



# CARTILHA

## PRÉ-APOSENTADORIA



# CARTILHA PRÉ-APOSENTADORIA



## COMO SE PREPARAR PARA A APOSENTADORIA?

A aproximação da aposentadoria, geralmente, é acompanhada de intensa expectativa, gerando questionamentos e incertezas em relação ao futuro. Por isso, vamos lhe auxiliar na elaboração deste seu projeto de vida, além de oportunizar espaço de conhecimento e reflexão sobre diversos temas, como Saúde, Previdência, Qualidade de vida, Empreendedorismo e Planejamento financeiro.

O momento de preparação para a aposentadoria visa acolher e orientar os servidores públicos estaduais, com possibilidade de se aposentar nos próximos anos, suavizando o impacto que essa nova fase da vida pode causar nessas pessoas. Através de atenção, cuidado e acolhimento acerca de vários assuntos, o programa também propicia um repensar dos vínculos e a ressignificação de suas vidas.

Por isso, um tempo de reflexão e de preparação é necessário, para que se perceba que esta nova fase requer uma reorganização financeira e de vida, além de uma reconstrução na forma de pensar, de se posicionar e de vislumbrar o futuro.

# CARTILHA PRÉ-APOSENTADORIA

## A IMPORTÂNCIA DA PREPARAÇÃO FINANCEIRA PARA A APOSENTADORIA

O planejamento financeiro é um dos aspectos da preparação para a aposentadoria. Se tiver dinheiro e não tiver saúde, não poderá aproveitar os benefícios que o dinheiro proporciona, desfrutar da companhia de amigos e familiares com quem convive e nem compartilhar histórias e trocar experiências. Além disso, planejar-se financeiramente envolve autoconhecimento.

Algumas questões devem ser refletidas: que estilo de vida eu quero ter quando me aposentar? Onde quero morar? Vou aproveitar o tempo disponível para viajar, ir para lugares que eu não tive a oportunidade de conhecer? Dedicar-me a um trabalho voluntário? Montar uma (pequena) empresa?

É respondendo a estas perguntas que o(a) futuro(a) aposentado(a) poderá planejar suas despesas. De um lado, podem diminuir os gastos com transporte, roupas, casa, carro, filhos e plano de aposentadoria. De outro, tende a aumentar os custos com lazer, tempo livre e saúde. Nesse sentido, pesquisas apontam que as despesas dos aposentados são as mesmas ou até maiores do que antes.

# CARTILHA PRÉ-APOSENTADORIA

## EDUCAÇÃO FINANCEIRA

A educação financeira é uma ferramenta importante para proporcionar e garantir a liberdade financeira da pessoa, especialmente, na melhor idade. Além de receber sua aposentadoria diretamente, sem intervenção de outras pessoas/empresas, ela deve ser capaz de controlar e investir seu dinheiro da melhor forma possível. Um planejamento financeiro adequado é fundamental para que qualquer pessoa possa manter uma boa qualidade de vida.

Falar sobre dinheiro e outros aspectos da vida financeira, por vezes, pode ser considerado um tabu, algo que não é conversado. No entanto, avaliar as causas e consequências relacionadas a gastos, ganhos, poupança, dívidas, orçamento, etc., é fundamental para uma vida financeira mais equilibrada.

# CARTILHA PRÉ-APOSENTADORIA

## POR QUE SE ORGANIZAR FINANCEIRAMENTE?

Temos dificuldade em lidar com dinheiro e isso nos impede de ter uma vida mais tranquila, de nos planejarmos para o futuro e de realizarmos sonhos, como: adquirir um certo bem, como uma casa, um veículo, fazer uma viagem ou qualquer outra coisa que exija um investimento a mais no nosso orçamento.

Planejar é algo que fazemos todos os dias, mesmo sem perceber: é quando decidimos o que vamos fazer ao longo do dia, da semana, o que comer, qual roupa vestir, onde ir, qual trajeto pegar, etc.

Porém, como, geralmente, são ações cotidianas que se tornam hábitos, muitas vezes, não paramos para pensar sobre elas e isso acontece, também, com nossa vida financeira, pois tomamos atitudes por impulso, o que pode nos trazer problemas, como dívidas altas e/ou de longo prazo.

Por isso, é fundamental um planejamento mais sistematizado sobre nossa situação financeira. Este é o primeiro passo para cuidar bem de nosso orçamento e nos guiar a fazer escolhas, que podem nos levar a um futuro mais tranquilo e com menos estresse.



# CARTILHA PRÉ-APOSENTADORIA



Existem diversos **serviços e benefícios gratuitos ou com valores reduzidos** aos quais você pode ter direito.

**Dia Estadual do Idoso**  
- lei nº 8.834, de 20 de abril de 2021 -  
**anualmente, no 4º domingo de julho;**

A Lei nº 10.741/2013, também conhecida como o **“Estatuto do Idoso”**.

## REMÉDIOS:

Se você faz uso de algum medicamento contínuo, para diabetes e hipertensão, por exemplo, pode recebê-lo gratuitamente, pelo Sistema Único de Saúde. Procure a Unidade de Saúde mais próxima de casa e se informe;

Proibição da discriminação, em razão da idade, pelos planos de saúde;

Ao idoso internado é assegurado o direito a acompanhante.



## TRANSPORTE:

Se você tiver 65 anos ou mais, pode usar o transporte público urbano e semiurbano, e de forma gratuita. Bastando apresentar documento de identidade;

Obrigatoriedade da reserva de 10% de assentos preferenciais nos veículos de transporte coletivo;

Nas viagens interestaduais, há reserva de vagas gratuitas para os maiores de 60 anos, que recebem até dois salários mínimos. Procure informações no terminal rodoviário interestadual de sua cidade, para saber como acessar esse benefício;

Reserva de 5% das vagas dos estacionamentos públicos e privados, em local que permita maior comodidade do idoso.



## ATIVIDADES DE LAZER E ESPETÁCULOS:

Se você tiver 60 anos ou mais, tem direito a meia entrada, ou seja, 50% de desconto no valor de ingressos de qualquer atividade esportiva, artística ou cultural;

Os cursos especiais para idosos devem incluir conteúdo relativo às técnicas de comunicação, computação e demais avanços tecnológicos, para sua integração à vida moderna.



# CARTILHA PRÉ-APOSENTADORIA

## IMPOSTO DE RENDA:

Se você é aposentado ou pensionista acima de 65 anos, tem uma faixa de isenção de imposto de renda maior que a estipulada. E, se você possuir alguma doença grave, poderá ter uma isenção total do imposto de renda. Para mais informações, consultar a Receita Federal.



## JUSTIÇA:

O idoso tem prioridade na tramitação dos processos e procedimentos e na execução dos atos e diligências judiciais;

Deixar de prestar assistência ao idoso é crime, com pena que varia de detenção de seis meses a um ano;

Abandonar idoso é crime, com pena que varia de detenção de seis meses a três anos;

Apropriar-se de ou desviar bens, proventos, pensão ou qualquer outro rendimento do idoso, dando-lhes aplicação diversa da de sua finalidade é crime, com pena que varia de um a quatro anos de detenção.



## TRABALHO:

Proibição da limitação de idade máxima para a contratação de empregados;

Maior idade é critério de desempate nos concursos públicos.



## HABITAÇÃO:

Reserva de 3% das unidades nos programas habitacionais



Agora, que você conhece melhor as ações preparatórias para a aposentadoria, confira também a nossa **Cartilha de Educação Financeira** - disponível em nosso site. Nela, tem mais dicas muito legais!

## ATENÇÃO:

**1** - Importante o(a) segurado(a) manter seus dados cadastrais atualizados - e de seu(s) dependente(s) previdenciário(s), se houver -, para poder receber seu(s) benefício(s) de forma continuada;










**2** - O requerimento para todos os serviços, **exceto para a concessão de pensão por morte**, pode ser feito via e-mail: [atendimento@sergipeprevidencia.se.gov.br](mailto:atendimento@sergipeprevidencia.se.gov.br).

Na aba serviços, estão listados todos os serviços e documentos obrigatórios para cada um deles: [www.sergipeprevidencia.se.gov.br/servicos/](http://www.sergipeprevidencia.se.gov.br/servicos/)

**3** - Agendamento de vaga, para atendimento presencial: (79) 3198.0800 / 3198.0812.



## CONTATOS DO SERGIPEPREVIDÊNCIA:

-  [www.sergipeprevidencia.se.gov.br](http://www.sergipeprevidencia.se.gov.br)
-  Portal do Segurado
-  Aplicativo Meu RPPS
-  (79) 3198.0800 / 3198.0812
-  (79) 9.9191.6274 (whatsapp exclusivo para mensagem)
-  [atendimento@sergipeprevidencia.se.gov.br](mailto:atendimento@sergipeprevidencia.se.gov.br)
-  Instagram: @previdenciase
-  Facebook: @seprevidencia
-  Twitter: @seprevidencia





# CARTILHA PRÉ-APOSENTADORIA



SECRETARIA DE ESTADO  
DA ADMINISTRAÇÃO

