

Conte com a Medipreço no seu feriado de Carnaval

Neste Carnaval, seja curtindo a folia ou aproveitando os dias de descanso, cuidar da saúde é essencial para manter o ritmo e garantir o seu bem-estar. Aqui vão algumas dicas valiosas para curtir as festas com responsabilidade:

- Mantenha-se hidratado(a): O calor e a agitação podem levar à desidratação, então mantenha uma garrafa de água sempre por perto.
- Cuide da alimentação: Evite ficar muitas horas sem comer e opte por alimentos leves e nutritivos para te ajudar a manter a energia.
- Beba com moderação: Se consumir bebidas alcoólicas, intercale com a ingestão de água e respeite seus limites.
- Sono e descanso: Estar descansado é importante para se manter alerta em todas as situações.
- Filtro solar: Cuide da pele e reaplique o filtro solar com frequência.

Além dos cuidados básicos, garanta alguns itens com antecedência para aproveitar o feriado sem preocupações:

- Medicamentos e suplementos;
- Protetor solar e itens de higiene;
- Energéticos e vitaminas para ajudar na reposição de nutrientes.

Nosso parceiro Medipreço pode facilitar sua jornada e garantir que você tenha tudo o que precisa com praticidade. Clique aqui para explorar tudo o que o serviço oferece.

Confira os resultados prévios de janeiro de 2025

Você confere a seguir a prévia dos resultados dos investimentos dos planos de previdência da Vivest referentes a janeiro de 2025. Em alguns dias, você receberá o resultado consolidado, conhecido como resultado contábil.

Esta prévia reflete exclusivamente a rentabilidade dos investimentos do mês. O resultado contábil, por sua vez, inclui não apenas a rentabilidade dos investimentos, mas também o retorno de outras operações, como empréstimos.

Portanto, ao acompanhar os números da prévia, esteja ciente de que pode haver uma pequena diferença em relação ao resultado final, contábil, que será apresentado no extrato do seu plano.

Nos próximos dias, vamos disponibilizar, na área aberta do seu plano no portal, na [seção Previdência](#), o **Raio-X de Investimentos**, que oferece uma análise detalhada sobre o desempenho do seu plano. Fique de olho!

Desempenho médio (em %) dos planos indexados ao IPCA e Meta Atuarial*: PSAP/Emae, PAP-BSPS, PAP-CV, PSAP/CESP B1, PSAP/Rio Paranapanema, PPCPFL, PSAP/CTEEP e PSAP/Piratininga.

Desempenho médio (em %) dos planos indexados ao IGP-DI e Meta Atuarial*: PSAP/AES Brasil, PSAP/Elektro e PSAP/Eletropaulo

Desempenho (em %) dos planos e subplanos da modalidade Contribuição Definida (CD) e do RochePrev (Contribuição Variável - CV)

Para acompanhar a rentabilidade do seu plano, mês a mês, acesse a área de previdência ([clique aqui](#)) do nosso portal.

Notas:

- Os planos PSAP e PAP são planos que têm benefício de renda vitalícia, e são subdivididos em subplanos. Nos subplanos BPS e BD, estruturados na modalidade de benefício definido, o valor da aposentadoria é determinado com base no salário e tempo de serviço do participante. Em contrapartida, no subplano CV, estruturado na modalidade de contribuição variável, os participantes têm flexibilidade para contribuir com valores variáveis, mas não há garantia de um benefício fixo na aposentadoria, uma vez que ele dependerá do saldo acumulado até o momento do recebimento do benefício.
- Meta atuarial é uma previsão da rentabilidade do plano de previdência no longo prazo. É geralmente expressa como uma porcentagem anual esperada de retorno sobre os investimentos, acima da inflação. Se o retorno dos investimentos ficar abaixo ou acima dessa meta, ajustes podem ser necessários para equilibrar a saúde financeira do plano.

Fonte: [Vivest](#), em 20.02.2025.