

**REGELBOEK**



## BIPOLAR, EEN KORTE INTRODUCTIE

Dit spel is een poging om het leven met bipolaire stoornis te simuleren. De hoogtes en laagtes, de manische en depressieve episodes. Het hoofddoel is om bipolaire stoornis aan de hand van triggers en symptomen te verduidelijken, bespreekbaar te maken en taboes te doorbreken.

In dit spel speel je de rol van een bipolair persoon. Je zal geconfronteerd worden met enkele levensechte triggers die zullen leiden tot verschillende symptomen eigen aan bipolariteit.

Door ervaring op te doen leer je om dagboeken te schrijven, locaties te bezoeken en via de juiste hulp om te gaan met de symptomen. Naar het einde van het spel toe zal je zelfs in staat zijn om crisissituaties te overwinnen.

## SPELOPBOUW

Bipolar is een deck builder kaartspel. Dit betekent dat je in de loop van het spel jouw persoonlijke kaartendeck zult aanpassen. Door het verwijderen van negatieve kaarten en het aankopen van nieuwe kaarten zal je jouw kaartendeck optimaliseren en zo gaandeweg de opties en mogelijkheden vergroten. Uiteindelijk zal je deze kaarten gebruiken om zoveel mogelijk punten te verzamelen. Op het einde van het spel wint de speler met het meeste punten het spel.

---

## COMPONENTEN: 115 KAARTEN



14 startkaarten



18 triggerkaarten



18 symptoomkaarten



8 locatiekaarten



15 dagboekkaarten



8 helper kaarten



18 therapiekaarten

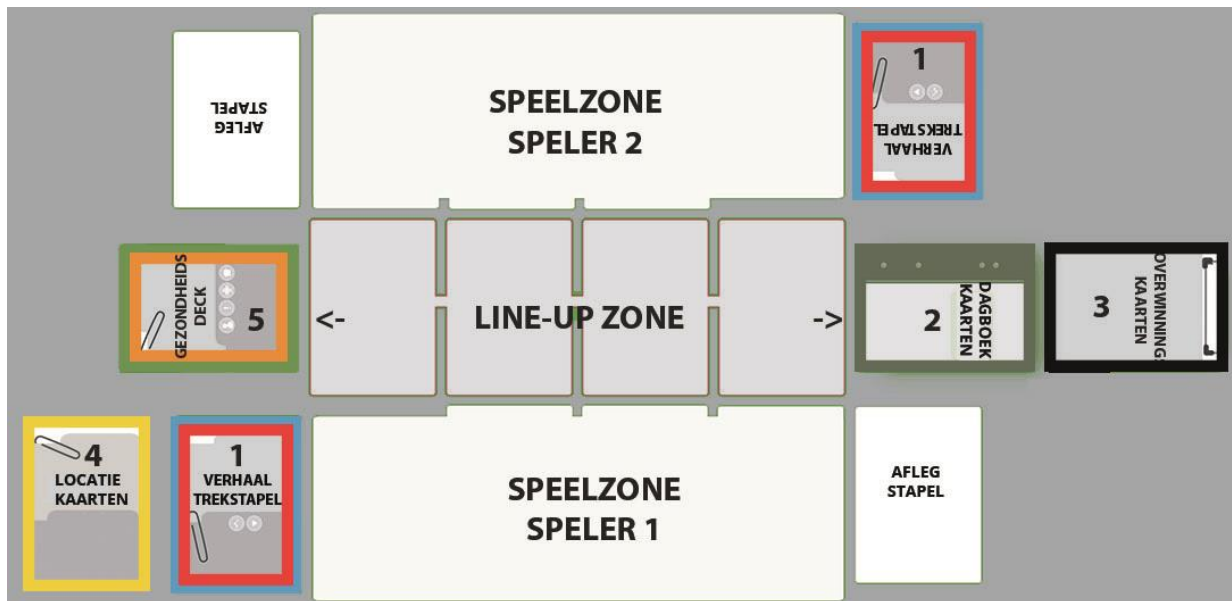


16 overwinningskaarten

## KAART OPMAAK



## KLAARZETTEN VAN HET SPEL



1. Elke speler neemt zijn/haar 9 **triggerkaarten** en 7 **startkaarten** en schudt ze samen, om een eigen **verhaal trekstapel** te vormen. Leg ze gedekt aan de linkerszijde van elke speler zijn/haar speelzone.
  2. Plaats alle **dagboekkaarten** in een stapel met voorzijde naar boven naast de "line-up zone".
  3. Neem alle **overwinningskaarten** en plaats deze in 3 aparte gedekte stapels, gesorteerd aan de hand van het aantal sterren in de linkerbenedenhoek van de voorzijde. Schud elke stapel apart en plaats dan de driesterren-stapel gedekt naast het bord. Plaats dan de tweesterren-stapel hierbovenop en herhaal dit proces met de éénsterren-stapel.  
Wanneer alle **overwinningskaarten** op die manier in één deck geplaatst zijn, draai dan de bovenste **overwinningskaart** naar boven.
  4. Elke speler neemt een **locatiekaart** van elk type en plaatst deze apart en met de voorkant naar boven aan de linkerkant van de **speelzone**.
  5. Schud alle resterende **helper-, symptoom- en therapiekaarten** samen om je **gezondheidsdeck** te vormen.
-

Plaats deze stapel gedekt zoals getoond in het overzicht. Neem en draai de bovenste 4 **gezondheidskaarten** van dit deck en plaats ze zichtbaar in de **line-upzone**.

6. Gooi kop of munt om te bepalen wie start met het spel.

## REGELS

### BEURTROL VAN SPELER

Spelers spelen elk om beurt, te starten met de beginnende speler.

Tijdens een spelbeurt voeren de spelers de volgende stappen uit:

1. Trek in totaal 5 gedekte kaarten van de **verhaal trekstapel** en houd ze in je hand. Als je **verhaal trekstapel** op een bepaald moment leeg zou geraken, schud dan je **aflegstapel** en vorm opnieuw een gedekte **verhaal trekstapel**. Als er minder dan 5 kaarten werden getrokken wordt dit proces herhaald.

2. Als je ten minste 1 **trigger kaart** in je hand houdt en er ten minste 1 **symptoomkaart** in de **line-up** ligt:

- Verwijder een **triggerkaart** in je hand uit het spel, en leg een **symptoomkaart** van de **line-up** in je **aflegstapel**
- Herhaal dit proces als je nog altijd een **triggerkaart** hebt en er een **symptoomkaart** in de **line-up** ligt.

3. Speel gelijk welk aantal **gezondheidskaarten (dagboeken, helpers en therapiekaarten)** en los de effecten van de gekozen kaarten op. Tel daarna je totale verworven ervaring tijdens deze ronde.

De speler mag deze ervaringspunten nu gebruiken om gelijk welk aantal van de volgende kaarten aan te kopen, zolang als de totale ervaringskost niet groter is dan de verworven ervaringspunten:

- **Dagboekkaarten** (toegevoegd aan de **aflegstapel**)
  - **Helper- of therapiekaarten** van de **line-up zone** (toegevoegd aan de **aflegstapel**)
-

- **Locatiekaarten** (met de voorkant naar boven geplaatst in je **spelerszone**)
- **Overwinningskaarten** (met de voorkant naar boven geplaatst in een stapel in je **spelerszone**)

Draai onmiddellijk de volgende **overwinningskaart** naar boven na elke aankoop.

4. Als een speler al een of meer **locatiekaarten** heeft verworven, kan hij/zij alle effecten van de **locatiekaarten** op gelijk welk moment tijdens hun spelbeurt gebruiken.

5. Vul de **line-up** aan zodat er telkens 4 kaarten van het **gezondheidsdeck** met de voorkant naar boven liggen. Als het **gezondheidsdeck** leeg is, eindigt het spel onmiddellijk.

6. Doe alle overblijvende handkaarten weg en plaats ze in de **aflegstapel**.

Nu is het de beurt aan de volgende speler!

---

## EINDE VAN HET SPEL

Wanneer alle **overwinningskaarten** of het **gezondheidsdeck** leeg zijn/uitgespeeld zijn, eindigt het spel onmiddellijk.

### EINDSCORE:

Puntentotaal van de **overwinningskaarten**

- Trek 5 punten af voor elk **symptoom** in je verhaal **trekstapel, aflegstapel** en hand.
- In geval van gelijkspel winnen beide spelers.

## FAQ

**Q:** Wat gebeurt er als de dagboekstapel leeg is?

**A:** Je blijft spelen.

**Q:** Wanneer je locatiekaarten verwerft, moeten die dan in de aflegstapel?

**A:** Neen, deze worden in de spelerszone geplaatst en blijven daar tot het einde van het spel.

**Q:** Wat is er bijzonder aan de helperkaarten?

**A:** Wanneer je een locatie in het spel hebt (bijvoorbeeld ziekenhuis), dan krijg je 4 ervaringspunten als je het overeenkomstig gebouw hebt, zo neen krijg je 3 ervaringspunten.

**Q:** Blijven helperkaarten in de spelerszone?

**A:** Neen. Zij worden afgelegd na gebruik, zelfs al heb je een locatie.

## DANKWOORD

**Testers:** Spelgroep Spellenbeen, Thomas, Kenneth, Bart, Geert, Julie en Marianne ...

**Speciale dank aan:** Psychiatrisch team ziekenhuis Serruys en Ups & Downs.

---