



N° 5
Guía práctica para

Buscar Empleo

Colección – Guías prácticas **Cuentas Sanas**
de economía personal y familiar



Aunque hoy día es normal cambiar varias veces de trabajo a lo largo de la vida, estar sin empleo puede tener un fuerte impacto en las cuentas del hogar.

¿Querés ideas para organizar tu economía mientras encontrás un nuevo trabajo?

Ahorros, gastos y deudas

Con el desempleo se produce una disminución o pérdida de ingresos. ¿Qué podés hacer para reducir el impacto de la situación sobre las cuentas del hogar?

Informate para solicitar todas las **compensaciones o ayudas públicas** que puedan corresponderte: indemnizaciones por despido, prestaciones por desempleo, subsidios, etc.



¿Tenés en casa algunas cosas que ni recordabas? **Vender lo que no usás** puede ser una buena idea. Cada vez hay más gente que utiliza Internet para comprar de segunda mano todo tipo de artículos, o para vender lo que ya no necesita.

Si tuviste la posibilidad y la precaución de juntar algo de plata para situaciones de emergencia, es el momento de **usar tu fondo para imprevistos**. Los ahorros te brindarán tranquilidad para transitar por el periodo de desempleo.



Ajustá el presupuesto, revisando tus gastos y evitando los que no parezcan tan necesarios. Pagá en primer lugar la vivienda y los servicios de la casa.



No dejes sin pagar las deudas que tenés. Si es posible, hablá con tus acreedores para explicar la situación y acordá con ellos un plan de pagos realista. En muchos casos, preferirán cobrar más tarde que no cobrar nunca. ¡Así evitarás aparecer en los registros de deudores!

Compartí la situación con tus familiares y amigos, para que apoyen tu decisión de vigilar los gastos. Esto incluye a los más chiquitos: desde muy jóvenes pueden entender la necesidad de ayudar a la familia, cuidar la plata y pedir menos cosas innecesarias.



Evitá contraer nuevas deudas, vivir de la tarjeta de crédito o acudir a prestamistas no autorizados. En lugar de ser una solución, los elevados intereses de estos créditos pueden empeorar mucho tu situación.



Cómo aumentar tus posibilidades de empleo

El desempleo es una situación bastante estresante, porque a las preocupaciones económicas hay que sumar “el trabajo de buscar un nuevo trabajo”.

1 Actualizá tu curriculum

Destacá tu experiencia profesional, tus logros y tus habilidades.

2 Dejá que te vean

Anotate en diferentes plataformas profesionales y bolsas de empleo. Acudí a los centros de orientación para buscar trabajo.

3 Personalizá tus comunicaciones

Personalizá tus cartas y correos electrónicos. Los mensajes masivos transmiten menos profesionalidad e interés.




¿Cómo podés aprovechar esta fase y mejorar tus posibilidades de encontrar un buen empleo?

4 Mantené una red de contactos

Acudí a reuniones y eventos profesionales relacionados con tu área de actividad, incluso cuando tenés trabajo.

5 Ampliá tu formación

Aprovechá el periodo de desempleo para ampliar tu formación. En nuestro país hay muchas oportunidades de capacitación gratuita para personas sin empleo.



Mantené un perfil coherente en las redes profesionales, ¡y cuidá tu imagen personal en las redes sociales! Todo lo que compartís en Internet puede ser localizado y valorado (positiva o negativamente) por cualquier posible empleador.

Además de buscar trabajo en tu área de experiencia, buscá maneras adicionales de generar ingresos, haciendo uso de tus conocimientos o habilidades. Además de ayudarte a equilibrar el presupuesto, tal vez descubras que podés convertirlo en tu modo de vida.

Podés descargar tu plantilla de CV en www.cuentassanas.com.ar

Indemnizaciones y prestaciones por desempleo

Si el despido resulta justificado por la conducta del empleado, no existe derecho a compensación alguna, pero es una situación más bien excepcional.

Lo normal es que las personas pierdan su empleo debido a las cambiantes circunstancias de la actividad empresarial, y en tales casos sí tienen derecho a una indemnización, que depende sobre todo de la antigüedad en el puesto. La ley establece las cantidades y límites máximos de la indemnización por despido.



➤ PROTECCIÓN POR DESEMPLEO

Cuando perdés tu trabajo en relación de dependencia tenés derecho a recibir una protección por desempleo que incluye:

- Prestación económica
- Cobertura médica
- Asignaciones para tu familia

➤ SITUACIONES ESPECIALES

Algunos regímenes y situaciones especiales no están incluidos en el sistema general.

Para grupos de personas especialmente vulnerables que se encuentran desocupadas, existe la posibilidad de adherirse al **Seguro de Capacitación y Empleo**.



Encontrá más guías,
herramientas,
calculadoras y
juegos en...

www.cuentassanas.com.ar

