

# Guía de Despido para Empleados

## ¿Qué es un despido?

Un despido ocurre cuando una organización rescinde su contrato de trabajo con un empleado, se reestructura, reduce o cierra. Si lo han despedido, puede usar su tiempo libre para aprender cómo promocionar sus calificaciones ante posibles empleadores y encontrar otras fuentes de ingresos mientras busca un nuevo trabajo. Saber qué hacer después de un despido puede ayudarle a avanzar en su carrera y conseguir otro puesto rápidamente.

## Organizese Y Haga Preguntas

- Revise sus finanzas, necesidades personales y médicas. Si es posible, reduzca su gasto y ahorre.
- Familiarícese con las leyes de desempleo de Arizona y las [normas federales sobre notificación de despidos](#).
- Comprenda qué beneficios pueden estar disponibles para usted. Programe citas para ver a sus médicos y dentistas mientras aún esté cubierto por el seguro.
- Si tiene una cuenta de gastos flexible, considere usar esos fondos antes de perderlos en un despido
- Lea todos los documentos de despido y solicite detalles de su último día y otros términos de separación, que incluyen:
  - **Paquete de indemnización**
  - **Opciones de atención médica**
  - **Asesoramiento**
  - **Apoyo a la recolocación**
  - **Fecha en la que recibirá su cheque final**

## Manténgase Conectado

Mantenga actualizado su currículum, perfil profesional y conexiones laborales. Únase a grupos de trabajo relevantes en sitios de redes sociales y conéctese con colegas que también pueden verse afectados por los despidos. Esto puede ayudar a crear un sistema de apoyo para compartir recursos.

## Revalore Sus Metas

Después de ser despedido, tómese su nuevo tiempo libre para analizar su trayectoria profesional. Un cambio inesperado puede ayudarle a evaluar sus prioridades desde una nueva perspectiva. Este es el momento perfecto para cambiar de carrera, desarrollar sus habilidades y encontrar roles que pueda disfrutar aún más. Busque oportunidades que se alineen con sus pasiones.

## ¿Qué puede hacer?

Visite [ARIZONA@WORK](#) y el [Departamento de Seguridad Económica \(DES, por sus siglas en inglés\)](#) para obtener servicios de reemplazo sin costo para mejorar su empleabilidad, que incluyen:

- Asesoramiento profesional y asistencia para la búsqueda de empleo
- Reanudar habilidades de preparación y entrevista
- Asistencia del seguro de desempleo
- Referencias de educación y capacitación
- Asistencia para alquiler, vivienda y servicios públicos
- SNAP - Asistencia alimentaria y nutricional
- Asistencia de transporte
- Servicios para veteranos
- Servicios de rehabilitación vocacional
- Asistencia de cuidado infantil
- Regístrese en el sitio web de Arizona Job Connection (AJC, por sus siglas en inglés) para solicitar empleo y ser emparejado con empleadores contratantes. [azjobconnection.gov](#)
- [Explorar servicios para quienes buscan empleo](#)

## Conéctese Con Nosotros Para Comenzar

[ARIZONA@WORK.com](#)



Equal Opportunity Employer / Program • Auxiliary aids and services are available upon request to individuals with disabilities • To request this document in alternative format or for further information about this policy, contact the Division of Developmental Disabilities Customer Service Center at 1-844-770-9500; TTY/TDD Services: 7-1-1 • Disponible en español en línea o en la oficina local WIO-1255A FLYSPA (09/24)