

## Ayuda de Emergencia y Asistencia

### La Comisión de Utilidad Pública :



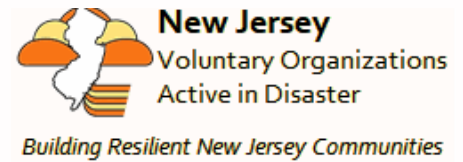
Debido a la pandemia, sabemos que muchos están sufriendo emocionalmente y económicamente. Por lo tanto, el estado de Nueva Jersey ha creado muchos programas de asistencia y ha cambiado las regulaciones para que otros sean elegibles. Algunos de estos programas importantes incluyen el Fondo de Servicio Universal (USF), Asistencia para el pago de gas y electricidad (PAGE) y Asistencia de emergencia para el alquiler.

**Comuníquese** con Tina Notaro en [tina.notaro@bpu.nj.gov](mailto:tina.notaro@bpu.nj.gov) o llame al **(609) 610-3328** para obtener más información y asistencia.

### Ayuda del Huracán Ida

**Compass 82** es una línea de ayuda que se dedica a trabajar con personas que se han visto afectadas por desastres naturales. Sabemos que muchas personas se han visto terriblemente afectadas por el huracán Ida y han perdido muchas necesidades y pertenencias personales. Compass 82 ha estado trabajando diligentemente con la Organización de Voluntarios de NJ Active Disaster (NJVOAD) y los servicios que brindan son gratuitos.

**Comuníquese** con la Línea de Ayuda de Ida al **(609) 629-2900** para obtener más información o asistencia.



### Administración de la Seguridad Social:



La administración de la seguridad social está aquí para ayudar a las personas y tienen muchos servicios. La mayoría de las personas elegibles son personas de bajos ingresos, personas sin hogar, discapacitadas o que luchan por muchos problemas diferentes. El seguro social está aquí para brindarle alivio y seguridad a usted y su familia durante estos tiempos difíciles. **Visite** [www.ssa.gov](http://www.ssa.gov) y [www.ssa.gov/agency/rcds.html](http://www.ssa.gov/agency/rcds.html) o **llame** al **(800) 772-1213** para obtener más información y asistencia.

### Huracán Ida - Su Recuperación Financiera es Nuestra Prioridad

#### ¿Qué Servicios se Ofrecen?

- Solicitudes y apelaciones de FEMA
- Recuperación de pequeñas empresas / préstamos de la SBA
  - Asesoramiento financiero
  - Presupuesto de recuperación ante desastres
- Inspecciones de viviendas y contratos de reparación
  - Gestión de la negociación
  - Trabajar con sus acreedores

Llame a la línea directa de Hope Coalition America al **888-388-HOPE (4673)**



# FIRST BILINGUAL SDA CHURCH

SERVICIO COMUNITARIO Y DESPENSA DE ALIMENTOS

## Ayuda de Emergencia y Asistencia

### Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP)



La solicitud para el programa **SNAP** de desastres de emergencia comenzó el 15 de noviembre para los hogares elegibles en los municipios de Bergen, Essex, Hunterdon, Middlesex, Passaic, Somerset y Union.

Visite [njnsnap.gov](http://njnsnap.gov) para ver si vive en uno de los municipios elegibles

### Extensión de Asistencia de FEMA

Los residentes de Nueva Jersey tendrán más tiempo para registrarse para recibir asistencia y visitar los centros de recuperación por desastre de FEMA. La fecha límite para solicitar la asistencia de FEMA debido a los daños y pérdidas de los restos del huracán Ida se ha extendido hasta el **5 de enero de 2022**.

Puede presentar su solicitud en línea en [www.disasterassistance.gov](http://www.disasterassistance.gov) o llamando al (800) 621-3362.

También puede visitar los Centros de Desastre en Essex y el condado de Union.

**Condado de Essex:** Kmart - 235 Prospect Ave # 9413, West Orange, 07052

**Condado de Union :** O'Donnell Dempsey Senior Community Center, 618 Salem Ave, Elizabeth, 07028



# FEMA

### Asistencia Legal Gratuita de FEMA

Aquellos afectados por el desastre que no puedan pagar un abogado pueden solicitar **asistencia legal gratuita** a los Servicios Legales de Nueva Jersey (LSNJ). Visite [www.lsnjlawhotline.org](http://www.lsnjlawhotline.org) o llame al (800) 576-5529.

### COVID 19 Asistencia de Emergencia Para Alquilar

El Departamento de Asuntos Comunitarios de Nueva Jersey (DCA) anunció hoy que la segunda fase de la solicitud del Programa de asistencia de alquiler de emergencia (CVERAP) de COVID 19 se cerrará **el 15 de diciembre de 2021**. Para solicitar, visite <https://njdca.onlinepha.com>

Las solicitudes se pueden enviar en línea mediante el uso de cualquier tecnología. **Para más información llamar al 609-490-4550** de 8 de la mañana a 8 de la noche



### Programa de Viaje Compartido de NJ

¿Su coche está dañado o se perdió debido al huracán Ida? ¿O afectado por COVID?



Envíe un mensaje de texto a **NJDARIDE** al 898-211 para obtener más información o para solicitar un viaje.



# Comida y Alegría

## Bilingual Preescolar

no estar asociado con la iglesia

¡Prepárenos juntos para el jardín de infancia! Permítanos ayudar a desarrollar todas las habilidades de su hijo (social, emocional, física, cognitiva y de lenguaje). ¡Se divertirán mucho trabajando en nuestras actividades prácticas y haciendo amigos! También ofrecemos preescolar a tiempo completo y a tiempo parcial de lunes a viernes de las 8 a las 3 de la tarde.

## Comida de La Semana

**Cuscús:** un producto de trigo que se usa comúnmente en las comidas mediterráneas. El cuscús es una pasta hecha de harina de sémola mezclada con agua.



### Ideas de Recetas:

1. Use cuscús como sustituto del arroz o pasta
2. También puede usar el cuscús como una comida entera, como la paella.
3. Pruebe el cuscús como cereal caliente agregando frutas, miel, especias, nueces y mantequilla de maní.
4. También puede convertir el cuscús en una ensalada de pasta agregando tomates, pepinos, pasas y mayonesa.



¡Preescolar en persona, ahora abierto para inscripciones !!

**2 días a la semana: \$ 150 / mes**

Martes / Jueves 9-11: 30 am (¡Solo quedan 2 lugares!)  
Martes / Jueves 12-2: 30 pm (¡Solo quedan 2 lugares!)

**3 días a la semana: \$ 195 / mes**

L / M / V 9-11: 30 pm (¡Solo quedan 3 lugares!)  
L / M / V 12-2: 30 am (¡Solo quedan 2 lugares!)

**5 días a la semana: \$ 375 / mes**

L-V 9-11: 30 pm (¡Solo quedan 2 lugares!)  
L-V 12-2: 30 am (¡Solo quedan 2 lugares!)



¡Preescolar en línea ahora abierto para inscripciones

**2 días a la semana: \$ 67 / mes**

Martes / Jueves 12-12: 30 pm (¡Solo quedan 2 lugares!)  
+ 2 clases grabadas BONUS de 30 min

**3 días a la semana: \$ 97 / mes**

L / M / V 12-12: 30 pm (¡Solo quedan 3 lugares!)  
+ 3 clases BONUS grabadas de 30 min

**5 días a la semana: \$ 147 / mes**

Lunes a viernes 12-12: 30 pm (¡Solo quedan 2 lugares!)  
+ 5 clases grabadas BONUS de 30 min



¡Llame al (732) 406-5548 para asegurar su lugar hoy!

## La Primera Iglesia Adventista Bilingüe

La Primera Iglesia Adventista Bilingüe tiene una despensa de alimentos ubicada en Middlesex, Nueva Jersey. Si necesita comida, envíe un mensaje de texto a la despensa de alimentos al (732) 629-8065.

Proporcione su nombre, ciudad, dirección de correo electrónico y número de personas en su hogar.

Las cajas de comida se pueden recoger en la iglesia los domingos. Al recibir su solicitud, se le dará una cita para que lo recojan. O envíe un mensaje de texto con "COMIDA" al (908) 224-7776 para encontrar una despensa de alimentos local cerca de usted



## Regalos de Navidad para Familias

Deborah Tucker, fundadora de Free Along, busca bendecir a 100 familias con regalos de Navidad el domingo 19 de diciembre de 2021 de 2 a 4 pm. Comuníquese con Deborah al (732) 874-4917 si desea participar y para conocer la dirección del evento.

## 1er Iglesia Adventista Bilingüe Evaluación de las Necesidades del Huracán Ida

Complete esta encuesta para que podamos ayudarlo mejor y satisfacer sus necesidades. <https://www.firstbilingual.org/serve/hurricane-ida-survey->



## Consejos para Mejorar Tu Salud Mental Durante la Pandemia



Durante la pandemia, numerosas personas se han enfrentado a la depresión, la pérdida del trabajo, la pérdida de un familiar cercano y han sufrido de soledad y trauma. Para aliviar estos problemas, las personas deben buscar terapia, comer sano, hacer ejercicio y encontrar pasatiempos relajantes. Si las personas siguen esta rutina, pueden superar la depresión o la ansiedad de COVID 19. Recuerde siempre: "¡Nunca debes rendirte! ¡Debes ser audaz; debes ser valiente! ¡Y encontrar la manera de interponerse en el camino!" - Red John Lewis.

New Jersey  
**MentalHealthCares**  
 1-866-202-HELP(4357)  
**Who cares? We do!**  
 Call for Confidential  
 Emotional Support,  
 Information and referral.