

Regras para um jogo sobre o diabetes tipo 1

IMPRIMA e PREPARE

1. As três próximas páginas são o tabuleiro do jogo.
Imprima em papel grosso e depois corte nas linhas pontilhadas.
2. As páginas restantes podem ser impressas em papel de cartão de visitas.
3. O Jogo deve ser guardado em uma pasta. Primeiro coloque as cartas em sacos plásticos, ou junte-as com elásticos de dinheiro.

ARRUME

1. Distribua as três partes do tabuleiro na forma de um "Y"
2. Coloque as cartas **COMPRAR**, **BÔNUS** e **CASTIGO** no tabuleiro, conforme for indicado.
3. Use os triângulos coloridos como as peças do jogo, ou compre algumas peças em uma loja de variedades.
4. Os jogadores escolhem uma peça do jogo e a colocam em "SEU QUARTO" no círculo de **INÍCIO** da mesma cor

PARA JOGAR

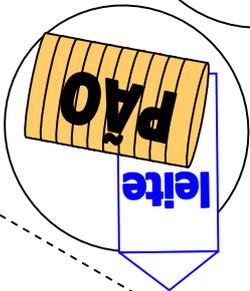
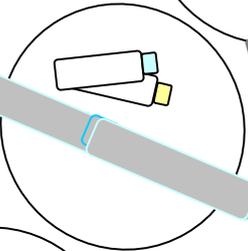
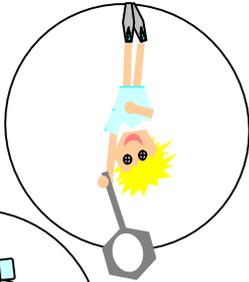
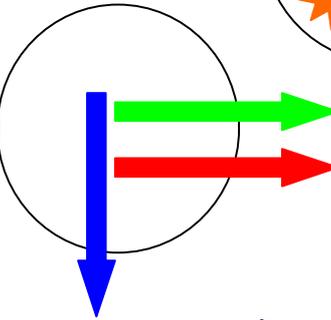
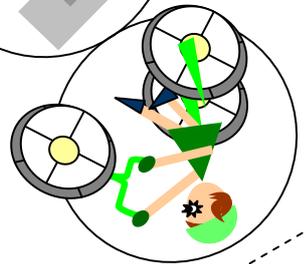
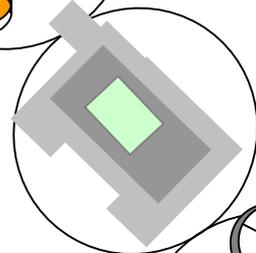
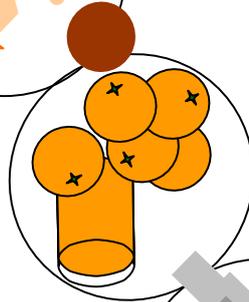
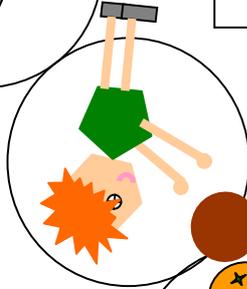
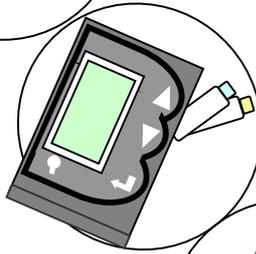
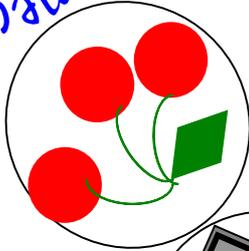
1. Os jogadores, cada um na sua vez e no sentido do relógio, pegam uma carta **COMPRAR** e se movem de acordo com a recomendação.
2. Recoloque as cartas **COMPRAR** e **CASTIGO**, viradas para baixo, na base da pilha de cartas depois de cada jogada. As cartas **BÔNUS** são guardadas para outra jogada ou para marcar pontos no final do jogo
3. Se um jogador "trombar" com outro ao cair em uma casa já ocupada terá que voltar ao início ou dar uma de suas cartas **BÔNUS** ao jogador que já estava naquele espaço.
4. Esteja atento para acompanhar a direção das flechas que correspondem às peças do jogo
5. O jogo termina quando o jogador chega ao  "EM EQUILÍBRIO"
(é necessário atingir o número exato)

PONTUAÇÃO: O jogador que termina o jogo ganha 5 pontos - as cartas **BÔNUS** pontuam conforme a seguir: 1 ponto cada; dois pontos extra para as duplas; 3 pontos extra para três do mesmo tipo; 4 pontos extra para quatro do mesmo tipo e 5 pontos extra para uma de cada tipo.

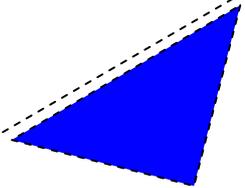
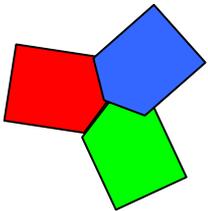
Antes de começar a jogar, os jogadores devem escolher se jogarão uma ou mais rodadas. Quando o jogo tiver mais de uma rodada, o vencedor será o jogador que tiver o maior total dos pontos somados em todas as rodadas.



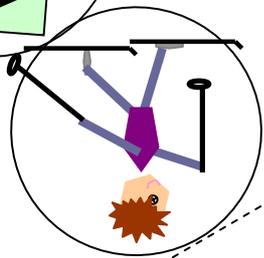
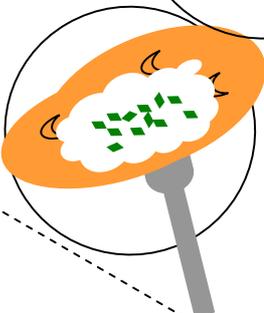
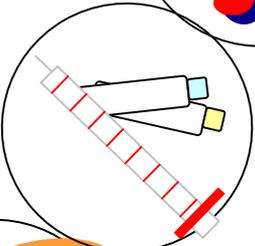
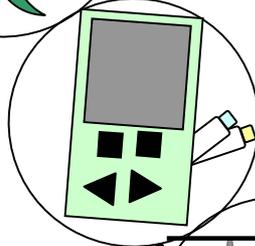
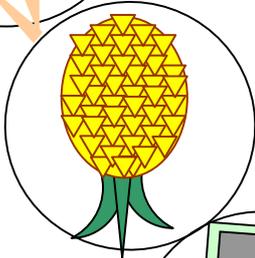
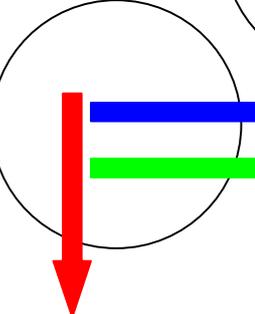
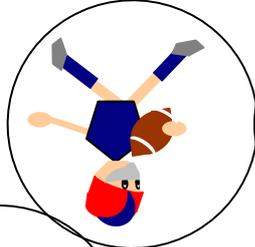
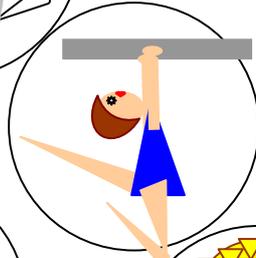
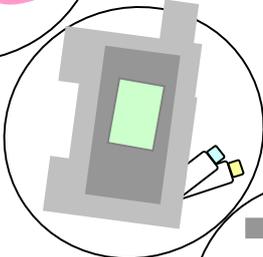
Comear
Seu
quarto



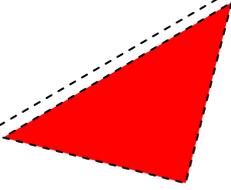
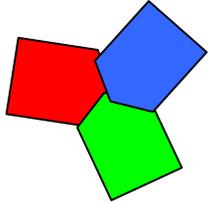
em equilíbrio em equilíbrio em equilíbrio



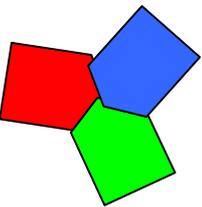
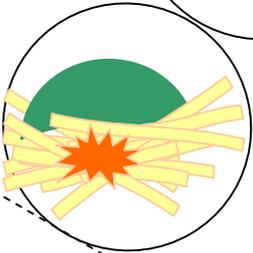
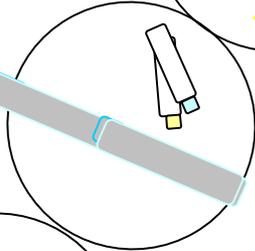
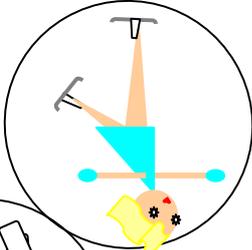
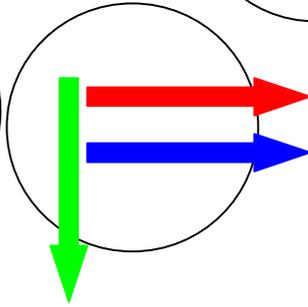
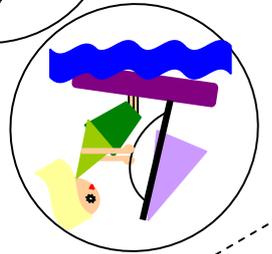
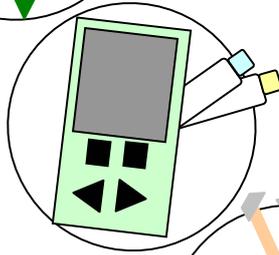
Quando
Seu
Começar



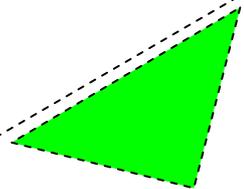
em equilíbrio em equilíbrio em equilíbrio

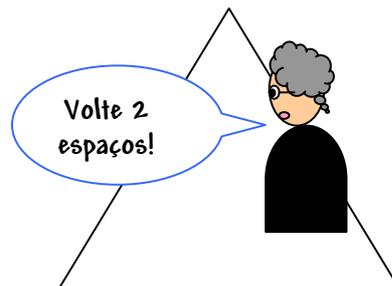
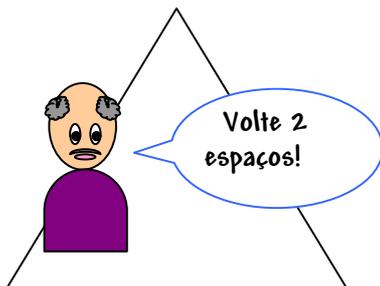
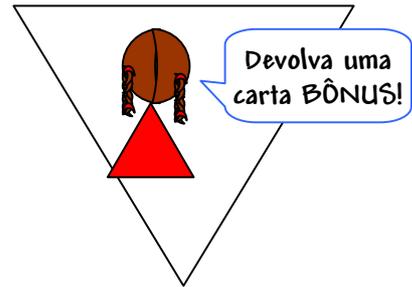
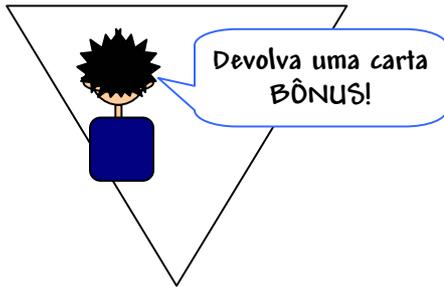
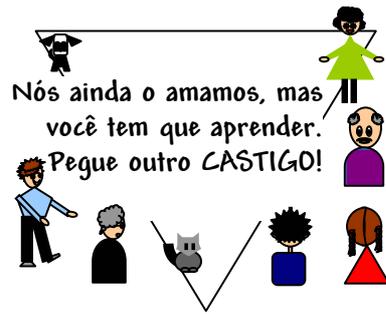
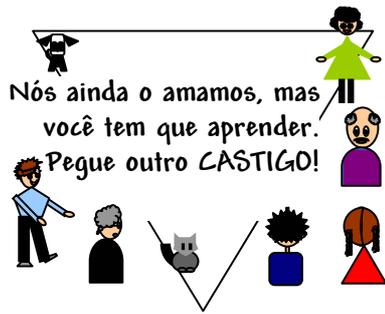


Quando
Seu
Começar



em equilíbrio em equilíbrio em equilíbrio





DIETA



Dieta é a comida
que você ingere.

DIETA



Dieta é a comida
que você ingere.

DIETA



Dieta é a comida
que você ingere.

DIETA



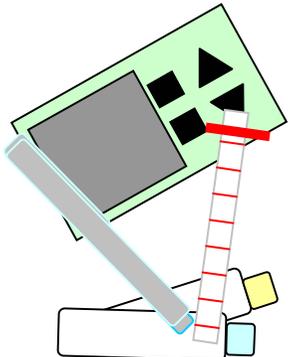
Dieta é a comida
que você ingere.

DIETA



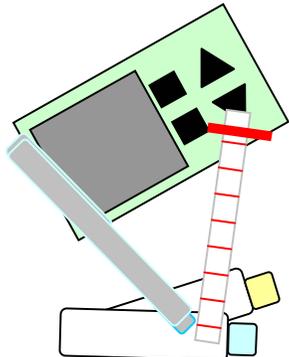
Dieta é a comida
que você ingere.

INSULINA



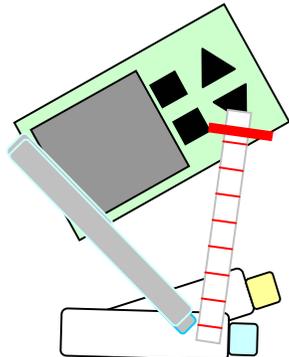
Precisamos de insulina
para conseguir
energia.

INSULINA



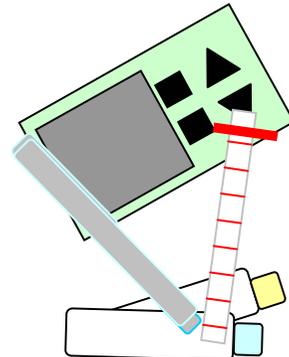
Precisamos de insulina
para conseguir
energia.

INSULINA



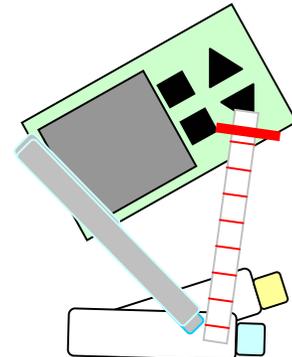
Precisamos de insulina
para conseguir
energia.

INSULINA



Precisamos de insulina
para conseguir
energia.

INSULINA



Precisamos de insulina
para conseguir
energia.

EXERCÍCIOS



São atividades que usam energia.

EXERCÍCIOS



São atividades que usam energia.

EXERCÍCIOS



São atividades que usam energia.

EXERCÍCIOS



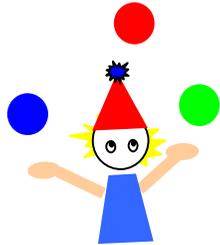
São atividades que usam energia.

EXERCÍCIOS



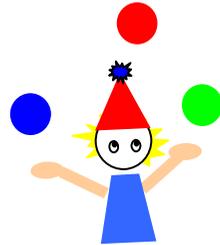
São atividades que usam energia.

BALANCEAR



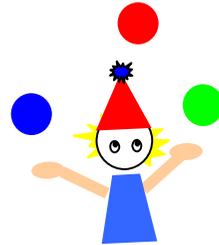
Quando você tem diabetes, deve balancear sua dieta, exercícios e insulina.

BALANCEAR



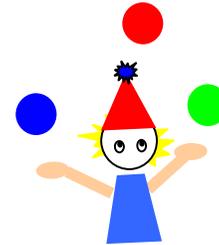
Quando você tem diabetes, deve balancear sua dieta, exercícios e insulina.

BALANCEAR



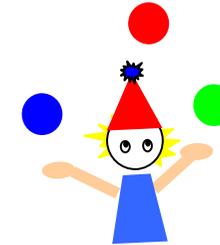
Quando você tem diabetes, deve balancear sua dieta, exercícios e insulina.

BALANCEAR



Quando você tem diabetes, deve balancear sua dieta, exercícios e insulina.

BALANCEAR



Quando você tem diabetes, deve balancear sua dieta, exercícios e insulina.

Você interrompeu a
mamãe enquanto ela
estava no telefone



pegue uma
carta **CASTIGO**

Você não quis se vestir
hoje de manhã



pegue uma
carta **CASTIGO**

Você não guardou
seus brinquedos



pegue uma
carta **CASTIGO**

Você não disse
"obrigado" pelo
presente



pegue uma
carta **CASTIGO**

MANTENDO UM
DIÁRIO DO DIABETES



avance 4 espaços e pegue
uma carta **BÔNUS**

CHECANDO O
SANGUE



avance 4 espaços e pegue
uma carta **BÔNUS**

MANTENDO UM
DIÁRIO DO DIABETES



avance 4 espaços e pegue
uma carta **BÔNUS**

CHECANDO O
SANGUE



avance 4 espaços e pegue
uma carta **BÔNUS**

CONTANDO GRAMAS
DE CARBOIDRATOS



avance 4 espaços e pegue
uma carta **BÔNUS**

CONTANDO GRAMAS
DE CARBOIDRATOS



avance 4 espaços e pegue
uma carta **BÔNUS**

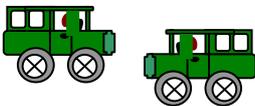
Oh não!
Seu açúcar no sangue
está quase no chão?
**Não tenha uma
HIPOGLICEMIA**
Corra até os carboidratos
mais próximos!
Já está no espaço com
carboidratos?
Pegue uma CARTA BÔNUS

Cruzes!
Seu açúcar no sangue está
ficando nas nuvens?
**Não tenha uma
HIPERGLICEMIA**
Corra até a insulina
mais próxima!
Já está no espaço com
insulina?
Pegue uma CARTA BÔNUS

Oh não!
Seu açúcar no sangue
está quase no chão?
**Não tenha uma
HIPOGLICEMIA**
Corra até os carboidratos
mais próximos!
Já está no espaço com
carboidratos?
Pegue uma CARTA BÔNUS

Cruzes!
Seu açúcar no sangue está
ficando nas nuvens?
**Não tenha uma
HIPERGLICEMIA**
Corra até a insulina
mais próxima!
Já está no espaço com
insulina?
Pegue uma CARTA BÔNUS

Troque de lugar
com qualquer outro
jogador



AVANCE
3
ESPAÇOS

AVANCE
1
ESPAÇO

AVANCE
1
ESPAÇO

AVANCE
2
ESPAÇOS

AVANCE
2
ESPAÇOS