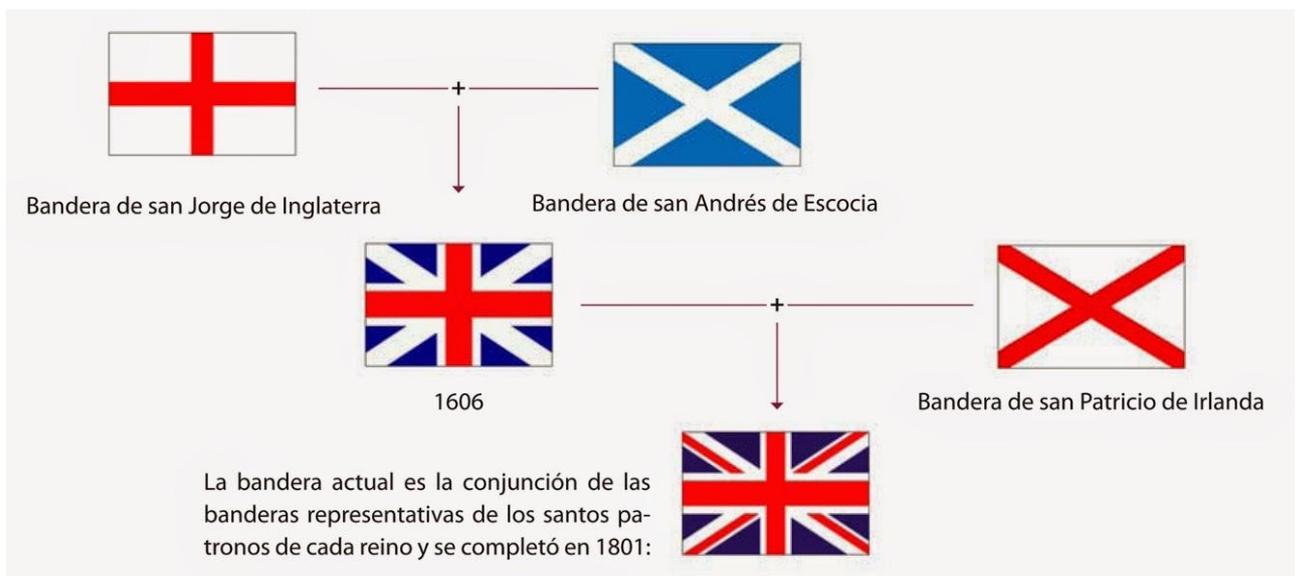


## TRABAJAR EN EL REINO UNIDO



En este artículo vamos a intentar resumir todo lo necesitas saber para planificar la búsqueda de trabajo en Inglaterra. Bueno, más bien en el Reino Unido de Gran Bretaña e Irlanda del Norte. Porque si no lo sabías, comentarte que "Inglaterra" es en realidad solo uno de los 4 estados que conforman el Reino de Gran Bretaña. Los otros tres serían Gales, Escocia e Irlanda del Norte.

Algo que ya se ve claramente al contemplar su bandera. Ahora ya sabes de dónde vienen esas famosas tiras de colores:



Vale.. los más quisquillosos incluirían las "British Overseas Territories", pero para ellos les dejo [este interesante video](#) donde se explica con todo lujo de detalles en qué consiste el Reino de Gran Bretaña e Irlanda del Norte:

Ahora que ya conocemos un poco el país al que tenemos intención de dirigirnos, pongámonos manos a la obra y veamos cuales serían los primeros pasos que deberíamos seguir para lograr nuestro objetivo. El primero y fundamental sería ponerte en contacto con tu [Consejero Eures](#) más cercano para que poder concertar una cita con él y que te pueda solucionar en persona cualquier duda que puedas tener sobre tu próximo destino laboral. Pero para no ir con los deberes sin hacer, antes de nada vamos a darte unas pautas básicas de lo que debes de saber sobre el Reino Unido, su mercado de trabajo, sus "cosas" particulares y sobre qué te puedes esperar nada más pisar tierra británica.

Marcharse a otro país no es cosa que se haga todos los días, por lo que tendremos que planificar nuestros pasos con antelación, para que luego no nos coja el toro. Así que vamos a dividir en 12 los pasos a seguir para tener claras las cosas incluso antes de dejar España. Como no, tendremos que empezar por... ¿Qué papeles tengo que tener listos ANTES de irme?

## 1- Papeles antes de irse

Pues lo fundamental es como mínimo llevarse toda la [documentación básica](#) que nos pueda identificar en el extranjero. Es decir, Pasaporte, DNI, Carnet de Conducir, Libro de Familia y títulos de los estudios realizados. Sobre este último indica que lo que hemos de llevarnos dependerá del tipo de trabajo al que queramos acceder regulado o no, para lo que necesitaremos (traducción de títulos y demás).

Además es de sumo interés intentar pedir la **Tarjeta Sanitaria Europea**, puesto que nos cubrirá durante los primeros días de nuestra estancia en UK. El problema es que al parecer últimamente las oficinas de la SS están [poniendo muchas trabas](#) para su concesión, e incluso sancionando en determinados casos. Así, por ejemplo si se está "en paro" no la suelen conceder, ofreciendo a cambio una especie de "Certificado Provisional Sustitutorio" con cobertura para unos 90 días. Actualmente parece ser que solo la ofrecen a aquellos trabajadores trabajando y con contrato fijo. Tendréis que consultar vuestro caso concreto con la Seguridad Social.

Si se está cobrando el paro y se quiere ir "por lo legal", se tendría que solicitar la [Exportación de la Prestación por Desempleo](#) al Reino Unido:

MINISTERIO DE EMPLEO Y SEGURIDAD SOCIAL

Registro en otro Organismo receptor

SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO ESTATAL

Solicitud de autorización para desplazamiento a fin de buscar empleo a otro Estado Miembro de la Unión Europea, manteniendo el derecho a percibir las prestaciones por desempleo (Art. 64 del Reglamento 883/2004)

**Datos personales**

Apellidos y nombre \_\_\_\_\_

DNI o NIE: \_\_\_\_\_ Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_

Lugar de nacimiento: \_\_\_\_\_

Nacionalidad: \_\_\_\_\_

**Datos relativos al desplazamiento**

Fecha del último día de estancia en España: \_\_\_\_\_

Estado miembro al que se desplaza: \_\_\_\_\_

Domicilio actual en el Estado Miembro al que se va a desplazar (si se conoce): \_\_\_\_\_

Código Postal: \_\_\_\_\_ Localidad: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Firma del solicitante \_\_\_\_\_

DIRECCIÓN PROVINCIAL DE  
SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO ESTATAL

www.sepe.es

Trabajamos para ti

901 11 99 99

Así como aportar el resto de documentación que requiera la SS, como [formularios U2](#) y demás. Viene todo indicado en este [PDF](#) sobre exportación de prestaciones al extranjero y tenéis [AQUI](#) más respuestas a dudas que suelen surgir por ese asunto. Por ejemplo, la exportación de la prestación es de sólo 3 meses, prorrogables otros 3 como máximo. Así que ojo con lo que pedís sin estar seguros del todo. Por ejemplo, si se está [cobrando el paro, NO se puede salir del país SIN](#) solicitar ANTES permiso al SEPE ([PDF](#)) y lo mismo hay que hacer cuando se regresa: Comunicarlo al Servicio de Empleo.

## 2- A qué ciudad ir

Primero hay que decir que Reino Unido es mucho más que SOLO Londres. Aunque sea la más famosa, no tiene por qué ser la que mejor se adapte a tus características laborales y encima es una de las más caras tanto en transporte, como en coste de la vida. Si ya de por sí el Reino Unido es cara, Londres lo es todavía más (y [de alojamiento ya ni hablemos](#)). Para que os hagáis una idea, aquí una tabla de cómo andan los precios en Reino Unido:

# COST OF LIVING

# SPAIN

# VS UK



## RESTAURANTS



DIFFERENCE

Meal, Inexpensive Restaurant	8.56 €	10.00 £	+16.77 %
Meal for 2, Mid-range Restaurant, Three-course	34.25 €	40.00 £	+16.77 %
Combo Meal at McDonalds or Similar	5.57 €	5.00 £	-10.17 %
Domestic Beer (0.5 liter draught)	1.71 €	3.00 £	+75.16 %
Imported Beer (0.33 liter bottle)	2.31 €	3.00 £	+29.75 %
Cappuccino (regular)	1.28 €	2.30 £	+79.05 %
Coke/Peppi (0.33 liter bottle)	1.33 €	1.10 £	-17.13 %
Water (0.33 liter bottle)	0.94 €	1.00 £	+6.16 %



## MARKETS



DIFFERENCE

Milk (regular), (1 liter)	0.69 €	0.95 £	+38.67 %
Loaf of Fresh White Bread (500g)	0.86 €	1.00 £	+16.77 %
Rice (1kg)	0.86 €	1.50 £	+75.16 %
Eggs (12)	1.28 €	2.00 £	+55.70 %
Local Cheese (1kg)	6.85 €	6.00 £	-12.42 %
Chicken Breasts (Boneless, Skinless), (1kg)	5.14 €	7.00 £	+36.23 %
Apples (1kg)	1.28 €	1.65 £	+28.45 %
Oranges (1kg)	1.03 €	1.60 £	+55.70 %
Tomato (1kg)	1.33 €	2.00 £	+50.67 %
Potato (1kg)	0.69 €	1.20 £	+75.16 %
Lettuce (1 head)	0.74 €	1.00 £	+35.00 %
Water (1.5 liter bottle)	0.43 €	1.00 £	+133.55 %
Bottle of Wine (Mid-Range)	3.43 €	6.00 £	+75.16 %
Domestic Beer (0.5 liter bottle)	0.69 €	1.70 £	+148.14 %
Imported Beer (0.33 liter bottle)	1.03 €	1.70 £	+65.91 %
Pack of Cigarettes (Marlboro)	3.85 €	7.00 £	+81.65 %



## TRANSPORTS



DIFFERENCE

One-way Ticket (Local Transport)	1.28 €	2.00 £	+55.70 %
Monthly Pass (Regular Price)	40.25 €	55.00 £	+36.65 %
Taxi Start (Normal Tariff)	2.57 €	2.80 £	+8.99 %
Taxi 1km (Normal Tariff)	0.86 €	1.54 £	+80.03 %
Taxi 1hour Waiting (Normal Tariff)	18.21 €	24.00 £	+31.76 %
Gasoline (1 liter)	1.22 €	1.38 £	+13.48 %
Volkswagen Golf 1.4 90 KW Trendline	17,118.74 €	15,261.29 £	-10.85 %



## UTILITIES (MONTHLY)



DIFFERENCE

Basic (Electricity, Heating, Water, Garbage) for 85m2 Apartment	85.64 €	140.00 £	+63.48 %
1 min. of Prepaid Mobile Tariff Local (No Discounts or Plans)	0.17 €	0.17 £	-0.74 %
Internet (6 Mbps, Unlimited Data, Cable/ADSL)	29.97 €	20.00 £	-33.27 %

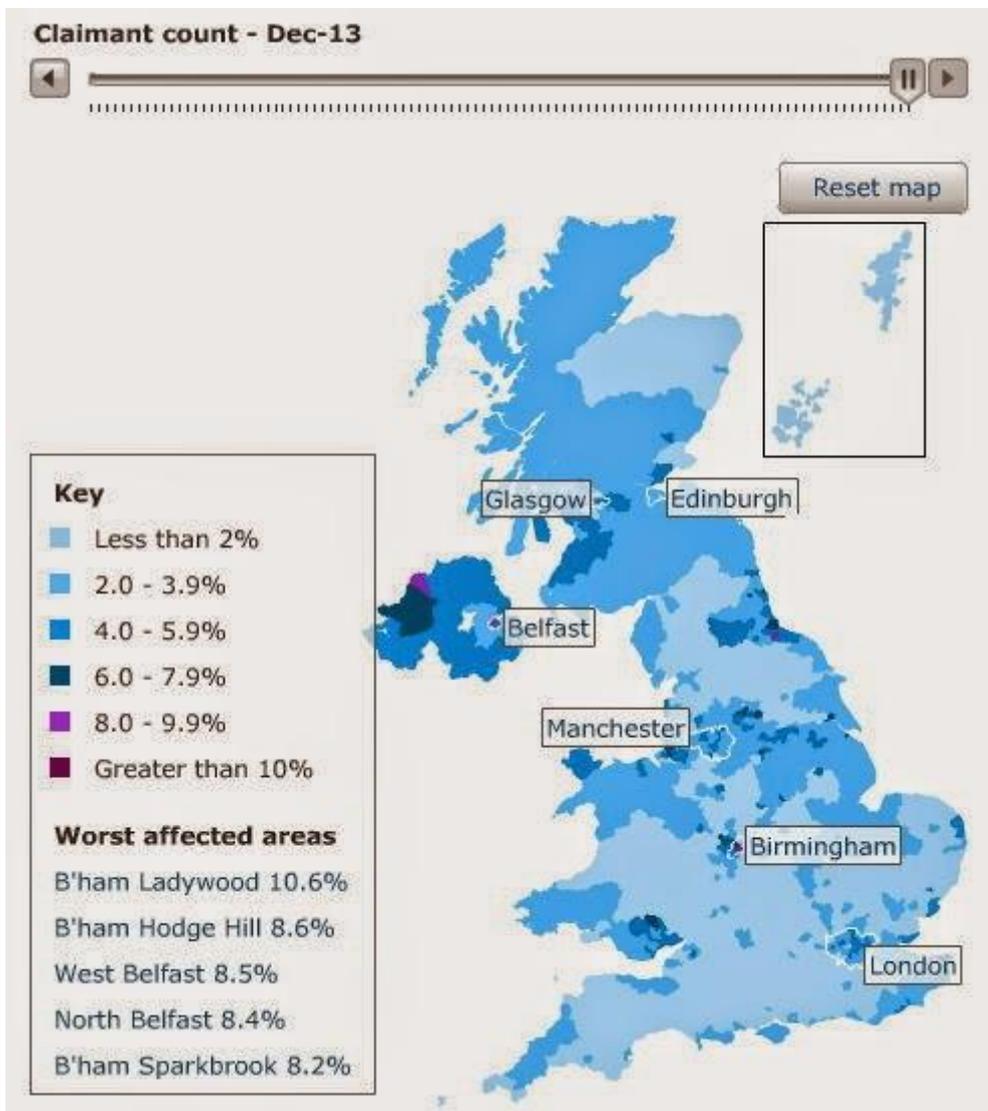


## SPORTS AND LEISURE



DIFFERENCE

Una vez recuperados del susto, hay que ponerse manos a la obra intentando localizar las ciudades con mayor abundancia de trabajo. Para eso, nada mejor que [este mapa](#):



En él se indican los porcentajes de desempleo entre distintas zonas del Reino Unido entre 2005 y 2013. Vamos, que os podéis ir haciendo una idea de las zonas con más paro.

Pero para hilar más fino, fundamental [este artículo](#) donde podréis descubrir las zonas del Reino Unido con más puestos de trabajo ofertados por desempleado, así como las ofertas de empleo per capita:

**Job Market Competition**   
**Job Seekers per Job Posting**  
 Here's the number of job seekers per job posting for the 50 most populous metropolitan areas in the U.K.  
 Updated November 2013

Rank	Change	Metropolitan Area	Job Postings vs. Unemployed Persons	Ratio
1		Oxford	 vs 	4:1
2		Cambridge	 vs 	3:1
3		Reading	 vs 	3:1
4		Milton Keynes	 vs 	3:1
5	▲3	Southampton	 vs 	2:1
6	▲1	Huddersfield	 vs 	2:1
7	▼-1	Crawley	 vs 	2:1
8	▲1	Preston	 vs 	2:1
9	▼-4	Blackburn	 vs 	2:1
10	▲1	Guldford	 vs 	1:1
11	▼-1	Bournemouth	 vs 	1:1
12		Bradford	 vs 	1:1
13		Bristol	 vs 	1:1
14	▲2	Northampton	 vs 	1:1
15		Winnal	 vs 	1:1
16	▼-2	Brighton	 vs 	1:1
17	▲1	Maidstone	 vs 	1:1
18	▼-1	Sunderland	 vs 	1:1
19	▲1	Norwich	 vs 	1:1
20	▼-1	York	 vs 	1:1
21		London	 vs 	1:1
22	▲7	Derby	 vs 	1:1
23	▼-1	Edinburgh	 vs 	1:1
24	▼-1	Stoke-on-Trent	 vs 	1:1
25	▼-1	Coventry	 vs 	1:1
26	▼-1	Nottingham	 vs 	1:1
27	▼-1	Doncaster	 vs 	1:1
28	▲2	Ipswich	 vs 	1:1
29	▼-2	Wakefield	 vs 	1:1
30	▼-2	Manchester	 vs 	1:1
31		Swindon	 vs 	1:1
32	▲1	Leicester	 vs 	1:1
33	▼-1	Blackpool	 vs 	1:1
34		Portsmouth	 vs 	1:1
35	▲1	Sheffield	 vs 	1:1
36	▼-1	Birmingham	 vs 	1:1
37	▲1	Leeds	 vs 	1:1
38	▼-1	Southend	 vs 	1:2
39	▲1	Newcastle	 vs 	1:2
40	▼-1	Cardiff	 vs 	1:2
41	▲1	Liverpool	 vs 	1:2
42	▲1	Middlesbrough	 vs 	1:2
43	▼-2	Plymouth	 vs 	1:2
44		Glasgow	 vs 	1:2
45	▲1	Luton	 vs 	1:3
46	▼-1	Hull	 vs 	1:3
47		Warrington	 vs 	1:4
48	▲1	Rochdale	 vs 	1:5
49	▼-1	Lancashire	 vs 	1:5
50		Belfast	 vs 	1:6

Based on October 2013 Jobseekers Allowance claimant count provided by the Government Department for Work and Pensions.

**Vacantes por desempleado**

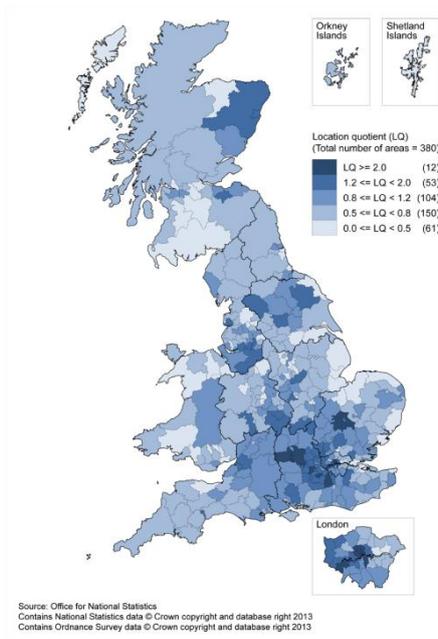
**Job Postings Per Capita**   
 one search. all jobs.

**Rankings 3rd Quarter 2013**  
 40 most populous metro areas ranked by [job postings per capita](#)

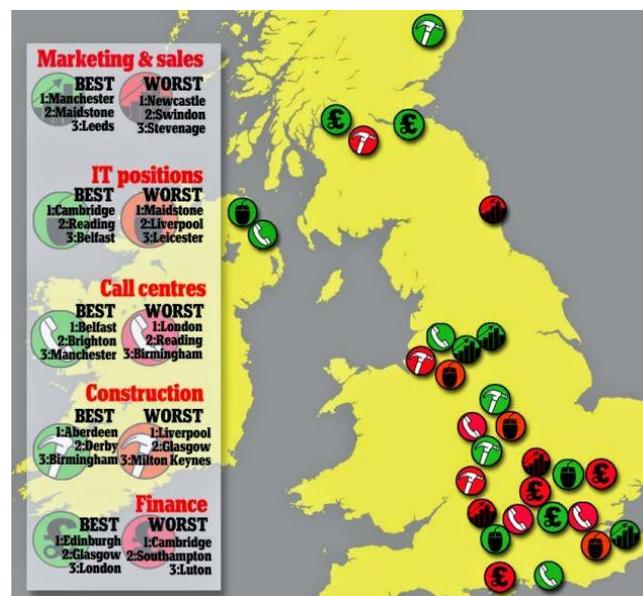
Rank	Metropolitan Area	Job Postings Per 1000 People
1	<a href="#">Manchester</a>	85
2	<a href="#">Southampton</a>	85
3	<a href="#">Oxford</a>	77
4	<a href="#">Reading</a>	65
5	<a href="#">Norwich</a>	60
6	<a href="#">Aberdeen</a>	56
7	<a href="#">Newcastle upon Tyne</a>	41
8	<a href="#">Coventry</a>	40
9	<a href="#">Birmingham</a>	37
10	<a href="#">Nottingham</a>	34
11	<a href="#">Bristol</a>	33
12	<a href="#">Cardiff</a>	33
13	<a href="#">London</a>	32
14	<a href="#">Bournemouth</a>	32
15	<a href="#">Portsmouth</a>	31
16	<a href="#">Northampton</a>	28
17	<a href="#">Edinburgh</a>	23
18	<a href="#">Leicester</a>	23
19	<a href="#">Leeds</a>	23
20	<a href="#">York</a>	22
21	<a href="#">Sheffield</a>	21
22	<a href="#">Glasgow</a>	20
23	<a href="#">Swindon</a>	20
24	<a href="#">Dudley</a>	19
25	<a href="#">Liverpool</a>	18
26	<a href="#">Belfast</a>	18
27	<a href="#">Preston</a>	16
28	<a href="#">Luton</a>	15
29	<a href="#">Stoke-on-Trent</a>	15
30	<a href="#">Derby</a>	13
31	<a href="#">Plymouth</a>	12
32	<a href="#">Huddersfield</a>	10
33	<a href="#">Swansea</a>	10
34	<a href="#">Dundee</a>	9
35	<a href="#">Walsall</a>	9
36	<a href="#">Southend-on-Sea</a>	8
37	<a href="#">Wolverhampton</a>	8
38	<a href="#">Bradford</a>	8
39	<a href="#">Kingston-upon-Hull</a>	8
40	<a href="#">Sunderland</a>	6

**Vacantes per cápita**

Si queremos hilar todavía más fino, podemos recurrir a la Oficina de Estadística, donde se nos indican las mejores zonas por tipo de empleo. Aquí por ejemplo el ["mapa de empleo del sector manufacturas"](#):



Y en [este otra mapa](#) se nos indican en qué zonas hay cada tipo de trabajo en el Reino Unido:



Finalizamos con una pequeña tabla con las mejores y peores ciudades para encontrar trabajo en UK:

Top ten places to      Number of jobless      **Worst ten places** to find      Number of jobless per

find work	per vacancy	work	vacancy
1.Aberdeen	0.88	1.Hull	79.64
2.Reading	1.21	2.Stoke-on-Trent	73.32
3.Cambridge	1.56	3.Sunderland	53.66
4.London	1.76	4.Southend	44.06
5.Milton Keynes	1.91	5.Wirral	40.94
6.Oxford	2.02	6.Lanarkshire	39.91
7.Guildford	2.75	7.Rochdale and Oldham	31.61
8.Wycombe and Slough	3.28	8.Wolverhampton	25.50
9.Brighton	3.75	9.Middlesbrough	24.07
10.Bristol	3.83	10.Swansea Bay	23.88

Para que veáis lo que es elegir una ciudad que NO sea Londres o Edimburgo (cuánto daño hizo "Españoles por el mundo", aquí un ejemplo de lo que es [vivir y trabajar en Reading](#)).

### 3- En qué sectores buscar trabajo

El Reino Unido es famoso por demandar trabajos tanto especializados como de baja cualificación. Entre los primeros destacan los **Financieros, Ingenierías, Sector IT, Especialistas en Medicina, Dentistas o Enfermería**. Aunque Uk no suele ser muy exigente con la cuestión de la titulitis (priman más que sepas hacer tu trabajo antes que tener un título) algunos de esos trabajos SI que exigen convalidación del título para poder ejercer en Uk. Para que os hagáis una idea, estos eran en el 2013 las titulaciones universitarias más demandadas en Uk:

Las [18 Titulaciones Más Demandadas en el Reino Unido](#) (datos del 2013):

**1) Software Developers (Applications and Systems Software)**

70,872 jobs added since 2010, 7% growth

**2) Accountants and Auditors**

37,123 jobs added since 2010, 3% growth

**3) Market Research Analysts and Marketing Specialists**

31,335 jobs added since 2010, 10% growth

**4) Computer Systems Analysts**

26,937 jobs added since 2010, 5% growth

**5) Human Resources, Training and Labor Relations Specialists**

22,773 jobs added since 2010, 5% growth

**6) Network and Computer Systems Administrators**

18,626 jobs added since 2010, 5% growth

**7) Sales Representatives (Wholesale and Manufacturing, Technical and Scientific)**

17,405 jobs added since 2010, 4% growth

**8) Information Security Analysts, Web Developers and Computer Network Architects**

15,715 jobs added since 2010, 5% growth

**9) Mechanical Engineers**

13,847 jobs added since 2010, 6% growth

**10) Industrial Engineers**

12,269 jobs added since 2010, 6% growth

**11) Computer Programmers**

11,540 jobs added since 2010, 3% growth

**12) Financial Analysts**

10,016 jobs added since 2010, 4% growth

**13) Public Relations Specialists**

8,541 jobs added since 2010, 4% growth

**14) Logisticians**

8,522 jobs added since 2010, 8% growth

**15) Database Administrators**

7,468 jobs added since 2010, 7% growth

**16) Meeting, Convention and Event Planners**

7,072 jobs added since 2010, 10% growth

## 17) Cost Estimators

6,781 jobs added since 2010, 3% growth

## 18) Personal Financial Advisors

5,212 jobs added since 2010, 3% growth

Por su parte, entre los trabajos de "baja cualificación" más demandados se encuentran de nuevo dentro del sector médico **Auxiliares de Enfermería, Cocineros, Auxiliares de Cocina, Friegaplatos (Kitchen Porter), Recepcionistas** y en general todos los relacionados con **restauración de comida rápida** y similares.

## 4- El Curriculum Inglés

### 4.1- Covering Letter

**Speculative Application – Before**

Nicola Simpson  
61 Key Drive  
Newcastle  
NE23 4FG  
Telephone: 0191 345 6789  
Email address: [nicolasimpson24@ms.com](mailto:nicolasimpson24@ms.com)

23rd October 2012

Dear Sir/Madam

Please find enclosed my CV. I am applying for any vacancies you may have within your school. You can see from looking at my CV that I have the skills and experience relevant for the job.

I would be grateful if you would consider my application either now or in the future.

Yours faithfully  
Nicola Simpson

*Annotations:*  
- Nicola doesn't include any contact details so it may not end up on the desk of the person who is responsible for recruitment. This is even more important if she's applying to a large organisation.  
- Nicola's just said that she's applying for vacancies. It isn't specific enough. She needs to mention job roles or types of work, so the reader is clear about her aims.  
- Nicola's covering letter is just saying 'here is my CV' when it should add to the information in her CV.  
- Nicola's CV will show what her skills and experience are; her covering letter should explain how these skills can help this employer. It should show how keen she is to work for them. Together, her CV and covering letter should convince the reader she is the ideal person for the job.  
- This letter looks like a standard letter that is being lots of employers with no tailoring for each applicant. This won't impress a potential employer – they will see that Nicola's done some research on what they are looking for. Employers see lots of applications and Nicola's needs to stand out at an interview.

**Speculative Application – After**

Nicola Simpson  
61 Key Drive  
Newcastle  
NE23 4FG  
Telephone: 0191 345 6789  
Email address: [nicolasimpson24@ms.com](mailto:nicolasimpson24@ms.com)

23rd October 2012

Mrs Jennie Jones  
Headteacher  
Slate Lane School  
34 Slate Lane  
North Shields  
Newcastle  
NE54 6HT

Dear Mrs Jones

Do you currently have any teaching assistant opportunities within your school, particularly supporting children with complex learning and behaviour needs?

Slate Lane School has an excellent reputation with local parents for supporting children with learning difficulties. Your recent Ofsted Report suggests your designated unit for pupils with severe autistic spectrum disorders has strong pool of teaching assistants who provide support. I believe I can make a valuable contribution to this team and continue to develop my own skills and knowledge.

During my two years on maternity leave I have undertaken voluntary work in my local Surestart Centre, working with children up to the age of five. The most rewarding aspect of this role was working on a one-to-one basis with children with challenging behaviour. I recently completed an introduction to teaching assistant course, which has provided me with a good understanding of the role and responsibilities of a teaching assistant.

I have enclosed my CV and would be grateful for the opportunity to discuss my skills and experiences with you and to learn more about your school. I will call next week to see if we can arrange a convenient meeting.

Yours sincerely  
Nicola Simpson

*Annotations:*  
- Nicola's contacted the employer and found the name of the person responsible for hiring staff. This will ensure it arrives on the right person's desk.  
- Addressing the letter to a named person shows the employer that Nicola hasn't sent the same letter elsewhere.  
- This paragraph shows Nicola has researched the school she's applying to and thought about why she'd like to work for them.  
- Nico spec the t work look  
- Nico high rele skills quali expa ach and qual  
- The final paragraph tells the recruiter what's going to happen next. It's assertive and confident without being pushy.

Uno de los aspectos que deberéis cuidar más en tu búsqueda de trabajo, es el del Currículum puesto que la manera de presentarlo en UK difiere bastante de la española.

En primer lugar, en UK son casi IMPRESCINDIBLES las "Covering Letters": pequeñas cartas de presentación que deben acompañar al currículum y donde debería indicarse al seleccionador el por qué de tu candidatura, que valores aportarías a ese puesto de trabajo, tus puntos fuertes que hacen del candidato idóneo para el puesto, etc.

Por si tienes verde lo de crear "Cartas de Presentación", el propio servicio de empleo británico pone a tu disposición varios [ejemplos de las Covering Letters](#), con un antes y un después de cartas mal redactadas y que son corregidas.

## 4.2- Curriculum Vitae (Resume)

### Example Performance CV

**Julie Jones**  
32 Any Street, Birmingham, B1 8AB  
07791557788  
0121 345 67893  
julie239@gmail.com

**Profile**  
An organised, confident and motivated PA with ten years' experience. Communicates confidently and effectively at all levels and uses initiative to meet the highest standards. Always striving to go the extra mile in order to achieve the set goal. Seeking new challenges and additional responsibility to progress career.

**Achievements**

- Promoted to the role of PA to the General Manager whilst at Johnson's Packaging
- Completed the Girguiding UK Adult Leadership scheme to become a Guide Leader
- Completed the Birmingham half Marathon, raising £5,000 for charity.

**Experience**

Birmingham Royal Hospital	Medical Secretary	2005-2013
<ul style="list-style-type: none"> <li>Providing secretarial and administrative support to a consultant and a team of junior doctors</li> <li>Summarising all incoming correspondence into patients' medical records</li> <li>Arranging meetings, managing diary, dealing with appointment requests</li> <li>Actioning all GP referrals, liaising with other internal and external hospital departments</li> <li>Audio typing and copy typing of clinic letters and operating lists</li> <li>Clinical coding of all incoming patient correspondence.</li> </ul>		
Birmingham City Council	Secretary	2013 - Present
<ul style="list-style-type: none"> <li>Provided secretarial support to a manager of busy education department</li> <li>Drafted and typed letters and other documents</li> <li>Updated records using computer database and spreadsheet software</li> <li>Administered all incoming and outgoing post</li> <li>Ensured all filing systems were up to date.</li> </ul>		

### Example Functional CV

**Amanda Davies**  
14 Any Street  
Nottingham, NG2 3GD  
Telephone: 07792 3134567  
Mandy425@gmail.com

**Profile**  
Considerable experience in the education sector both as an English teacher and Head of Department. A proven record of supporting, coaching and training staff and students to achieve goals. An effective communicator with good project management and analytical skills.

**Leadership, Coaching and Mentoring**

- Leadership qualities and the ability to manage challenging behaviour effectively
- Mentoring various members of staff through Initial Teacher Training and their first line management posts: coaching, developing and supporting staff with personal issues and work problems
- Providing ongoing pastoral care to students
- Decision making regarding teaching methods, design of the school curriculum, departmental budgets and staff recruitment.

**Communication**

- Excellent written and verbal communication skills, with the ability to communicate subject material to students of mixed abilities and backgrounds
- Establishing and maintaining positive relationships with fellow professionals and parents.

**Project Management**

- Designed and implemented a new school intranet site
- Initiated pilot project with local Connexions Service, providing help and support with careers guidance and work experience placements for students
- Organising and supervising after-school activities including educational visits, sporting events and school productions.

**Experience**

Performance CV

Functional CV

---

### Example Targeted CV

**Adam Bowers**  
109a Any Road, Rotherham, South Yorkshire, S63 3AB  
adam-bowers@email.co.uk  
07787 9159938

**Profile**  
With 20 years' experience in the construction industry as a labourer, bricklayer and plant operator, combined with practical, hands-on experience carpentry and electrics. Physically fit with a good head for heights. Precise, accurate and a flexible worker. Currently seeking construction work in the UK or overseas.

**Abilities**

- Assisting various tradespersons such as carpenters, plasterers, electricians and plumbers with site duties
- Concreting – layering and smoothing concrete for foundations, floors and beams
- Road working – concreting, laying kerbs, paving and re-surfacing
- Ground working – marking out and digging shallow trenches for foundations and drains
- Dry lining – fixing internal plasterboard or wallboard partitions ready for decorating
- Awareness of on-site health and safety, especially when working at heights and carrying loads
- Knowledge of small build to large scale construction projects
- Confident in driving earth moving bulldozers, dumper trucks and compactors.

**Achievements**

- Selected to travel overseas with a previous employer to work on the construction of a new hospital in France, which at the time was behind schedule, ultimately helping to bring it in within budget and on time
- Achieved On-Site Safety Award for commitment to health and safety
- Worked voluntarily every weekend for three months to help build a local community centre, taking on-site supervisor responsibilities

### Example Student/Graduate CV

**Michael Davies**  
14 Any Road  
Manchester, M72 1DE  
Home: 0161 230 00200  
Mobile: 07782 5678567  
md75@email.co.uk

**Profile**  
A versatile and professional law graduate with wide ranging experience in a variety of law-related areas including youth offending, debt and benefits advice, employment law, and housing. Seeking to combine academic achievements and work experience in a challenging role within the voluntary sector.

**Education and Qualifications**

2009 – 2012	LLB (Hons) in Law Nottingham Trent University Optional course modules: Employment Law, Contract Law, Consumer Law, Law and Medical Ethics, European Law.	2:1
2007 – 2009	Nottingham Sixth Form College 3 A-Levels English Language (A) Psychology (B) Business Studies (B)	
2002 – 2007	Ashburton Secondary School 9 GCSEs Grades A – C	

**Voluntary Experience**

2010 – 2013	Volunteer Advisor	TGH Advice Centre
<ul style="list-style-type: none"> <li>Providing independent, confidential and impartial advice to clients on debt, benefits, employment, housing, relationship and family issues for local voluntary organisation</li> <li>Interviewing clients face-to-face and over the phone to establish their needs</li> <li>Drafting letters and making calls on behalf of clients</li> <li>Referring clients to specialist caseworkers for complex problems or signposting to other agencies when appropriate</li> <li>Assisting clients to negotiate with companies and service providers to resolve any difficulties.</li> </ul>		

Targeted CV	Student CV
-------------	------------

Una vez que ya tenemos una Covering Letter redactada, es la hora de confeccionar nuestro "Curriculum a la Inglesa". Las principales diferencias con respecto a los españoles son:

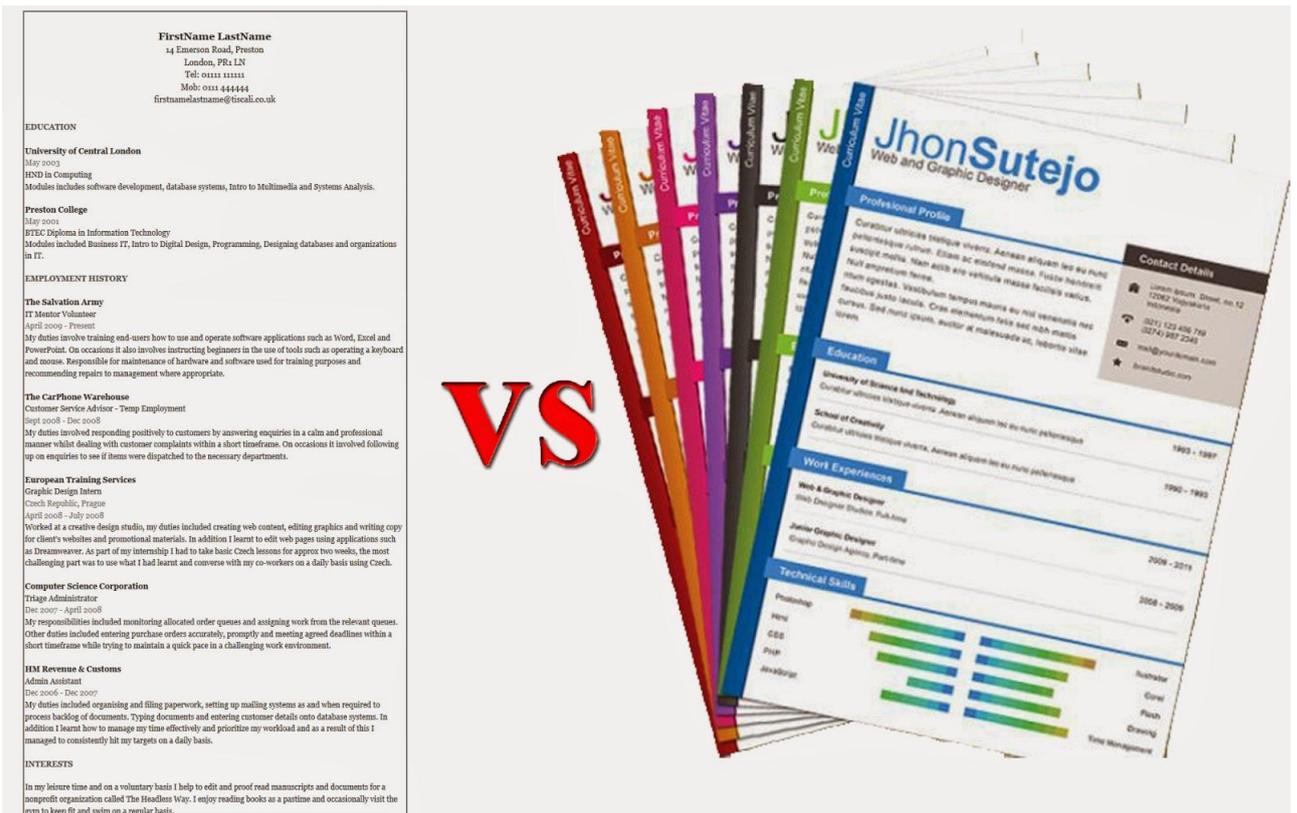
- NO se incluye foto
- NO se incluyen datos personales que puedan discriminar (edad/religión/etc)
- Se enfatizan las HABILIDADES y SOLUCIONES en anteriores puestos
- Muy importante incluir **referencias** (o la disponibilidad a aportarlas bajo petición)

A los ingleses más que la titulitis, lo que les importa realmente es lo que sabes hacer y cómo lo has aplicado en casos de la vida real. Así que en cada uno de los trabajos en los que hayas estado, incluye una pequeña descripción de las ACCIONES que hayas realizado para conseguir con éxito de cualquier situación comprometida. Evidentemente habrá que **incluir un número de teléfono inglés, una dirección inglesa y tu número NIN**. Esa es una de las causas por las que **encontrar empleo desde fuera de inglaterra suele ser más complicado: al ver que no hay ni teléfono ni dirección inglesa te descartan.**

Una opción para saltarse este pequeño inconveniente es poner como dirección, la de algún amigo o familiar que viva en inglaterra. Y para lo del número de teléfono, hacerse con una tarjeta [GiffGaff](#): te [las envían gratis a España](#), son tarjetas prepago que podrás recargar desde España y gracias a ella tendrás por fin número de teléfono inglés. Eso sí, ya puedes estar dispuesto a ir a los pocos días a Uk a hacer la entrevista, porque de otra forma este "Truco" poco te servirá. Intenta agrupar varias entrevistas en un mismo día, así te cundirá más el viaje.

Una vez sabemos estos datos básicos, indicar que hay multitud de formatos de CV y dependiendo de tus antecedentes laborales se usarán unos u otros. En la página de la [Universidad de Kent](#) tienes decenas de ellos, incluso plantillas por familia profesional. Si no te llegan, el propio Gobierno Británico también cuenta con unos cuantos ejemplos en su página [CV Formats](#).

#### 4.3- No es lo mismo



Y como no es lo mismo presentar un currículum visualmente poco atractivo, que entregar uno que llame la atención, os dejo aquí una serie de guías, plantillas y consejos en los que os podéis inspirar a la hora de intentar conseguir un Currículum que destaque de la competencia.

Así, tenemos para empezar, el método más sencillo: Los creadores de currículums on-line. En primer lugar una [recopilación de los más famosos](#) y en segundo lugar la propuesta del [Servicio de Empleo de Gobierno Británico](#). No incluyo aquí el famoso EuroPass, por la sencilla razón de que no suele utilizarse en el Reino Unido. Pero para los que se les queden cortos los métodos anteriores y quieran "tunear" todavía más sus currículums, os dejo plantillas de Photoshop [AQUI](#), [AQUI](#) y [AQUI](#).

No quería finalizar este apartado sin añadir los [consejos básicos sobre redacción de currículum para UK](#) del SEPE español y las de la [Embajada de España en UK](#).

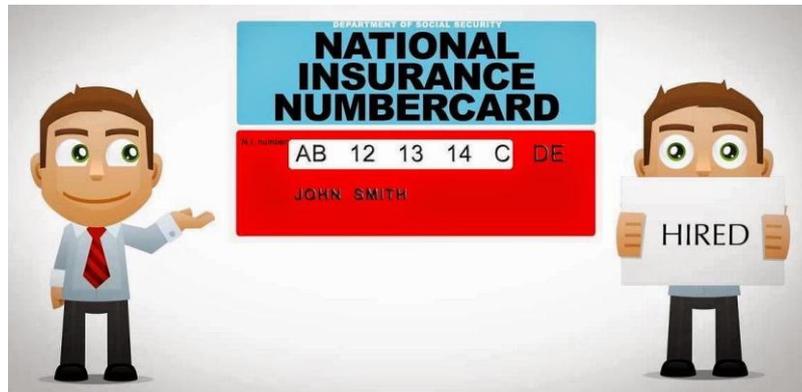
## 5-Entrevistas de Trabajo

Uno de los problemas para acceder al trabajo serán las entrevistas de trabajo. Si ya de por si puede ser complicadas, hacerlas en un idioma que no es el tuyo las dificulta todavía más. Así que lo mejor es que desde YA te pongas a practicar aunque ni

quiera estés en UK. Para ello tenemos como aliado a Youtube, donde podrás encontrar centenares de ejemplos de entrevistas de trabajo. Os dejo [este artículo](#) sobre el tema y aquí dos ejemplos de vídeos de ayuda para la realización de entrevistas de trabajo en inglés:

- [Video:](#)
  
- [Video:](#)

## 5- Solicitar NIN



Una de las primeras cosas que has de hacer nada más aterrizar en UK es pedir cita para conseguir el número de la seguridad social. No es que sea imprescindible para trabajar, pero el tenerlo te asegura que pagan lo correcto y sobre todo, que te aplican los impuestos que te corresponden y no más.

Como suelen tardar varios días (o semanas, según lo saturadas que estén las oficinas del gobierno) en concederte cita, es mejor pedir cuanto antes la cita. Esta [cita se pide por teléfono](#).

Sí, lo se..si ya es complicado entender a un inglés en persona, por teléfono ni os cuento. Para ayudar al personal a que sepa lo que le espera en la llamada, los chicos de [Guirilandia](#) han grabado una llamada real para solicitar el NIN. Aquí la tenéis:

Recordaros que para concederos el NIN os solicitarán una dirección de envío, por lo que ANTES de ir, debéis de intentar tener un lugar en el que vivir en Uk de forma más o menos fija. Acabamos con los consejos sobre el NIN de la web de la [Embajada](#)

[de España en UK](#)

## 6- Salarios

Con una tasa de desempleo en UK mucho menor que la de España (de hecho, es la más baja desde el comienzo de la crisis: un 6,2%.):



No es de extrañar que los sueldos allí no tengan nada que ver con los españoles. Por ser, ya son distintos hasta sus formas de pagar el sueldo. Y es que al contrario que España, en UK los salarios se suelen pagar por semana, con lo que se tiene una idea mucho mas clara de lo que se gana ya que no suele haber pagas extras ni demas. Son sueldos en 12 pagas, pero devengados semanalmente.

Como en España, en UK tenemos un Salario Mínimo ([Minimum Wage](#)), por lo que nadie te puede pagar por debajo de él. Eso sí, en vez de como aquí, que tenemos uno único para todo el mundo, en UK hay varios tramos dependiendo de la edad:



Que comparado con el Español, no hay color...



De hecho, el SMI en UK no ha hecho más que subir en los últimos años:

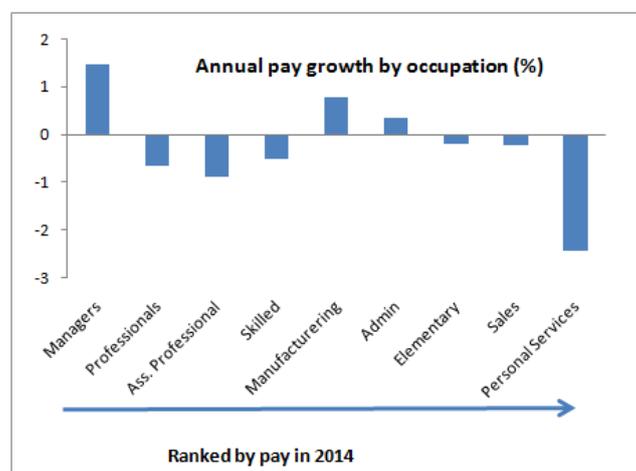


SOURCE: WWW.TRADINGECONOMICS.COM | EUROSTAT

Indicar también que para el caso especial de Londres, debido a sus elevados precios, hay un [London Living Wage](#), que actualmente es de **£8.80**. Es [voluntario para el empleador](#), por lo que su aplicación es más que desigual.

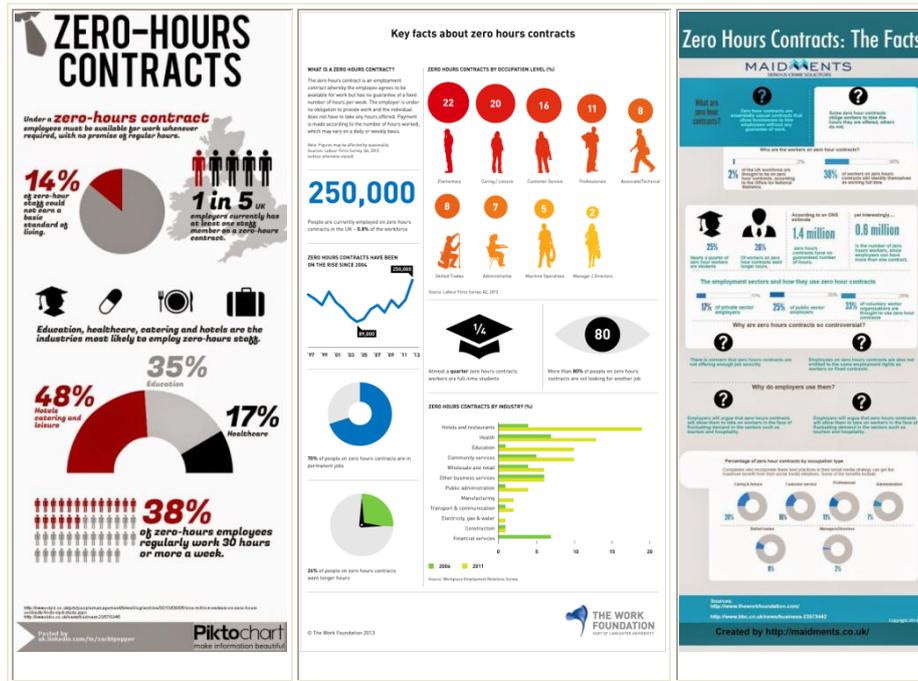
Pero a lo que nos interesa: ¿Te están pagando al menos el Salario Mínimo en tu trabajo?. Pues muy sencillo conocerlo. El Gobierno pone a tu disposición esta Calculadora de Salarios ([National Minimum Wage Calculator](#)), donde tras responder varias preguntas sobre tu sueldo, horario y trabajo, conocerás si tu empleador cumple la ley o no. Además tiene la posibilidad de conocer el SMI dependiendo de la forma de pago: [horario, anual, mensual, etc.](#)

Pero tampoco es oro todo lo que reluce, ya que en UK hay mucho empleo "precario". De hecho, [1 de cada 5 empleos](#) son de bajo salario, que no es poco, por lo que seguramente al comienzo cuando no domines el inglés, tengas que conformarte con el SMI y trabajos de baja cualificación. Desgraciadamente justo ese tipo de trabajos son los que más han sufrido la bajada de sueldos, como podemos ver en esta gráfica:



Otras dos características propias del mercado laboral de UK son los [Zero-hour contracts](#) y las Cláusulas Opt-Out.

- Zero-hour contracts



Básicamente son un nuevo tipo de contrato, por el que el empleado **NO** tiene un horario fijo en el trabajo (está esperando a que le llamen en cualquier momento) por lo que tiene que estar SIEMPRE disponible y atento a la llamada del jefe. Por su parte, la empresa **NO** está obligada a ofrecerte un mínimo de horas de trabajo, por lo que adoran este tipo de contrato dada la gran flexibilidad que aporta a la estructura laboral de la empresa.

El problema, desde luego, es para el trabajador. Nunca sabe ni cuánto va a ganar, ni cuántas horas va a trabajar, ni siquiera si esa semana trabajará algo o nada. Ahí no acaba la cosa, puesto que algunos de estos contratos EXIGEN que siempre que te llame el jefe, aceptes esas horas que te dan. Puesto que no sabes nunca cuando te llamarán no puedes compaginarlo con otros trabajos y demás.

En definitiva, una forma superflexible de relación laboral, que se da especialmente en trabajos de Salario Mínimo, y especialmente en educación, atención sanitaria no especializada y como no, restauración y "hospitality" que llaman ellos. El [Gobierno ya está al tanto de la situación de desprotección](#) que su abuso puede generar sobre el trabajador y ya se está poniendo la pila... esperemos.

- Cláusulas Opt-out

Son un tipo de cláusulas por las que "libremente" el empleado "opta" por trabajar más horas de las normales. En UK, el **máximo legal** normal de trabajo semanal son [48 horas semanales](#) (comparadlo con las 40 horas españolas) pero gracias a esta [cláusula Opt-Out](#), tu puedes **escoger "libremente" trabajar muchas más de esas 48 horas semanales** si así lo decides con el empresario. La ley dice que si la empresa "te pide" que trabajes más de esas 48h y tu te niegas, no podrá sancionarte, ni penalizarte en ascensos y demas.. pero todos sabemos como es la realidad, ¿verdad?... Asi que si vas a ir a trabajar a Uk, **conciénciate a que vas a trabajar de media muchas más horas que en España...**

### ¿Cuánto se Gana?

A la hora de optar a un puesto, no está de más conocer por dónde andan los tiros en cuanto al nivel de sueldos del sector. Entre otras muchas cosas, para conocer si la oferta de empleo que te ofrecen es competitiva o si realmente te están timando. Para ello, no hay nada mejor que el [Comparador de Sueldos por Categoría Profesional](#) de Glassdoor. Una maravilla.

Para que os hagáis una idea de por donde van los tiros salariales en un sector como Internet... aqui unos ejemplos:

# SALARIES for Popular ONLINE JOBS

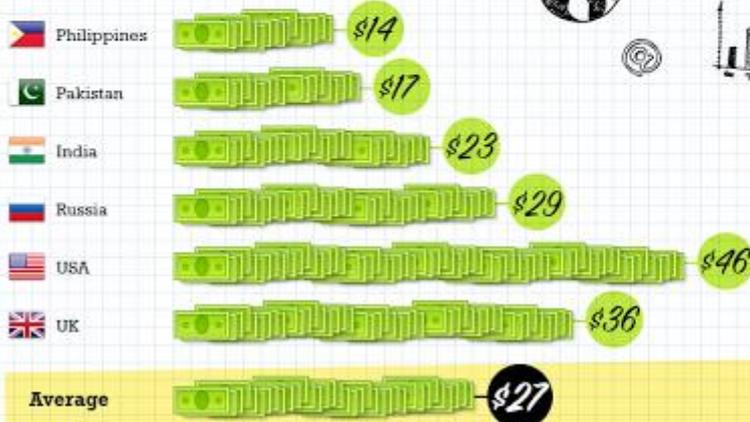


These are the average asking salaries\* at July 2013 for workers on oDesk, the largest online work platform, based on an analysis of a few thousand workers on the site.

\*Remember that these are the asking salaries so the real average salaries can be a bit lower.

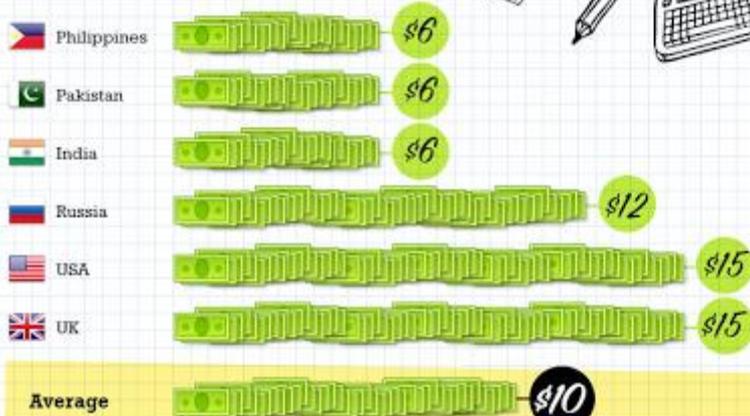
## Web Development

Salary per hour in US Dollars (\$)



## Data Entry

Salary per hour in US Dollars (\$)



## Marketing

Salary per hour in US Dollars (\$)



También es de utilidad este mapa donde se indican las [zonas del Reino Unido con los mayores sueldos](#) de media:

Source: Office for National Statistics, labour market statistics. [Average gross weekly earnings of full-time employees by region](#), published August 13, 2014.

*Notes: gross weekly and hourly earnings data are known to be underestimated in the Labour Force Survey. This is principally because of proxy responses. Also, respondents whose hourly pay is £100 or over are excluded from the estimates. Full-time is based on respondents' self assessment. The estimates relate to an individual's main job only.*

## 7- Impuestos

Pero de lo que no hay que olvidarse es que todas esas cifras de salarios que comentamos antes, son Sueldos BRUTOS, al que habrá que DESCONTAR los correspondientes impuestos. Si has obtenido el NIN como te comentamos antes, te aplicarán correctamente el porcentaje correcto según tu situación personal. En caso contrario, aplican un mínimo (algo elevado) para curarse en salud y que te corregirán en cuanto obtengas el NIN. En cualquier caso, saber cuánto se va a pagar en impuestos es fundamental para conocer si te compensa o no trasladarte a UK o cambiar de trabajo.

Para ello, aquí dos Calculadoras de Impuestos:

- [Listen to Taxman](#)
- [Reed Tax Calculator](#)

## 8- Donde buscar trabajo

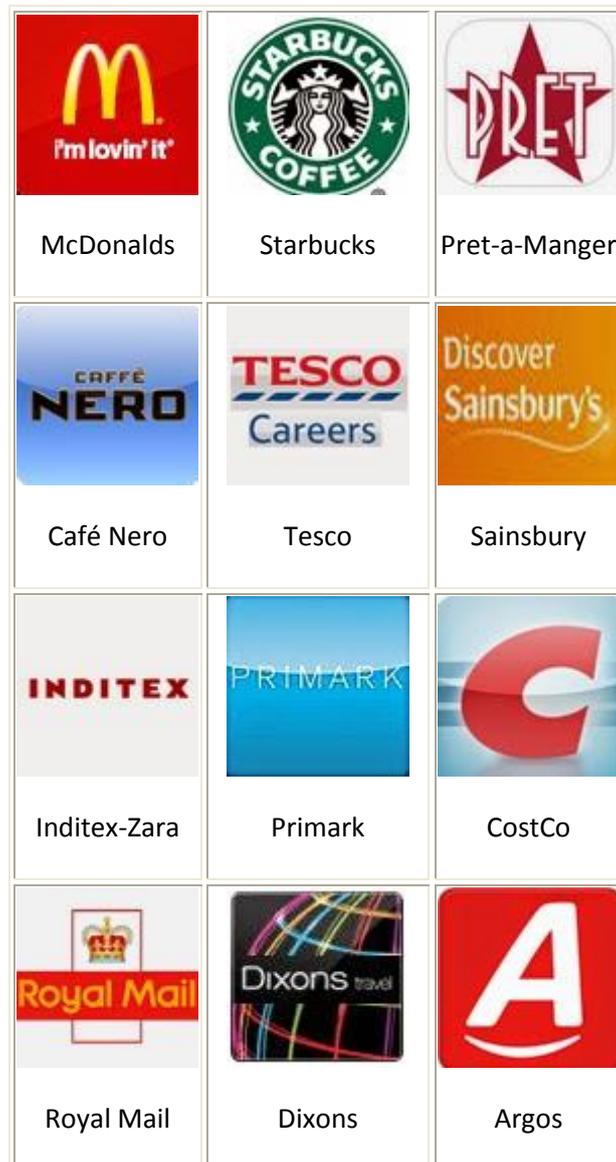
Sin duda alguna, las dos fuentes oficiales de búsqueda de empleo son el Servicio de Empleo Británico a través de sus [Job Centre Plus](#) y como no, la red europea de empleo [Eures](#). Todo ello sin olvidar la web [Gumtree](#), una forma rápida de conseguir trabajos en tiendas, cafeterías y en general comercio retail o las ofertas que suelen aparecer en

la web del [SEPE](#) dedicada a trabajos en UK



Pero lo normal hoy en día es aplicar directamente en las webs que ponen al efecto las distintas empresas del sector. Entre las más famosas por su gran cantidad de contrataciones tenemos estos ejemplos:

- Retail





Para que os hagáis una idea de cómo funciona el proceso de selección de este tipo de trabajo de "baja cualificación", aquí un ejemplo con el [proceso de selección de McDonalds](#).

- Ingeniería

Para el caso de los candidatos con carrera universitaria y buen nivel de inglés (escrito y hablado) se puede tirar un poco más alto e ir directamente hacia puestos sobre los estudios que se ha cursado. UK cuenta con una importante demanda ingenieros tanto en el sector informático como en manufacturas (aeronáutica o petróleo). Como hay cientos de compañías, aquí sólo os pondré unos ejemplo y [una cuenta de twitter española](#) a la que seguir que ofrece normalmente puestos de ingeniería para UK



- Media

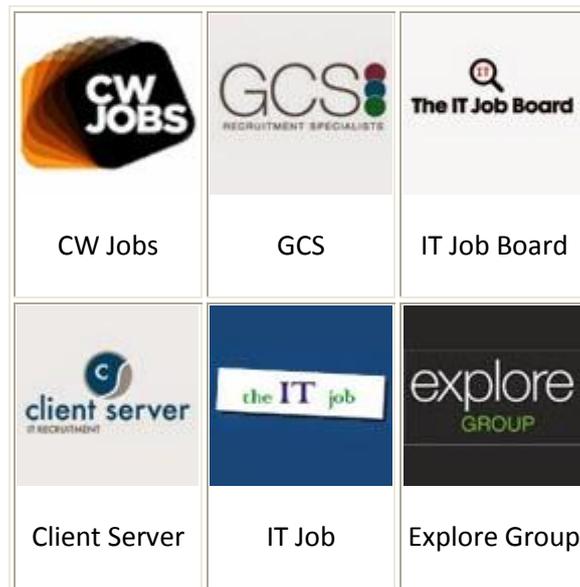
Si lo tuyo es el periodismo, la televisión, el cine, el teatro o cualquier otro trabajo relacionado con el mundo del espectáculo, nada mejor que este lista de twitter dónde se recopilan los principales oferentes de trabajos en el sector:



- IT

Como todos sabemos Uk es mundialmente famosa por su sector de Nuevas Tecnologías. Hay trabajo mucho y abundante, con buenos sueldos y en donde se trata bien al empleado (sea ingeniero o FP). Así que si lo vuestro es el sector de las nuevas tecnologías ya estáis haciendo las maletas y poniendo rumbo a UK.

Hay muchos buscadores dedicados al sector IT, por lo que no es cuestión de ponerlos todos. Aqui unos cuantos:



Y por ejemplo en [éste](#) y [éste](#) enlace otros cuantos más. No os olvidéis de [Telefónica!](#). Sí, tienen filial en Uk y es ALLI donde se encuentra casi todo su desarrollo tecnológico para todo el mundo. Por último, para los que les vaya más la cosa de ser su propio jefe (vamos, autónomo de toda la vida) también lo pueden ser en el sector IT: en [contractorUK](#) tenéis un buscador justo para vosotros. Ah y no quiero finalizar este apartado sin hacer especial mención a [BubbleJobs](#)

- ¿ Y si nos quedamos en Paro?

Pues en el caso de quedarnos sin trabajo y si cumplimos los requisitos (que se están endureciendo a cada día que pasa para los extranjeros) se puede solicitar on-line el paro a través de la página al efecto: [Jobseeker's Allowance](#)

Para el resto de dudas

Aunque aquí no estemos acostumbrados a ello, en UK hay una oficina del Gobierno que atenderá a cualquier duda que tengas. Ya sea con el trabajo, alquileres, compras o impuestos. Es el Citizen Advice Bureau:



## 9 -Convalidación de Títulos

En cuanto a los títulos académicos, la cosa se complica ya que muchos de ellos no cuentan con equivalente EXACTO en España. Para comenzar, se podría mirar [esta tabla](#) de equivalencia general de títulos UK vs España:

Sistema Educativo en España	Sistema educativo en el Reino Unido
Educación Primaria / Educación General Básica (EGB)	<i>Primary Education</i>
Educación Secundaria Obligatoria (ESO) / Bachillerato Unificado Polivalente (BUP)	<i>General Certificate of Secondary Education (GCSE)</i>
Bachillerato / Curso de Orientación Universitaria (COU)	<i>General Certificate of Education (GCE)<sup>1</sup></i>
Ciclo Formativo de Grado Medio (CFGM) / Formación Profesional de Primer Grado (FPI)	<i>Vocational Education and Training (VET)</i>

Ciclo Formativo de Grado Superior (CFGS) / Formación Profesional de Segundo Grado (FP II)	<i>Certificate of Higher Education (HNC)</i>
Diplomatura (3 años)	<i>Bachelor's Degree (B)</i> <sup>2</sup>
Licenciatura / Grado (al menos 4 años)	<i>University Degree</i>
Ingeniería Técnica	<i>Diploma of Higher Education (DipHE)</i>
Ingeniería Superior (al menos 4 años)	<i>Engineer's Degree - Engineer Diploma (DI)</i>
Postgrado (de 30 a 60 créditos ECTS)	<i>Graduate Certificate (PGCert)</i>
Máster (de 60 a 120 créditos ECTS)	<i>Master's Degree (M)</i> <sup>2</sup>
Doctorado	<i>Doctorate (PhD)</i>

Por si todavía tenéis dudas, en [este PDF](#) se indican todas las equivalencias de títulos en Europa y esta otra tabla de los [Sectores Regulados](#) para su ejercicio en la UE.

Una vez que tenemos la equivalencia de nuestro título, es hora de acceder a la plataforma de convalidación europea [Enic-Naric](#) para conocer toda la normativa al respecto. Finalmente sólo restaría [solicitar la Convalidación on-line del título](#) en el Reino Unido. Ojo que pueden exigirte la traducción jurada de tus títulos y desde luego, que la convalidación en si, suele tener un coste. Para posibles aclaraciones, incluso en [Ministerio de Educación](#) tiene un site dedicado a ello.

## 10 - Abrir Cuenta en un Banco

Lo que aquí es lo más normal del mundo, nada más llegar al Reino Unido se puede convertir en una pequeña odisea. Y es que ninguna entidad financiera tendrá "records" de nosotros (ya que hasta entonces no existíamos para ellos en UK), así que suelen poner más o menos trabas según qué oficina sea y según que objetivos comerciales tengan.

La operativa es tan diferente, que al principio puede que te concedan una "tarjeta de credito" especial. Tan especial que NO sirve ni para pagar en comercios, ni para comprar online, ni para NADA DE NADA que no sea retirar dinero en efectivo en cajeros de la propia entidad. Una vez que vamos mejorando nuestro "score" nos concederán una tarjeta de débito y por último la preciada tarjeta de crédito.



Como en el caso del NIN, en los bancos suelen pedir tanto el **pasaporte**, como una "proof of address" por lo que es aconsejable poderles indicar un lugar al que enviar correspondencia (no un hotel ni similar). Y aquí llegamos a las trabas. Según [todos los mentideros](#) de la red, es [Barclays](#) la que MENOS PEGAS pone a la hora de hacer cuentas nuevas a extranjeros, así que yo ni me lo pensaba e iría a por ellos de cabeza. Y no, aunque estés viendo oficinas del Santander por todos lados, NADA tienen que ver con la filial española: siguen operativas diferentes y no comparten cuentas con España.

## 11- Tu Primer Trabajo Eures



"[Tu Primer Trabajo Eures](#)" es una iniciativa de la Unión Europea por la que se pretende facilitar la movilidad de trabajadores en Europa, así como dar a conocer los servicios de empleo ofrecidos por [Eures](#). Este programa intenta apoyar tanto a los jóvenes trabajadores (está diseñado para jóvenes entre 18 y 30 años cumplidos) como a las empresas en la ardua tarea de encontrar un trabajo más allá de las fronteras de tu país de nacimiento. Para ello, se proporciona apoyo en forma de financiación e información, para la búsqueda de empleo y la contratación de jóvenes que estén dispuestos a trabajar en otro país de la UE distinto al que residen.

Las ayudas son a tanto alzado (vamos, en un único pago) estando pensadas tanto para el caso de **facilitar la realización de entrevistas de trabajo en el extranjero**, como la de **trasladarse definitivamente a trabajar a otro país** miembro de la UE. En este último caso, **el trabajo debe ser remunerado** (ojo que no valen prácticas o internships "sin sueldo") y el **contrato tener una duración MINIMA de 6 meses** (ojo que tampoco valen trabajos en Disney de 3 meses).

Pues si cumples esos requisitos:

- Tener entre **18 y 30 años**
- Tienes nacionalidad o residencia legal en cualquiera de los países de la UE-27
- HAS APLICADO AL TRABAJO A TRAVES DEL PORTAL DE EMPLEO [EURES](#)
- Te desplazas a otro país miembro de la UE para entrevista o para trabajar más de 6 meses

Puedes entonces optar a la ayuda. Para que os hagais una idea, aquí los cuadros con los importes de las ayudas tanto para entrevistas como para cambios de trabajos por más de 6 meses en el extranjero:

Por ejemplo, si tenéis una **entrevista de trabajo en Londres**, os **pagarán hasta 300€**, más que suficiente para desplazarse hasta el país.

## CUADRO I

ASIGNACIÓN PARA ENTREVISTAS DESTINADA A LOS JÓVENES MÓVILES SOLICITANTES DE EMPLEO EN OTRO PAÍS DE LA UE				
País de destino	Importe (en euros)		Norma de asignación	Obligaciones en materia de presentación de informes
	Distancia < o = 500 km	Distancia > 500 km		
Cualquiera de los Estados miembros de la UE-27	200	300	Automática (antes de que la entrevista de trabajo tenga lugar en el país de destino)	Declaración firmada por la persona móvil solicitante de empleo

El presupuesto del programa es anual y actualmente (Noviembre 2014) ya está agotado en su totalidad, por lo que tendréis que ver si el año que viene lo dotan de presupuesto o incluso si continúa vigente. Todos conocemos las restricciones presupuestarias de la UE...

Os dejo un vídeo con el que se puede entender muy fácilmente en qué consiste el programa:

## 12- Papeles a la Vuelta

¿Qué papeles preparar antes de volvernos a España?. Pues la verdad es que es un pequeño lío, aunque está muy bien explicado en la [Guía on-line para el Retorno](#) de la Embajada de España en UK. Así que lo mejor es pegar aquí la información que proporcionan:

## He estado trabajando por cuenta ajena en el Reino Unido y regreso a España. ¿Qué debo llevar?

Primero es importante que lleves contigo la documentación necesaria para poder acreditar en España tu relación laboral en el Reino Unido. En particular te aconsejamos que te lleves:

- Certificado de la empresa o empresas en que hayas trabajado. Es importante que conste, además del período de empleo, la actividad de la empresa y tu categoría laboral.

- Los documentos [P60](#) que te habrá entregado tu empresario al terminar cada año fiscal.
- La copia para el trabajador de los documentos [P45](#) que te habrá entregado tu empresario al terminar tu relación laboral.
- Pruebas del tiempo cotizado a la Seguridad Social británica:
  - Es recomendable que solicites el documento “[State pension statement](#)”, que te dará un cálculo aproximado de lo que será tu pensión según los períodos trabajados en el momento de tu jubilación. Puedes pedirlo online en: <https://www.gov.uk/state-pension-statement>
  - En todo caso, es importante que tengas en cuenta que en el certificado que vas a recibir no constan ni las empresas en que has trabajado, ni la categoría laboral que has desempeñado. Por ello te reiteramos la conveniencia de que te hagas con certificados de empresa en los que sí conste esta información.
  - Asimismo debes solicitar el formulario de la Unión Europea [U1](#) (sustituye al antiguo E301). Con este formulario se acreditan las cotizaciones realizadas en el Reino Unido a efectos de solicitud en España de prestaciones como desempleo o incapacidad. Aunque, en principio, este documento lo solicita directamente la institución competente en España donde se presente la solicitud que corresponda, puedes solicitarlo tú directamente utilizando el formulario que te descargues en esta dirección: <http://www.hmrc.gov.uk/forms/2005/ca3916.pdf> . Verás que la primera pregunta que te hacen se refiere al tipo de documento que necesitas. Debes indicar que lo necesitas a efectos de prestación por desempleo "Unemployment Benefit Claim" (opción 1ª). Si prefieres solicitarlo por teléfono, puedes llamar al 00 44 191 203 7010.
  - No pierdas tu número de seguridad social británico “[National Insurance Number](#)”, te va a servir si vuelves a trabajar de nuevo en el Reino Unido.
- Certificados académicos y de cualquier curso de formación profesional/ocupacional que hayas realizado.

Por si las moscas, os dejo todos los comentarios sobre la vuelta a España de [ForoLondres](#) y para casos más complicados, la [Guía del Retorno \(PDF\)](#) del Ministerio de Empleo.

### 13- Enlaces de Interés

Finalizamos con una pequeña lista de enlaces de interés que complementan lo aquí expuesto:

- Web de la [Embajada de España en Londres](#)
- Guía [on-line](#) y en [PDF](#) de [Trabajo en Inglaterra](#)
- Guía [UK para Dos](#) de Trabajo en Inglaterra
- [Trabajar en el Reino Unido](#)
- [Informaciones útiles sobre el Mercado de Trabajo en UK](#)
- [Foro Londres](#)
- [Guía Graduado Trabajar en Europa](#)
- [Movilidad FP en Europa](#)

- [Guia Finding a Job](#)

Puedes seguir las aventuras de [+Andres Cainzos](#) en su web: [www.trabajareuropa.es](http://www.trabajareuropa.es) y a través de su cuenta de Twitter: [@TrabajarEuropa](#) y también le puedes encontrar en About Me: [Andrés Cainzos](#)

Muchas gracias por tu aportación Andrés. :-)