

# Scramble for Good Health

Unscramble the words to keep your brain awake. When you're done, place the letters from the numbered boxes into their corresponding box at the bottom of the page to reveal the hidden message!

urtifs

--	--	--	--	--	--

1

eaevetgbsl

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

3

hleow nrisga

--	--	--	--	--

4

--	--	--	--	--	--	--	--

8

fwtalo ikml

--	--	--	--	--	--	--

11

--	--	--	--	--

lcimuac

--	--	--	--	--	--	--

2

lyap rof iyxst tiensum

--	--	--	--

6

--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

13

--	--	--	--	--	--	--	--

5

rtctivyaie

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

7

hyspilac yviticpa

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

10

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

aalnonit yadir uicoeln

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

12

--	--	--	--	--	--	--	--

9

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



## Hidden Message

--	--	--	--

1 2 3 4

--	--

5 6

--	--	--

7 8 9

--	--	--	--

10 11 12 13



**FUEL UP**

NATIONAL DAIRY COUNCIL

## Fuel Up Tip of the Day

Choose more dark green and orange vegetables. They contain important vitamins and as we know, vitamins pretty much help your body feel healthy and energized.

Answers: fruits, vegetables, whole grains, lowfat milk, calcium, play for sixty minutes, creativity, physical activity, national dairy council.

Hidden message answer: Fuel Up and Play