



Noticias al otro lado de la mesa

Our Neighbors' Table, Octubre de 2021 / Edición 15

Receta de Heather: FRITTATA CAPRESE



¿Cansados del mismo desayuno de siempre?

¡Prueben este sencillo plato con huevo!

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 minutos

TIEMPO DE COCINA: 15 minutos

PORCIONES: 4

INGREDIENTES:

- 6 huevos grandes
- 1/3 taza de crema batida espesa
- 1/2 cucharadita de sal, al gusto
- 1/2 taza de queso parmesano rallado
- 1/2 taza de bolitas perla de queso mozzarella (fresca)
- 1/2 taza de tomates cereza o de tomates uva
- 6-8 hojas de albahaca fresca, cortadas en trozos pequeños
- ¼ de taza de cebolla picada, si lo desea
- 1 taza
- 1 cucharada de mantequilla
- 3/4 cucharadita de sal de ajo

INSTRUCCIONES:

1. Caliente el horno a 400° Fahrenheit
2. Rocíe con una capa antiadherente una fuente para hornear de 9x9, o engrásela con mantequilla
3. Bata los huevos junto con la crema batida y la sal de ajo
4. Corte los tomates por la mitad y corte la cebolla en trozos pequeños
5. Vierta la mezcla de huevo en la fuente para hornear, y luego agregue el tomate y la cebolla
6. Agregue la albahaca fresca y las bolitas perla de mozzarella
7. Espolvoree queso parmesano afeitado por encima, y luego hornee durante 17 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.

Noticias del Mercado

¿Hay algunos artículos de los cuales usted no está obteniendo suficiente cantidad? ¿Hay algo más que desea que le ofrezcamos? ¡Nos encantaría escuchar su opinión! Si bien tenemos límites para muchos artículos, queremos asegurarnos de que todos los clientes puedan pedir sus cantidades adecuadas de comida. Así que, si usted piensa que los límites son restrictivos, comuníquese con Hannah, nuestra Gerente del Mercado.

Ayuda gratuita para obtener los Pagos de Estímulo y de Crédito Tributario por los Hijos

¿No recibió Pagos de Crédito Tributario por los Hijos (CTC) o Pagos de Estímulo por no haber declarado sus impuestos? El CTC es de \$250/mes para los niños entre 6 y 17 años que califican, y de \$300/mes para los niños menores de 6 años. Ahora existe un formulario en línea que es muy sencillo y fácil de llenar, y que conecta a las familias que califican con los pagos de estímulo y de CTC. El nuevo formulario está disponible en inglés y en español, y es compatible con los dispositivos móviles. Visite [Findyourfunds.org](https://findyourfunds.org) para enviar su solicitud y obtener más información. .

Noticias de SNAP

Tarjeta EBT para Descuentos en Admisión a Eventos Culturales – El Departamento de Asistencia Transicional (DTA, por sus siglas en inglés) y el Concejo Cultural de Massachusetts se han asociado para ofrecer entradas con descuento a más de 250 museos e instituciones/espectáculos culturales de Massachusetts. Usted puede recibir entradas gratuitas o a precios reducidos a estos lugares, mostrando su tarjeta EBT. Las tarjetas de Transferencia Electrónica de Beneficios por la Pandemia (P-EBT, por sus siglas en inglés) también calificarán hasta finales de 2021. Los descuentos y la disponibilidad varían según cada institución, por lo que se recomienda llamar primero al lugar que desea visitar, para obtener más detalles. Para obtener más información y una lista completa de las organizaciones participantes, visite mass.gov/cardtoculture.

¡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.



Servicios Juveniles de Newburyport

Servicios Juveniles de Newburyport (NYS, por sus siglas en inglés) ofrece programas, eventos y servicios de calidad a los jóvenes y familias del área metropolitana de Newburyport. NYS fomenta el crecimiento, la autoexploración, el empoderamiento y la comunidad, aplicando principios positivos de desarrollo juvenil a través de nuestra programación recreativa y apoyos familiares.

¿Sabías?

- NYS ofrece ayuda económica para todos los programas, incluso para pagar la membresía en los Centros de Recreación.
- NYS ofrece muchos grupos de afinidad para jóvenes y familias, incluso grupos para jóvenes de color, jóvenes LGBTQ+, abuelos que crían a sus nietos, nuevos padres, familias multiculturales y hermanos de niños con necesidades especiales.
- Nuestro Programa de Festividades "Family to Family" (de Familia a Familia) estará aceptando solicitudes de asistencia desde el 1 de octubre para las festividades de fin de año, a través de nuestro sitio web. Este es un programa regional que atiende a las comunidades de Newburyport, Amesbury, Salisbury, Newbury, West Newbury y Rowley.

Para obtener más información, visite: <https://newburyportyouthservices.com/>

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

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

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

Ofertas de empleo:

YWCA del Área Metropolitana de Newburyport

Administrador de Instalaciones (exento, de lunes a viernes y según sea necesario)

- Se requiere 3-5 años de experiencia en instalaciones, mantenimiento o construcción, incluido un (1) año de experiencia en supervisión

Gerente de Membresía (salario exento)

- Preferiblemente con una licenciatura universitaria (Bachelor's), se requiere experiencia en ventas

Gerente de Propiedad (tiempo completo exento, horario flexible con algunas noches y fines de semana)

- Experiencia mínima de 2 años en gerencia de proyectos de vivienda
- Certificado en el Programa de Crédito Tributario para Viviendas para Personas de Bajos Ingresos (LIHTC, por sus siglas en inglés), o capaz de certificarse en el transcurso de 3 meses

Salvavidas (tiempo completo y medio tiempo)

- Debe poder pasar los requisitos de natación de la Certificación de Salvavidas

Recepción (tiempo completo y medio tiempo)

- Debe tener buenas habilidades interpersonales y de manejo de computadoras

Líder de Grupo del programa "School's Out" de YWCA (medio tiempo, de lunes a viernes, 2:00 PM-6:00 PM)

- Preferiblemente con diploma de la escuela secundaria
- Debe tener calificación como Coordinador de Sitio de parte del Departamento de Cuidado y Educación Temprana. Debe presentar verificación de antecedentes penales

Para obtener más información e instrucciones sobre envíos de solicitud, visite www.ywcanewburyport.org/employment/

Perfil de una voluntaria: Amy Vander Els



Cuando Amy Vander Els abastecía el Mercado antes del COVID, le encantaba ver la alegría en los rostros de los clientes mientras seleccionaban sus frutas y verduras frescas favoritas. "Cuando llegaban los voluntarios para su turno", dijo Amy, "los clientes que estaban esperando a que abriera el mercado tocaban la bocina de sus autos y abrazaban a los voluntarios cuando entraban por la puerta". Amy dice que estos fueron algunos de los momentos más poderosos que ha vivido en ONT. Amy comenzó a trabajar como voluntaria en el mercado hace unos 4 años, pero ahora trabaja en la oficina, ayudando a garantizar que todos los clientes puedan colocar sus pedidos.

A medida que Amy comenzó a aprender más sobre la misión y la reputación de ONT en la región, supo que tenía que involucrarse. Amy dice que se siente "más conectada con la comunidad" al ofrecerse como voluntaria en ONT porque "uno puede conocer gente fuera de su red habitual, que tal vez no hubiera conocido nunca". Le encanta haber conocido a personas de todos los caminos de la vida, y haber hecho conexiones con clientes o voluntarios de diferentes grupos de edad.

Amy creció en la costa de New Hampshire, donde vivió hasta que se fue al extranjero para enseñar arte. Durante 7 años, ¡enseñó en Italia, Hungría y las Islas Caimán! Después, Amy regresó a Amesbury y abrió un estudio de arte donde crea joyas únicas, da clases de arte y pinta. En su tiempo libre, le gusta caminar, hacer yoga, cocinar y comer diferentes comidas.

Amy, ¡gracias por todo tu arduo trabajo y enorme dedicación a 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