

#1

BOOK ONE



# Helping you to focus better

**crystalens<sup>®</sup> vision workbook**  
*“your road to visual rejuvenation”*



crystalens<sup>®</sup>  
see young ... be young

# DUNKIN DONUTS

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

Bagel

Doughnut

Muffin

Beans

Drive Thru

Vanilla

Cappuccino

Hazelnut

Coffee

Iced

Croissant

Latte



crystalens®

see young ... be young

#1

# LOCAL RESTAURANTS

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

Applebees

Olive Garden

Chelos

Outback

Chilis

Pizza Hut

Dennys

Smokey Bones

Fresh City

Macaroni Grill

# FRUIT

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

Apple

Kiwi

Pear

Banana

Lime

Pineapple

Blueberry

Mango

Plum

Cherry

Nectarine

Strawberry

Fig

Papaya

Watermelon

Grapefruit

Peach

Honeydew

#13



crystalens®

see young ... be young

# PIE

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

Apple

Meat

Blueberry

Mud

Cherry

Pecan

Chocolate

Pumpkin

Custard

Lemon

# SUMMER

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

Air Conditioner

Ice Cream

Swimming

Bathing Suit

Sandals

Watermelon

Beach

Shorts

Beachball

Sun Block

Cookout

Sunglasses



crystalens®

see young ... be young



#11

# WEATHER

FZ DEHC F K XUR Z X J YE PMWF  
YNGHV S FJ FXOSUXHKKIMA  
GSJRLGKHPMXZGKI ANBSBX  
VFCIHNCVJVHUYWDR TSPDH  
KNAVMLDJOSGMYCZEEOXZU  
IHKROHUHJXP DJFWDRGAQR  
BMAULBT TQWWNIHNKOEYFR  
LWDDNMOIFBXSCFUUBVHDI  
ISJLZORXQCQHSIGRVEMXC  
ZSMOHANWDNIT EAQG TZACA  
ZMFC COARJLOTFHEDEJZSN  
AJGNBMDC LREDUVNSEBAK  
ERSQIHOOYMTYOWALULJYQ  
JDDAWEJBTFOYOLKVNSFKR  
EGTFZKSPWDQRTBISNRSR  
HLNSYTGHFGPWUCKDTYAN  
KCJGOAWSYVMNXKURSFBIN  
ARAQRJEXQYNDMMXGBZZN  
IYRXSFEQTJQPQRCKWQOYA  
RNCKIUO

Blizzard

Hail

Storm

Chilly

Hurricane

Sunny

Clouds

Rain

Tornado

Cold

Sleet

Warm

Frost

Snow

Windy

# OSCAR WINNING MOVIES

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

Annie Hall

Forrest Gump

Rain Man

Ben Hur

Gladiator

Rocky

Braveheart

Godfather

Titanic

Casablanca

Oliver

Unforgiven

Chicago

Patton

West Side Story

# FAMILY TREE

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

Ancestry

Index

Records

Archives

Library

Search

Computer

Occupation

Sources

Data

Parents

Dates

Places



crystalens®

see young ... be young

# CANDY BARS

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

Almond Joy

Mounds

Score

Butterfinger

Mr Goodbar

Skybar

Hershey

Musketeer

Smores

KitKat

Payday

Snickers

Milky Way

Reese

Twix

# ROBERT REDFORD

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

Brubaker

Legal Eagles

The Chase

Downhill Racer

Out of Africa

The Clearing

Great Gatsby

Sneakers

The Natural

Havana

Spy Game

The Sting

Indecent Proposal

The Candidate

War Hunt

Jeremiah Johnson



crystalens®

see young ... be young

# MONTHS OF THE YEAR

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

April

July

October

August

June

September

December

March

February

May

January

November



crystalens®

see young ... be young

# SAILING

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

Anchor	Dock Bumpers
Barometers	First Aid Kit
Boarding Ladder	Life Vests
Boat	Life Rafts
Compass	Radio



# SCHOOL DAYS

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

Apple

Eraser

Playground

Blackboard

Library

Science

Books

Math

Student

Chalk

Pen

Teacher

Crayon

Pencil



crystalens®

see young ... be young

#6



# TENNIS

WTUT T D Y S Z KNCKRQ T CGQFH  
L HEOX Y I BU TOZ F A FO T DKCU  
I Z PORRQ AR AOQR L B K YQCDY  
L SOQV HOCRCQHOL U V SPHD  
R O P S H O T E K C E J W P Y T I O H Q Z  
N X J C L H L Z H E V O L M Q H Q J X X  
P Y T T A A W U Y A G A M E T G U P Y J  
K J E N E G X N J V N T Z U K Y G I Y M K  
I D J E N M C G B Z D P L I U E Q F Y T H  
A L O I B P A Z H G B P E T H O L S P I  
T O X Q Y I J X B A A J R H K Q R E S E K  
O R T S D N U O R G U B A  
A Z Z H I Z G K W E A N X Z P X O O A R  
E O B Q F Z S I C E I V V M A C Z C S D  
R H W C V Q W U J V G L P O Y K F A E C  
B J J Y P X E G H R U E O A L C I A L O  
P S E J D D Z L H E E J L D O L N Q I U  
A M A T V R L O M S N C B N L O E Z N R  
S Y H F K T G K S K J V I C K N Q Y E T  
Y D Y B A H V T K G A W K M Q X M J D X

Ace

Dropshot

Net

Backhand

Forehand

Rally

Baseline

Game

Serve

Break

Groundstroke

Volley

Claycourt

Hardcourt

Deuce

Love