

Name: _____

Date: _____

Happily STRESS Free!!

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

STRESS MANAGEMENT
HYPOTHALAMUS
DE-STRESS
BUBBLES
EXHALE
GAMES
YOGA

NERVOUS SYSTEM
ADRENALINE
HORMONES
BREATHE
INHALE
COUNT
FUN

ADRENAL GLANDS
STRESSORS
GLITTER
STRESS
SLIME
CALM