

PIC-TAC-TOE[®]

'n geïllustreerde bingo speletjie

DRUK EERS UIT:

1. Druk die volgende 2 bladsye (PIC-TAC-TOE kaart) uit op harde karton en sny uit op die stippellyne.
2. Druk bladsye 4 en 5 (roep kaart) uit op karton.

SPEEL DAN:

Kies een speler om die aankondiger te wees

Die aankondiger meng die 'roep' kaart en trek hulle een vir een.

Afhangende van die ouderdom van die spelers, kan die aankondiger een van die volgende aksies kies:

- vra die vrae op die kaart,
- noem die voorwerpe,
- of wys die prentjie

Die ander spelers kies 'n PIC-TAC-TOE kaart;

soos in die gewone bingo speletjie, word die blokkie wat ooreenstem met die kaart wat uitgeroep is, toegemaak met papier vierkantjies (sny dit uit gekleurde papier)



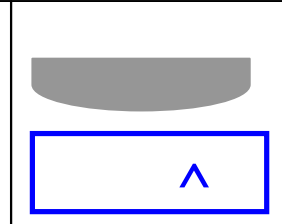

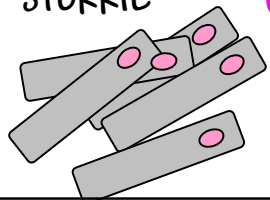

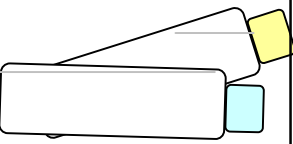
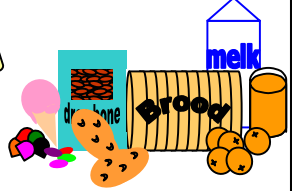
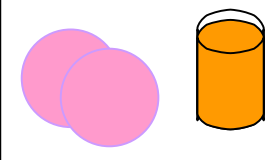
Wanneer jy 3 in 'n ry het, kan jy "PIC-TAC-TOE" uitroep!

Jy kan ook speel tot die hele kaart vol is.

Geniet dit!

PIC-TAC-TOE

'n geïllustreerde bingo speletjie

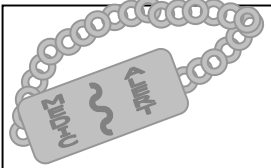


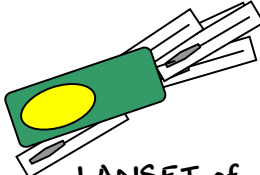
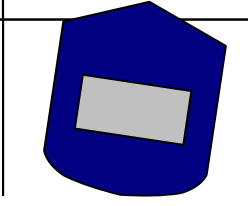
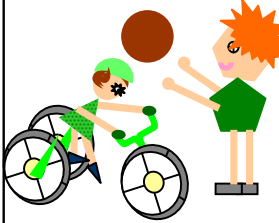
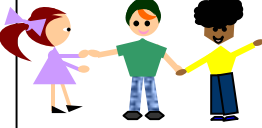
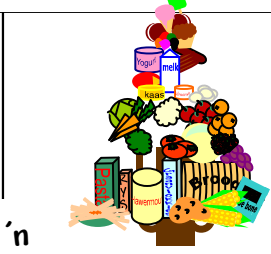
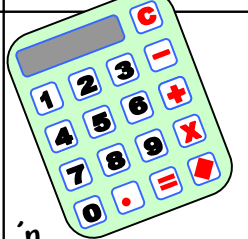
| | | |
|---|---|---|
|  |  PANKREAS |  VOEDSEL SKAAL |
|  die ETIKET |  TOETS STOKKIE |  INSULIEN, DIEËT en OEFENING |
|  INSULIEN |  KOOIHIDRATE |  VINNIGE ENERGIË-GEWENDE VOEDSEL |

Spelers bedek die prente van dieselfde genoemde kaart.

Drie in a ry?
Ek het dit gekry!

PIC-TAC-TOE

'n geïllustreerde bingo speletjie



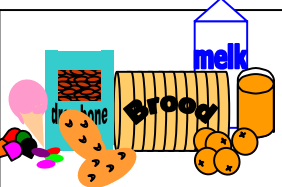

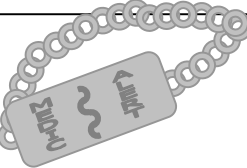
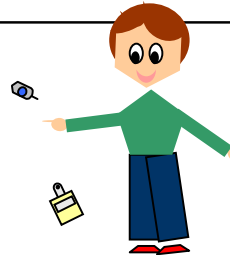
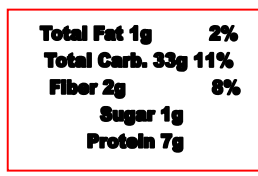
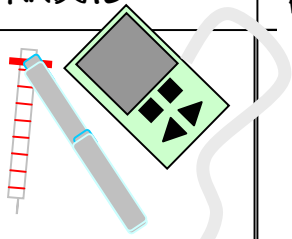

| | | |
|---|--|--|
|  'n MEDIESE IDENTIFIKASIE BANDJIE |  'n VERKOUE |  'n NOTABOEK |
|  LANSET of NAALDPEN |  'n GLUKOSEMETER of -MONITOR |  OEFENING |
|  VRIENDE |  'n VOEDSEL BOOM |  'n SAKREKENAAR |

Spelers bedek die prente van dieselfde genoemde kaart.

Drie in a ry?
Ek het dit gekry!

PIC-TAC-TOE

'n geïllustreerde bingo speletjie

| | | |
|--|---|--|
|  <p>INSULIEN, DIEËT en OEFENING</p> |  <p>VRIENDE</p> |  <p>KOOLHIDRATE</p> |
|  <p>'n NOTABOEK</p> |  <p>'n MEDIESE IDENTIFIKASIE BANDJIE</p> |  <p>BLOED TOETSE</p> |
|  <p>die ETIKET</p> |  <p>'n INSPUITING, PEN of POMPIE</p> |  <p>'n VERKOUE</p> |

Spelers bedek die prente van dieselfde genoemde kaart.

Drie in a ry?

Ek het dit gekry!

PIC-TAC-TOE

'n geïllustreerde bingo speletjie

| | | |
|---|---|---|
|  <p>ENERGIA</p> |  <p>LANSET of NAALDPEN</p> |  <p>'n SAKREKENAAR</p> |
|  <p>VINNIGE ENERGIE- GEWENDE VOEDSEL</p> |  <p>'n GLUKSEMETER of -MONITOR</p> |  <p>OEFENING</p> |
|  <p>'n VOEDSEL BOOM</p> |  <p>BLOED TOETSE</p> |  <p>VOEDSEL SKAAL</p> |

Spelers bedek die prente van dieselfde genoemde kaart.

Drie in a ry?

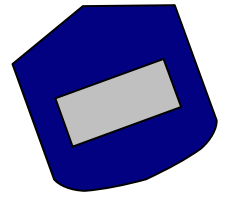
Ek het dit gekry!

Wat het jy nodig om rekord to hou van jou insulien, dieët en oefening



'n NOTABOEK

Waarmee word bloedsuiker gemeet?



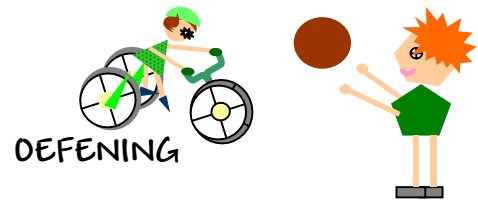
'n GLUKOSEMETER of -MONITOR

Wat moet gedoen word om te verseker dat jou bloedsuiker in die kol is?



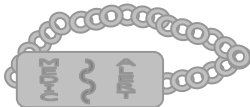
BLOED TOETSE

Toets bloedsuiker voor en na ...



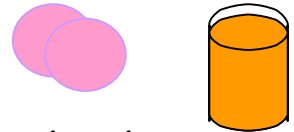
OEFENING

Wat moet jy dra sodat mense kan weet jy het diabetes?



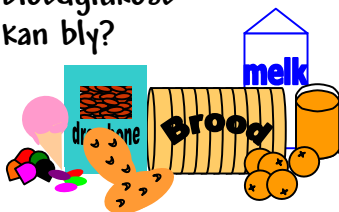
'N MEDIESE IDENTIFIKASIE BANDJIE

Wat moet jy inneem wanneer jou bloedglukose laag is?



VINNIGE ENERGIE-GEWENDE VOEDSEL

Van watter tipe kos moet jy telling hou sodat jou bloedglukose gebalanseerd kan bly?



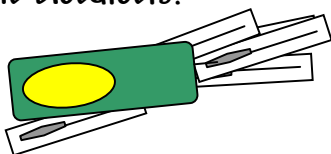
KOOLHIDRATE

Wat kan jy gebruik om die regte dosis insulien mee uit te werk?



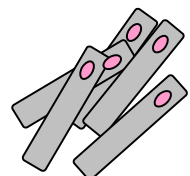
'N SAKREKENAAR

Wat word gebruik om 'n vinger te prik vir die bloedtoets?



LANSET of NAALDPEN

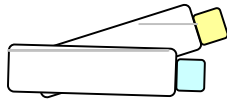
Wat sit jy in die glukosemeter om jou bloed te toets?



TOETS STOKKIE



Waarmee word jy ingespuut wanneer jy Tipe 1 diabetes het?



INSULIEN

Wat moet jy balanseer om gesond te bly?



INSULIEN, DIEËT en OEFENING

Jy kan nie diabetes aansteek nie - dit is nie soos _____ nie.



'N VERKOUE

Watter orgaan werk nie reg as jy diabetes het nie?



Die PANKREAS

Wat kan help om ons te herinner aan die gesonde Kos wat ons moet eet?



'n VOEDSEL BOOM

Diabetes verander die manier wat jou liggaam _____ gebruik

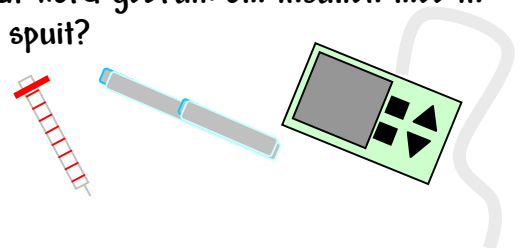


Wat moet jy lees voordat jy verwerkte Kos eet?

| | |
|-----------------|-----|
| Total Fat 1g | 2% |
| Total Carb. 33g | 11% |
| Fiber 2g | 8% |
| Sugar 1g | |
| Protein 7g | |

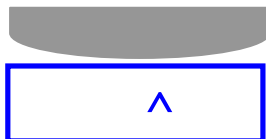
Die ETIKET

Wat word gebruik om insulien mee in te spuit?



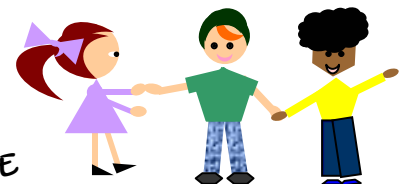
'n INSPUITING, PEN of POMPIE

Wat kan jou help om telling te hou van die koolhidrate wat jy eet? . . .



'n VOEDSEL SKAAL

Wie kan ons help as hulle weet van ons diabetes?



VRIENDE