



Novidades da ONT

Our Neighbors' Table, Outubro de 2021 / Edição 15

Receita de Heather: FRITTATA CAPRESE



Está cansado(a) do
mesmocafé da manhã
de sempre?

Experimente este prato fácil
feito com ovos!

TEMPO DE PREPARO: 10 minutos

TEMPO DE COZIMENTO: 15 minutos

PORÇÕES: 4

INGREDIENTES:

- 6 ovos grandes
- 1/3 de xícara de creme de leite fresco (*heavy whipping cream*)
- 1/2 colher de chá de sal a gosto
- 1/2 xícara de lascas de parmesão
- 1/2 xícara de bolinhas de muçarela (fresca) tipo *pearl*
- 1/2 xícara de tomates tipo cereja ou uva
- 6 a 8 folhas frescas de manjericão rasgadas em pequenos pedaços
- 1/4 xícara de cebola picada, se desejar
- 1 colher de sopa de manteiga
- 3/4 colher de chá de sal temperado com alho

MODO DE FAZER:

1. Aqueça o forno a 400 graus
2. Borrife a assadeira tamanho 9x9 polegadas (22x22cm) com uma cobertura antiaderente ou manteiga
3. Misture os ovos, o creme de leite e o sal temperado com alho juntos
4. Corte os tomates ao meio e pique a cebola em pedaços pequenos
5. Despeje a mistura de ovos na assadeira e junte o tomate e a cebola
6. Junte manjericão fresco e as bolinhas de muçarela
7. Polvilhe as lascas de parmesão por cima e leve ao forno por 17 minutos



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

Existe algum item que você não está recebendo em quantidade suficiente? Existe algo mais que você gostaria que fosse disponibilizado? Adorariamos ouvir o que você tem a dizer! Embora tenhamos limites para muitos itens, queremos ter certeza de que todos os clientes possam ter acesso a quantidade de comida certa para eles. Portanto, se você achar que os limites são restritivos, entre em contato com a nossa gerente de mercado, Hannah.

Ajuda gratuita para obter o Crédito Fiscal Infantil e Pagamentos de Incentivo

Você não recebeu o Crédito Fiscal Infantil (CTC, pela sigla em inglês) ou os Pagamentos de Incentivo por que não declarou os impostos? O CTC concede \$250 dólares/mês para as crianças elegíveis entre 6 e 17 anos e \$300 dólares/mês para crianças menores de 6 anos. Atualmente, existe um formulário on-line simples e fácil para colocar as famílias elegíveis em contato com os programas de CTC e Pagamentos de Incentivo. O novo formulário está disponível em inglês e espanhol e é compatível com dispositivos móveis. Acesse findyourfunds.org para se inscrever e obter mais informações.

Atualização sobre o SNAP

Cartão EBT para descontos em entradas de eventos/instituições culturais— O Departamento de Assistência Transitória e o Conselho de Cultura de Massachusetts fizeram uma parceria para oferecer ingressos com desconto para mais de 250 museus e instituições culturais/apresentações de Massachusetts. Você pode ter entradas gratuitas ou a preços reduzidos para esses lugares, apresentando o seu cartão EBT. Os cartões P-EBT também se qualificarão até o final de 2021. Os descontos e a disponibilidade variam de acordo com a instituição, portanto, ligue primeiro para o lugar que deseja visitar para saber dos detalhes. Para obter uma lista completa das organizações participantes e mais informações, acesse mass.gov/cardtoculture.

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.



Newburyport Youth Services

A Newburyport Youth Services oferece programas de qualidade, eventos e serviços para a região da Grande Newburyport para jovens e famílias. A NYS incentiva o crescimento, a autoinvestigação, o empoderamento e fortalecer o sentido de comunidade, usando princípios positivos de desenvolvimento juvenil em toda a nossa programação recreativa e dando apoio familiar.

Você sabia?

- A NYS oferece bolsas de estudo para todos os programas - incluindo para tornar-se sócio(a) do Rec Center.
- A NYS oferece muitos grupos de afinidades para jovens e famílias, incluindo grupos para jovens não-brancos, jovens LGBTQ+, avós que criam netos, pais e mães recentes, famílias multiculturais e irmãos de crianças com necessidades especiais.
- O nosso Programa de Férias de Família para Família aceitará inscrições, que podem ser encontradas em nosso site a partir do dia 1º de outubro, para a assistência durante as férias do fim de ano. Este é um programa regional que atende Newburyport, Amesbury, Salisbury, Newbury, West Newbury e Rowley.

Acesse: <https://newburyportyouthservices.com/> para obter mais informações!

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

Vagas abertas:

YWCA da Grande Newburyport

Gerente de Instalação (Isento/a, de segunda a sexta e conforme necessário)

- A vaga exige de 3 a 5 anos de experiência em instalações, manutenção ou construção, incluindo um (1) ano de experiência em supervisão.

Gerente de Sócios (Isento/a, Assalariado/a)

- Preferencialmente diploma de Bacharelado, experiência em vendas necessária

Gerente de Propriedade (isento em tempo integral, horário flexível em algumas noites e fins de semana)

- Experiência mínima de 2 anos em gerenciamento de projetos habitacionais
- Certificado pelo programa de Crédito de Imposto de Habitação de Baixa Renda - LIHTC, pela sigla em inglês (ou capacidade de obtê-lo em 3 meses)

Salva-vidas (tempo integral e meio período)

- Deve ser capaz de passar nos requisitos de natação da Certificação de Salva-vidas

Recepcionista (tempo integral e meio período)

- Deve ter boas habilidades interpessoais e de informática

Líder de grupo do programa de contraturno YWCA "School's Out" (meio expediente, de segunda a sexta, das 14h às 18h)

- Preferencialmente diploma de ensino médio
 - Possuir qualificação em coordenação pelo Departamento de Educação Infantil
- Apresentar atestado de antecedentes criminais

Para obter mais informações, incluindo como se inscrever, acesse

www.ywcaneburyport.org/employment/

Perfil do voluntário: Amy Vander Els



Quando a Amy Vander Els abasteceu o Mercado antes da COVID, ela adorou ver a alegria nos rostos dos clientes enquanto escolhiam as frutas e legumes frescos que preferiam. "Quando os voluntários chegavam para seu turno", ela disse, "os clientes que esperavam a abertura do mercado buzinavam e abraçavam os voluntários quando eles passavam pela porta." Amy diz que esses foram alguns dos momentos mais poderosos que ela viveu na ONT. Amy começou a trabalhar como voluntária no Mercado há cerca de 4 anos, mas atualmente trabalha no escritório, ajudando a garantir que todos os clientes possam fazer seus pedidos.

À medida que Amy começou a conhecer melhor a missão e a reputação da ONT na região, ela soube que precisava se envolver com a organização. Amy diz que se sente "mais conectada à comunidade" por se voluntariar na ONT porque "você consegue conhecer pessoas fora de sua rede habitual que não conheceria de outra maneira". Ela adora ter conhecido pessoas de diferentes modos de vida e feito contatos com clientes ou voluntários de diferentes faixas etárias.

Amy cresceu no litoral de New Hampshire, onde morou até ir para o exterior para ensinar arte. Durante 7 anos, ela deu aulas na Itália, Hungria e nas Ilhas Cayman! Depois, Amy voltou para Amesbury e abriu um estúdio de arte onde cria joias exclusivas, dá aulas de arte e pinta. No seu tempo livre, ela gosta de caminhar, fazer ioga, cozinhar e provar comidas diferentes.

Amy, agradecemos todo o seu trabalho árduo e dedicação a 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