



# Noticias al otro lado de la mesa

Our Neighbors' Table, Diciembre de 2021 / Edición 17

## Noticias Navideñas del Mercado

ONT se está abasteciendo de golosinas y tarjetas de regalo para Navidad. **Nuestra distribución de la temporada festiva se llevará a cabo la semana previa a la Navidad (14 al 18 de diciembre) y también el 21 de diciembre.** No es necesario inscribirse. En lugar de inscribirse, puede hacer un pedido antes de las 3:00 pm un día antes de recoger sus alimentos. **También estaremos abiertos el miércoles 22 de diciembre y el jueves 23 de diciembre.**

**El ONT estará cerrado durante las vacaciones de la temporada festiva.** Tenga esto en cuenta al hacer su pedido este mes. Abastézcase de comestibles en las semanas anteriores si es necesario (artículos tales como: leche, vegetales enlatados, carnes congeladas, tubérculos, una docena adicional de huevos, etc.). **Nuestra oficina reabrirá el lunes 3 de enero** y los programas se reanudarán el miércoles 5. ¡Felices Fiestas!

### ONT ¡El miércoles 8 de diciembre es la cena con Santa!

**Santa y la Sra. Claus vienen a la ciudad para la comida comunitaria de ONT — 146 Main St., Amesbury**

¡Únase a nosotros para una narración de 'Twas the Night before Christmas' (Era La Víspera de Navidad), con todo y leche y galletas con USTED!

**Primera narración a las 4:15 pm • Segunda narración a las 5:00 pm**

¡Cada niño también recibirá dos regalos envueltos!

**Por favor, asegúrese de usar una mascarilla por motivos de seguridad.**



### Receta de Heather:

#### MUÑECO DE NIEVE DE MASMELO

¡Es divertido hacerlos con las personas pequeñas de su vida!

**Tiempo de preparación:** 10 minutos

#### INGREDIENTES:

- 3 masmelos de tamaño normal
- Palitos de pretzel
- Glaseado de galleta de chocolate
- Caramelo de maíz

#### INSTRUCCIONES:

1. Use el glaseado apretándolo para formar los ojos y la boca en un masmelo
2. Corte una hendidura en el medio y coloca e hínque un dulce de maíz para formar la nariz
3. Corte otra hendidura en la parte trasera e hínque el masmelo en el borde de tu taza.
4. Agregue 2 puntos de glaseado a otro masmelo e hínque 2 palitos de pretzel en los lados
5. Agregue otro punto de glaseado en su último masmelo e hínque 2 palitos de pretzel en la parte inferior
6. Colóquelos en su taza y observe cómo su muñeco de nieve se relaja en su baño de chocolate caliente.



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.

## Carta de la Directora Ejecutiva

¡Felices Fiestas! Ya sea que esté celebrando el solsticio de invierno, una visita de Santa o los milagros de Hanukkah, espero que esté disfrutando de la calidez de alguien a quien ama. Todos los días, en Our Neighbors' Table, vemos lo mejor de la humanidad: ojos sonrientes mirando por encima de las mascarillas, vecinos cuidándose mutuamente e historias de gratitud y esperanza. Sabemos que la vida se pone bastante difícil, en especial este año y especialmente durante la temporada festiva. ONT está aquí para USTED. Ya sea que esté comprando alimentos o necesite informarse de otra agencia para obtener servicios, estamos aquí para ayudarle. ¡Una forma en que podemos ayudar es procesando su solicitud de SNAP! SNAP (también conocido como Cupones para Alimentos) pone dinero en su billetera para que pueda comprar alimentos en el supermercado. Tener SNAP no le impide comprar en el mercado de ONT, pero le da dinero para comprar las cosas que nosotros no vendemos. La mayoría de las personas que compran en ONT calificarían para recibir algo de dinero de SNAP, ¡pero la mitad de ustedes no están inscritos! ¡No deje este dinero sobre la mesa! ¡Haga su cita con Tress antes de que termine el año - ourneighborstable.org/SNAP o llame a nuestra oficina!

Que la paz esté con usted a lo largo del año nuevo,

Lyndsey

## Noticias de SNAP

Obtener SNAP lo/la califica automáticamente para tarifas de servicios públicos con descuento con National Grid y Merrimac Light Department (Departamento de luz). Si proporcionó una factura de servicios públicos al DTA, debería ver el descuento reflejado en su factura. De lo contrario, puede solicitar el descuento directamente a las empresas completando una solicitud rápida en línea y enviándoles una copia de su tarjeta de EBT o una carta de aprobación de DTA.

Los clientes de National Grid pueden ir al <https://www.nationalgridus.com/Discount-Rate-App-MA> o llamar a National Grid al 1-800-322-3223.

Los residentes de Merrimac pueden ir al <https://merrimacdept.com/application-for-lifeline-discount/> o llamar al Departamento de Luz de Merrimac al 978-346-8311.

¿Aún no recibe SNAP? Aún puede calificar para el descuento si participa en cualquiera de los otros programas. Consulte los sitios web enumerados anteriormente para obtener más detalles.

## ¡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.



### Programas de asistencia energética

Debido a la pandemia y los altos precios del gas natural en todo el mundo, se prevé que los precios del suministro de gas y electricidad sean muy altos este invierno. Hay disponibles programas de asistencia nuevos y ampliados para ayudar a los clientes a pagar sus facturas o manejar el aumento.

Si está atrasado(a) en sus facturas de servicios públicos, **debe llamar a su compañía de servicios públicos** de inmediato y preguntar sobre los planes de pago. Las empresas de servicios públicos ofrecen varios programas de asistencia al cliente, que incluyen planes de pago flexibles (independientemente de sus ingresos) y planes de condonación de saldo para los que califiquen. Estará protegido(a) contra la interrupción del servicio si realiza los pagos según lo programado en el plan. También puede calificar para una **tasa de descuento para personas de bajos ingresos** si aún no la está recibiendo.

#### Programas de asistencia en base a los ingresos:

##### LIHEAP / Asistencia de combustible

La asistencia de combustible tiene pautas de ingresos mucho más altas que otros tipos de programas de asistencia, por lo que incluso si no califica para SNAP u otros programas, puede calificar para la asistencia de combustible. Puede obtener Asistencia para combustible incluso si paga un alquiler (no subsidiado) y la calefacción está incluida en el alquiler.

- Para presentar una solicitud en nuestra región de Massachusetts, comuníquese con **Community Action (Acción Comunitaria) al 978-373-1971 ext. 218.**
- Si vive en South Hampton, presente la solicitud en **Rockingham Community Action (Acción Comunitaria de Rockingham) al (603) 474-3507.**

##### Fondo Energética de Good Neighbor (Buen Vecino) de Massachusetts

Si sus ingresos los límites admisibles para la asistencia de combustible, pero todavía tiene problemas con los costos de calefacción, es posible que califique para recibir asistencia del Fondo Energética de Good Neighbor. Presente una solicitud a través de su Ejército de Salvación local. En nuestra zona, comuníquese con el **Ejército de Salvación de Newburyport al (978) 465-0883.**

#### Cenas festivas gratuitas el día de Navidad en North Shore:

**Haverhill: Common Ground Cafe, 194 Winter St.,** mañana de Navidad, hasta media tarde (lo más probable es que este abierta hasta la 1 pm). ❄️

**Peabody: Haven from Hunger (Refugio del Hambre), 71 Wallis St.,** Cena de Navidad a las 12 del mediodía. Las puertas se abrirán a las 11 a. m. ❄️

**Salem: Lifebridge, 56 Margin St.,** Cena de Navidad servida de 12:30 a 1:00 p.m. y de 6:30 a 7:00 p.m.

**Danvers: Northshore Unitarian Universalist Church, 323 Locust St.,** "Cena de Navidad con amigos" se servirá de 1 a 3 pm. Hay transporte disponible si es necesario. Llame a la iglesia antes de las 12 del mediodía del jueves 22 de diciembre para inscribirse.

**Lynn: My Brother's Table, 98 Willow St.,** la cena de Navidad se servirá de 2:30 p.m. a 4:15 p.m. Todo el que venga recibirá un pequeño regalo. ❄️

**Gloucester: Gloucester American Legion, 8 Washington St.,** Cena navideña de jamón se servirá de 11:30 am a 12:30 pm Los residentes de Cape Ann que estén confinados en sus hogares y deseen que les entreguen una comida pueden llamar y dejar un mensaje antes de las 6:00 p.m. miércoles 21 de diciembre. Véase más abajo para obtener más detalles.

**Beverly: St. Peter's Church, 4 Ocean St.,** la cena habitual de los domingos se servirá el 25 de diciembre a las 6 p.m. Se servirá una cena especial de Navidad el domingo 18 de diciembre, y las puertas se abrirán a las 5:30 p.m. y la cena se servirá a las 6 p.m. ❄️

### Perfil de una voluntaria: Clarissa Taylor



Clarissa Taylor, una de las campeonas comunitarias de 2021 de ONT, habla de manera divertida y cariñosa sobre su introducción a ONT. "Mi amiga Murray me hizo una broma", comienza con una sonrisa, "Murray me preguntó si quería ser parte del Comité de Apreciación a los Voluntarios para una reunión y un evento". Se convirtió en mucho más que una reunión y un evento, pero después de 9 años de voluntariado, ella no lo cambiaría por nada del mundo. Clarissa se ha ofrecido como voluntaria en casi todas las áreas del programa de ONT. Actualmente está utilizando su enfoque amistoso para recibir pedidos de clientes por teléfono como voluntaria de la Oficina. Le encanta tomarse el tiempo para charlar con los clientes antes de tomar sus pedidos. Clarissa recuerda su momento más memorable en la ONT: "Una cliente se alegró mucho de que la llamara por teléfono porque normalmente soy la única persona que la llama cada semana". Clarissa ha vivido en Amesbury durante 36 años después de criarse en Lawrence. Fue terapeuta del habla en las Escuelas Públicas de Amesbury antes de jubilarse. Le encanta caminar, leer, viajar y cuidar a sus 5 nietos en su tiempo libre.



#### ¡Our Neighbors' Table organizó una clínica móvil de vacunas desde autobús el 11 de noviembre y se vacunaron 100 brazos!

Se ofrecieron las dos dosis y también la de refuerzo de Pfizer, Moderna o Johnson & Johnson en la clínica de vacunas. Las citas no fueron necesarias ya que era una clínica sin cita previa. ¡Una combinación de clientes de ONT, personal, voluntarios y algunos socios de la comunidad representó los 100 brazos que fueron vacunados ese día! ONT se enorgulleció de hacer su parte para ofrecer este servicio a nuestros clientes y a la comunidad de ONT en general.

#### Información sobre la ubicación y horarios de Our Neighbors' Table:

**Mercado de Newburyport:** Centro para personas mayores de Newburyport, 331 High St., Newburyport  
Jueves, 10:00 am a 11:30 am

**Mercado de Amesbury:** 194 Main St., Amesbury  
Miércoles: 10:00 am - 1:00 pm y 2:00 pm - 4:00 pm  
Jueves: 12:00 pm - 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

Los pedidos de comestibles se pueden colocar en línea o por teléfono hasta las 3 pm del día anterior a que los pasen buscando. Ordene sus comestibles a través de [ourneighborstable.org/getfood](http://ourneighborstable.org/getfood)



978-388-1907  
194 Main Street, Amesbury, MA 01913  
[www.ourneighborstable.org](http://www.ourneighborstable.org)

#### 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