

# Calendário de Pagamento do Abono Salarial do Ano-Base 2020 foi divulgado

Na última segunda-feira (10), de janeiro o Governo Federal e a CAIXA divulgam o novo calendário de pagamento do Abono Salarial, que se inicia em 8/2.

A partir de 8/2, os trabalhadores que possuem conta corrente ou poupança na CAIXA receberão o crédito automaticamente em sua conta no banco, de acordo com o mês de seu nascimento.

Os demais beneficiários receberão os valores por meio da Poupança Social Digital, podendo ser movimentada pelo aplicativo CAIXA Tem. Caso não seja possível a abertura da conta digital, o saque poderá ser realizado com o Cartão do Cidadão e senha nos terminais de autoatendimento, unidades lotéricas, CAIXA Aqui ou agências, também de acordo com o calendário de pagamento escalonado por mês de nascimento.

Os valores de pagamento para cada trabalhador variam de acordo com a quantidade de dias trabalhados durante o ano-base 2020.

Para os beneficiários residentes nos municípios da Bahia e de Minas Gerais em situação de emergência, devido às fortes chuvas, o pagamento será iniciado no dia 8/2, independentemente do mês de nascimento.

## O que é o Abono Salarial

Instituído pela Lei nº 7.998/90, o Abono Salarial equivale ao valor de, no máximo, um salário mínimo a ser pago conforme calendário anual estabelecido pelo Conselho Deliberativo do Fundo de Amparo ao Trabalhador (Codefat) aos trabalhadores que satisfaçam os requisitos previstos em lei. A origem dos recursos para pagamento é

do FAT - Fundo de Amparo ao Trabalhador.

## Quem tem direito ao Abono Salarial

Tem direito ao benefício o trabalhador inscrito no PIS/PASEP há pelo menos cinco anos e que tenha trabalhado formalmente por pelo menos 30 dias em 2020, com remuneração mensal média de até dois salários mínimos. Também é necessário que os dados tenham sido informados corretamente pelo empregador na Relação Anual de Informações Sociais (RAIS).

Recebem o Abono Salarial na CAIXA os trabalhadores vinculados a entidades e empresas privadas. As pessoas que trabalham no setor público possuem inscrição PASEP e recebem o benefício no Banco do Brasil.



Calendário de Pagamento do Abono Salarial 2022

Nascidos em:	Recebem a partir de:
JANEIRO	08/02/2022   Terça-feira
FEVEREIRO	10/02/2022   Quinta-feira
MARÇO	15/02/2022   Terça-feira
ABRIL	17/02/2022   Quinta-feira
MAIO	22/02/2022   Terça-feira
JUNHO	24/02/2022   Quinta-feira
JULHO	15/03/2022   Terça-feira
AGOSTO	17/03/2022   Quinta-feira
SETEMBRO	22/03/2022   Terça-feira
OUTUBRO	24/03/2022   Quinta-feira
NOVEMBRO	29/03/2022   Terça-feira
DEZEMBRO	31/03/2022   Quinta-feira

Floriane César Fortaleza (CE)

Benefícios serão pagos pelo banco a partir de fevereiro de 2022

# HORÓSCOPO

Por Naiá Giannocaró



Atendimento Personalizado (pessoal e empresarial)  
Interpretação das cartas do Tarô, Runas, Numerologia, Mapa Astral e Mapa Vocacional.  
Atendimento e cursos de Tarô – on-line, através de vídeo (whatsApp, Skype, Zoom)  
**Instagram:** @naia.terapeuta / **Contato:** 11 - 96515-0414

De 14/1 a 20/1

## Áries - 21 mar a 20 abr

A persistência levará ao sucesso total. Otimismo nas relações afetivas são primordiais.

## Touro - 21 abr a 20 mai

Procure observar acontecimentos na vida profissional. Libertar os sentimentos ajudará na felicidade.

## Gêmeos - 21 mai a 20 jun

Compartilhar aprendizados trarão triunfo. Cuidado para não se trair com pensamentos.

## Câncer - 21 jun a 20 jul

A solução profissional chegará no momento certo. Colocar amor em suas atividades trará benefícios.

## Leão - 21 jul a 22 ago

Momento de partilhar ideias na área profissional. Possibilidade de parceria nos negócios.

## Virgem - 23 ago a 22 set

Momento de tranquilidade na área profissional. Usar a razão para ideias inovadoras.

## Libra - 23 set a 22 out

Há necessidade de equilíbrio no campo profissional. Harmonia nas relações familiares.

## Escorpião - 23 out a 21 nov

Momento de reflexão para assuntos profissionais. Início de novas conquistas satisfatórias.

## Sagitário - 22 nov a 21 dez

Novidades no trabalho profissional. Alerta com armadilhas nas amizades.

## Capricórnio - 22 dez a 21 jan

Prosperidade na área profissional. Agir com intuição nas tarefas diárias.

## Aquário - 22 jan a 19 fev

Mudanças no trabalho com melhorias. Descartar algo para dar início a nova fase.

## Peixes - 20 fev a 20 mar

Mudanças temporárias no campo profissional. A sinceridade permanece nas amizades.

## Ano 2022

Esse ano de 2022 terá como aconselhamento o Arcano VI (os enamorados) das cartas do Tarô.

A vibração deste arcano nos traz que as grandes tomadas de decisões deverão ser com sabedoria e discernimento.

Será um ano de metamorfose, tanto no coletivo como pessoal.

Momentos de turbulências, conflitos e dificuldades surgirão para que haja uma reformulação para melhorias sendo cada coisa no seu devido lugar.

Um ano cheio de bênçãos. Salve 2022!

Tenham uma abençoada semana!



## Moda & Beleza



### Cinco cuidados com a pele simples e essenciais

Aproveite os dias de muito sol e calor sem prejudicar sua saúde dermatológica, seja na praia ou até mesmo em casa, aproveitar os dias de muito sol no verão pode ser prazeroso e saudável. A exposição à luz solar promove a síntese de Vitamina D, vital para saúde óssea, crescimento do cabelo, imunidade, musculatura, metabolismo e também atua em vários órgãos e sistemas, como o cardiovascular e o sistema nervoso central.

Antes de se expor aos raios solares, é necessário adotar 5 dicas simples para não prejudicar a saúde da sua pele: "aplique o protetor solar 15 minutos antes de sair e reaplique-o, ao menos, a cada 2 horas, não se esquecendo de proteger áreas como a nuca e as orelhas", orienta o médico Rafael Soares, especialista em Dermatologia e Nutrologia.



Outra dica é optar por roupas com tecidos leves e frescos. Dê preferência para materiais com fator de proteção de raios ultravioleta (UV). O dermatologista Rafael Soares ressalta: "não se esqueça de proteger também o couro cabeludo, utilizando chapéus, bonés e protetores para os cabelos".

De acordo com Rafael

Soares, ao retornar para casa, é fundamental remover o protetor solar com produtos micelares. Esse procedimento é essencial para evitar a acne cosmética e aumento da oleosidade. Para finalizar e não menos importante, beba muita água: nesta estação, seu corpo precisa de mais líquido, para manter-se saudável e hidratado.



## Guloseimas para Você



### Adria sugere receitas leves e refrescantes para saborear em família

Aprenda a preparar Torradas com Iogurte Grego e Frutas, Penne Adria Grano Duro com Brócolis, Tomatinhos, Queijo Minas e Manjeriço.

Para acompanhar a alegria que os dias mais ensolarados trazem, nada melhor do que investir em um cardápio leve e refrescante. Pensando nisso, Adria, marca de massas, biscoitos e torradas da M. Dias Branco, trouxe três opções de receitas para aproveitar um dia de verão com a família.

Como entrada, a sugestão são as Torradas com Iogurte Grego e Frutas, trazendo todo o frescor que a estação pede. Como prato principal, a recomendação da marca é o Penne Adria Grano Duro com Brócolis, Tomatinhos, Queijo Minas e Manjeriço que, além de saboroso, é bastante nutritivo. Confira abaixo o modo de preparo das receitas:

#### Torradas com Iogurte Grego e Frutas

**Ingredientes:** 1 embalagem de iogurte grego light, ½ embalagem de Torrada Adria Light, 8 morangos fatiados, 8 fatias pequenas de mamão papaya, mel a gosto.

**Preparo:** Espalhe o iogurte sobre as torradas, acomode o morango e o mamão. Finalize com um fio de mel e sirva em seguida.

**Rendimento:** 8 torradas.  
**Tempo de preparo:** 15 minutos.

#### Penne Adria Grano Duro com Brócolis, Tomatinhos, Queijo Minas e Manjeriço

**Ingredientes:** 6 colheres (sopa) de azeite, 5 dentes de alho em lâminas, 1 cebola pequena picada, 400 g de brócolis cozido no vapor, separados em buquês, sal e pimenta-do-reino preta moída na hora, a gosto, 300 g de tomates-cereja cortados ao meio, 300 g de queijo Minas light cortado em cubinhos.

**Massa:** 1 embalagem de Penne Adria Grano Duro, 1 colher (sopa) de sal.

**Para finalizar:** 1 xícara (chá) de folhas de manjeriço.

**Modo de preparo:** Em uma frigideira, aqueça o azeite e doure o alho. Junte a cebola, os brócolis e refogue. Tempere com o sal, a pimenta,



acrescente os tomatinhos, o queijo e mexa delicadamente. Desligue o fogo, tampe e reserve. Em uma panela grande, ferva 5 litros de água com o sal. Cozinhe a massa durante o tempo indicado na embalagem ou até que esteja "al dente", ou macia, porém resistente à mordida. Escorra imediatamente, junte ao refogado, finalize com o manjeriço, e sirva em seguida.

**Rendimento:** 8 porções.  
**Tempo de preparo:** 40 minutos.

Acesse também o site [www.adria.com.br](http://www.adria.com.br) e siga a marca nas redes sociais:  
Facebook: [www.facebook.com/adriaalimentos](https://www.facebook.com/adriaalimentos)  
Instagram: [www.instagram.com/adriaalimentos](https://www.instagram.com/adriaalimentos)  
Youtube: [www.youtube.com/channel/UCDZrWAxD6sbD-maQGR9P00Q](https://www.youtube.com/channel/UCDZrWAxD6sbD-maQGR9P00Q)



## COMO IDENTIFICAR BOLETOS FALSOS E NÃO CAIR NESSE GOLPE

### Confirme números e valores do boleto

Os três primeiros dígitos do código de barras devem ser os mesmos do registro do banco no documento.

### Verifique os dados do beneficiário

Veja se o beneficiário é a empresa que fornece o serviço.

### Cheque os dados de envio

Verifique o e-mail ou nº de contato para saber se eles são oficiais.

### Entre em contato com a empresa em caso de dúvidas

Verifique com a prestadora de serviços se o documento é real.

