

IM GLEICHGEWICHT  ein Diabetes Typ 1-Spiel
von Sandra J. Hollenberg.
Übersetzt von „Caroline Culen“, „Marianne König“ und „Mirjam Tschuggmall“

VORBEREITEN

1. Die folgenden drei Seiten sind das Spielbrett.
Drucke sie auf festes Papier und schneide sie an den gestrichelten Linien aus.
2. Die restlichen Seiten kannst du auf Visitenkartenpapier drucken - oder du nimmst festes Papier und schneidest die Karten dann aus.
3. Zur Aufbewahrung des Spiels eignet sich eine Flügelmappe. Du kannst die Karten in Klarsichthüllen geben oder mit Gummibändern zusammenbinden.

AUFSTELLEN

1. Lege die drei Spielbrett-Teile wie ein „Y“ zusammen.
2. Lege die ZIEH-, BONUS- und STRAFKARTEN auf die dafür vorgesehenen Felder am Spielbrett.
3. **Als Spielsteine können die bunten Dreiecke verwendet werden.**
4. Jeder Spieler wählt einen Spielstein und legt ihn auf das entsprechende Feld „DEIN ZIMMER“ im START-Kreis.

SPIELEN

1. Gespielt wird der Reihe nach und im Uhrzeigersinn. Der Spieler, der an der Reihe ist, nimmt sich eine ZIEH-KARTE und zieht entsprechend.
2. ZIEH- und STRAFKARTEN werden nach dem Zug unter den Stapel gelegt. BONUSKARTEN werden behalten - sie werden noch während des Spiels benötigt und am Ende des Spiels bekommt man Punkte dafür.
3. Kommt ein Spieler auf ein bereits besetztes Feld „verunglückt“ er und kann ENTWEDER zum Start zurückgehen ODER dem Mitspieler, der auf dem Feld steht, eine BONUSKARTE geben.
4. Achtung: folge immer den Pfeilen, die der Farbe deiner Spielfigur entsprechen.
5. Das Spiel endet, wenn ein Spieler  IM GLEICHGEWICHT ist

(man braucht die genaue Würfelzahl, um ins Ziel zu kommen)

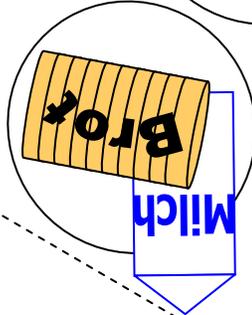
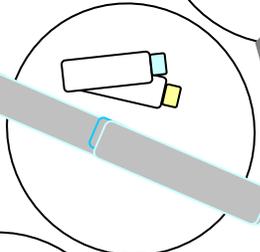
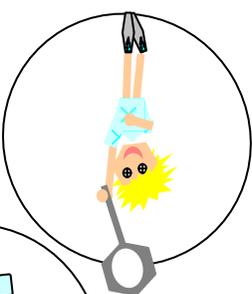
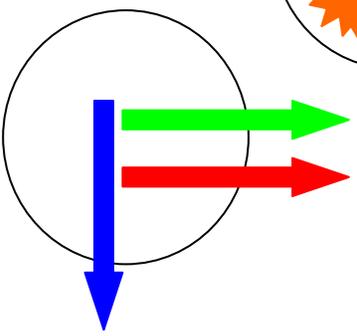
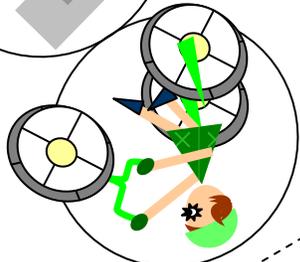
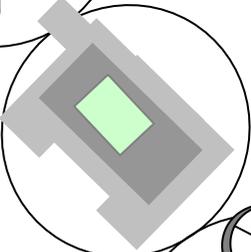
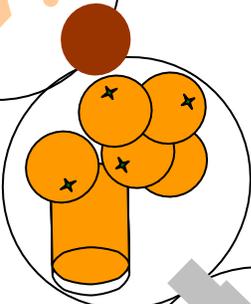
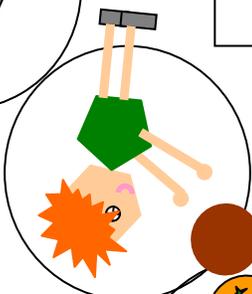
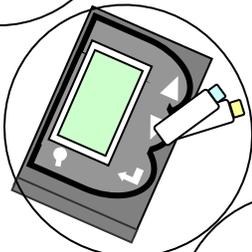
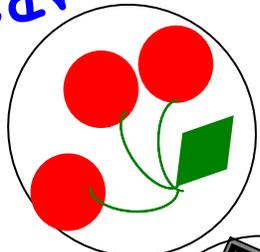
PUNKTE ZÄHLEN: Der Spieler, der das Spiel beendet, bekommt 5 Punkte - BONUSKARTEN zählen wie folgt: 1 Punkt pro Karte, 2 Extrapunkte für zwei gleiche Karten, 3 Extrapunkte für drei gleiche Karten, 4 Extrapunkte für vier gleiche Karten und 5 Extrapunkte für fünf gleiche Karten.

Bevor das Spiel beginnt, entscheidet euch, ob ihr eine oder mehrere Runden spielen wollt.

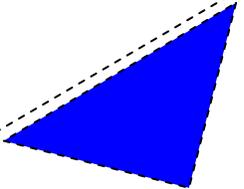
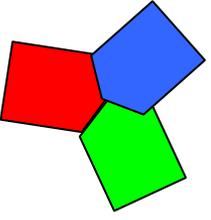
Wenn ihr mehr als eine Runde spielt, gewinnt der Spieler, der in Summe am meisten Punkte hat.



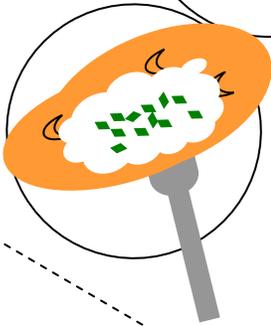
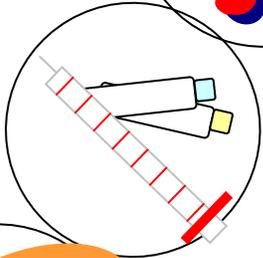
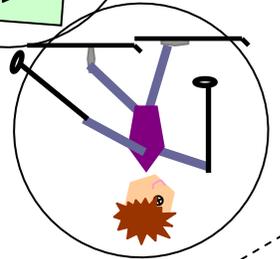
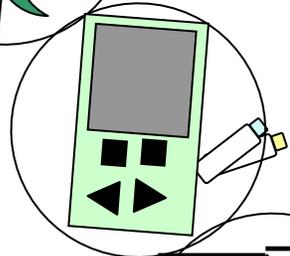
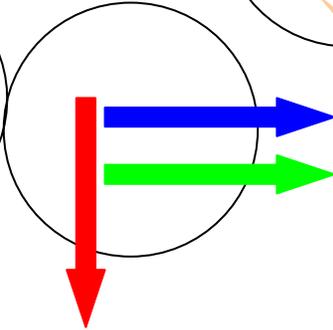
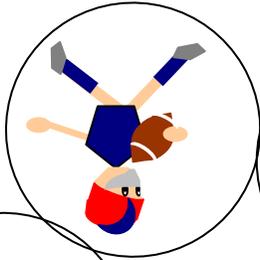
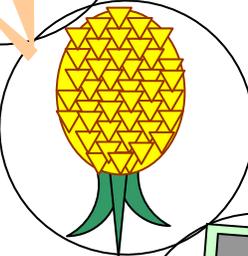
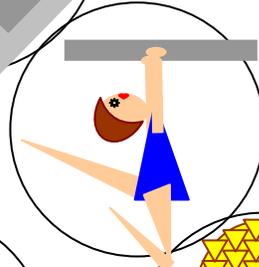
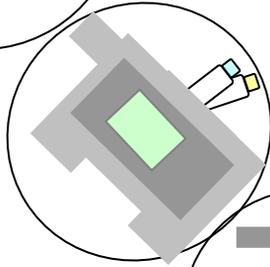
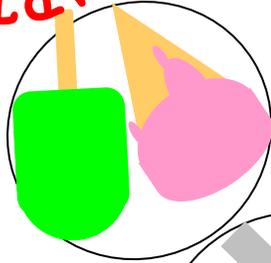
START
dein
Zimmer



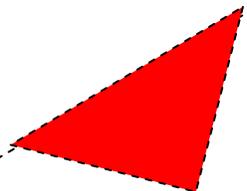
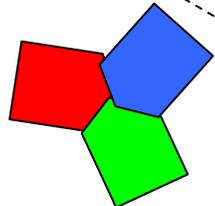
GLEICHGEWICHT IM GLEICHGEWICHT IM GLEICHGEWICHT



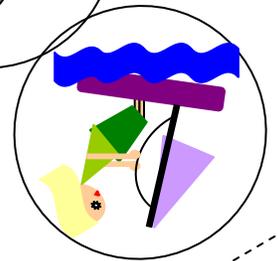
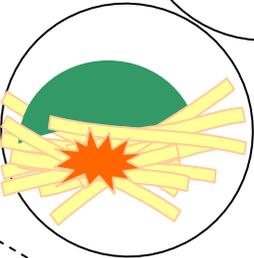
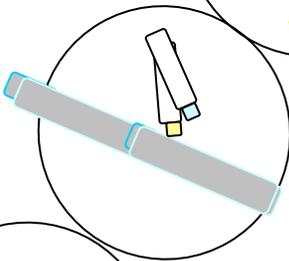
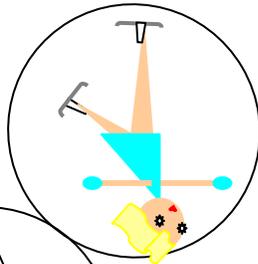
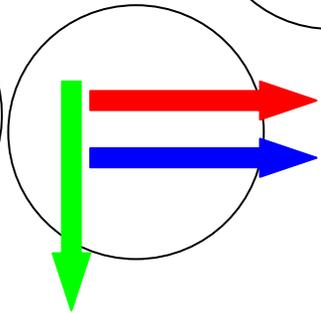
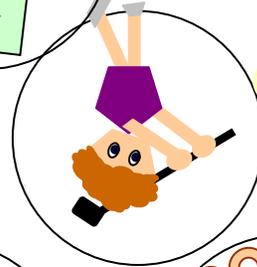
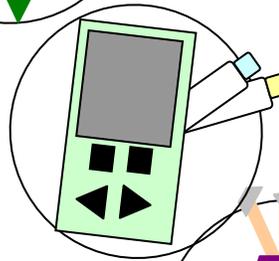
STARK dein Zimmer



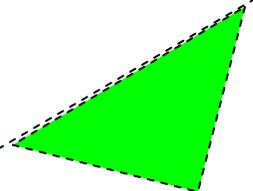
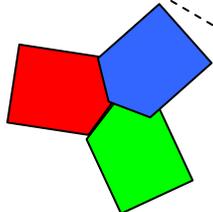
GLEICHGEMISCHT IM GLEICHGEMISCHT IM GLEICHGEMISCHT

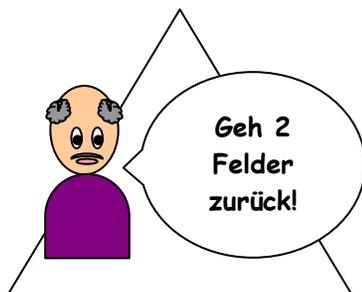
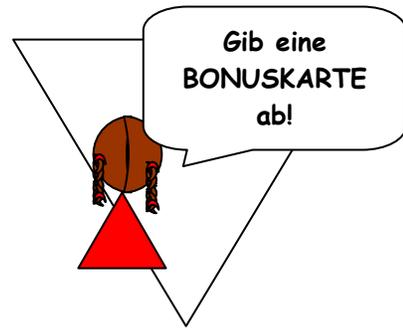


START
dein
Zimmer



GLEICHGEWICHT IM GLEICHGEWICHT IM GLEICHGEWICHT





Du hast deine Spielsachen
nicht aufgeräumt



Nimm eine Strafkarte!

Du hast dich nicht für's
Geschenk bedankt



Nimm eine Strafkarte!

Oh!
Ist der Blutzucker
zu hoch? **KEINE
HYPERGLYKÄMIE BEKOMMEN**

Geh schnell
zum nächsten
Insulin!
Du bist auf einem Insulinfeld?
Nimm dir eine Bonuskarte!

Oh nein!
Ist der Blutzucker
zu niedrig? **KEINEN
HYPO BEKOMMEN**

Geh schnell
zu den
nächsten BE!
Du bist auf einem BE-Feld?
Nimm dir eine Bonuskarte!

Ein Diabetes-
Tagebuch führen



Geh 4 Felder weiter und
nimm dir eine Bonuskarte!

Blutzucker messen



Geh 4 Felder weiter und
nimm dir eine Bonuskarte!

BE zählen



Geh 4 Felder weiter und
nimm dir eine Bonuskarte!

**Geh
1
Feld weiter**

**Geh
2
Felder weiter**



Tausche das
Feld mit einem
Mitspieler.

Du hast deine Mama beim Telefonieren unterbrochen



Nimm eine Strafkarte!

Du wolltest dich heute früh nicht anziehen



Nimm eine Strafkarte!

Oh!
Ist der Blutzucker zu hoch?

**KEINE
HYPERGLYKÄMIE BEKOMMEN**

Geh schnell zum nächsten Insulin!
Du bist auf einem Insulinfeld?
Nimm dir eine Bonuskarte!

Oh nein!
Ist der Blutzucker zu niedrig?

**KEINEN
HYPO BEKOMMEN**

Geh schnell zu den nächsten BE!
Du bist auf einem BE-Feld?
Nimm dir eine Bonuskarte!

Ein Diabetes-
Tagebuch führen



Geh 4 Felder weiter und nimm dir eine Bonuskarte!

Blutzucker messen



Geh 4 Felder weiter und nimm dir eine Bonuskarte!

BE zählen



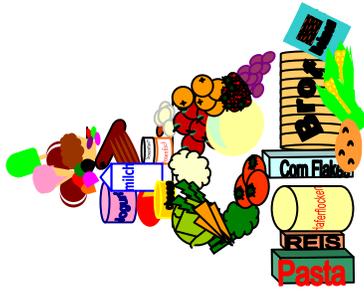
Geh 4 Felder weiter und nimm dir eine Bonuskarte.

**Geh
2
Felder weiter**

**Geh
1
Feld weiter**

**Geh
3
Felder weiter**

ERNÄHRUNG



Alle Lebensmittel,
die wir essen.

ERNÄHRUNG



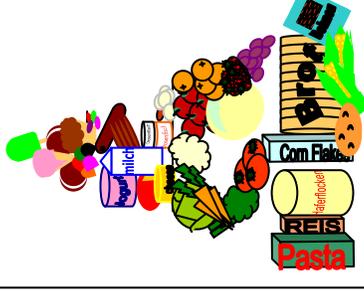
Alle Lebensmittel,
die wir essen.

ERNÄHRUNG



Alle Lebensmittel,
die wir essen.

ERNÄHRUNG



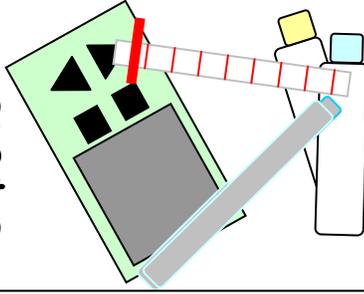
Alle Lebensmittel,
die wir essen.

ERNÄHRUNG



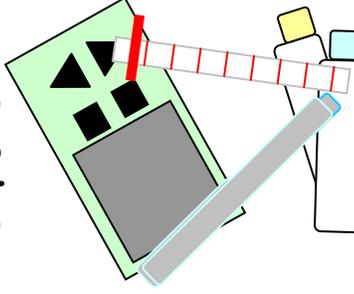
Alle Lebensmittel,
die wir essen.

INSULIN



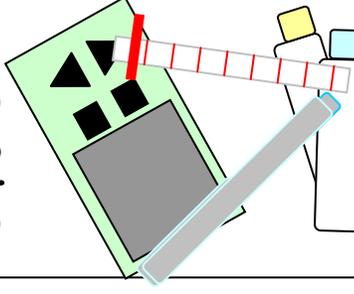
Wir brauchen Insulin,
um Energie zu bekommen.

INSULIN



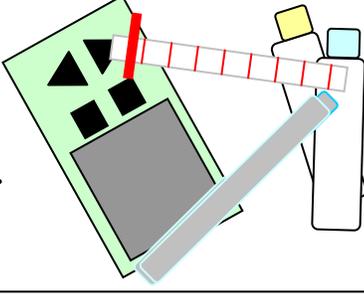
Wir brauchen Insulin,
um Energie zu bekommen.

INSULIN



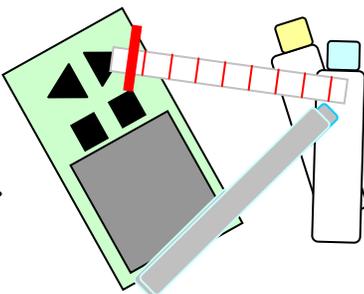
Wir brauchen Insulin,
um Energie zu bekommen.

INSULIN



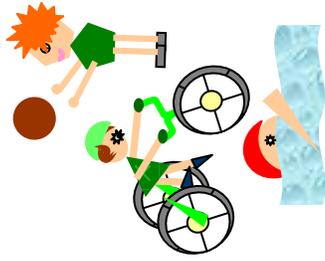
Wir brauchen Insulin,
um Energie zu bekommen.

INSULIN



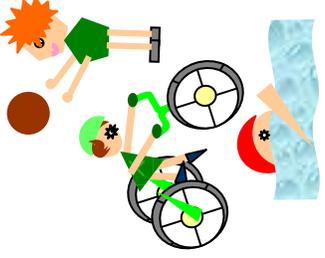
Wir brauchen Insulin,
um Energie zu bekommen.

SPORT



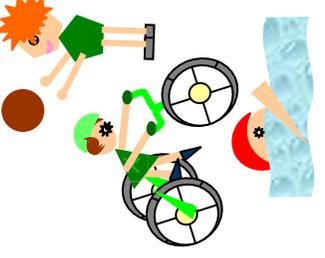
**Diese Aktivitäten
benötigen Energie.**

SPORT



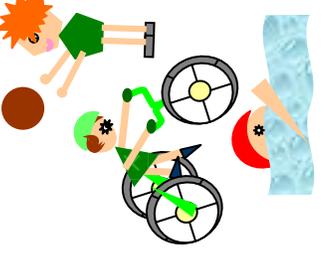
**Diese Aktivitäten
benötigen Energie.**

SPORT



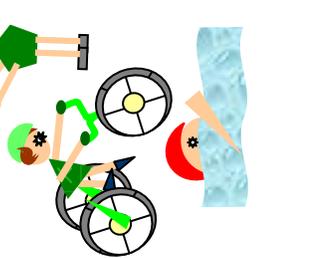
**Diese Aktivitäten
benötigen Energie.**

SPORT



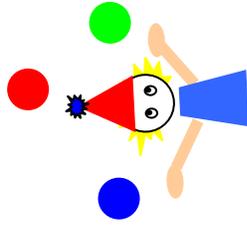
**Diese Aktivitäten
benötigen Energie.**

SPORT



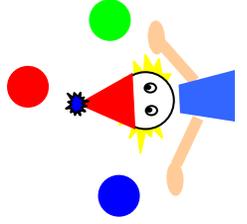
**Diese Aktivitäten
benötigen Energie.**

AUSGLEICHEN



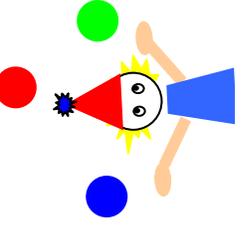
**Ernährung, Sport
Und Insulin im
Gleichgewicht halten**

AUSGLEICHEN



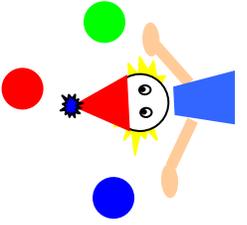
**Ernährung, Sport
Und Insulin im
Gleichgewicht halten**

AUSGLEICHEN



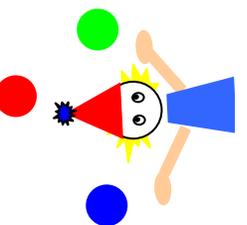
**Ernährung, Sport
Und Insulin im
Gleichgewicht halten**

AUSGLEICHEN



**Ernährung, Sport
Und Insulin im
Gleichgewicht halten**

AUSGLEICHEN



**Ernährung, Sport
Und Insulin im
Gleichgewicht halten**