

Checklist para solicitar el paro en España (versión móvil)

Antes de solicitar el paro

- Estar en situación legal de desempleo.
- Revisar la fecha exacta de fin de contrato.
- Comprobar si hay vacaciones no disfrutadas.
- Calcular días cotizados.
- Inscribirse como demandante de empleo.
- Verificar el plazo de 15 días hábiles.

Documentación necesaria

- DNI o NIE.
- Certificado de empresa.
- Número de cuenta bancaria.
- Vida laboral (opcional).
- Cl@ve o certificado digital si es online.

Solicitud online

- Acceder a la sede electrónica del SEPE.
- Identificarse correctamente.
- Rellenar el formulario.
- Adjuntar documentación.
- Confirmar y guardar justificante.

Solicitud presencial

- Pedir cita previa en el SEPE.
- Acudir con documentación completa.
- Confirmar todos los datos.
- Solicitar justificante de entrega.

Después de solicitar el paro

- Revisar la resolución.
- Comprobar cuantía y duración.
- Renovar la demanda de empleo.

■ Comunicar cualquier cambio.