



¿Te enfrentas al despido?

Un despido puede ser una de las cosas más complicadas y estresantes a las que te enfrentarás. Y es comprensible que te sientas intimidado y no sepas qué hacer a continuación. Afortunadamente, PACE puede ayudarte.

Partnership Action for Continuing Employment (PACE), es la iniciativa del gobierno escocés para responder a las situaciones de despido. PACE es una asociación de organizaciones dedicadas a proporcionarte el asesoramiento y la orientación que puedas necesitar si te han despedido o te enfrentas a un despido. Podemos ayudarte a hacer un balance, considerar tus opciones profesionales y tomar las decisiones adecuadas para ti.

Esta guía resume el asesoramiento y apoyo gratuito e imparcial que está a tu disposición en cinco secciones clave:

- 1. Comprende el proceso de despido, tus derechos y prestaciones**
- 2. Comprueba las ayudas a las que puedes tener derecho**
- 3. Consejos prácticos para conseguir un nuevo trabajo**
- 4. Identifica las oportunidades de aprendizaje y formación**
- 5. Puesta en marcha de negocios.**

Skills Development Scotland lidera la aplicación de PACE en nombre del gobierno escocés. Llama a la línea de ayuda al **0800 917 8000** o visita **redundancyscotland.co.uk** para obtener asesoramiento sobre la variedad de servicios de PACE.

1. Comprende el proceso de despido, tus derechos y prestaciones

ACAS

El Servicio de Asesoramiento, Conciliación y Arbitraje (o ACAS, del inglés) ofrece asesoramiento y orientación confidenciales a los empresarios, los empleados y sus representantes sobre todos los aspectos de las relaciones y los derechos laborales, incluida la indemnización por despido, la gestión de los despidos y el despido improcedente.

Visita **acas.org.uk** o llama al **0300 123 1100**.

El Servicio de Insolvencia

Si tu empleador se ha declarado insolvente, el Servicio de Insolvencia (Insolvency Service) puede aconsejarte sobre la cuantía de la indemnización por despido que puedes reclamar, cuándo se debe pagar el despido, cuánto puedes reclamar en concepto de salarios impagados, qué deudas puedes reclamar y cómo la Oficina de Indemnizaciones por Despido (Redundancy Payments Office) puede serte de ayuda.

Visita **gov.uk/your-rights-if-your employer-is-insolvent**

HMRC

Es posible que puedas reclamar parte del impuesto sobre la renta que has pagado. Esto puede ser porque te has jubilado, has vuelto a estudiar o porque te has quedado sin trabajo.

Visita [gov.uk/claim-tax-refund](https://www.gov.uk/claim-tax-refund) o llama al **0300 200 3300**

También debes notificar a la Oficina de Crédito Fiscal (Tax Credit Office) en el plazo de un mes después de haber dejado o comenzado a trabajar, ya que esto puede afectar a tu reclamación de impuestos.

Llama al **0345 300 3 900**

El Congreso de Sindicatos de Escocia

Si eres miembro de un sindicato, puedes confiar en tu sindicato para que te asesore y te represente en una serie de cuestiones, entre las que se incluye la de hacer frente a los despidos.

Su objetivo es:

- Garantizar que se ponga a tu disposición la máxima cantidad de información
- Asegurar oportunidades de empleo y formación alternativas y apropiadas
- Proteger tus derechos, asegurando procedimientos de selección e indemnización justos.

Si no perteneces a un sindicato, pero quieres que te asesoren sobre tus derechos sindicales o deseas afiliarte, visita [stuc.org.uk](https://www.stuc.org.uk) o llama al **0141 337 8100**

Lidiar con el estrés relacionado con el despido

Es estresante enfrentarse al despido, así que la PACE está aquí para ayudar. Si tienes dificultades para afrontarlo, visita el sitio web de NHS Inform y busca "struggling with stress", en inglés, para encontrar formas de ayudarte a afrontarlo.

Más información en: [nhsinform.scot](https://www.nhsinform.scot)

Servicio de Dinero y Pensiones

MoneyHelper está pensado para clarificar tus decisiones relacionadas con el dinero y las pensiones. Sirve para aclarar la complejidad, explicar lo que debes hacer y cómo puedes hacerlo. Así podrás tener el control con una orientación imparcial respaldada por el gobierno y con recomendaciones de apoyo adicional y de confianza si lo necesitas. Para obtener una ayuda clara sobre el dinero que esté de tu lado y sea gratuita, busca "MoneyHelper" en Internet.

Para obtener orientación financiera: Llama al **0800 138 7777** o visita [moneyandpensionsservice.org.uk](https://www.moneyandpensionsservice.org.uk)

Para obtener orientación sobre pensiones: Llama al **0800 011 3797** o visita [moneyandpensionsservice.org.uk](https://www.moneyandpensionsservice.org.uk)

Pension Wise es un servicio gubernamental de MoneyHelper que ofrece orientación gratuita e imparcial a los mayores de 50 años sobre sus opciones de pensión de aportación definida.

Llama al **0800 138 3944** o visita [moneyandpensionsservice.org.uk](https://www.moneyandpensionsservice.org.uk)

2. Comprueba las ayudas a las que puedes tener derecho

Jobcentre Plus

Visita [gov.uk/benefits-calculators](https://www.gov.uk/benefits-calculators) para encontrar detalles completos sobre todos los beneficios disponibles. Si has cotizado lo suficiente a la Seguridad Social (Class 1 National) durante los dos últimos ejercicios fiscales completos, es posible que puedas obtener la nueva prestación por búsqueda de empleo (Jobseeker's Allowance).

Para obtener más información, visita [gov.uk/guidance/new-style-jobseekers-allowance](https://www.gov.uk/guidance/new-style-jobseekers-allowance) y [gov.uk/guidance/new-style-employment-and-support-allowance](https://www.gov.uk/guidance/new-style-employment-and-support-allowance)

El Crédito Universal (Universal Credit) es un pago para ayudar con los costos de vida. Si tienes derecho a recibir el Crédito Universal, podrías obtenerlo al mismo tiempo o en lugar de la nueva prestación por búsqueda de empleo.

Visita [gov.uk/universal-credit](https://www.gov.uk/universal-credit) o si necesitas ayuda para hacer una reclamación en línea contacta con la línea de ayuda de Crédito Universal en el **0800 328 5644** o en el teléfono de texto **0800 328 1344**.

Citizens Advice Bureau (CAB)

En la Oficina de Asesoramiento a los Ciudadanos (Citizens Advice Bureau), los asesores pueden ayudar cuando hay complicaciones con el crédito universal, las ayudas, la vivienda, el presupuesto, las deudas, las pensiones y las relaciones. Todo lo que hacen es confidencial y gratuito. Y si volver al trabajo lleva un poco de tiempo, pueden ayudar a mantenerte listo a través de oportunidades de voluntariado respaldadas por una formación de calidad y acreditación.

Encuentra tu CAB local en línea en cas.org.uk/bureaux o si deseas información y asesoramiento al instante, visita citizensadvice.org.uk.

CAB Scotland puede ayudarte si estás pensando en reclamar el Crédito Universal por primera vez. Sus expertos asesores pueden guiarte a través del proceso, ya sea si estás buscando respuestas a preguntas rápidas o apoyo paso a paso para hacer tu reclamación.

Visita cas.org.uk/helptoclaim o llama al **0800 023 2581**.

3. Consejos prácticos para conseguir un nuevo trabajo

Jobcentre Plus

El sitio web Jobhelp ofrece una amplia gama de ayuda y asesoramiento para la búsqueda de empleo, incluyendo información sobre el trabajo en sectores críticos y las ofertas de empleo más recientes.

Visita jobhelp.dwp.gov.uk para obtener más información.

Si tienes alguna discapacidad, puede haber ayuda adicional disponible, por ejemplo, Access to Work que ayuda a las personas con discapacidades en el trabajo.

Visita gov.uk/access-to-work para obtener más información.

Para obtener más información sobre la ayuda disponible, envía un correo electrónico a rrs.enquiries@dwp.gov.uk. Por favor, incluye tu código postal en el correo electrónico.

Utilice el servicio gratuito "Find a job" para encontrar ofertas. Visita gov.uk/jobsearch para crear y gestionar tu propia cuenta, así como para adaptar tus preferencias de búsqueda de empleo a los trabajos que estás buscando.

Puedes filtrar tu búsqueda de "Find a job" para centrarte en los empleadores que se han inscrito en el programa Confianza en la Discapacidad (Disability Confident) y que se han comprometido a emplear a personas con discapacidades o patologías. También puedes crear un perfil, subir tu CV y recibir alertas por correo electrónico de los puestos de trabajo nuevos y existentes del servicio.

Skills Development Scotland

Skills Development Scotland (SDS) ofrece una amplia gama de servicios de gestión de la vida profesional, de empleabilidad y de información para permitirte tomar decisiones bien informadas y realistas sobre tus próximos pasos.

Nuestros especialistas profesionalmente cualificados ofrecen asesoramiento y orientación gratuitos e imparciales sobre:

la identificación de tus habilidades, conocimientos y puntos fuertes actuales
rutas hacia empleos y profesiones que te convienen

solicitar un nuevo trabajo, capacitación o oportunidades de aprendizaje

desarrollar un CV y una carta de presentación

preparación para entrevistas.

Visita careers.myworldofwork.co.uk o llama al **0800 917 8000**

4. Identifica las oportunidades de aprendizaje y formación

Skills Development Scotland

El aprendizaje y la formación puede mejorar tus posibilidades de volver al trabajo. Explora tus opciones, incluyendo el aprendizaje en universidades, el voluntariado o la formación en el trabajo, con el apoyo de un proveedor de aprendizaje local. Es posible que haya financiación disponible para cursos que podrían ayudarte a volver al trabajo. La financiación puede incluir el pago de las tasas de los cursos, una subvención o un préstamo. El apoyo disponible dependerá de tus circunstancias y del tipo de curso que quieras hacer.

Visita careers.myworldofwork.co.uk/learn-and-train o llama al **0800 917 8000**.

Jobcentre Plus

Jobcentre Plus puede ayudar con los costes de formación, así como eliminar barreras individuales vinculadas al trabajo.

Pregunta en tu centro de empleo local o envía un correo electrónico a rrs.enquiries@dwp.gov.uk para más información.

The Big Plus

Si tienes problemas con la lectura, la escritura o los números, estos pueden dificultar la búsqueda de un nuevo trabajo. The Big Plus puede ayudarte a repasar tus habilidades básicas. Es gratis y está abierto a adultos de todas las edades.

Para más información, visita thebigplus.com o llama al **0800 917 8000**.

5. Puesta en marcha de negocios

Business Gateway

Business Gateway ofrece ayuda y orientación práctica a las empresas de nueva creación y a los empresarios. Ofrecen una gama de servicios y recursos profesionales, entre los que se incluyen:

- Un programa de talleres y eventos locales totalmente financiados que se celebran por toda Escocia
- Asesoramiento que se adapte a las necesidades específicas de las empresas a través de una red de asesores comerciales experimentados
- Información empresarial - un equipo dedicado a proporcionar información y apoyo en todos los aspectos de la puesta en marcha y el crecimiento de un negocio.

También tienen fuertes colaboraciones con una amplia variedad de organizaciones profesionales para asegurar que los clientes reciban el mejor asesoramiento posible para satisfacer sus ambiciones empresariales.

Para más información, visita bgateway.com o llama al **0300 013 4753**

HMRC

El equipo de Educación de Pequeñas y Medianas Empresas (PYMES) ofrece una gama de productos digitales que tienen por objeto apoyar y ayudar a las empresas a cumplir sus obligaciones con HMRC. Este apoyo está disponible a través de una variedad de productos a los que se accede en línea.

Para más información, visita gov.uk/topic/business-tax/self-employed