

VERSION 2.6



13 år +

3-6 spelare

ca 30 min

TACK TILL

Österledskyrkans scouter,
Valsätrakyrkans scouter och tonår,
Tureholmskyrkans tonår och
Oldalkyrkans scouter som hjälpt
till testa och utvärdera spelet!

MATERIAL

- Regelhäftet
- Spelplan
- Tärning
- En spelpjäs per spelare
- Penna, papper & sax
- Något att ta tid med
- Utklippta och vikta sant/falskt-lappar (finns i slutet av regelhäftet)

KOM IGÅNG

Bästa sättet att lära sig spelet är att spela det! Men för att det ska flyta på är det bra att först läsa igenom reglerna.

Spelledarens roll är att se till att spelet flyter på och att lyfta samtalsfrågor på ett sätt som inkluderar alla spelarna i samtalet. Välj själva om spelledaren är med och spelar eller bara fokuserar på att leda spelet framåt.



SÅ HÄR SPELAR DU:

1. Slå tärningen, gå fram så många steg som tärningen visar. (Bilderna på en hjärna, gamingkonsol, tumme upp o.s.v. är inte ett steg). När man kommer till gaming/sociala medier och droger/nätporr får spelaren välja vilken väg hen vill ta.
2. Spelledaren läser upp vad som händer på cirkeln du landar på. Cirkelns mönster indikerar vad som ska läsas upp: självskattningsfråga, uppdrag, reflektionsfråga, eller om ni ska plocka upp ett sant/falskt-kort. Varje kategori har ett visst antal frågor/uppdrag, läs upp dem i ordning allt eftersom ni hamnar på dem. Om spelaren landar på en av de stora cirkelarna i hörnen så läser ni storfrågan som hör till det hörnet.
3. Spelaren går fram eller bak så många steg på spelplanen som frågan/uppdraget visar. Nu avslutas den personens omgång, spelaren ska alltså inte få ytterligare en instruktion på sin nya cirkel.
4. Nu är det nästa persons tur, börja om på steg 1!

Spelaren som hinner i mål först vinner. Det är kul att vinna, men spelets mål är samtalet som skapas under spelets gång.

SAMTALSFRÅGOR

Hur kan de användas?



Bland frågorna och uppdragen finns valfria samtalsfrågor som markeras med den gula pratbubblan. Förhoppningen är att spelet kan vara ett avstamp för mer samtal och att samtalsfrågorna hjälper till!

Uppmuntra till diskussion och samtal under spelets gång. Om spelarna börjar diskutera hur man ska tolka en självskattningsfråga, som t. ex. "det beror ju på var man är, vilken alkohol man dricker", är det bara bra! Ibland kan frågorna vara medvetet kantiga för att skapa samtal.

SIDORUTORNA

Dessa symboler indikerar hur många steg fram eller bak en spelare ska ta. Ett snedstreck i rutan betyder att antingen den ena eller andra effekten sker. I vissa effekter ska man slå en tärning eller på något annat sätt ta reda på hur många steg fram man ska ta, då finns det symboler istället för siffror i rutorna. Dessa är ett stöd till de skrivna instruktionerna, läs alltid dem också.





REFLEKTIONSFRÅGA: Det finns inga rätt eller fel svar! Spelaren som **landar** på rutan ska svara på frågan. De andra spelarna måste inte svara på frågan. Efter en reflektionsfråga får spelaren som landade där ta **2 steg fram**.



SANT ELLER FALSKT: Längst bak i regelhäftet finns sant eller falskt-påståenden. Klipp ut och vik dem så att kategorin visas överst och så att man inte ser påståendet eller facit. När en spelare landar på en sant eller falskt-ruta tar **spelledaren (eller en annan spelare)** upp en sant eller falskt-lapp i rätt kategori och läser upp påståendet. Spelaren ska gissa om påståendet är sant eller falskt. Gissar spelaren rätt får hen ta **2 steg fram**. Vissa påståenden efterföljs av extra information, läs upp den efter att spelaren gissat.



SJÄLVSKATTNING steg för steg:

1. Spelledaren läser upp ett påstående från den självskattningsruta som spelaren landade på, t.ex. *jag älskar glass*.
2. Alla spelare skattar hur mycket de tycker att påståendet stämmer in på sig själv. Med handen gömd bakom ryggen eller under bordet ska de indikera hur mycket de håller med påståendet genom att hålla upp olika många fingrar. 1 finger = du håller inte alls med, 5 fingrar = du håller med till 100%.
3. Spelaren som landade på rutan gissar vilken annan spelare som skattat sig likadant som den själv. (i exemplet: Jag tror att Daniel tycker om glass lika mycket som mig).
4. Räkna till 3, på 3 ska alla spelarna visa sina händer samtidigt.
5. Om båda spelarna skattat sig likadant får spelaren som landat på rutan välja om den vill ta **2 steg fram** eller om den vill att båda spelarna tar **3 steg fram**. Om de inte skattat sig likadant får spelaren som landade på rutan ta **1 steg bak**.



UPPDRAG: Uppdrag kan se ut på olika sätt. Instruktioner finns i rutan som hör till respektive kategori, förutom uppdragen **Deadline** och **Ordduell** som förklaras nedan.

Deadline steg för steg:

1. Spelaren har en minut på sig att rita något på temat som anges i instruktionerna.
2. De andra spelarna får under tiden gissa vad hen ritat.
3. Tiden stannar efter 1 minut, eller efter att någon gissat rätt. Om någon gissat rätt får spelaren som ritat gå **4 steg fram**, den som gissat rätt får ta **2 steg fram**. Om ingen gissat rätt får spelaren som ritat gå **1 steg bakåt**.

Ordduell steg för steg:

Spelarna som inte är med i duellen är domare och bestämmer om spelarna hållit sig till temat (som anges i instruktionerna).

1. Spelaren som hamnat på rutan (A) utmanar en annan spelare (B).
2. Spelare A börjar med att säga ett ord eller en fras på temat (Frukter → Äpple)
3. Spelare B svarar med att säga ett eget ord på temat (→ Päron)
4. Spelarna fortsätter att varannan gång säga något på temat, det ska hålla ett tempo som att man kastar en boll mellan varandra. Varje ord får bara sägas en gång.
5. Den som först får tunghäfta eller säger ett ord eller fras som inte passar temat förlorar.
6. Vinnaren tar **4 steg fram**.

Tips! Om spelarna verkar osäkra kan du som spelledare ge exempel på ord och fraser innan ni börjar.

ALKOHOL



+2

REFLEKTIONSFRÅGOR

1. Vet du hur du skulle kunna få tag på alkohol om du ville?
2. Har du blivit erbjuden alkohol?
 Hur kommer det sig att man oftare behöver förklara varför man inte dricker alkohol, snarare än varför man dricker alkohol?
3. Vad är något som du har gjort eller sagt som du ångrar (måste inte vara alkohol)?
 En indikation på att man har ett riskbeteende med alkohol är att man känner ånger och skam efter att ha druckit. Vad tänker du om det?
4. Vilken roll tar du på dig i festliga sammanhang? (t.ex. den som tar hand om alla, underhållaren, organiseraren, soffpotatisen eller D.J.n).
 Tar du på dig olika roller under olika slags fester? Vilken/vilka roller och varför?



+2/3

-1

SJÄLVSKATTNING

1. Jag blir inte så påverkad av grupstryck, jag gör som jag vill.
 Finns det bra och dåligt grupstryck?
2. Jag tycker att det är obehagligt att vara med människor som är väldigt fulla.
3. Jag tror att jag skulle känna av om jag höll på att bli för påverkad av alkohol.
 Vad bedömer du är "för" påverkad av alkohol?
4. Jag blir nervös av sociala sammanhang med många människor jag inte känner.
 Vilket socialt sammanhang gör dig mest nervös och varför?

UPPDRAG

1. Vissa menar att de dricker alkohol som ett sätt att slappna av. Utmana en annan spelare i en **ordduell**, temat är "saker som gör mig lugn".
 Varför tror ni att nån skulle säga att den inte kan känna sig avslappnad utan alkohol?
2. Alkohol påverkar kroppen på olika sätt, det kan leda till sämre reaktionsförmåga, sämre omdöme, och sämre balanssinne. Något annat som försämrar balanssinnet är att inte kunna se. Utmana en annan spelare. Ni ska båda stå på ett ben och blunda i 45 sekunder. Ramlar man, öppnar ögonen, eller sätter ner foten i marken förlorar man. Vinnaren får **byta plats på två valfria spelare** på spelplanen.
 Är det enkelt att se om någon är full?
3. Du utmanas i en **deadline**. Rita en låt som du tycker hör hemma på fest.
 Vad är bästa sättet att höja stämningen på en fest?
4. "Ungefär hälften av de unga vuxna som konsumerar alkohol har någon gång drabbats av en minneslucka" (Systembolaget 2024). På sista sidan finns 50 ord som relaterar till alkohol eller fest.
 1. Spelaren utmanar en annan spelare.
 2. Spelarna får under 20 sek samtidigt läsa orden, sen tas orden bort.
 3. I tur och ordning ska de nämna ett ord från ordsamlingen. Inget ord får nämnas två gånger.
 4. Spelaren som först inte kommer ihåg ett ord eller som säger ett ord som inte finns med i ordsamlingen förlorar. Vinnaren får ta **3 steg fram**. Om spelarna lyckas säga alla orden får båda ta **6 steg fram**! Var det något ord du inte kände till eller förstod? Kanske nån annan i gruppen vet vad det är?



+4



+4+2

-1

+3

ORD TILL UPPDRAG 4, ALKOHOL

Shot, dansa, bjudning, bakis, tapp, promille, box, drink, mojito, tonic, bubbel, allsång, avec, hink, grogg, nykter, bärs, mocktail, cocktail, lättöl, hemmafest, sprit, baksmälla, fest, systembolaget, bar, handsprit, destilleri, glögg, kyss, humle, snapsvisa, ID, kork, fat, shaker, likör, flaska, burk, ballong, bartender, disco, bål, mingel, karaoke, DJ, klubb, virgin, skål, förfest.



ALKOHOL

En alkoholfri drink kallas ofta för en Mocktail.

SANT



ALKOHOL

Man kan nyktra till snabbare genom att springa en runda.

FALSKT

Det finns inget sätt att nyktra till snabbare, det går inte att påskynda förbränningen av alkohol.

 *Det finns många myter och tveksamma husmorskneper när det kommer till att nyktra till eller bota en baksmälla, har du hört något särskilt knep? Om ni kollar upp om knepet är sant och funkar eller ej får alla ta ett steg fram på spelplanen.)*



ALKOHOL

Det tar en halvtimme för alkoholen att nå hjärnan.

FALSKT

Det tar 5 minuter för alkoholen att nå hjärnan.
Efter 10 min påverkas kognitiva funktioner och beteenden.
(Källa: IQ)



ALKOHOL

Undvik läkemedel som innehåller paracetamol (t.ex. alvedon) i samband med intag av alkohol.
Det är bättre att ta Ipren.

SANT

Det gäller även när man är bakis, då det kan finnas alkohol kvar i kroppen. "Det kan vara olämpligt att kombinera läkemedel och alkohol. Ibland kan det motverka effekten av läkemedlet och i vissa fall kan kombinationen vara skadlig.

Alla personer reagerar inte på samma sätt."
(Källa: 1177 om Läkemedel och alkohol).