

Mecánica del juego

- ✚ El juego consiste en completar un día con las 5 comidas, pero sin repetir los valores en cada comida.
- ✚ Se reparten **4 cartas** por jugador.
- ✚ Comienza el juego el jugador de menos edad y cada jugador **tira una carta lo más saludable** o con el **mayor valor**.



Como la dieta tiene que ser variada los **valores** de las cartas en **cada comida tienen que ser distintos**.



- ✚ Si **no puedes tirar** tienes **tres** opciones:
 1. Descartar alguna carta con la **letra O** respondiendo **1 pregunta** y cogemos una carta del mazo.
 2. Descartar alguna carta con la **letra E** contestando **2 preguntas** y cogemos una carta del mazo
 3. Descartar alguna carta de **ejercicio físico** haciendo el **movimiento señalado** en la carta y cogemos una carta del mazo.
- ✚ Una vez se **terminen** las **5 comidas**, cada jugador tendrá 4 cartas como al principio. Ahora podrán **descartarse** las cartas que queden en la mano de la forma siguiente:
 - ❖ Las cartas de **agua, fruta y verdura se descartan automáticamente**.
 - ❖ Las marcadas con **letra** respondiendo **preguntas del mazo (1 pregunta para ocasionales (O) y 2 preguntas para esporádicos (E))**.
 - ❖ Las de **actividad física realizando** lo que marque la foto de la carta.
- ✚ Si el jugador se queda con cartas de comida saludable se contarán y sumarán los puntos.

GANARÁ EL JUGADOR QUE SE QUEDE EL PRIMERO SIN CARTAS, EL QUE NO TENGA NINGUNA CARTA DE LETRA O EL QUE TENGA PUNTUACIÓN MAS BAJA.

PARA HACER EL JUEGO MÁS DESAFIANTE

-  Utiliza la carta **se sueño** para **bloquear** a un contrincante dos o tres minutos.
-  El jugador que tenga **dos cartas de agua** puede **adjudicar una de sus cartas de ejercicio físico al rival de su elección**, que hará el ejercicio indicado.