

هل تحتاج إلى مساعدة في التعرف على التغذية؟



الطعام الذي نتناوله يمد أجسامنا بالطاقة والعناصر الغذائية التي تحتاجها للنمو والحفاظ على القوة والعمل بشكل صحيح. إن تعلم المزيد عن الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة والبروتين والدهون الصحية يساعدنا على اتخاذ قرارات جيدة بشأن عاداتنا الغذائية. يمكن أن تساعدك ميزة خدمات التغذية لدينا على فهم ما تأكله وكيف يؤثر على جسمك.

خدمات الدعم الغذائي المتاحة:

التثقيف الغذائي

هل أنا مؤهل؟

لكي تكون مؤهلاً للحصول على دعم التغذية، يجب:

- أن تكون عضوًا حاليًا في خطة OHP.
- ألا تتمكن من الحصول على هذه الخدمة بوسائل أخرى.
- أن تواجه صعوبة في الوصول إلى غذاء مغذي أو تعاني من قلة توافره.
- أن تكون لديك حاجة طبية مؤهلة.
- أن تكون لديك حالة معيشية مؤهلة.

كيف يمكنني طلب دعم التغذية؟

إذا كنت تستوفي معايير الأهلية المذكورة أعلاه، فإنه يمكنك مسح رمز الاستجابة السريعة ضوئيًا لإكمال **Social Needs Request Form** (نموذج طلب الاحتياجات الاجتماعية). يمكنك أيضًا الاتصال بخدمة عملاء CareOregon على الرقم **503-416-4100** أو إرسال رسالة بريد إلكتروني إلى **hrsncx@careoregon.org**



يمكنك الحصول على هذه الوثيقة بلغات أخرى أو بخط كبير أو بطريقة برايل أو بأي تنسيق تفضله. لديك أيضًا الحق في الحصول على مترجم. يمكنك الحصول على مساعدة مترجم فوري معتمد أو مؤهل في مجال خدمات الرعاية الصحية. يمكنك الحصول على هذه المساعدات مجانًا. اتصل بالرقم 800-224-4840 أو عبر خدمة الهاتف النصي على 711، أو أخبر مقدم الخدمة الخاص بك. نقبل المكالمات الواردة عبر خدمة الترحيل.

OHP-25-6428