



Carta da Diretora Executiva

Nos últimos 2 anos, parece que a mudança é a única coisa na qual podemos confiar. Protocolos de saúde, oportunidades de trabalho, política, políticas escolares. As coisas evoluíram diariamente, pois todos nós nos adaptamos a essa pandemia que virou nosso mundo de cabeça para baixo há exatamente 2 anos. Mas esperamos que a ONT tenha sido capaz de oferecer consistência e confiabilidade para que a comida não seja algo com que você precise se preocupar ou ficar sem. No ano passado, recolhemos muitos comentários dos clientes para nos ajudar a garantir que nossos mercados e refeições atendessem às suas necessidades. Nos próximos meses, estamos trabalhando em um plano para poder reabrir os mercados e a sala de refeições com segurança, mantendo os serviços de entrega e retirada de produtos na calçada os quais se mostraram ser úteis para você. Provavelmente pediremos mais comentários para garantir que estamos fazendo as escolhas certas. Enquanto isso, saiba que estamos aqui, somos consistentes e o suporte que você recebe da ONT é algo em que você pode confiar.

Que o sol da primavera brilhe calorosamente no seu rosto!

Lyndsey Haight

Destaques dos recursos da comunidade

Ajuda e informações sobre o imposto de renda

O prazo do imposto federal se encerra em 18 de abril de 2022. O prazo do imposto de Massachusetts vai até o dia 19 de abril de 2022. Abaixo estão alguns recursos para ajudar com a declaração e informações sobre por que é importante declarar este ano, mesmo que você não seja obrigado(a) a entregar uma declaração de imposto de renda.

My Free Taxes (Meus impostos gratuitamente) – Myfreetaxes.com um produto mantido pela United Way, que ajuda as pessoas a declarar seus impostos gratuitamente enquanto recebem a assistência que precisam. O site não tem limite de renda ou restrições de idade e suporta os retornos estaduais ilimitadamente. É gratuito para todos os declarantes, sem opção de anúncios ou taxas pagas.

VITA - O programa Auxílio Voluntário de Imposto de Renda (Volunteer Income Tax Assistance, VITA, pela sigla em inglês) oferece ajuda fiscal gratuita para pessoas que geralmente ganham \$57.000 dólares ou menos, incluindo pessoas com deficiência, idosos e contribuintes falantes limitados de língua inglesa que precisam de assistência na preparação das suas próprias declarações de impostos. Voluntários certificados pelo IRS (Receita Federal) disponibilizam a declaração de imposto de renda básica gratuitamente para as pessoas que se qualificam. O local do VITA na nossa região está na **Community Teamwork** de Lowell. Ligue para 978-941-3702.

Find Your Funds (Encontre seu reembolso) - Se você não costuma declarar imposto de renda porque sua renda é baixa, você pode estar perdendo um reembolso dos novos créditos fiscais que fazem parte do Plano de Resgate Americano (American Rescue Plan), de 2021. Os pagamentos federais podem incluir quaisquer pagamentos perdidos das categorias de **Pagamento de Incentivo (Stimulus Payments)**, o **Ganho de Crédito de Imposto de Renda (Earned Income Tax Credit)** e o **Crédito de Imposto de Crianças (Child Tax Credit)** que foi expandido. Você pode ter mais informações e se inscrever para obter os recursos no site findyourfunds.org. A Find Your Funds tem informações sobre o seguinte:

- **Child tax credits (Crédito de Imposto de Crianças)** - Você recebeu dinheiro mensalmente do IRS em 2021 para seus filhos (de \$250 ou \$300 dólares por mês, por criança)? Você precisa se inscrever novamente em 2022 para receber o restante do seu dinheiro. Você não precisa ter renda ou pode ter baixa renda para conseguir esse reembolso. Você pode se inscrever hoje, mesmo que não declare impostos ou não tenha declarado nos últimos anos.

Continua na página 2

Atualização sobre o SNAP

O Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA, pela sigla em inglês) informou ao Departamento de Assistência Transitória (DTA, pela sigla em inglês) que eles poderão continuar os suplementos Programa de Assistência Nutricional Suplementar (SNAP, pela sigla em inglês) relacionado a COVID por 30 dias após o final da declaração federal do estado de emergência devido a COVID. A declaração atual expira em abril, o que significa que os recursos suplementares da COVID continuarão até a parcela de maio que será depositada nos cartões de Transferência Eletrônica de Benefício (EBT, pela sigla em inglês) até o dia 2 de junho. À medida que o último surto de COVID termina, é possível que o estado de emergência não seja estendido, por isso é importante garantir que você esteja solicitando todas as deduções do SNAP para as quais é elegível para maximizar os seus benefícios do SNAP antes que os recursos terminem. Abaixo estão algumas dessas deduções.

Despesas médicas - Os beneficiários do SNAP com mais de 60 anos ou deficientes (em SSDI - Seguro de Invalidez da Previdência Social, SSI - Renda de Segurança Suplementar, status de incapacidade do MassHealth ou EAEDC - Auxílio Emergencial a Idosos, Deficientes e Crianças) podem enviar comprovantes das despesas médicas pagas totalizando \$35 dólares por mês ou mais para solicitar uma Dedução de Despesas Médicas padrão. As despesas médicas podem incluir medicamentos de venda livre, vitaminas, suplementos, suprimentos médicos, óculos e muito mais...

Custos de cuidados com crianças ou adultos dependentes - Se você paga por um programa de cuidados com infantes ou de adultos para poder trabalhar, procurar trabalho ou frequentar a escola, você pode declarar essas despesas com o DTA para obter a dedução. O DTA pode solicitar a comprovação das despesas se as informações obtidas parecerem questionáveis. Os custos elegíveis incluem o transporte se você estiver levando a pessoa ao prestador de serviços. Os custos contam mesmo se você estiver atrasado nos pagamentos ao prestador de serviços.

Pensão Alimentícia Paga - Se você tiver uma ordem judicial ou outro acordo legal escrito orientando-o(a) a pagar pensão alimentícia, você pode enviar uma cópia da ordem e o comprovante de seus pagamentos para solicitar essa dedução. Arranjos informais de pensão alimentícia não se qualificam. Se seus pagamentos de pensão alimentícia forem deduzidos dos seus benefícios de desemprego ou dos benefícios que você recebe da Administração do Seguro Social, você não precisa provar, pois o DTA possui essas informações quando for verificar esses benefícios.

Não tem certeza se está recebendo essas deduções ou precisa de mais informações?

Entre em contato com a Tress na ONT para obter ajuda no telefone 978-388-1907 ou no e-mail 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.

Mercado de Compras da Our Neighbors' Table e Locais e Hoários das Refeições Comunitárias

Refeição comunitária de quarta-feira à noite: Main Street Congregational Church Vestry Hall , 145 Main Street, Amesbury
Quarta-feira das 16h às 18h

Newburyport Market: Newburyport Senior Center,
331 High St., Newburyport
Quinta-feira, das 10h às 11h30

Amesbury Market: 194 Main St., Amesbury
Quarta-feira: das 10h às 13h e das 14h às 16h
Quinta-feira: 12h às 15h e 16h às 18h
Sexta-feira: 9h às 12h e 13h às 15h
Sábado: 9h às 13h

Salisbury Market: Salisbury Senior Center. 43 Lafayette Road, Salisbury.
(Atendendo apenas os moradores de Salisbury)
Quarta-feira, das 13h às 15h e sexta-feira, das 11h às 13h.

Heritage Towers & Vale Amesbury. (Atendendo apenas os moradores de Heritage Towers e Heritage Vale)
na 1ª e 3ª quarta-feira do mês, das 9h30 às 10h30

Powwow Villa: Amesbury. (Atendendo apenas os moradores da Powwow Villa.)
na 1ª e 3ª quarta-feira do mês, das 10h30 às 11h30

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

Notícias do Mercado

Por favor, nos informe se houver algum item que você gostaria de ver com mais frequência ou nunca pode pedir em quantidade suficiente! Temos um limite para muitos de nossos itens geralmente porque as pessoas tendem a pedir mais comida quando não conseguem ver quanto estão recebendo. Quando fizemos a primeira transição para a retirada na calçada, havia muitos pedidos que ocupavam de 4 a 5 carrinhos! Os clientes geralmente ficavam surpresos com a quantidade de comida e mandavam muita coisa de volta. No entanto, a intenção de limitar os itens nunca pretende impedir os compradores de obter o que é necessário. Se você não está recebendo comida suficiente da ONT, sintase à vontade para ligar para nosso escritório no telefone (978-388-1907) e peça para falar com a Hannah.



Receita de Heather: CAÇAROLA DE PIZZA DE CABEÇA PARA BAIXO

Apenas 4 ingredientes e fácil de fazer!

TEMPO DE PREPARO: 20 minutos

TEMPO DE COZIMENTO: 15 minutos

PORÇÕES: 5

INGREDIENTES:

- 1 ½ libras (0,680g) de carne moída magra
- 1 lata de 15 onças (425g) de molho de tomate estilo italiano
- 1 ½ xícaras de queijo muçarela ralado
- 1 pacote de 10 unidades de *biscuits* refrigerados prontos para assar

INSTRUÇÕES:

1. Pré-aqueça o forno a 400°F (200°C).
2. Em uma frigideira grande, cozinhe a carne até não ficar mais rosada, mexendo sempre. Escorra a gordura.
3. Misture o molho de tomate, esquentado até ferver.
4. Transfira a mistura para uma assadeira pirex retangular de vidro (2-Quart), e polvilhe a mistura com queijo.
5. Achate cada *biscuit* com as mãos e coloque-os em cima do queijo.
6. Leve ao forno pré-aquecido por cerca de 15 minutos ou até os *biscuits* ficarem dourados.



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.**

Telefones da linha direta de segurança/ emergência da comunidade

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

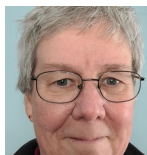
Abuso de idosos (acima de 60 anos): Serviços de proteção a idosos, **800-792-5200**, 24/7

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

Perfil do voluntário: Lisa Hayes



Lisa Hayes veio a Our Neighbors' Table em um momento crucial do nosso crescimento como organização. Ela começou em 2019 como voluntária da recepção e, enquanto estava no escritório, viu que alguns dos processos de entrada de dados poderiam ser simplificados com um pouco de experiência em Excel. Depois que Lisa concluiu esse projeto, a diretora executiva da ONT, Lindsey Haight, e a diretora do programa, Lori Townsend, descobriram a experiência profissional de Lisa com gerenciamento de cadeia de suprimentos. Elas perguntaram se ela poderia ajudar a automatizar e revisar o sistema de inventário da ONT. Lisa tornou-se parte integrante da automatização da aquisição de alimentos, do orçamento e da mudança dos programas da ONT para o sistema de pedidos on-line SmartChoice no início da pandemia. Isso fez grandes avanços na capacidade da ONT de organizar e distribuir alimentos com eficiência nos nossos Armazém e Mercado, e ser capaz de mudar rapidamente para um modelo de retirada na calçada quando a Covid-19 cessou as compras presenciais.

"Lisa chegou com uma postura de "dá para fazer", um conhecimento em um nível muito acima do nosso, e conseguiu trabalhar conosco para ouvir quais eram as nossas necessidades. Ela cuidadosamente desenvolveu metodologias que responderam às nossas necessidades e nos deram experiência, liderança, aprendizado e ferramentas para implementar os sistemas", disse Lori sobre o impacto gerado por Lisa: "O tempo, a energia e a paciência que ela dedicou a ONT resultaram em algumas melhorias colossais nas nossas operações - coisas que ninguém mais poderia fazer - que têm sido uma contribuição essencial para nossa capacidade de atender nossos clientes e cumprir a nossa missão".

Lisa diz que adora "poder ajudar a ONT a cumprir sua missão enquanto trabalha com membros da equipe como consultora voluntária". Estamos muito agradecidos à Lisa por ter escolhido doar seu tempo e conhecimento para a ONT! Lisa tem um bacharelado em Educação Fundamental pela Universidade de New Hampshire e um mestrado em Negócios pela UMass Lowell. Ela se aposentou como gerente global da cadeia de suprimentos em 2016, após muitos anos de trabalho na cadeia de suprimentos que frequentemente a levava a diferentes partes do México para supervisionar as operações. Atualmente, ministra aulas de Supply Chain Management e Six Sigma no programa de pós-graduação da Southern New Hampshire University. Lisa viveu na região durante toda a sua vida e atualmente mora em Merrimac. No seu tempo livre, Lisa gosta de fazer projetos de reforma, jardinagem, passear com seu cachorro, Casper, e fazer artesanato para várias organizações de caridade.



Ônibus da Autoridade Regional de Trânsito Merrimack Valley (MVRTA, pela sigla em inglês) que atende as ONTs Localização do Mercado de Amesbury

A Autoridade de Trânsito Regional de Merrimack Valley fez uma alteração na rota de ônibus Route 51 Haverhill-Amesbury para que o ônibus vá para o local do Mercado da ONT de Amesbury e para o escritório principal na 194 Main Street. Embora não haja um ponto de ônibus específico na ONT, os passageiros podem sinalizar o ônibus para a fazer a parada ou pedir ao motorista para deixá-los na ONT. Geralmente, há aproximadamente 30 minutos entre um ônibus de ida e de volta. Sugerimos que os clientes que usam este transporte tenham em mente que atualmente não há espaço de espera dentro da ONT, então você pode ter que esperar do lado de fora na Main Street por um tempo depois de pegar suas compras até que o ônibus volte.

O MVRTA também será gratuito em todas as rotas fixas locais e serviços de paratransito EZ Trans a partir do dia 1º de março de 2022, por pelo menos um período de 2 anos. As tarifas ainda serão cobradas no ônibus Boston Commuter e nos serviços Ring & Ride.

Continuação dos destaques dos recursos da comunidade

Ajuda e informações sobre o imposto de renda

- **(continuação da página 1)** Novas regras tornaram mais pessoas elegíveis para receber este dinheiro! Se você não recebeu o crédito de imposto para crianças mensalmente em 2021, mas tem um(a) filho(a) que se qualifica, ainda poderá obter o crédito quando apresentar a sua declaração de imposto de 2021, mesmo que não tenha renda ou que sua renda seja muito pequena - até \$3.600 dólares por criança!
- **Estudantes universitários de baixa renda** que trabalharam em 2021 e são sem-teto, jovens que eram considerados em acolhimento (*foster*) ou com mais de 24 anos podem obter o Crédito de Imposto de Renda - até \$1.953 dólares para uma pessoa solteira.

- **Adultos mais velhos com mais de 65 anos** que trabalharam em 2021 podem obter o Crédito de Imposto de Renda - até \$1.953 dólares para uma pessoa solteira!

Clínica de Auxílio Legal de Contribuintes de Baixa Renda do Nordeste: Você deve impostos ou tem problemas com o IRS ou o Departamento de Receita de Massachusetts? A nova Clínica de Contribuintes de Baixa Renda atende contribuintes de baixa renda que tenham pendências com a Receita Federal. O Auxílio Legal do Nordeste (NLA, pela sigla em inglês) dará assistência a pessoas qualificadas que foram notificadas pelo IRS de que devem impostos, estão sob auditoria, apresentaram uma petição ao Tribunal Tributário dos EUA e pessoas que precisam de ajuda para obter outra isenção de uma obrigação fiscal ou quando há tentativa de cobrança do IRS. A NLA geralmente não auxilia na preparação de declarações fiscais. Toda a assistência jurídica é fornecida gratuitamente aos clientes. Entre em contato com a linha de atendimento da Clínica de Contribuintes de Baixa Renda (LITC, pela sigla em inglês) em: **978-458-1465** Horário: das 9h às 13h. Para mais informações, consulte o site northeastlegalaid.org/low-income-taxpayer-clinic