



ADIKZIOEN PREBENTZIORAKO VI. PLANA 2023-2027 EIBARKO UDALERRIA

ADIKZIOEN PREBENTZIORAKO PLANA 2023-2027 **EIBARKO UDALERRIA**

ESPARRU TEORIKOA ETA ARAU-ESPARRUA

1. AURKEZPENA

Adikzioen fenomenoaren inguruan etengabe gertatzen diren aldaketak (kontsumitutako substantzia motari, adikzioa sortzeko ahalmena duten portaerei edota erabiltzaileen profiei lotutakoak) direla eta, erantzun komunitarioak bultzatu behar dira, lehenetsuzko esparru gisa tokiko esparrua izango dutenak eta zeharkako eta parte-hartzean oinarritutako prozesu baten emaitza izango direnak.

Adikzioen Prebentziorako Tokiko Plan bat behar horri erantzuteko modu bat da. **Dagokion organoak** (kasu honetan, Eibarko Udalak) **onartutako dokumentu batean egituratu, koordinatu, planifikatu eta formalizatu diren programa eta jarduketa batzuen multzo ordenatu** bat da.

- Udallerriak bultzatutako tresna (eta, beraz, tresna horretan planteatzen diren ekintzak ere bai).
- Identifikatzen diren beharren zerbitzura dago.
- Lantzen hasten denetik xede duen komunitatearen parte-hartzea bultzatzen du, egoeraren analisi zuzena ahalbidetzeko.
- Adikzioen fenomenoak modu integrarean lantzeko asmoa du (substantziekiko adikzioak eta portaera-adikzioak).
- Tresna dinamikoa da, eta sorburu duen gizarte-egoerarekin batera alda daiteke.
- Zerbitzuek egindako ekarpenei koherentzia eman diezaieke eta baliabideak errentagarri bihurtu eta ekimenak harmonizatu ditzake.
- Etengabeko ebaluazio baten xede da.
- EAEko Adikzioen VII. Planarekin bat dator.
Hala, bi esku-hartze mailatan egituratuta daude aurreikusten dituen estrategiak eta esku-hartzeak (unibertsala eta selektiboa), eta hainbat jarduketa-esparrutan (eskola, familia, komunitatea, aisiaguneak eta abar).
- Eskaria murriztera zuzendutako ekintzak jasotzen ditu (arriskuen prebentzioa eta murrizketa), bere eskumen-esparruan eskaintzaren murrizketari eta kontrolari lotutako alderdiak ahaztu gabe.

2. ARAU-ESPARRUA ETA UDAL-ESKUMENAK

Adikzioen eta Droga Mendekotasunen gaineko Arreta Integralari buruzko Legea (2016)

68. artikulua.- Udalen eskumenak

- Adikzioen udal-plana eta, oro har, adikzioen inguruko programak eta jarduerak egin, garatu eta exekutatzeko, lege honetan eta Euskal Autonomia Erkidegoko Adikzioen Planarekin xedatutakoari jarraikiz.

- Lege honetan aurreikusitako kontrol-neurriak betetzen diren ikuskatzea eta behatzea.
- Ikuskatu eta zehatzeko ahala erabiltzea, lege honetan ezarritakoari jarraikiz.

9. artikulua. Osasunerako hezkuntza.

- Adikzioen eta droga-mendekotasunen arreta integralari zuzendutako jarduera eta neurrietan, osasun publikoaren ikuspuntutik, osasunerako hezkuntza oinarrizko estrategia da, bai osasunaren sustapenean, bai adikzioen eta droga-mendekotasunen prebentzioan.
- Erantzukizun pertsonala eta soziala sustatuko ditu, horretarako ezaguera, jarrera eta ohitura osasuntsuak jasoz; gainera, lagunduko du garatzen osasun indibiduala eta kolektiboa hobetzera eramango duten balio, jarrera eta trebetasun pertsonalak, gaitasuna emanez norberaren eta besteen osasuna zaintzeko egokienak diren erabakiak hartzeko.
- Osasunerako hezkuntzaren helburua izango da saihestea hala adikzioak, bai drogekikoak eta adikzioa eragin dezaketen bestelako substantziekikoak bai jokabide-adikzioak, kontsumoan zein portaeretan, nola aurrekoen aitzindari diren arrisku-faktoreak.
- Osasunerako hezkuntzan sartuko dira beren jarduera-eremuarengatik estrategia hau zabaltzen lagundu dezaketen pertsona eta talde guztiak; bereziki, ahultasun-egoera berezian dauden pertsona eta kolektiboetara zabaltzen lagundu dezaketenak.

13. artikulua.- Adikzioen prebentzioa.

- Administrazio publikoek prebentziozko neurriak ezarriko dituzte, dagozkien eskumenen esparruan eta, oso bereziki, osasunaren, gizarte-zerbitzuen eta hezkuntzaren sistemetan, herritarrak sentsibilizatu eta informatzeko [...]
- Prebentziozko jarduerak bultzatuko dituzte bizi-baldintzak hobetzeko, adikzioetan eragiten duten bazterkeria-faktore pertsonal, familiar edo sozialak gainditzeko eta egoera horrek eragiten dien pertsonak era normalizatuan gizarteratu daitezen errazteko.
- Osasun publikoko zerbitzuek eta lehen mailako arretakoek prebentzioz jardungo dute, eremu komunitarioko eragileekin batera, bizi-ohitura osasungarriak bultzatzeko estrategiak eta programak eginez, informazioa emateko ekintzak burutuz eta ohitura desegokiak eta neurrigabekoak garaiz antzemateko eta aldatzeko kanpainak eginez.

15. artikulua.- Prebentzioa familiaren esparruan.

- Familia funtsezko elementu bat baita seme-alaben heziketan eta prestakuntzan eta adikzioak ekiditeko estrategien, balioen, trebetasunen eta gaitasunen transmisioan, interbentzio eta programa batzuk erabiliko dira gurasoak edo tutoreak sentsibilizatzeko aldera, ohar daitezen zer-nolako garrantzia duen beren rola haurtzaroaren eta nerabezaroaren garaian babes-faktoreak sustatzeko orduan.
- Prebentziozko interbentzioen esparruan, familia bereziki babestuko da, honetarako: familiaren heziketa- eta kudeaketa-gaitasunak hobetzeko, familia-guneak adikzioen eraginari eta kontsumoari aurre egiteko duen erresistentzia indartzeko, eta arrisku-faktoreak gutxitzeko eta seme-alabengan drogen kontsumoari aurre egiteko babes-faktoreak ugaritzeko. Horrela, familiak prebentzio-eragile gisa duen zeregina sendotu nahi da, bereziki adingabeak eta gazteak dituzten familiena.

16. artikulua.- Prebentzioa esparru komunitarioan.

- Biltzen ditu populazioan edo interes handiko taldeetan eragin handiena duten baliabideak eta pertsonak, hala nola ikastetxeak, gizarte- eta kultura-zerbitzuak, gazte-, kultura-, kirol- eta boluntarioratza-elkarteak, profesionalen kolektiboak eta lantokiak.
- Batez ere udalek eta mankomunitateek, haien eskumenen arabera, egingo dute, pertsonen eta komunitateari eskaintzen dizkieten zerbitzuen hurbiltasuna dela eta.

22. artikulua.- Prebentzioa kirol, aisia eta denbora librearen esparruan.

- Osasun, gazteria, kirol, kultura eta hezkuntza arloetako eskumenak dituzten euskal administrazio publikoek denbora libre erabiltzeko eredu inguruko politika integrala sustatuko dute, substantzien kontsumoaren, jokabide adikzio-eragileen eta jokabide-adikzioak sor ditzaketen beste arrisku edo portaera neurrigabeen ordezko aukerak eskaintzeko, bereziki gazte eta nerabeen artean.
- Horretarako, ekintza hauek garatuko dituzte (besteak beste): dibertsioa, aisia eta denbora libre erabiltzeko modu osasungarri eta askotarikoak aukeratzeko neurriak; teknologia digitalen eta horien aplikazio berrien erabilera arduratsua sustatzea, dibertsio, aisia eta denbora libreerako erabiltzen direla kontuan hartuz. [...]

Euskadiko Adikzioen VII. Plana (2017-2021)

Toki-mailan esku hartzeko lehentasuneko ildoak honako hauek dira:

Eskaintzaren kontrola	Eskaintzaren murrizketa eta drogen trafikoaren kontrola bultzatzea eta Autonomia Erkidegoan eta tokiko esparruan alkoholaren eta tabakoaren sustapen, publizitate eta salmentari buruz dagoen araudia betearaztea.
Prebentzio unibertsala	Babes-faktoreak indartzea eta jarrera eta ohitura osasungarriak sustatzea, kontsumitzen hasteko adina atzeratzeko eta 18 urtetik beherako pertsonen arrisku-portaerak saihesteko.
Prebentzio selektiboa	Arriskuak murriztea eta talde kalteberetan jarrera arduratsuak sustatzea, hasteko adina atzeratzeko, arrisku-portaerak murrizteko eta erabilera problematikoak saihesteko.

Euskadiko Osasun Plana 2013-2020

Lehentasun-arlo batzuk ezartzen ditu. Era horretan, adikzioen prebentziorako programek Haur eta gazteen osasunaren arloan eta Inguru eta jarrera osasungarrien arloan ezarritakoari jarraituko diote.

4. lehentasun-arloa: Haur eta gazteen osasuna: Euskadiko haur eta gazteek era osasungarrian bizitzeko dituzten gaitasunak hobetzeko politikak garatzea, jokabide ez-osasungarrien arriskuak gutxitu eta aukera sozial eta afektiboak hobetze aldera, genero-perspektiba kontuan hartuta. Eta ekintzen artean: eskolako curriculumean jarrera osasungarriari (elikadura osasungarria, ariketa fisikoa, alkohola, tabakoa eta mendetasunak, harreman afektibo-sexualak) buruzko kontzeptu, prozedura eta jarreraren eduki eta gaitasunak sartzeari sustatzea eta jarduerak fisikoari eta elikadura osasungarriari lotutako beste ekintza batzuk.

5. lehentasun-arloa: Ingurune eta jarrera osasungarriak Osasunaren eta bizimodu eta inguru osasungarrien sustapena bultzatzea, toki- eta erkidego-mailan sektoreen arteko lankidetzan arituz. Eta ekintzen artean: mendekotasun-jarrerak prebenitzea (alkohola, tabakoa, beste substantzia batzuk,

substantziarik gabeko mendekotasunak), tabako eta alkoholaren nahiz beste substantzia batzuen kontsumoaren hasiera murriztu eta atzeratzea, eta mendekotasunen ondoriozko mina murriztea; adikzioen planetan aurreikusitako ildo estrategikoak eta ekintzak garatzea, batez ere honako xede hauek lortzeko neurriak: substantzien kontsumoan hasteko adina atzeratzea, tabakoaren, alkoholaren eta mendekotasuna sortzen duten beste substantzia batzuen presentzia eta eskaintzak murriztea, prebentzio unibertsaleko programak eta ahulezia berezia duten taldeei zuzendutako programak finkatzea, eskola, familia eta erkidegoko eremuak lehenetsiz; “Tabako-kerik gabeko Euskadi” estrategian aurrera egitea; alkoholaren arrisku-kontsumoak murrizteko esku-hartzeak garatzea; substantziarik gabeko mendekotasunen tratamendua sustatzea prebentzioari eta tratamenduari dagokienez.

Euskadiko IV. Gazte plana (2020)

2. ardatzean, gazteen portaera arriskutsuen eta/edo adikzioen (substantziarekin eta substantziarik gabe) prebentzioa jasotzen da.

Helburu hori adikzio-jokabideak prebenitzera bideratuta dago (alkoholaren, tabakoaren eta beste substantzia batzuen kontsumoa eta substantziarik gabeko adikzioak, hala nola jokoa eta apustuak), baita tabakoaren, alkoholaren eta beste substantzia batzuen kontsumoa murriztera eta kontsumoaren hasiera atzeratzera, eta adikzioen eta/edo arrisku-portaeren ondoriozko kaltea murriztera ere.

Gizarte Zerbitzuei buruzko Legea (2008)

Udalek gizarte-zerbitzuen arloan betetzen duten zeregina egituratzen du. Zerbitzu horiek, ikuspegi komunitario batean oinarrituta, honako helburu hau dute: “herritar guztien gizarte-ongizatea sustatzea, beste sistema eta politika publiko batzuekin lankidetzan eta koordinatuta”.

Ildo horretan, gizarte-zerbitzuen jarduketak bideratuko dira bazterketa sortzen duten egitura-arrazoiak aztertu eta prebenitzera, herritarrek beren ingurune pertsonalean, familia-ingurunean eta gizarte-ingurunean integratzera eta gizarte-normalizazioa sustatzera.

EAEko Gizarte Zerbitzuen Euskal Sistemaren Zerbitzu eta Prestazioen Zorroa (2015)

Zorro horren 1.5 kapituluan (Gizarte-zerbitzuen eremuko parte-hartzea eta gizarteratzea sustatzeko zerbitzua), Adikzioen Prebentzio Komunitarioarako Plan bat txerta liteke arazorik gabe. Izan ere, zerbitzu horrek *“komunitatearen parte-hartze antolatua sustatzen du, Gizarte Zerbitzuen Euskal Sistemaren berezko helburuak lortzeko eta gizarte-zerbitzuen bidez erantzuteko moduko premiei aurrea hartzeko eta erantzuteko, informazio, orientazio, sentsibilizazio eta prestakuntzako jarduerak garatzearen bidez”*. Ikuspegi komunitario eta sare-laneko ikuspegi batetik abiatuta eta osasunaren sustapenari begira.

“Adingabeak eta alkohola” programa

Honako helburu hauek ezartzen ditu: adingabeen alkohol-kontsumoaren aurrean erakundeek ekintza areagotzea; alkohola kontsumitzen hasten diren adingabeen kopurua murriztea; kontsumitzen hasteko adina atzeratzea; gehiegizko kontsumoak eta kontsumo arriskutsuak murriztea; gazteek beren osasunarekin lotutako politiketan duten parte-hartzea areagotzea; eta gazteek edateko jasaten dituzten presioak murriztea (batez ere alkoholaren promozioak, babesa eta eskuragarritasuna).

“Tabako-kerik gabeko Euskadi” estrategia

Estrategia horren helburua da tabakoaren kontsumoaren prebalentzia murriztea, eta tabakismoaren prebentzioa zein erretzaileak tabakoari uzteko laguntza bultzatzen ditu.

Eusko Jaurlaritzaren Osasun Publikoaren eta Adikzioen Zuzendaritzaren Dekretua: Adikzioen eta Droga Mendekotasunen gaineko Arreta Integralari buruzko Legea ez betetzeagatik ezarritako zehapenak ordeztari buruzkoa (2022)

Zehapen horiek ordezteko eskumena duen agintaritzak Udala izan daiteke. Dekretu hori honako helburu hauekin ezarri da:

- Mendekotasuna sorraraz dezaketen substantzien kontsumoarekin lotutako arrisku-jokabideak prebenitzea eta murriztea.
- Arrisku-egoerak detektatzea eta, beharrezkoa izanez gero, beste baliabide soziosanitario batzuetara bideratzea.
- Ordezko neurria bereiztea eta banan-banan ezartzea, eragingarriagoa izan dadin prebentzio modura.
- Ezarritako zehapenaren ordezpena lehenetsunez izaera hezitzaile eta konpontzailerara bideratzea.
- Gurasoak eta legezko tutoretza edo zaintza duten pertsonak ordezkatzeko dituzten adingabeen jokabidea moldatzen eta bideratzen inplikatzeko, eta horretarako behar duten informazioa, babesa eta laguntza eskaintzea.

Horrez gain, ordezeko hainbat neurri proposatzen ditu: gizartearentzako lanak eta jarduerak, prestakuntza- edo informazio-programa prebentiboa eta, bidezkoa bada, tratamendu-programa.

Eibarko Udalaren Emakumeen eta gizonen berdintasunerako V. Plana (2021-2024).

Helburuen artean, **adin guztietako emakumeen autozaintza eta osasuna** jasotzen du. Helburu hori oso lotuta dago adikzioen eta osasunaren sustapenaren plan batean gara daitezkeen proposamenekin.

3. MENDEKOTASUN PLANA 2018-2021. EBALUAZIOA ETA ONDORIOAK

Eibarko V. Mendekotasun Plana (2018-2021) osasunaren sustapenaren, osasun-hezkuntzaren eta adikzioen prebentzioaren bidez herritarren bizi-kalitatea hobetzeko plan gisa landu zen. Planak **35 ekintza biltzen zituen, 7 ekintza-bidetan eta 3 ardatz estrategikotan banatuak.**

Plan horren ebaluazioari esker, azken lau urteetan Eibarko udalerrian adikzioen prebentzio komunitarioaren arloan egindako urratsen ondorio batzuk landu ahal izan ditugu.

Ildo horretan, ikus dezakegu 2020an COVIDaren agerpena oztopo handia izan zela a priori proposatutako helburuak lortzeko. Zenbaitetan, mugak ekarri ditu ekintza batzuk egiteko (batez ere aisia eta astialdiari eta esparru komunitarioari lotutakoak). Horregatik, ekintza horietako batzuk une horretara moldatu behar izan dira, eta beste batzuk bertan behera geratu dira zuzenean.

Bestalde, aurrez planifikatuta zeuden aisia eta astialdiko edo beste esparru batzuetako jarduerak batzuk egin ez badira ere, aurrekontua handitu egin da online parte-hartzearen bidez egindako beste ekintza batzuekin.

Gainera, ekintza horien emaitzak onak izan direnez gero, osasun-agintariek ezarritako murrizketak eta mugak amaitu ondoren ekintza horiekin jarraitzea aurreikusiko da seguruenik. Hortaz, baliteke etorkizuneko jarduketetan ekintza presentzialak egiteaz gain modalitate horrekin jarraitzea.

3.1. EBALUAZIOA

Urteko memorieta oinarrituta, honako datu hauek lortu dira:

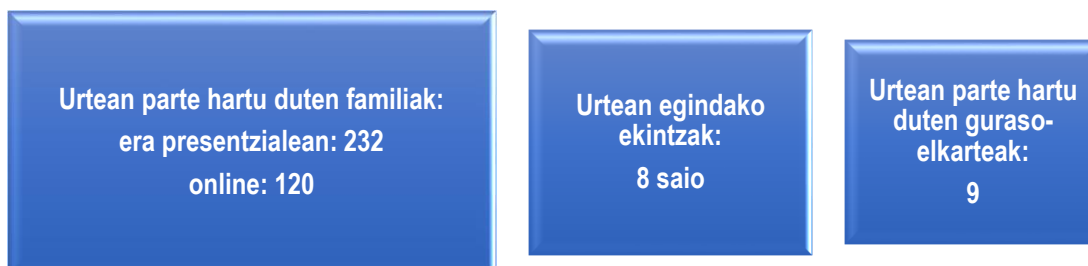
ESKOLA-ESPARRUA: **ESKOLA-INGURUNeko PRESTAKUNTZA-EKINTZAK** (HAUR HEZKUNTZA, LEHEN HEZKUNTZA, BIGARREN HEZKUNTZA, BATXILERGOA ETA HEZIKETA-ZIKLOAK)

Zineskola programa, ahozko narrazioak (ipuin-kontalaria), substantzien inguruko prebentzio-tailerrak (alkohola, tabakoa, kalamua...), portaera-adikzioen inguruko prebentzio-tailerrak (sare sozialen arriskuak, joko patologikoa, kirol-apustuak...)



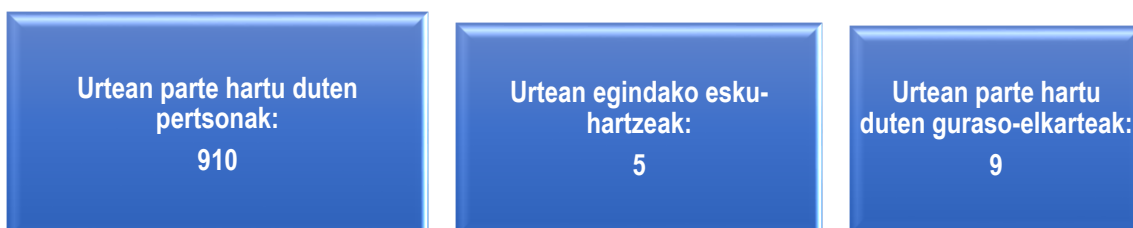
FAMILIA-ESPARRUA

Gurasoak Martxan programa (familia-eskola...).



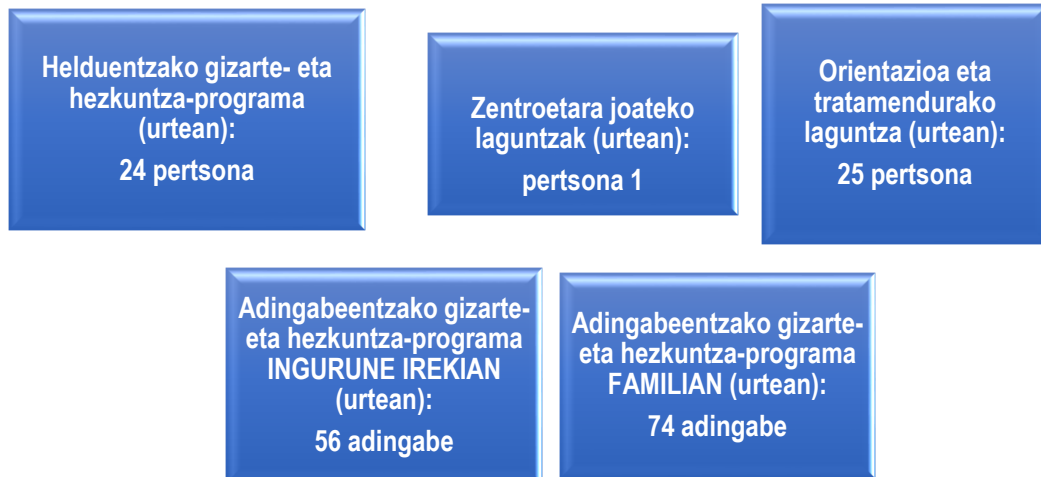
AISIA- ETA ASTIALDI-ESPARRUA

Gazteen lokaletarako gizarte- eta hezkuntza-prebentzioko programa (Lonjalaket), Info-drogak guneak (substantzien testak, alkoholemia detektatzeko probak eta abar), Botiltzarra, Gaztetopalaket...



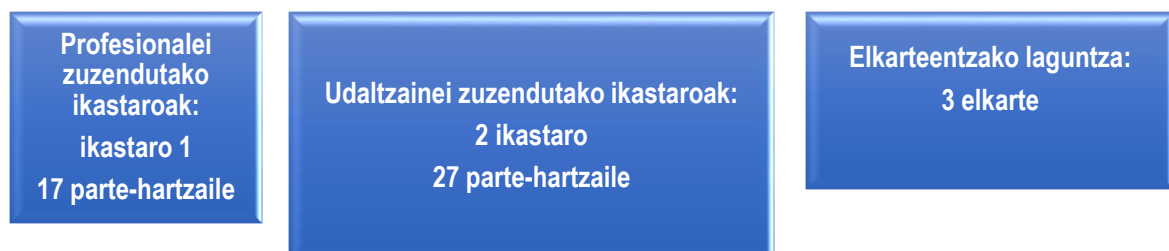
ESPARRU SOZIOSANITARIOA

Helduentzako gizarte- eta hezkuntza-programa, adikzio-arazoak dituzten pertsonentzako eta familientzako arreta eta babesa, tratamendu-zentroetara joateko laguntzak, Informazio eta Orientazio Zerbitzua eta abar.



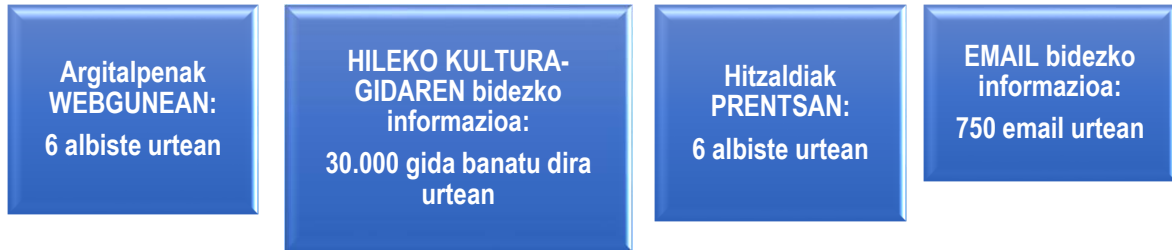
ESPARRU KOMUNITARIOA

Adikzioen esparruan diharduten elkarteentzako laguntza, adikzioen esparruari lotutako profesionalen prestakuntza, herritar guztiei zuzendutako prestakuntza eta abar.



ZERBITZUAREN, ZERBITZUKO JARDUEREN ETA ZENBAIT ARGITALPENEN ZABALKUNDEA

Adikzioei eta zerbitzuari buruzko edukiak udal-webgunean, sare sozialetan eta beste tokiko hedabide batzuetan txertatzea, adikzioei lotutako gaien inguruan sensibilizatzeko kanpainak egitea eta abar.



3.2. ONDORIOAK

Planaren berrikuspenaren ondoriorik garrantzitsuenak azalduko ditugu ondoren.

ESKOLA-ESPARRUA

Prebentzio- eta prestakuntza-izaera duten eta arrisku-jokabideen detekzioari edo substantzien kontsumo esperimentalen hasierari lotuta dauden hezkuntza-ekintzak egin dira Haur Hezkuntzako eta Lehen Hezkuntzako ikasleentzat (tabakoaren eta alkoholaren inguruko prebentzio-tailerrak, hezkuntza afektibo-emozionaleko tailerrak eta abar)

Gazteei adikzioa sortzen duten substantzien kontsumoak arduraz kudeatzeko eta haiei aurre egiteko beharrezkoak diren gaitasun pertsonalak eta gizarte-trebetasunak ematen dizkieten prebentzio- eta prestakuntza-izaerako hezkuntza-ekintzak egin dira Bigarren Hezkuntzako, Batxilergoko eta Lanbide Heziketako ikasleentzat (elikadura-desoreken prebentzioari, agresibitateari, gatazken konponketari eta jazarpenaren prebentzioari lotutako tailerrak)

Nerabearen bizitzako nortasun-, familia- eta gizarte-faktoreak indartzeko jarduerak egin dira, substantziak kontsumitzen eta beste ohitura baztergarri batzuk hartzen hasteko aukeraren aurrean kalteberatasun txikiagoa izan dezaten.

Irakasle guztiak, orientazio-taldeak, talde psikopedagogikoak eta gizarte- eta hezkuntza-izaerako esku-hartzearen esparruko beste profesional batzuk gonbidatu dira adikzioei eta osasunaren sustapenari lotutako prestakuntzetan parte hartzera.

Hezkuntza-mailan egiten den lana eraginkorra da.
Ikastetxeek Lehen Hezkuntzako, Bigarren Hezkuntzako eta Batxilergoko eskola-curriculumetan txertatu dute prebentzioa.

Planean planteatu gabeko aparteko jarduera gisa, osasuna sustatzeko ahozko narrazioko saioak egin dira Lehen Hezkuntzako 3. eta 4. mailetako ikasleentzat.

IrudiBerriak programaren barruan, ekintza berriak egin dira tresna digitalen bidez: film laburrak eta luzeak ikusi dira ikasgelan, eta irakasleentzako tutorialak eta online programa bat landu dira aplikazio interaktibo baten bidez. Halaber, beste jarduera osagarri batzuk egin dira webgunean (bideoak, albisteak, testigantzak eta beste gogoeta-jarduera batzuk).

2020. urtean, COVIDaren agerpenarekin, bi online programa garatu dira:

Adikzio Aurretik (droga-mendekotasunen prebentzio unibertsala lantzeko) eta Frenatzeko Arrazoiak (substanziarik gabeko adikzioen prebentzioa lantzeko). Bi programa horiek egiteko, film laburrak, publizitate-iragarkiak eta unitate didaktikoak erabili dira. Guztiak ikastetxeetara bidali eta irakasleen eskura jarri dira, ikuskapenpean.

2020. urtean, halaber, presentzia behar ez duten baliabideak erabiliz (IKTak, komunikabide sozialak eta abar), beste ekintza batzuk egin dira ikasleei informazioa eta orientazioa ematen jarraitzeko (buletinak, telefono bidezko solasaldiak, bideoak eta abar)

Era berean, ikastetxeetan zeharka landu diren edukien inguruko jarduketa osagarriak eta errefortzu-jarduketak egin dira, adingabeen errealitateko bizipenetan oinarritutako ohitura osasungarrien inguruko gogoeta eta analisisa eta ohitura horien indartzea ahalbidetzeko

Garrantzitsua da jakitea zein diren ikastetxeen premiak eta, era horretan, haiek egiten duten prebentzio-lana sustatzea, batez ere Lehen Hezkuntzan. Halaber, nagusiki hezkuntza emozionala lantzen lagunduko duten tresnak eman behar zaizkie.

Garrantzi handiagoa eman behar zaie portaera-adikzioei, gero eta adin txikiagoetan agertzen baitira adikzioa sortzen duten jokabideak

FAMILIA-ESPARRUA

Familia-programa nagusia Gurasoak Martxan izeneko da. Programa horretan, emakumeen parte-hartzea da nagusi.

Urte guztietan, familiei informazioa eta orientazioa emateko ekintzak egin dira, eta, horretarako, presentzia behar ez duten baliabideak erabili dira (teknologia berriak, komunikabide sozialak eta abar)

Arrisku-egoeran dauden adingabeei arreta eskaintzeko zerbitzu bat dago eskuragarri familientzat

Familia-aisiara eta familia-lotura sendotzera zuzendutako jardueraprograma bat landu eta inplementatu da.

Guraso-elkarteekin harremanak ezartzen dira ikasturtean landu beharreko gaiak hautatzeko, eta inplementatu beharreko ekintzei buruzko informazioa zabaltzen da ikastetxeetako ikasleen bitartez

2018. eta 2019. urteetan, Gurasoak Martxan programaren barruan, seme-alabekiko gatazkak kudeatu eta komunikazioa hobetzeko eta emozioak, arauak eta mugak eta abar ezagutu eta kudeatzeko moduari buruzko saio presentzialak egin dira

2020. urtetik aurrera, Gurasoak Martxan programaren barruan, bullyngari eta ziberbullyngari, gure seme-alaben lehen kontsumoen aurrean jokatzeko moduari, Covidak gugan duen eragin psikologiko eta sozialari eta pandemiaren eta haurren konfinamenduaren ondorio emozional eta portaera-ondorioei buruzko saio presentzialak eta online saioak (Covidagatik) egin dira

Familietan portaera-adikzioei aurre egiteko beharra agertu da lehen aldiz: ausazko jokoeiko, sare sozialekiko eta abarrekiko adikzioei lotutako jarraibideak

ESPARRU KOMUNITARIOA

Gizarte- eta hezkuntza-arloan esku hartu eta laguntzeko prozesuetan, genero-ikuspegia kontuan hartu da, eta berdintasuna sustatzeko helburu eta jarduketa espezifikoak txertatu dira

Kontsumoak prebenitzen eta haiei lotuta dauden eta berdinen arteko harreman-espazioetan problematikoak izan daitezkeen arriskuak murrizten lagunduko duten tailerrak eta dinamikak egin dira

Tokiko ospakizunetan, hurbiltasun-ekintzak egin dira gaueko ordutegietan eta jai-espazioetan

Udalerriko kultura- eta kirol-programazioa zabaldu egin da, eta aisia alternatibo eta osasungarri baten ikuspegia txertatu da, dagokion teknikariarekin lankidetzan.

2018tik 2019ra bitarte, aisiaren eta astialdiaren esparruan adikzioak prebenitzeko lana areagotu egin da, eta alkoholaren eta beste substantzia batzuen gehiegizko erabileraren aurkako kanpainak egin dira herriko jaietan: Testing, Botiltzarra, Gaztetopalaket eta Lonjalaket.

Osasun Publikoaren eta Adikzioen Zuzendaritzak jai-aisiaren inguruan proposatutako kanpainetarako urteko laguntza eman da (kartelak jartzea, alkoholimetroak, erregletak eta abar)

Planean planteatu gabeko aparteko jarduera gisa, esparru komunitarioko hainbat jarduera, prentsarako informazioa, hileko kultura-gida, asteko tokiko aldizkaria eta osasunaren eta adikzioen esparruari lotutako prentsaurrekoak argitaratu dira udal-webgunean.

2020-2021 ikasturtean, alkoholaren ohiko kontsumoari lotutako arriskuak murrizteko gomendioak eta materialak eskaintzeaz gain, COVID-19aren prebentziorako gomendioak eta materialak banatu ziren: Covidaren arriskuaren eta alkoholaren eta tabakoaren arriskuaren murrizketari buruzko pegatinen bidez helarazitako jarraibideak, gel hidroalkoholikoa eta maskara (ez zuenarentzat). Halaber, alternatiba osasungarriak planteatu ziren (hala nola ura eta elikagaiak) ekitaldi sozialetan (kontzertuetan, adibidez)

2020. urtean, gizarte- eta hezkuntza-arloan laguntzeko programa neurri handiagoan garatu da, baina gainerako jarduerak ez dira aurreikusita zeuden bezala egin, COVIDaren eta ekintza batzuen (batez ere aisiari eta astialdiari lotutako) mugen ondorioz moldatu edo bertan behera utzi behar izan baitira. Botiltzarra eta Outreach Lonjak baino ez dira egin Sanjuanetan.

Aisia- eta astialdi-jarduera batzuk egin ez badira ere, aurrekontua handitu egin da ekintza berri batzuekin (online parte hartzeko aukera). Etorkizuneko jarduketei begira, modalitate horri eutsi egingo zaio (jarduketa presentziaz gain).

Arreta individualizatua eskaini zaie erabiltzaileei: balorazioa, orientazioa eta/edo baliabideak abian jartzea, jarraipena eta abar

Adikzioak dituzten eta tratamenduan dauden pertsonen laguntza eman zaie

Jai-esparruari dagokionez, aipatu beharra dago gazteek arriskuen murrizketari lotutako informazio-stand batzuk jartzeko ohitura berratu dutela azken urteotan, eta stand horiek onarpen handia dutela, asko joaten baitira informazio eta material bila. Ekintza horiek beharrezkotzat hartzen dira, esparru horretan eginen baitira gehiegizko kontsumorik handienak

Azpimarratu beharra dago gora egin dutela bizi-kalitatea hobetzeko asmoz jarduera fisikoa sustatzera bideratuta dauden ekintzek

Gizarte-eragileei (hala nola udaltzainei) prestakuntza espezifikoa eman zaie 2021ean (arriskuen murrizketari lotutako prestakuntza)

Hobetzeko gomendioak eta proposamenak

Gazteek eta helduek substantzien (tabakoa, alkohola, kalamua eta abar) kontsumoa murriztea

Adingabeengan alkoholaren gehiegizko kontsumoak izan duen gorakada geldiaraztea

Portaera-adikzioei (ausazko jokoak, mugikorrak, tabletak, internet bidezko apustuak eta abar) arreta handiagoa eskaintzea, intzidentzia-maila handia dela eta

Erakundeen arteko harremana sustatzea eta adikzioen eta kontsumoen esparruan eskuragarri dauden baliabideak egokitzea. Eibarren eta eskualdean adikzioen eta kontsumoen esparruan diharduten elkarte espezifikoen presentzia areagotzea

Osasuna sustatzea eta osasun komunitarioa azpimarratzea, Tokiko Osasun Sare batean oinarrituta

Osasun-ikuspegia zeharka garatzea, une puntaletan ez ezik (herriko jaietan, adibidez), udal-arlo guztietan ere bai

Hainbat gizarte-eragilerekiko koordinazioa eta lankidetzaren sendotzea.

Efektu biderkatzailea izan dezakeen osasun-eragileen prestakuntza sustatzea

Beste zerbitzu batzuekin (hala nola Berdintasun Zerbitzuarekin edo Gazte Zerbitzuarekin) egiten diren jarduerak indartzea

Egindako ekintzak neurri handiagoan zabaltzea

ESKOLA-DIAGNOSTIKOAREN EMAITZEI BURUZKO TXOSTENA

Eibarko Adikzioen Prebentziorako eta Osasunaren Sustapenerako Plana lantzeko, **substantzien kontsumoek eta ausazko jokoan, interneten, sare sozialen eta mugikorraren erabilerak gazteengan eta nerabeengan duten prebalentzia aztertu da, baita kontsumo horiei lotutako beste aldagai batzuk ere.** Azterketa hori egiteko, galde-sorta bat banatu zaie Eibarko ikasleei, eta emaitzak ondoren azalduko ditugu.

Eskola-diagnostikoa egiteko lagina Eibarko ikastetxeetan Lehen Hezkuntzako, Bigarren Hezkuntzako, Batxilergoko eta erdi- eta goi-mailako heziketa-zikloetako ikasketak egiten dituzten 11 urtetik gorako **904 ikaslek** osatu dute.

1. taula. Laginaren banaketa, ikasketen arabera

MAILA	Maiztasuna	Ehunekoa
LH6	95	% 10,50
DBH1	193	% 21,34
DBH2	100	% 11,06
DBH3	39	% 4,31
DBH4	209	% 23,11
BATX1	113	% 12,5
BATX2	46	% 5,08
GOI-MAILAKO HEZIKETA-ZIKLOA	36	% 3,98
EZ DUTE ERANTZUN	73	% 8,07

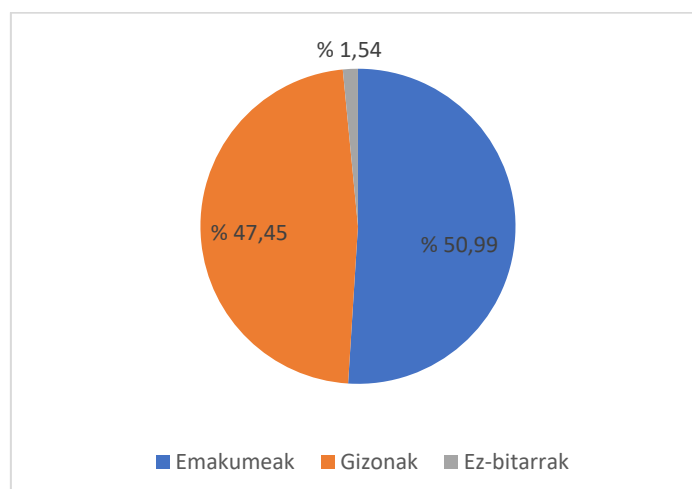
2. taula. Laginaren banaketa, ikastetxearen arabera

IKASTETXEA	Maiztasuna	Ehunekoa
Aldatze (Sta. M ^a de la Providencia)	163	% 18,03
Eibar BHI (Jardineta eta Isasi Mogel)	424	% 46,90
Uni Eibar - Ermua	28	% 3,09
OLHUI Eibar (Azitain)	26	% 2,87
La Salle Azitain-Isasi	171	% 18,91
Iturburu Ikastola (Mogel)	52	% 5,75
Arrateko Andra Mari	32	% 3,53
Ignacio Zuloaga BHI	8	% 0,88

3. taula. Laginaren banaketa, adinaren arabera

Adina	Maiztasuna	Ehunekoa	Adina	Maiztasuna	Ehunekoa
11	52	% 5,75	17	64	% 7,07
12	149	% 16,48	18	15	% 1,65
13	98	% 10,84	19	5	% 0,55
14	90	% 9,95	20	4	% 0,44
15	209	% 23,11	21 baino gehiago	14	% 1,54
16	142	% 15,70	Ez dute erantzun	62	% 6,85

1. grafikoa. Laginaren banaketa, generoaren arabera



Diagnostikoa egiteko, Droga-menpekotasunen Deustu Institutuaren Drogak eta Eskola X (2022) txostena hartu da erreferentzia gisa, eta honako aldagai hauek aztertu dira:

- Sare sozialen, bideojokoen, interneten eta mugikorraren erabilera
- Ausazko jokoen erabilera
- Substantzien kontsumoa:
 - Hainbat denbora-tartetan egindako kontsumoen prebalentzia
 - Aldizkako erabileraren eta ohiko erabileraren arriskuaren pertzepzioa
 - Eskuragarritasuna
 - Kontsumitzeko lekuak
 - Familia-ingurune kontsumoa
 - Substantziei buruzko informazioa eta hori lortzeko bideak

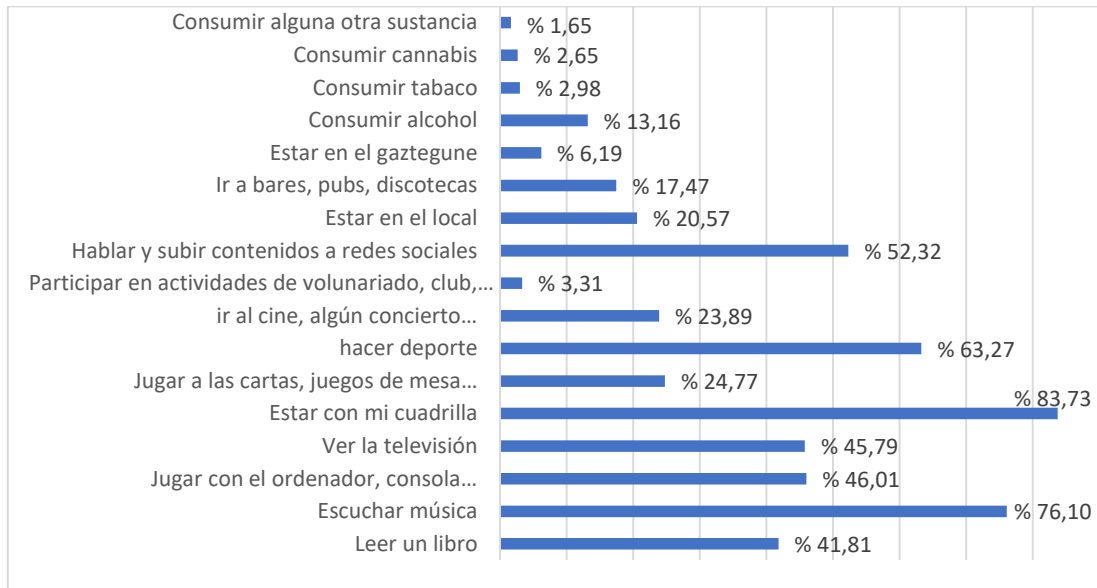
Aisia eta astialdia

Gazteek aisialdian dituzten interesak eta beharrak zein diren jakitea lagungarria izan daiteke plana koherentziaz diseinatzeko.

Emaitzen arabera, Eibarko ikasleen jarduerarik gogokoena *Nire kuadrillarekin egotea* da (% 83,73). Haren atzetik, *Musika entzutea* (% 76,10) eta *Kirola egitea* (% 63,27) dira gogokoena. Laugarren tokian, berriz, *Sare sozialetan hitz egitea eta edukiak igotzea* dago. Ikus dezakegunez, ikasleen erdiek baino gehiagok (% 52,32) erabiltzen dute aisialdia horretarako.

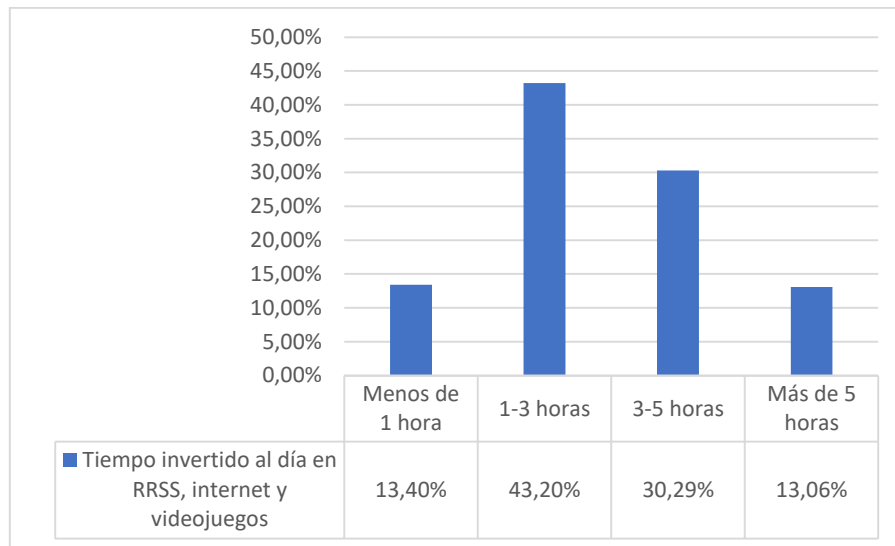
Item batzuk gustukoak ez direlako nabarmendu dira, hala nola *Tabakoa kontsumitzea* (% 2,98), *Kalamua kontsumitzea* (% 2,65) eta *Beste substantziaren bat kontsumitzea* (% 1,65). Hala ere, *Alkohola kontsumitzea* itemak ehuneko handiagoa lortu du gogoko jardueren artean (% 13,16), *Gaztegunean egotea* eta *Boluntarioritza-jardueretan, klubetan edo elkarteetan parte hartzea* baino handiagoa (% 3,31 eta % 6,19, hurrenez hurren).

2. grafikoa. Astialdian egiteko jardueren inguruko lehentasunak



Teknologia berrien erabilera/gehiegizko erabilera (sare sozialak, internet eta bideojokoak)

3. grafikoa. Egunean sare sozialetan, bideojokoetan eta interneten emandako denbora



Sare sozialetan, bideojokoetan eta interneten emandako denborari dagokionez, ehuneko handi bat (% 73,49) egunean 1-3 orduko eta 3-5 orduko denbora-tarteetan dago. Azpimarratu beharra dago % 13,06k (120 pertsona inguruk) egunean 5 ordu baino gehiago ematen dituela. Hala ere, Drogak eta Eskola X azterlanak ematen dituen datuekin alderatuta, jardunbide hori nabarmen urriagoa da Eibarko nerabeen eta gazteen kasuan.

4. taula. Sare sozialetan, bideojokoetan eta interneten emandako denbora (Eibar / Drogak eta Eskola X)

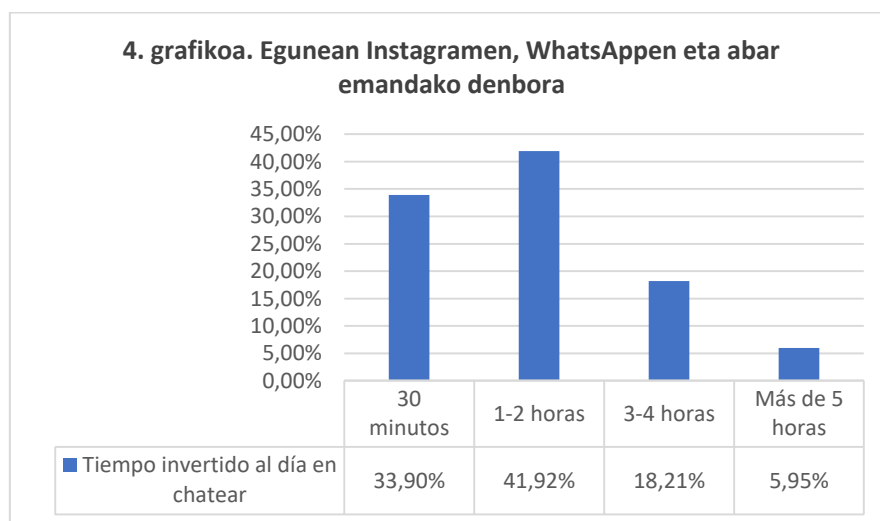
Emandako denbora	EIBAR	DROGAK ETA ESKOLA X lanegunak	DROGAK ETA ESKOLA X asteburuak
3-5 ordu	% 30,29	% 60,2	% 71,80
5 ordu baino gehiago	% 13,06	% 37,60	% 53,4

Eibarko diagnostikoaren emaitzak zirrargarriak dira, oso handia baita IKTak erabiltzen egunean 3 ordu baino gehiago ematen dituzten ikasleen ehunekoa (% 43,35), baina Drogak eta Eskola X azterlanean lortutako emaitzak are kezagarriagoak dira.

5. taula. Egunean sare sozialetan, bideojokoetan eta interneten emandako denbora, generoaren arabera

	Emakumeak	Gizonak	Ez-bitarrak
Ordu 1 baino gutxiago	% 7,54	% 5,74	% 0,11
1-3 ordu	% 19,59	% 23,53	% 0,11
3-5 ordu	% 16,89	% 12,72	% 0,67
5 ordu baino gehiago	% 6,98	% 5,51	% 0,56

Generoaren arabera dauden aldeak aztertuta ikus dezakegunez, emakumeen ehunekoa handiagoa da teknologia berriak ordu 1 baino gutxiagoko, 3-5 orduko eta 5 ordu baino gehiagoko denbora-tarteetan erabiltzen dituztenen artean. Teknologia horiek 1-3 orduko denbora-tarteetan erabiltzen dituztenen artean, berriz, gizonak gehiago dira.



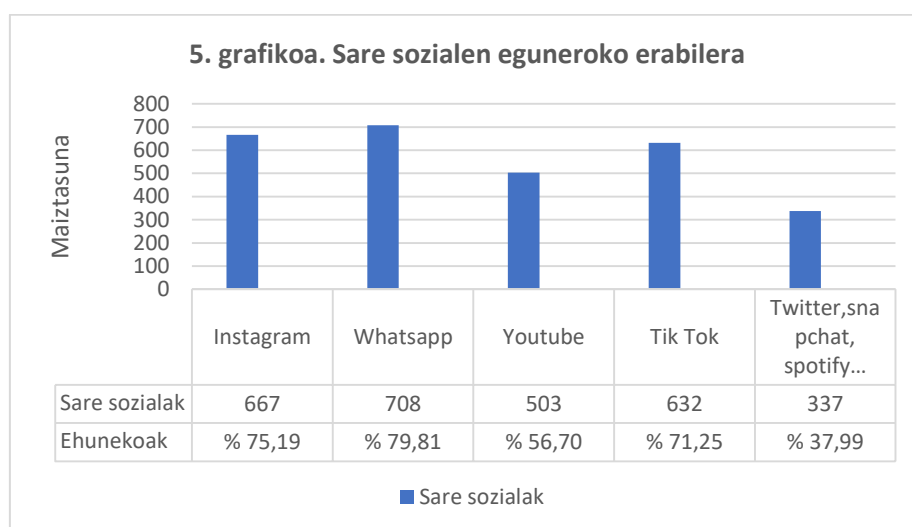
Egunean Instagramen, WhatsApp-en eta bat-bateko mezularitzako beste aplikazio batzuetan txateatzen ematen duten denborari dagokionez, parte-hartzaileen ehunez handiena (% 75,82) ordu-erditik 2 ordura bitarteko denbora-tarteetan dago, eta 5 ordu baino gehiago ematen dituztenak, berriz, % 6 dira.

6. taula. Instagram-en, WhatsApp-en eta abar txateatzen emandako denbora, generoaren arabera

	Emakumeak	Gizonak	Ez-bitarrak
30 minutu	% 13,05	% 20,50	% 0,34
1-2 ordu	% 22,10	% 19,58	% 0,22
3-4 ordu	% 11,79	% 6,07	% 0,34
5 ordu baino gehiago	% 3,89	% 1,48	% 0,57

Txateatzeko jardueran, zehazki, alde handiagoa ikus daiteke gizonen eta emakumeen artean. Izan ere, txateatzen emandako denbora gehienez 30 minutukoa denean, gizonen ehunekoak emakumeena eta ez-bitarrena baino nabarmen handiagoa da. Erabilera ordubetetik gorakoa denean, berriz, emakumeak gizonak baino askoz gehiago dira (% 37,78 eta % 27,13, hurrenez hurren).

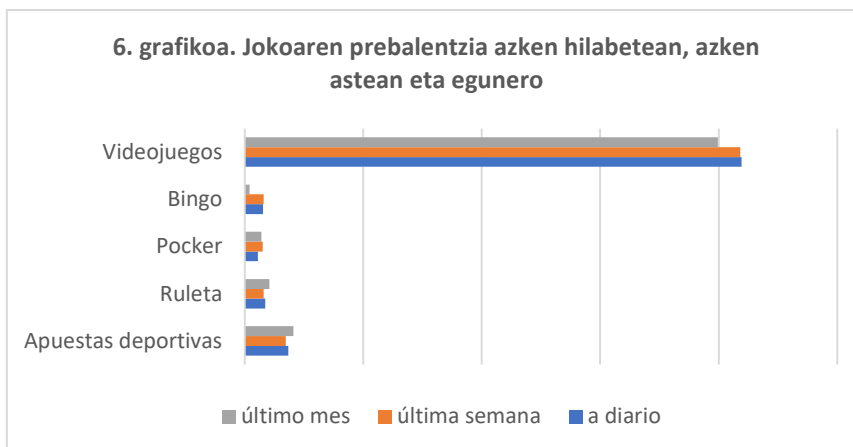
Gehien erabiltzen dituzten sare sozialak honako hauek dira, maiztasun-ordenaren arabera: Whatsapp (% 79,81), Instagram (% 75,19), Tik Tok (% 71,25), Youtube (% 56,70) eta Twitter, snapchat, spotify (% 37,99).



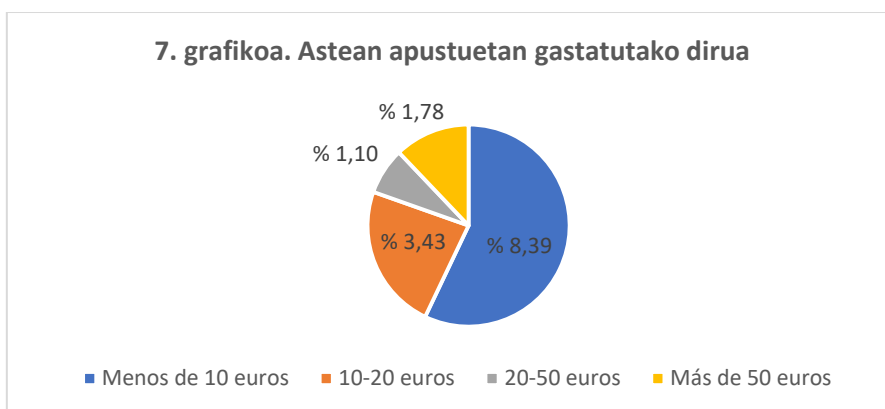
Eibarko ikasleei aurkeztu zitzaizkien jokoan zerrendatik, bideojokoek dute prebalentziarik handiena aztertutako hiru denbora-tarteetan, alde handiarekin gainera. Kirol-apustuak, askoz maiztasun txikiagoarekin bada ere, bigarrenak dira prebalentziarik handieneko jokoan artean. Erruletan, pokerrean eta bingoan jokatu dutenen kasuan, prebalentzia ez da % 5era iristen.

7. taula. Jokoaren prebalentzia azken hilabeteetan, azken astean eta egunero

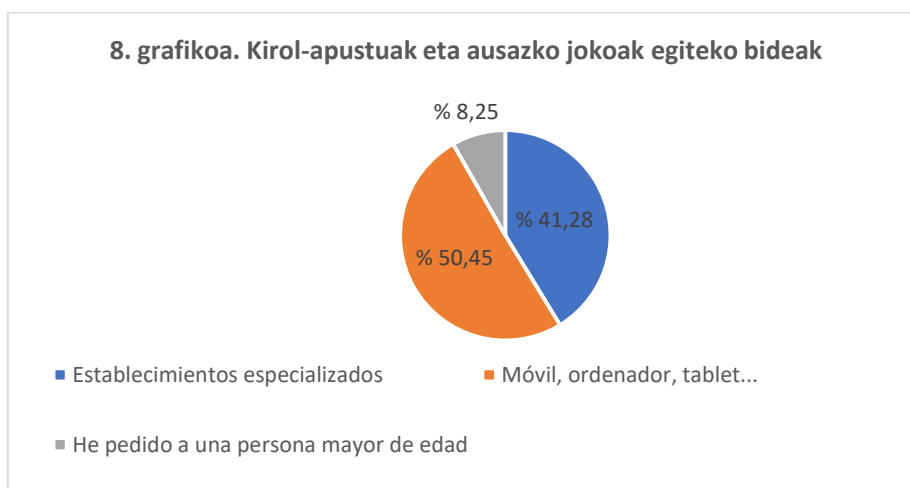
JOKOAK	MAIZTASUNA		
	Egunero	Azken astean	Azken hilabeteetan
Kirol-apustuak	% 7,34	% 6,89	% 8,19
Erruleta	% 3,46	% 3,20	% 4,17
Pokerra	% 2,24	% 3,04	% 2,83
Bingoa	% 3,06	% 3,20	% 0,79
Bideojokoak	% 83,87	% 83,65	% 79,88



Jokatu duten pertsonak jokoan egindako gastuari dagokionez, % 8,39k 10 euro baino gutxiago gastatu dituzte asteen apustuak egiten, eta pertsona talde hori da nagusi. Bestalde, % 1,78k 50 euro baino gehiago gastatu dituzte, eta ehuneko hori 20-50 euro gastatu dituztenen taldearena baino handiagoa da.



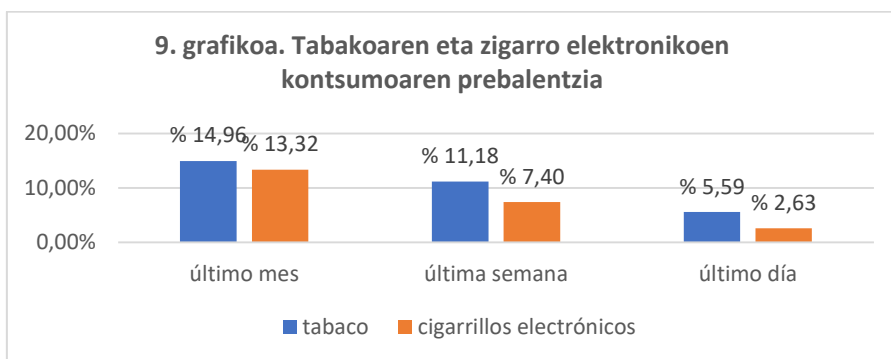
Bestalde, kirol-apustuak egiteko eta ausazko jokoetan aritzeko gehien erabiltzen diren baliabideak gailu elektronikoak dira (mugikorra, ordenagailua edo tableta). Bigarren biderik erabiliena establezimendu espezializatueta jotzea da; emaitzen arabera, % 41ek aukeratu du bide hori. Neurri txikiagoan, % 8,25ek adindun baten laguntza eskatu du apustua egin ahal izateko. Eta pentsa daiteke heldu bati beren ordezkari jokatze eskatu dioten pertsonak adingabeak direla.



Substantzien erabilera/gehiegizko erabilera

Legezko drogarik kontsumituenak tabakoa eta alkohola dira. Hori dela eta, bereiz aztertuko ditugu. Baita kalamua ere, legez kanpoko drogarik kontsumituena baita.

Tabakoaren kontsumoa



Tabakoaren (eta zigarro elektronikoaren) kontsumoaren prebalentzia ezagutzeko, hiru denbora-tarte aztertu ziren: azken hilabetea, azken astea eta azken eguna.

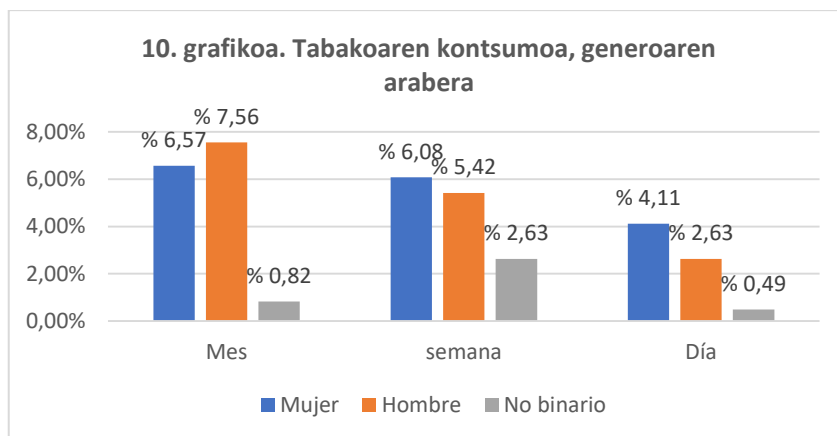
Hiru denbora-tarte horietan, zigarro elektronikoaren kontsumoaren prebalentzia ohiko zigarroaren kontsumoarena baino txikiagoa da, baina aldeak ez dira oso handiak.

Drogak eta Eskola X txostenean, ohiko zigarroaren zein zigarro elektronikoaren kontsumoaren prebalentziari buruzko datuak daude jasota. Hortaz, eguneko kontsumoak Eibarren aplikatutako galde-sortaren bidez lortutako datuekin alderatu ditzakegu.

lido horretan, tabakoaren eta zigarro elektronikoaren eguneroko kontsumoen inguruko emaitzetan ikus dezakegunez, Eibarko azterlanean parte hartu dutenek kontsumitutako ohiko zigarroak Drogak eta Eskola X azterlanean parte hartu dutenek kontsumitutako erdiak izan dira, eta zigarro elektronikoaren kasuan, berriz, alderantziz. Eibarren, % 2,63k kontsumitu ditu, eta Drogak eta Eskola X azterlanaren arabera, berriz, % 0,4k.

8. taula. Ohiko zigarroaren eta zigarro elektronikoaren eguneroko kontsumoa (Eibar / Drogak eta Eskola X)

	EGUNEAN	
	Ohiko zigarroak	Zigarro elektronikoak
DROGAK ETA ESKOLA X	% 11,9	% 0,4
EIBAR	% 5,59	% 2,63



Bestalde, tabakoaren kontsumoa alderatu da gizonen, emakumeen eta ez-bitarren artean. Emaitzek agerian utzi dutenez, emakumeen eguneroko kontsumoa handiagoa da. Genero ez-bitarrak, bestalde, gainerako generoek baino askoz ehuneko txikiagoak agertzen ditu: eguneroko kontsumoak ez dira % 1era iristen.

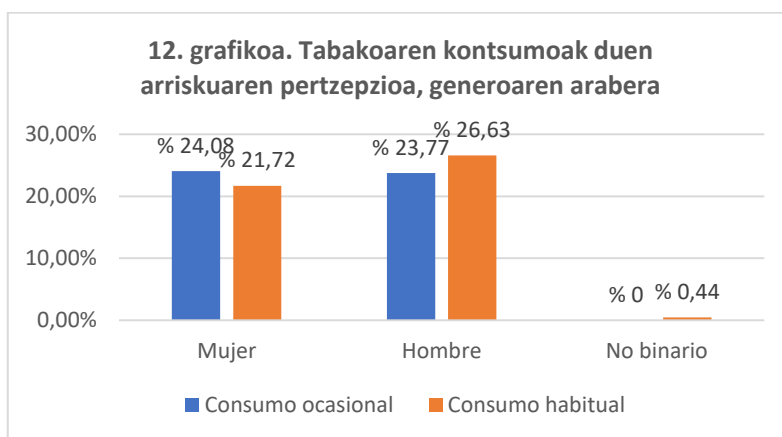
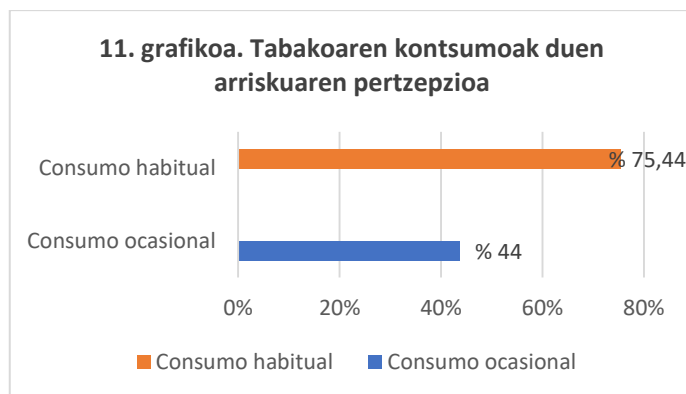
9. taula. Tabakoaren kontsumoaren prebalentzia, adinaren arabera

ADINA	Azken hilabetea	Azken astea	Azken eguna
11	-	-	-
12	-	-	-
13	% 1,17	% 1,17	% 0,58
14	% 2,35	% 1,17	% 0,58
15	% 9,41	% 7,05	% 3,52
16	% 14,11	% 12,94	% 3,52
17	% 8,23	% 7,64	% 4,70
18	% 2,35	% 2,35	% 2,35
19	% 0,58	% 0,58	% 0,58
20	% 1,17	% 1,17	% 1,17
21 eta gehiago	% 2,91	% 2,91	% 2,91

Tabakoaren kontsumoak parte-hartzaileen adin bakoitzean duen ehunekoari dagokionez, ehunekorik handienak 15, 16 eta 17 urteko adinetan agertzen dira, kontsumoaren denbora-tarte guztietan (azken hilabetean, azken astean eta azken egunean). 11-12 urtekoek (azterlanean parte hartu duten gazteenek), berriz, ez dute tabakorik kontsumitu. Gauza bera gertatzen da 21 urtetik gorakoek kasuan, baina adierazi beharra dago adin horretako 8 parte-hartzaile baino ez daudela (11-12 urtekoak 201 dira guztira).

Azpimarratu beharra dago, halaber, 18 urtetik gorakoek ehunekoak berdinak direla 3 maiztasunetan, erretzen duten pertsonen azken egunean, azken astean eta azken hilabetean erre baitute.

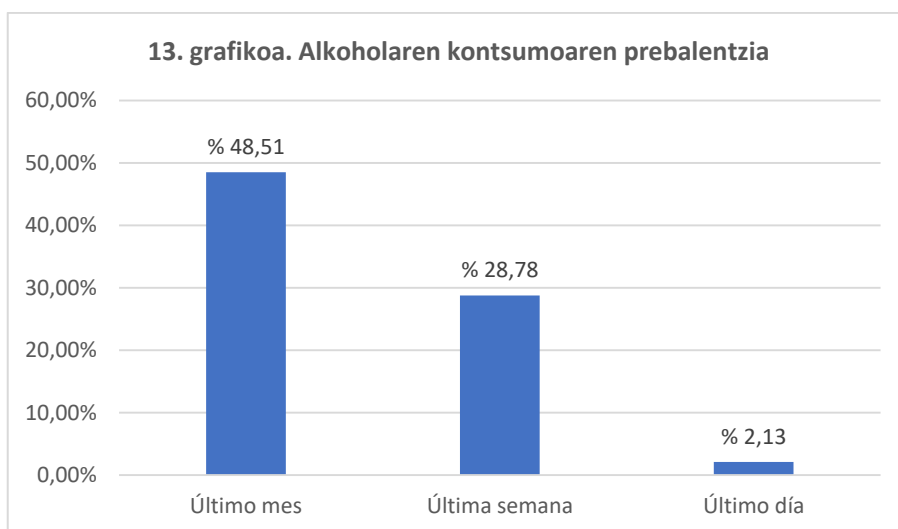
Arriskuaren pertzepzioari dagokionez, ikasleen % 75,44k adierazi dute tabakoa arriskutsua izan daitekeela kontsumoa ohikoa bada. Kontsumoa aldizkakoa bada, berriz, arriskuaren pertzepzioa nabarmen txikiagoa da (% 44).



Tabakoaren ohiko kontsumoa arriskutsua dela uste duten mutilak neskek baino % 5 gehiago dira. Aldizkako kontsumoaren kasuan, berriz, mutilen eta nesken ehunekoak ia berdinak dira. Genero ez-bitarreko pertsonak ez dute erantzun esanguratsurik eman tabakoaren aldizkako kontsumoaren arriskuaren pertzepzioaz galdetzean, eta eguneroko kontsumoaren kasuan, berriz, % 0,44k baino ez du erantzun arriskutsua dela.

Alkoholaren kontsumoa

Azterlanean parte hartu duten pertsonen ia erdiek kontsumitu dute alkohola azken hilabetean. Azken astean, % 29k kontsumitu dute alkohola, eta azken egunean, berriz, % 2,3k.



Alkoholaren kasuan, Drogak eta Eskola X azterlanarekin alderatu ahal izan den kontsumo bakarra azken hilabetekoa izan da. Zehazki, Eibarko ikasleen artean alkohola kontsumitu duten pertsonen ehunekoa Drogak eta Eskola X azterlanean jasotako ehunekoa baino % 9 handiagoa da.

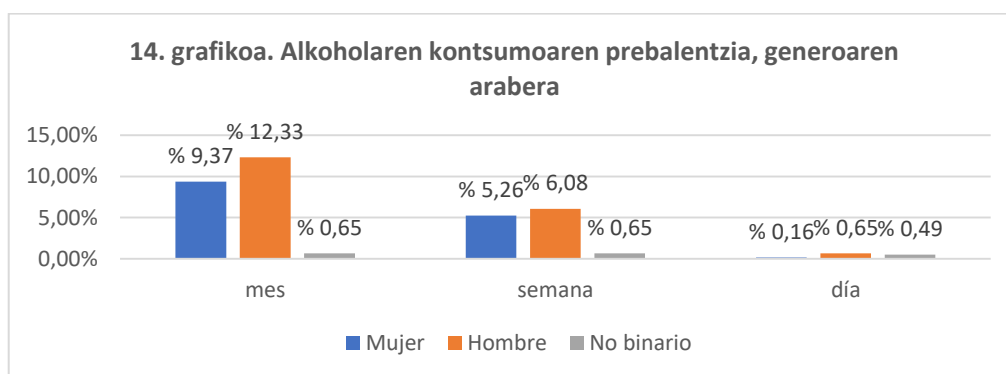
10. taula. Alkoholaren kontsumoa azken hilabetean (Eibar / Drogak eta Eskola X)

	EIBAR	DROGAK ETA ESKOLA X
Alkoholaren kontsumoa azken hilabetean	% 48,51	% 39,5

Denbora-tarte guztietan, mutilen taldea da alkohol gehien kontsumitu duena. "Azken eguna" denbora-tartean, neskekin eta genero ez-bitarrarekin duten aldea ez da oso esanguratsua, hau da, hiru taldeek antzeko ehuneko txikiak dituzte (% 1era iristen ez direnak). Nolanahi ere, neskak dira gutxien kontsumitu dutenak (% 0,16).

Azken asteko kontsumoari dagokionez, talde ez-bitarraren ehunekoa oso txikia da berriz, baina nesken eta mutilen ehunekoak gora egiten du (% 5,26 eta % 6,08, hurrenez hurren).

Azken hilabeteko kontsumoan, nabarmenagoak dira 3 generoen arteko aldeak. Izan ere, mutilen % 12,33k, emakumeen % 9,37k eta ez-bitarren % 0,65ek kontsumitu dute.



Txostenek (Eibarkoak eta Drogak eta Eskola X txostenak) emaitza desberdinak dituzte generoaren arabera aztertutako alkoholaren kontsumoaren prebalentzian. Alde batetik, azpimarratu beharra dago Drogak eta Eskola txostenean alkoholaren kontsumoa Eibarko txostenean baino askoz handiagoa dela. Bestetik, Eibarko txostenaren arabera emakumeek gizonek baino neurri txikiagoan kontsumitzen dute alkohola (% 9,37k eta % 12,33k, hurrenez hurren), baina Drogak eta Eskola X txostenean alderantziz gertatzen da: emakumeek gizonek baino neurri handixeagoan kontsumitu dute.

11. taula. Alkoholaren kontsumoaren prebalentzia, generoaren arabera (Eibar / Drogak eta Eskola X)

Alkoholaren kontsumoa azken hilabetean	EIBAR			DROGAK ETA ESKOLA X	
	Emakumeak	Gizonak	Ez-bitarrak	Emakumeak	Gizonak
	% 9,37	% 12,33	% 0,65	% 40,9	% 39,2

Aztertutako adin guztiak alderatuta, alkohola gehien kontsumitzen dutenak 15, 16 eta 17 urteko gazteak dira, tabakoarekin gertatzen zenaren antzera.

12. taula. Alkoholaren kontsumoaren prebalentzia, adinaren arabera

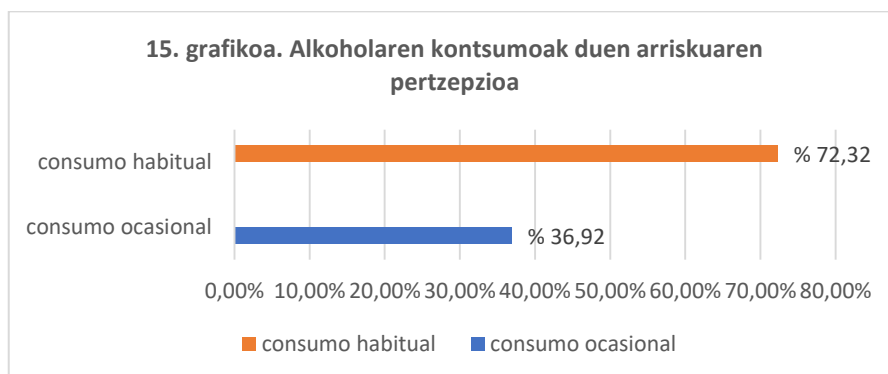
ADINA	MAIZTASUNA		
	Hilabetea	Astea	Eguna
12	-	% 0,58	-
13	% 1,76	% 1,17	% 0,58
14	% 5,88	% 1,17	% 0,58
15	% 24,11	% 5,88	-
16	% 17,64	% 12,94	% 0,58
17	% 15,88	% 7,64	-
18	% 4,11	% 1,17	% 0,58
19	% 2,35	% 1,17	% 0,58
20	% 1,76	-	-
21 urte eta gehiago	% 3,5	% 2,33	% 0,58

Erantzunetan lortutako ehunekoen arabera, alkohola lehen aldiz probatzeko adinik ohikoena 14-15 urte da.

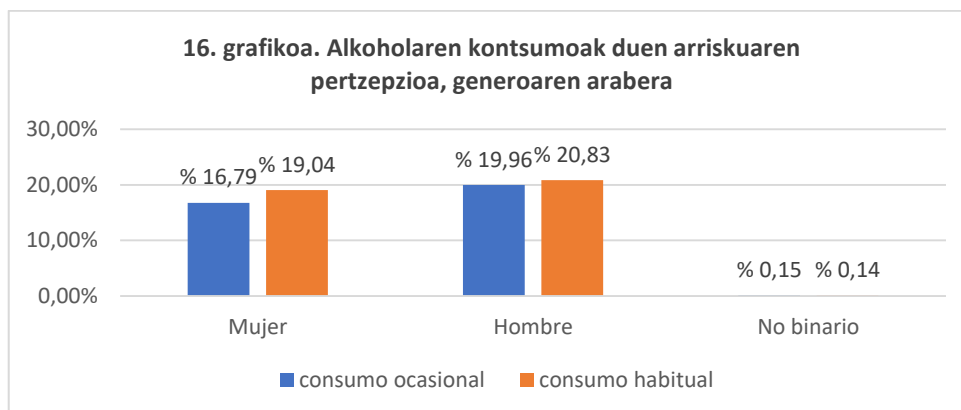
13. taula. Alkohola kontsumitzen hasteko adina

HASTEKO ADINA	MAIZTASUNA	EHUNEKOA
8	2	% 0,6
10	2	% 0,6
11	4	% 1,2
12	17	% 5,7
13	50	% 15,2
14	117	% 35,6
15	96	% 29,2
16	33	% 10
17	4	% 1,2
18	2	% 0,6
20	1	% 0,3
25	1	% 0,3
GUZTIRA	329	% 100

Bestalde, % 72,32k uste du alkohola egunero edo ia egunero edatea arriskutsua dela. Kontsumoa aldizkakoa bada, berriz, askoz arrisku txikiagoa ikusten dute.

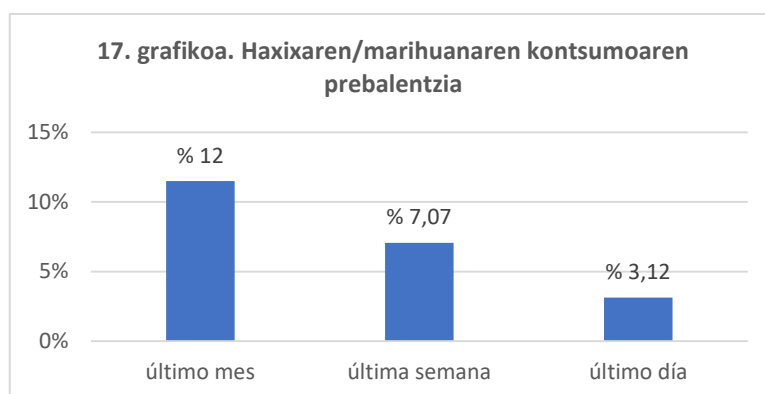


Generoa kontuan hartuta ikus dezakegunez, gizonek arrisku handiagoa hautematen dute, kontsumoa aldizkakoa denean zein ohikoa denean. Emakumeek gizonek baino neurri txikiagoan hautematen dute arriskua kontsumoa aldizkakoa denean (hautematen duten emakumeak gizonak baino % 3 gutxiago dira). Azkenik, genero ez-bitarraren ehunekoak txiki samarrak dira beste taldeetan lortutakoekin alderatuta, eta ia berdina dira ohiko kontsumoaren kasuan eta aldizkako kontsumoaren kasuan.



Legez kanpoko drogen kontsumoa: kalamuaren kontsumoa

Kalamuaren kontsumoaren ehunekoek beheranzko lerro bat agertzen dute hiru denbora-tarteak alderatuta (azken hilabetea, azken astea eta azken eguna).

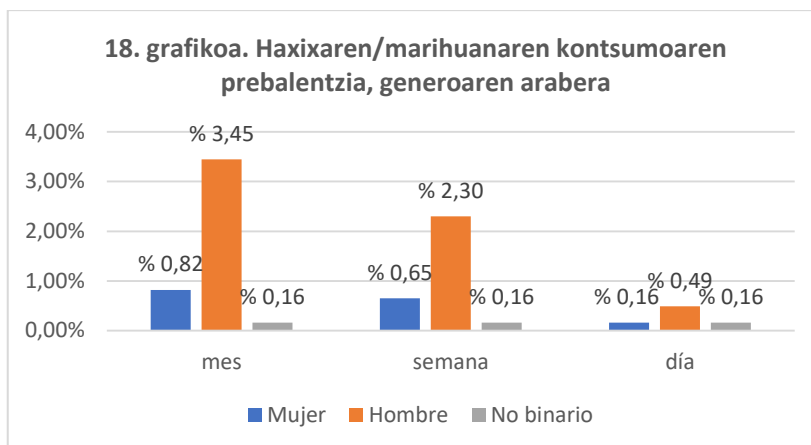


Eibarko txostenean azken hilabeteko kontsumoaren inguruan lortutako emaitza eta Drogak eta Eskola X txostenean lortutakoa oso antzekoak dira.

14. taula. Kalamuaren kontsumoa azken hilabetean (Eibar / Drogak eta Eskola X)

	EIBAR	DROGAK ETA ESKOLA X
Kalamuaren kontsumoa azken hilabetean	% 11,51	% 10,9

Eibarko ikasleen artean, kalamuaren kontsumoa handiagoa da gizonen kasuan emakumeen eta ez-bitarren kasuan baino, denbora-tarte guztietan. Emakumeen eta genero ez-bitarraren kontsumoak ez dira % 1era iristen ezein kasutan.

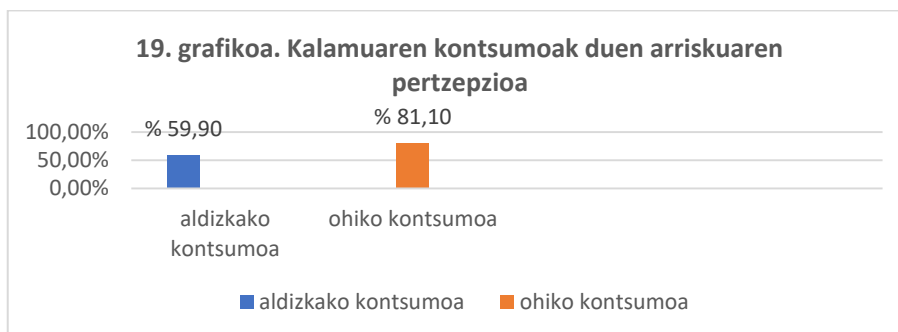


Drogak eta Eskola X azterlanak generoaren arabera ematen dituen zifrak Eibarko txostenekoak baino handiagoak dira, baina bietan gizonak dira substantzia hori gehien kontsumitzen dutenak.

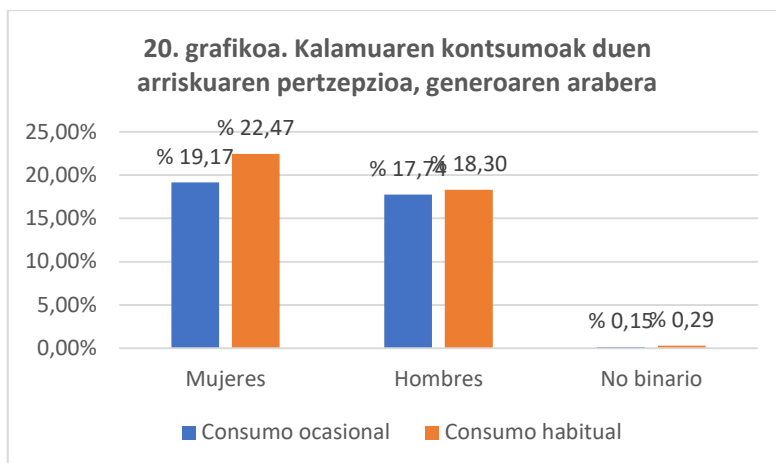
15. taula. Kalamuaren kontsumoa azken hilabeteen, generoaren arabera (Eibar / Drogak eta Eskola X)

Kalamuaren kontsumoa azken hilabeteen	EIBAR			DROGAK ETA ESKOLA X	
	Emakumeak	Gizonak	Ez-bitarrak	Emakumeak	Gizonak
	% 0,82	% 3,45	% 0,16	% 8,3	% 14,1

Ikasleen % 81,1ek arriskutsutzat hartu dute kalamuaren ohiko kontsumoa, eta aldizkako kontsumoaren kasuan ehunekoak % 60ra jaisten bada ere, handia da tabakoarekin eta alkoholarekin alderatuta.



Emakumeek eta gizonak antzeko proportzioan hautematen dute substantzia horren kontsumoak duen arriskua, emakumeen kasuan ehunekoak handixeagoak badira ere. Genero ez-bitarreko taldearen ehunekoak, tabakoaren eta alkoholaren kasuan bezala, oso txikiak dira, eta ez dira % 1era iristen.



Legez kanpoko gainerako drogen kontsumoa

Kontuan hartu behar dugu, lehenik eta behin, substantzia horien kontsumoen ehunekoak oso txikiak direla. Hori abiapuntutzat hartuta, adierazi beharra dago azken hilabeteko kontsumoan ehunekorik handienak eta kezkarrienak agertzen dituztenak lasaigarriak eta sedatzaileak direla (psikofarmakoak, errezetarekin eta errezetarik gabe). Bitxia bada ere, azken astean gehien kontsumitu diren drogak LSDa eta haluzinogenoak dira (% 3,13), eta azken egunean gehien kontsumitu diren drogak, berriz, kokaina eta inhalagarriak (% 1,31).

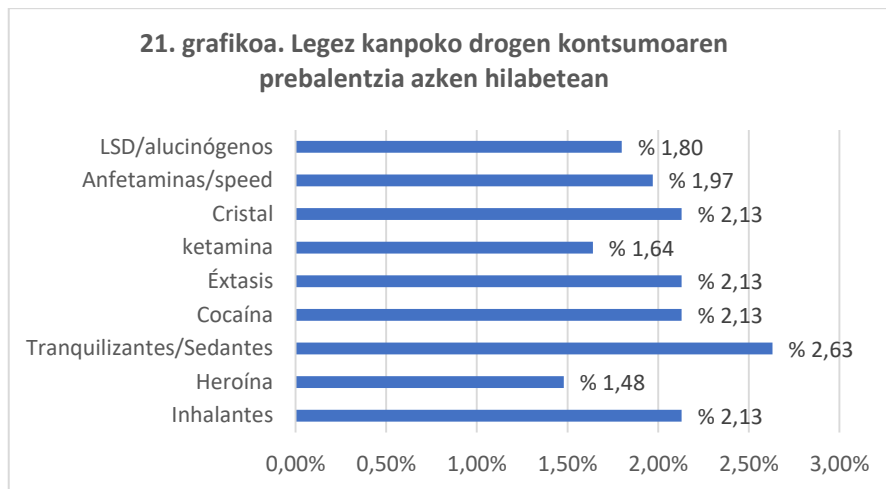
16. taula. Legez kanpoko drogen kontsumoaren prebalentzia azken hilabetean, azken astean eta azken egunean

	HILABETEA	ASTEA	EGUNA
<i>LSDa/Haluzinogenoak</i>	% 1,80	% 1,15	% 0,82
<i>Anfetaminak/Speeda</i>	% 1,97	% 1,48	% 0,65
<i>Kristala</i>	% 2,13	% 1,15	% 0,65
<i>Ketamina</i>	% 1,64	% 1,31	% 0,65
<i>Estasia</i>	% 2,13	% 1,48	% 0,82
<i>Kokaina</i>	% 2,13	% 1,80	% 1,31
<i>Lasaigarriak/sedatzaileak</i>	% 2,63	% 1,48	% 0,82
<i>Heroina</i>	% 1,48	% 0,65	% 0,82
<i>Inhalagarriak</i>	% 2,13	% 1,15	% 1,31

Drogak eta Eskola X azterlanarekin alderatuta ikus daitekeenez, bi kasuetan psikofarmakoak dira prebalentziarik handieneko substantziak.

17. taula. Legez kanpoko drogen kontsumoaren prebalentzia (Eibar / Drogak eta Eskola X)

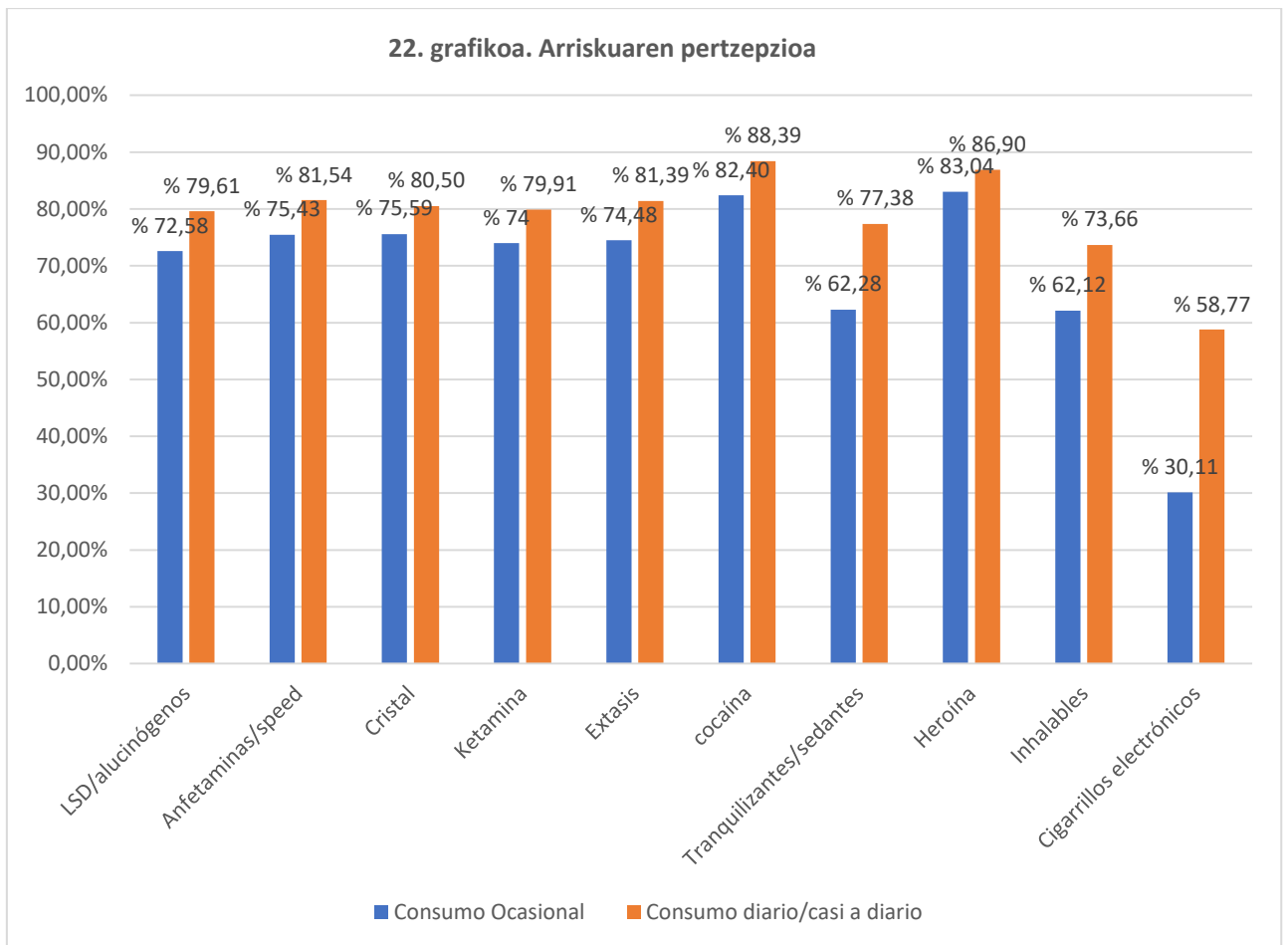
	AZKEN HILABETEAN	
	Eibar	Drogak eta Eskola X
<i>LSDa/Haluzinogenoak</i>	% 1,80	% 0,1
<i>Anfetaminak/Speeda</i>	% 1,97	% 0,9
<i>Kristala</i>	% 2,13	-
<i>Ketamina</i>	% 1,64	% 0,3
<i>Estasia</i>	% 2,13	% 1,1
<i>Kokaina</i>	% 2,13	% 1,2
<i>Lasaigarriak/sedatzaileak</i>	% 2,63	Errezetarekin % 4,1 Errezetarik gabe % 1,6
<i>Heroina</i>	% 1,48	% 0,1
<i>Inhalagarriak</i>	% 2,13	% 0,7



Legez kanpoko substantzia guztien arriskuaren pertzepzioa, bestalde, oso handia da, bai aldizkako kontsumoaren kasuan, bai ohiko kontsumoaren kasuan. Salbuespen bakarra kalamua da.

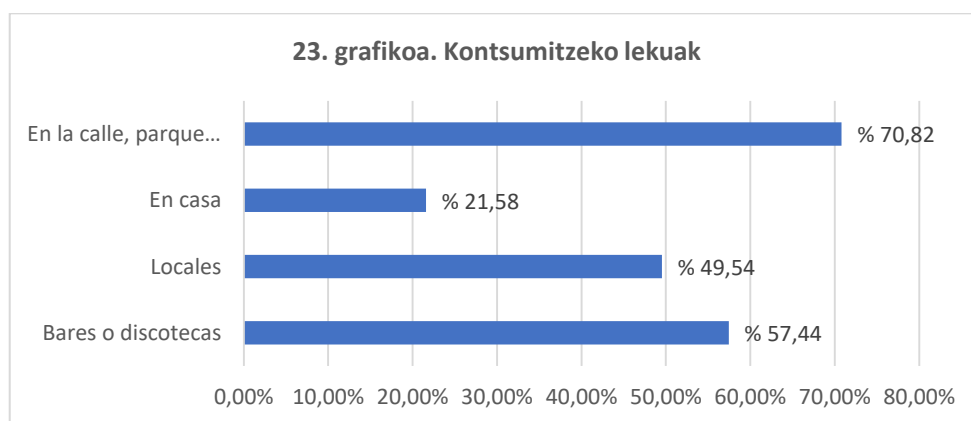
18. taula. Arrisku-maila, kontsumoaren arabera (aldizkakoa / ohikoa)

	ALDIZKAKOA	OHIKOA
LSDa/Haluzinogenoak	% 72,58	% 79,61
Anfetaminak/Speeda	% 75,43	% 81,54
Kristala	% 75,59	% 80,50
Ketamina	% 74	% 79,91
Estasia	% 74,48	% 81,39
Kokaina	% 82,40	% 88,39
Lasaigarriak/sedatzaileak	% 62,28	% 77,38
Heroina	% 83,04	% 86,90
Inhalagarriak	% 62,12	% 73,66

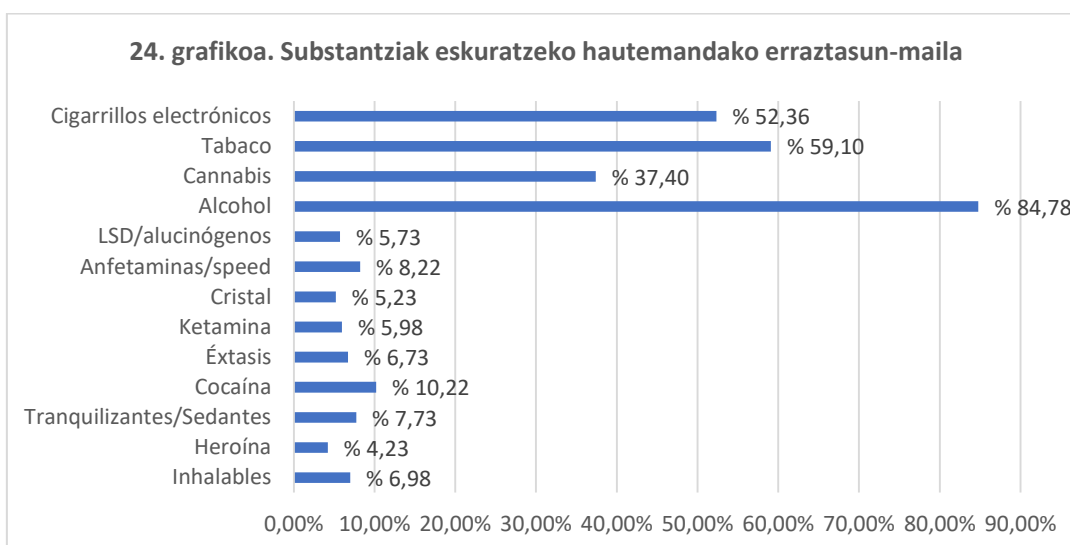


Kontsumitzeko lekuak

Kontsumitzeko lehentasunezko lekuak kalea edo parkeak dira. Haien atzetik, tabernak eta diskotekak dira gogokoena, eta ondoren, alde handiarekin, etxea.



Substantzien eskuragarritasuna



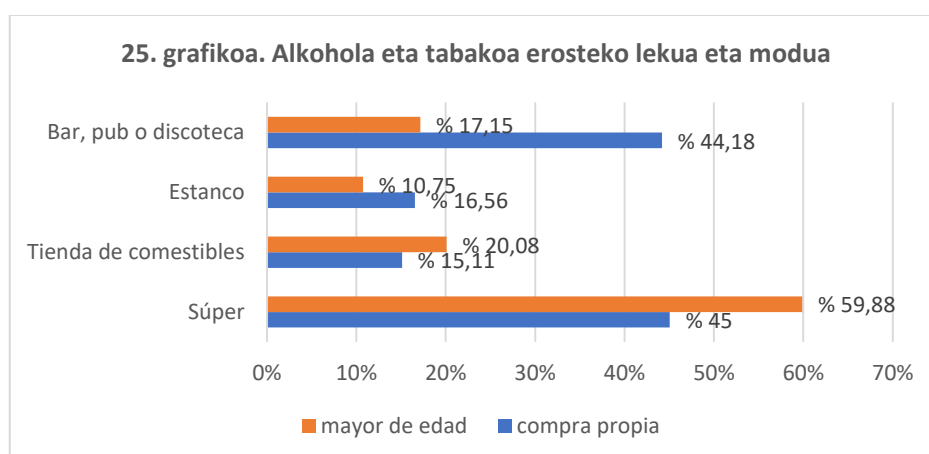
Eskuratzeko erraztasunik handieneko gisa hautemandako substantzia alkohola da. Ia % 85ek adierazi du erraz lortu dezakeela.

Tabakoa, zigarro elektronikoak eta kalamua ere, ordena horretan, erraz eskuratzeko modukotzat hartzen dira. Gainerako substantzien artean, aurrekoekin alde handia badago ere, kokaina da errazena lortzen.

Alkohola eta/edo tabakoa erraz lortzeko moduari eta lekuari dagokienez, honako hau ikusi dugu:

Erantzun gehien bildu dituzten itemak honako hauek dira: "Pertsona heldu batek lortu dit supermerkaturen batean" (% 59,88); "Zeuk zuzenean supermerkaturen batean" (% 45). Bi kasuetan, alkohola da aipatzen den substantzia, eta ondoriozta daiteke lehen erantzun hori eman dutenak adingabeak direla, eta bigarrena eman dutenak, berriz, adin nagusikoak.

Tabakoaren kasuan, berriz, % 44,18k eskatu dio helduren bati tabakoa estanko batean erosteko, eta % 10,75ek zuzenean lortu du.



Substantzien kontsumoa familia-ingurunean

Hiru senide-kategorietan, substantziarik kontsumituena alkohola da. Haren atzetik, tabakoa eta kalamua dira kontsumituena. Kalamua anai-arrebek kontsumitzen dute batez ere, eta nabarmen jaisten da kontsumoa gurasoen/tutoreen eta beste senide batzuen kasuan.

Gainerako substantzien prebalentzia askoz txikiagoa da, baina deigarria da haien artean lasaigarriak izatea ehunekorik handienak dituztenak (zigarro elektronikoen atzetik), zifrak alkoholari, tabakoari eta kalamuari lotutakoetatik oso urrun badaude ere.

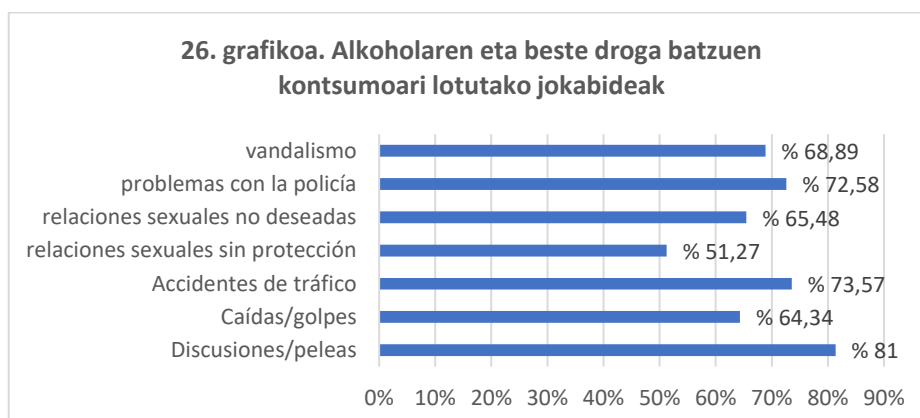
19. taula. Familia-inguruneke pertsonen kontsumitutako substantziak

	AITA/AMA/LEGEZKO TUTOREA	ANAI- ARREBAK	BESTE SENIDE BATZUK
Tabakoa	% 51,25	% 28,68	% 64,92
Haxixa/marihuana	% 4,06	% 14,75	% 6,87
Alkohola	% 79,49	% 84,42	% 76,30
LSDa/Haluzinogenoak	% 2,12	% 0,81	% 0,71
Anfetaminak/Speeda	% 1,35	% 1,22	% 0,94
Kristala	% 1,35	% 1,63	% 0,71
Ketamina	% 1,16	% 0,81	% 1,18
Estasia	% 1,35	% 1,63	% 0,71
Kokaina	% 1,35	% 3,27	% 1,65
Lasaigarriak/sedatzaileak	% 2,51	% 2,45	% 3,08
Heroina	% 2,12	% 1,22	% 1,42
Inhalagarriak	% 1,16	% 2,04	% 0,94
Zigarro elektronikoak	% 3,86	% 9,42	% 6,16

Substantzien kontsumoari lotutako portaerak

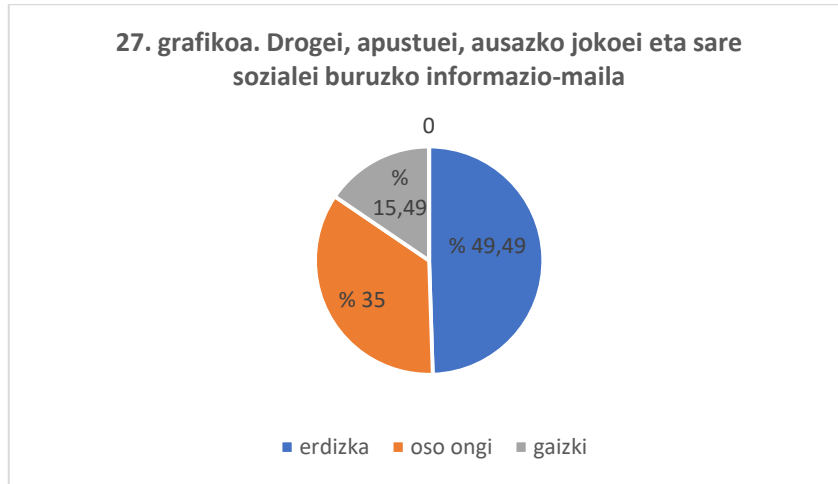
Emaitez islatzen dutenez, lagina osatzen dutenen erdiek baino gehiagok lotzen dituzte aurkeztutako zerrendako jokabideak substantzien kontsumoarekin.

Itemen zerrendatik, eztabaidak eta liskarrak dira substantzien kontsumoarekin gehien lotu dituztenak (% 81ek). Substantzien kontsumoarekin gutxien lotu dituztenak, berriz, babesik gabeko sexu-harremanak izan dira (% 51,27k lotu dituzte). Gainerako itemek bi horien arteko ehunekoak agertu dituzte.

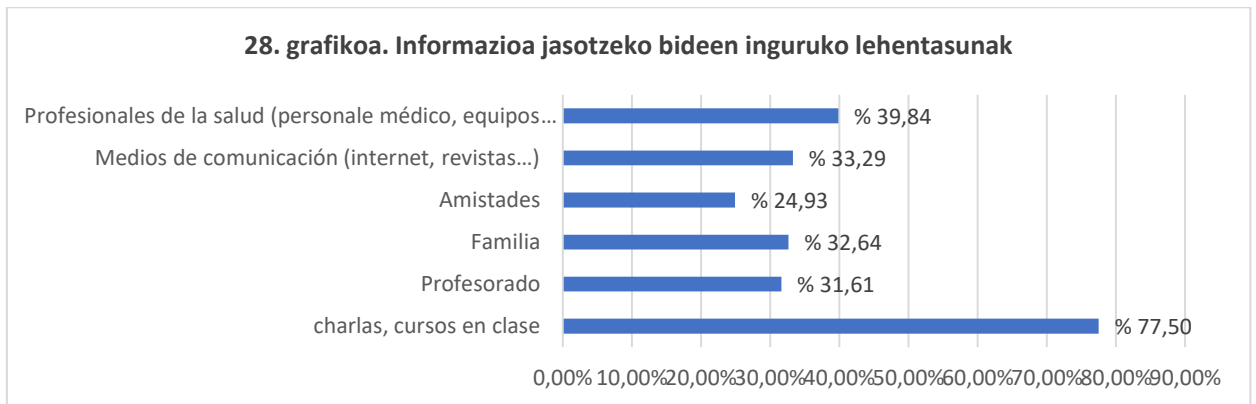


Kontsumoei buruzko informazioa (maila eta jatorria)

Erdiek, gutxi gorabehera, erdizka informatuta daudela uste dute. Gainerakoen artean, batzuek uste dute behar bezala informatuta daudela (guztien % 35ek), eta beste batzuek, berriz, gaizki informatuta daudela (%15,49k).



Informazio hori lortzeko biderik gogokoenen artean, ikasgelako hitzaldiak eta ikastaroak dira nagusi (kasuen % 77,5etan). Informazioa osasun-arloko profesionalen bitartez jasotzeko aukera, berriz, % 40k aipatu dute. Gainerako aukerek antzeko ehunekoak agertu dituzte (informazioa lagunen bitartez jasotzeko aukeraren % 25etik komunikabideen bidez jasotzeko aukeraren % 33,29ra bitarte).



ONDORIO AZPIMARRAGARRIAK

Aisia eta astialdia

- Eibarko ikasleen jarduerarik gogokoena kuadrillarekin egotea da (% 83,73rentzat). Haren atzetik, musika entzutea eta kirola egitea dira gogokoenak (% 76,10 eta % 63,27rentzat, hurrenez hurren).
- Substantzien kontsumoari lotutako jardueren artean, aisialdian alkohola kontsumitzea da ehunekorik handiena lortu duena, arestian aipatutakoen oso azpitik kokatuta badago ere.
- Horrek adierazten digu lagunak eta kirola, adibidez, oso babes-faktore garrantzitsuak direla Eibarko nerabe eta gazteentzat.
-

Teknologia berrien erabilera/gehiegizko erabilera (sare sozialak, internet eta bideojokoak)

- Inkesta egin duten ikasleen ia hiru laurdenek 3-5 ordu ematen dituzte egunean interneten nabigatzen, bideojokoetan jokatzen edo sare sozialetan elkarreragiten. Nolanahi ere, deigarria da ikasleen % 13k egunean 5 ordu baino gehiago ematea horretan.
- Sare sozialik erabiliena Whatsapp da, eta haren atzetik, alde txikiarekin, Instagram eta Tik Tok.
- Adin horietako emakumeek gizonak baino ordu gehiago ematen dituzte txateatzen.
- Jokoen artean, bideojokoak dira Eibarko ikasleek gogokoen dituztenak, gainerako aukerak (kirol-apustuak edo ausazko online jokoak) baino askoz neurri handiagoan.
- Kirol-apustuak egiteko eta ausazko jokoetan aritzeko baliabiderik erabilienak gailu elektronikoak dira. Bigarren aukerarik erabiliena, berriz, establezimendu espezializatueta joatea da. Leku horietara jotzea erraza dela adierazten du horrek.
- Joko problematikoen maila txikia bada ere, azpimarratu beharra dago online jokoaren maiztasunaren eta hari lotutako gastuaren gorakada dela eta portaera-adikzioek izan duten igoera esponentzialak eragindako kezka.
-

Legezko eta legez kanpoko substantzien kontsumoa

- Eibarko nerabeek gehien kontsumitzen dituzten substantziak alkohola, tabakoa eta kalamua dira, ordena horretan.
- Kontsumitzen hasteko adinari dagokionez, adierazi beharra dago inkesta egin duten 14-15 urteko nerabeen erdiek baino gehiagok dagoeneko probatu dutela alkohola. Tabakoa, berriz, ez du inork probatu. Seguruena, azken urteotan herritar guztiei tabakoaren inguruan sentsibilizatzeko zuzendutako kanpainen eragina izan dute horretan.
- Hiru substantzia horien kontsumoari dagokionez, adin-tarterik kezagarriena 13-17 urtekoena da, tarte horretan agertzen baita prebalentziarik handiena.
- Genero-aldagaiari dagokionez, alkoholaren zein tabakoaren kontsumoak oso antzekoak dira mutilengan eta nesengan. Kalamuaren kontsumoa, berriz, askoz handiagoa da mutilen kasuan.
- Emakumeen babes-faktore tradizionalak indarra galdu du, eta gaur egun berdintzeko joera hartu du alkoholaren eta tabakoaren kontsumoak.
- Kontsumitzeko lekuri gogokoena espazio publikoak dira (kalea eta parkeak), eta, haien atzetik, tabernak eta diskotekak. Gaur egun, lonjak dira hirugarren gogokoena. Aipatu beharra dago azken espazio horiek oraindik ez direla erabat suspertu pandemiaren ondoren, eta ez dakigu zer gertatuko den epe ertain eta luzera.
- Gainerako legez kanpoko drogen kontsumoaren ehunekoak oso txikiak dira.
- Kezagarria da psikofarmakoen goranzko joera (errezetarekin eta errezetarik gabe).
- Hiru substantziarik kontsumituenean (alkoholak, tabakoak eta kalamuak) duten arriskuaren pertzepzioari dagokionez, generoaren arabera ez dago alde esanguratsurik ezein kasutan.
- Hala ere, arriskuaren pertzepzioa desberdina da kontsumoa ohikoa ala aldizkakoa den kontuan hartuta. Izan ere, alkohola, tabakoa eta kalamua arriskutsuagotzat hartzen dira kontsumoa areagotzen eta egonkortzen den neurrian.
- Kalamuaren kasuan, arriskuaren pertzepzio hori handixeagoa da. Hala ere, kalamuaren kontsumoa normalizatuta dago gure gizartean.
- Legez kanpoko gainerako substantziek duten arriskuaren pertzepzioa oso handia da, ohiko kontsumoaren zein aldizkakoaren kasuan.

Substantzien eskuragarritasuna

- Parte hartu dutenen pertzepzioaren arabera, errazen eskura daitekeen substantzia alkohola da. Tabakoa eta kalamua ere erraz eskura daitezke.
- Normalean, adin nagusikoengana jotzen dute lortzeko. Horrek adierazten du adingabeentzat ez dela erraza zuzenean beraiei sal diezaieten.
- Legez kanpoko gainerako substantzien kasuan, lortzea zailagoa dela uste dute.

Substantzien kontsumoa familia-ingurunean

- Erdiek baino gehiagok adierazi dute beren familia-ingurunean tabakoa kontsumitzen dela, batez ere beste senide bizikide batzuek eta, neurri txikiagoan, aitak edo amak.
- Alkoholaren kontsumoarekin antzekoa gertatzen da. Gainerako substantziak baino gehiago kontsumitzen da, baina, kasu honetan, anai-arrebak aipatzen dituzte.
- Kalamua askoz gutxiago kontsumitzen da, eta azpimarratu beharra dago kasu horretan ere anai-arrebek kontsumitzen dutela nagusiki.
- Psikofarmakoak ere aipatu behar dira. Izan ere, etxeko kontsumoak arestian aipatu ditugunak baino askoz txikiagoak badira ere, datozen urteetan nabarmenki gora egingo dutela uste dute.

Ezagutza-maila

- Inkesta egin duten ikasleen hiru laurdenen ustez, ongi edo erdizka informatuta daude. Neurri handian, seguruenik, urtero garatzen diren eskola-prebentzioko programei esker.
- Horri lotuta, informazioa jasotzeko modurik komenigarriena ikasgelan bertan hitzaldiak eta ikastaroak ematea dela iruditzen zaie.

Substantzien kontsumoari lotutako portaerak

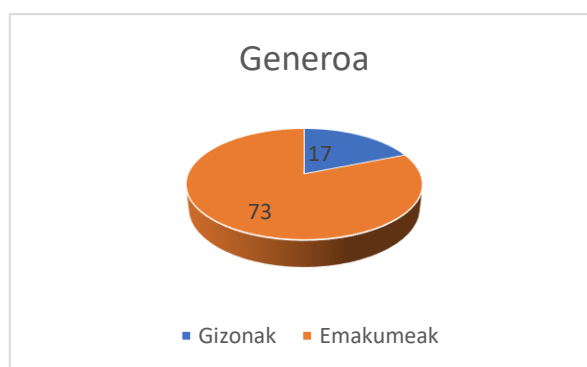
- Erdiek baino gehiagok lotzen dituzte jokabide disruptiboak edo problematikoak kontsumoarekin.
- Gainera, bi aldagai horiek (kontsumoak eta arazoak) lotzen dituztenen ehunekoa oso handia da. Liskarrak eta eztabaidak aipatu dituzte batez ere, baina beste batzuk ere bai, hala nola arazoak poliziarekin, ekintza bandalikoak eta trafiko-istripuak.
- Bitxia bada ere, nahi ez diren sexu-harremanen edo babesik gabekoen arazoa gutxiagotan aipatzen da edota ez da besteak adina identifikatzen kontsumoarekin.

HERRITARREI EGINDAKO KONTSULTEI BURUZKO TXOSTENA

Eibarko Adikzioen Prebentziorako eta Osasunaren Sustapenerako Plana lantzeko, inkesta bat egin zaie Eibarko adin nagusiko herritarrei, adikzioen fenomenoari buruzko informazio interesgarria biltzeko: kontsumoen eta haiei lotutako arriskuen inguruko pertzepzioa, egiten dituzten proposamenak eta abar.

Informazio hori WhatsApp aplikazioaren bitartez Eibarko 18 urtetik gorako eta adin-tarteetan banatutako pertsona anonimoei ausaz bidalitako online galde-sorta baten eta telefono-deien bidez bildu ahal izan da. **Guztira, 90 kontsulta egin dira; haietatik, 43 telefonoz egin dira, eta 47 online.** Guztira, 17 gizonak eta 73 emakumeak parte hartu dute.

	18-30	31-45	46-60	61etik gora	GUZTIRA
PERTSONA KOPURUA	10	13	41	26	90



Ondoren, egindako kontsultetan jasotako ondorioen laburpena eskainiko dugu:

EIBARREN ADIKZIOEN PREBENTZIORAKO ETA OSASUNAREN SUSTAPENERAKO DAGOEN PLANAREN BERRI BADUTEN GALDETUTA, parte-hartzaileen % 30ek adierazi dute ezagutzen dutela, eta % 70ek, berriz, ez dutela ezagutzen.

OSASUNAREN SUSTAPENARI ETA ADIKZIOEN PREBENTZIOARI LOTUTAKO PROGRAMARIK EDO JARDUERARIK EZAGUTZEN DUTEN GALDETUTA, parte-hartzaileen erdiek baino gehiagok (% 54,4k) jaietako alkoholemia-karpak ezagutzen dituztela adierazi dute, eta % 40k, berriz, adikzioen prebentziorako eta osasunaren sustapenerako egin diren beste kanpaina batzuk ezagutzen dituztela.

Bestalde, parte-hartzaileen % 40k gurasoei zuzendutako hitzaldietan ("Gurasoak martxan") eta tabakoaren inguruko ekintzetan (kerik gabeko ikasgelak, Osakidetzak edo beste erakunde batzuek tabakoarekiko mendekotasuna gainditzeko egindako ekintzak, sentsibilizazio-kanpainak eta kerik gabeko eremuak) parte hartu dute edota parte hartu duen norbait ezagutzen dute.

EIBARKO HERRITARREK HAUTEMANDAKO KONTSUMORIK OHIKOENI BURUZ GALDETUTA, alkohola dago beste substantzia guztien gaitetik: parte-hartzaileen % 90ek uste dute alkohola dela beren ingurunean pertsonen gehien kontsumitzen duten substantzia. Haren atzetik, tabakoa eta kalamua dira, parte-hartzaileen pertzepzioaren arabera, substantziarik kontsumituenak (% 56,7k aipatu dituzte). Legez kanpoko beste substantzia batzuk (kokaina, anfetaminak, LSDa eta abar) kasuen % 22,2tan aipatu dira ohiko gisa.

Era berean, parte-hartzaileen pertzepzioaren arabera, alkohola da substantziarik kaltegarriena (% 70ek aipatu dute). Inkesta egin duten pertsonen erdian ustez, "beste droga batzuk" taldea da kaltegarriena pertsonentzat. Eta % 34,4k eta % 36,3k, berriz, substantziarik kaltegarrienak tabakoa eta kalamua direla adierazi dute, hurrenez hurren.

Parte-hartzaile gehienek adierazi dutenez, 19-30 urteko gazteak dira Eibarren drogen kontsumoak gehien kaltetzen dituenak. Haien atzetik, nerabeak aipatu dituzte (% 43,3k). Bestalde, % 28,9k erantzun dute helduak direla kaltetuenak, eta % 11,1ek, berriz, adinekoak.

KONTSUMOEK GENEROAREN ARABERA DUTEN ALDEARI BURUZ GALDETUTA, inkesta egin duten pertsonen % 30ek iradoki dute badaudela aldeak generoaren arabera, eta gainerako % 70ak, berriz, ez du alde handirik ikusten emakumeen kontsumoaren eta gizonenaren artean.

Generoaren araberrako aldeak hauteman dituzten pertsonen aipatu dute emakumeek gizonen baino tabako eta alkohol gehiago kontsumitzen dutela. Beste batzuen ustez, berriz, ondorioak desberdinak dira gizonen kasuan eta emakumeen kasuan, drogen aukeraketa desberdina da, eta kontsumo-mailak desberdinak dira (gizonen emakumeek baino kantitate handiagoak kontsumitzen dituzte). Azken faktore hori –kantitatea– da gehien aipatu dena, eta gizonen izatearekin, lanarekin eta gizartearekin lotu dute. Batzuek zehaztu dutenez, gizonen alkohol, speed, kokaina, ketamina eta abar gehiago kontsumitzen dute, eta, emakumeek, arestian adierazi dugunez, tabako eta alkohol gehiago.

Beste iruzkin batzuk kontraesankorrak dira, hala nola Eibarren, beste udalerri batzuetan ez bezala, erabat sozializatuta dagoela adineko emakumeek alkohola publikoki edatea, eta, aldi berean, emakumeek neurri handiagoan kontsumitzen dutela bakarka.

Alderik hautematen ez dutenen taldearen barruan, azpitalde batek adierazi du aldeak oso txikiak direla eta bi generoak parean daudela, edo ia parean. Parte-hartzaile askok adierazi dute "gaur egun ez" eta "aldeak gero eta txikiagoak dira", aditzera emanez lehen alde handiagoak zeudela. Hala ere, ez dute azaldu bilakaera horren arrazoia.

EIBARREN JOKOA (kirol-apustuak, erruleta, txanpon-makinak eta abar) ADIKZIO-ARAZOA OTE DEN GALDETUTA, 1etik 10erako eskala batean, pertsonen ehunekorik handiena 5-10 tartean kokatuta dago, eta 7 eta 8ko puntuazioak dira nagusi (kasuen % 17,8tan eta % 27,8tan, hurrenez hurren). Beraz, horren inguruko kezka bada goela ondoriozta dezakegu.

ASTEAN APUSTURIK EGITEN DUTEN ALA EZ GALDETUTA, baietz erantzun dutenak % 21,1 izan dira. Astean apustuak egiten dituen talde horren barruan, gehienek (% 80k) 5 eurotik beherako gastua egiten dute. Gainerakoek, berriz, 5-20 euroko gastua egiten dute astean.

SARE SOZIALEN EDO INTERNETEN ERABILERAK EZTABAIDAREN BAT EKARRI OTE DIEN GALDETUTA, % 80-85ek erantzun dute inoiz ez diela gatazkarik ekarri, eta inoiz ez dela eztabaidatzeko arrazoia izan familia-ingurunean, gizarte-ingurunean eta lan-ingurunean. % 13,3k adierazi dute zenbaitetan

ekarri diela eztabaidaren bat familia-ingurunean, % 8,9k gizarte-ingurunean eta beste % 8,9k lan-ingurunean. "Beti" ekartzen diela adierazi dutenen ehunekoa ez da esanguratsua (% 1,1, familia-ingurunean baino ez).

EGUNEAN SARE SOZIALETAN ETA/EDO INTERNETEN EMATEN DUTEN DENBORARI BURUZ GALDETUTA, kontsultatutako pertsona gehienak ordubetetik beherako eta 1-2 orduko denbora-tarteetan kokatuta daude (% 32,2 bi kasuetan). Beste % 24,4k 2-3 ordu ematen dituzte egunean sare sozialetan eta/edo interneten. 4-5 orduko eta 5 orduetik gorako tarteetan daudenak, berriz, gutxienak dira (% 3,3 eta % 2,2, hurrenez hurren). Halaber, ehuneko txiki batek (% 4,4k) ez du inoiz sare sozialik eta internet erabiltzen. Hori erantzun dutenak inkesta egin duten adineko batzuk dira, telefono mugikorrean internet ez dutenak eta etxean ordenagailurik ez dutenak.

BIDEOJOKOETAN ARITZEKO MAIZTASUNARI BURUZ GALDETUTA, % 90ek adierazi du ez duela inoiz edo ia inoiz jokatzeko, % 6,7k egunero edo ia egunero jokatzeko, % 1,1ek 3-4 egun astean, eta % 2,2k 1-2 egun astean.

Hilean bideojokoetan inbertitzen edo gastatzen duten diruari dagokionez, parte-hartzaileen % 5ek 10 euro baino gutxiagoko gastua egiten dute, eta % 95ek ez dute dirurik inbertitzen eta gastatzen bideojokoetan.

Kontuan hartu behar da inkesta egin duten gazteak gutxi direla gainerako adin-tarteetako pertsonen aldean, eta seguruenik adierazitako datuek zerikusi handia dute horrekin.

SARE SOZIALETAN DENBORA-TARTERIK HANDIENA EMATEN DUEN KOLEKTIBOARI BURUZ GALDETUTA, nerabeena aipatu da nagusiki (kasuen % 71,1etan). Gazteen kolektiboa kasuen ia erdietan aipatu da (% 47,8tan). Helduak eta adinekoak, berriz, neurri txikian aipatu dituzte galdera honetan (kasuen % 10etan eta % 2,2tan, hurrenez hurren).

ADIKZIO-PORTAEREK GENEROAREN ARABERA DUTEN ALDEARI BURUZ GALDETUTA, erantzunak honela banatu dira: aldeak badaudela erantzun dutenak % 32,2 dira, alderik ez dagoela erantzun dutenak % 34,4, eta % 33,3k ez dakite edo ez dute erantzun.

Aldeak daudela adierazi duten pertsonen taldean, askok aipatu dute gizonak emakumeek baino joera handiagoa dutela portaera horiek agertzera. Eta, batez ere, apustuak egiten dituzten gizonak emakumeak baino gehiago direla (batzuek zehaztu dute apustuak kirolari lotuta daudela) eta emakumeek baino gehiago jokatzeko dutela (ausazko jokoak, bideojokoak eta abar). Horri dagokionez, batzuek adierazi dute publikoki hori ikusten dela, baina agian emakume gehiago aritzen direla horretan, hain agerian ez bada ere.

Interneten eta sare sozialen erabilera, bestalde, emakumeengan (eta, batez ere, gazteengan) ohikoagoa dela adierazi dute gehienek.

Galdera horren aurrean ez dakitela erantzun duten edo erantzun ez duten pertsonak herenak (hau da, pertsona kopuru handia) izateak agian esan nahi du portaera-adikzioen fenomenoak ez dela gertatzen, beste substantzia batzuei lotutakoa bezala, maila ageriko edo publiko batean, ingurune pribatuago edo ezkutuago batzuetan baizik. Izan ere, ingurune horietan pertsonen identitateak ez dira agerian geratzen, eta, beraz, ez da hain bistakoa horrelako jokabideak gertatzen direnik.

ADIKZIOAK MURRIZTEN LAGUNTZEKO IRADOKITZEN DITUZTEN PROGRAMEI EDO EKINTZEI BURUZ GALDETUTA, hezkuntzari, prebentzioari eta informazioari lotutako proposamenak eta aisia- eta kirol-aukerak sustatzekoak azpimarratu dituzte.

Lehen proposamen-taldeari dagokionez, parte-hartzaileek nabarmendu dute **hezkuntza funtsezkoa dela adikzioak murrizteko. Ikasgelako hezkuntza zein etxeko hezkuntza** beharrezkoak direla eta, beraz, herritar guztiei zuzenduta egon beharko luketela adierazi dute. Hala ere, gehienek haurrak eta nerabeak aipatu dituzte bereziki, era horretan hezkuntzak prebentzio-izaera izango baitu.

Portaera-adikzioen inguruko nolabaiteko kezka hautematen da, eta, zehazki, gazteek erabiltzen dituzten teknologia berrien erabileraren ingurukoa. Hori dela eta, teknologia horien kontsumo arduratsuari lotutako hezkuntza eskatzen dute.

Lan hori egiteko bideei dagokienez, **ikastetxeetako tailerrak eta hitzaldiak** izatea iradoki dute.

Era berean, jendeari informazioa emateko eta problematika agerian uzteko beharra azpimarratu dute. Hori lortzeko, **publizitate-kanpainak, hitzaldiak eta herritar guztiei zuzendutako ikastaroak** izango lirateke bideak.

Adierazi dutenez, adikzio bat izan duten edo duten pertsonen **testigantzak** entzutea aukera egokia izan liteke jendea adikzioek pertsonen bizitzan izan ditzaketen ondorioen inguruan kontzientziatzeko.

Bigarren proposamen-talde nagusiak aisia- eta astialdi-jarduerak eta kirolaren eta bizitza osasungarriaren sustapena ditu ardatz.

Oro har, **kirol- eta kultura-jarduera gehiago** eskatzen dira. Halaber, kirol-eskaintzak zabaltzeko eskatu dute, beti berak izan ez daitezen (dantza, antzerkia, patinajea, xakea, pintura, liburutegia eta abar). Pertsona batzuek aire zabaleko jarduerak egiteko eskatu dute.

Amaitzeko, pertsona askok aipatu dute adikzioak murrizteko beharrezkoak direla **debekuak eta murrizketak**. Alderdi hori lege-izaerakoa bada ere, interesgarria izan daiteke pertsona horien proposamenak ezagutaraztea: apustu eta ausazko jokoen etxeak ixtea, substantzien salerosketa debekatzea, kontsumitzera eta joko eta apustuetan aritzera bultzatzen duen publizitatea debekatzea, eta establezimendu espezializatuen sarreran kontrol handiagoak ezartzea. Ildo berean, bideojokoen, telefono mugikorren, ordenagailuen eta abarren erabilera kontrolatzea eta mugak jartzea.

OSASUNA HOBETZEKO IRADOKITZEN DITUZTEN PROGRAMEI EDO EKINTZEI BURUZ GALDETUTA, aisiari eta kirolari lotutakoak azpimarratu dituzte batez ere.

Planteatu dituzten aisia- eta astialdi-jardueren artean, honako hauek daude: talde-irteerak, naturarekin kontaktuan egiteko jarduerak, lorezaintza, konpainian paseatzea, zaborra biltzea eta zuhaitzak landatzea.

Batzuek azpimarratu dute adin-tarte guztietako pertsonentzat planteatu behar direla eta ordutegiakin bateragarriak izan behar dutela (adibidez, ordutegia lanaldiarekin bateragarriak izatea, lan egiten duten pertsonentzat badira), baita premiekin bateragarriak ere. Azken horri dagokionez, asmoa da jarduerak zailtasunak edo baldintza desberdinak (hala nola ikusmen- edo mugikortasun-arazoak) dituzten pertsonen beharretara egokituta egotea.

Aisiaren esparruan, nerabeei eta gazteei zuzendutako sormen- eta arte-jarduerak egitea planteatzen duten ideia interesgarri batzuk jaso dira. Adibidez, adierazpen artistikoko topaketak eta arteterapia-tailerrak sustatzea.

Beste proposamen batzuetan, hezkuntzaren eta herritarrei hitzaldien bidez informazioa ematearen garrantzia azpimarratu da.

Pertsona batzuek ildo horretan azpimarratu dutenez, nutrizio-hezkuntza eta kirola garrantzitsuak dira bizi-ohitura osasungarriak sortzeko.

Halaber, gazteei informazioa helarazteko modua aipatu dute: garrantzitsua da gazteek erabiltzen dituzten bideak erabiltzea informazio hori iristen zaiela ziurtatzeko.

Adikzioak murrizteko proposamenen kasuan bezala, murriztea, desagerraraztea edo debekatzea iradokitzen da jasotako iruzkin batzuetan. Adibidez, kutsadura akustikoa eta trafikoa murriztea, edari alkoholadunen prezioak igotzea eta tabakoaren eta alkoholaren salmenta, apustu-etxeak eta abar debekatzea.

UDAL-SAILEN ETA UDAL-BALIABIDEEN EKARPENI BURUZKO TXOSTENA

Eibarko udalerriaren errealitatea ezagutu eta aztertu ahal izateko, hainbat elkarrizketa egin dira teknikari eta politikariek, elkarteekin, ikastetxeekin eta familiekin, haien iritziak eta burutazioak jasotzeko eta lantzen ari den planean txertatu ahal izateko.

Haien iritziaz gain, zer premia hautematen zituzten eta zer proposamen egin nahi zituzten jakin nahi genuen.

Ortzadarreko teknikari batek dinamizatutako elkarrizketa egituratu batzuen bidez, 9 topaketa egin dira honako udal-zerbitzu eta baliabide komunitario hauekin:

- Eibarko Udaleko Gizartekintza Saila (6 pertsona).
- Eibarko Udaleko Kultura eta Gazteria Saila (3 pertsona).
- Eibarko Udaltzaingoa eta lege-aholkularia (2 pertsona).
- Ertzaintzaren Hurbiltzailea (pertsona 1).
- Prebentzio Medikuntzako eta Osasun Publikoko Zerbitzua (pertsona 1).
- Alkoholiko Anonimoen Elkarte (pertsona 1).
- Jokalari Anonimoen Elkarte (11 pertsona).
- Ikastetxeak (4 pertsona).
- Guraso Elkarteak (2 pertsona).

Eman duten informazioa eta gehien aipatu dituzten iritziak ondoren azalduko ditugu.

SUBSTANTZIEN KONTSUMO PROBLEMATIKOAK ETA HAIEN ONDORIOAK

Pandemiaren ondoren, eta normaltasuna berreskuratzearen sententzioarekin, gehienek aipatu dute duela urte batzuk genuen bizitzara itzultzen ari garela. Gaur egun, erabat berreskuratu da lagunekin ostalaritza-establezimenduetan egoteko ohitura, eta adierazi dutenez, alkoholaren eta kalamuaren kontsumoak normalizatuta jarraitzen du. Gainera, gehieni deigarria iruditzen zaie udalerriko eremu jakin batzuetan ostalaritza-lokaletako terrazek duten azalera handia.

Informazio hori guztia era zehatzagoan emango dugu, substantziaz substantzia:

Alkoholaren kontsumoa

Elkarrizketa egin duten pertsona gehienek aipatu dute alkoholaren kontsumoa oso zabaldua dagoela eta pandemiaren aurreko kontsumoetara itzuli garela, horren inguruko ohitura batzuk aldatu egin direla badirudi ere.

Terrazek hartzen duten espazio publikoa zabaldu egin zen Covid-19ari aurre egiteko neurriekin, eta berdin jarraitzen dugu. Zenbait kasutan, uste dute bide publikoa neurritz kanpo betetzen ari direla, eta askotan ematen den irudia ez dela egokiena.

Gazteen artean, litroak egitea oso ohikoa da oraindik. Gazteen lonjak pixkanaka berreskuratzen ari badira ere, lonja aktiboen kopurua pandemiaren aurreko aldi baino txikiagoa da, eta kuadrilla asko parkeetan eta eremu urrunetan biltzen dira alkohola edateko, erretzeko eta denbora pasatzeko.

Bestalde, aipatu dute lehen murrizketek agerian utzi zutela pertsona askok alkoholarekin duten arazoa. Hasieran, kalera irteteko aukerarik ez zegoenez gero, asko alkohola erosten eta etxean kontsumitzen hasi ziren, eta ohitura horrekin jarraitzen dute oraindik.

Genero-ikuspegiari dagokionez, gehienek aipatu dute jaietako eta aisiako erabileretan ez dagoela alderik; neurri berean kontsumitzen da alkohola. Alkoholismo-arazoak, ordea, gizonen kasuan ohikoagoak edo agerikoagoak direla uste dute. Adierazi dutenez, emakumeen alkoholismoa ezkutuago dago. Alkoholiko Anonimoen elkarteak adierazi du gaur egun alkoholarekin arazoak dituzten gizonen kopurua eta emakumeena antzekoa dela.

Herritarren segurtasun-arloan aipatu denez, indarkeria-egoeretan, lapurretetan eta abar jardun behar duten kasu askotan, maiz agertzen da alkoholaren eta beste substantzia batzuen kontsumoa.

Gauza bera gertatzen da genero-indarkeriako kasuetan, baina ez dute garbi ikusten alkohol-arazoen indarkeria-egoerak eragiten dituzten ala alderantziz.

Ikastetxeen eta familien pertzepzioaren arabera, alkoholaren kontsumoen inguruan muturreko bi egoerak agertzen dira: alkoholaren kontsumo handiak (eta askotan graduazio handiko edariak) edo kontsumorik eza.

Tabakoaren kontsumoa

Pertsona gehienek pertzepzioaren arabera, tabakoaren kontsumoak behera egin du azken urteetan. Eta ikastetxeek berretsi egin dute hori. Izan ere, gaur egun ikasle gehienek tabakorik kontsumitzen ez dutela adierazi dute. Hala ere, gazteen kasuan, bapeoa indarra hartzen ari da.

Prebentzio Medikuntzako eta Osasun Publikoko Sailak adierazi du gaur egun tabakoarekiko mendekotasuna gainditzeko taldeak online egiten direla, parte-hartzaileen batez besteko adina 30-45 urte dela, eta gehienek emakumeak direla, emakumeen kopuruaren eta gizonen kopuruaren arteko aldea esanguratsua ez bada ere.

Sail horren ustez, tabakoaren Legeari eta azken urteetan hartutako neurriei esker, erretzaileen kopurua murriztea lortu da.

Kalamuaren kontsumoa

Alkoholarekin batera, kalamua da kezkarik handiena sortzen duten substantzietako bat. Elkarrizketa guztietan aipatu da kalamuaren kontsumoa erabat normalizatuta dagoela, bai bide publikoan, bai terrazetan, eta horrek eragin dezakeela gazteen kasuan arriskuaren pertzepzioa txikia izatea.

Era berean, aipatu dute adin ertaineko pertsonengan kalamuaren kontsumoa oso zabaldua eta normalizatuta dagoela eta naturaltasunez kontsumitzen dela, baita seme-alaba adingabeen aurrean ere.

Generoari dagokionez, mutilen kontsumoa neskena baino zabalduago dagoela pentsatzen da, profil jakin batzuetan kontsumoa oso antzekoa bada ere.

Ikastetxeek aipatu dutenez, ikastetxe askotan ez da ikasleen kontsumorik hautematen. Ikastetxe horiek uste dute gaur egun duela urte batzuk baino gutxiago kontsumitzen dela. Beste ikastetxe batzuek, berriz, ez dute horrelako alderik hauteman, baina kontsumoa egonkortu egin dela adierazi dute. Fenomeno horrek kezka sortzen du, eta ikastetxeetan landu egiten da, garrantzitsutzat hartzen baitute ikasleek kontsumoaren ondorioak eta arriskuak ezagutzea.

Ertzaintzaren Hurbiltzaile zerbitzuak eta Udaltzaingoak adierazi dutenez, ikastetxeen edo herritarren abisuak jasotzen dituztenean jarduten dute kalamuaren kontsumoari lotutako egoeretan. Ikastetxeen inguruak zaintzen dituzte, eta ikastetxeekin zuzenean harremanetan eta koordinatuta daude. Oso positibotzat hartu dute gaur egun hezkuntza-baliabideekin duten harremana.

Beste substantzia batzuen kontsumoa

Beste substantzia batzuei dagokienez, gehienek adierazi dute datu gutxi dituztela. Hala ere, Udaltzaingoak, Hurbiltzaile zerbitzuak eta Gizartekintza Sailak adierazi dute beste substantzia batzuk ere kontsumitzen direla, hala nola kokaina, speeda eta heroina.

Haien ustez, kokainaren kontsumoa hedatu samar dago, bereziki adin ertaineko pertsonen kasuan, eta ez soilik jai-giroan. Aipatu dutenez, zenbait kasutan oso lotuta dago alkoholaren gehiegizko kontsumoekin eta jokoari lotutako arazoekin.

Halaber, kezka agertu dute psikofarmakoen kontsumoaren inguruan, batez ere emakumeen eta neska gazteen kasuan. Haien ustez, gaur egun psikofarmakoen kontsumoa, askotan pandemiari lotua, gehiegizkoa da, eta zenbaitetan medikuarekin hitz egin gabe kontsumitzen dira. Dirudienez, kontsumo hori normalizatzen ari da pixkanaka, eta datu horrek kezka eragin beharko liguke.

Gazteenen kasuan, edari energetikoen kontsumo zabaldua eta normalizatua kezka sortzen hasi da. Aipatu denez, edozein ordutan kontsumitzen dute, ez dute lortzeko arazorik, eta ez dira benetan jabetzen edari horien ondorio eta arriskuez.

Generoari dagokionez, legez kanpoko substantzien kontsumo gehienak handiagoak dira gizonen kasuan. Psikofarmakoen kasuan baino ez dute uste emakumeen kontsumoa gizonena baino handiagoa denik. Ikastetxeek aipatu dutenez, gaur egun ondoez emozional handia ikusten dute gazteengan, eta neska asko tratamenduan daude antsietateagatik edo depresioagatik.

Substantziarik gabeko adikzioak (online jokoak, kirol-apustuak, Internet)

Haxe da familietan eta ikastetxeetan kezkarik handiena sortzen ari den gaia. Batez ere interneten, sare sozialen eta bideojokoaren gehiegizko erabilera.

Askok aipatu dute helduek ez dituztela kontrolatzen eta ikuskatzen erabilera horiek. Gailu horiek oso goiz oparitzen zaizkie haurrei, eta askotan gizarteak egiten duen presioagatik gertatzen da hori. Hori justifikatzeko, internet duen telefonorik gabe gazteak lagun taldeetatik kanpo gera daitezkeela esaten da.

Gizartekintza Sailak adierazi duenez, interneten erabileraren ondoriozko arazoak oso ohikoak dira espediente ireki bat duten familietan.

Kezka handi samarra eragiten dien beste gai bat bideojokoena da. Ikastetxeek aipatu dutenez, ezagutzen dute bideojokoetan dirua gastatu duten adingabeen kasuren bat, eta uste dute diruarekin jokatzeko lehen urratsa izan daitekeela hori.

Aipatu dutenez, askotan goizaldeko ordu txikitara arte geratzen dira jokatzeko, txateatzen eta abar, eta horrek eragina du loaren kantitatean eta kalitatean, eta, beraz, eguneroko bizitzako beste jarduerara batzuetan ere bai, hala nola eskola-errendimenduan. Batzuk berandu eta nekatuta iristen dira eskolara, edota ez dira lehen orduetan agertzen.

Udaltzaingoak eta Hurbiltzaile zerbitzuak aipatu dutenez, adingabeak joko-aretoetan eta apustu-etxeetan sartzeko aukera kontrolatu samar dago. Tabernetan, erraztasun handiagoak dituzte apustuak egiteko, baina uste dute arazorik handiena internet dela. Aipatu dutenez, oso zaila da hori kontrolatzea, eta adingabeek zailtasun handirik gabe joka dezakete dirua interneten.

Topaketa batean baino gehiagotan aipatu denez, esku-hartzeen xede diren eta substantziaren batekiko adikzioa duten pertsona askok jokoarekin ere arazoak dituzte.

Jokalari Anonimoen elkarteak aipatu duenez, azken urte hauetan interneteko jokoak gora egiten ari dira. Elkartekide gehienek arazoak izan dituzte txanpon-makinekin, eta zailtasunak ikusten dituzte interneten jokatzeko ari diren gazteengan iristeko. Azpimarratu dute oso garrantzitsua dela familiak inplikatzeko. Hori dela eta, beren topaketetan elkarrekin parte hartzen dute adikzio-arazoak dituzten pertsonak eta familiek.

Generoari dagokionez, aldeak ikusten dituzte, oro har. Adibidez, sare sozialek (Instagram, Tik-Tok...) indar handiagoa dute nesken kasuan, eta bideojokoek, ausazko jokoek eta kirol-apustuek, berriz, arrakasta handiagoa dute mutilen kasuan.

EKINTZEN ETA EKARPENEN PROPOSAMENA

Familiekiko esku-hartzeak

Elkarrizketa askotan, familiei zuzendutako hitzaldiak eta prestakuntzak ezagutzen dituzten eta haietan parte hartu duten pertsonak adierazi dute funtsezkoa iruditzen zaiela hitzaldi eta prestakuntza horiekin jarraitzea. Haien ustez, garrantzitsua da familiak inplikatzeko, haiei tresnak ematea eta partekatzeke eta gogoeta egiteko espazioak sortzea.

Aipatu dutenez, familia funtsezko zutabea da, eta prebentzioak arrakasta izateko, familiak esku-hartzean parte hartu behar du.

Espazio horiek antolatzeke, askotariko formulak planteatu dira, baina gehien aipatu direnetako bat ikastetxez ikastetxe antolatzea izan da. Uste dute errazagoa dela familiak beren erreferentziazko ikastetxeetara joatea.

Era berean, uste dute beharrezkoa dela kontrol-maila jakin batzuk finkatzea eta gurasoek muga garbi batzuk ezartzea, haiek egin behar baitute hezkuntza-lanik handiena.

Kontrol-neurriak

Kontsumo problematikoak murrizteke kontrol-neurriek dagokienez, adingabeen kasuan alkoholaren salmenta neurri handiagan zaintzea (batez ere dendetan) eta tabernetan adingabeengan jokabide arriskutsuak eragiten dituzten apustu-makinen ikuskapena areagotzea proposatzen da. Halaber, nagusiki apustu-lokalei erreparatzea proposatzen da.

Agertutako pertzepzioaren arabera, oso erraza da edozein substantzia lortzea (legezkoa zein legez kanpoko) edo diruarekin jokatzeko. Era berean, gaur egun substantziak oso merke daudela eta horrek gazteei eskuragarritasuna errazten diela pentsatzen da.

Aisia eta astialdi osasungarrirako aukerak

Talde askok aipatu dute kirola oso garrantzitsua dela babes-faktore gisa. Eibarren kirol-diziplina ugari daude, eta uste dute oso garrantzitsua dela haurrak kirola egitera animatzea eta kirola sustatzea.

Puntu horri dagokionez, kezkarria iruditzen zaie nerabezaroan kirola egiteari uzten diotenen kopuruak gora egitea, bereziki nesken kasuan, eta uste dute garrantzitsua izango litzatekeela jarraipena errazteke kanpainak abian jartzea.

Halaber, hainbat guneren garrantzia azpimarratu da, hala nola Gaztelekuarena. Aipatu denez, eskaintza oso erakargarria da, baina batzuek uste dute lekua oso mugatua dela Eibarko gazteentzat. Batzuek aipatu dute beren seme-alabek joateari utzi diotela, lekua txikia baita joaten den pertsona kopururako. Proposamen gisa, aipatu dute interesgarria izango litzatekeela gunea zabaltzea edo beste lokal bat irekitzea.

Sentsibilizazioaren eta kontzientziazioaren aldeko apustua

la bilera guztietan aipatu denez, hainbat hedabidek Udalak proposatzen dituen jarduerak eta programak zabaltzen dituzte. Uste dute garrantzitsua dela ildo horretatik jarraitzea, eta Jokalari Anonimoen elkarteak hedabide horietan haren bilera-egunak eta harremanetan jartzeko moduak argitaratzeko aukera planteatu du, beharra izan dezakeen jende gehiagorengana iritsi ahal izateko.

Zenbait kasutan aipatu da hedabide horiek gazteei mezuak eta kanpainak helarazteko ere erabil litezkeela.

Gizartekintza Sailak aipatu duenez, positiboa izan liteke, halaber, jarduera edo programa bat egiten den bakoitzean Udalaren Adikzio Planaren esparruan egiten dela adieraztea, jendea Planaren bidez egiten diren ekintzekin ohitu dadin eta haietaz neurri handiagoan jabetu dadin.

Azpimarratu dute oso garrantzitsua dela ikastetxeetan egiten ari diren programekin jarraitzea. Uste dute substantzien, portaera-adikzioen, sare sozialen eta interneten inguruan sentsibilizatzeko tailerrak funtsezkoak direla udalerriko haurrak eta gazteak hezteko eta haiei tresnak emateko.

Ikastetxeek aipatu dute interesgarria izango litzatekeela tailer horiek egonkorrak eta iraupen luzeagokoak izatea. Era horretan, emaitza hobeak lor litezke.

Kezka handia sortzen duen beste gai bat (ikastetxeetan batez ere) neska eta mutil askorengan ikusten den ondoez emozionala da. Antsietateari, depresioari eta ondoez emozionalari dagokienez, lehenago ikusi izan ez diren mailak agertzen ari dira, eta landu beharreko gaia dela uste dute. Hautematen dutenez, pertsona horiek ez dute nahiko tresnarik egoera askori aurre egiteko.

Halaber, garrantzitsua iruditzen zaie kontsumitzen hasteko adina atzeratu behar dela azpimarratzea. Aipatu dutenez, substantzia batzuek kalean normalizatuta egoteak eragotzi egiten du helburu hori, baina uste dute funtsezkoa dela hasteko adina atzeratzeko tresnak eskaintzea.

Garrantzitsua da Gazteria Zerbitzuak aisia-alternatibak eskaintzen jarraitzea, horrek aukera ematen baitie neska-mutilei interesatzen zaizkien jardueretan parte hartzeko eta aisia-denboraren zati bat jarduera horietan emateko. Horren bidez, murriztu egiten da substantziak kontsumitzeko eta jokoan aritzeko izan dezaketen astia.

Sareko lanaren eta lan koordinatuaren beharra

Oro har aipatu denez, lotura estua eta eraginkorra dago hainbat arloren artean (hala nola gizarte-zerbitzuak, ikastetxeak, herritarren segurtasuna, gazteria eta kultura). Hala ere, garrantzitsutzat hartzen dute kasu jakin batzuetan lotura hori sendotzea.

Kasu jakin batzuetan, burokrazia eta egin beharreko urratsak direla eta, baliteke prozesua moteltzea, eta uste dute interesgarria izango litzatekeela egoera jakin batzuetarako ibilbide-orriak sortzea, prozesua arintzeko eta ahal bezain laster erantzun egokia emateko.

Jokalari Anonimoen elkarteak aipatu du interesgarria izango litzatekeela Gizartekintza Sailak elkarte horri buruzko informazioa eskaintzea, laguntzaren beharra dutenentzat.

Aurreko Planean jasotakoa oro har ezagutzen ez badute ere, ezagutzen dituzten edota parte hartu duten eta udalerriko aurreko Planaren barruan egin diren ekintza batzuk aipatu dituzte.

Azkenik, komunitateari oro har zuzendutako jarduerak abian jartzen jarraitzearen garrantzia azpimarratu dute: herriko jaien, San Andres jaien edo beste egun seinalatu batzuen inguruko jarduerak.

ILDO ESTRATEGIKOAK ETA EKINTZEN PROPOSAMENA

Osasuna sustatzeko eta adikzioak prebenitzeko tokiko plan batek honako jardukera-ildo hauei eman behar die lehentasuna:

Eskaintzaren kontrola	Eskaintzaren murrizketa bultzatzea, drogen trafikoa, apustu-etxeak eta ausazko jokoak kontrolatzea eta alkoholaren eta tabakoaren sustapenari, publizitateari eta salmentari buruz dagoen araudia betearaztea.	
Eskariaren murrizketa	Prebentzio unibertsala	Babes-faktoreak eta jarrera eta ohitura osasungarriak bultzatzea, adikzio-portaerak saihesteko.
	Prebentzio selektiboa eta adierazia	Pertsona eta kolektibo kalteberen (eta, bereziki, gazteen) premietara egokitutako osasunaren prebentzioa eta sustapena eskubide gisa bermatzea.

Eta lehentasunez esku hartzeko espazio eta kolektiboekiko koherentziaz, bost esparrura zuzenduko da nagusiki:



ESKAINTZAREN KONTROLA

HELBURU OROKORRAK:

- Legezko drogen eskuragarritasuna mugatzea, eta kontsumoarekiko tolerantzia eta permisibitatearen beste ondorio negatibo batzuk murriztea.
- Alkoholaren, tabakoaren eta ausazko jokoaren eskuragarritasuna eta erabilera desegokia mugatzea.

ESTRATEGIAK	PROIEKTUA / JARDUERA	EKINTZA-ADIERAZLEAK
<p>1. estrategia: udalerrian substantzien kontsumoa murriztea poliziaren disuasio-izaerako jardunaren bidez, batez ere kontsumitzen den eta trafiko txikia dagoen eremuetan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Udaltzaingoaren eta Ertzaintzaren ikuskapenak kontsumitu ohi den eta trafiko txikia egon ohi den eremuetan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Esku-hartzeen kopurua • Zehapenen kopurua

<p>2. estrategia: Edari alkoholdunen, tabakoaren, ausazko joken eta kirol-apustuen publizitateari, sustapenari eta salmentari ezarritako mugak betetzen direla bermatzea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ostalaritza-establezimenduei eta saltokiei indarrean dagoen araudia betetzearen inguruan zuzendutako komunikazio- eta sentsibilizazio-kanpainak. • Udaltzaingoaren ikuskapen-lanak, adikzioei buruzko araudia bete dadin. 	<ul style="list-style-type: none"> • Banatutako materialen kopurua • Parte hartu duten lokalen kopurua • Ikuskapenen kopurua • Zehapenen kopurua
<p>3. estrategia: Adingabeei ausazko joken eskuragarritasuna mugatzea eta, era horretan, pertsona horiek babesten jarraitzea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Udaltzaingoaren ikuskapen-lanak, indarrean dagoen araudia bete dadin. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ikuskapenen kopurua • Zehapenen kopurua

ESKARIAREN MURRIZKETA

PREBENTZIO UNIBERTSALA ETA SELEKTIBOA. ESKOLA-ESPARRUA

HELBURU OROKORRA:		
<ul style="list-style-type: none"> Babesteko eta ohitura osasungarriak sustatzeko faktoreak sustatzea eskola-inguruneke hezkuntza-prozesuaren bitartez. Kontsumitzen hasteko adina atzeratzea eta 18 urtetik beherako kontsumoak eta haiei lotutako arriskuak murriztea. 		
PREBENTZIO UNIBERTSALA		
ESTRATEGIAK	PROIEKTUA / JARDUERA	EKINTZA-ADIERAZLEAK
<p>1. estrategia: Lehen Hezkuntzako eta Bigarren Hezkuntzako ikasleekin osasun-hezkuntzako eta adikzioen prebentzioko proiektuak eta jarduerak egiten jarraitzea.</p>	<p>Lehen Hezkuntzako proiektua/jarduera:</p> <ul style="list-style-type: none"> Tabakoaren kontsumoaren prebentziolari buruzko tailerrak. Alkoholaren kontsumoaren prebentziolari buruzko tailerrak. Gizarte-trebetasunei eta konpetentzia emozionaleri buruzko tailerrak. Sare sozialen prebentziolari eta erabilera osasungarriari buruzko tailerrak. “Bizimodu osasungarriak” lehiaketa. <p>Bigarren Hezkuntzako proiektua/jarduera:</p> <ul style="list-style-type: none"> Alkoholaren kontsumoaren prebentziolari buruzko tailerrak. Sare sozialen erabilera osasungarriari buruzko tailerrak: ziberbullyinga. “Bizimodu osasungarriak” lehiaketa. 	<ul style="list-style-type: none"> Egindako tailerren/jardueren kopurua Parte hartu duten ikastetxeen kopurua Taldeen kopurua Parte-hartzaileen kopurua (sexuaren arabera banatua) Aurkeztutako materialen kopurua Aholkularitza-/kontsulta-eskaeren kopurua Gogobetetze-maila, galde-sortetan oinarrituta
<p>2. estrategia: Gaitasun emozionalak eta bizitzarako trebetasunak sendotzea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Eibarko adingabeen gaitasun emozionalak eta bizitzarako trebetasunak hobetzeko jarduerak, txikitatik. 	
<p>3. estrategia: irakasleei ikasgelan osasuna sustatzeko eta adikzioak prebenitzeko programak garatzea ahalbidetuko dieten aholkularitza, prestakuntza eta baliabideak ematea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Adikzioen prebentziolari buruzko prestakuntza espezifikoak, osasun-eragile gisa. Osasun-hezkuntzako eta adikzioen prebentzioko proiektu berrien proposamena (premien arabera hobekuntza eta berrikuntza). Baliabide didaktikoak eskaintzeko aholkularitza. 	

<p>4. estrategia: Planean jasotako jardueren jarraipena egitea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Eskola-ingurunean inplementatutako jardueren jarraipena eta ebaluazioa egiteko bilerak. 	
<p>PREBENTZIO SELEKTIBOA</p>		
<p>1. estrategia: arrisku-faktoreen ondorioak murriztu eta ikaslerik kalteberenengan babes-faktoreak sustatu ahal izateko proiektuak garatzen jarraitzea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alkoholaren kontsumoari lotutako arriskuak murrizteko programa (“ARRISKUA ALKOHOLA”). • Kalamuaren eta legez kanpoko beste droga batzuen kontsumoari lotutako arriskuak murrizteko programa (“ARRISKUA DROGAK”). • Kirol-apustuei eta online jokoei lotutako arriskuak murrizteko ekintzak. 	<ul style="list-style-type: none"> • Egindako tailerren kopurua • Parte hartu duten ikastetxeen kopurua • Taldeen kopurua • Parte-hartzaileen kopurua (sexuaren arabera banatua) • Aurkeztutako materialen kopurua • Aholkularitza-/kontsulta-eskaeren kopurua • Gogobetetze-maila, galde-sortetan oinarrituta
<p>2. estrategia: nerabeen eta gazteen gaitasun emozionalak sendotzea, batez ere psikofarmakoen kontsumoari dagokionez.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Psikofarmakoen kontsumoaren inguruan informatu eta/edo sentsibilizatzeko ekintzak, batez ere nesken kasuan. 	
<p>3. estrategia: Bigarren Hezkuntzako, Batxilergoko, Heziketa Zikloetako eta Oinarrizko Lanbide Heziketako irakasleei prestakuntza, aholkularitza eta orientazioa ematea, ikasleen kontsumoen kasuan behar bezala jokatzeko jakiteko.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Adikzioen prebentzioari buruzko prestakuntza espezifikoak, osasun-eragile gisa. • Adikzioen prebentziorako proiektu berrien proposamena (premien arabera hobekuntza eta berrikuntza). • Baliabide didaktikoak eskaintzeko aholkularitza. 	
<p>4. estrategia: Planean jasotako jardueren jarraipena egitea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Eskola-ingurunean inplementatutako jardueren jarraipena eta ebaluazioa egiteko bilerak. 	<ul style="list-style-type: none"> • Egindako bileren kopurua • Parte hartu duten ikastetxeen kopurua • Parte-hartzaileen kopurua

PREBENTZIO UNIBERTSALA ETA SELEKTIBOA. FAMILIA-ESPARRUA

PREBENTZIO UNIBERTSALA		
ESTRATEGIAK	PROIEKTUA / JARDUERA	EKINTZA-ADIERAZLEAK
HELBURU OROKORRAK:		
<ul style="list-style-type: none"> Adikzio-portaeren aurrean babes-faktoreak bultzatzea eta jarrera eta ohitura osasungarriak sustatzea, familia-inguruneko hezkuntza-prozesuaren bitartez. Familiak kalteberatasuna eta arrisku-baldintzak murrizteko trebatzea eta ahalduntzea. 		
PREBENTZIO UNIBERTSALA		
HELBURU OROKORRAK:		
<ul style="list-style-type: none"> Adikzio-portaeren aurrean babes-faktoreak bultzatzea eta jarrera eta ohitura osasungarriak sustatzea, familia-inguruneko hezkuntza-prozesuaren bitartez. Familiak kalteberatasuna eta arrisku-baldintzak murrizteko trebatzea eta ahalduntzea. 		
ESTRATEGIAK	PROIEKTUA / JARDUERA	EKINTZA-ADIERAZLEAK
1. estrategia: familientzako “Gurasoak Martxan” (Guraso Eskola) proiektua modu presentzian eta online egiten jarraitzea.	<ul style="list-style-type: none"> “Gurasoak Martxan” programa: landu beharreko edukien hautaketa (adin-tarte desberdinetara egokitua) eta ondorengo garapena. 	<ul style="list-style-type: none"> Egindako hitzaldien kopurua Parte-hartzaileen kopurua
2. estrategia: osasuna sustatzera eta adikzioak prebenitzera bideratutako ekintzak koordinatzea, guraso-elkarteekin batera.	<ul style="list-style-type: none"> Guraso-elkarteekiko koordinazioa eta lankidetzak. 	<ul style="list-style-type: none"> Topaketen kopurua
PREBENTZIO SELEKTIBOA		
ESTRATEGIAK	PROIEKTUA / JARDUERA	EKINTZA-ADIERAZLEAK
1. estrategia: teknologien eta ausazko jokoaren erabilera osasungarria sustatuko duten informazio- eta sentsibilizazio-programak garatzea.	<ul style="list-style-type: none"> Jokoaren eta teknologien erabilera desegokiari buruzko informazio-saioak, familiei zuzenduak. 	<ul style="list-style-type: none"> Egindako hitzaldien kopurua Parte-hartzaileen kopurua
2. estrategia: adikzio-arazoak dituzten pertsonak dituzten familiei eguneroko bizi-kalitatea hobetzeko tresnak eskaintzea.	<ul style="list-style-type: none"> Arreta eta/edo babes-adikzio-arazoak dituzten familientzat, bizi-kalitatea hobetzeko. 	<ul style="list-style-type: none"> Parte hartu duten familien kopurua
3. estrategia: familiei drogen kontsumo problematikoei eta beste adikzio batzuei lotutako gaietan informazioa, aholkularitza, deribazioa, baliabideak eta estrategia pertsonalak eta sozialak eskaintzea.	<ul style="list-style-type: none"> Familian esku hartzeko eta ingurune irekian hezteko programa. 	<ul style="list-style-type: none"> Kontsumo problematikoei dituzten familia parte-hartzaileen kopurua.

PREBENTZIO UNIBERTSALA ETA SELEKTIBOA. ESPARRU KOMUNITARIOA

PREBENTZIO UNIBERTSALA		
ESTRATEGIAK	PROIEKTUA / JARDUERA	EKINTZA-ADIERAZLEAK
HELBURU OROKORRAK: <ul style="list-style-type: none"> Herritarrei osasun-hezkuntzari eta adikzioen prebentzioari lotutako gaien inguruko informazioa eta aholkularitza eskaintzea. Bizimodu osasungarriak eta balio positiboak sustatzea jolas- eta prestakuntza-jardueren bidez. Adikzioak dituzten eta bazterketa-arrisku handia duten pertsonen osasun-baliabideak eta osasun-zerbitzuak eskuratzeko aukera erraztera eta areagotzera bideratutako proiektuak babestea. 		
1. estrategia: herritarrek Planean jasotako ekintzei buruz duten ezagutza-maila handitzea hedabideen bitartez.	<ul style="list-style-type: none"> Indarrean dagoen Adikzioen Plana ezagutzera eman eta zabaltzea. Udalaren webgunean eta sare sozial nagusietan adikzioen inguruko edukiak txertatzea. 	<ul style="list-style-type: none"> Egindako komunikazioen kopurua Aurkeztutako materialen kopurua
2. estrategia: espazio/ingurune osasungarriagoak sortzeko programa eta ekintza komunitarioen garapena bultzatzea.	<ul style="list-style-type: none"> Komunitateari zuzendutako sentsibilizazio- eta kontzientziazio-tailerrak. Osasuna sustatzeko kanpainak. Kanpainak komunikabideetan (prentsan eta irratian) eta informazio-buletinetan, online eta offline. Adin guztietara bideratutako kirol- eta sormen-jarduerak sustatzea. Psikofarmakoen erabilerari (emakumeen artean bereziki) buruzko informazio- eta sentsibilizazio-programak. Ausazko jokoen arriskuei buruzko informazio-kanpainak, herritarrei eta, bereziki, adingabeei zuzenduak. 	<ul style="list-style-type: none"> Egindako prestakuntza-ekintzen kopurua Egindako beste jarduera batzuen kopurua Parte-hartzaileen kopurua Aurkeztutako materialen kopurua
3. estrategia: sareko lana sustatzea aisia-alternatiba osasungarriak abian jartzeko (gazteekin diharduten arloak eta kolektiboak).	<ul style="list-style-type: none"> Gazteria- eta kultura-arloko arduradunekin koordinatzeko gunea: Gaztegunekak. Beren lana gazteria-esparruan prebentzio-eragile gisa egiten duten kolektiboekin koordinatzeko espazioa. 	

<p>4. estrategia: ingurumen-prebentzioko neurriak sustatzea, portaera osasungarriagoak bultzatuko dituzten giroak sortzeko.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • “Kerik gabeko herriak” estrategia inplementatzea. • Osasun Publikoaren eta Adikzioen Zuzendaritzak sustatutako beste kanpaina batzuk inplementatzea. 	
<p>PREBENTZIO SELEKTIBOA</p>		
<p>ESTRATEGIAK</p>	<p>PROIEKTUA / JARDUERA</p>	<p>EKINTZA-ADIERAZLEAK</p>
<p>1. estrategia: portaera-adikzioei arreta handiagoa eskaintzea osasun-eragileak prestatzearen bidez, adikzio horiek intzidentzia-maila handia baitute.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Teknologien erabilera desegokia eta jokoarekiko adikzioa lantzeko prestakuntza-programa espezifikoa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Egindako jardueren kopurua • Parte-hartzaileen kopurua • Aurkeztutako materialen kopurua

PREBENTZIO SELEKTIBOA. AISIA-ESPARRUA

HELBURU OROKORRA:		
<ul style="list-style-type: none"> Substantzien kontsumoari eta portaera-adikzioei lotutako arriskuen kudeaketan jarrera arduratsua sustatzea. 		
ESTRATEGIAK	PROIEKTUA / JARDUERA	EKINTZA-ADIERAZLEAK
<p>1. estrategia: jai- eta aisia-esparruetan arriskuen informazioari, prebentzioari eta murrizketari lotutako esku-hartzeak eta proiektuak sustatzea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Info-drogak guneak: aisia- eta jai-esparruan hainbat substantziari buruzko informazioa zabaltzea. Herriko jaietan prebentziozko alkohol-kontrolak antolatzea. Legez kanpoko substantziak testatzeko proiektua ("Testing"). 	<ul style="list-style-type: none"> Egindako ekintzen kopurua Parte hartu duten pertsonen kopurua Banatutako materialen kopurua
<p>2. estrategia: merkataritzako, ostalaritzako eta gaueko aisiako establezimenduetako langileak prestatzea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Alkohola arduraz saltzeko gida saltokientzat eta ostalaritza-establezimenduentzat. 	<ul style="list-style-type: none"> Parte hartu duten establezimenduen kopurua Parte hartu duten pertsonen kopurua Banatutako materialen kopurua
<p>3. estrategia: gazteen lonjetan esku-hartzeak eta prebentzio-lana egitea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Gazteen lonjetan (eta, bereziki, adingabeak biltzen direnetan) arriskuei buruzko informazioa ematera eta arriskuak murriztera bideratutako esku-hartzeak egitea, osasuna sustatzeko. 	<ul style="list-style-type: none"> Parte hartu duten lonjen kopurua Parte hartu duten pertsonen kopurua Banatutako materialen kopurua

PROFESIONALEKIKO KOORDINAZIOA ETA HAIENTZAKO LAGUNTZA

HELBURU OROKORRA:		
<ul style="list-style-type: none"> Adikzioen prebentziora zuzendutako zerbitzu eta baliabideen kalitatea hobetzea lankidetzaren, koordinazioaren eta sareko lanaren bidez. 		
ESTRATEGIAK	PROIEKTUA / JARDUERA	EKINTZA-ADIERAZLEAK
<p>1. estrategia: hainbat profesional eta elkarterekin egiteko jarduerak eta lankidetzak sustatzea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Udalerriko kultura- eta kirol-programazioa zabaltzeko koordinazio-espazioa. Adikzioen esparruan diharduten elkarte eta erakundeentzako babesak eta laguntza (Izan fundazioa, Alkoholiko Anonimoak, J.A.F.E...). 	<ul style="list-style-type: none"> Egindako jardueren kopurua Diruz lagundutako jardueren/zerbitzuen kopurua
<p>2. estrategia: osasun-ikuspegia udal-sail guztietan eta beste sistema batzuetako profesionalekin zeharka txertatzea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Tratamendu-zentroetara bideratutako kasu espezifikoaren jarraipena eta kontaktua. Sailaren barneko koordinazio-batzordeak. Gizarteratzeko eta laneratzeko zerbitzuetara bideratzea. Osasuna sustatzeko eta adikzioak prebenitzeko Tokiko Osasun Sarea abian jarri eta garatzea, hainbat arlotako eragileen parte-hartzearekin (lehen mailako arreta, hezkuntza, gizarte-zerbitzuak, farmaziak, ostalaritza eta abar). 	<ul style="list-style-type: none"> Egindako topaketen kopurua Bideratutako kasuen kopurua Tokiko Osasun Sarean parte hartu dutenen kopurua
<p>3. estrategia: arlo soziosanitarioarekin koordinatzeko espazioak sortzea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Orientazio- eta informazio-zerbitzua, adikzioak dituzten pertsonen bizi-kalitatea hobea bermatzeko. Tratamendu-zentroetara joateko laguntzak. Goiz detektatu eta esku hartzeko protokoloa betetzea. Helduei zuzendutako gizarte- eta hezkuntza-programa. 	<ul style="list-style-type: none"> Kontsulten/esku-hartzeen kopurua Eskainitako laguntzen kopurua eta guztizko zenbatekoak Parte hartu duten helduen kopurua Esku-hartzeen kopurua

PLANAREN JARRAIPENA ETA EBALUAZIOA

HELBURU OROKORRA:		
<ul style="list-style-type: none"> Gizartekintza Sailak indarrean dagoen Planaren jarraipena egitea. 		
ESTRATEGIAK	PROIEKTUA / JARDUERA	EKINTZA-ADIERAZLEAK
1. estrategia: Planaren jarraipena eta ebaluazioa egitea.	<ul style="list-style-type: none"> Jarraipen Batzordea eratzea. Planaren ebaluazioari buruzko urteko txostenak egitea, hobetzeko proposamenekin. Indarrean dagoen Planarekin bat etorriko den urteko plangintza bat egitea. 	<ul style="list-style-type: none"> Egindako bileren kopurua Parte hartu duten pertsonen kopurua Urteko txostenak Urteko plangintza