



***DESTAQUES DESTA EDIÇÃO:***

BOLETIM INFORMATIVO

**NOSSA**prev

Edição 15 • Agosto de 2025

*Sua publicação semestral  
sobre a Nossaprev.*

# Adesão Nossaprev

Você sabia que a adesão ao plano Nossaprev **não é automática?**

Ou seja, para aproveitar todos os benefícios, é você quem precisa dar o primeiro passo!

## CONFIRA AS VANTAGENS DE FAZER PARTE DA NOSSAPREV:

- **Contrapartida da empresa**

Você contribui e a empresa contribui com 100% do valor da sua contribuição básica (sobre a contribuição adicional não há contrapartida).

- **Incentivo fiscal**

Você pode deduzir até 12% da sua renda bruta anual tributável no Imposto de Renda com as contribuições feitas ao Plano.

- **Isenção de taxa de administração**

Enquanto você estiver ativo na companhia, você não paga taxa de administração no Plano, quem custeia é patrocinadora – Natura.





# Como aderir?

A adesão é online, simples e rápida com **flexibilidade total**. Para se inscrever basta preencher a Proposta de Adesão disponível na plataforma de atendimento SCS.

## Para adesão ao plano

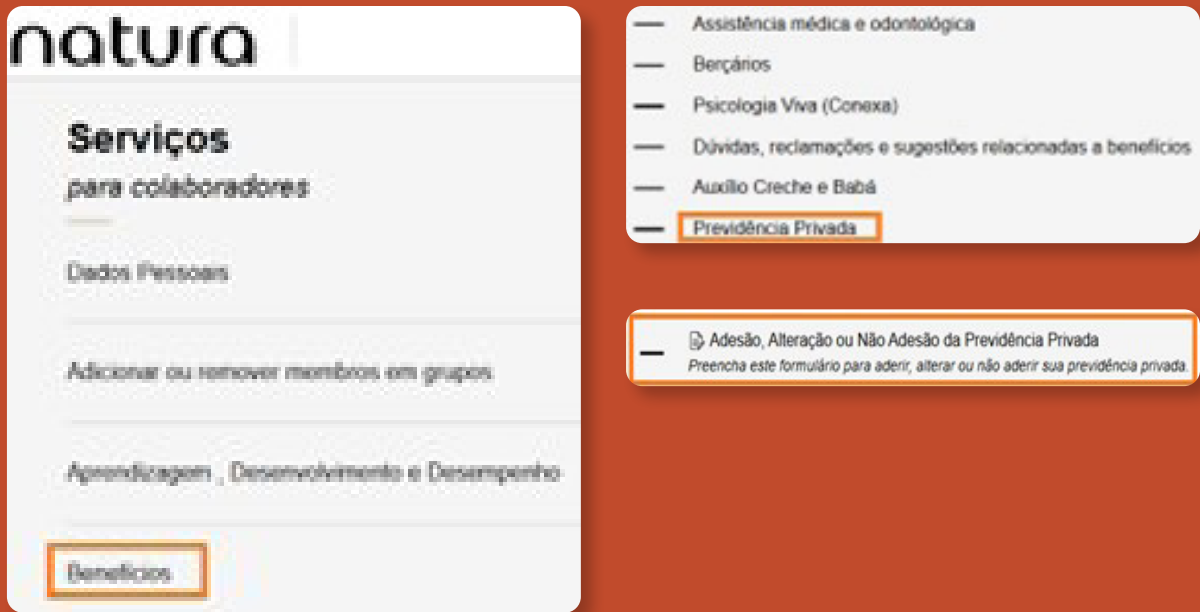
1. Acesse a plataforma de atendimento do CSC, através do link **Somos Natura** e clique em:



2. Em **Catálogo de Serviços**, selecione a opção **Serviços ao Colaborador**.

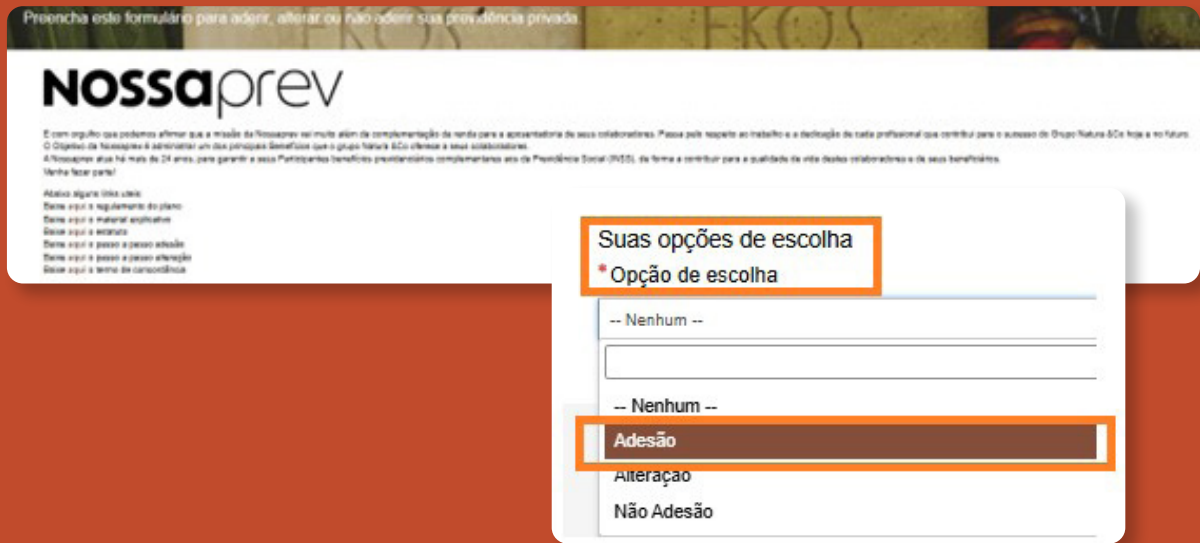


3. Localize a opção **Benefícios** > **Previdência Privada** e clique no formulário **Adesão, Alteração, Não Adesão da Previdência Privada**.



4. O sistema abrirá página com informações da Nossaprev e logo abaixo, seus dados pessoais.

Localize logo abaixo, o campo **Sua opção de escolha**. Selecione **Adesão** e informe os percentuais de Contribuição.



### Importante:

- Acesse o simulador de contribuições disponível no portal Nossaprev, através do link <https://nossaprev.com.br/simulador-contribuicao/> para **lhe apoiar** na simulação de contribuições.
- A soma da contribuição no mês **não pode ser superior** a 30% do seu salário
- **Atenção quanto a data de corte**, solicitação de adesão **até o dia 10** do mês, o desconto ocorre no mesmo mês, após o dia 11 fica pro mês subsequente.

# Por que escolher a Nossaprev?

Quando o assunto é planejar o futuro, escolher o parceiro certo faz toda a diferença.

A Nossaprev é uma entidade fechada de previdência complementar (somente colaboradores do grupo Natura podem aderir ao plano).

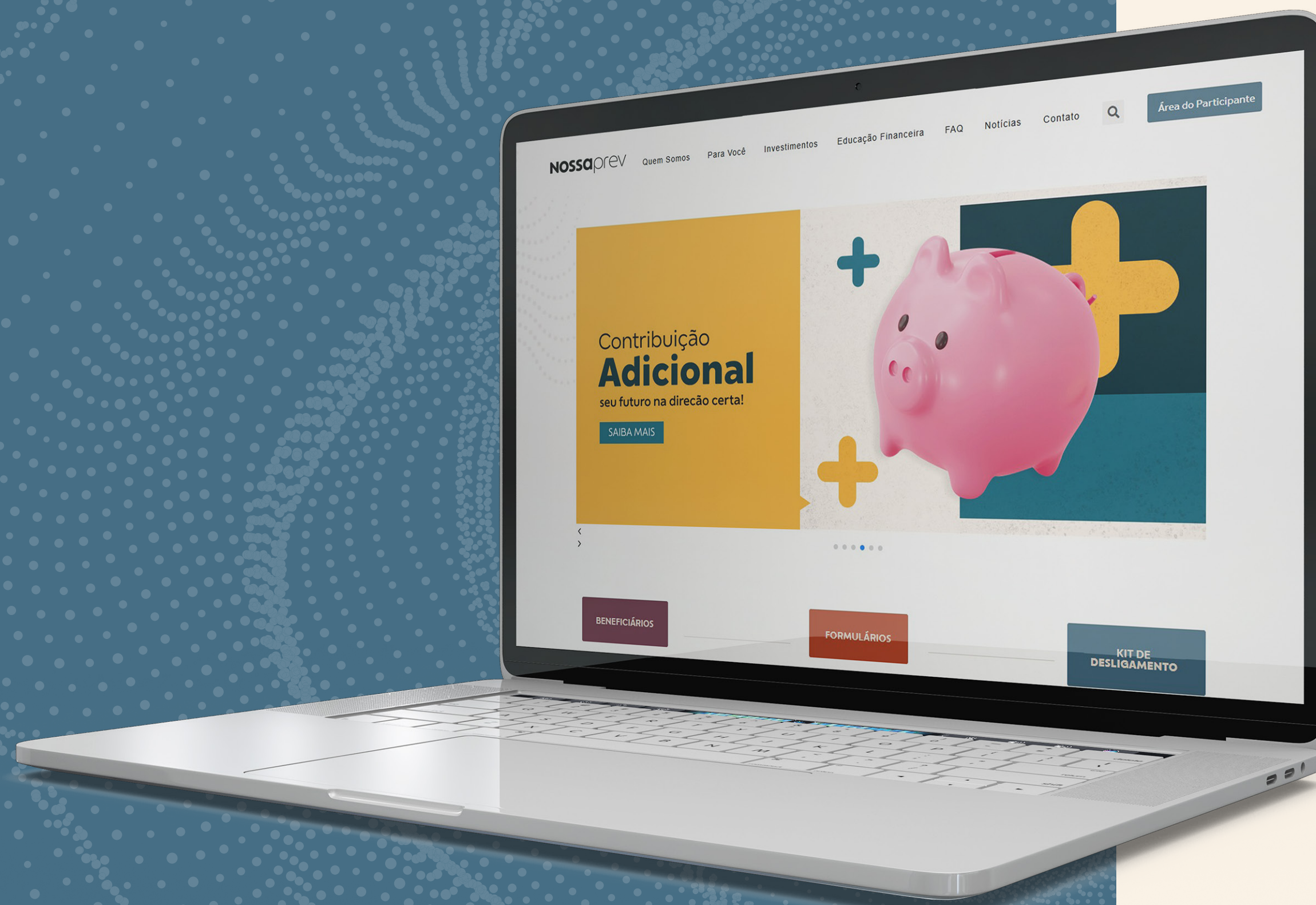
Diferente de bancos e seguradoras tradicionais, **nosso foco é oferecer condições mais justas, gestão transparente, atendimento especializado e personalizado e benefícios reais para quem investe no próprio amanhã.**

Critério	Nossaprev	Bancos/Seguradoras
Tipo de entidade	Fechada (sem fins lucrativos)	Aberta (com fins lucrativos)
Custo	Isenção de taxas enquanto ativo	Taxas de administração e carregamento
Contrapartida da empresa	Sim — até 100% da contribuição básica	Não
Foco da gestão	Participante	Rentabilidade para a instituição
Perfil de investimento	Personalizado e transparente	Padronizado
Time de relacionamento	Especializado e preparado para lhe apoiar	

Escolher a Nossaprev é escolher um plano com mais vantagens, mais apoio e mais segurança. Faça parte!

# Você sabia?

O portal da Nossaprev oferece ferramentas exclusivas que ajudam você a tomar as melhores decisões para o seu futuro financeiro.



Esses recursos foram criados para dar mais clareza, controle e planejamento sobre o seu Plano. Veja o que você encontra por lá:

### Simulador de Contribuições

Descubra como diferentes valores de contribuição impactam no saldo do seu Plano. É possível visualizar simulações conforme o tempo e o percentual que você deseja aplicar.



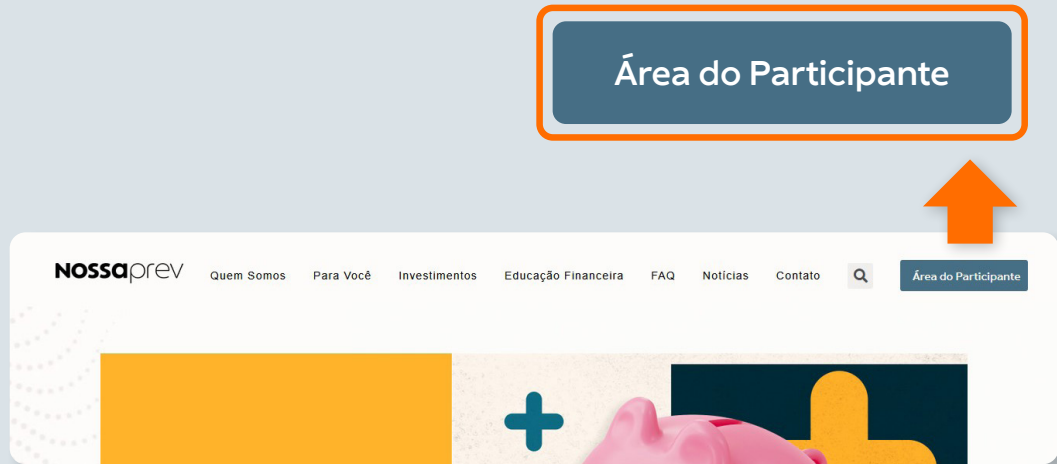
### API – Avaliação de Perfil de Investidor

Entenda qual é o seu perfil de risco (conservador, moderado ou arrojado) e veja qual estratégia de investimento mais combina com você. Uma decisão consciente começa aqui!



### Área Restrita – Como acessar?

1. Acesse o site [nossaprev.com.br](https://nossaprev.com.br)
2. Clique em "Acesso Restrito" (no canto superior direito)
3. Informe seu CPF e senha
4. No menu lateral, você verá as ferramentas disponíveis



### Atenção:

**A partir do segundo mês de desconto em folha, você já poderá acessar o portal da Nossaprev e consultar suas informações.**

Explore o portal da Nossaprev com frequência! Ele é seu aliado na jornada de planejamento financeiro. Quanto mais você entende seu Plano, melhores decisões toma para o seu futuro.

### Simulador de Benefícios

Simule o valor estimado da sua aposentadoria futura com base nas suas contribuições. Uma forma simples de visualizar seu planejamento de longo prazo.

### Simulador de Benefício Fiscal

Veja quanto você pode economizar no Imposto de Renda com as contribuições ao Plano. Ferramenta útil para otimizar sua declaração!



EDIÇÃO 15  
Agosto de 2025

DICAS  
NOSSAPREV



# Longevidade:

*viver mais exige se planejar melhor*

Você já parou para pensar quantos anos ainda vai viver? Com os avanços da medicina, da tecnologia e da conscientização sobre hábitos saudáveis, a expectativa de vida tem aumentado de forma significativa. Pessoas vivendo 80, 90 e até 100 anos já não é algo raro. Essa é uma excelente notícia!

Mais tempo de vida é uma conquista. Mas, com ela, surge um novo compromisso: como manter qualidade de vida por mais tempo?

### O que isso tem a ver com você?

A longevidade nos leva a repensar o futuro e o presente também. Afinal, viver mais implica em:

- Precisar de mais recursos financeiros por mais tempo
- Ter um plano para quando quiser ou precisar parar de trabalhar
- Estar preparado para envelhecer com tranquilidade, dignidade e autonomia

Ou seja: viver mais é bom, mas exige planejamento.

### Previdência complementar: sua aliada para um futuro mais seguro

Se depender só do INSS, o valor recebido na aposentadoria pode não ser suficiente para

manter o padrão de vida que você deseja. É aí que entra a previdência complementar, como a oferecida pela Nossaprev.

Ao contribuir com seu plano hoje, você está:

- Construindo uma reserva financeira de longo prazo;
- Aproveitando benefícios como a contrapartida da empresa;
- Garantindo incentivos fiscais que ajudam no presente;
- E o melhor: fazendo isso com flexibilidade e autonomia.

**E tem mais:** quanto antes começar, melhor. Porque o tempo é o seu maior aliado para formar uma aposentadoria sólida, com menos esforço e mais resultado. Longevidade é um presente. Planejar-se é a melhor forma de honrar esse tempo a mais que ganhamos.

Pensar no futuro é um ato de cuidado com você mesmo. E a melhor hora de começar é **agora**.





# Conheça os **Institutos**

Você sabia que, ao se desligar da empresa, você tem algumas opções sobre o que fazer com os valores acumulados na sua previdência da Nossaprev?

Essas opções são chamadas de Institutos. E para te ajudar a entender melhor cada uma delas, preparamos uma série de conteúdos especiais com explicações simples, exemplos práticos para facilitar sua escolha.

**Nesta edição, você vai conhecer mais sobre:**

## Resgate: tudo que você precisa saber

O **resgate** é o saque dos valores acumulados no seu plano da Nossaprev após o desligamento da empresa patrocinadora. Pode ser **total** ou **parcial**, conforme o regulamento.

# Resgate *Parcial*

*Alinhado com as mais modernas práticas de mercado, o Plano da Nossaprev permite ao Participante realizar resgates parciais, antes do término do vínculo empregatício.*

### Quem pode solicitar?

Participantes **ativos na companhia**.

### Quais valores podem ser resgatados?

Somente os recursos de **contribuição adicional/voluntária**, incluindo valores recebidos por **portabilidade de entidade aberta saldo participante**.

### Qual o prazo de pagamento?

- Se a solicitação for feita até o dia 20 do mês, o pagamento ocorrerá até o 5º dia útil do mês seguinte;
- Se for feita a partir do dia 21, o pagamento será até o 5º dia útil do segundo mês subsequente.

### Como solicitar?

A solicitação deve ser feita pelo **Portal Nossaprev**: <https://www.portal-hro.com.br/portal/site/nossaprev/>

### Passo a passo referente ao primeiro acesso ao portal Nossaprev:

- Acesse o portal e **faça login** com seu **CPF** (sem pontos ou traço – formato: 00000000000);
- A senha padrão é sua **data de nascimento** no formato **DDMMAAAA**;
- Após o login, vá até a **página Inicial > Formulários Eletrônicos** e preencha o formulário de resgate.

# Resgate *Total*

## Para quem se aplica?

Para participantes que se **desligaram da empresa** e desejam sacar **todo o saldo da conta** previdenciária.

## Quando levo a parte da empresa?

Se, na data do **término do vínculo**, o participante tiver **no mínimo 5 anos de empresa**, será adicionado ao cálculo um **percentual sobre o saldo da Conta Patrocinadora**, conforme tabela do regulamento:

Serviço Creditado (anos) na data do Término do Vínculo	% do saldo de Conta da Patrocinadora
4	0%
5 ou mais	100%

## Como solicitar?

A solicitação deve ser feita pelo **Portal Nossaprev**: <https://www.portal-hro.com.br/portal/site/nossaprev/>

### Passo a passo:

- Acesse o portal e **faça login** com seu **CPF** (sem pontos ou traço – formato: 00000000000);
- A senha padrão é sua **data de nascimento** no formato **DDMMAAAA**;
- Após o login, vá até a **página Inicial > Formulários Eletrônicos** e preencha o formulário de resgate.

## Qual o prazo de pagamento?

- Solicitações feitas **até o dia 20** do mês: pagamento até o **5º dia útil do mês seguinte**;
- Solicitações a partir do **dia 21**: pagamento até o **5º dia útil do segundo mês subsequente**.

**Não perca**, nas próximas edições falaremos sobre:

- **Portabilidade** – se quiser transferir seu saldo para outra entidade.
- **Benefício** – como receber sua previdência como renda.
- **BPD (Benefício Proporcional Diferido)** – se quiser manter o plano mesmo fora da empresa.

Fique de olho! Em cada boletim, você vai encontrar o que é, quem pode solicitar, prazos, regras, impostos e muito mais, tudo de forma clara e prática para apoiar sua decisão.

### Importante:

No mês subsequente a sua saída, aproximadamente no 4º dia útil, estará disponível o extrato de desligamento e o formulário online para você se manifestar através do portal Nossaprev na sua área restrita.

# Alimentação e envelhecimento: *qual é a relação?*

Cuidar da alimentação é uma forma poderosa de envelhecer com mais saúde, disposição e bem-estar. Os alimentos que consumimos diariamente afetam diretamente nossa pele, memória, energia, imunidade e até a prevenção de doenças crônicas. Nosso corpo produz radicais livres, moléculas que, em excesso, cau-





sam danos celulares e aceleram o envelhecimento. A boa notícia é que certos alimentos têm antioxidantes, compostos que combatem esses radicais e protegem nossas células.

Uma alimentação equilibrada retarda o envelhecimento e melhora a saúde geral.

### Atenção aos vilões da longevidade:

- **Açúcar em excesso** → Acelera a flacidez e rugas
- **Ultraprocessados** → Ricos em sódio, corantes e aditivos
- **Álcool em excesso** → Desidrata e prejudica a renovação celular
- **Frituras** → Aumentam inflamações e riscos cardiovasculares

### Alimentos que ajudam a **envelhecer com saúde**:

Categoria	Exemplos	Benefícios
Antioxidantes	 Frutas vermelhas, uvas, chá verde	Combatem o envelhecimento celular
Vitaminas e Fibras	 Couve, espinafre, brócolis, abóbora	Fortalecem o sistema imunológico
Ômega-3	 Salmão, sardinha, linhaça	Reduz inflamações, protege o cérebro
Gorduras boas	 Castanhas, azeite de oliva, abacate	Mantêm a pele hidratada e o coração saudável

BEM-ESTAR

### Hidratação: a aliada da juventude

A pele e os órgãos agradecem quando você bebe 2 litros de água por dia.

Cuidar da alimentação é um investimento no seu **futuro com mais vitalidade, autoestima e bem-estar**. Pequenas mudanças hoje fazem toda a diferença amanhã!



# Você sabe quanto seu dinheiro realmente vale?

*Entenda o poder  
de compra.*

O poder de compra é a capacidade  
que o seu dinheiro tem de adquirir  
bens e serviços.

Ou seja, é o quanto você consegue comprar com o valor que recebe hoje.

- Quando os preços sobem (inflação), o poder de compra cai.
- Quando os preços se mantêm ou caem, seu dinheiro rende mais.

**Um exemplo simples:**

Imagine que, com R\$ 100, você conseguia fazer uma compra completa no mercado. Se os preços aumentam e essa mesma compra passa a custar R\$ 120, seu poder de compra diminuiu, mesmo que seu salário continue o mesmo.

**Por que entender isso é importante?**

- Ajuda a organizar melhor o orçamento;
- Permite escolhas mais conscientes na hora de gastar;
- Contribui para um planejamento financeiro mais realista;
- Garante maior segurança financeira no futuro;

**Poder de compra e aposentadoria: qual a relação?**

Muitas pessoas acreditam que basta "guardar dinheiro" para o futuro. Mas é essencial considerar quanto esse dinheiro realmente vai valer daqui a 10, 20 ou 30 anos.

Planejar a aposentadoria com foco em manter o poder de compra é essencial para garantir qualidade de vida ao longo do tempo.

Dicas para **proteger** seu poder de compra:



- **Acompanhe a inflação**  
Entenda como ela afeta seus gastos;
- **Reveja contratos e tarifas**  
Muitas vezes há cobranças desnecessárias;
- **Evite dívidas de longo prazo** sem correção monetária;
- **Invista com inteligência**  
Busque opções que superem a inflação;
- **Planeje o futuro**  
Previdência privada é uma boa aliada nesse processo, como a Nossaprev.

Entender o poder de compra é essencial para tomar decisões financeiras mais inteligentes hoje e no futuro.

Com planejamento e consciência, é possível manter sua qualidade de vida, mesmo diante das mudanças econômicas.

Nos próximos boletins, traremos mais dicas sobre como proteger suas finanças e planejar melhor sua aposentadoria.

# Você sabe *para onde seu dinheiro vai?*

Muitas vezes, ao final do mês, surge a pergunta: "Como gastei tanto sem perceber?" A resposta pode estar nos chamados **gastos invisíveis** que são despesas pequenas, frequentes e quase imperceptíveis que, somadas, comprometem boa parte do orçamento.

## O que são gastos invisíveis?

São **pequenos valores que saem do seu bolso sem você perceber**. Eles não costumam aparecer nos grandes planejamentos, mas fazem uma grande diferença no total.

Exemplos comuns:

- Assinaturas esquecidas (*apps*, *streaming*, *revistas*);
- Taxas bancárias automáticas;
- Lanches, cafés ou *delivery* frequente;
- Corridas de *app* de transporte em vez de transporte público;
- Compras por impulso em promoções;
- Juros por atraso ou parcelamento.

Por que eles são perigosos? Porque passam despercebidos.

Esses gastos não são considerados nas metas financeiras e, quando vistos isoladamente, parecem "inofensivos". Mas a longo prazo, comprometem:

- Sua capacidade de poupar
- Seus investimentos
- Seu planejamento para emergências e aposentadoria

Como identificar os gastos invisíveis?

1. Anote tudo o que gasta por uma semana (mesmo os valores pequenos);
2. Revise suas faturas e extratos bancários;
3. Classifique os gastos: Essenciais x supérfluos;
4. Veja o que pode ser cortado ou reduzido.

**Como lidar com eles?** Crie um orçamento mensal realista, cancele serviços que você não usa, estabeleça um limite para pequenos gastos diários, use *apps* de controle financeiro e adote o consumo consciente.

A longo prazo...

Controlar os gastos invisíveis pode liberar recursos para:

- Investir mais no seu futuro;
- Formar uma reserva de emergência;
- Planejar viagens, sonhos e uma aposentadoria tranquila.

Os gastos invisíveis podem parecer pequenos, mas têm grande impacto nas suas finanças.

Com atenção e controle, é possível eliminá-los e redirecionar seu dinheiro para o que realmente importa.

Pequenas atitudes hoje podem garantir mais liberdade financeira no futuro!



