



# Aposentação

## Uma Nova Etapa

**Formação Online | Formação Administração Pública**

**Datas: 25 e 26 de junho de 2026**

**Horário: 09h00 às 13h00**

### **OBJETIVOS**

- Informar os beneficiários e entidades sobre os **procedimentos, requisitos e implicações legais do Regime de Aposentação**.
- Esclarecer dúvidas e aprofundar os temas mais relevantes relacionados com o **regime de aposentação e (re)inscrição na CGA**.
- Tramitação prática do processo.

### **PROGRAMA**

- 1. Regime de Aposentação**
- 2. A Caixa Geral de Aposentações – CGA**
- 3. Enquadramento Legal relativo aos processos de (re)inscrição na CGA**
- 4. Quotas**
- 5. Pensão de Aposentação**
  - 5.1. Contagem de tempo;**
  - 5.2. Tipos de Aposentação.**
- 6. Tramitação prática do Processo de Aposentação**
- 7. Pensão de sobrevivência**

### **FORMADORA**

**Cristina Andrade**

Atualmente é Diretora-Delegada dos Serviços Municipalizados de Águas e Saneamento da Câmara Municipal da Maia;

Foi Diretora do Departamento de Recursos Humanos da Câmara Municipal de Matosinhos de



2005 até maio 2023;  
Consultora Jurídica do Quadro de Pessoal dos Serviços Municipalizados de Águas e Saneamento de Matosinhos (2004);  
Licenciatura em Direito Universidade Católica (Porto);  
Pós-Graduação em Direito Administrativo e Administração Pública;  
Mestre em Economia e Gestão de Recursos Humanos – Faculdade de Economia da Universidade do Porto;  
Formadora desde 2000 para a Administração Local na área da Gestão dos Recursos Humanos.

## DESTINATÁRIOS

Dirigentes, Técnicos Superiores e Técnicos com intervenção na área da Gestão de Recursos Humanos; Advogados; Consultores Jurídicos da Administração Pública.

## Datas, Horário e Duração

Datas: 25 e 26 de junho de 2026

Horário: 09h00-13h00

Duração: 8 horas

## REGRAS DE FUNCIONAMENTO

- O Seminário tem o formador presente, em direto com os participantes, realizando a formação através da plataforma ZOOM;
- Esta formação é certificada;
- Durante as sessões os participantes poderão colocar questões verbais, mediante as regras que serão anunciadas no início da formação (quais os tempos, em que fase, qual a ordem, etc.). Ainda durante as sessões haverá possibilidade também de colocação de questões por escrito ao formador, através do chat do ZOOM. As questões serão respondidas durante a sessão ou, na sessão subsequente, mediante envio de documento com as possíveis respostas;
- Será fornecida toda a documentação de suporte à formação.
- Independentemente da duração do seminário:
- Para a emissão do Certificado, é necessária uma taxa de presença mínima de 80%;
- Se a taxa de presença for inferior a 80% e superior a 50%, será emitido um Certificado de Presença com a indicação do número de horas frequentado;
- Se a taxa de presença for igual ou inferior a 50%, será emitida uma Declaração.

## INSCRIÇÕES

**Límite de inscrições:** 25 participantes

**Inscrição:** 220 € + IVA (23%)

**Inscrição de dois ou mais participantes da mesma entidade:** 190 € + IVA (23%), **por participante**

**Inclui:**

- Documentação;
- Certificado de participação.

## COMO RESERVAR A SUA PARTICIPAÇÃO

Poderá fazer a inscrição no nosso site [www.quadrosemetas.pt](http://www.quadrosemetas.pt).

Se preferir, poderá fazer download da ficha de inscrição disponível no nosso site e enviar via e-mail ([info@quadrosemetas.pt](mailto:info@quadrosemetas.pt)).

Se desejar, e uma vez que o número de inscrições é limitado, poderá efetuar uma pré-marcação telefónica e confirmar posteriormente através do envio da ficha de inscrição.

## Condições de pagamento

O pagamento deverá ser efetuado por transferência bancária (CGD, IBAN: PT50 0035 0651 0051 0352 9303 8) ou por cheque (à ordem da Quadros & Metas – Consultores de Gestão e Formação, Lda., contribuinte nº 503 586 730).

O cancelamento da inscrição só dará lugar ao reembolso se for efetuado 10 dias úteis antes da realização do Seminário. Após esse período o cancelamento, se for efetuado até 5 dias úteis antes da realização do seminário, dará lugar á retenção de 25% do pagamento, para compensação das despesas administrativas realizadas. Os cancelamentos efetuados com menos de 3 dias úteis da data de realização do seminário serão faturados na sua totalidade.

A Quadros & Metas aceita, mediante comunicação escrita, que qualquer pessoa inscrita possa ser substituída.

## GESTORA DA FORMAÇÃO

Carina Romano

[carina.romano@quadrosemetas.pt](mailto:carina.romano@quadrosemetas.pt)

Tel.: 228 301 302

**QUADROS & METAS – Construir o futuro com as pessoas e para as pessoas**

Siga-nos no



**Entre em contacto connosco através do WhatsApp**

**(+ 351) 910 531 329**