**Calm Space Code (Part 2: JavaScript Logic)**

// 🌿 Updates the background scene based on dropdown selection

function updateScene() {

  const scene = document.getElementById("sceneDropdown").value;

  document.body.style.backgroundImage = `url('images/${scene}.jpg')`;

  playSceneAudio(scene);

}

// 🎵 Plays nature sounds matching the selected scene

function playSceneAudio(scene) {

  const audio = new Audio(`audio/${scene}.mp3`);

  audio.loop = true;

  audio.play();

}

// 🎵 Meditation music toggle

function playMeditationMusic() {

  const audio = new Audio("audio/meditation.mp3");

  audio.loop = true;

  audio.play();

}

// 🔇 Stops all music

function stopMusic() {

  const audios = document.querySelectorAll("audio");

  audios.forEach(a => a.pause());

}

// 🫁 Guided Breathing narrated by Winnie

function startGuidedBreathing() {

  alert("🌥️ Winnie: Let's float through this together. Deep breath in... and out.");

}

// 👁️ 5 Senses Grounding Exercise

function startFiveSenses() {

  alert("🌥️ Winnie: Let's connect with the present. What can you see, hear, touch, smell, and taste?");

}

// 🏃 Energy Break Ideas

function startEnergyBreak() {

  alert("🌥️ Winnie: Try running on the spot for 20 seconds or stretching your arms wide!");

}

// 🧘 Affirmation Themes

function playAffirmations() {

  const themes = ["Confidence", "Calm", "Focus"];

  const selected = prompt("Choose an affirmation theme: " + themes.join(", "));

  alert(`🌥️ Winnie: ${getAffirmation(selected)}`);

}

function getAffirmation(theme) {

  switch (theme.toLowerCase()) {

    case "confidence": return "You’re stronger than you think. Let’s take this on together.";

    case "calm": return "Let’s float through this together. Deep breath in... and out.";

    case "focus": return "Let’s clear the clouds and find your next step.";

    default: return "You’ve got this!";

  }

}

// 📓 Journal Entry

function openJournal() {

  const entry = prompt("How are you feeling today?");

  alert("🌥️ Winnie: Thank you for sharing. It's okay to feel that way.");

}

// ⏳ Break Timer with reminders

function startBreakTimer() {

  const timer = document.getElementById("breakTimer");

  const message = document.getElementById("breakMessage");

  timer.classList.remove("hidden");

  message.textContent = "⏳ Let’s take a moment to reset.";

  setTimeout(() => {

    message.textContent = "⏳ Halfway through your break. Still floating?";

  }, 30000); // 30 seconds

  setTimeout(() => {

    message.textContent = "⏳ Time to gently return to learning. You’ve got this!";

  }, 60000); // 60 seconds

}