



Cómo saber online si estás dado de alta en el paro (SEPE)

Descripción

Si estás buscando trabajo o necesitas recibir algún tipo de ayuda al desempleo, es fundamental que estés dado de alta en el paro, es decir, en el Servicio Público de Empleo (SEPE). En este artículo, te vamos a explicar cómo puedes comprobar de forma online si estás dado de alta en el paro (SEPE) de una manera sencilla.

¡Descubre cómo comprobar tu alta en el paro y solicitar prestaciones fácilmente! Además, te recomendamos aprovechar nuestros [cursos gratuitos para desempleados](#) y nuestros [cursos gratis para trabajadores en activo](#). ¡Potencia tus habilidades y aumenta tus oportunidades laborales con nuestra formación especializada!

En la actualidad, el primer paso para acceder a oportunidades laborales o recibir prestaciones por desempleo es estar registrado en el SEPE. Existe la opción de realizar este proceso de forma presencial, solicitando una cita previa en la página web del SEPE o por teléfono. Sin embargo, este método puede implicar largos tiempos de espera y desplazamientos a la oficina correspondiente, incluso si vives en un pueblo pequeño y la oficina está ubicada en otra localidad.

Por suerte, existe un método mucho más simple, rápido y directo para saber si estás dado de alta en el paro: acceder a la Sede electrónica del SEPE. A través de esta plataforma online, podrás alcanzar el objetivo de comprobar tu estado de inscripción en el paro sin complicaciones.

En los siguientes apartados, te guiaremos paso a paso en el proceso de verificar tu alta en el paro de forma online. También te proporcionaremos información adicional sobre cómo inscribirte en el paro, cómo solicitar una prestación y cómo contactar con el SEPE en caso de necesitar ayuda.

No te preocupes si no estás familiarizado con los trámites online, ¡te lo explicaremos de manera clara y cercana! Al finalizar la lectura de este artículo, contarás con amplios conocimientos sobre cómo saber si estás dado de alta en el paro, así como otros aspectos importantes relacionados con el SEPE.

¡Sigue leyendo y descubre cómo obtener la información que necesitas sin complicaciones!

Cómo saber online si estás dado de alta en el paro (SEPE)

Pasos para verificar el alta en el paro

Para saber de manera online si estás dado de alta en el paro (SEPE), es necesario seguir algunos pasos en la Sede electrónica del SEPE. A continuación, te explicamos detalladamente cada uno de ellos:

Ingreso a la Sede electrónica del SEPE

The screenshot shows the SEPE website interface. On the left, there is a vertical sidebar with the text 'HERRAMIENTAS DE ACCESIBILIDAD' and a magnifying glass icon. Below this, there are six large icons representing different services: 'Protección por desempleo', 'Empleo', 'Contratos', 'Formación', 'Recursos', and 'Otros trámites y procedimientos'. The main content area is titled 'Consultas' and contains a list of links: 'Guía de uso. Consulta de prestaciones (PDF)' and 'Guía de uso. Consulta y expedición de copias de certificados de empresa de un trabajador (PDF)'. Below the links, there is a paragraph explaining that users can consult their unemployment benefit status, applications, and last paychecks. It also mentions that users can consult company certificate data and obtain copies. A note states that access requires digital identification (DNI, Cl@ve, or mobile phone). An 'ATENCIÓN:' box contains a warning about ERTE benefits and a link to a clarification note. At the bottom, there are two buttons: 'Consultar prestación' and 'Consultar certificados de empresa'. The footer includes the European Union logo and text: 'UNION EUROPEA PROYECTO COFINANCIADO POR EL FONDO EUROPEO DE DESARROLLO REGIONAL'.

Opciones

de identificación

Una vez dentro de la Sede electrónica del SEPE, encontrarás diferentes opciones para identificarte. Puedes elegir entre las siguientes alternativas:

- Certificado digital: Si posees un certificado digital válido, podrás utilizarlo para identificarte de manera segura en la plataforma.
- DNI Electrónico: Si tienes un DNI Electrónico, podrás utilizarlo para realizar la identificación electrónica en el SEPE.
- Usuario Cl@ve: Si dispones de un usuario Cl@ve, podrás utilizarlo como método de identificación en la Sede electrónica.
- Servicio PIN por Teléfono móvil: Si no cuentas con ninguno de los sistemas de identificación

anteriores, puedes optar por solicitar un PIN a través de tu teléfono móvil. Este PIN te será enviado por mensaje de texto y te permitirá acceder a la plataforma.

The screenshot shows the 'Pin Teléfono Móvil' registration page on the SEPE website. At the top, there are logos for the Spanish Government, the Ministry of Industry, Trade and Tourism, and the SEPE. The page title is 'Pin Teléfono Móvil'. Below the title, there are input fields for 'Usuario' (with a dropdown menu showing 'N.I.F.'), 'Teléfono Móvil', and a security verification image. The security image shows a document with a question and a text box for the answer. At the bottom of the form, there are buttons for 'Salir', 'Volver', and 'Acceder'. A dark navigation bar at the bottom contains links for 'Atención Presencial', 'Ayuda', and 'Paginas Relacionadas'. The text 'Si decides' is partially visible on the right side of the page.

utilizar el servicio PIN por Teléfono móvil, sigue estos pasos adicionales:

- Introduce tu número de DNI en el campo correspondiente.
- Indica el número de móvil al que deseas recibir el mensaje con el PIN.
- Resuelve la verificación de caracteres solicitada por la plataforma, generalmente ingresando los caracteres que se muestran en una imagen o respondiendo una pregunta de seguridad.
- Haz clic en el botón de acceso para continuar.

Mensaje de confirmación de inscripción como demandante de empleo

Una vez que te hayas identificado correctamente, la plataforma del SEPE mostrará un mensaje de confirmación que te indicará si estás inscrito como demandante de empleo, es decir, si estás dado de alta en el paro. Si recibes este mensaje de confirmación, significa que estás registrado en el SEPE.

Verificación adicional: intento de realizar un trámite para confirmar la inscripción

En algunos casos, el mensaje de confirmación puede no aparecer a pesar de que estés inscrito en el SEPE. Para verificar tu inscripción de forma adicional, intenta realizar algún trámite o gestión dentro de la plataforma. Si se te permite llevar a cabo el trámite sin problemas, eso confirma que estás registrado en el SEPE. En cambio, si no puedes realizar el trámite, es probable que debas darte de alta.

Recuerda que la plataforma online del SEPE puede presentar variaciones en su diseño y

funcionamiento con el tiempo, por lo que es posible que encuentres pequeñas diferencias en los pasos mencionados. En cualquier caso, sigue las indicaciones que se muestren en la página web oficial del SEPE para realizar la verificación del alta en el paro de manera online.

¡Ahora estás un paso más cerca de conocer tu situación en el paro sin tener que salir de casa!

Inscribirse en el paro

Estar dado de alta en el paro es fundamental para iniciar la búsqueda de empleo de manera oficial y acceder a las prestaciones por desempleo. A continuación, te explicamos los pasos necesarios para inscribirte en el paro:

Importancia de estar dado de alta en el paro para buscar trabajo

Estar inscrito como demandante de empleo te permite acceder a servicios y programas de apoyo para encontrar trabajo. Además, es requisito indispensable para solicitar prestaciones por desempleo en caso de cumplir con los requisitos establecidos.

Solicitud de cita previa en la Oficina de Empleo

Para inscribirte en el paro, es necesario solicitar una cita previa en la Oficina de Empleo correspondiente a tu zona de residencia. La cita previa se puede obtener a través de la página web del SEPE o llamando por teléfono a los números de contacto habilitados para tal fin.

Documentación requerida

Al acudir a la cita previa, es importante llevar contigo la documentación necesaria para realizar el proceso de inscripción en el paro. Los documentos más comunes que suelen requerirse son:

- Documento Nacional de Identidad (DNI) en vigor: Es imprescindible presentar tu DNI o documento de identificación válido.
- Cartilla de la seguridad social: Debes llevar contigo tu cartilla de la seguridad social para acreditar tu afiliación al sistema de seguridad social.
- Justificantes académicos/profesionales: Si tienes estudios o formación específica, es recomendable llevar los justificantes correspondientes, como títulos académicos o certificados de cursos realizados.
- Vida laboral: Aunque no es un requisito imprescindible, llevar contigo tu vida laboral puede ser útil para agilizar el proceso de inscripción. Puedes obtener tu vida laboral a través de la Sede electrónica de la Seguridad Social.

Obtención de la tarjeta DARDE y requisitos para sellarla

Una vez ejecutada la inscripción en el paro, recibirás la Tarjeta de Demanda de Empleo (DARDE). Esta tarjeta es personal y única, y es relevante tenerla siempre contigo. Para mantenerla activa,

deberás sellarla cada tres meses en la Oficina de Empleo correspondiente. El sello en la tarjeta DARDE acredita que sigues en situación de desempleo y es necesario para continuar recibiendo las prestaciones, en caso de corresponder.

Recuerda que los requisitos y documentación pueden variar en función de cada situación individual y de las normativas vigentes en tu comunidad autónoma. Por ello, es recomendable consultar la información oficial del SEPE o contactar directamente con la Oficina de Empleo para asegurarte de cumplir con todos los requisitos y tener toda la documentación necesaria antes de acudir a la cita previa.

Inscribirte en el paro es el primer paso para acceder a oportunidades laborales y recibir prestaciones por desempleo. Asegúrate de seguir los procedimientos establecidos y cumplir con los requisitos para obtener todos los beneficios a los que tienes derecho.

Solicitar una prestación

Si cumples los requisitos establecidos, puedes solicitar una prestación por desempleo. A continuación, te explicamos los pasos y la documentación necesaria para realizar este trámite:

Necesidad de realizar el trámite de forma presencial (cita previa)

La solicitud de prestación por desempleo se realiza de forma presencial, mediante la solicitud de una cita previa en la Oficina de Empleo correspondiente a tu zona. Para ello, debes acceder a la página web del SEPE o contactar por teléfono para solicitar la cita.

Documentación necesaria

Al acudir a la cita previa, es importante llevar contigo la documentación requerida para realizar la solicitud de prestación. Los documentos más comunes que suelen ser necesarios son:

- Tarjeta de Demanda de Empleo (DARDE): Debes presentar la tarjeta DARDE, que acredita tu condición de demandante de empleo.
- Documento Nacional de Identidad (DNI): Es imprescindible presentar tu DNI o documento de identificación válido.
- Justificante de los últimos 180 días cotizados: Debes aportar un documento que acredite las cotizaciones realizadas en los últimos 180 días. Esto puede ser un certificado emitido por la Seguridad Social o cualquier otro documento oficial que lo acredite.
- Última nómina: Es necesario presentar la última nómina o cualquier documento que acredite tu situación laboral y los ingresos percibidos en tu último empleo.
- Fotocopia de la relación laboral: Se solicita una fotocopia de la relación laboral o cualquier documento que acredite tu situación contractual en tu último empleo.
- Documento que acredite la situación de desempleo: Debes presentar un documento que acredite

que te encuentras en situación de desempleo, como una carta de despido, fin de contrato o cualquier otro documento oficial.

Es importante tener en cuenta que los documentos requeridos pueden variar en función de la normativa vigente y de tu situación particular. Por ello, es recomendable consultar la información oficial del SEPE o contactar con la Oficina de Empleo para asegurarte de tener toda la documentación necesaria antes de acudir a la cita previa.

Si tienes alguna duda o necesitas más información sobre los requisitos y documentos necesarios, no dudes en contactar con el SEPE o la Oficina de Empleo más cercana.

¡No olvides preparar toda la documentación necesaria con anticipación para agilizar el proceso y poder acceder a las prestaciones por desempleo que te correspondan!

Saber si el paro está aprobado

Una vez que hayas solicitado una prestación por desempleo, es importante verificar si ha sido

Impulso06

aprobada. A continuación, te explicamos cómo realizar esta consulta a través de la web del SEPE:



The screenshot shows the top part of the SEPE website. At the top right, there is a navigation bar with the text "IMPULSO 06 Formación y empleo". Below this, there is a search bar with the URL "sede.sepe.gov.es/portalSede/procedimientos-y-servicios/personas/prot" and a star icon. The main header features the Spanish flag, the text "GOBIERNO DE ESPAÑA", "MINISTERIO DE TRABAJO Y ECONOMÍA SOCIAL", and the SEPE logo. To the right, the text "sede electrónica" and "Oficina Virtual" is displayed. Below the header, there is a date and time stamp "Fecha y hora oficial 2020-12-13 10:33:00" and icons for accessibility (wheelchair), user profile, search, and a menu icon.

Personas

Consultas

- ▶ [Guía de uso. Consulta de prestaciones \(PDF\)](#) 
- ▶ [Guía de uso. Consulta y expedición de copias de certificados de empresa de un trabajador \(PDF\)](#) 

A través de este servicio puedes consultar el estado de tu prestación por desempleo relativo a tus datos personales, solicitudes, última prestación, recibos de nóminas y denegaciones.

Así mismo, podrás consultar los datos del certificado de empresa que haya enviado la empresa, así como obtener una copia del certificado de empresa, en la que haya cesado en tu actividad laboral.

Para acceder a este servicio es necesario identificarse con certificado digital, DNI electrónico, usuario y contraseña obtenido a través del [sistema Cl@ve](#) o pin al teléfono móvil.

Para más información sobre dichos trámites puedes consultar la guía de uso.

Consultar prestación

Consultar certificados de empresa

Consulta de la aprobación de la prestación a través de la web del SEPE

El SEPE ofrece la posibilidad de realizar consultas relacionadas con la aprobación de la prestación a través de su plataforma web. Esto te permitirá acceder a tu expediente y obtener información

actualizada sobre el estado de tu solicitud.

Pasos para verificar la aprobación online

Para realizar la consulta online, sigue estos pasos:

- Ingreso a la Sede electrónica del SEPE: Accede a la página web oficial del SEPE y busca la sección de la Sede electrónica.
- Consulta de prestación: Dentro de la Sede electrónica, busca la opción de consulta de prestación o trámites relacionados con prestaciones.
- Identificación con Certificado digital, DNI Electrónico, usuario CI@ve o servicio PIN por Teléfono móvil: Elige el método de identificación que prefieras y sigue los pasos correspondientes para acceder a tu expediente. Si seleccionas el servicio PIN por Teléfono móvil, deberás ingresar tu número de DNI y el número de móvil al que se enviará el PIN para completar la identificación.
- Acceso al expediente online y verificación de la aprobación: Una vez que hayas completado la identificación, podrás acceder a tu expediente y verificar si la prestación ha sido aprobada. En esta sección, encontrarás información detallada sobre la aprobación, el monto y la duración de la prestación.

Recuerda que los pasos y las opciones disponibles en la plataforma web del SEPE pueden variar. Si encuentras alguna dificultad durante el proceso de consulta, te recomendamos revisar la información actualizada en la página web oficial del SEPE o contactar con el SEPE directamente para obtener asistencia.

La consulta en línea te permitirá obtener información actualizada y precisa sobre el estado de tu prestación por desempleo, evitando la necesidad de acudir personalmente a la Oficina de Empleo. ¡Aprovecha esta opción para estar al tanto de tu situación y planificar tus recursos de manera adecuada!

Contactar con el SEPE

Si necesitas ponerte en contacto con el SEPE para realizar consultas, obtener información adicional o solicitar asistencia, el único método de contacto disponible es a través del teléfono. A continuación, te proporcionamos los números de atención al ciudadano y empresas del SEPE, así como el horario de atención al público:

- Ciudadanía: Para consultas relacionadas con trámites, prestaciones, inscripción en el paro y otros asuntos relacionados, puedes llamar al número de atención al ciudadano del SEPE: 900 81 24 00. Esta llamada es gratuita, por lo que no tendrás que pagar ningún coste adicional por utilizar este servicio.

- Empresas: Si eres una empresa y necesitas realizar consultas o trámites relacionados con empleo, contratación o prestaciones para trabajadores, puedes llamar al número de atención a empresas del SEPE: 900 81 24 01. También en este caso, la llamada es gratuita.
- Servicio a la ciudadanía 24 horas: Si requieres asistencia o información fuera del horario habitual de atención al público, puedes contactar con el servicio a la ciudadanía 24 horas del SEPE llamando al número 060.

Horario de atención al público

El horario de atención al público del SEPE suele ser de 9:00 a 14:00 horas, de lunes a viernes. No obstante, es posible que haya variaciones en función de la provincia o la situación particular de cada oficina. Por tanto, es recomendable consultar el horario de atención específico de la oficina del SEPE a la que desees dirigirte o llamar al número de atención correspondiente para obtener información actualizada.

Recuerda que el contacto telefónico es el método principal para comunicarte con el SEPE. A través de estos números, podrás obtener información, realizar consultas y recibir la asistencia necesaria en relación a trámites y prestaciones por desempleo.

Siempre que necesites aclarar dudas o recibir orientación sobre tus gestiones con el SEPE, no dudes en utilizar estos números de contacto. El personal del SEPE estará disponible para ayudarte y brindarte la asistencia que necesites durante el horario de atención establecido.

Conclusiones Cómo saber online si estás dado de alta en el paro (SEPE)

En resumen, hemos explorado diferentes aspectos relacionados con la verificación del alta en el paro, la solicitud de prestaciones y el contacto con el SEPE. Aquí tienes un resumen de los puntos clave:

- Verificación del alta en el paro: Existen dos métodos principales para comprobar si estás dado de alta en el paro. El primero es acudir de manera presencial a la Oficina de Empleo tras solicitar una cita previa. El segundo y más sencillo es utilizar la Sede electrónica del SEPE, donde puedes realizar los pasos necesarios para verificar tu inscripción como demandante de empleo.
- Solicitud de prestaciones: Si cumples con los requisitos establecidos, puedes solicitar una prestación por desempleo. Este trámite se realiza de forma presencial, previa solicitud de cita en la Oficina de Empleo. Es importante preparar la documentación necesaria, que puede incluir la tarjeta DARDE, el DNI, justificantes de cotización, la última nómina, fotocopias de la relación laboral y un documento que acredite la situación de desempleo.
- Consulta de la aprobación de la prestación: Después de solicitar una prestación, puedes verificar si ha sido aprobada a través de la web del SEPE. Accediendo a la Sede electrónica y utilizando métodos de identificación como el Certificado digital, DNI Electrónico, usuario CI@ve o servicio PIN por Teléfono móvil, podrás consultar tu expediente y verificar si la prestación ha sido aprobada.

– Contacto con el SEPE: El único método de contacto con el SEPE es a través del teléfono. Existen números de atención al ciudadano (900 81 24 00) y a empresas (900 81 24 01) disponibles durante el horario de atención al público, que generalmente es de 9:00 a 14:00 horas. Además, existe un servicio a la ciudadanía 24 horas (060) para situaciones fuera de dicho horario.

Esperamos que esta información te haya sido útil para entender cómo verificar el alta en el paro, solicitar prestaciones y comunicarte con el SEPE. Recuerda que es importante consultar la información oficial del SEPE y, en caso de dudas, contactar directamente con ellos para obtener asesoramiento personalizado. ¡Te deseamos éxito en tus gestiones con el SEPE!

Impulso06