



Novidades da ONT

Our Neighbors' Table, Fevereiro de 2022 / Edição 19



Testes de Covid GRATUITOS, em casa

O governo está disponibilizando 4 testes de Covid gratuitos por família, para usar em casa. O site

para encomendá-los está oficialmente em funcionamento. Para obter testes gratuitos de Covid, acesse: [Covidtest.gov](https://www.covidtest.gov). Você só precisará informar o seu endereço de e-mail e seu endereço de correspondência - nem dinheiro, nem seguro de saúde são necessários! É simples, basta se inscrever e solicitar seus 4 testes de Covid gratuitos. Leva apenas 1 minuto!

Receita de Heather:

Biscoitos fáceis de pasta de amendoim



Apenas 3 ingredientes!
Sua família vai implorar para você fazê-los várias vezes!

INGREDIENTES

- 1 xícara de pasta de amendoim (crocante ou cremosa)
- ½ xícara de açúcar
- 1 ovo

INSTRUÇÕES

1. Pré-aqueça o forno a 350 graus.
2. Em uma tigela grande, misture a pasta de amendoim, o açúcar e o ovo.
3. Retire uma colher de massa da tigela e enrole na forma de uma bola. Coloque as bolas de massa de biscoito em uma assadeira antiaderente.
4. Para ajudar os biscoitos a assar de forma mais uniforme, achate as bolas pressionando com um garfo na parte superior e depois faça o mesmo novamente na direção oposta, criando um desenho de jogo da velha na massa.
5. Asse por 8 a 10 minutos ou até que o fundo dos biscoitos esteja dourado.
6. Retire da assadeira e deixe esfriar
7. Pegue um copo de leite, a sua criança favorita e aproveite o momento!



Heather Paterson é a Gerente de Refeições da ONT. Suas receitas deliciosas convertem-se em refeições e estão disponíveis gratuitamente para retirada todas as quartas-feiras das 16h00 às 18h00, na Igreja Congregacional da Main Street, localizada no 145 da Main St., em Amesbury.

Notícias do Mercado

Artigos de toalete adicionais

Ao fazer um pedido de mantimentos, **agora você pode adicionar dois produtos de higiene pessoal ao seu carrinho, além de um rolo de papel higiênico.** Se você tem crianças na sua casa, você também pode adicionar um pacote de fraldas de qualquer tamanho. Se houver produtos de higiene pessoal que você precisa regularmente e não consegue obtê-los na Our Neighbor's Table, sintase à vontade para ligar para o escritório (978-388-1907) e pedir pra falar com a Hannah. Estamos sempre procurando maneiras de atender às suas necessidades e apreciamos suas sugestões.

Atualização sobre o SNAP

O governo Biden estendeu, até pelo menos meados de abril de 2022, o decreto federal de emergência sanitária devido à pandemia de COVID-19. Isso significa que as cotas de emergência decorrentes da pandemia de COVID-19 serão mantidas para os beneficiários do SNAP até pelo menos meados de abril. As quotas de emergência são depositadas no seu cartão EBT (Transferência Eletrônica de Benefício, pela sigla em inglês) no 2º dia útil do mês seguinte ao mês a que se destinam. Por exemplo, as cotas de emergência de fevereiro serão depositadas nos cartões no dia 2 de março e as cotas de março serão depositadas nos cartões no dia 4 de abril.

Os beneficiários do SNAP (Programa de Assistência Nutricional Suplementar, pela sigla em inglês) agora podem usar seus benefícios do SNAP EBT para comprar mantimentos on-line, para coleta e entrega, nas lojas participantes do BJs Wholesale Club. O BJs é o sétimo varejista on-line parceiro do SNAP no estado, junto a Stop & Shop, Walmart e Amazon, bem como ALDI, Hannaford, Price Chopper e Stop & Shop no Instacart. Todas as lojas do BJs aceitam o SNAP, e agora também aceitam pagamentos do SNAP EBT no site Bjs.com para retirada na frente da loja, entrega em casa e entrega no mesmo dia. Semelhante ao uso dos benefícios do SNAP para comprar alimentos em uma loja, os benefícios podem ser usados para comprar pela internet os alimentos que estão incluídos no SNAP, que abrangem produtos frescos, alimentos congelados, laticínios e ovos. Para obter mais informações sobre o programa de Massachusetts, acesse www.Mass.gov/SNAPOnline.

Os parâmetros de renda bruta máxima do SNAP foram aumentados para 2022, para corresponder ao aumento do custo de vida. Se você foi previamente avaliado para o SNAP, mas lhe responderam que você estava um pouco acima dos parâmetros de renda, ligue para a Tress na ONT para passar por uma reavaliação usando os novos parâmetros. A Tress está disponível de terça a sábado pelo telefone 978-388-1907, ramal 18, ou por e-mail em tress@ourneighborstable.org.

Se inscreva no SNAP pelo telefone!

A Our Neighbors' Table é parceira de divulgação do SNAP. Podemos ajudá-lo (a) a se inscrever no SNAP (vale-refeição) por telefone. Ligue para a Tress no número **978-388-1907, ramal 18**, para se inscrever, obter ajuda com alguma questão pendente do SNAP ou para que ela responda às suas perguntas sobre o SNAP.



Llame a Tress Ricker
978-388-1907 Ext 18

Este projeto foi financiado, pelo menos em parte, com recursos federais do Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA, pela sigla em inglês). Esta instituição é um provedor de oportunidades igualitário. O logotipo do SNAP é uma marca de serviço do Departamento de Agricultura dos Estados Unidos. O USDA não endossa quaisquer bens, serviços ou empreendimentos.



Auxílio combustível

Não é tarde demais para solicitar auxílio combustível para se aquecer na temporada de inverno de 2021 a 2022! As inscrições podem ser feitas até o dia 30 de abril. Os parâmetros de renda para o auxílio combustível são mais altos do que outros programas financiados com recursos públicos, portanto, mesmo que você não se qualifique para o SNAP ou MassHealth, você pode se qualificar para o auxílio combustível. Abaixo estão os parâmetros de renda bruta anual de 2022 para o auxílio combustível, que também é chamado de LIHEAP.

Number of People in a Household	60% of Estimated State Median Income
1	\$ 40,951
2	\$ 53,551
3	\$ 66,151
4	\$ 78,751
5	\$ 91,351
6	\$ 103,951

O programa de auxílio combustível ajuda as famílias que se qualificam com o pagamento das contas de aquecimento durante a temporada de inverno/primavera ou até que os benefícios se esgotem. Os clientes do auxílio combustível também recebem vários descontos, como descontos nas contas de telefone, eletricidade, gás e óleo (para aquecimento). Os clientes também receberão ajuda para fazer pagamentos em atraso, bem como terão acesso a outros programas de assistência energética que ajudam a economizar dinheiro.

Quer a sua fonte de aquecimento seja elétrica, petróleo, gás natural, propano, querosene, carvão ou madeira, o auxílio combustível pode ajudar com os custos das famílias que se qualificarem.

O valor do aquecimento está incluído no seu aluguel? Você ainda pode solicitar o auxílio combustível. Se você se qualificar, o auxílio combustível pagará uma parte do aluguel diretamente ao seu proprietário.

Você pode solicitar o auxílio combustível na nossa região através da **Community Action, Inc.**, em Haverhill, ligando para **978-373-1971** ou solicitando on-line no site www.toapply.org/CAI

Inscrições abertas para o sorteio da River Valley Charter School

As famílias interessadas podem se inscrever hoje para o sorteio do jardim de infância de período integral. Os candidatos da 1ª à 8ª série serão inscritos no sorteio e colocados em uma lista de espera.

Prazo de inscrição: terça-feira, 15 de fevereiro de 2022, até às 16h.

Inscrição e informações disponíveis on-line no site: www.rivervalleycharter.org
Dúvidas? Ligue para 978-465-0065 ou escreva para o e-mail rvcs@rivervalleycharter.org



Perfil do voluntário: Robert Schoen



Robert Schoen trabalha “nos bastidores”, como voluntário do armazém desde o início de 2021. Ele era doador da ONT, mas descobriu que tinha mais tempo livre quando a pandemia chegou e decidiu se voluntariar também. Ele gosta de descarregar os caminhões do Greater Boston Food Bank porque, embora seja um trabalho fisicamente exigente, ele sente que é uma das partes mais essenciais da distribuição da ONT. Robert fala com carinho dos frequentadores do armazém e gosta de poder rir e brincar com eles sobre qualquer coisa.

Antes de Robert se mudar para a área de Amesbury em 2016, ele viajou pelo mundo todo. Ele até passou 2 meses na Índia! Em um período específico de 6 meses, Robert percorreu a Europa, até o extenso Mar Mediterrâneo, e depois visitou partes do Oriente Médio. Após essa viagem, ele viveu e trabalhou na Alemanha por alguns anos.

Como fotógrafo comercial, Robert captura momentos na câmera como se fossem histórias. Seja a história do dia de trabalho de um funcionário ou uma manhã numa aldeia do Quênia, as fotos de Robert são impressionantes e expressivas. Juntamente à fotografia, Robert gosta de fazer projetos de carpintaria em sua casa e costumava cantar em um coral.

Robert, obrigado por tudo que você faz no armazém e pela ONT!

Our Neighbor's Table - Locais e Horários:

Market em Newburyport: Newburyport Senior Center, 331 High St., Newburyport

Quintas-Feiras, de 10h às 11:30h

Market em Amesbury: 194 Main St., Amesbury

Quartas-Feiras: 10h00 - 13h00 e 14h00 - 16h00

Quintas-Feiras: 12h00 - 15h00 e 16h00 - 18h00

Sextas-Feiras: 9h00 - 12h00 e 13h00 - 15h00

Sábados: 9h00 - 13h00

Os pedidos de supermercado podem ser feitos on-line ou por telefone até às 15h do dia anterior à coleta. Encomende os seus mantimentos no site ourneighborstable.org/getfood



978-388-1907

194 Main Street, Amesbury, MA 01913
www.ourneighborstable.org

Telefones da linha direta de segurança/emergência da comunidade

Violência doméstica: Jeannie Geiger Crisis Center, **978-388-1888**, 24/7

Abuso de idosos (acima de 60 anos): Serviços de proteção a idosos, **800-792-5200**, 24/7

Prevenção ao suicídio: Linha Direta de Prevenção ao Suicídio, **800-273-8255**, 24/7

Abuso de deficientes: Comissão de Proteção de Pessoas com Deficiência, **800-426-9009**, 24/7

Abuso infantil: Linha Direta de Emergência de Abuso Infantil, **800-792-5200**, das 17h às 9h, de segunda a sexta, todos os fins de semana e feriados