



# Las Rentas de Inserción autonómicas

Actualizado 27 de Marzo de 2017

por Oscar de las Heras



Gestión anuncios

[Insercion social](#)

[Ayuda social](#)

[Cadillac](#)

**Las Rentas de Inserción son ayudas que conceden las Comunidades Autónomas para aquellas personas sin ingresos y en riesgo de exclusión social.**

Requisitos para el acceso a cada una de ellas y diez claves para entender sus diferencias y funcionamiento.

## Índice de contenidos de este artículo

[Diez claves para entender el funcionamiento de las Rentas de Inserción Autonómicas](#)  
[Directorio de Rentas de Inserción en cada Comunidad Autónoma](#)  
[Las rentas de inserción ¿son iguales en todas las Comunidades Autónomas?](#)

## Cursos por 50€ al mes

Los Cursos Más Demandados. Aprovecha Este Mes Matricula Gratis Ir a [soytucurso.com](http://soytucurso.com)



Carnet de Manipulador Alimentos - Curso Gratuito Online Legal



Hazte Actor Actriz de Doblaje - Consigue Tu Título de Doblaje.



Hoteles de Benidorm



Curso de Inglés Online



Info Cita Previa DNI - Información Cita Previa DNI



Comienza a Descargar



Vuelos Baratos desde 9€ - Comparador de Vuelos Baratos



## Diez claves para entender el funcionamiento de las Rentas de Inserción Autonómicas

### 1. Las Rentas de Inserción tienen distintos nombres y normativa según cada Comunidad

**Autónoma:** "salario social", "renta social", "renta mínima", "renta garantizada de ciudadanía", "renta mínima garantizada", "ayuda para integración", "salario social básico", "ingreso de solidaridad", etc..

### 2. No se deben confundir con la Renta Activa de Inserción RAI [\(+info\)](#), que es una ayuda estatal para parados de larga duración mayores de 45 años, personas discapacitadas, emigrantes retornados o víctimas de violencia de género. Antes de pedir las ayudas autonómicas, consulte en el enlace anterior si cumple los requisitos para solicitar la RAI. Si no los cumple o bien ya agotó la RAI, entonces es cuando entran en juego las rentas de inserción autonómicas.

### 3. Para solicitar información sobre la Rentas Autonómicas de Inserción debe dirigirse a los servicios sociales de su Comunidad Autónoma o Ayuntamiento, no al SEPE (INEM), porque estas ayudas son autonómicas, no estatales.

### 4. Los requisitos generales de estas ayudas son muy estrictos. En la mayor parte de los casos exigen que quien las solicite se encuentre en situación de carencia de rentas, haya agotado las ayudas existentes de otras administraciones y que esté empadronado en la Comunidad Autónoma.

### 5. La tramitación de estas ayudas es lenta y requiere presentar mucha documentación. En algunas Comunidades Autónomas la demora en su aprobación supera los seis meses. Por eso, aunque es posibles solicitarlas por Internet, siempre es conveniente iniciar los trámites con el asesoramiento de los servicios sociales, para que toda la documentación esté correcta. Además, los servicios sociales pueden informarle de otras alternativas de ayudas.

### 6. A cambio de recibir esta renta de inserción hay que participar en programas de formación, orientación laboral, inserción, etc.

### 7. La cantidad que se cobra como ayuda económica depende de varios factores, como el número de miembros de la unidad familiar, etc, pero suelen estar entorno al 70% del Salario Mínimo Interprofesional.

### 8. Estas rentas de inserción son compatibles con otras ayudas y prestaciones, siempre que la suma de todas ellas no supere el importe de la propia Renta.

10. **Los sindicatos, algunos partidos políticos y Organizaciones no Gubernamentales exigen que se amplíe la cobertura de estas rentas** a los más de 600.000 hogares que actualmente no reciben ningún tipo de ingreso de subsistencia. Recientemente, la Asociación de Directores y Gerentes de Servicios Sociales ha publicado [una nota de prensa](#) en la que denuncia las limitaciones y carencias del sistema público de protección social.

## Directorio de Rentas de Inserción en cada Comunidad Autónoma

En la siguiente guía facilitamos más información y enlaces para solicitar las ayudas en cada Comunidad.

[Madrid. Renta Mínima de Inserción](#)  
[Cataluña. Renta Mínima de Inserción](#)  
[Andalucía. Ingreso Mínimo de Solidaridad](#)  
[Valencia. Renta Garantizada de Ciudadanía](#)  
[Castilla la Mancha. Ingreso Mínimo de Solidaridad](#)  
[Murcia. Renta Básica de Inserción](#)  
[País Vasco. Renta de Garantía de Ingresos](#)  
[La Rioja. Ingreso Mínimo de Inserción](#)  
[Melilla. Ingreso Melillense de Integración](#)  
[Galicia. Renta de Integración Social de Galicia](#)  
[Aragón. Ingreso Aragonés de Inserción](#)  
[Asturias. Salario Social Básico](#)  
[Castilla y León. Renta garantizada de ciudadanía](#)  
[Balears. Renta Mínima de Inserción](#)  
[Extremadura. Renta Básica Extremeña de Inserción](#)  
[Canarias. Prestación Canaria de Inserción](#)  
[Cantabria. Renta Social Básica](#)  
[Navarra. Renta de Inclusión Social](#)  
[Ceuta. Ingreso Mínimo de Inserción Social](#)

## Las rentas de inserción ¿son iguales en todas las Comunidades Autónomas?

No, no son iguales. Hay importantes diferencias entre unas Comunidades y otras, tanto en lo relativo a los requisitos, como en la duración y el importe de la ayuda económica recibida. En el [VI foro de la Autonomía](#) que tuvo lugar el 15 de marzo en el Senado, se pusieron de manifiesto los datos

Comunida Autónoma	Ayuda económica*	Duración de la ayuda*
Andalucía	400 euros	6 meses
Aragón	441 euros	12 meses
Asturias	442 euros	Sin límite
Baleares	426 euros	12 meses
Canarias	472 euros	12 meses ampliable hasta 24
Cantabria	426 euros	12 meses con posibilidad de renovación

Comunida Autónoma	Ayuda económica*	Duración de la ayuda*
Castilla-La Mancha	372 euros	6 meses prorrogables hasta 24
Castilla y León	426 euros	Sin límite
Cataluña	423 euros	12 meses prorrogables hasta 60
Comunidad Valenciana	338 euros	36 meses
Extremadura	426 euros	6 meses prorrogables sin límite
Galicia	399 euros	12 meses
Madrid	375 euros	Sin límite
Murcia	300 euros	12 meses
Navarra	548 euros	6 meses hasta 30
País Vasco	665 euros	24 meses
La Rioja	399 euros	6 meses hasta 24

\* Cuadro-resumen orientativo. Consúltase la normativa vigente en los Boletines oficiales de cada Comunidad Autónoma. La cuantía económica es para un miembro y puede variar en función del número de personas de la unidad familiar.



**¡CARGLASS® TE REGALA LAS ESCOBILLAS!**



#### Otra información relacionada:

[La Renta Activa de Inserción RAI \(ayuda estatal\)](#)  
[Guía de las prestaciones y subsidios del SEPE INEM](#)



© Un artículo de Oscar de las Heras. Actualizado el 27 de Marzo de 2017



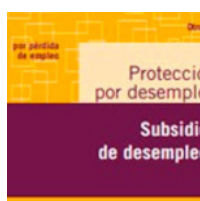
**¡CARGLASS® TE REGALA LAS ESCOBILLAS!**



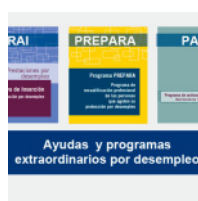
*Citapreviainem no es una web oficial ni depende de ninguna administración pública. Se trata de un foro gestionado por colaboradores independientes. No se comparten necesariamente las opiniones de los autores de cada artículo. Toda la información tiene un carácter meramente orientativo. Confírmela siempre con las disposiciones publicadas en los Boletines Oficiales (legislación española), los Servicios Públicos de Empleo o con su asesor legal.*

- < Cómo apuntarse y solicitar el paro en Castilla – La Mancha
- > El certificado de matrimonio

## Artículos relacionados



Si nunca he trabajado ¿puedo cobrar alguna ayuda?



Las ayudas extraordinarias por desempleo: RAI, PREPARA Y PAE



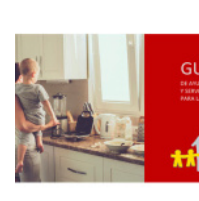
El gobierno prorrogará la ayuda del PAE, modificando sus requisitos



Guía de ayudas públicas 2017



Planes de apoyo al empleo de Cruz Roja para mayores de 45 años

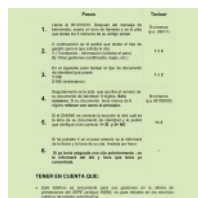


Ayudas para madres solteras y a la familia en general 2017

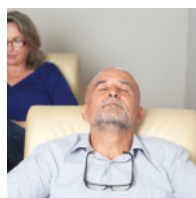
## Información de interés



10 consejos para no perder el paro



Cita previa por teléfono



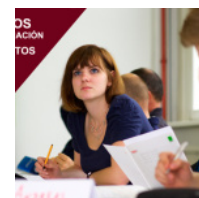
Subsidio para mayores de 55 años



Nuevas medidas de apoyo a emprendedores y autónomos



20 modos eficaces de buscar empleo



Cursos INEM 2017

Powered by

## Hay 34 comentarios en “Las Rentas de Inserción autonómicas”



**Sandra**

15/09/2016 | Responder

Buenas tardes, quisiera saber si es compatible el PAE, con él RMI. Aún no he solicitado ninguna ,

Esta web utiliza COOKIES. Si continúas navegando, entendemos que aceptas su uso. +info.

**CERRAR**

muchas gracias .



**Jorge Danés. Abogado laboralista**

19/09/2016 | Responder

Hola, no, no son compatibles. De hecho uno de los requisitos del [> PAE \(+ info\)](#) es que hayan pasado al menos 6 meses desde la anterior ayuda cobrada, concluidos los salarios sociales como el RMI. *[ ] Se responde al lector por email (ref. 108098)*



**María Garcia**

11/08/2016 | Responder

Hola , estuve cobrando un subsidio por hijo a cargo menor y se me termino. En este año, en enero de 2016, me dieron el RAI y se me acaba ya en Enero del 2017 . Es el primer Rai que cobro y tendré que esperar un año para poder volver a cobrarlo. Mi pregunta es la siguiente, que en el año que estare sin cobrarlo tendré alguna ayuda ya que estoy soltera con un hijo menor a mi cargo y no entrara ningun ingreso ya que por mas que estoy buscando trabajo y estudiando este año no consigo trabajo. cuando termine de cobrarlo tendré 50 años y quisiera saber si podre tener otra ayuda en ese año de espera del Rai , pues me preocupa mucho no poder sacar a mi hijo adelante por mas que tengo busqueda activa . Hay alguna ayuda que me puedan dar en ese año hasta que encuentre trabajo para que mi hijo pueda comer ya que no tengo ningun otro ingreso . Muchas gracias de antemano. Un saludo



**Oscar de las Heras**

12/08/2016 | Responder

Hola María. En el mes de espera entre RAI la única opción son los salarios sociales o [rentas de inserción \(+info\)](#) de las Comunidades Autónomas. No se si ya la ha solicitado anteriormente, pero tiene que informarse en la Consejería de Asuntos Sociales de su Comunidad, ... *[ ] Se responde al lector por email (ref. 105492)*



**Carlos**

09/05/2016 | Responder

Buenos días.

Estoy cobrando la RAI desde abril 2016, en lo que va de año no he trabajado, es decir, rentas cero, pero es posible que el 17 junio realice un concierto por el que me pagarán 450 euros. Después de

¿Interfiere este ingreso puntual con la RAI?, ¿Que puede suceder, que debo hacer?.  
Un saludo cordial y muchas gracias.



**Jorge Danés. Abogado laboralista**

10/05/2016 | Responder

Hola, puede ver la información en el artículo sobre [cobrar la RAI y trabajar \(+ info\)](#). *[ ] Se responde al lector por email (ref. 97017)*



**Marisol**

20/04/2016 | Responder

Buenas tardes,  
en mi caso vivimos de alquiler mi pareja y yo. Nos hemos informado para pedir el ingreso mínimo de solidaridad, pues ambos estamos en paro salvo días que trabajamos en el campo, apenas tenemos para comprar alimentos básicos... el caso es que mi pareja comenzará a cobrar la renta agraria el mes que viene, y quería saber si es posible compatibilizar el ingreso mínimo de solidaridad con esta renta. Yo en mi caso no tengo derecho a renta ni nada porque apenas he cotizado. Si me pudiesen ayudar lo agradecería de verdad, saludos.



**Jorge Danés. Abogado laboralista**

22/04/2016 | Responder

Buenas tardes, tendrá que ver los requisitos de la [renta agraria \(+ info\)](#) y no podrá tener ingresos superiores al Salario Mínimo Interprofesional. Respecto al Ingreso Mínimo de Solidaridad, al ser un [salario social \(+ info\)](#) autonómico deberá consultar con su Comunidad Autónoma los requisitos de... *[ ] Se responde al lector por email (ref. 95474)*



**fernando**

17/03/2016 | Responder

hola de nuevo mi otra duda que tengo si no encuentro trabajo  
ya no puedo pedir mas la rai ??? o tengo que esperar 12 meses para pedir de nuevo ? ya tengo las tres agotadas

un saludo

**Jorge Danés. Abogado laboralista**

17/03/2016 | Responder

Buenas tardes, no, la > [RAI \(+ info\)](#) solo se puede cobrar 3 veces, si ya las ha cobrado, no podrá volver a pedirla.

Un saludo. [ ] *Se responde al lector por email (ref. 92221)*

**pilar ruiz**

24/02/2016 | Responder

Hola buenas ,soy madre de un niño 11 años,soltera,mi pregunta es ...es compatible la ayuda de renta minima de insercion con subsidio de desempleo? ,Estoy cobrando subsidio 426 e y ala vez me pagan desde ace meses 62 euros del remi,acudi a mi asistente social para avisar que cobraba subsidio y me hizo rellenar un papel y llevarlo al ayuntamiento para dejar constancia que cobraba subsidio ala vez que remi ....pero me quedo la duda de preguntarla si era compatible? Puesto que ayer me mandaron una carta de la comunidad de madrid....que decia lo siguiente:

" desde mi responsabilidad como consejero politicas..... ley 6/2015 .....ha establecido en el articulo 60 el importe de la prestacion economica de renta minima de insercion para dicha anualidad. en cumplimiento del citado percepto se procede ala regularizacion de la cuantia de prestacion que actualmente percibe usted al importe aplicable en 2016.dicha regularizacion,con efectos desde 1 enero 2016,se producira en la nomina de febrero,abonandose en su caso la diferencia correspondiente ala mensualidad de enero en concepto de atrasos en el mes de marzo.

Asimismo informo que en caso de usted comparta su vivienda con otras perceptoras del remi" ( que no es mi caso,porque vivo sola con mi hijo)" se aplicara el coeficiente establecido en la ley .....ect ect regularizado su importe de su prestacion,recordandole que el derecho ala misma se mantendra ,mientras no cambie su situacion.

"Si por favor podeis aclararme un poco esto,porque no tengo ni idea " gracias,un saludo

**Moderador del foro**

24/02/2016 | Responder

Buenos días. Le hemos contestado por email (ref.90465) [ ] *Se responde al lector por email (ref. 90465)*

**francisco**

01/12/2015 | Responder



HOLA Y GRACIAS DE ANTEMANO. EN EL AÑO DE ESPERA PARA SOLICITAR LA RAI ¿PUEDO TRABAJAR ALGÚN TIEMPO SIN QUE ALTERE EL AÑO DE ESPERA?



**Oscar de las Heras. Prestaciones y orientación laboral**

01/12/2015 | Responder

No se altera si trabaja menos de 90 días. Si trabaja más, se interrumpe la antigüedad como demandante de empleo. [ ] *Se responde al lector por email (ref. 83656)*



**Olga**

28/11/2014 | Responder

Hola, soy parada de larga duración de 44 años y quisiera saber si se pierde la antigüedad de la demanda de empleo si acepto un trabajo solamente de 1 mes.  
Gracias.



**Oscar de las Heras @oscardelas**

28/11/2014 | Responder

El concepto de “larga duración” no es único. Cada ayuda determina qué se entiende por larga duración como requisito para esa ayuda en concreto. En la mayor parte de ellas, por trabajar un mes no se pierde la antigüedad. Lo explicamos con más detalle en este artículo > [ ] *Se responde al lector por email (ref. 49098)*



**maria**

19/11/2014 | Responder

Hola cobro el rai pero se me acaba ya me gustaria saber si puedo pedir alguna ayuda puesto que tengo dos niñas menores a mi cargo y ningun ingreso solo somos las niñas y yo gracias



**Jorge Danés. Abogado laboralista**

19/11/2014 | Responder

Buenos días, sin saber sus circunstancias, si usted ha vuelto a cotizar, cuanto tiempo, hace cuando...no le puedo indicar. Si no ha vuelto a cotizar, posiblemente no pueda pedir otra ayuda del

servicio de empleo, ya que la RAI se recibe cuando no se tiene derecho a ninguna otra ayuda.... [ ]  
*Se responde al lector por email (ref. 48024)*

**maria**

19/11/2014 | Responder

Hola cobro el rai pero se me acaba ya me gustaria saber si puedo pedir alguna ayuda puesto que tengo dos niñas menores a mi cargo y ningun ingreso solo somos las niñas y yo gracias

**Jorge Danés. Abogado laboralista**

19/11/2014 | Responder

Buenos días, su pregunta ha sido contestada en su anterior consulta.

Un saludo. [ ] *Se responde al lector por email (ref. 48023)*

**amina**

17/11/2014 | Responder

Hola ahora trabajo como cuidadora de persona mayor jornada completa .Antes de este trabajo cobraba una ayuda de 213 €/mes de mi ex trabajo de media jornada de atención al cliente. (Estaba mi primera ayuda despues del paro).Por favor quiero saber si ahora quiero cambiar este trabajo de hogar con un trabajo de cocinera pero solo 3 meses quieren cuando me hacen la baja después de 3 meses sigo cobrando 213 € de la ayuda como antes o con la jornada completa del trabajo de cocinera cobro 426 € de la ayuda .Gracias para informarme.

**Oscar de las Heras @oscardelas**

20/11/2014 | Responder

Todo depende del tiempo que haya pasado desde que empezó a trabajar como cuidadora y le detuvieron el cobro de la ayuda de 213 euros. ¿Cuánto tiempo hace de eso?. Y otra duda más ... el contrato que tiene como cuidadora ¿es un contrato como empleada de hogar,... [ ] *Se responde al lector por email (ref. 47889)*

**leticia**

01/10/2014 | Responder

Esta web utiliza COOKIES. Si continúas navegando, entendemos que aceptas su uso. +info.

**CERRAR**

Hola, buenas tardes;

Acabo de cambiar de trabajo, llevaba en el anterior desde junio de 2012. Si no me equivoco, me correspondían unos 8 meses de paro, mas o menos. El caso es que como mi cambio de trabajo ha sido muy rápido, di la carta de baja voluntaria. Di la carta ayer y sin apuntarme al INEM, he firmado contrato nuevo hoy mismo.

Si de este nuevo trabajo, me despiden en 2 meses, por ejemplo, ¿al darme baja voluntaria del anterior trabajo, he perdido esos 8 meses de paro? Es que me ha entrado la duda y quería que me la resolvieseis.

Muchas Gracias



**Jorge Danés. Abogado laboralista**

02/10/2014 | Responder

Buenas tardes, puede ver toda la información en el artículo sobre [> paro y baja voluntaria \(+ info\)](#). Esos meses cotizados no los pierde, pero necesitará que pase un tiempo para poder pedir el desempleo como puede leer en el artículo.

Un saludo. [ ] *Se responde al lector por email (ref. 44256)*



**veronica**

01/10/2014 | Responder

buenos días, quería hacer una consulta. estoy cobrando 426 euros de subsidio y 110 de la ayuda rgi. estoy divorciada y con una niña de 11 años. tenemos mi exmarido y yo una vivienda de protección oficial, la cual pago yo la totalidad de la hipoteca y los gastos de ella. tengo sentencia. tengo la custodia y puedo vivir en ella hasta que latina sea mayor.

por otro lado, tengo novio. tiene trabajo y tiene una vivienda de protección oficial y paga su hipoteca y los gastos de su casa. cada uno vivimos en nuestra casa aunque estamos entre una y otra puesto q yo no quiero dejar la mía Pq no se sabe lo que pueda pasar.

la consulta es Pq estoy embarazada, en abril nacerá y no se si seguirán abonandome el subsidio y la rgi.

muchas gracias.



**Jorge Danés. Abogado laboralista**

02/10/2014 | Responder

Buenos días, si el hijo que espera es de su novio, entonces se tendrán en cuenta los ingresos de él a la hora de calcular las rentas de la unidad familiar. Por lo que tendrá que informar de su nueva situación, ya que sus circunstancias cambian, y dependerá de si... [ ] *Se responde al lector por email*

**Luis**

01/10/2014 | Responder

Buenos días.

Soy estudiante y trabajo como camarero a media jornada en periodos vacacionales. A mediados del pasado mes, creí haber encontrado un trabajo relacionado con mis estudios como auxiliar administrativo en una empresa, pero a los 10 días de empezar (jornada completa), me despidieron alegando que no había superado el periodo de prueba. Hasta día de hoy llevo cotizados poco más de 6 meses a media jornada, y esos 10 días a jornada completa, pero al ser en prueba, no se si contarían. ¿Tengo derecho a pedir este subsidio? ¿Qué cuantía me correspondería?

**Jorge Danés. Abogado laboralista**

02/10/2014 | Responder

Buenos días, si ha cotizado más de 6 meses podrá pedir el [> subsidio por insuficiencia de cotización \(+ info\)](#). Al ser el último contrato a jornada completa, aunque estuviese en el periodo de prueba, recibirá el subsidio completo de 426 euros.

Un... [ ] *Se responde al lector por email (ref. 44150)*

**zuleima**

24/09/2014 | Responder

Hola buenas tardes me gustaría saber si tengo derecho a alguna ayuda o prestacion.tengo 190 días cotizados y una menor a mi cargo mi novio se encuentra en paro y no podemos depender tanto tiempo de nuestros padres,en la Inem me dice que no tengoderecho a nada ni al subsidio por perdida de empleo porque es de regimen agrario y tampoco e pagado durante un año el sello agrícola pero como pretenden de que pague 80-90€ al mes de sello si no tengo ningún ingreso donde me lo saco..ppor favor necesito ayuda si alguien sabe alguna ayuda o prestación que me puedan dar escribirme un saludo y gracias de ante mano a todos

**Jorge Danés. Abogado laboralista**

25/09/2014 | Responder

Buenos días, el régimen agrario tiene unas ayudas específicas y es necesario saber exactamente cual es su situación para saber si tiene derecho a recibirlas. Le recomiendo que lea los artículos sobre la [> renta agraria \(+ info\)](#) y el

**rolando**

23/09/2014 | Responder

Hola buenas tarde mi novia esta trabajando perono supera los 400 euros al mes y le hablaron sobre una ayuda que da el paro para la gente de sueldo bajos me podrían explicar un poco como es esa ayuda

**Jorge Danés. Abogado laboralista**

24/09/2014 | Responder

Buenos días, el Servicio Público de Empleo Estatal no tiene ninguna ayuda para trabajadores con sueldos bajos. Existen ayudas para desempleados, que si luego encuentran un trabajo, pueden compatibilizar en algunos casos, el sueldo con la ayuda que se reciba. Pero si actualmente está trabajando, en Servicio de Empleo no... [ ] *Se responde al lector por email (ref. 43695)*

**Cramen**

23/09/2014 | Responder

Hola.Llevo 9 años trabajando media jornada en una empresa y quiero dejarlo.Si después hago un trabajo temporal de unos días,puedo solicitar el paro?Gracias

**Jorge Danés. Abogado laboralista**

24/09/2014 | Responder

Buenos días, si presenta una baja voluntaria, luego tendrá complicado pedir el paro. Puede ver toda la información en el artículo sobre [> paro y baja voluntaria \(+ info\)](#).

Un saludo. [ ] *Se responde al lector por email (ref. 43694)*

## Comentarios

**Esta página es independiente. No es una web oficial y no tiene relación con los Servicios Públicos de Empleo.**

\* Al enviar su comentario acepta las [condiciones de uso y privacidad \(+info\)](#).

Nombre (sin apellidos por favor) \*

Email (no será visible) \*

Publicar comentario

☒ Avisarme por email cuando se publique el comentario.

□ 圭 へ 込



**BUSCADOR**

**Cómo pedir CITA PREVIA**

**Informe de Vida Laboral**



# Info Cita Previa DNI

Teléfono de  
Información 24h Cita  
Previa DNI. Pide cita  
en tu centro más  
cercano.

telefonoguia.com



Mi expediente Online del SEPE

Certificados del INEM (SEPE)

El certificado de empresa

## INDICE DE CONTENIDOS

### Solicitud de cita previa

Pedir cita por internet

Pedir cita por teléfono

Anular cita previa

### Ayudas por desempleo

Prestación contributiva

Ayuda familiar

Subsidio pérdida empleo

Subsidio mayores 45 años

Subsidio mayores 55 años

Todos los subsidios

## Ayudas extraordinarias

Plan Prepara

Renta Activa de Inserción RAI

Programa Activación PAE

Rentas de integración CCAA

## Sistema Nacional de Empleo

Teléfono información SEPE

Servicios Autonómicos Empleo

Consultar expediente online

Programa autocálculo paro

## Guías prácticas

Cobrar el paro por primera vez

Cómo apuntarse al paro

Documentos para pedir el paro

El paro en las bajas voluntarias

Cambiar la cuenta del banco

Comunicación viajes extranjero

Cómo sellar el paro

He olvidado sellar el paro

Retorno voluntario

10 consejos no perder el paro

## Emprendedores y autónomos

Ayudas para emprendedores

Alta en autónomos y seguir cobrando paro

Capitalizar el paro

Prestación cese actividad

Ayudas autónomos en paro

Cómo denunciar un fraude laboral

## Orientación laboral

Portales de empleo

Búsqueda de empleo

Trabajar en Europa

Empleo juvenil

## Formación gratuita

Cursos para desempleados

## Legislación

Estatuto de los Trabajadores

Constitución Española

## Administración

Pedir vida laboral

Calendario laboral 2016 y 2017

Certificados inscripción

Certificados SEPE (INEM)