

Name: _____

Date: _____

Stress

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

Exercise
Stretch
Family
Count
Work

Vacation
Friends
Stress
Food
Cope

Therapy
Breathe
Music
Yoga

Singing
Movies
Think
Life