

# AYUDAS DEL SEPE SI TIENES ENTRE 30 Y 55 AÑOS Y ESTÁS EN PARO

Un requisito básico es demostrar una carencia de rentas y no superar el 75% del SMI.

Ya se puede solicitar la [nueva ayuda del SEPE de hasta 600 euros](#) para estos desempleados.

Se ofrecen varios tipos de ayudas que pueden cobrar los desempleados de edades comprendidas entre 30 y 55 años.

A la prestación contributiva por desempleo, es decir, el paro, también se puede acceder a los subsidios por desempleo, ayudas asistenciales que ascienden a una cuantía fija de **480** euros al mes, el 80% del Indicador Público de Rentas de Efectos Múltiples.

Para poder optar a estos subsidios, 6 ordinarios y 2 extraordinarios, se debe demostrar una carencia de rentas y no deben superar el 75% del SMI, por lo que no pueden ingresarse más de **810** euros al mes.

Otro requisito esencial es que los desempleados de entre 30 y 55 años tienen que estar inscritos como demandantes de empleo durante todo el tiempo que dure la ayuda, demostrar que están en búsqueda activa de empleo y suscribir el compromiso de actividad.

## Ayudas del SEPE para desempleados entre 30 y 55 años en 2023

- Subsidio Extraordinario por Desempleo (SED): La duración máxima es de 6 meses y las personas que trabajen por cuenta ajena pueden trabajar a tiempo parcial mientras perciben la SED.
- Subsidio para mayores de 45 años: esta ayuda, de 6 meses, está dirigida a personas que superen los 45 años y no tengan cargas familiares.
- Subsidio para mayores de 52 años: es el único de carácter asistencial que cotiza para la pensión de jubilación, un 125% de la base mínima de cotización y puede cobrarse hasta alcanzar la edad de jubilación o hasta que se encuentre un trabajo.
- Renta Activa de Inserción (RAI): está dirigida a víctimas de violencia de género y doméstica, personas con una discapacidad igual o superior al 65% y parados de larga duración mayores de 45 años. Puede cobrarse en hasta 3 ocasiones, es decir, un total de 33 meses con la condición de que se cumpla con un año de carencia de 365 días entre que se finaliza la RAI y vuelve a solicitarse en el SEPE.
- Subsidio por revisión de incapacidad permanente: para personas que se encuentren en situaciones como la mejoría de una revisión de incapacidad permanente. Son 6 meses prorrogables hasta un máximo de 18 meses.
- Subsidio para liberados de prisión: el requisito básico es haber sido liberado de prisión, siempre que la privación de libertad haya sido por un tiempo superior a 6 meses, y haya cumplido condena en un centro de internamiento como consecuencia de un delito que en el momento de su liberación sean mayores de 16 años o tras un tratamiento de deshabitación de su drogodependencia por un delito superior a seis meses. La ayuda económica son seis meses prorrogables, otros dos periodos de igual duración hasta un máximo de 18 meses.
- Subsidio por insuficiencia de cotización: se dirige a todas las personas que hayan cotizado un mínimo de 90 días, pero menos de 360 días. Durará el tiempo que hayan cotizado y variará en función de si hay hijos a cargo o no.