



Novidades da ONT

Our Neighbors' Table, Novembro de 2021 / Edição 16

A ONT oferecerá uma

Clínica de Vacina contra o Covid -19

Na quinta-feira, 11 de novembro,

das 12h às 15h

Se você precisar de qualquer uma das vacinas de Covid-19: Pfizer, Moderna ou Johnson & Johnson: a 1ª, 2ª ou a dose de reforço, você poderá tomar a vacina aqui mesmo na ONT na quinta-feira, dia 11 de novembro, das 12h às 15h. Não há necessidade de inscrição prévia, pois é uma clínica ambulante. Você precisará de ter consigo a sua ID e o cartão de vacina (se já recebeu outras doses). Para economizar tempo, você pode obter um formulário de autorização aqui na ONT, preencha-o com antecedência e leve-o para a clínica. Se estiver interessado(a) em obter o formulário com antecedência, basta pedir um ao(a) voluntário(a) que coloca seus mantimentos no carro.

Receita de Heather:

CAIXA DE RECHEIO COM

UMA PITADA DE FERIADO!



Você vai fazer o recheio este ano?

Sem problemas!

Pegue uma caixa de mistura de recheio e dê seus próprios toques!

TEMPO DE PREP: 10 min.

TEMPO DE COZIMENTO: 15 min. PORÇÕES: 8

INGREDIENTES:

- 1 e 1/2 xícaras de suco de maçã
- 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina
- 1 pacote (6 onças) de Mistura de Recheio STOVE TOP
- 1/2 xícara de arandos (cranberries)
- 1/2 xícara de maçã em cubos

INSTRUÇÕES:

1. Coloque o suco e a manteiga para ferver em uma panela média em fogo alto.
2. Adicione a mistura de recheio e as frutas; misture levemente. Tampe. Retire do fogo.
3. Deixe repousar por 5 min. Afofe com garfo.



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

As férias estão chegando! Assim como no ano passado, os clientes não precisarão se inscrever para participar das festividades de Ação de Graças e Natal. Distribuiremos os mantimentos de Ação de Graças de 17 a 23 de novembro, período em que os perus, galinhas e todos os alimentos estarão disponíveis quando você fizer o pedido online ou por telefone. Os vales-presente também estarão disponíveis neste momento. Estamos ansiosos para comemorar com você! Se você tiver alguma dúvida, entre em contato com a Hannah por e-mail no hannah@ourneighborstable.org ou telefone no 978-707-5885.

Atualização sobre o SNAP

Aumento do valor do benefício: Todos os beneficiários do SNAP devem ter recebido uma carta do Departamento de Assistência Transicional (DTA, pela sigla em inglês) no final de setembro ou em outubro com um aumento no valor do benefício como resultado do recente aumento do custo de vida apontado pelo Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA, pela sigla em inglês). Esses aumentos são permanentes e não estão relacionados aos aportes para emergências da pandemia, que também foram descritos na carta. As cotas de emergência, que são de no mínimo \$95 dólares por mês por família/casa continuarão pelo menos até o final deste ano, e o DTA notificará os destinatários do SNAP quando elas terminarem. Se você tiver dúvidas sobre essas mudanças, ligue para a **Food Resource/SNAP Advocate da ONT, Tress Ricker no 978-388-1907, ext. 18.**

O Cartão EBT para Cultura: Se você tem um cartão EBT ou P-EBT, você pode ter entrada gratuita ou extremamente reduzida a mais de 270 locais culturais em todo o estado por meio do cartão EBT para benefício de Cultura. As organizações participantes incluem museus, locais para apresentações e casas históricas. Para saber os detalhes e ver a lista de organizações, acesse: www.mass.gov/info-details/ebt-card-to-culture-organizations. Também é recomendável que você ligue ou acesse o site do local a ser visitado antes de visitá-lo para ter certeza de que terá o benefício no dia que deseja visitar.

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.



Recurso da



comunidade



Informações de ajuda para o feriado

Programa Família para Família (Family to Family Program): Este programa oferece assistência aos residentes de Newburyport, Salisbury, Amesbury, Newbury, West Newbury e Rowley. Todas as pessoas que estão na casa atualmente - crianças e adultos - são elegíveis.

Para se inscrever, acesse newburyportyouthservices.com, vá até o final da página e clique em "Sign up to give or receive this holiday season" (Inscreva-se para dar ou receber nesta temporada de festas). Uma vez nessa página, clique em "Fill in your wish list" (Preencha sua lista de desejos!). Ou, se você não tiver acesso à internet, ligue para a Coordenadora do Programa de Férias, a Trish, no: **978-572-6189**. Envie a lista de desejos da sua família até o dia **10 de novembro** (data prorrogada para a publicação do boletim da ONT). As famílias deverão buscar seus presentes de **13 a 21 de dezembro** em um destino a ser escolhido.

Programa Amesbury Holiday (AHP): O programa Amesbury Holiday é uma organização privada sem fins lucrativos. Os **residentes de Amesbury** que precisam de ajuda para comprar presentes para as crianças de suas famílias com **menos de 18 anos** podem participar. **Como se inscrever:**

TODAS as inscrições serão feitas por telefone. A pré-inscrição deve ser feita até o dia 12 de novembro de 2021 pelo telefone **978-388-0626** ou **978-420-6752**. Os candidatos devem deixar seu **nome** (escreva o sobrenome), **número de telefone** e solicitação para receber uma chamada. Um membro do AHP ligará de volta para você. **Você receberá uma ligação apenas uma vez e o número pode aparecer em seu identificador de chamadas como desconhecido ou spam.** Por favor, não ligue para a Ação Comunitária!

Residentes de Boxford: O Programa de Assistência Anual de Férias da Masconomet oferece ajuda durante os meses de novembro e dezembro. Você pode entrar em contato com Joan Murphy da Masconomet nojmurphy@masconomet.org ou Karen Trevenen, HS Nurse at **978-887-2323**, email: ktrevenen@masconomet.org

Moradores de Merrimac: Se você precisar de ajuda durante o feriado, entre em contato com **Kathie Sullivan** e peça o **Formulário do Programa de Ajuda para o Feriado de Merrimac**, preencha o formulário e devolva-o a Kathie Sullivan até o dia **12 de novembro**. Você pode entrar em contato com Kathie Sullivan através do e-mail: sullivan@prsd.org ou ir até lá ou ligar para a escola TSweetsir **978-346-8319** ou a escola Donaghue **978-346-8921**.

Programa de férias Pettengill (Pettengill Holiday Program): A Pettengill House pode oferecer assistência suplementar com presentes de feriado para famílias necessitadas. A preferência será dada a famílias que moram em cidades que não são elegíveis para outros Programas de Feriado. As famílias podem ligar para o escritório principal **(978) 463-8801** ou enviar um e-mail para: spartian@pettengillhouse.org

Programa Globe Santa Holiday: As famílias que solicitarem assistência devem enviar uma carta de recomendação de uma agência registrada no Globe Santa. Os clientes do DTA já devem ter recebido esta carta pelo correio. Outras agências registradas notificarão seus clientes se eles participarem. Mais informações no <https://globesanta.org>

Salvation Army: As inscrições para a Assistência de Natal estão disponíveis agora. Por favor, ligue para **978-465-0883** para marcar um atendimento pessoal para Assistência de Natal. Atendemos: Newburyport, Newbury, West Newbury, Byfield, Amesbury e Salisbury. É obrigatório levar ID com foto, certidões de nascimento para todas as crianças, comprovante de despesas mensais. A inscrição não é válida se você se inscreveu ou planeja se inscrever em outra agência para obter assistência.

Se você ainda precisar de ajuda durante o feriado, por favor, entre em contato com o(a) enfermeiro(a) da escola de seu filho/da sua filha antes de dezembro para obter apoio extra.

Perfil do voluntário: Bill Ginivan



O vencedor do Prêmio de Campeão da Comunidade ONT, Bill Ginivan, sempre esteve envolvido no serviço comunitário. "Está no meu DNA", diz ele, "meus pais fizeram isso, então sempre fez parte da minha vida".

Bill cresceu em Malden e depois mudou-se para Everett por 5 anos. Quando os Ginivans se mudaram para Amesbury, eles imediatamente começaram a procurar oportunidades de voluntariado. Eles se estabeleceram na ONT após saberem de sua missão e reputação na comunidade. Bill tem sido um voluntário leal da ONT por 6 anos na Refeição de Quarta. Embora nem sempre fosse possível interagir diretamente com os convidados antes da COVID, ele se orgulhava de vê-los saborear a refeição que ele preparou.

Alguns dos momentos mais memoráveis para Bill foram durante a pandemia. Quando mais vizinhos recorreram a ONT para obter assistência alimentar, Bill disse que a equipe da Refeição de Quarta tinha que "ser criativa com o cardápio" para que todos os convidados pudessem levar uma refeição para casa.

Bill se aposentou de uma empresa de engenharia civil onde trabalhou por 40 anos. Ele amava seu cargo de designer sênior da empresa. Nos últimos 40 anos, Bill tem feito lindos objetos de vidro colorido para por nas janelas em seu tempo livre.

Somos muito gratos pela dedicação de Bill à missão da ONT e estamos felizes em nomeá-lo como um dos nossos Campeões da Comunidade!

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

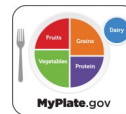
Quintas-Feiras: 12h00 - 15h00 e 16h00 - 18h00

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

'My Plate' (Meu prato) do USDA



O Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA) tem um site fácil de ser usado chamado 'My Plate' que tem informações sobre nutrição para todas as idades, onde encontrar varejistas que aceitam cartões EBT, receitas de baixo custo, dicas úteis sobre planejamento alimentar e muito mais. Existe uma ferramenta de cálculo rápido que permite saber quantas calorias você deve ingerir por dia. O aplicativo de telefone 'Start Simple with My Plate' (Comece de maneira simples com o My Plate) tem ferramentas para ajudá-lo(a) a definir metas nutricionais e permanecer motivado(a). Acesse myplate.gov para obter mais informações.

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

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

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

