

# Weight Watchers

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

Accountability	PortionControl	Assertiveness	Preparedness
Empowerment	Acceptance	Positivity	awareness
Ownership	Activity	Movement	Journal
Mindful	Satiety	success	Support
mental	Focus	goal	