

Name: \_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_

# Arthritis

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

**stiffness**

**massage**

**joints**

**heat**

**exercise**

**stretch**

**cold**

**pain**

**swelling**

**health**

**gout**

**yoga**