



# July is BIPOC Mental Health Awareness Month

## BIPOC Connect Four

Connect four squares in a row before Black, Indigenous and People of Color (BIPOC) Mental Health Awareness Month ends! Each action brings us closer to making meaningful connections that cultivate culture, community and connection year-round.

I visited a museum about a culture different from my own	I read a book about another culture	I tried another culture's cuisine	I learned a new language	I watched a documentary about another culture
I embraced the perspective of someone from another culture at work	I actively listened to someone from a different culture	I volunteered at a BIPOC event	I donated to an organization that supports BIPOC	I helped at a school with high BIPOC populations
I shared information online that may help BIPOC	I read an article related to BIPOC	I discovered a common interest with someone from the BIPOC community	I shared an employment opportunity with a BIPOC individual	I purchased something from a local BIPOC business
I shared a social media post to amplify a BIPOC voice	I advocated for BIPOC concerns during a civic forum or town hall	I made someone of BIPOC origin feel welcomed	I performed an act of kindness for someone in the BIPOC community	I listened to music from a different culture



Scan the QR code or visit [MagellanHealthcare.com/BIPOC-MH](https://MagellanHealthcare.com/BIPOC-MH) for more BIPOC mental health resources.





Julio es el Mes de Concientización sobre la Salud Mental de BIPOC

# Juego Connect Four de BIPOC

¡Coloque cuatro cuadrados en la misma fila antes de que termine el Mes de Sensibilización de la Salud Mental de la población de raza negra, los indígenas y las personas de color (BIPOC)! Cada acción nos acerca a establecer contactos significativos que cultivan la cultura, la comunidad y las relaciones durante todo el año.

Visité un museo sobre una cultura diferente a la mía.	Leí un libro sobre otra cultura.	Probé la cocina de otra cultura.	Aprendí un nuevo idioma.	Vi un documental sobre otra cultura.
Adopté la perspectiva de alguien de otra cultura en el trabajo.	Escuché activamente a alguien de una cultura diferente.	Me ofrecí como voluntario en un evento de BIPOC.	Doné a una organización que apoya a BIPOC.	Ayudé en una escuela con una población BIPOC numerosa.
Compartí información en línea que puede ayudar a BIPOC.	Leí un artículo relacionado con BIPOC.	Descubrí un interés común con alguien de la comunidad BIPOC.	Compartí una oportunidad de empleo con una persona BIPOC.	Compré algo en una empresa local de BIPOC.
Compartí una publicación en las redes sociales para amplificar la voz de una persona BIPOC.	Defendí las inquietudes de BIPOC en un foro cívico o una asamblea pública.	Hice que alguien de origen BIPOC se sintiera bienvenido.	Tuve un gesto de amabilidad con alguien de la comunidad BIPOC.	Escuché música de una cultura diferente.



Escanee el código QR o visite [MagellanHealthcare.com/BIPOC-MH](https://MagellanHealthcare.com/BIPOC-MH) para obtener más recursos de salud mental de BIPOC.

