

# H&W June 2019 Newsletter

J Z F R U I T B O W L C H Q R L H Q C P P S S Y  
W I R O F C P F P B O G Y W U X A O Z X J N V K  
P C C M C C G C A M F D O W V K O S N U N R L A  
W C L X N C E W M T D T G F Q P L B A H U F C M  
I H U U P U P C B Y H T Z V W J M R R N C C H A  
A O X T T R Y I O D S E T G W Y A J H G T K C R  
I L Y I K P K L B O Y T R M O L R P I J O Y N G  
K A Q X L E A R P H F J Y S U T L Y B F U F B J  
Y P K R G T J C O Z B C F C D W Y T W U F L H P  
I D S W U S X W T W G S S J O A N E N L O Z Y P  
X T E P I C E R T V M A J W T Z Y V T O R K O I  
G Y H Z S O M G O L V A G M I Y E Y D F Y T O C  
H M M O N R P Z Y O C N E D M E R P F P L I Y N  
N P W E D N Y E I L Q M D T D C R L P X P Y A I  
R F R S X E E D T G Y L S K F E S C I N X T R C  
E I K P T R R X O S T G N Y S B R N M G B H R W  
P W A L Z A H C C N I P M S S Z E W G L O I U E  
W F O A C S P T G A B R U G N K Y Y J O I X M E  
A R O C N V T P L Q V R K A M O G A C F A X N K  
K P C E O C Z G W N E J E R K P O R K P H D I K  
G H W B C V W V X Y O P H Z O K F L T O A P S R  
C E G E S A E S I D T R A E H E H I H F H A I O  
Q Y Y S R E W E K S E L P P A E N I P I G L O Q  
I I X L O R E T S E L O H C W V R M J M E V R P

Pineapple skewers  
Roisin Murray  
Cholesterol  
Fruit bowl  
Team work

Blood pressure  
Heart Disease  
Picnic week  
Zoes Place  
Recipe

Cardiovascular  
Fathers Day  
Pets Corner  
Jerk pork  
CCMCC