

# Mes jeux sur le diabète de type 1



Créés et illustrés par Sandra J. Hollenberg  
(Grand-maman de Malcolm)

Auteure de "MY OWN TYPE 1 DIABETES BOOK" et "MY OWN BOOK ABOUT PUMPING"

**Défi !**

**Éducatif!**

**Amusant!**

J'ai créé ces jeux pour Malcolm et je les ai conçus pour qu'ils puissent être copiés et distribués gratuitement sur Internet.

Il y a trois jeux: PIC-TAC-TOE, un jeu de loto illustré; CARTES BOJEU, un ensemble de 40 cartes pour des jeux de cartes simples et EN CONTRÔLE, un jeu de table pour 2 à 3 joueurs.

S'il vous plaît, partagez ces jeux avec les membres de votre famille, vos proches, amis de classe ou de garderie.

**Le diabète n'est pas indispensable pour apprécier ces jeux!**

Il serait merveilleux de partager ces jeux avec des enfants de toutes les langues. Pouvez-vous m'aider pour traduire ou pour contacter des sites Internet étrangers sur le diabète? S'il vous plaît, faites-moi le savoir.

Sandra Hollenberg

Email: [sjh4dbts@aol.com](mailto:sjh4dbts@aol.com)

MY OWN TYPE 1 DIABETES GAMES © 2001 by Sandra J. Hollenberg. Tout droits réservés sous la protection des droits d'auteur internationaux et panaméricains.

**S'il vous plaît, notez que ces jeux ont été conçus pour téléchargement gratuit.**

**Ils peuvent être imprimés, copiés, diffusés et transmis sans restriction.**

**EN AUCUN TEMPS, CES JEUX PEUVENT ÊTRE VENDUS.**

# PIC-TAC-TO

Un jeu de loto illustré

## PREMIÈREMENT IMPRIMEZ:

- Imprimer les 2 premières pages (cartes annonce) sur du carton épais (ex. carte d'affaire) et couper en suivant les lignes pointillées.
- Imprimer les 4 autres pages (cartes PIC-TAC-TOE) sur du carton épais et couper en suivant les lignes pointillées.

## ENSUITE JOUEZ:

Choisir un joueur pour être l'annonceur.

Les autres joueurs choisissent une carte PIC-TAC-TOE.

L'annonceur mélange les cartes annonce et en pige une à la fois.

Selon l'âge des joueurs, l'annonceur peut:

- Poser la question inscrite sur la carte et attendre la bonne réponse;
- Nommer l'objet;
- Ou montrer l'image.

À la manière d'un jeu de loto, les joueurs identifient l'espace correspondant à la carte de l'annonceur et la recouvre d'un jeton (utiliser des jetons de casino ou poker).

Trois sur une même ligne? Criez PIC-TAC-TOE

Ou couvrir la carte entière. Amusez-vous bien!

Ces jeux ont été conçus par Sandra J. Hollenberg l'auteure de MY OWN TYPE 1 DIABETES BOOK et MY OWN BOOK ABOUT PUMPING.  
Vous pouvez la rejoindre par courriel: [sjh4dbts@aol.com](mailto:sjh4dbts@aol.com).

PIC-TAC-TOE© 1999 par Sandra J. Hollenberg

Traduction française par M.J. Proulx

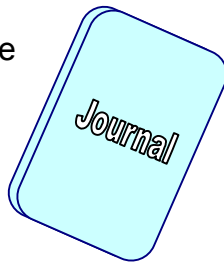
Tout droits réservés sous la protection des droits d'auteur internationaux et panaméricains.

**S'il vous plaît, notez que ces jeux ont été conçus pour téléchargement gratuit.**

**Ils peuvent être imprimés, copiés, diffusés et transmis sans restriction.**

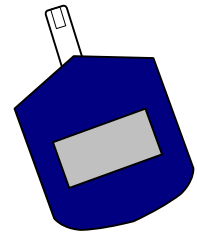
**EN AUCUN TEMPS, CES JEUX PEUVENT ÊTRE VENDUS.**

Qu'est-ce qui est utile pour noter l'insuline, le régime et les exercices?



un **JOURNAL** ou **CARNET**

Qu'est-ce qui permet de mesurer le taux sucre dans le sang (glycémie)?



un **GLUCOMÈTRE**

Qu'est-ce qu'on doit faire pour connaître le taux de sucre dans le sang?



une **GLYCÉMIE**

On doit vérifier la glycémie avant et après \_\_\_\_\_



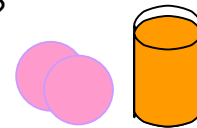
l' **EXERCISE**

Qu'est-ce qu'on doit porter pour que les gens sachent qu'on a le diabète ?



un **BRACELET MÉDICAL**

Que doit-on prendre si notre sucre sanguin est trop bas (hypoglycémie)?



du **GLUCOSE** ou **SUCRE**

Quels aliments doit-on compter pour équilibrer le diabète ?



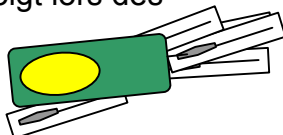
les **GLUCIDES**

Quel outil peut aider à calculer les doses d'insuline?



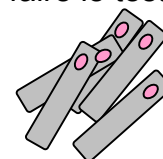
une **CALCULATRICE**

Qu'est-ce qu'on utilise pour piquer le doigt lors des glycémies?



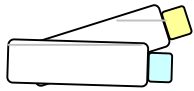
une **LANCETTE**

Qu'est ce qu'on insère dans le glucomètre pour faire le test?



une **BANDELETTE**

Que doit-on s'injecter si on a le diabète ?



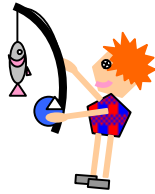
de l'**INSULINE**

Que doit-on contrôler pour rester en santé?



**INSULINE**  
**DIÈTE et EXERCISE**

On peut attraper le diabète-  
mais ce n'est pas comme  
attraper \_\_\_\_\_



un **POISSON**

Quel organe ne fonctionne pas  
bien lorsqu'on a le diabète?



le **PANCRÉAS**

Quel outil peut aider à compter  
les glucides?



une **BALANCE**

Le diabète modifie la façon  
dont on utilise

\_\_\_\_\_



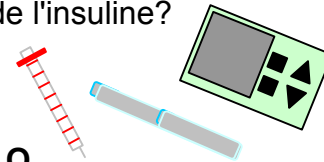
l' **ÉNERGIE**

Que doit-on lire lorsqu'on  
mange des aliments emballés?

Total gras 1g	2%
Total glucides 33g	11%
Fibres 2g	8%
Sucre 1g	
Protéines 7g	

l' **ÉTIQUETTE**

Qu'est-ce qu'on utilise pour  
injecter de l'insuline?



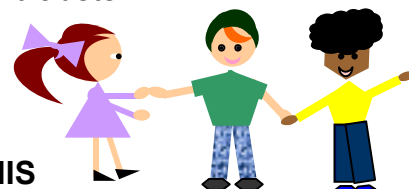
un **STYLO**,  
**SERINGUE** ou **POMPE**

Qu'est ce qui nous aide à  
choisir les bons  
aliments ?



le **GUIDE ALIMENTAIRE**

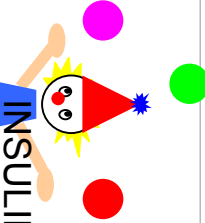


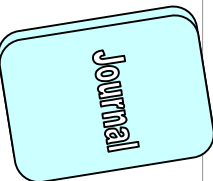
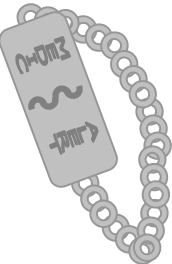
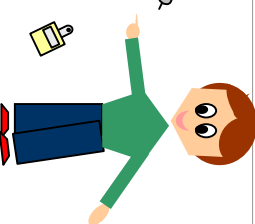
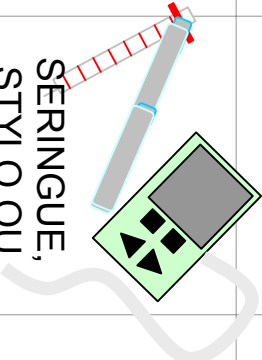

Qui peut t'aider s'ils savent que  
tu as le diabète ?



tes **AMIS**

# PIC-TAC-TOE

Un jeu de loto pour apprendre sur le diabète

 <p><b>INSULINE, DIÉTÉ et EXERCISE</b></p>	 <p><b>AMIS</b></p>	 <p><b>GLUCIDES</b></p>
 <p><b>JOURNAL ou CARNET</b></p>	 <p><b>BRACELET MÉDICAL</b></p>	 <p><b>GLYCÉMIE</b></p>
<div style="border: 1px solid red; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>Total gras 1g      2%              Total glucides 33g    11%              Fibres 2g              Sucre 1g            8%              Protéines 7g</p> </div> <p><b>ÉTIQUETTE</b></p>	 <p><b>SERINGUE, STYLO OU POMPE</b></p>	 <p><b>POISSON</b></p>

Le joueur cache l'image correspondant à la carte annoncée


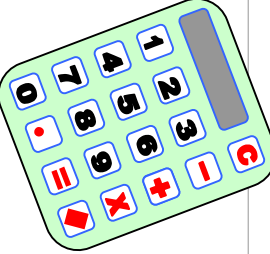
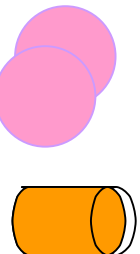
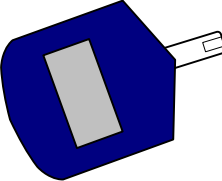
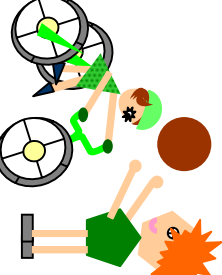
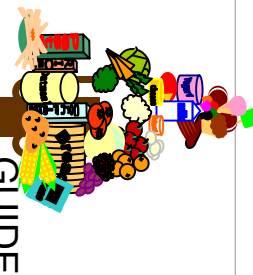
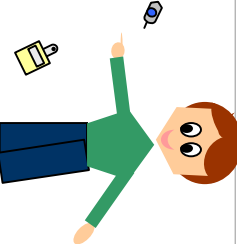
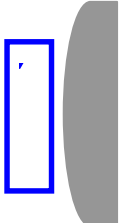
Trois sur une ligne ? Crie:

**PIC-TAC-TOE**

Copyright (c) 1999 par S.J.Hollenberg

# PIC-TAC-TOE

Un jeu de loto pour apprendre sur le diabète

	 <p><b>LANCETTE</b></p>	 <p><b>CALCULATRICE</b></p>
 <p><b>GLUCOSE ou SUCRE</b></p>	 <p><b>GLUCOMÈTRE</b></p>	 <p><b>EXERCICE</b></p>
 <p><b>GUIDE ALIMENTAIRE</b></p>	 <p><b>GLYCÉMIE</b></p>	 <p><b>BALANCE</b></p>

Le joueur cache l'image correspondant à la carte annoncée


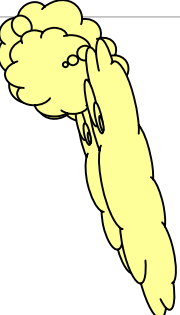
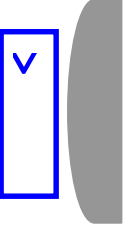
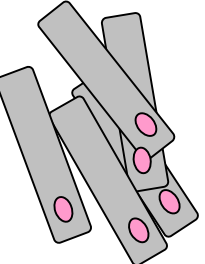
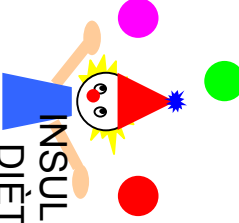

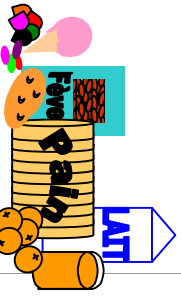
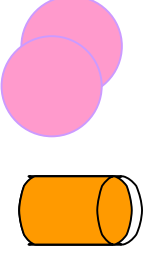
Trois sur une ligne ? Crie:

**PIC-TAC-TOE**

Copyright (c) 1999 par S.J.Hollenberg

# PIC-TAC-TOE

Un jeu de loto pour apprendre sur le diabète

		
<p>ÉTIQUETTE</p> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>Total gras 1g      2%</p> <p>Total glucides 33g    11%</p> <p>Fibres 2g</p> <p>Sucre 1g            8%</p> <p>Protéines 7g</p> </div>	<p>BANDELETTE</p> 	<p>BALANCE</p> 
<p>INSULINE</p> 	<p>GLUCIDES</p> 	<p>GLUCOSE ou SUCRE</p> 

Le joueur cache l'image correspondant à la carte annoncée

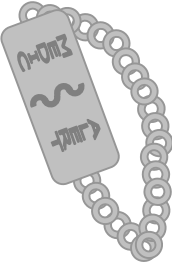

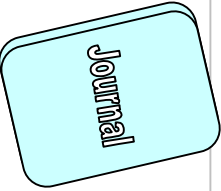
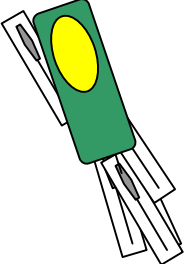
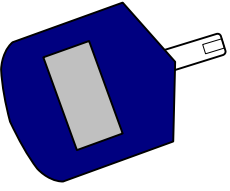
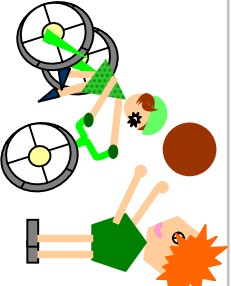

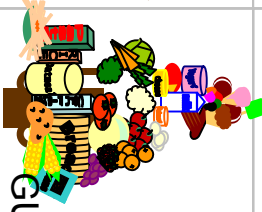
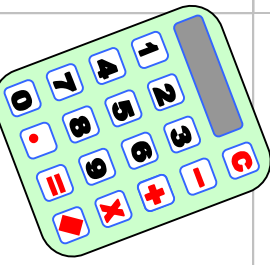
Trois sur une ligne ? Crie:

**PIC-TAC-TOE**

Copyright (c) 1999 par S.J.Hollenberg

# PIC-TAC-TOE

Un jeu de loto pour apprendre sur le diabète

<p>BRACELET MÉDICAL</p> 	<p>POISSON</p> 	<p>JOURNAL ou CARNET</p> 
<p>LANCETTE</p> 	<p>GLUCOMÈTRE</p> 	<p>EXERCICE</p> 
<p>AMIS</p> 	<p>GUIDE ALIMENTAIRE</p> 	<p>CALCULATRICE</p> 

Le joueur cache l'image correspondant à la carte annoncée

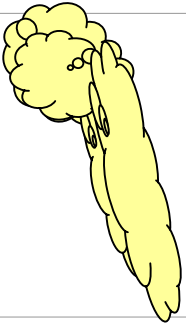


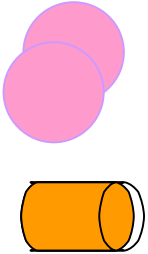

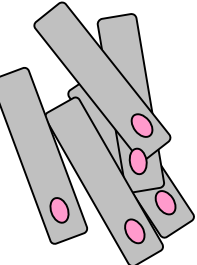

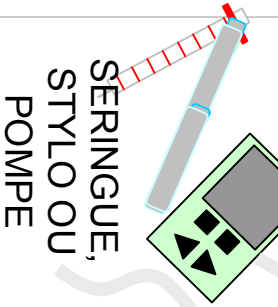
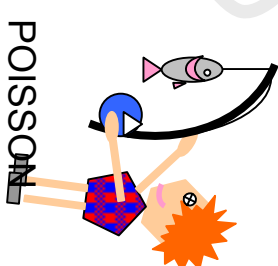
Trois sur une ligne ? Crie:

**PIC-TAC-TOE**

Copyright (c) 1999 par S.J.Hollenberg

# PIC-TAC-TOE

Un jeu de loto pour apprendre sur le diabète

 <p>PANCRÉAS</p>	 <p>AMIS</p>	 <p>GLUCIDES</p>
 <p>GLUCOSE ou SUCRE</p>	 <p>INSULINE</p>	 <p>BANDELETTE</p>
 <p>ENERGIE</p>	 <p>SERINGUE, STYLO OU POMPE</p>	 <p>POISSON</p>

Le joueur cache l'image correspondant à la carte annoncée

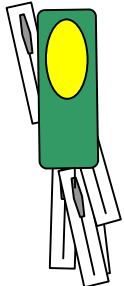
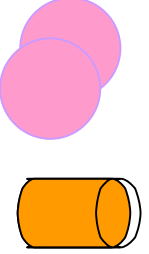

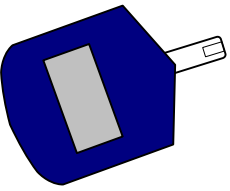
Trois sur une ligne ? Crie:

**PIC-TAC-TOE**

Copyright (c) 1999 par S.J.Hollenberg

# PIC-TAC-TOE

Un jeu de loto pour apprendre sur le diabète

 <p>ENERGIE</p>	 <p>LANCETTE</p>	 <p>CALCULATRICE</p>
 <p>GLUCOSE ou SUCRE</p>	 <p>GLUCIDES</p>	 <p>GLUCOMÈTRE</p>
 <p>ALIMENTAIRE GUIDE</p>	 <p>GLYCÉMIE</p>	 <p>BALANCE</p>

Le joueur cache l'image correspondant à la carte annoncée

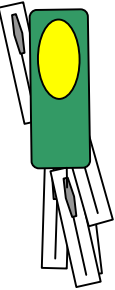
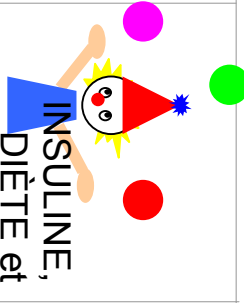
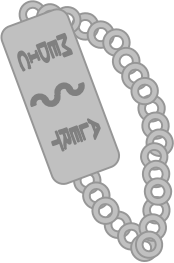
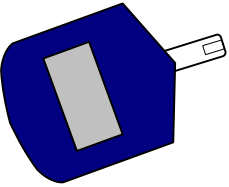
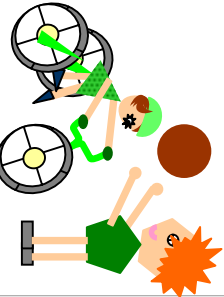
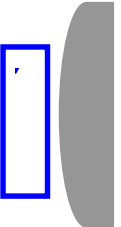
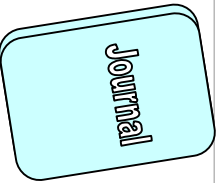
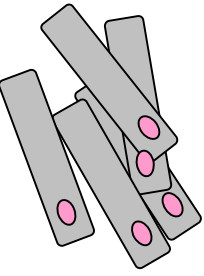

Trois sur une ligne ? Crie:

**PIC-TAC-TOE**

Copyright (c) 1999 par S.J.Hollenberg

# PIC-TAC-TOE

Un jeu de loto pour apprendre sur le diabète

 <p>LANCETTE</p>	 <p>INSULINE, DIÉTÉ et EXERCICE</p>	 <p>BRACELET MÉDICAL</p>
 <p>GLUCOMÈTRE</p>	 <p>EXERCICE</p>	 <p>BALANCE</p>
 <p>JOURNAL ou CARNET</p>	 <p>BANDELETTE</p>	 <p>GUIDE ALIMENTAIRE</p>

Le joueur cache l'image correspondant à la carte annoncée



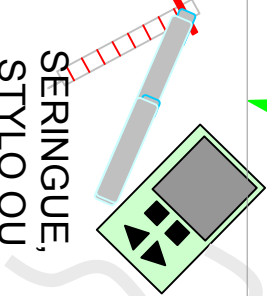
Trois sur une ligne ? Crie:

**PIC-TAC-TOE**

Copyright (c) 1999 par S.J.Hollenberg

# PIC-TAC-TOE

Un jeu de loto pour apprendre sur le diabète

 <p>ÉTIQUETTE</p>	 <p>PANCRÉAS</p>	 <p>GLYCÉMIE</p>
 <p>POISSON</p>	 <p>LANCETTE</p>	 <p>ÉNERGIE</p>
 <p>GLUCIDES</p>	 <p>AMIS</p>	 <p>SERINGUE, STYLO ou POMPE</p>

Le joueur cache l'image correspondant à la carte annoncée

Trois sur une ligne ? Crie:

**PIC-TAC-TOE**

Copyright (c) 1999 par S.J.Hollenberg