

ON-AIR TALENT COPY and TALKING POINTS.

CONTENTS:

1A. “ENGINE” :30

1B. “ENGINE” :60

2A. GENERIC VERSION :30

2B. GENERIC VERSION :60

2C: GENERIC VERSION :10 + :15

3A. TALKING POINTS :30

3B. TALKING POINTS :60

1A: “ENGINE” - :30

(Friendly, positive, conversational, real.)

ANNCR: You know when your car makes a strange noise?

Like a weird clanking or whistling sound?

Well, you can't just ignore the problem and expect it to go away, right?

It's like your mental health... you can't ignore that either. If you're struggling or feeling overwhelmed it's important to do something about it.

Huntsman Mental Health Institute and the Ad Council have resources that may help you get through a tough time at LoveYourMindToday.org. That's LoveYourMindToday.org.

Because once you start to address the problem, you can go so much further.

SPANISH

1A: "ENGINE" - :30

(Friendly, positive, conversational, real.)

ANNCR: ¿Sabes cuando tu auto hace un ruido extraño?

Como un golpeteo o un silbido.

No lo ignoras y esperas que desaparezca, ¿verdad?

Es como tu salud mental... tampoco puedes ignorarla. Si estás luchando o te sientes abrumado, es importante hacer algo al respecto.

Huntsman Mental Health Institute y el Ad Council tienen recursos que pueden ayudarte a superar un momento difícil en ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*

Porque una vez que le das prioridad a tu salud mental, descubrirás qué tan lejos puedes llegar.

1B: “ENGINE” - :60

(Friendly, positive, conversational, real.)

ANNCR: You know when your car is making a weird noise?
Maybe it's like a little clanking sound or a strange squeal.
You can't just ignore the problem and expect it to go away, right?

It's like your mental health, maybe you're struggling and feeling overwhelmed, well you can't ignore that either. It's important to do something about it. It can be as simple as talking to someone or just taking a deep calming breath when you need it.

(On-air talent takes a deep breath)

That's nice.

For mental health resources, check out LoveYourMindToday.org. At LoveYourMindToday.org you'll find information that may help you get through a tough time. Things like: tips for dealing with stress, how to navigate difficulties like financial worries, anger, substance use, and more. You can also find real stories of how people navigated their own mental health challenges.

Visit LoveYourMindToday.org.

That's LoveYourMindToday.org.

Brought to you by Huntsman Mental Health Institute and the Ad Council.

Because the thing is, once you start to address the problem, you can go so much further.

SPANISH

1B: “ENGINE” - :60

(Friendly, positive, conversational, real.)

ANNCR: ¿Sabes cuándo tu auto hace un ruido extraño?
Tal vez sea como un pequeño golpeteo o un extraño silbido.
No puedes simplemente ignorarlo y esperar que desaparezca, ¿verdad?

Es como tu salud mental, quizás estés luchando y sintiéndote abrumado. Bueno, tampoco puedes ignorar eso. Es importante hacer algo al respecto. Puede ser tan simple como hablar con alguien en tu comunidad o respirar profundo y calmarte cuando lo necesites

(El talento al aire toma una respiración profunda)

Qué agradable.

Para recursos de salud mental, visita ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*. Ahí encontrarás información que puede ayudarte a superar un momento difícil. Ideas para manejar el estrés y cómo navegar dificultades como preocupaciones financieras, ira, uso de sustancias y más. También puedes encontrar historias reales de cómo otras personas afrontaron sus propios desafíos de salud mental.

Visita ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*.

Presentado por Huntsman Mental Health Institute y el Ad Council.

Porque una vez que le das prioridad a tu salud mental, descubrirás qué tan lejos puedes llegar.

2A: GENERIC VERSION - :30

(Friendly, positive, conversational, real.)

ANNCR: You know what's a big deal? Your mental health.

Look, we all need help now and then. So, if you're struggling or feeling overwhelmed, it's important to do something about it. It can be as simple as talking to someone in your community or just taking a calming breath when you need it.

Huntsman Mental Health Institute and the Ad Council have resources available for you right now at LoveYourMindToday.org. That's LoveYourMindToday.org.

Because once you address the problem, you can go so much further.

SPANISH

2A: GENERIC VERSION - :30

(Friendly, positive, conversational, real.)

ANNCR: ¿Sabes qué es importante? Tu salud mental.

Mira, todos necesitamos ayuda de vez en cuando. Así que, si estás luchando o te sientes abrumado, es importante hacer algo al respecto. Puede ser tan simple como hablar con alguien en tu comunidad o respirar profundo cuando lo necesites.

Huntsman Mental Health Institute y el Ad Council tienen recursos disponibles para ti en este momento en ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*

Porque una vez que le das prioridad a tu salud mental, descubrirás qué tan lejos puedes llegar.

SPANISH

2B: GENERIC VERSION - :60

(Friendly, positive, conversational, real.)

ANNCR: ¿Sabes qué es importante? Tu salud mental.

Mira, todos necesitamos ayuda de vez en cuando. Y en estos días, las cosas en nuestras vidas pueden acumularse rápidamente.

Así que, si estás luchando, te sientes abrumado, o simplemente no te sientes como tú mismo, es importante hacer algo al respecto. Puede ser tan simple como hablar con alguien en tu comunidad o respirar profundo cuando lo necesites.

(El talento al aire toma una respiración profunda)

Qué agradable.

Para recursos de salud mental, visita ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*. Ahí encontrarás información que puede ayudarte a superar un momento difícil. Ideas para manejar el estrés y cómo navegar dificultades como preocupaciones financieras, ira, uso de sustancias y más. También puedes encontrar historias reales de cómo otras personas afrontaron sus propios desafíos de salud mental.

Visita ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*

Presentado por Huntsman Mental Health Institute y el Ad Council.

Porque una vez que le das prioridad a tu salud mental, descubrirás qué tan lejos puedes llegar.

2C: GENERIC VERSION - :10 and :15

(Friendly, positive, conversational, real.)

10-SECOND COPY:

If you're struggling with your mental health, it's important to do something about it. Huntsman Mental Health Institute and the Ad Council have resources for you at LoveYourMindToday.org.

SPANISH

Si estás luchando con tu salud mental, es importante hacer algo al respecto. Huntsman Mental Health Institute y el Ad Council tienen recursos para ti en ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*

15-SECOND COPY:

You know what's a big deal? Your mental health. If you're struggling or feeling overwhelmed it's important to do something about it. Huntsman Mental Health Institute and the Ad Council have resources for you at LoveYourMindToday.org. That's LoveYourMindToday.org.

SPANISH

¿Sabes qué es importante? Tu salud mental. Si estás luchando o te sientes abrumado, es importante hacer algo al respecto. Huntsman Mental Health Institute y el Ad Council tienen recursos para ti en ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*

3A. TALKING POINTS :30

(Friendly, positive, conversational, real.)

- Your mental health is important.
- These days, stress in our lives can add up quickly.
- When it comes to mental health, we *all* need help now and then.
- If you're struggling, or overwhelmed or just don't feel like yourself, it's important to do something about it.
- It can be as simple as talking to someone or just taking a breath when you need it.
- There are mental health resources for you at LoveYourMindToday.org.
- Resources to help you deal with stress and navigate difficulties like financial worries, anger, substance use, and more.
- That's LoveYourMindToday.org.
- This message brought to you by Huntsman Mental Health Institute and the Ad Council.

We all have mental health, just like our physical health, and both are connected: not taking care of your mental health can negatively impact your physical health, and not taking care of your physical health can negatively impact your mental health.

There are everyday actions we can take to prioritize our mental health - like getting a better night's sleep, simply taking a moment to breathe, or asking for help from others. Taking care of our mental health isn't just for when life gets tough; it's like having a toolkit that helps us handle whatever comes our way.

When we prioritize taking care of our mental health, it can help us take steps toward reaching our goals in life.

SPANISH

- Tu salud mental es importante.
- En estos días, el estrés en nuestras vidas puede acumularse rápidamente.
- Cuando se trata de salud mental, todos necesitamos ayuda de vez en cuando.
- Si estás luchando, te sientes abrumado o simplemente no te sientes como tú mismo, es importante hacer algo al respecto.
- Puede ser tan simple como hablar con alguien en tu comunidad o respirar profundo y calmarte cuando lo necesites.
- Hay recursos de salud mental para ti en ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*
- Recursos para ayudarte a lidiar con el estrés y navegar dificultades como preocupaciones financieras, enojo, uso de sustancias y más.
- Eso es ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*
- Este mensaje es presentado por Huntsman Mental Health Institute y el Ad Council.
- Todos tenemos salud mental, al igual que nuestra salud física, y ambas están conectadas: no cuidar tu salud mental puede afectar negativamente tu salud física, y no cuidar tu salud física puede afectar negativamente tu salud mental.
- Hay acciones cotidianas que podemos tomar para priorizar nuestra salud mental, como dormir mejor, o simplemente tomar un momento para respirar, o pedir ayuda a otros.
- Cuidar nuestra salud mental no es solo para cuando la vida se pone difícil; es como tener un juego de herramientas que nos ayuda a manejar cualquier situación que se nos presente.
- Cuando priorizamos cuidar nuestra salud mental, puede ayudarnos a dar pasos hacia alcanzar nuestros objetivos en la vida.

3B. TALKING POINTS :60

(Friendly, positive, conversational, real.)

- Your mental health is important.
- These days, stress in our lives can add up quickly.
- When it comes to mental health, we *all* need help now and then.
- Maybe you're having trouble sleeping or you just don't feel like yourself.
- If you're struggling and feeling overwhelmed, it's important to do something about it: It can be as simple as talking to someone in your community or just taking a deep calming breath when you need it. (TALENT CAN TAKE A BREATH HERE TO ILLUSTRATE)
- There are mental health resources for you at LoveYourMindToday.org.
- At LoveYourMindToday.org you'll find information that may help you get through a tough time.
- Things like tips for dealing with stress, how to navigate difficulties like financial worries, anger, substance use, and more.
- You can also find real stories of how people navigated their own mental health challenges.
- Visit LoveYourMindToday.org. That's LoveYourMindToday.org.
- Brought to you by Huntsman Mental Health Institute and the Ad Council.
- Because, once you start to address the problem, you can go so much further.

SPANISH

- Tu salud mental es importante.
- Hoy en día, el estrés en nuestras vidas puede acumularse rápidamente.
- Cuando se trata de salud mental, todos necesitamos ayuda de vez en cuando.
- Quizás estés teniendo problemas para dormir o simplemente no te sientes como tú mismo.
- Si estás luchando y te sientes abrumado, es importante hacer algo al respecto:
- Puede ser tan simple como hablar con alguien en tu comunidad o respirar profundo y calmarte cuando lo necesites. (EL TALENTO PUEDE TOMAR UNA RESPIRACIÓN AQUÍ PARA ILUSTRAR)
- Hay recursos de salud mental para ti en ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]*
- En ConAmorTuMente.org encontrarás información que puede ayudarte a superar un momento difícil.
- Cosas como consejos para lidiar con el estrés, cómo navegar dificultades como preocupaciones financieras, enojo, uso de sustancias, y más.
- También puedes encontrar historias reales de cómo otras personas navegaron sus propios desafíos de salud mental.
- Visita ConAmorTuMente.org. *[punto o erre ge]* Eso es ConAmorTuMente.org.
- Presentado por Huntsman Mental Health Institute y el Ad Council.
- Porque una vez que comienzas a abordar el problema, puedes llegar mucho más lejos.