

Wellbeing

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

entertainment
gardening
keepwell
artwork
health
cook

mindfulness
outdoors
activity
reading
gaming

resilience
optimism
friends
connect
sleep

engagement
positive
podcast
selfcare
love