

# Cartilha para

## VOCÊ QUE SE APOSENTOU

Material para servidores e servidoras públicos federais  
aposentados atendidos pela **DECIPEX**



*Boas Vindas*  
**da Decipex**  
**a você que se aposentou**

Material para servidores e servidoras públicos federais  
aposentados atendidos pela **DECIPEX**



# Índice

1- Boas Vindas .....	04
2- Orientações para Recém-Aposentados .....	05
3- Decipex: Quem somos? .....	06
4 - Portal Sou.Gov: O que é? .....	11
5- SouGov: O que é? .....	13
6- Responsabilidades .....	15
7- Principais Dúvidas .....	19
8- Cuidados com Fraudes .....	21
9- Sua família precisa saber .....	22
10- Contato e Canais de Atendimento .....	23
11- Saiba mais .....	24
12 - Conclusão .....	30

# Bem vindos

## **Bem-vindo à sua nova jornada com a DECIPEX!**

É com grande satisfação que apresentamos esta cartilha, especialmente desenvolvida para você, que acaba de se aposentar. Sabemos que a transição para a aposentadoria é um momento significativo e, muitas vezes, desafiador. Queremos tornar essa fase o mais tranquila e esclarecedora possível, oferecendo informações claras e acessíveis sobre os serviços e benefícios que você tem à disposição.

Nosso objetivo é garantir que você tenha acesso a todas as informações necessárias para usufruir seus direitos ao máximo.

Boa leitura!



# Orientações para Recém-Aposentados

A aposentadoria é uma fase importante e requer atenção em alguns procedimentos e adaptações. Veja algumas orientações essenciais:

## Confirme Sua Situação de Aposentadoria

### **Publicação da Aposentadoria:**

Verifique se o seu ato de aposentadoria foi devidamente publicado no Diário Oficial da União (DOU).

### **Documentos:**

Organize os documentos de concessão de aposentadoria, como a portaria de aposentadoria e comprovantes relacionados. Esses documentos podem ser solicitados em algum momento.





## Quem somos?

# DECIPEX

Nós somos a **Diretoria de Serviços de Aposentados e de Pensionistas e Órgãos Extintos** (DECIPEX), criada em 2018, com a publicação do Decreto nº 9.498/18, para centralizar a gestão de aposentados e pensionistas dos órgãos da Administração Pública Federal Direta. Integramos a estrutura da Secretaria de Gestão de Pessoas (SGP), do Ministério da Gestão e da Inovação em Serviços Públicos (MGI).

Nosso objetivo é prestar serviços de excelência para **aposentados**, pensionistas, anistiados políticos e transpostos dos órgãos da Administração Pública Federal Direta integrantes do Sistema de Pessoal Civil da União (SIPEC).

Em 2024, realizamos a gestão de cerca de **170 mil benefícios** de aposentadoria, pensão e anistia política oriundos de mais de 30 órgãos centralizados e extintos.

Saiba mais no site da  
Decipex



# Nossos princípios

## Atendimento Especializado

A **centralização do atendimento** de aposentados e pensionistas tem fluxos e processos padronizados. Nossa equipe é especializada na resolução de questões administrativas e previdenciárias.



## Processos Otimizados

A concessão e manutenção de benefícios é realizada pelos canais digitais do Governo Federal. A Decipex recebe solicitações pelo **Portal Gov.br, SouGov e SEI/MGI**, proporcionando atendimento eficaz.

A DECIPEX conta com canais presenciais, online e telefônicos para o seu atendimento, facilitando o esclarecimento de dúvidas e a resolução de problemas, sem necessidade de deslocamento.

## Comunicação permanente

Mantemos contato com você, pelos canais oficiais: Central de Mensagens (SouGov), e-mails institucionais (@gestao.gov.br), site da Decipex. Para ficar sempre por dentro das novidades, **mantenha seu cadastro pessoal atualizado!** ([Veja aqui o passo a passo](#))

Visando a excelência do atendimento, buscamos também fortalecer nosso relacionamento com diversas Entidades Representativas de servidores.



# Quem atendemos?

## Órgãos Públicos Federais Extintos

A DECIPEX gerencia benefícios de aposentados e pensionistas vinculados ao Regime Jurídico Único (RJU) de órgãos que não existem mais, como Departamento Nacional de Estradas de Rodagem (DNER), o Instituto Brasileiro do Café (IBC), entre outros que foram descontinuados ou absorvidos por outros ministérios.

## Aposentados e Pensionistas do Poder Executivo Federal

Somos responsáveis por aposentados e pensionistas, vinculados ao Regime Jurídico Único (RJU), centralizados nos termos do Decreto nº 9.498/18.

Também gerimos anistiados políticos, militares reformados e pensionistas do antigo Distrito Federal (Estado da Guanabara), complementação de benefícios previdenciários de empregados e pensionistas da antiga Rede Ferroviária Federal Sociedade Anônima (RFFSA), e servidores, empregados e militares dos antigos Ex-Territórios do Amapá, de Roraima e de Rondônia.



**Confira a lista completa dos Órgão atendidos no site da Decipex**

# Como solicitar os serviços?

Os canais de relacionamento da DECIPEX proporcionam diversas formas de interação e suporte, anote aí:

## Portal Gov.br:

- Clique para acessar o [Portal Gov.br](#).

## Protocolo Digital do MGI

- Clique para [protocolar documentos junto ao MGI](#).

## SouGov.br: Solicitações e Autosserviço

- Clique para acessar o aplicativo pelo computador [SouGov.br](#).
- Instale o aplicativo **SouGov.br** para acessar pelo celular:



## Atendimento Presencial:

- Central de Atendimento de Pessoal – CAPE: Acesse o [link para conhecer todos os endereços das CAPEs](#)

## Central Decipex:

- Dúvidas e orientações pelo telefone **0800 978 9004**



# Quais os principais serviços?



## Portal Gov.br

- [Isenção Imposto de renda](#)
- [Desbloqueio de senha](#)
- [Comunicado de falecimento](#)
- [Comprovante de rendimento para IRPF \(sazonal\)](#)
- [Solicitação de Agendamento e Visita Técnica \(Prova de Vida\)](#)
- [Protocolo Digital do MGI](#)

(Clique [aqui](#) para acessar o portal)



## SouGov

- [Alteração de dados bancários](#)
- [Cadastro e alteração de dependentes](#)
- [Comprovante extra Siape](#)
- [Auxílio Funeral](#)
- [Assistência à Saúde Complementar](#)
- [Atualização cadastral](#)
- [Ficha financeira anual](#)
- [Contracheque](#)
- [Consignação](#)
- [Comprovante de rendimentos](#)
- [Prova de vida](#)
- [Declaração de aposentadoria](#)
- [Declaração de fundamento legal](#)
- [Central de Mensagens](#)
- [Inconsistências Cadastrais](#)
- [Localização de unidade de gestão de pessoas](#)

([Acesse a lista completa de serviços aqui](#))

02

# O que é? PORTAL GOV.BR

O [gov.br](https://gov.br) é uma plataforma digital que reúne serviços e informações do Governo Federal. A plataforma permite que o cidadão acesse serviços públicos digitais de forma segura, com um único usuário e senha.

Além da solicitação de serviços, é possível protocolar documentos para o Ministério da Gestão e da Inovação em Serviços Públicos (MGI). Cidadãos, entidades públicas e privadas utilizam o Protocolo Digital para enviar documentos de forma eletrônica, **dispensando o deslocamento até uma unidade de protocolo ou o envio de correspondência postal.**

O acesso ao Protocolo Digital é feito por meio da conta [gov.br](https://gov.br).



# Como protocolar documentos

## Protocolar documentos

1. Acesse a página do serviço "[Protocolar documentos junto ao Ministério a Gestão e da Inovação em Serviços Públicos](#)";
2. Clique em "Iniciar";
3. Faça o login no Portal gov.br com CPF e senha;
4. Preencha os dados da solicitação;
5. Anexe o [requerimento geral](#) em PDF;
6. Anexe outros documentos em PDF;
7. Confira os dados e conclua a solicitação.

1

Acesse o **passo a passo de como protocolar**

2

Acesse o **Manual do protocolo**

3

Acesse o **Formulário de Requerimento Geral**

## Resposta da solicitação

Os documentos protocolados passam por uma conferência e são tramitados para a área responsável.

**A DECIPEX informará ao solicitante o número do protocolo e processo SEI que será analisado.** A equipe de análise entrará em contato com o e-mail cadastrado na solicitação para solicitar informações complementares e para informar o resultado da análise.





# O que é? SOU GOV

O **SouGov** é uma plataforma do **Governo Federal** que oferece serviços de gestão de pessoas para servidores públicos federais ativos, aposentados e pensionistas. Por exemplo, seus contracheques, ficha financeira e diversos documentos estão sempre disponíveis para sua consulta.

O login e senha continuam os mesmos ao se aposentar, mas certifique-se de que todos os seus dados cadastrais (pessoais e bancários) estejam **sempre atualizados**, principalmente:

- endereço
- telefone
- e-mail
- CPF
- identidade
- dados bancários
- contato de emergência

**O SouGov é o principal canal de contato da DECIPEX com você! Fique atento às notificações e mensagens.**

Estas informações são necessários para garantir o recebimento correto dos **benefícios**. Além de permitir contatos sobre **prova de vida, validação cadastral e outros assuntos**.




# Acesso ao SouGov

**O login no site pode ser feito da seguinte forma:**

1. Digitar o endereço **gov.br/sougov** na barra de pesquisa do navegador;
2. Escolher a opção "Entrar com gov.br"
3. Digite seu CPF
4. Digite sua senha

**Caso esqueça sua senha**, basta clicar na opção "Esqueci minha senha" e seguir os passos indicados para redefini-la.

**Se não está conseguindo acessar**, verifique se está usando o CPF correto da conta gov.br. Se necessário, recorra ao suporte técnico indicado no aplicativo.



**Nunca compartilhe sua senha com terceiros. O acesso à sua conta SouGov deve ser feito de forma pessoal e segura.**



# Responsabilidades do(a) aposentado(a)

# SouGov

# PROVA DE VIDA

A Prova de Vida tem como finalidade **comprovar** que a pessoa aposentada ou pensionista está viva, garantindo a continuidade do pagamento do benefício.

É **obrigatória** e pode ser realizada de maneira simples no aplicativo **SouGov** através de reconhecimento facial, utilizando a câmera do celular. O passo a passo está na página 17.

Caso não consiga fazer pelo aplicativo, você pode realizá-la presencialmente na agência do banco onde recebe seu benefício.

## Prazo

A prova de vida deve ser feita **anualmente** no mês de **aniversário do(a) beneficiário (a)**.

## Cuidado com Fraudes

A prova de vida é sempre gratuita e **nunca é solicitado pagamento** por e-mail ou telefone.



**Se a prova de vida estiver pendente, o salário é suspenso e será pago somente após atualização na folha do mês seguinte.**

# Passo a passo: Como fazer a Prova de Vida

## Online

- 1. Acesse com sua conta gov.br:** Abra o aplicativo e entre com sua conta gov.br. Caso ainda não tenha, você pode criar uma no próprio aplicativo.
- 2. Inicie a Prova de Vida:** Após o login, vá até a seção de Prova de Vida no menu principal; Escolha a opção de realizar o Reconhecimento Facial.
- 3. Permita o Uso da Câmera:** O aplicativo pedirá acesso à sua câmera. Permita esse acesso para que o reconhecimento facial funcione corretamente.
- 4. Realize o Reconhecimento Facial:** Posicione seu rosto de acordo com as orientações da tela;
- 5. Confirme os Dados:** Após o reconhecimento, o aplicativo vai processar os dados. Caso tudo esteja correto, sua prova de vida estará realizada.
- 6. Confirmação de Sucesso:** Você receberá uma notificação no aplicativo informando que a prova de vida foi concluída com sucesso.

## Presencial

- **Vá até a agência bancária:** Leve consigo um documento de identidade com foto (RG, CNH ou passaporte).
- **Solicite a Prova de Vida:** Informe ao atendente que você precisa realizar a prova de vida. Eles farão o procedimento necessário no sistema.
- **Finalização:** Após a verificação dos seus dados, sua prova de vida será registrada. Peça ao atendente uma confirmação, se possível.



# SouGov VALIDAÇÃO CADASTRAL ANUAL

Lembramos a importância de realizar a validação cadastral anual. Mesmo não sendo obrigatória, pois esta é uma oportunidade de atualizar seus dados, caso seja necessário entrar contato com você.

Você pode fazer o recadastramento diretamente pelo **SouGov**, sem precisar sair de casa, **no período que for solicitado**.

Esteja atento às notificações e realize o procedimento dentro do **prazo estabelecido**.

## Passo a passo

1. **Abra o aplicativo SouGov**, faça login com sua conta gov.br.
2. **No menu principal do aplicativo**, selecione a opção de Validação Cadastral. Essa opção estará disponível somente na época do recadastramento.
3. **Atualize seus Dados Pessoais**; Endereço, telefone e e-mail. Revise tudo atentamente e atualize as informações
4. **Envie Documentos, se Solicitado**: Em alguns casos, o aplicativo pode pedir que você faça o upload de documentos comprobatórios (como comprovante de residência atualizado ou documento de identidade).
5. **Finalize a validação cadastral** clicando em Confirmar ou Enviar.
6. **Confirmação**: O aplicativo mostrará uma mensagem de confirmação. Você também receberá uma notificação de que a validação cadastral foi concluída com sucesso.



# Principais DÚVIDAS

## É possível pedir revisão do valor da aposentadoria?

**Sim.** Caso perceba que houve erro no cálculo do benefício ou identifique que existe outro fundamento de aposentadoria que resulte em melhor benefício, você tem direito de solicitar uma revisão para ajustar o valor recebido. Solicite pelo **Protocolo Digital**.

## Existe prazo para revisão do aposentadoria?

**Sim.** É possível solicitar revisão do benefício em até **cinco anos após a publicação da concessão**, de acordo com as normas estabelecidas em lei.

## É possível falar com analistas sobre processos de aposentadoria ou solicitação de revisão?

As equipes de analistas da **Decipex** não atendem presencialmente, para tirar dúvidas, você deve abrir solicitação pelo **Protocolo Digital** ou entrar em contato com [nossos canais de relacionamento](#).

*"A aposentadoria é uma nova página em branco.*

*O que você escrever agora depende de você."*

— Anônimo

# Principais DÚVIDAS

## É necessário pagar para receber aposentadoria?

**Não.** A DECIPEX não solicita pagamento de valores para liberação de benefícios, recursos ou qualquer valor residual, **sob nenhuma hipótese**. Cuidado com fraudes e golpes.

## É possível exercer outra atividade remunerada após a aposentadoria?

**Sim.** Mas é necessário consultar se não há conflito de interesse. Faça a verificação acessando o Sistema Eletrônico de Prevenção de Conflito de Interesses (SeCI) no link: <https://seci.cgu.gov.br/>

## Como vou receber o pagamento da aposentadoria?

O benefício é depositado na mesma conta salário utilizada antes de se aposentar. Caso precise alterar os dados bancários, utilize o autoatendimento do **SouGov**.





# Cuidado com **FRAUDES**

Esclarecemos que a **Decipex não solicita pagamento** para concessão de aposentadoria ou para pagamento de qualquer benefício. Não entramos em contato via aplicativo de mensagem (whatsapp) para quaisquer pagamentos.

Infelizmente, aposentados podem ser alvos de fraudes. Esteja atento a ligações ou e-mails suspeitos solicitando informações pessoais ou financeiras. **Nunca compartilhe seus dados** sem verificar a autenticidade da solicitação.

## **Fraudes com Consignações**

Caso identifique, desconto indevidos de consignações no seu contracheque, utilize o **SouGov** para redigir um **Termo de Reclamação**. [Clique aqui](#) para ver o passo a passo.

*"Cair em fraudes não é sinal de fraqueza.  
Os golpistas são especialistas em manipulação.  
Você não tem culpa. Sua bondade e confiança  
não são defeitos. são virtudes."*

*— Anônimo*



Em caso de dúvida, entre em contato conosco pelos **canais de atendimento** da Decipex





# SUA FAMÍLIA

precisa saber

## Auxílio Funeral

Este benefício é concedido à família ou à pessoa que tenha custeado o funeral, em razão do falecimento do(a) aposentado(a). [Solícite o auxílio](#) no [SouGov.br](#).

## Comunicação de Falecimento

No caso de falecimento da pessoa aposentada, os familiares devem comunicar à **Decipex** pelo [serviço do Portal Gov.br](#).

## Pensão por Morte

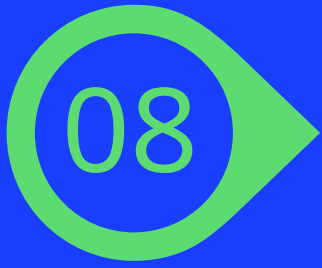
Para orientações aos dependentes sobre o processo de solicitação da pensão por morte, procure o [site da Decipex](#) e saiba quais os passos, documentos necessários e prazos para solicitar o benefício.

## Saúde Suplementar

Os dependentes, quando forem pensionistas, poderão permanecer como beneficiários da assistência à saúde suplementar. Para tal, o dependente deverá informar à Decipex em até 30 dias, contados da data de comunicação do falecimento.



**O cadastro do instituidor e seus dependentes deve estar atualizado no SouGov!**



# Contatos e Canais de **ATENDIMENTO**

A Decipex está comprometida com a **transparência** e a **comunicação eficaz** com seus beneficiários. Utilizamos canais como a Ouvidoria e o Serviço de Informação ao Cidadão (SIC) para atender suas demandas de forma ágil e eficaz.

### **Suporte SouGov:**

Você pode encontrar mais informações diretamente no aplicativo ou pelo site <https://www.gov.br/servidor/pt-br/sou-gov>.

### **Decipex:**

Central Decipex [0800 978 9004](tel:08009789004)

### **Ouvidoria-Geral da União:**

Para encaminhar sugestões ou reclamações, acesse [ouvidoria.gov.br](http://ouvidoria.gov.br).



09

Saiba mais

# Previdência complementar **FUNPRESP**

Ao se aposentar, caso tenha realizado adesão a um plano de previdência complementar, você poderá começar a receber **esse benefício no momento da publicação da portaria que concedeu sua aposentadoria**. Entretanto, é fundamental que entre em contato com a Funpresp pelos canais de atendimento:

Canais de atendimento Funpresp

<https://www.funpresp.com.br/fale-conosco>



Telefone Funpresp

**0800 282 6794**



**!** Caso tenha migrado para o regime de previdência complementar (Lei 12.618/2012), você também terá direito ao recebimento do benefício especial, pago juntamente com o benefício de aposentadoria. **Não há necessidade de efetuar uma solicitação.**

# Planejamento **FINANCEIRO**

Como aposentado, é importante planejar suas finanças para garantir **estabilidade e segurança**. Considere consultar um especialista para ajudar na gestão de seus recursos. Esteja atento a investimentos e evite gastos desnecessários para manter um orçamento equilibrado.

Confira o valor dos benefícios, os descontos automáticos e esteja atento a possíveis empréstimos consignados, que podem ter sido contratados antes da aposentadoria.



**Caso identifique algum desconto indevido, entre em contato para solicitar a correção.**



# Planeje a sua nova **ROTINA**

A aposentadoria representa uma mudança significativa de ritmo. Muitas pessoas se aposentam e sentem a necessidade de manter-se ativas, seja por meio de projetos pessoais, trabalhos voluntários ou novas atividades de lazer.

Aproveite esse momento para investir em sua **saúde e bem-estar**, seja participando de atividades físicas, cursos ou até viajando. Manter-se envolvido socialmente pode ser uma maneira saudável de aproveitar essa nova fase. Essas dicas podem ajudar a criar uma **rotina mais plena**, onde há equilíbrio entre saúde, convivência social e autodescoberta.

*"A aposentadoria é quando você para de viver para trabalhar e começa a trabalhar para viver."*

*— Anônimo*



# Dicas de Bem-Estar

Aqui estão algumas dicas de novas rotinas que promovem bem-estar, saúde e satisfação:

## 1. Atividades Físicas:

- **Exercícios Regulares:** Incorpore caminhadas, yoga, hidroginástica ou dança. Exercitar-se ao ar livre é uma boa opção para se conectar com a natureza e melhorar o humor.
- **Meditação e Relaxamento:** Pratique meditação ou exercícios de respiração. Eles ajudam a reduzir o estresse e a melhorar a concentração.



## 2. Aprimoramento Intelectual

- **Dedique-se à leitura de livros ou à escrita** (diário, crônicas ou até um blog). Esse hábito enriquece a mente e proporciona momentos de relaxamento.
- **Faça cursos** de temas que lhe interessem, como história, arte, tecnologia ou até idiomas.
- **Pratique** palavras cruzadas, quebra-cabeças ou jogos de tabuleiro. Essas atividades mantêm a mente ativa e estimulada.



## 3. Explore os Hobbies e sua Criatividade

- **Jardinagem:** cultivar plantas e flores relaxa e conecta você à natureza.
- **Dedique-se a trabalhos manuais:** pintura, bordado, tricô, marcenaria ou outro hobby. Além de divertido, isso ajuda a expressar a criatividade.



# Dicas de Bem-Estar

## 4. Atividades Sociais



- **Voluntariado:** Contribuir com causas que você apoia é uma ótima maneira de se sentir útil e se conectar com outras pessoas. Procure as ONGs, centros comunitários ou igrejas locais.
- **Participe de grupos** de aposentados, clubes de leitura ou atividades de grupo em centros culturais. Esse contato social traz sensação de pertencimento e desenvolve amizades.
- **Planeje viagens**, mesmo que curtas, para conhecer novos lugares e culturas.

## 5. Rotina de Autocuidado



- **Pratique o Autocuidado:** Dedique tempo para cuidar de si mesmo. Siga tratamentos de saúde, cuide da alimentação e reserve momentos para relaxamento.
- **Controle da Saúde:** Faça exames de rotina e acompanhamento regular com médicos

## 6. Exploração Espiritual e Interior



- **Prática de Gratidão:** Manter um diário de gratidão é uma prática simples que ajuda a focar no lado positivo da vida e valorizar momentos cotidianos.
- **Religiosidade ou Espiritualidade:** Caso tenha uma prática religiosa ou espiritual, reserve tempo para atividades como orações, leituras espirituais ou participação em grupos de fé.

# Fique de olho nos seus **DIREITOS**

Além de seu benefício de aposentadoria, é importante conhecer outros **direitos de pessoas com mais de 65 anos**, como:

Algumas farmácias oferecem **descontos especiais em alguns medicamentos**.

**Meia entrada em atividades culturais**, como cinemas, teatros, shows e eventos esportivos. Essa regulamentação pode variar de acordo com a localidade.

**Transporte público gratuito ou com desconto em alguns municípios** e valores especiais para compra passagem aérea pelo [Programa Voa Brasil](#)

**Atendimento Preferencial** no atendimento em bancos, repartições públicas e estabelecimentos comerciais.

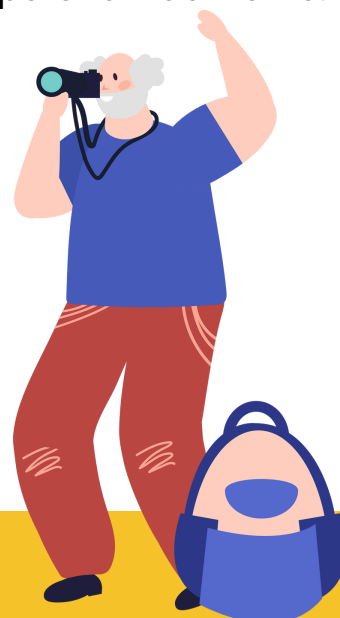
**Assistência à saúde suplementar** para aposentados em 4 modalidades. Tire suas dúvidas sobre o benefício no [Portal do Servidor](#).

**Isenção de Imposto de Renda** para aposentados que tenham doenças graves previstas em lei (como câncer, cardiopatia grave, Mal de Parkinson, entre outras). Encaminhe o requerimento e laudo médico que comprove a condição pelo [Portal Gov.br](#).

**Isenção de pagamento de IPTU**, em algumas cidades, para aposentados com baixa renda ou que possuem apenas um imóvel.

**Benefícios para Dependentes** em benefícios previdenciários, como pensão em caso de falecimento.

**Crédito Consignado com juros menores**. O desconto é direto na folha de pagamento e não pode ultrapassar percentual determinado do valor do benefício, para evitar superendividamento.





# CONCLUSÃO

Esperamos que esta cartilha tenha sido uma fonte valiosa de informações e que tenha esclarecido suas dúvidas sobre os serviços e benefícios que a Diretoria oferece. Estamos aqui para apoiá-lo em cada passo deste novo capítulo, garantindo que você tenha a tranquilidade e o suporte necessários para desfrutar de sua aposentadoria. Lembre-se de que a **DECIPEX** está sempre à disposição para atendê-lo através de nossos canais de relacionamento. Desejamos a você uma jornada repleta de saúde, bem-estar e realizações. Obrigado por confiar em nós!

## **DECIPEX**

Diretoria de Serviços de Aposentados e de Pensionistas e Órgãos Extintos

## **SGP**

Secretaria de Gestão de Pessoas

## **MGI**

Ministério da Gestão e Inovação em Serviços Públicos (MGI)



**Acesse o código para  
navegar pelo conteúdo  
digital desta cartilha.**