

# CHA-এ হাইপারটেনশনের জন্য পুষ্টি সহায়তা



স্বাস্থ্যকর আহার রক্তচাপ নিয়ন্ত্রণে রাখতে সাহায্য করতে পারে।

আপনার যদি উচ্চ রক্তচাপ বা হাইপারটেনশন থাকে এবং আপনি যদি একজন Tufts Health Together with CHA-এর একজন সদস্য হন, এবং আপনি যদি খাদ্যসুরক্ষার অভাব বোধ করেন, তাহলে আপনি CHA থেকে পুষ্টি সহায়তা পাবার জন্য যোগ্য বলে বিবেচিত হতে পারেন।



টাফ্ট ও কেমব্রিজ হেল্থ অ্যালায়েন্স-এর স্বাস্থ্য সংক্রান্ত সামাজিক চাহিদা (The Tufts and Cambridge Health Alliance Health Related Social Needs, HRSN) বিষয়ক কর্মসূচি সেই সব [Tufts Health Together with CHA](#) সদস্যদের স্বাস্থ্যকর খাদ্য পাবার সুযোগ করে দিয়ে সহায়তা প্রদান করে যারা খাদ্যসুরক্ষার অভাব বোধ করছেন।

পরিষেবাগুলির মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- শারিরিক চাহিদার নিরীখে তৈরি করা খাবার অথবা মুদিখানা সামগ্রী
- তাজ ফল ও শাকসব্জি কেনার জন্য একটি প্রি-পেইড ডেবিট কার্ড

আপনি যোগ্য কিনা তা জানতে আপনার প্রাথমিক পরিচর্যা দলের একজন সদস্যের সাথে কথা বলুন। এছাড়াও আপনি আরও জানার জন্য [HRSNservices@challiance.org](mailto:HRSNservices@challiance.org) -এ ইমেল করতে পারেন বা 781-338-0397 নম্বরে কল করতে পারেন।



[www.challiance.org/services-programs/primary-care/hypertension](http://www.challiance.org/services-programs/primary-care/hypertension)

 **CHA** Cambridge Health Alliance