

#1

BOOK ONE



Helping you
to focus better

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



crystalens[®]
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

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

RHODE ISLAND RESTAURANTS

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

Al Forno

Bella Vista

Café Nuovo

Camilles

Capitol Grille

Capriccio

Caserta Pizzeria

Greggs

Mediterraneo

Post Office Café

Raphaels

RiRa

Spain

Sunflower Café

Twin Oaks

Twist

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

WEATHER

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

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

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

Butterfinger

Hershey

KitKat

Milky Way

Mounds

Mr Goodbar

Musketeer

Payday

Reese

Score

Skybar

Smores

Snickers

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

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

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

ALL THINGS RHODE ISLAND

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

Beaches

Big Blue Bug

Cliffwalk

Coffee Milk

Dels

DunkinDonuts

Federal Hill

Hasbro

Koch Eye

Nirope

Rocky Point

The Tent

Twin Oaks

Waterfires

Wrights Farm

TENNIS

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