



# Noticias al otro lado de la mesa

Our Neighbors' Table, Abril de 2022 / Edición 21

## Puntos destacados de los recursos de la comunidad

### Ropa

A continuación, se presentan algunos de los lugares de nuestra zona donde se puede encontrar ropa gratuita o de bajo precio.



**Adventist Community Service Center** - (Centro de servicio comunitario de la iglesia adventista)- Ropa y artículos personales gratis. Junto a la Amesbury Seventh Day Adventist Church (Iglesia Adventista del Séptimo Día de Amesbury), en 1 Osgood Place, Amesbury. Martes: de la 1:00 a las 3:00 p. m., jueves: de las 9:00 a.m. a las 12:00 p.m. 978-388-3352

**Belleville Congregational Church Thrift Shop** - (Tienda de segunda mano de la iglesia congregacionista Belleville) - Ropa nueva y usada en excelente condición, artículos para el hogar y más. 300 High St., Newburyport. Mie. y sáb.: de las 9am - al mediodía

**Community Action Amesbury Center** - (Centro de acción comunitaria de Amesbury) - Ropa para niños y otros recursos, con cita previa. Solo para residentes de Amesbury, Merrimac, Salisbury, Newbury, West Newbury, & Newburyport. 44a Friend St., Amesbury. 978-388-2570

**Community Service of Newburyport** - (Servicio Comunitario de Newburyport) - Vales para ropa, artículos de cuidado personal y otros recursos para residentes de Newbury, West Newbury, & Newburyport. Se requiere una evaluación inicial. The Annex at St. Paul's Church (El anexo en la Iglesia St. Paul), 35 Summer St., Newburyport. 978-465-7562

**Fellowship Thrift Shop** - (Tienda de segunda mano) - Ropa usada en excelente condición y ropa nueva, artículos pequeños para el hogar y más. First Congregational Church of Rowley (Primera Iglesia Congregacional de Rowley), 175 Main St., Rowley. juev.: de las 3 hasta las 6pm, sáb.: de las 9am a la 1pm.

**Goodwill Thrift Shop** - (Tienda de segunda mano)- 21 Chevy Chase Road, Seabrook, NH. dom. de las 9am a las 6pm, de lun. a juev.: de las 9am a las 8pm, de vie. a sáb.: de las 9am a las 9pm. 603-474-0980

**Leeward Light Thrift Store** - (Tienda de segunda mano): Ropa, artículos para el hogar y más, 126 Bridge Road, Salisbury. mart. a sáb.: de las 10 a. m. a las 5 p. m., dom.: de las 10 a. m. a las 4 p.m. 978-465-1141

**Ruth's House** - Tienda de segunda mano, vales para ropa, trajes gratis para veteranos. 111 Lafayette Sq., Haverhill. de mar. a vie.: de las 9am a las 5pm, sáb.: de las 9am a las 3pm. 978-521-5575

**Step Up Inn Thrift Shop** - (Tienda de segunda mano) - Main St. Congregational Church (Iglesia congregacional de la calle Main), 145 Main St., Amesbury (justo detrás de la casa parroquial). Miércoles: de las 3pm a las 6pm, sáb. De las 10am a la 1pm.

## SNAP Información al día

Debido al fuerte aumento en los precios del combustible que se ha producido durante la actual temporada de invierno, el DTA aumentó ligeramente el subsidio estándar para gastos de servicios públicos que se utiliza para calcular los beneficios de SNAP.

Algunos beneficiarios de SNAP podrían ver un pequeño aumento en el monto de su beneficio como resultado. Para aquellos que se ven afectados, el DTA envió a los beneficiarios un mensaje de texto informándoles del cambio en el monto del beneficio en su fecha habitual de emisión de SNAP en marzo.

**Actualización de P-EBT:** El DTA está trabajando en un plan para los beneficios de P-EBT para el año escolar 2021-2022 y el verano de 2022, así que conserve sus tarjetas de P-EBT si se le emitió una anteriormente. Los detalles del plan aún están por venir.

Si perdió o botó su tarjeta P-EBT, comuníquese de inmediato para que pueda obtener una tarjeta de reemplazo. Puede solicitar una nueva tarjeta P-EBT en línea en [dtacconnect.eohhs.mass.gov/pebt](http://dtacconnect.eohhs.mass.gov/pebt)

## Solicite SNAP por teléfono!

En Our Neighbors' Table (ONT) somos Socios de Divulgación de SNAP debidamente autorizados. Nosotros podemos ayudarle a solicitar fácilmente por teléfono el Programa Asistencial de Nutrición Suplementaria (SNAP, o cupones de alimentos). **Llame a Tress al 978-388-1907, extensión 18**, bien sea para enviar su solicitud, ayudarle con un caso abierto de SNAP, o para responder sus preguntas sobre este programa de beneficios.



**Llame a Tress Ricker**  
978-388-1907 Ext 18

Este proyecto ha sido financiado al menos en parte con fondos federales del Departamento de Agricultura de EE.UU. (USDA, por sus siglas en inglés). Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades. El logotipo de SNAP es una marca de servicio del Departamento de Agricultura de EE.UU. El USDA no respalda ningún bien, servicio o empresa.

**Chrome Book GRATIS para las personas que se registran para la clase GRATIS de 6 semanas de Money Matters (El Dinero Importa) a través de Zoom!**

**¡Comienza el lunes 25 de abril de 2022! ¡Regístrese ahora!**

**¡MONEY MATTERS** es un programa GRATUITO de 6 semanas diseñado para ayudarle a reducir su ansiedad financiera, manejar mejor su dinero y establecer metas para el futuro! **MONEY MATTERS** cubre temas como: Cuentas corrientes y conceptos bancarios básicos, Ahorro: "Páguese a usted mismo primero", Comprender y mejorar su crédito, Crear un presupuesto, Préstamos y viviendas propias y Como protegerse de estafas y robo de identidad.

¡Llame a Community Action en Amesbury para inscribirse en el curso!



## Sitios y horarios de comidas comunitarias y de supermercado de Our Neighbors' Table

**Comida comunitaria los miércoles por la noche:** Main Street Congregational Church Vestry Hall, 145 Main Street, Amesbury  
Miércoles: 4:00 pm—6:00 pm

**Newburyport Market:** Newburyport Senior Center, 331 High St., Newburyport  
Jueves: 10:00 am 11:30 am

**Amesbury Market:** 194 Main St., Amesbury  
Miércoles: 10:00am - 1:00 pm y 2:00 pm - 4:00 pm  
Jueves: 12:00pm - 3:00 pm y 4:00 pm - 6:00 pm  
Viernes: 9:00 am - 12:00 pm y 1:00 pm - 3:00 pm  
Sábados: 9:00 am - 1:00 pm

**Salisbury Market:** Salisbury Senior Center. 43 Lafayette Road, Salisbury. (Solo para residentes de Salisbury)  
Miércoles, 1:00 pm - 3:00 pm y Viernes, 11:00 am-1:00 pm.

**Heritage Towers & Vale** Amesbury. (solo para residentes de Heritage Towers & Heritage Vale)  
1er y 3er Miércoles de 9:30 am - 10:30 am

**Powwow Villa:** Amesbury. (solo para residentes de Powwow Villa).  
1er y 3er Miércoles de 10:30 am - 11:30 am

Los pedidos de comestibles se pueden realizar en línea o por teléfono hasta las 3 p.m. del día anterior a la recogida. Haga su pedido en: [ourneighborstable.org/getfood](http://ourneighborstable.org/getfood)

## Noticias del Mercado

El personal y los voluntarios de Our Neighbors' Table quisieran recordarles a todos que apaguen sus vehículos al llegar para recoger sus comestibles en la acera.

El Conejo de Pascua está llegando a Our Neighbors' Table. Del 5 al 16 de abril tendremos canastas de Pascua para bebés y niños disponibles cuando usted realice un pedido. ¡Las tarjetas de regalo se distribuirán en la acera, en nuestras ubicaciones externas y a todos los beneficiarios de la entrega, sin necesidad de registrarse!



### Receta de Heather:

## PALITOS DE POLLO CRUJIENTE CON SALSA RANCHERA

¡A los niños les encanta esta receta!  
Tan fácil y rápido de hacer.



**Tiempo de preparación:** 10 minutos

**Tiempo de Cocción:** 35 minutos

**PORCIONES:** 4

#### INGREDIENTES:

- 1 lb. Pechuga de pollo sin piel deshuesada cortada en tiras
- ½ de botella de aderezo ranch
- 1 funda de galletas Ritz trituradas (cualquier marca sirve)
- Sal y pimienta

#### INSTRUCCIONES

1. Ponga el aderezo ranch y las galletas Ritz en tazones separados
2. Engrase una sartén de 9x13 pulgadas
3. Échele sal y pimienta al pollo
4. Sumerja el pollo en el aderezo ranch y luego sumérgalo en las galletas saladas
5. Coloque en la sartén y hornee a 350 grados durante 25-35 minutos



Heather Paterson es la encargada de comidas de ONT. Sus deliciosas recetas se convierten en comidas y están **disponibles gratis para llevar todos los miércoles de 4 p.m. a 6 p.m. en Main Street Congregational Church, 145 Main St. en Amesbury.**

### Números de Línea de Ayuda Comunitaria de Seguridad/Emergencia

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

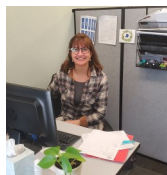
**Abuso de ancianos (mayores de 60 años):** Servicios de protección de ancianos, **800-792-5200**, 24/7

**Prevención del Suicidio:** Línea de Ayuda Nacional de Prevención del Suicidio, **800-273-8255**, 24/7

**Abuso de Discapacitados:** Comisión de Protección a las Personas Discapacitadas, **800-426-9009**, 24/7

**Abuso infantil:** Línea de Ayuda de Emergencia de Abuso Infantil, 800-792-5200, 5pm-9am de lunes a viernes, todo el día los fines de semana y feriados

## Perfil de una voluntaria: Veronica Carleo



Veronica Carleo trabaja como voluntaria de Mercado y Oficina en Our Neighbors' Table desde hace aproximadamente 4 años. Veronica dice que su participación en varios puestos de voluntariado le permitió "ver las operaciones de ONT desde diferentes ángulos". Llegó a ONT después de que un amigo y ex miembro de la Junta directiva de ONT, Eli Bailin, le habló sobre la misión y el impacto que hace ONT. Veronica conoció a Eli hace unos 7 años cuando la pista de Newburyport fue declarada ruinoso, y ayudaron a crear una organización llamada "Friends of Newburyport Track" (Amigos de la pista de Newburyport) para arreglarla. Friends of Newburyport Track es un proyecto que la apasiona a Veronica porque a ella y a su familia les encanta correr. La organización reunió a grupos de entrenadores, clubes de atletismo y solicitó subvenciones para crear una nueva pista de 8 carriles con instalaciones.

Veronica conoce los efectos de la pobreza, la salud mental y la inseguridad alimentaria a través de la batalla de su hermano contra la adicción. Ella admira "la comprensión y la empatía de todos en ONT y la forma en que utilizan la información para empoderar a los voluntarios". Veronica dice que, aparte de la información que utiliza durante los turnos de voluntariado, también ha podido despertar la conciencia sobre la inseguridad alimentaria a través de redes personales. También le encantan las conexiones que hace con los clientes: "He forjado relaciones con los clientes que llaman todas las semanas para hacer sus pedidos".

Veronica nació en Nebraska, pero ha vivido en todo el país. ¡Incluso vivió en Japón por un tiempo mientras su esposo trabajaba para Nike! Veronica trabajó en marketing en organizaciones de conservación de la vida silvestre y la American Lung Association (La Asociación Estadounidense del Pulmón). Ha vivido en Newburyport durante 18 años y tiene 3 hijos: Nicholas, Jack y TJ. En su tiempo libre, a Veronica le gusta caminar, practicar senderismo con raquetas de nieve con sus perros, y ver a sus hijos participar en carreras.

Veronica, ¡gracias por todo lo que haces por tu comunidad y para ONT!

## El Amesbury Senior Center tiene una nueva camioneta del COA

Se utilizará para proporcionar viajes para adultos mayores a sus citas (para complementar MVRTA y NEET viajes) y también se utilizará para viajes específicos de "Monday Fun Day Trips" (Los viajes divertidos del lunes) del Amesbury Senior Center.

Las reservas se pueden hacer con hasta dos semanas de antelación. Indique su nombre, dirección, número de teléfono, si usa un bastón, andador o silla de ruedas y la duración de la cita a la que va.

Llame al área de recepción de COA al 978-388-8138 para programar el transporte con al menos 48 horas hábiles de anticipación.

## Asistencia financiera disponible para individuos y familias que experimentan dificultades debido a COVID.

Requisitos para calificar: personas y familias que experimentan dificultades económicas graves debido a COVID-19 que viven por debajo del 80% del ingreso promedio estadounidense (AMI por sus siglas en inglés) y hogares sin acceso, o un acceso muy limitado, a fuentes de asistencia económica. Categorías que califican:

- Gastos de Vivienda
- Asistencia con el pago de servicios públicos
- La seguridad alimentaria
- Transporte
- Tecnología
- Atención médica
- Cuidado infantil
- Gastos funerarios (asociados con COVID)



Llame a Pettengill House al 978-463-8801 para hacer una cita.

