

Name: \_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_

# Healthy brain

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

healthy fats  
chick peas  
mackerels  
olives  
fruit

blueberries  
oily fish  
red meat  
salmon  
crab

cauliflower  
vegetables  
walnuts  
brain  
sage

wholegrains  
broccoli  
celery  
curry