

Name: _____

Mental Health Awareness

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

STRESS RELIEVERS
CONNECTIONS
POSITIVITY
EXERCISE
RELAXING
SLEEP

SELF REFLECTION
MINDFULNESS
GRATITUDE
KINDNESS
DO GOOD

HEALTHY FOODS
PLAY GAMES
SELF CARE
MEDITATE
FRIENDS