Предпенсионные льготы и гарантии начинают действовать за 5 лет до выхода на пенсию.   
  
Для граждан предпенсионного возраста сохраняются льготы и меры социальной поддержки, ранее предоставляемые по достижении пенсионного возраста: бесплатные лекарства и проезд на транспорте, скидка на оплату капремонта и других жилищно-коммунальных услуг, освобождение от имущественного и земельного налогов и прочие.   
Помимо этого с 2019 года для предпенсионеров вводится ряд новых льгот, связанных с ежегодной диспансеризацией, и дополнительные гарантии трудовой занятости. В отношении работодателей предусматривается административная и уголовная ответственность за увольнение работников предпенсионного возраста или отказ в приеме их на работу по причине возраста. За работодателем закрепляется обязанность ежегодно предоставлять работникам предпенсионного возраста два дня на бесплатную диспансеризацию с сохранением заработной платы.   
Право на большинство предпенсионных льгот возникает за 5 лет до достижения пенсионного возраста. Также пятилетний срок актуален для граждан, выходящих на пенсию досрочно (например, для северян, многодетных мам, работников вредных и тяжелых профессий и т.д.)   
Для работников, у которых право на пенсию возникает не с определенных лет, а при выработке специального стажа (врачей, учителей и т.д.), предпенсионный возраст наступает одновременно с его приобретением. Например, школьный учитель, который в марте 2019 года выработает необходимый педагогический стаж, начиная с этого же момента будет считаться предпенсионером.   
При определении статуса предпенсионера в подобных случаях учитываются два фактора. Во-первых, основание, дающее право на досрочное назначение пенсии – им может быть необходимое количество детей, инвалидность, стаж на вредном производстве и пр. А во-вторых, непосредственно возраст назначения пенсии, от которого отсчитывается пятилетний период предоставления льгот.   
Исключением, на которое не распространяется правило 5 лет, являются налоговые льготы. Они предоставляются по достижении прежних границ пенсионного возраста. Для большинства россиян это 55 или 60 лет в зависимости от пола, а в случае с досрочно выходящими на пенсию людьми – ранее этого возраста. Например, для северян, которые по прежнему законодательству выходят на пенсию на 5 лет раньше всех остальных, предпенсионным возрастом для получения налоговых льгот соответственно является 50 лет для женщин и 55 лет для мужчин.