφέρουν στις «Αγαπημένες Θέσεις»
4. δείτε τις θέσεις Πρακτικής Άσκησης οι οποίες σας έχουν ανατεθεί

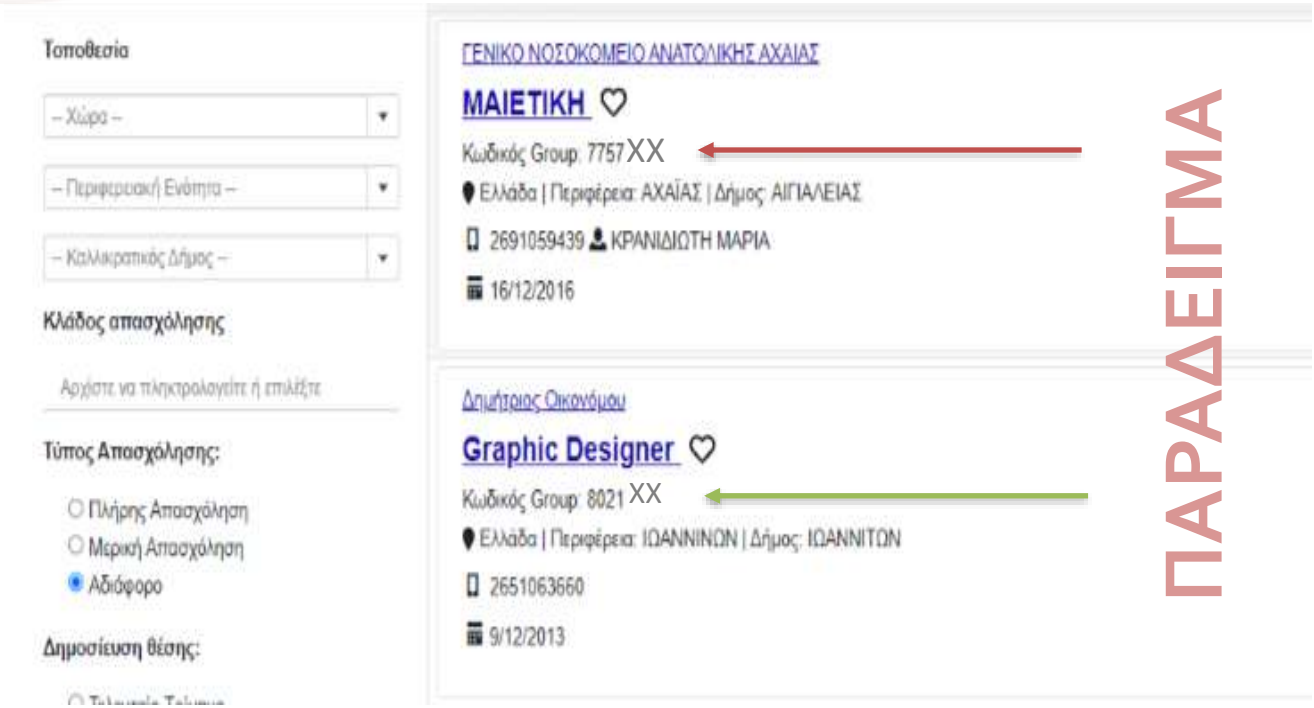


Οδηγίες εδώ:
https://atlas.grnet.gr/Files/RegistrationStudentGR.pdf

Κωδικός Group θέσης

Κάθε δημοσιευμένη θέση έχει και τον δικό της προσωπικό κωδικό

Πρόκειται για έναν 6ψήφιο αριθμό, τον οποίο πρέπει να συμπληρώσετε προσεκτικά στην Καρτέλα Πρακτικής, ώστε το Γραφείο Πρακτικής Άσκησης να εντοπίσει τη θέση στον ΑΤΛΑ και να προχωρήσει στην αντιστοίχισή σας με τον Φορέα της επιλογής σας.



Υπογραφή Σύμβασης μέσω Adobe Sign

- ✓ Λαμβάνω email από adobesign@adobesign.com
- ✓ Κάνω κλικ στο «Review and Sign»
- ✓ Επιλέγω «1 requested field remaining» → τέλος εγγράφου
- ✓ Click to Sign → Apply → Sign → Submit
- ✓ Η διαδικασία γίνεται και από κινητό
- ✓ Το τελικό PDF αποστέλλεται αυτόματα σε όλους μετά την υπογραφή

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΗΣ 1984

https://pa.uth.gr/xrisima/entupa-eggrafa/

Γραφείο Πρακτικής Άσκησης Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

ΑΡΧΙΚΗ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ Η ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΤΜΗΜΑΤΑ ΧΡΗΣΙΜΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Θα λάβετε στο email σας ένα μήνυμα από τον Αποστολέα **"ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ || ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ via Adobe Sign"** από τη διεύθυνση <adobesign@adobesign.com">adobesign@adobesign.com> με τίτλο "Signature requested on {ΟΝΟΜΑ ΑΡΧΕΙΟΥ}". Στο μήνυμα θα βρείτε ένα μεγάλο μπλε κουμπί που λέει **"Review and Sign"**. Θα πρέπει να το κλικάρετε και να μπείτε στο αρχείο και να ακολουθήσετε τις οδηγίες υπογραφής. Συγκεκριμένα, αν θέλετε κάνετε κλικ στο μπλε πλαίσιο **"1 requested field remaining"**, το οποίο θα σας οδηγήσει στην τελευταία σελίδα του εγγράφου (ή απλά σκρολάρετε στο τέλος του εγγράφου), όπου πρέπει να μπει η υπογραφή σας και όπου θα έχουν πιθανά υπογράψει οι υπόλοιποι συμβαλλόμενοι. Φαίνεται ξεκάθαρα πού υπογράφετε, κάνοντας κλικ στην επιλογή **"Click to Sign"**. Κάνοντας κλικ, θα δείτε προσυμπληρωμένο το όνομά σας. Κάνετε κλικ πρώτα στο μπλε πλήκτρο **"Apply"**, έπειτα αριστερά στο μπλε πλήκτρο **"Sign"** και τέλος στο πλήκτρο **"Submit"**, που εμφανίζεται στο κάτω μέρος της σελίδας.

Να σημειωθεί ότι η όλη διαδικασία γίνεται άνετα και από το κινητό σας ακολουθώντας τα ίδια βήματα, οπότε μπορείτε εύκολα και γρήγορα και από οπουδήποτε είστε να ανταποκριθείτε και να υπογράψετε άμεσα. Παρακαλούμε να δώσετε προτεραιότητα σε αυτά τα emails για να μην καθυστερεί η διαδικασία.

Θα μπορούσατε να καταχωρήσετε και τη διεύθυνση <adobesign@adobesign.com">adobesign@adobesign.com> στις επαφές σας για να μην πάει στα spam.

Αν έχετε οποιοδήποτε πρόβλημα και είναι **απολύτως αναγκαίο**, μπορείτε να επικοινωνείτε στο 2421074720 και στο 2410684512.

Προσοχή!!! Μόλις υπογράψετε, **δε χρειάζεται να κάνετε τίποτα άλλο!**

Μη στείλετε mail, μη μας στέλνετε την υπογεγραμμένη σύμβαση, δεν είναι αναγκαίο, εμείς θα λάβουμε ειδοποίηση από το σύστημα ότι υπογράψατε. Μόλις μπει και η τελευταία υπογραφή, το σύστημα **στέλνει αυτόματα** την τελική μορφή του εγγράφου, με όλες τις υπογραφές (final pdf) σε **όλους τους συμβαλλομένους**. Μην ανησυχείτε αν δεν κατεβάσατε τη σύμβαση με την υπογραφή σας, θα τη λάβετε όταν υπογράψουν όλοι. Αν δεν έχετε λάβει το pdf, είναι γιατί δεν υπογράφηκε από όλους τους συμβαλλόμενους.

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027 Βιώσιμη Ανάπτυξη για Όλους
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Τρόποι Επικοινωνίας με το Γραφείο Π.Α.

- Ιστοσελίδα → pa.uth.gr
  - βασικό κανάλι ενημέρωσης (Ανακοινώσεις)
- Social Media: κάντε follow για άμεσες ανακοινώσεις & επικοινωνία
  - Instagram: @praktiki_askisi_uth
  - Facebook: @prakti.uth
  - Tik Tok: @universityofthessaly

- Γενικό Email: praktiki.askisi@uth.gr
  - για απορίες και διευκρινίσεις
- Τηλέφωνο → 2410684512

Ώρες Τηλεφωνικής επικοινωνίας: **10:00 – 13:00**

*Προτιμήστε την ηλεκτρονική επικοινωνία

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης
ΕΣΠΑ 2021-2027
Πρόγραμμα Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Δείτε την Πρακτική Άσκηση όχι ως υποχρέωση, αλλά ως το πρώτο βήμα για την επαγγελματική σας πορεία.

Γραφείο Πρακτικής Άσκησης

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Καλή Επιτυχία!

Γραφείο Πρακτικής Άσκησης

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΕΣΠΑ 2021-2027
Βιώσιμη Ανάπτυξη για Όλους

Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή