

Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!

Je hebt al een tijdje geen ontstekingen.

Je bent heel vrolijk en hebt meer energie.

+ 2 Geluk
+ 1 Energie

Joepie!

Je hebt al een tijdje geen ontstekingen.

Je bent heel vrolijk en hebt meer energie.

+ 2 Geluk
+ 1 Energie

Joepie!

Je hebt al een tijdje geen ontstekingen.

Je bent heel vrolijk en hebt meer energie.

+ 2 Geluk
+ 1 Energie

Joepie!

Je hebt al een tijdje geen ontstekingen.

Je bent heel vrolijk en hebt meer energie.

+ 2 Geluk
+ 1 Energie

Joepie!

Je hebt al een tijdje geen ontstekingen.

Je bent heel vrolijk en hebt meer energie.

+ 2 Geluk
+ 1 Energie

Joepie!

Je hebt goed gerust.

Je hebt meer energie.

+ 1 Energie

Joepie!

Je hebt goed gerust.

Je hebt meer energie.

+ 1 Energie

Joepie!

Je hebt goed gerust.

Je hebt meer energie.

+ 1 Energie

Joepie!

Je hebt goed gerust.

Je hebt meer energie.

+ 1 Energie

Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!



Joepie!

Je hebt goed gerust.
Je hebt meer energie.

+ 1 Energie

Joepie!

Gisteren geen last van je reuma.
Je bent vrolijk vandaag.

+ 1 Geluk

Joepie!

Gisteren geen last van je reuma.
Je bent vrolijk vandaag.

+ 1 Geluk

Joepie!

Gisteren geen last van je reuma.
Je bent vrolijk vandaag.

+ 1 Geluk

Joepie!

Gisteren geen last van je reuma.
Je bent vrolijk vandaag.

+ 1 Geluk

Joepie!

Gisteren geen last van je reuma.
Je bent vrolijk vandaag.

+ 1 Geluk

Joepie!

Gisteren geen last van je reuma.
Je bent vrolijk vandaag.

+ 1 Geluk

Joepie!

Gisteren geen last van je reuma.
Je bent vrolijk vandaag.

+ 1 Geluk

Joepie!

Gisteren geen last van je reuma.
Je bent vrolijk vandaag.

+ 1 Geluk

Boehoe!



Joepie!



Joepie!



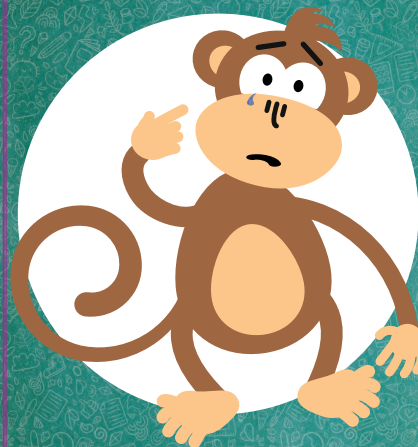
Boehoe!



Boehoe!



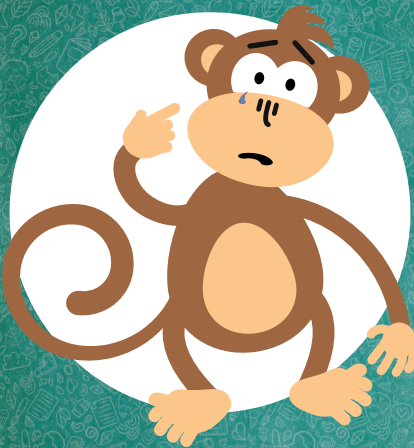
Boehoe!



Boehoe!



Boehoe!



Boehoe!



Joepie!

Je hebt goed gerust.
Je hebt meer energie.

+ 1 Energie

Joepie!

Gisteren geen last van je reuma.
Je bent vrolijk vandaag.

+ 1 Geluk

Boehoe!

Je hebt een flinke opvlamming
HOOG
Je hebt veel last van je ziekte. Dit kost je veel energie en je voelt je niet fijn.

- 2 Geluk
- 4 Energie

Je moet een beurt overslaan.
Je kan de volgende ronde niet meedoen en ontvangt geen extra punten als je in het Ik Wil Uitrusten! vak staat.

Boehoe!

Je hebt een flinke opvlamming
HOOG
Je hebt veel last van je ziekte. Dit kost je veel energie en je voelt je niet fijn.

- 2 Geluk
- 4 Energie

Je moet een beurt overslaan.
Je kan de volgende ronde niet meedoen en ontvangt geen extra punten als je in het Ik Wil Uitrusten! vak staat.

Boehoe!

Je hebt best last van je ziekte.

MEDIUM

Je hebt een medium opvlamming. Dit kost je veel energie en je bent gefrustreerd.

- 1 Geluk
- 3 Energie

Neem twee AU! kaarten

Boehoe!

Je hebt best last van je ziekte.

MEDIUM

Je hebt een medium opvlamming. Dit kost je veel energie en je bent gefrustreerd.

- 1 Geluk
- 3 Energie

Neem twee AU! kaarten

Boehoe!

Je hebt best last van je ziekte.

MEDIUM

Je hebt een medium opvlamming. Dit kost je veel energie en je bent gefrustreerd.

- 1 Geluk
- 3 Energie

Neem twee AU! kaarten

Boehoe!

Je hebt best last van je ziekte.

MEDIUM

Je hebt een medium opvlamming. Dit kost je veel energie en je bent gefrustreerd.

- 1 Geluk
- 3 Energie

Neem twee AU! kaarten

Boehoe!

Je hebt best last van je ziekte.

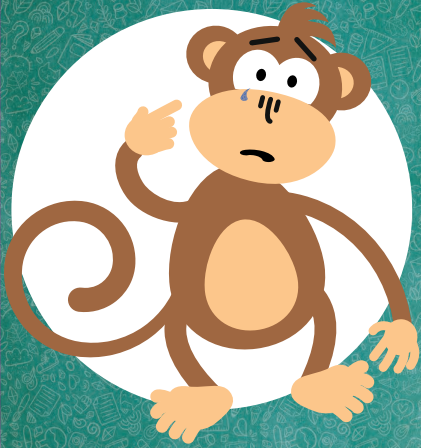
MEDIUM

Je hebt een medium opvlamming. Dit kost je veel energie en je bent gefrustreerd.

- 1 Geluk
- 3 Energie

Neem twee AU! kaarten

Boehoe!



Boehoe!



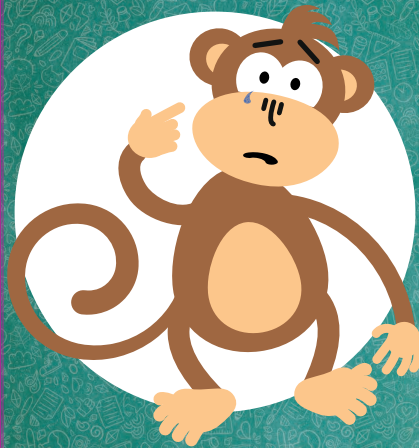
Boehoe!



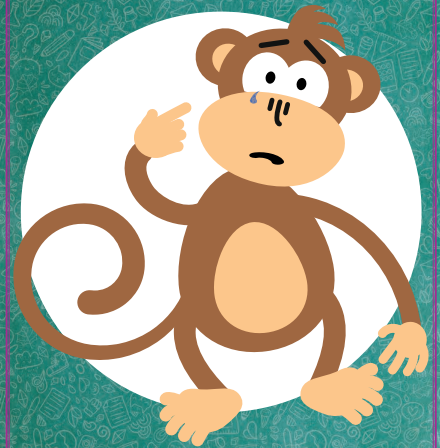
Boehoe!



Boehoe!



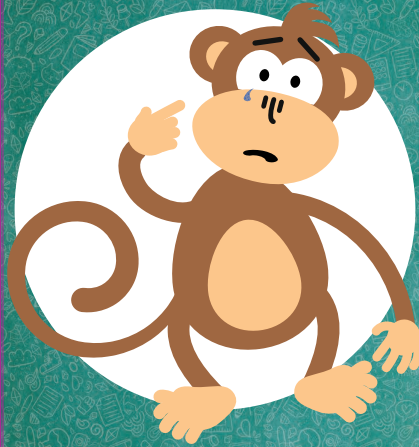
Boehoe!



Boehoe!



Boehoe!



Boehoe!



Boehoe!

Je hebt best last van je ziekte.

MEDIUM

Je hebt een medium opvlamming. Dit kost je veel energie en je bent gefrustreerd.

- 1 Geluk
- 3 Energie

Neem twee AU! kaarten

Boehoe!

Je hebt best last van je ziekte.

MEDIUM

Je hebt een medium opvlamming. Dit kost je veel energie en je bent gefrustreerd.

- 1 Geluk
- 3 Energie

Neem twee AU! kaarten

Boehoe!

Je hebt een opvlamming.

LAAG

Je hebt een kleine opvlamming. Dit kost je energie en je bent minder vrolijk.

- 2 Geluk
- 1 Energie

Neem 1 AU! kaart

Boehoe!

Je hebt een opvlamming.

LAAG

Je hebt een kleine opvlamming. Dit kost je energie en je bent minder vrolijk.

- 2 Geluk
- 1 Energie

Neem 1 AU! kaart

Boehoe!

Je hebt een opvlamming.

LAAG

Je hebt een kleine opvlamming. Dit kost je energie en je bent minder vrolijk.

- 2 Geluk
- 1 Energie

Neem 1 AU! kaart

Boehoe!

Je hebt een opvlamming.

LAAG

Je hebt een kleine opvlamming. Dit kost je energie en je bent minder vrolijk.

- 2 Geluk
- 1 Energie

Neem 1 AU! kaart

Boehoe!

Je kreeg gister een prik.

Vandaag voel je je niet zo lekker en heb je minder energie.

- 2 Geluk
- 2 Energie

Boehoe!

Je kreeg gister een prik.

Vandaag voel je je niet zo lekker en heb je minder energie.

- 2 Geluk
- 2 Energie

Boehoe!

Je kreeg gister een prik.

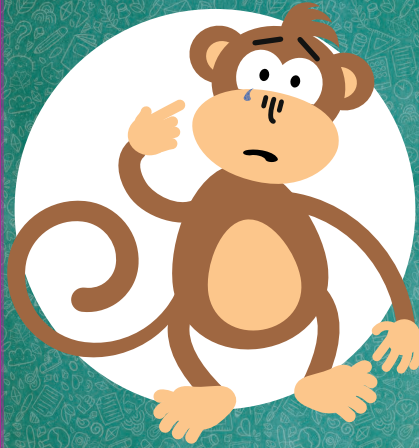
Vandaag voel je je niet zo lekker en heb je minder energie.

- 2 Geluk
- 2 Energie

Boehoe!



Boehoe!



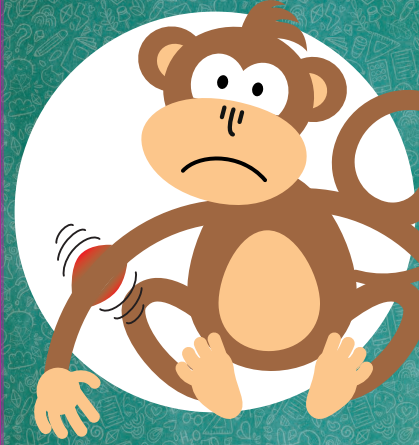
Boehoe!



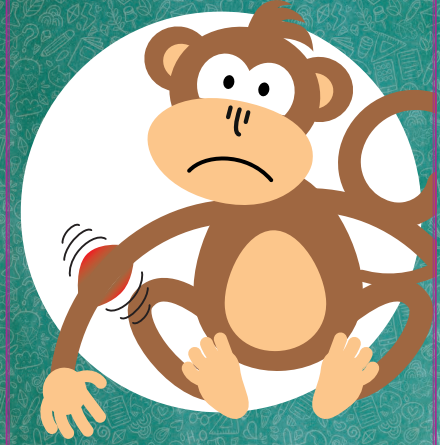
Boehoe!



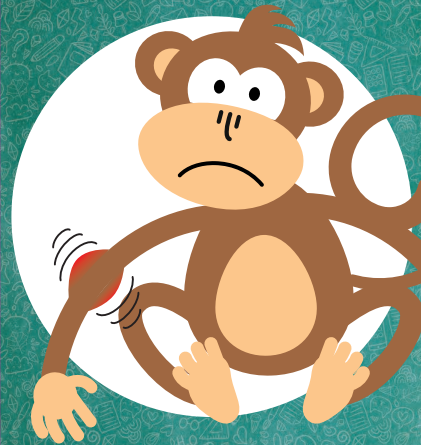
AU!



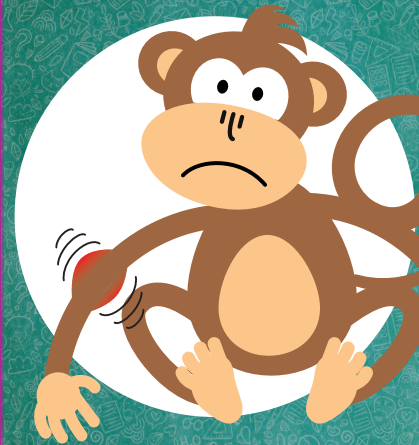
AU!



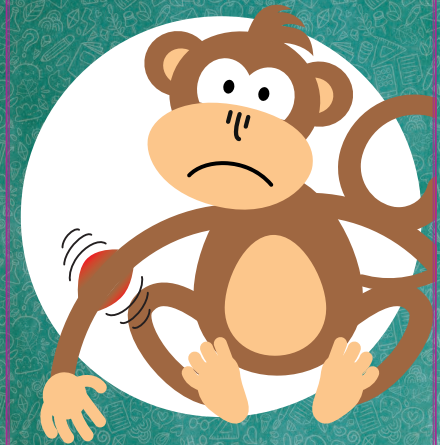
AU!



AU!



AU!



Boehoe!

Je hebt niet goed geslapen.
Je bent erg moe en dingen
kosten je meer moeite vandaag.

- 1 Energie

Boehoe!

Je hebt niet goed geslapen.
Je bent erg moe en dingen
kosten je meer moeite vandaag.

- 1 Energie

Boehoe!

Je hebt niet goed geslapen.
Je bent erg moe en dingen
kosten je meer moeite vandaag.

- 1 Energie

Rechterknie

Je kan je rechterknie deze
ronde niet bewegen. Gebruik
de tape of wikkel je knie in
een laag oude kranten en
plakband zodat ie recht blijft
en niet kan bewegen.



Rechterknie

Je kan je rechterknie deze
ronde niet bewegen. Gebruik
de tape of wikkel je knie in
een laag oude kranten en
plakband zodat ie recht blijft
en niet kan bewegen.



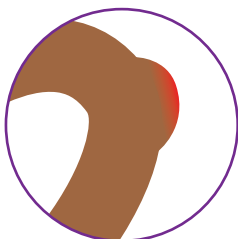
Boehoe!

Je hebt niet goed geslapen.
Je bent erg moe en dingen
kosten je meer moeite vandaag.

- 1 Energie

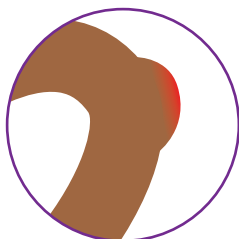
Linkerknie

Je kan je linkerknie deze
ronde niet bewegen. Gebruik
de tape of wikkel je knie in
een laag oude kranten en
plakband zodat ie recht blijft
en niet kan bewegen.



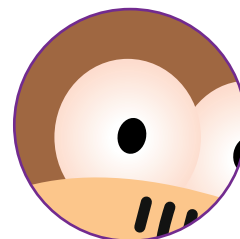
Linkerknie

Je kan je linkerknie deze
ronde niet bewegen. Gebruik
de tape of wikkel je knie in
een laag oude kranten en
plakband zodat ie recht blijft
en niet kan bewegen.

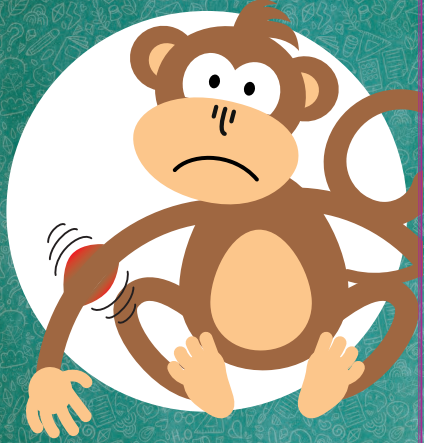


Rechteroog

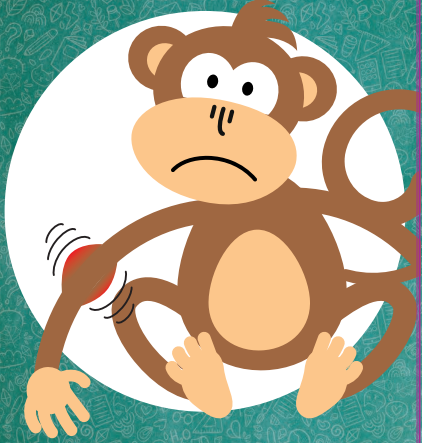
Je hebt last van een
ontsteking in je rechteroog,
gebruik deze ronde de bril
waarvan het rechteroog
bedekt is.



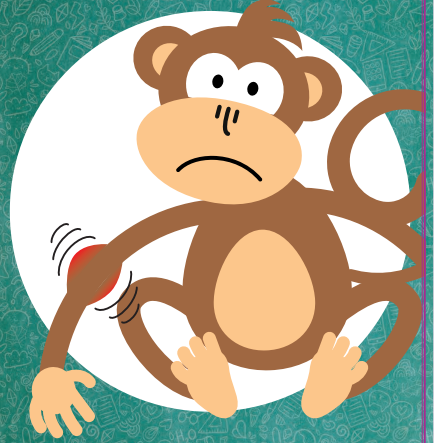
AU!



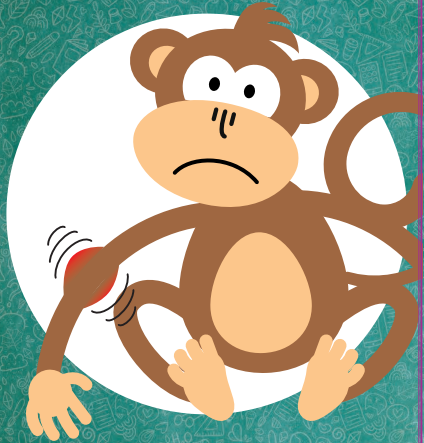
AU!



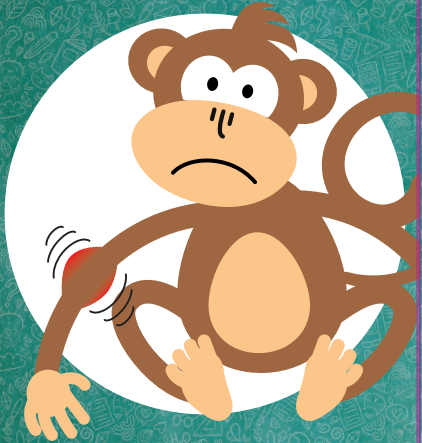
AU!



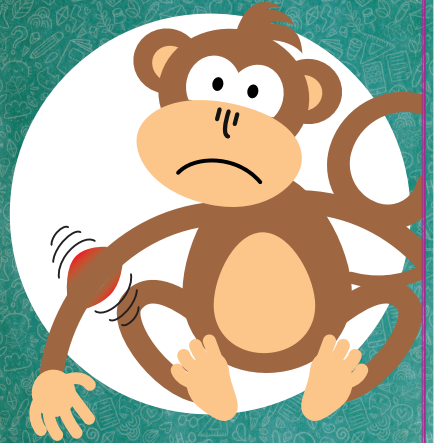
AU!



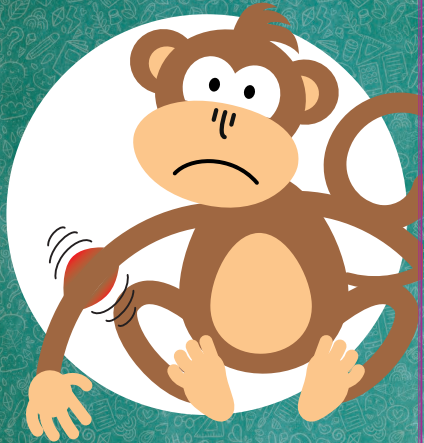
AU!



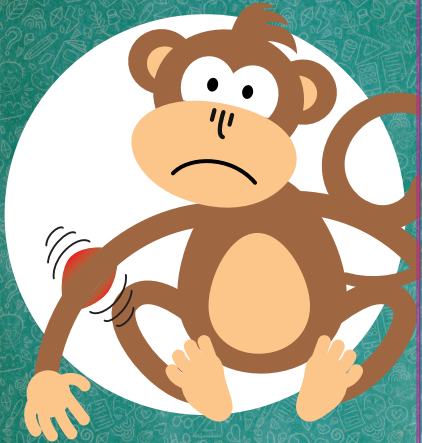
AU!



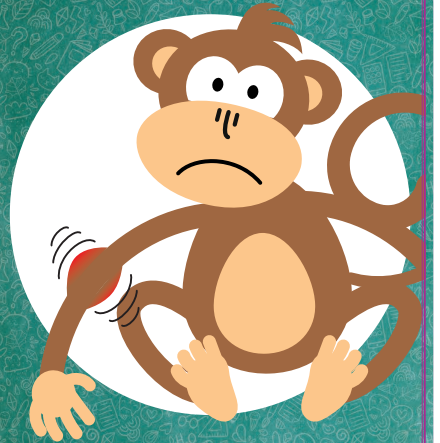
AU!



AU!



AU!



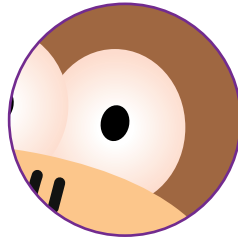
Rechteroog

Je hebt last van een ontsteking in je rechteroog, gebruik deze ronde de bril waarvan het rechteroog bedekt is.



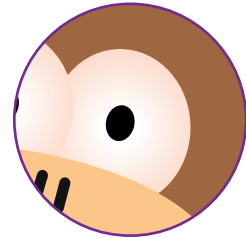
Linkeroog

Je hebt last van een ontsteking in je linkeroog, gebruik deze ronde de bril waarvan het linkeroog bedekt is.



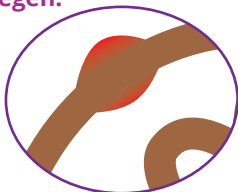
Linkeroog

Je hebt last van een ontsteking in je linkeroog, gebruik deze ronde de bril waarvan het linkeroog bedekt is.



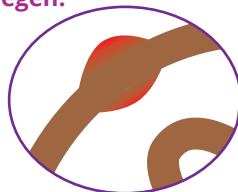
Rechter elleboog

Je kan je rechterelleboog deze ronde niet bewegen. Gebruik de tape of wikkel je elleboog in een laag oude kranten en plakband zodat ie recht blijft en niet kan bewegen.



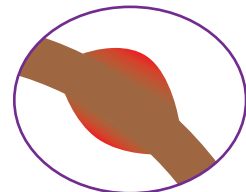
Rechter elleboog

Je kan je rechterelleboog deze ronde niet bewegen. Gebruik de tape of wikkel je elleboog in een laag oude kranten en plakband zodat ie recht blijft en niet kan bewegen.



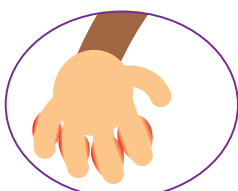
Linker elleboog

Je kan je linkerelleboog deze ronde niet bewegen. Gebruik de tape of wikkel je elleboog in een laag oude kranten en plakband zodat ie recht blijft en niet kan bewegen.



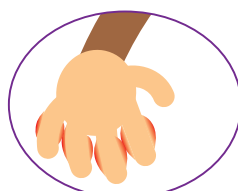
Vingers rechterhand

Je kan de vingers van je rechterhand niet gebruiken. Gebruik de tape of wikkel je vingers in een laag oude kranten en plakband zodat ze niet kunnen bewegen.



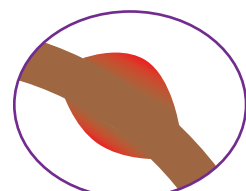
Vingers rechterhand

Je kan de vingers van je rechterhand niet gebruiken. Gebruik de tape of wikkel je vingers in een laag oude kranten en plakband zodat ze niet kunnen bewegen.

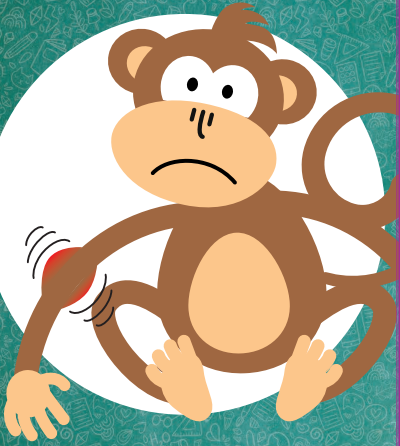


Linker elleboog

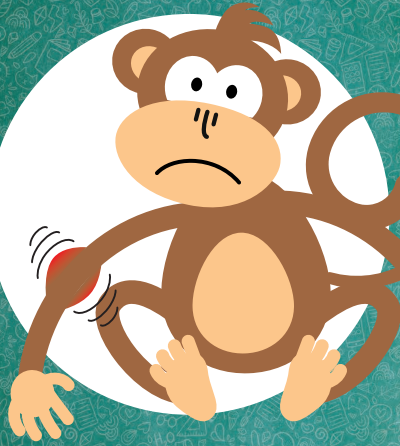
Je kan je linkerelleboog deze ronde niet bewegen. Gebruik de tape of wikkel je elleboog in een laag oude kranten en plakband zodat ie recht blijft en niet kan bewegen.



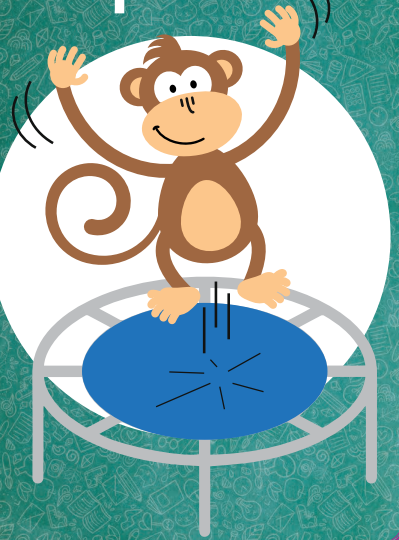
AU!



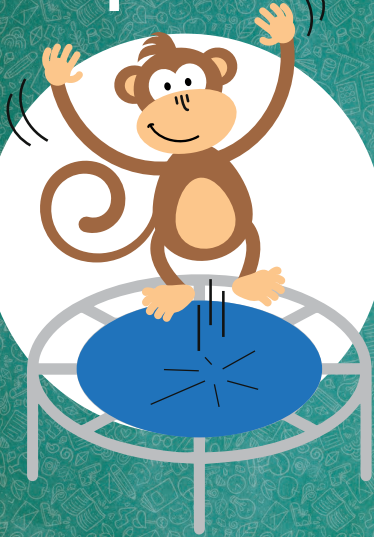
AU!



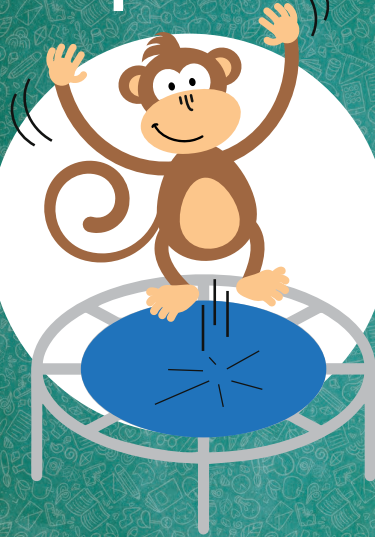
Spelen!



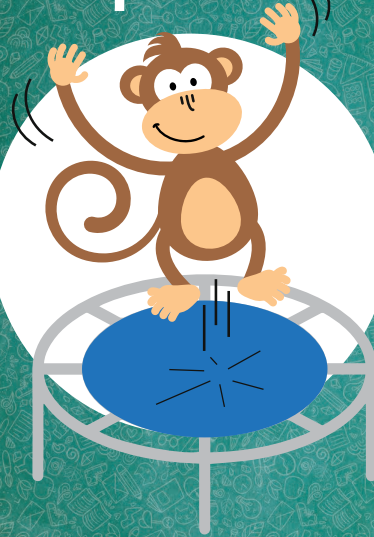
Spelen!



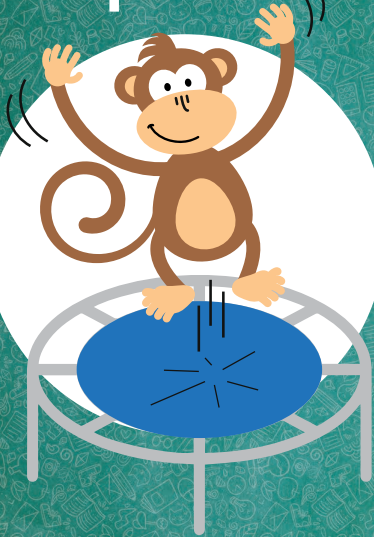
Spelen!



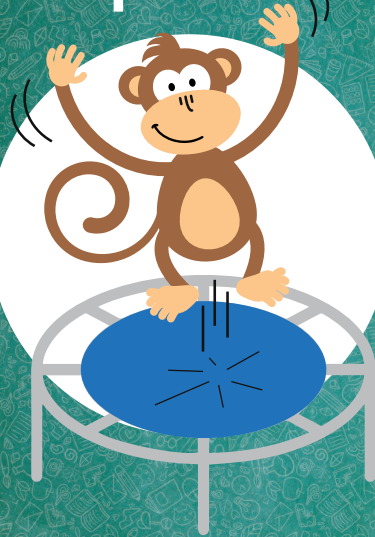
Spelen!



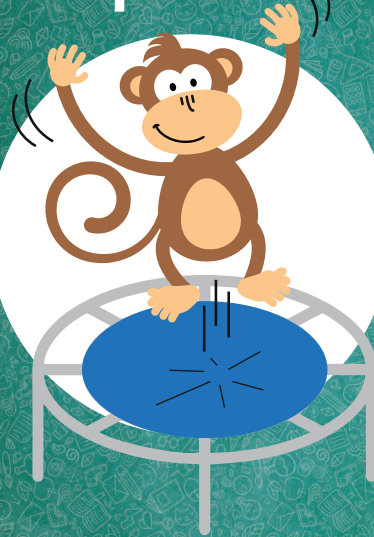
Spelen!



Spelen!



Spelen!



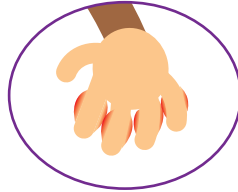
30 sec

Ren de kamer/ruimte rond.

+ 2 Geluk
- 2 Energie

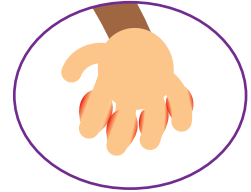
**Vingers
linkerhand**

Je kan de vingers van je linkerhand niet gebruiken. Gebruik de tape of wikkel je vingers in een laag oude kranten en plakband zodat ze niet kunnen bewegen.



**Vingers
linkerhand**

Je kan de vingers van je linkerhand niet gebruiken. Gebruik de tape of wikkel je vingers in een laag oude kranten en plakband zodat ze niet kunnen bewegen.



15 sec

Ren de kamer/ruimte rond.

+ 1 Geluk
- 1 Energie

30 sec

Huppel door de kamer.

+ 2 Geluk
- 2 Energie

15 sec

Huppel door de kamer.

+ 1 Geluk
- 1 Energie

30 sec

Spring op en neer.

+ 2 Geluk
- 2 Energie

15 sec

Spring op en neer.

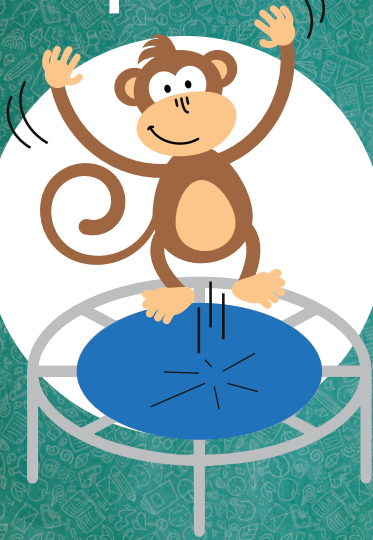
+ 1 Geluk
- 1 Energie

15 sec

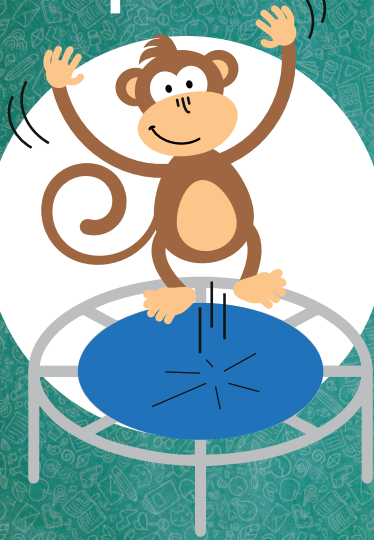
Hinkel op je rechterbeen.

+ 1 Geluk
- 1 Energie

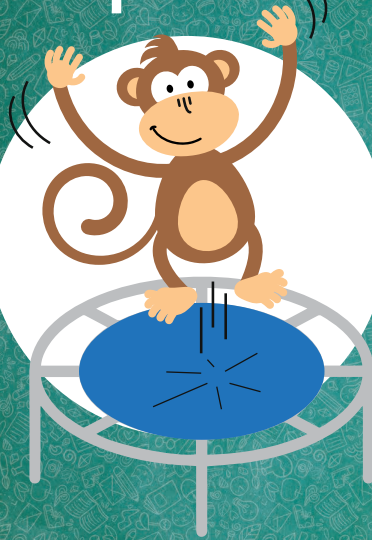
Spelen!



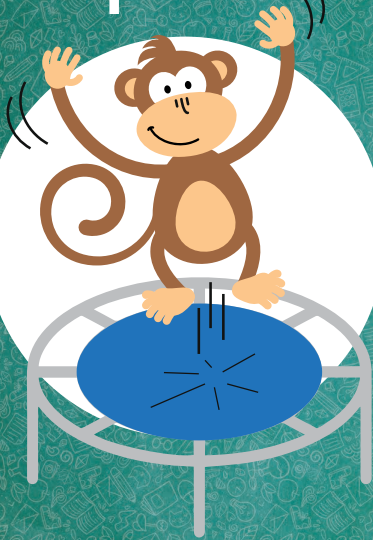
Spelen!



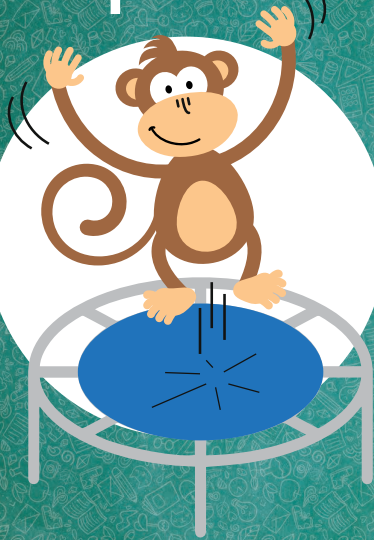
Spelen!



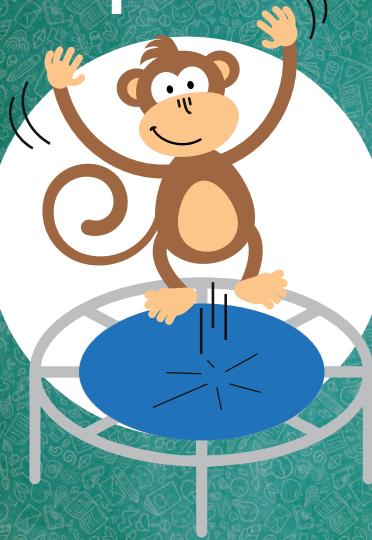
Spelen!



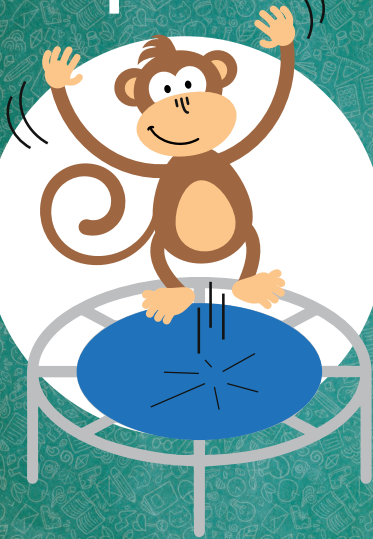
Spelen!



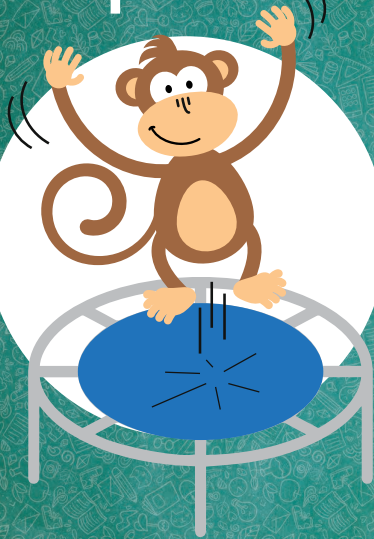
Spelen!



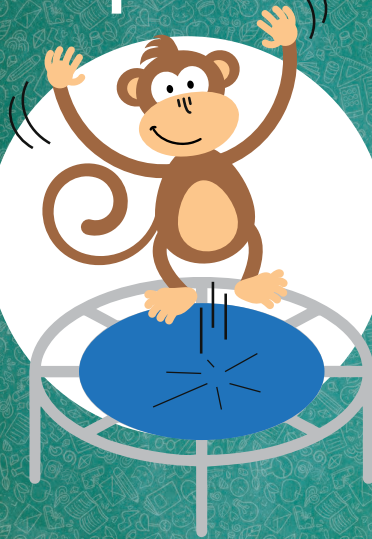
Spelen!



Spelen!



Spelen!



15 sec

Hinkel op je linkerbeen.

+ 1 Geluk
- 1 Energie

30 sec

Stap op en neer op je plaats.

+ 1 Geluk
- 1 Energie

30 sec

Ren rond.

+ 2 Geluk
- 2 Energie

15 sec

Draai rondjes.

+ 1 Geluk
- 1 Energie

30 sec

Draai rondjes met een vriend(in).

+ 2 Geluk
- 2 Energie

30 sec

Spring op en neer terwijl je iedereens handen vasthoudt.

+ 2 Geluk
- 2 Energie

15 sec

Spring op en neer terwijl je iedereens handen vasthoudt.

- 1 Geluk
- 1 Energie

30 sec

Speel tikkertje: degene met de meeste energiefiches is 'm.

+ 3 Geluk
- 3 Energie

60 sec

Speel tikkertje: degene met de meeste energiefiches is 'm.

+ 4 Geluk
- 4 Energie

AHA!



AHA!



AHA!



AHA!



AHA!



AHA!



AHA!



AHA!



AHA!



Hoe voelde je je toen je energie kwijtraakte?

Wat deed je om je energie fiches te behouden?

Wat merkte je op als je uitrustte?

Hoe voelde je je als je besloot niet mee te spelen?

Waarom denk je dat het belangrijk is om een goed evenwicht te houden tussen energie en geluk?

Nu je dit spel hebt gespeeld, hoe denk je dat het is om jeugdrema te hebben?

Wat dacht je toen je een lichaamsdeel niet kon bewegen?

Wat heb je geleerd door het spel?

Wat weet je nu, wat je voor het spel niet wist?

AHA!



**Verandert dit spel in hoe
je in de toekomst gaat
spelen met je vriend(in) met
jeugdreuma? Zo ja, hoe?**