

Name: _____

Date: _____

stress

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

deepbreathing

mindfulness

butterflies

stressedout

peaceful

headache

stretch

friends

breathe

anxiety

flight

fight,

clench

tense

calm

run

fun

ok