

#3

BOOK THREE



Helping you
to focus better

crystalens[®] vision workbook
"your road to visual rejuvenation"


crystalens[®]
see young ... be young

NUTS

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

Almond

Pistachio

Brazil

Walnut

Cashew

Chestnut

Hazel Nut

Macadamia

Peanut

Pecan

MUSIC

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

Hymn
Instrumental
Jazz
Mobile
Pop
Rap
Rock
Songs
Style

Tempo
Waltz

NEW YORK YANKEES

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

ARod

Torre

Cairo

Williams

Giambi

Jeter

Matsui

Mussina

Rivera

Sheffield

HOSPITAL

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

Aides

Care

Doctors

Exit

Interns

Medicine

Nurses

Rooms

Staff

Surgery

Urgent

XRay

WORDS BEGINNING WITH "Q"

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

Quail	Quill
Quaint	Quilt
Quaker	Quintuplets
Quell	Quiver
Query	Quiz
Quest	
Question	
Quiche	
Quick	

TOM CRUISE MOVIES

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

Cocktail	Risky Business
Collateral	The Firm
Jerry Maguire	The Outsiders
Last Samurai	Top Gun
Legend	Vanilla Sky
Magnolia	
Minority Report	
Mission Impossible	
Rain Man	

McDONALD'S MENU

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

Big Mac	McMuffin
Biscuit	McNuggets
Filet O Fish	Parfait
French Fries	Quarter Pounder
Hamburger	Shake
Hash Browns	
McChicken	
McFlurry	
McGrill	

BASEBALL TERMS

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

Balk	Dufus	Outfield	Strike
Baseball	Foul	Pitcher	Team
Bases	Glove	Plate	Throw
Batter	Grand Slam	Runs	Triple
Catcher	Hits	Shortstop	Umpire
Change Up	Home Run	Single	Walk
Curve Ball	Infield	Spit Ball	
Double	Inning	Steal	

COFFEE

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

Amaretto
Black
Cappuccino
Decaf
Dunkin
French Vanilla
Hazelnut
Honeydew
Latte
Mocha Colatta
Regular
Starbucks

CATS

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

Abyssinian
 Alley
 Bengal
 Cheetah
 Cougar
 Feline
 Garfield
 Himalayan
 Kitten

Lion
 Litter
 Manx
 Meow
 Nine Lives
 Ocelot
 Panther
 Persian
 Siamese

Sphynx
 Tabby
 Tiger

HALLOWEEN COSTUMES

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

Athlete

Vampire

Ghost

Witch

Monster

Ninja Turtle

Power Ranger

Princess

Spiderman

SpongeBob

CLASSIC HORROR MOVIES

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

Bodysnatcher Mummy
 Carrie Poltergeist
 Christine Psycho
 Cujo The Birds
 Dracula The Blob
 Exorcist
 Frankenstein
 Jaws
 King Kong

RELIGION

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

Altar

Prayer

Bible

Religion

Church

Communion

Confession

Hymns

Minister

Pews

ASTROLOGY

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

Aquarius

Aries

Cancer

Capricorn

Gemini

Leo

Libra

Virgo

Pisces

Sagittarius

Scorpio

Taurus

FAMOUS ANIMALS

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

Babe
Beethoven
Benji
Black Beauty
Eddie
Gentle Ben
Lassie
Morris
Mr Ed

Old Yeller
Sea Biscuit