

Name: _____

Date: _____

Staying Healthy

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

target range blood sugar
portion control
socialization
wash hands
sleep
yoga

Eat your vegetables
take medication
immunizations
Exercise
fruit
walk

Doctor Appointment
deep breathing
drink water
humor
relax