PREPARAÇÃO PARA A APOSENTADORIA

PPA Servidor 2026 • Bloco I

Das reflexões sobre o futuro às decisões previdenciárias

Da reflexão à decisão: o que vamos trabalhar

Conhecer os passos para planejar a aposentadoria com segurança.

Entender a importância das regras e da simulação previdenciária.

Conferir registros de tempo e documentação antes do pedido.

Comparar a renda esperada com as despesas do orçamento.

Sair com um checklist prático de providências.

Da reflexão à decisão previdenciária

O Rafael nos convidou a pensar sobre a vida após a aposentadoria.

Agora vamos transformar essa reflexão em providências concretas.

01

Conhecer as regras

Verificar as possibilidades de aposentadoria aplicáveis.

02

Conferir os registros

Organizar vínculos, contribuições e documentos.

03

Planejar a renda

Comparar cenários e preparar o orçamento.

Duas perguntas diferentes, uma decisão mais consciente

Projeto de vida

Que temas o Rafael nos ajudou a refletir?

Saúde emocional

Vínculos e autonomia

Novos interesses

Condições para decidir

O que cabe verificar com o TOLEDOPREV?

Regras previdenciárias

Tempo de contribuição

Renda e orçamento

Primeiro passo: conhecer suas possibilidades

Identifique a regra de aposentadoria aplicável à sua situação.

Consulte os requisitos e a previsão de cumprimento.

Peça uma orientação individual antes de tomar decisões.

Não confunda a data em que adquire o direito com a melhor data para pedir.

Compare alternativas possíveis com apoio técnico.

Seu histórico funcional precisa estar consistente

Confira dados pessoais e registros de vínculos e contribuições.

Verifique períodos anteriores que possam exigir averbação.

Quando aplicável, providencie Certidão de Tempo de Contribuição (CTC).

Esclareça divergências com antecedência junto aos setores responsáveis.

Guarde os comprovantes das providências adotadas.

Diagnóstico previdenciário: o que preciso verificar?

Perguntas essenciais

Qual regra pode ser aplicada ao meu caso?

Quanto tempo já tenho registrado?

Existem vínculos a averbar?

Qual é a renda estimada?

Antes do requerimento

Orientação individual

Conferência de informações

Simulações, quando disponíveis

Documentos organizados

Organize a decisão em etapas

1. Busque orientação e conheça suas possibilidades.
2. Confirme o histórico contributivo e os documentos.
3. Estime a renda previdenciária e compare cenários.
4. Revise o orçamento e os compromissos financeiros.
5. Defina, com tranquilidade, quando formalizar o pedido.

Orientação previdenciária: informação antes da decisão

Verifique quais regras de aposentadoria podem ser aplicáveis ao seu caso.

Solicite simulações e esclareça dúvidas antes de formalizar o pedido.

Confira períodos contributivos, averbações e eventuais Certidões de Tempo de Contribuição – CTC.

Avalie a existência de direito ao abono de permanência, quando cabível.

Compare cenários quando houver mais de uma possibilidade de aposentadoria.

Ter direito não obriga a se aposentar imediatamente

Adquirir o direito e escolher o momento de exercê-lo são decisões diferentes.

Tenho os requisitos?

- Qual regra se aplica ao meu caso?
- Meu tempo de contribuição está correto?
- Tenho documentos e simulação?

É o melhor momento?

- Qual será minha renda estimada?
- O que muda se eu permanecer em atividade?
- Essa decisão combina com minhas prioridades?

Antes de formalizar o pedido, solicite orientação individual ao TOLEDOPREV.

Planejamento financeiro da transição

Antes da aposentadoria

Mapear renda líquida atual

Identificar despesas fixas e variáveis

Revisar dívidas e compromissos

Estimar a renda após aposentadoria

Para a nova etapa

Adequar padrão de despesas

Preservar reserva financeira

Evitar novas dívidas por impulso

Planejar gastos extraordinários

Um orçamento simples já melhora a qualidade da decisão

Quanto entra hoje?

Quanto deverá entrar após a aposentadoria?

Quais despesas são indispensáveis?

Quais despesas podem ser revistas?

Há dívidas que podem ser reduzidas antes da transição?

Existe uma reserva para imprevistos?

Cuidados financeiros no período de transição

Não considere o primeiro mês de aposentadoria como referência definitiva sem conferir os valores.

Evite assumir empréstimos ou financiamentos apenas porque haverá mudança de renda.

Não antecipe grandes gastos sem avaliar o impacto no orçamento.

Mantenha margem para despesas inesperadas.

Decisões financeiras importantes merecem comparação e tempo.

Abono de permanência: quando vale investigar?

O abono pode ser uma possibilidade para quem reúne os requisitos legais de aposentadoria voluntária e opta por permanecer em atividade, conforme a legislação aplicável.

1 Verifique

Se já preenche os requisitos de aposentadoria e as condições legais do abono.

2 Compare

Os efeitos previdenciários e financeiros de permanecer ou solicitar o benefício.

3 Confirme

Seu enquadramento por meio de orientação individual antes de decidir.

O direito depende da análise da situação funcional e das normas aplicáveis.

Três verificações antes de formalizar o pedido

REGRAS	Conheço os requisitos e as possibilidades para meu caso?
REGISTROS	Meu tempo de contribuição e meus documentos estão conferidos?
ORÇAMENTO	Sei como a renda estimada se relaciona com minhas despesas?

Exercício: minha próxima providência concreta

1. Qual dúvida previdenciária preciso esclarecer?
2. Que documento ou período devo conferir?
3. Que informação falta para estimar minha renda?
4. Qual despesa ou compromisso financeiro devo rever?
5. Onde buscarei orientação para dar o próximo passo?

Plano prático: antes do pedido

Agora

Solicitar orientação previdenciária

Conferir vínculos e contribuições

Identificar documentos pendentes

Mapear renda e despesas

Antes de requerer

Comparar possibilidades

Verificar a estimativa de proventos

Revisar compromissos financeiros

Confirmar informações e prazos

A escolha sobre quando se aposentar merece informação, cuidado e planejamento. O TOLEDOPREV está aqui para orientar esse caminho.

Perguntas e orientações finais