



Lectura Fácil

Cómo apuntarte al paro



Cómo apuntarte al paro

Para apuntarte al paro,
tienes que rellenar el DARDE.

El DARDE es:

el Documento de Alta
y Renovación de la Demanda de Empleo.
También se llama tarjeta del paro.

Este documento dice
que estás apuntado o apuntada
como persona
demandante de empleo en La Rioja.
Es decir:
que buscas trabajo.

El DARDE sirve para:

- Demostrar
que estás apuntado o apuntada
en el paro
y que buscas empleo.
- Buscar trabajo
en las oficinas de empleo de La Rioja.
- Hacer cursos de formación
y tener asesoramiento
para buscar trabajo.

- Cuando pides una ayuda económica porque no tienes trabajo, necesitas tener el DARDE.

Cómo apuntarte al paro

Si es la primera vez que te apuntas al paro tienes que:

- Pedir cita en una Oficina de Empleo de La Rioja.
- Ir a la oficina y llevar los documentos que te explicamos en el apartado: Documentos necesarios para apuntarse al paro.
- Explicar que quieres apuntarte como demandante de empleo. La persona que te atienda te ayudará a apuntarte.
- También puedes apuntarte al paro por internet. Para hacerlo, necesitas unas contraseñas. Tienes que pedir las en la página web: <https://clave.gob.es/registro>

Si ya has estado
apuntado o apuntada
en el paro,
tienes que:

- Si tienes contraseñas
para hacer estas gestiones por internet,
puedes consultar
el estado de tu demanda.

Si pone
que está de baja,
puedes activarla otra vez.

Para consultarlo,
entra en la página web
<https://www.sistemanacionalempleo.es>
y busca el apartado
de gestión de la demanda.

- Si no puedes hacerlo por internet,
pide cita
en una oficina de empleo de La Rioja.
Allí te ayudarán.

Documentos necesarios para apuntarse al paro

- DNI o NIE.

El NIE es un número
que identifica
a las personas extranjeras
en España.

El DNI o el NIE
tienen que estar en vigor.
Es decir:
No pueden estar caducados.

- Si lo tienes,
el permiso de residencia
y trabajo.
Es un documento que permite
a una persona extranjera
vivir y trabajar en España.

- Si lo tienes,
el Número de la Seguridad Social.
Es un número personal
que sirve para identificarte
en la Seguridad Social.

- Títulos de estudios
y cursos que hayas hecho.
Son documentos
que demuestran los estudios
que has terminado
y los cursos que has hecho.

- Tu currículum.
- Si los tienes,
documentos que acrediten
tu experiencia laboral.
Son documentos que muestran
los trabajos que has hecho antes.
Por ejemplo:
 - Contratos de trabajo.
 - Documentos de las empresas
donde has trabajado.

Lleva todos tus documentos originales
a la oficina.

Esto quiere decir
que no lleves fotocopias.

Allí revisarán los documentos.

Si necesitan algún documento más,
te lo dirán.

Dónde pido cita para apuntarme al paro en La Rioja

Puedes pedir cita
en la página web del Gobierno de La Rioja:
citaprevia.larioja.org

Elige la oficina de empleo
que corresponde a la zona
donde vives.

Es decir:

elige la oficina que atiende
a las personas que viven en tu zona.

También puedes pedir cita
de manera presencial
en una oficina.

En La Rioja,
hay oficinas de empleo,
por ejemplo, en:

- Logroño.
- Calahorra.
- Arnedo.
- Alfaro.
- Nájera.
- Otras localidades.

Cuando termines la inscripción

Si te has apuntado en una oficina,
pide tu documento DARDE.

Si te has apuntado por internet,
guarda tu documento DARDE.

Puedes guardarlo en papel
o en un documento en tu ordenador,
móvil o tablet.

En ese documento pone
la fecha en la que tienes que renovar
tu demanda de empleo.

Renovar la demanda de empleo
es confirmar
que sigues buscando trabajo.

Es importante que la renueves
en la fecha que pone en el documento.

Es importante que recuerdes:

- Guardar el documento DARDE
en un lugar seguro.
- Guardar tus contraseñas
en un lugar seguro.
No se las digas
a otras personas.
- Escribe la fecha
en la que tienes que renovar
tu demanda de empleo
para que no se te olvide.
- Renueva el DARDE
el día que aparece en el documento.
- Si no renuevas el DARDE ese día,
puedes dejar
de estar apuntado o apuntada
al paro.
Y esto puede afectar
a algunas ayudas
que puedas tener.