



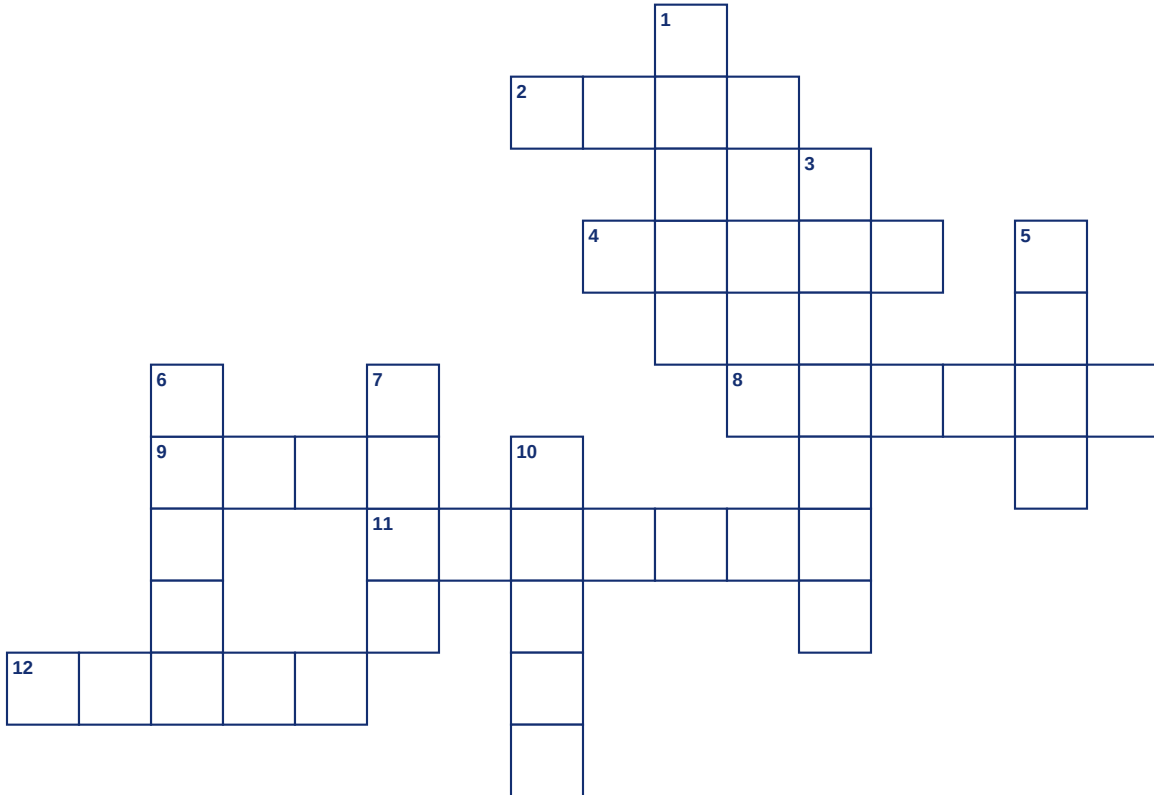
WELLNESS MONTH 2026

CROSSWORD

Stormwater Innovation

Fill in the words using the clues below.

Name: _____



ACROSS

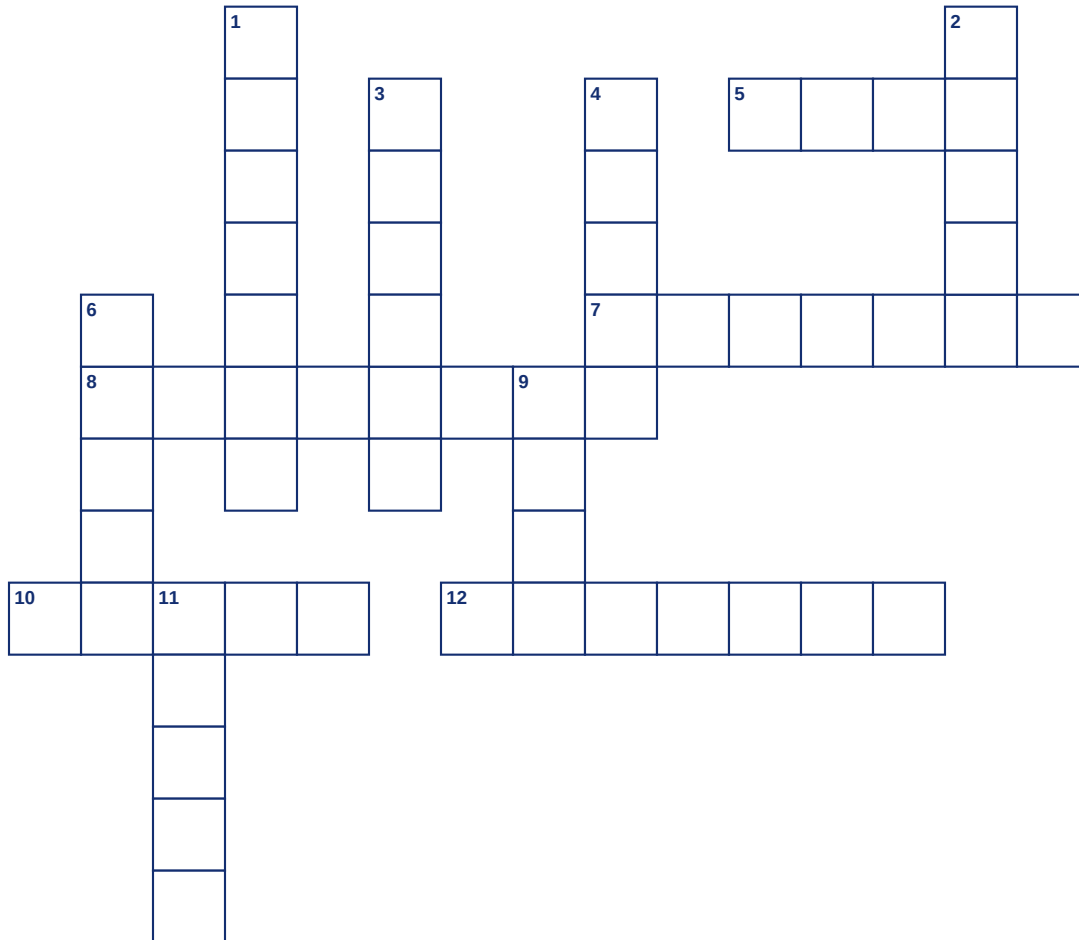
2. Something you set and work toward.
4. This organ pumps blood through your body.
8. People you might spend quality time with at home.
9. Get up and ____ your body.
11. Gently lengthen your muscles before or after activity.
12. What your body needs each night to recharge.

DOWN

1. Drink this throughout the day to stay hydrated.
3. Take a moment to ____ slowly.
5. Take one of these for a quick movement break.
6. A happy expression you can share with others.
7. Take a break and give your body time to ____.
10. An apple or banana is one.

Completa el crucigrama con las pistas. Sin acentos en la cuadrícula.

Nombre: _____



HORIZONTAL

- 5. Algo que quieres lograr.
- 7. Alargar suavemente los músculos.
- 8. Tomar aire y soltarlo lentamente.
- 10. Una caminata corta al aire libre.
- 12. Personas cercanas con quienes compartes tiempo.

VERTICAL

- 1. Expresión de alegría en tu rostro.
- 2. Un descanso breve durante el trabajo.
- 3. Lo que haces por la noche para recuperar energía.
- 4. Poner el cuerpo en movimiento.
- 6. Una manzana o un plátano, por ejemplo.
- 9. Bébelas durante el día para mantenerte hidratado.
- 11. Bienestar del cuerpo y la mente.