

Name: _____

Date: _____

Diabetes Management

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

Lower blood glucose
Weight Lifting
Push ups
Running
Squats

Strength Training
Flexibility
Swimming
Aerobic
Lunges

Balanced Meals
Bicycling
Walking
Hiking
Yoga