



Noticias al otro lado de la mesa

Our Neighbors' Table, Febrero de 2022 / Edición 19



Pruebas caseras GRATUITAS de COVID

El gobierno está proporcionando 4 pruebas gratuitas de COVID en el hogar por familia. El sitio web para ordenarlas está oficialmente en funcionamiento. Para obtener sus pruebas gratuitas de COVID, visite: [Covidtest.gov](https://covidtest.gov). Simplemente deberá proporcionar su dirección de correo electrónico y su dirección postal. ¡No se requiere dinero y no se requiere seguro médico! Es muy sencillo, solo ingrese sus datos y solicite sus 4 pruebas gratuitas de COVID. ¡Toma 1 minuto!

Receta de Heather:

Galletas de mantequilla de maní fáciles de preparar

¡Solo 3 ingredientes!

¡Su familia le rogará que las haga una y otra vez!



INGREDIENTES

- 1 taza de mantequilla de maní (crujiente o cremosa)
- ½ taza de azúcar
- 1 huevo

INSTRUCCIONES

1. Precaliente el horno a 350 grados.
2. En un tazón grande, mezcle la mantequilla de maní, el azúcar y el huevo.
3. Saque una cucharada de masa y haga una bolita. Coloque las bolitas de galletas en una bandeja antiadherente para hornear.
4. Para ayudar a que las galletas se horneen de manera más uniforme, aplane las bolitas presionándolas con un tenedor en la parte superior y luego hágalo nuevamente en la dirección opuesta, creando un patrón entrecruzado.
5. Hornee durante 8-10 minutos o hasta que la parte de abajo de las galletas esté dorada.
6. Retire de la bandeja para hornear y deje enfriar.
7. Sírvese un vaso de leche, traiga a su(s) niño(s) favorito(s) ¡y disfruten el momento!



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.

Noticias del Mercado

Artículos de aseo personal adicionales

Al realizar un pedido de comestibles, **ahora usted puede agregar dos artículos de aseo personal a su carrito, además de un rollo de papel higiénico.** Y si tiene niños en el hogar, también puede agregar un paquete de pañales de cualquier tamaño. Si necesita artículos de aseo personal con regularidad y no puede obtenerlos de Our Neighbors' Table, no dude en llamar a nuestra oficina (978-388-1907) y preguntar por Hannah. Siempre estamos buscando formas de adaptar nuestro inventario a sus necesidades y apreciamos sus sugerencias.

Noticias de SNAP

La Administración Biden ha extendido la declaración de emergencia de salud pública federal debido al COVID al menos hasta mediados de abril de 2022. Esto significa que las asignaciones de emergencia debido al COVID continuarán para los beneficiarios de SNAP, al menos hasta ese momento. Las asignaciones de emergencia se cargan a su tarjeta de Transferencia Electrónica de Beneficios (EBT) el segundo día hábil del mes siguiente al mes correspondiente. Por ejemplo, las asignaciones de emergencia de febrero aparecerán en las tarjetas el 2 de marzo y las asignaciones de marzo aparecerán en las tarjetas el 4 de abril.

Los beneficiarios de SNAP ahora pueden usar sus beneficios de EBT de SNAP para comprar comestibles en línea en las tiendas BJ participantes para recoger y para entregas a domicilio. BJs es el séptimo minorista en línea de SNAP en la Commonwealth y se une a Stop & Shop, Walmart y Amazon, así como a ALDI, Hannaford, Price Chopper y Stop & Shop a través de Instacart. Todos los clubes de BJ aceptan SNAP y ahora también aceptan pagos EBT de SNAP en la página web Bjs.com, tanto para recoger las compras en la acera del Club, como para los envíos a domicilio y las entregas el mismo día. De manera similar al uso de los beneficios de SNAP para comprar alimentos en una tienda, los beneficios se pueden usar para comprar en línea alimentos que califican para SNAP, incluidos frutas y verduras frescas, alimentos congelados, lácteos y huevos. Para obtener más información sobre el programa de Massachusetts, visite www.Mass.gov/SNAPOnline.

Las pautas de los ingresos brutos máximos para SNAP aumentaron en 2022 para reflejar el aumento del costo de vida. Si le hicieron una verificación de SNAP anteriormente y le dijeron que estaba ligeramente por encima de las pautas de ingresos, llame a Tress en ONT para volver a tratar de que califique utilizando las nuevas pautas. Tress está disponible de martes a sábado en el 978-388-1907, extensión 18, o por correo electrónico a tress@ourneighborstable.org.

¡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.



This program has been funded at least in part with Federal Funds from USDA. This institution is an equal opportunity provider. The Department of Agriculture, USDA does not endorse any specific service or enterprise.



**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.



Asistencia de combustible

¡No es demasiado tarde para solicitar Asistencia de combustible para la temporada de calefacción de invierno 21-22! Las solicitudes se pueden presentar hasta el 30 de abril. Las pautas de ingresos para Asistencia de combustible son más altas que las de otros programas financiados con fondos públicos, por lo que incluso si usted no califica para SNAP o para MassHealth, podría calificar para recibir Asistencia de combustible. A continuación, se encuentran las pautas de ingresos brutos anuales de 2022 para el programa de Asistencia de combustible, también conocido como LIHEAP.

Number of People in a Household	60% of Estimated State Median Income
1	\$ 40,951
2	\$ 53,551
3	\$ 66,151
4	\$ 78,751
5	\$ 91,351
6	\$ 103,951

El programa de Asistencia de combustible ayuda a los hogares que califican a pagar sus facturas de calefacción durante la temporada de invierno/primavera o hasta que se agoten los beneficios. Los clientes de Asistencia de combustible también reciben varios descuentos, como descuentos telefónicos, descuentos en electricidad y descuentos en gasolina y aceite. Los clientes también recibirán ayuda con la gestión de atrasos vencidos, así como acceso a otros programas de asistencia energética que ayudan a ahorrar dinero.

Ya sea que su fuente de calor sea eléctrica, de aceite, gas natural, propano, queroseno, carbón o madera, el programa de Asistencia de combustible puede ayudar con los costos de los hogares que califican.

¿La calefacción está incluida en el alquiler? Aun así, puede solicitar Asistencia de combustible. Si usted califica, el programa de Asistencia de combustible pagará una parte de su alquiler directamente al propietario.

Usted puede solicitar Asistencia de combustible en nuestra área a través de **Community Action, Inc.**, en Haverhill, llamándolos al **978-373-1971** o solicitando en línea en www.toapply.org/CAI

Lotería de Inscripciones Abiertas de River Valley Charter School

Las familias interesadas pueden presentar su solicitud hoy para la lotería de Kindergarten de día completo. Los solicitantes de 1º a 8º grado entrarán en la lotería y se colocarán en una lista de espera.

Fecha límite de presentación de la solicitud: martes 15 de febrero de 2022, a las 4:00 p.m.

Solicitud e información disponible en línea en: www.rivervalleycharter.org

¿Preguntas? Llame al **978-465-0065** o envíe un correo electrónico a rvcs@rivervalleycharter.org



Perfil de una voluntaria: Robert Schoen



Robert Schoen ha trabajado “entre bastidores” como voluntario en el Almacén desde principios de 2021. Robert había estado haciendo donaciones a ONT, pero descubrió que tenía más tiempo libre cuando comenzó la pandemia y decidió ser voluntario también. A Robert le gusta descargar los envíos de camiones del Banco de Alimentos del Área Metropolitana de Boston porque, aunque este es un trabajo físicamente exigente, siente que es una de las partes más esenciales de la distribución de ONT. Robert habla con cariño de los clientes habituales del Almacén, y agradece que puedan reírse y bromear acerca de todo.

Antes de mudarse al área de Amesbury en 2016, Robert viajó por todo el mundo. ¡Incluso vivió 2 meses en la India! En un período particular de 6 meses, Robert viajó por Europa, hasta el extenso mar Mediterráneo y luego a través de partes del Medio Oriente. Después de este viaje, vivió y trabajó en Alemania durante varios años.

Como fotógrafo comercial, Robert captura momentos en cámara como si fueran historias. Ya sea la historia de la jornada laboral de un empleado o una mañana en una aldea en Kenia, las fotos de Robert son impactantes y expresivas. Además de la fotografía, a Robert le gusta realizar proyectos de carpintería en su casa y solía cantar en un coro.

¡Robert, gracias por todo lo que haces en el Almacén y por ONT!

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



978-388-1907
194 Main Street, Amesbury, MA 01913
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