

# STAŻE W INSTYTUCJACH EUROPEJSKICH 2026 - 2027



**Stale Przedstawicielstwo RP  
przy Unii Europejskiej w Brukseli**

# NAJPOPULARNIEJSZE STAŻE:

- Blue Book - staż w Komisji Europejskiej
- Robert Schuman - staż w Parlamencie Europejskim
- Staż w Sekretariacie Generalnym Rady



# KORZYŚCI WYNIKAJĄCE ZE STAŻY:

Stale Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

Dla administracji unijnej stażysta jest dodatkowym pracownikiem, który uczy się profilu działania instytucji UE. To także inwestycja ze strony KE, PE czy Rady w stażystów, postrzeganych jako przyszli „ambasadorowie” marki UE w P.cz.

Dla stażysty czas spędzony w instytucjach to przede wszystkim:

- możliwość poznania działania UE „od środka” czyli specyfiki działania określonej jednostki, wgląd w procedury i polityki unijnych instytucji;
- praca w międzynarodowym środowisku i szansa sprawdzenia w praktyce swoich umiejętności,
- wzmocnienie zawodowego CV jako kandydata na rynku pracy zarówno w sektorze publicznym, jak i prywatnym;
- networking w środowisku międzynarodowym;
- możliwość uzyskania dostępu do wewnętrznych konkursów KE (dla młodych talentów, m.in. Junior Professional Programme (JPP), czy zdawania egzaminów CAST, czy też w PE (np.: przejście do grupy politycznej lub biura europosła).

## BLUE BOOK:

Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

Staże w Komisji Europejskiej oraz podległych jej agencjach **są płatne i trwają pięć miesięcy (minimum 3, maksimum 5 miesięcy)**. Na kandydatów czeka 1800 ofert, ale należy pamiętać że selekcja jest duża - średnio przyjętych zostaje ok. 3% aplikujących.

Stażyści otrzymują miesięcznie **1 493,76 EUR**. Komisja zwraca też koszty podróży i ubezpieczenia. Mieszkanie należy znaleźć i opłacić we własnym zakresie.

UWAGA - warto zaplanować swoją karierę i wcześniej przygotować się do aplikowania na staż. Jeszcze na etapie studiów warto zapoznać się ze strukturą instytucji UE, a pracę dyplomową przygotować z uwzględnieniem perspektywy unijnej.

[https://traineeships.ec.europa.eu/index\\_en](https://traineeships.ec.europa.eu/index_en)

## BLUE BOOK

# KRYTERIA BAZOWE PRZYJĘCIA NA STAŻ:

Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli



- 1. Obywatelstwo kraju UE**
- 2. Studia wyższe**  
odpowiadające pełnemu cyklowi licencjata
- 3. Brak wcześniejszego stażu / doświadczenia zawodowego**  
powyżej 6 tygodni w instytucjach UE (42 dni kalendarzowe)
- 4. Brak limitu wiekowego dla kandydatów**
- 5. Bardzo dobra znajomość języków obcych**  
w tym jednego j. roboczego (angielski/niemiecki/francuski - C1/C2)

**UWAGA - NIE WOLNO PRZEKRACZAĆ TERMINU SKŁADANIA APLIKACJI**

# BLUE BOOK:

**1 października 2026 r. - 28 lutego 2027 r.**

## Rejestracja:

**od 16 marca 2026 r. (10:00) do 7 kwietnia 2026 r. (10:00)**



**PRESELEKCJA: kwiecień - maj 2026 r.**



## WYBÓR:

**czerwiec - lipiec 2026 r.**

[https://traineeships.ec.europa.eu/index\\_en](https://traineeships.ec.europa.eu/index_en)

Stale Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli



# BLUE BOOK: praktyczne wskazówki:

Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

## **PIERWSZY ETAP APLIKACJI - formularz:**

- Staże i wymiany międzynarodowe, wolontariaty, języki obce - im więcej, tym lepiej.
- Każda pozycja w CV musi być rzetelnie udokumentowana - dokumenty muszą uwzględniać okres w jakim odbywał się staż/wymiana. Warto skompletować niezbędne zaświadczenia z dużym wyprzedzeniem (najlepiej na bieżąco).

## **DRUGI ETAP APLIKACJI - preselekcja (Virtual Blue Book):**

- Kandydaci zakwalifikowani w preselekcji mogą ubiegać się o przyjęcie na 3 pozycje w 3 dyrekcjach generalnych KE.
- Przed wskazaniem pozycji w DG warto zrobić research, aby wybrać dla siebie trzy DG, których zadania są najbardziej zbieżne z wykształceniem i doświadczeniem.
- Warto wyważyć swoje ambicje z otwartością na nowe zagadnienia.

# RADA UNII EUROPEJSKIEJ

edycja: **wrzesień 2026 r. - styczeń 2027 r.**

Dwa razy w roku Rada oferuje pięciomiesięczne płatne staże

OKRES REKRUTACJI:

**11 lutego 2026 - 19 marca 2026**

- Wysokość miesięcznego stypendium: 1 476,34 EUR (netto)
- 2 dni urlopu za każdy przepracowany miesiąc
- 70 EUR miesięcznej diety do wykorzystania w restauracjach Rady
- Dodatek z tytułu podróży służbowych
- Ubezpieczenie NW

Szczegółowych informacji udziela Biuro Staży:

[traineeships@consilium.europa.eu](mailto:traineeships@consilium.europa.eu)

<https://www.consilium.europa.eu/pl/general-secretariat/jobs/traineeships/>

Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli



# RADA UNII EUROPEJSKIEJ

edycja: **wrzesień 2026 r. - styczeń 2027 r.**

Obywatelstwo państwa członkowskiego UE

Wykształcenie – dyplom ukończenia studiów wyższych

Profil stażysty - Rada poszukuje osób o różnorodnych profilach, ponieważ staże dotyczą różnych dziedzin (polityka, administracja, komunikacja, IT itp.)

Wymagana jest dobra znajomość j.angielskiego lub francuskiego (co najmniej C1 według europejskiego systemu opisu kształcenia językowego).

Doświadczenie - nie przyjmowane są osoby, które dłużej niż 6 tygodni były na praktyce (płatnej lub bezpłatnej) lub były zatrudnione w instytucji, organie lub jednostce organizacyjnej UE.

Wiek - bez ograniczeń

Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli



# PARLAMENT EUROPEJSKI

edycja: **październik 2026 r. - luty 2027 r.**

Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

Staż im. Roberta Schumana mogą ubiegać się osoby, które:

- ukończyły 18 lat;
- posiadają obywatelstwo jednego z państw członkowskich lub krajów przystępujących/kandydujących do Unii Europejskiej;
- posiadają dyplom ukończenia studiów wyższych;
- płynnie posługują się jednym z urzędowych języków UE i posiadają bardzo dobrą znajomość innego języka UE (obywatele państw trzecich muszą bardzo dobrze posługiwać się językiem angielskim, francuskim lub niemieckim);
- przedstawiają aktualne zaświadczenie z Krajowego Rejestru Karnego;
- nie pracowały lub nie uczestniczyły w innym rodzaju stażu w instytucjach, organach i agencjach UE przez więcej niż dwa kolejne miesiące;
- nie uczestniczyły w wizycie studyjnej w Sekretariacie Parlamentu Europejskiego na sześć miesięcy przed rozpoczęciem stażu.



# PARLAMENT EUROPEJSKI

Stale Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

## POMYSŁ

- Możliwość wybrania max 3 ofert,
- polityka wewnętrzna i zewnętrzna UE, prawo, wielojęzyczność, administracja, finanse, infrastruktura i logistyka, komunikacja czy IT.

## WYSŁANIE APLIKACJI

- im wcześniej, tym lepiej (wcześniejszy dostęp),
- EUROPASS CV przygotowane pod konkretną pozycję (!),
- DOBRY list motywacyjny.

## WSTĘPNA KWALIFIKACJA

Czas na dosłanie wszystkich dokumentów, które najlepiej jest mieć już przygotowane już w momencie aplikacji.

## ROZMOWA KWALIFIKACYJNA

Zależnie od unitu. Może być to rozmowa telefoniczna z zaskoczenia, może być to wcześniej zaplanowany call.

## CZAS TRWANIA STAŻU

Staż trwa 5 miesięcy. Często praktyką jest przedłużanie okresu stażu dla najlepszych stażystów o max. 3 miesiące.

## PRZYJĘCIE

Oficjalne potwierdzenie przyjęcia na staż: e-mail & SMS.

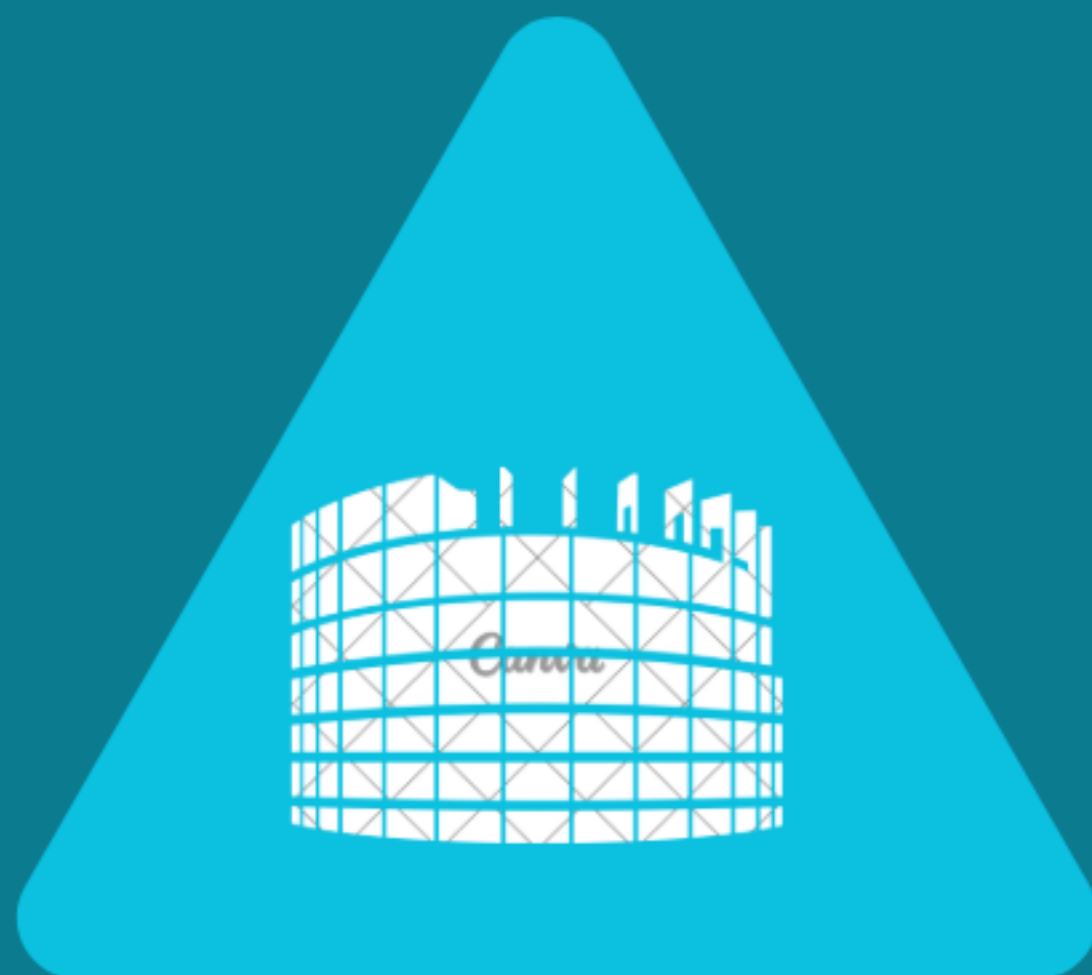


Na staż w okresie od **1 października do 28/29 lutego** aplikacja od 1 do 31 maja,  
Na staż w okresie od **1 marca do 31 lipca** aplikacja od 1 do 31 października,

# PARLAMENT EUROPEJSKI

Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

## RODZAJE STAŻY:



### STAŻE IM. ROBERTA SCHUMANA (SEKRETARIAT GENERALNY)

5 miesięcy (+ max 3 )  
Wynagrodzenie 1.647 EUR  
Zwrot kosztów podróży  
300 EUR  
13 DGs, ok. 800 stażystów



### STAŻE W GRUPACH POLITYCZNYCH

8 Grup Politycznych  
różne wymagania  
i warunki w zależności  
od grupy



### STAŻE W BIURZE POSŁA/POSŁANKI DO PE

5 miesięcy (+4 max)  
Wynagrodzenie od 988 EUR  
do 1.636 EUR  
Zwrot kosztów podróży 300 EUR  
(opcjonalny)



## Plusy i minusy stażu:

Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

### PLUSY:

- Wysoka kultura osobista i intelektualna współpracowników;
- Praca jest różnorodna i stymulująca, np.: poprzez liczne spotkania z przedstawicielami biznesu, dyplomacji i organizacjami pozarządowymi;
- Dużo pracy zespołowej, współpracownicy z reguły chętnie dzielą się swoją wiedzą i doświadczeniami;
- Otwarta kultura networkingu zarówno w instytucji w której odbywa się staż, jak i w Brukseli;
- Poczucie realnego wpływu na rzeczywistość poprzez pracę nad legislacjami;
- Możliwość wykorzystania doświadczenia stażu do budowania kariery w administracji UE, administracji rządowej państw członkowskich, czy biznesie.
- Możliwość wąskiej specjalizacji spośród setek tematycznych zespołów.

### MINUSY:

- Wysoki stopień zhierarchizowania struktury urzędniczej;
- Ograniczony czas na integrację z zespołem i zaznajomienie się ze skomplikowanymi procesami wewnętrznymi;
- Doświadczenia stażystów mogą się od siebie skrajnie różnić z uwagi na różnorodność wydziałów i zespołów;
- Konkurencja pomiędzy ambitnymi ludźmi o ograniczone zasoby, np.: zaproszenia na konkursy CAST.

## PORADY PRAKTYCZNE - część 1:



Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

- **Research przed złożeniem aplikacji** - wiele informacji jest dostępnych online (np.: struktura organizacyjna instytucji zawiera podział na dyrekcje generalne i zakres ich zadań)
- **Networking to podstawa** - korzystaj z wiedzy byłych stażystów/znajomych w UE
- **Im szerzej, tym lepiej** - nie skupiaj się tylko na jednym stażu lub instytucji; aplikuj również do innych instytucji UE lub agencji europejskich
- **Doświadczenie za granicą to ważny atut** - zdecydowanie warto mieć w swoim CV studia/wymianę akademicką, wolontariat, etc.
- **Wyróżnij się** - wykształcenie i doświadczenie zawodowe są wysoko cenione w procesie rekrutacji
- **Znajomość języka obcego to podstawa** - za każdy język, którym się posługujesz, otrzymasz punkty od instytucji europejskich, które liczą się w procesie wstępnej selekcji

## PORADY PRAKTYCZNE - część 2:

Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

- **CV w formacie Europass CV** (<https://europass.europa.eu/en/create-europass-cv>) - w ten sposób zaprezentujesz się zgodnie z przyjętymi standardami. Unikaj korzystania ze sztucznej inteligencji.
- **Zweryfikuj aplikację zanim wyślesz zgłoszenie** - aplikując, należy podać kilka szczegółów, w tym motywację do odbycia stażu lub podjęcia pracy w konkretnej instytucji UE. Poproś kogoś o przeczytanie Twojego wniosku, aby wyłapać błędy.
- **Zbierz dokumenty** - instytucje UE weryfikują poprawność wszystkich informacji podanych w profilu. Dlatego musisz przedstawić dokumenty potwierdzające dane z aplikacji. Zebranie wszystkich dokumentów może zająć trochę czasu, więc nie czekaj na ostatnią chwilę.
- **Do trzech razy sztuka...** - nabór na staże w UE jest konkurencyjny. Na szczęście możesz aplikować wielokrotnie bez żadnych problemów: wielu stażystów jest przyjmowanych dopiero za drugim lub trzecim podejściem.
- **Planowanie to podstawa** - nie czekaj więc do ostatniego dnia, żeby zacząć przygotowania; daj sobie czas na staranne wypełnienie wszystkich dokumentów.



## Konkurs AD5 Graduates EPSO/AD/427/26 Administratorzy (AD 5)

Stale Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

Wymagania dla kandydatów do konkursu na administratorów (AD5):

- Obywatelstwo UE i posiadanie pełni praw obywatelskich
- Biegła znajomość jednego języka urzędowego UE oraz zadowalająco drugiego języka urzędowego UE
- Wykształcenie odpowiadające ukończonym studiom uniwersyteckim trwającym co najmniej 3 lata (licencjat), potwierdzone dyplomem wydanym nie później niż 30 września 2026 r.
- Uregulowany stosunek do służby wojskowej.

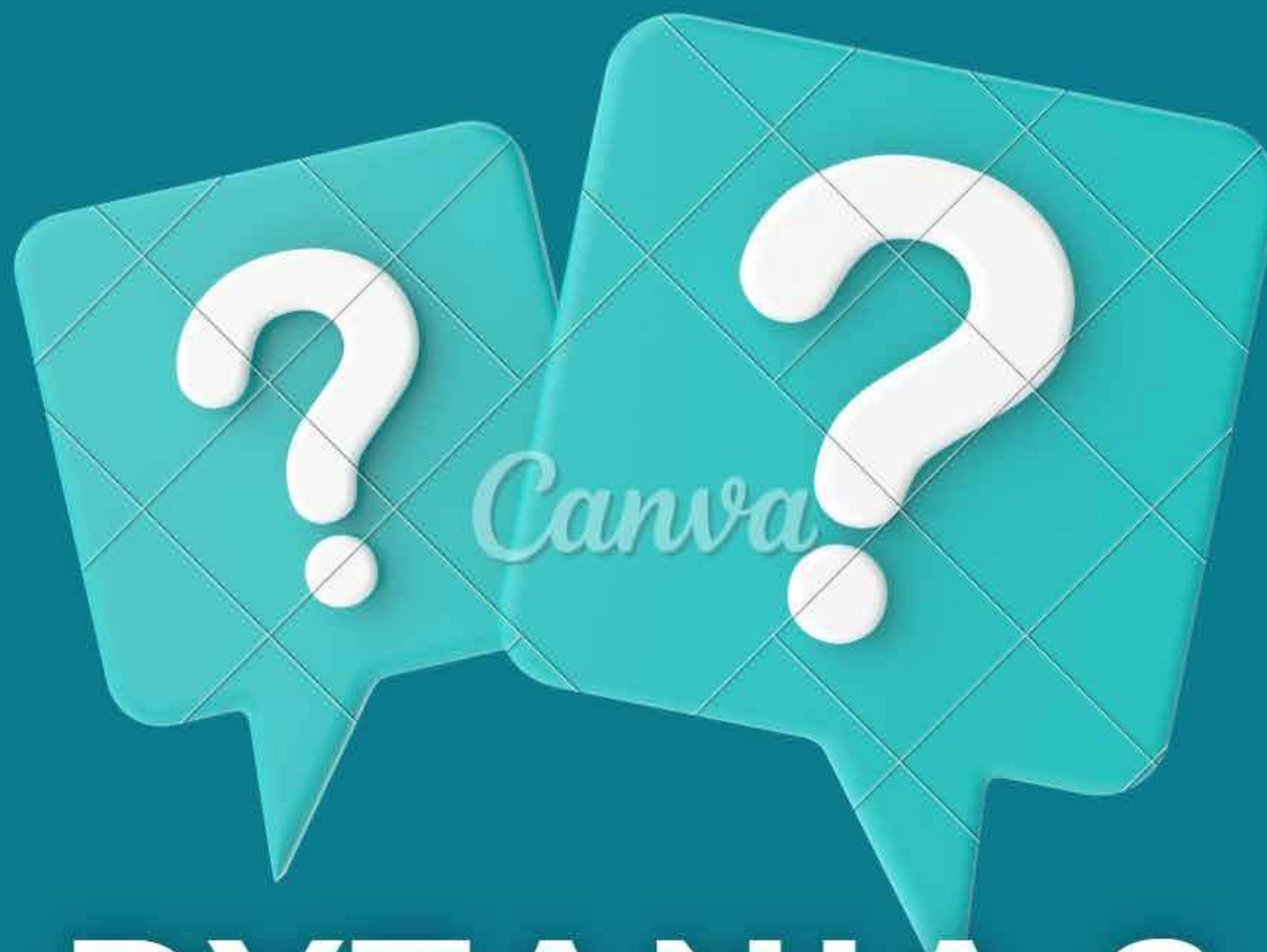
Doświadczenie zawodowe nie jest wymagane.

Zgłoszenia można składać od **5 lutego 2026 r.** do **10 marca 2026 r. do godz. 12.00 (w południe) czasu obowiązującego w Brukseli.**

**Kandydaci muszą załadować zeskanowaną kopię ważnego dowodu tożsamości lub paszportu do 10 marca 2026 r. do godz. 12.00 (w południe) czasu obowiązującego w Brukseli oraz zeskanowane kopie dokumentów potwierdzających informacje podane w zgłoszeniu do 7 października 2026 r. do godz. 12.00 (w południe).**

# Dziękuję za uwagę!

[Brussels.eu.careers@msz.gov.pl](mailto:Brussels.eu.careers@msz.gov.pl)



**PYTANIA ?**

## PRAWNICY - LINGWIŚCI / LEGISLATORZY:



Stałe Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

### KRYTERIA PODSTAWOWE:

- Posiadanie obywatelstwa UE i korzystanie z pełni praw obywatelskich.
- Doskonała znajomość języka roboczego UE oraz gruntowna znajomość dwóch innych języków urzędowych UE.
- Dyplom ukończenia studiów prawniczych.
- Wymagane kwalifikacje mogą się różnić. Zawsze należy sprawdzać konkretne wymagania dla każdej opublikowanej procedury naboru.

## GŁÓWNE OBSZARY ZATRUDNIENIA DLA PRAWNIKÓW:

Stale Przedstawicielstwo  
Rzeczypospolitej Polskiej  
przy Unii Europejskiej  
w Brukseli

Prawnicy mogą pracować w instytucjach i agencjach UE na różnych stanowiskach i obszarach tematycznych:

- **Trybunał Sprawiedliwości UE** - prawnicy mogą pracować w służbach Trybunału lub w gabinetach sędziów, zajmując się wykładnią prawa UE, rozstrzyganiem sporów i badaniami prawnymi.
- **Komisja Europejska** - w różnych dyrekcjach generalnych Komisji, które zajmują się konkretnymi dziedzinami polityki UE. Prawnicy mogą pracować w Brukseli, ale także w przedstawicielstwach krajowych i biurach regionalnych w całej UE.
- **Parlament Europejski** - prawnicy mogą być zatrudnieni w służbach prawnych PE, wspomagając prace posłów i komisji, a także zajmując się doradztwem prawnym.
- **Europejski Bank Centralny** - prawnicy mogą pracować w EBC w dziedzinie prawa bankowego, finansowego i monetarnego.
- **Europejski Trybunał Obrachunkowy** - prawnicy mogą być zatrudnieni w celach doradztwa prawnego w ramach kontroli wydatków budżetowych UE.