

ESKU-HARTZE KOMUNITARIOKO ETA OSASUNA SUSTATZEKO 2025 – 2030 PLANA

AURKIBIDEA

1.	ESPARRU TEORIKOA ETA ARAU-ESPARRUA.....	4
2.	PLANAREN JUSTIFIKAZIOA.....	8
3.	TXORIERRIKO ZERBITZUEN MANKOMUNITATEAREN 2019 – 2023 ALDIRAKO ADIKZIOEN ETA OSASUNA SUSTATZEKO PLANAREN EBALUAZIOA	10
4.	PLANAREN IRISMENA.....	18
5.	JARDUERA-ILDOAK.....	19
6.	EGITEKO EKINTZAK.....	22

ESKU-HARTZE KOMUNITARIOKO ETA OSASUNA SUSTATZEKO 2025-2030 PLANA

Gure ustez, Adikzioak Prebenitzeko Tokiko Plana programa eta jarduera egituratuen, koordinatuen eta planifikatuen multzo ordenatua da, eta dagokion udal-organoak onartutako dokumentu batean formalizatzen dira.

Txorierriko Mankomunitatearen Adikzioen eta Osasuna sustatzeko Planaren ezaugarri nagusiak hauek dira:

- Txorierriko Zerbitzuen Mankomunitateak eta hura osatzen duten udalerriek bultzatutako tresna da, eta, beraz, bertatik proposatzen diren ekintzak..
- Identifikatzen diren beharren zerbitzura.
- Helburu duen komunitatearen ahalik eta parte-hartze handiena sustatu behar du, egoeraren behar bezalako azterketa batetik abiatu ahal izateko.
- Helburua adikzioen fenomenoari osotasunean heltzea izango da, zentzurik zabalenean (legezkoak, legez kanpokoak eta jokabidezkoak).
- Tresna dinamikoa da, eta hura eragiten duen gizarte-egoerarekin batera aldatu behar da.
- Tresna bateratzailea, administrazioaren maila desberdinetatik emandako erantzunei eta zerbitzuetatik egindako ekarpenei koherentzia emateko gai dena, baliabideak errentagarri bihurtuz eta ekimenak harmonizatuz.
- Etengabeko ebaluazioa egiten zaio.
- Bi esku-hartze mailaren inguruan (unibertsala eta selektiboa) egituratzen diren estrategiak eta esku-hartzeak proposatzen ditu, jarduera-eremuetan banatuta (eskola, familia eta komunitatea). Koherentea Adikzioei buruzko Euskadiko VIII. Planarekin (2023-2027).
- Eskaria murriztera (arriskuak prebenitzera eta murriztera) bideratutako ekintzak jasotzen ditu, batez ere, bere eskumen-eremuan eskaintza gutxitzearekin eta kontrolatzearekin lotutako alderdiak ahaztu gabe.

1. ESPARRU TEORIKOA ETA ARAU-ESPARRUA

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

68. art. Udalen eskumenak: Adikzioei buruzko Tokiko Plana eta, oro har, arlo horretako programak eta jarduerak egitea, garatzea eta gauzatzea, lege honetan eta Euskadiko Adikzioen Planean jasotako preskripzioen arabera.

13/2023 Legea, azaroaren 30ekoa, Euskadiko Osasun Publikoari buruzkoa

33.c) eta 33.e) artikuluen arabera, foru- eta toki-erakundeei dagokie osasun publikoaren arloko plangintza, programazioa, koordinazioa eta ebaluazioa egitea, bai eta adikzioen arloko planak, programak eta jarduerak diseinatzea, egitea eta garatzea ere.

Euskadi 2030 Osasun Plana

Planak ez du esplizituki aipatzen adikzioen prebentzioa ardatz nagusi gisa, baina adikzioen prebentzioarekin lotzen diren hainbat estrategia txertatzen ditu, baina ez beti esplizituki.

Printzipio gidarieko lotura

- **Osasuna politika guztietan:** adikzioen prebentzioak sektore arteko ikuspegia eskatzen du, eta neurriak integratzen ditu hezkuntza-, lan- eta komunitate-eremuetan.
- **Osasun-arloko desberdintasunak murriztea:** mendekotasunek gehiago eragiten diete kolektibo kalteberei. Desberdintasun sozialei heltzeak kontsumo problematikoa prebenitzen laguntzen du.
- **Bizi-ibilbideko ikuspegia:** prebentzioa sustatzen da txiki-txikitik zahartzarora arte, nerabezaroari arreta berezia eskainiz, mendekotasuna sortzen duten substantziak kontsumitzen hasteko aldi kritikoa baita.
- **Garapen iraunkorrerako ekarpena:** adikzioen aurkako borroka bat dator gizarte-ongizatearen hobekuntzarekin eta osasun-sistemaren jasangarritasunarekin.

Helburu orokorreko lotura

- **Haurren eta nerabeen osasunaren garapena sustatzea:** horrek barne hartzen ditu drogen kontsumoa eta jokabide-adikzioak prebenitzeko hezkuntza-programak (online jokia, esaterako).
- **Zahartze aktiboa eta osasungarria sustatzea:** fokua gaixotasun kronikoetan egon ohi den arren, adineko pertsonen artean sendagaiak edo alkohola gehiegi hartzea bezalako arriskuei ere heltzen zaie.
- **Saihestu daitekeen morbidmortalitatea murriztea:** substantzien kontsumoa funtsezko arrisku-faktorea da gaixotasun eta istripuetan, eta, beraz, horien prebentzioak zuzenean eragiten du helburu horretan.

- **Osasun publikoaren sistema indartzea:** osasun-arretako sare sendo batek detekzio goiztiarra eta adikzioen tratamendua errazten ditu.

Gainera, **2024-2026 Jarduera Planak** arrisku-jokabideen prebentzioa indartzeko beharra aipatzen du, eta horren barruan sartzen dira substantzien abusua eta sortzen ari diren beste mendekotasun batzuk, hala nola teknologien gehiegizko erabilerari lotutakoak.

Adingabeak eta alkohola programa. Eusko Jaurlaritzaren Osasun Publikoa eta Adikzioak

Honako helburu hauek ezartzen ditu: adingabeen alkohol-kontsumoaren aurrean erakundeek ekintza areagotzea: alkohola kontsumitzen hasten diren adingabeen kopurua murriztea eta kontsumitzen hasteko adina atzeratzea; gehiegizko eta arriskuko kontsumoak murriztea; gazteek euren osasunarekin lotutako politiketan duten partaidetza handitzea; eta gazteen artean edateko presioak murriztea, bereziki alkohola sustatzea, babestea eta eskuragarri egotea.

Tabako-kerik gabeko Euskadi estrategia

Helburua tabako-kontsumoaren prebalentzia murriztea da, tabakismoaren prebentzioan eta erretzaileari erretzeari uzteko laguntzan eraginez.

Gizarte Zerbitzuen Legea (2008)

Udalek gizarte-zerbitzuen arloan duten zeregina artikulatzen du, ikuspegi komunitarioan oinarrituta, "beste sistema edo politika publiko batzuekin lankidetzan eta koordinatuta, herritar guztien ongizatea sustatzea" baitute helburu.

Euskadiko V. Gazte Plana (2026)

Plan honetan adikzioei eta osasunaren sustapenari lotutako helburuak dauden:

Osasun mentala eta emozionala hobetzea	Ongizate eta osasun mentalerako hezkuntza Antsietate- eta depresio-egoeren aurreko arreta eta prebentzioa
Sexu bizitza osasuntsua sustatzea	Hezkuntza afektibo-sexuala bultzatzea Sexu-transmisiozko gaixotasunak prebenitzeko neurriak indartzea
Gazteen artean arrisku-jokabideak eta/edo adikzioak prebenitzea (substantziarekin eta substantziarik gabe), eta kontsumitzen hasteko adina atzeratzea	Tabakoa, alkohola, kalamua eta beste substantzia batzuk kontsumitzearen arriskuei buruzko sentsibilizazioa eta prebentzioa Jokoari/sare sozialei lotutako arriskuei buruzko sentsibilizazioa eta prebentzioa Trafiko-istripuei buruzko sentsibilizazioa eta prebentzioa
Ohitura osasuntsuak sustatzea	Elikadura osasungarria sustatzea Jarduera fisikoa eta aisialdi osasungarria sustatzea

Garapen Jasangarrirako Helburuekin (GJH) lerrokatzea (3. helburua): Osasuna eta Ongizatea

- Osasun mentala eta ongizatea sustatzea.
- Adikzio-substantzien abusuaren prebentzioa eta tratamendua indartzea, estupefazianteen erabilera desegokia eta alkoholaren kontsumo kaltegarria barne.

Bizkaiko Foru Aldundiaren Gaztedi Plana

2. erronkan, gazteen gizarte-eraikuntzan jartzen du arreta, gizartean aktiboki parte har dezaten sustatuz eta bizi-ohitura osasungarriak sustatuz. Ikuspegi hori funtsezkoa da adikzioak prebenitzeko eta gazteen artean osasuna sustatzeko.

- **Gazteen parte-hartzea sustatzea**: gazteen asoziazionismoa eta boluntarioritza bultzatzeak gazteen pertenezia- eta helburu-zentzua indartzen du, eta faktore horiek sustantzia adiktiboen kontsumoaren babesle gisa jarduten dute.
- **Balioetan eta bizitzarako trebetasunetan hezte**a: gizarte-trebetasunak, emozioen kudeaketa eta erabaki arduratsuak hartzea irakasten duten programak garatzeak adikzioei lotutako arrisku-egoerei aurre egiteko gaitasuna ematen die gazteei.
- **Aisialdi Osasungarriko Espazioak sortzea**: bizimodu aktiboak eta osasungarriak sustatzen dituzten aisialdiko alternatibak eskaintzeak murriztu egiten du gazteek entretenimendu-modu gisa mendekotasun-jokabideak erabiltzeko probabilitatea.
- **Sentsibilizazio-kanpainak**: substantzien kontsumoari eta beste portaera-mendekotasun batzuei lotutako arriskuei buruzko informazio-kanpainak ezartzeak kontzientzia eta ezagutza areagotzen ditu, eta kontsumoak hastea saihesten du.

Laguntza-baliabideetarako sarbidea: arriskuan dauden edo adikzio-arazoei aurre egin behar dieten gazteei orientazio- eta laguntza-zerbitzuetarako sarbidea erraztea funtsezkoa da esku-hartze goiztiar eta eraginkor baterako.

Ekintza horiek Gaztedi Planaren 2. erronkaren esparruan txertatuta, estrategia koherente eta eraginkor bat ezar daiteke, adikzioen prebentzioari helduko diona eta Txorierriko gazteen osasun integrala sustatuko duena.

Txorierriko Berdintasun Plana 2024-2027

Plan horrek genero-berdintasuna du ardatz nagusi, baina haren helburuak eta ekintzak adikzioak prebenitzeko eta osasuna sustatzeko plan batekin modu eraginkorrean bat etor daitezke, eta osagarriak izan. Txorierriko Berdintasun Planaren ekintzak adikzioak prebenitzeko eta osasuna sustatzeko estrategiekin integratuz, adikzio-jokabideen azpian dauden arrazoei helduko dien ikuspegi integral bat gara daiteke, genero-berezitasunak kontuan hartuz eta komunitate osasungarriagoa eta bidezkoagoa sustatuz.

- **Hezkuntza eta Sentsibilizazioa**: bi planek genero-berdintasuna eta adikzioen prebentzioa lantzen dituzten hezkuntza-kanpainetan lagun dezakete, genero-erolek eta -

estereotipoek kontsumo-ereduetan eta arrisku-jokabideetan nola eragin dezaketen azpimarratuz.

- **Ingurune seguruak eta osasungarriak:** indarkeriarik eta diskriminaziorik gabeko espazioak sustatzeak ingurune seguruagoak sortzen laguntzen du, substantzien kontsumoarekin lotutako arrisku-faktoreak murriztuz. Giro inklusiboa eta errespetuzkoa funtsezkoa da osasuna sustatzeko.
- **Kolektibo kalteberei arreta:** genero-desberdintasunei aurre egiten dieten emakumeek mendekotasunak garatzeko arrisku handiagoa izan dezakete. Genero-ikuspegia prebentzio-programetan txertatzeak esku-hartze eraginkorrak eta haien behar espezifikoetara egokituak diseinatzea ahalbidetzen du.

2. PLANAREN JUSTIFIKAZIOA

2024aren amaieran, Txorierriko Mankomunitatearen Adikzioen eta Osasuna Sustatzeko Plana diseinatzen hasi ginen 2025-2030 aldirako.

Diagnosticotik propiorik ez dugunez, errealitatearen azterketa ahalik eta zehatzena egiteko, Euskadiko 2023-2027 Adikzioen VIII. Planerako egindako diagnostikoan oinarritu gara. Diagnostiko horretan, deskribapena egiteko, honako informazio-iturri kuantitatibo hauek erabili dira:

- Euskadiko Adikzioei buruzko inkesta, 2017an Euskadin bizi diren 15 eta 74 urte bitarteko pertsonei egin.
- Drogak eta X Eskola inkesta, 2021-2022 ikasturtean Euskadin bigarren mailako ikasketak egin zituzten ikasleei egin.
- Adikzioei buruzko Informazio Sistemaren txostena, 2020. urtekoa.
- Drogomedia Euskal Autonomia Erkidegoko Droga Mendekotasunen Dokumentazio Zentroaren datuak.
- Jokoaren Euskal Behatokiaren azterlanak eta txostenak.
- "Teknologiak nerabezaroan duen eragina. Harremanak, arriskuak eta aukerak "(Unicef 2021).
- Adikzioei buruzko VII. Planaren urteko txostenak eta azken ebaluazioa.

Eusko Jaurlaritzako Osasun Sailak egindako diagnostiko horren arabera, oro har, substantzia psikoaktiboek kontsumoa egonkor mantendu da Euskadin, baina ñabardurekin substantziaren eta adin-taldearen arabera.

Hona hemen ondorio nagusiak:

- Europar gertatzen den bezala, **KALTEGABETASUNAREN PERTZEPZIOA** eta drogen erabilera banalizatzen da gizartean, batez ere alkoholaren eta kalamuaren kasuan.
- Legezko substantziak (alkohola, tabakoa) dira bi sexuetako helduek gehien kontsumitzen dituztenak. Psikofarmakoen kontsumoak ere gora egin duela ikusten da, batez ere emakumeengan, eta hori aztertzea beharrezkoa da substantzia horietakoren baten mendekotasun-kontsumoen presentzia posiblea baloratzeko.
- Bigarren hezkuntzako nerabeen artean patroia errepikatzen da, gehien kontsumitzen diren substantziak alkohola, edari energetikoak eta tabakoa baitira. Nesken artean psikofarmakoen kontsumo handiagoa nabarmentzen da, eta mutilen artean kalamuaren kontsumoa nagusitzen da.

- **TABAKOAREN** kontsumoak behera egin du adin guztietan, aurreko urteetan hasitako joera sendotuz. Adin ertainetan izan ezik (35-44 urte), kontsumoa handiagoa da gizonen artean. Gainera, esan daiteke ikasketa-maila txikiena dutenek kontsumitzen dutela gehien.
- **ALKOHOL** kontsumoa oso maila altuetan mantentzen da, normalizazio eta onarpen sozial handiarekin. Helduen artean kontsumo handiagoa dago gizonen artean, baina ez da ikusten desberdintasun sozialeko patroirik egungo kontsumoan, baina bai gizonen eguneroko kontsumoan.
- Nerabeen artean **BILAKAERA POSITIBOA** ikusten da substantzia guztien kontsumo-prebalentzietan, psikofarmakoetan izan ezik. Hala ere, alkoholaren kontsumoa handia da oraindik, kalamuarena bezala, eta kontsumo- eta onarpen-maila handiak ditu.
- Mutilen eta nesken artean alkoholaren eta tabakoaren kontsumo-mailak **PAREKATZEKO** joera sumatzen da.
- **ONLINE JOKOARI** lotutako maiztasuna eta gastua handitu dira.
- **BIDEOJOKOEN, INTERNETEN ETA SARE SOZIALEN** gehiegizko erabilerak eta nahasmendu eratorriek gora egin dute.
- **COVID-19aren PANDEMIAK** adikzio-kontsumoetan eta -portaeretan izandako eraginak hazkunde nabarmena eragin zuen sare sozialen eta bideo-jokoen erabileran.

3. TXORIERRIKO ZERBITZUEN MANKOMUNITATEAREN 2019 – 2023 ALDIRAKO ADIKZIOEN ETA OSASUNA SUSTATZEKO PLANAREN EBALUAZIOA

2018an, "Txorierriko Zerbitzuen Mankomunitatearen Adikzioen eta Osasuna Sustatzeko Plana" sortu zen 2019-2023 aldirako, osasuna sustatzeko eta Txorierriko biztanlerian substantziarekin edo substantziarik gabeko adikzioen eragina murrizteko plan gisa. Bertan, 50 ekintza aurreikusi ziren, 17 estrategiatan eta 3 eremu edo xede-biztanleriatan banatuta.

Jarraian, planteatutako estrategiak, gauzatzen diren ekintzak eta proiektuak eta horiek egin ondoren ateratzen ditugun ondorioak azalduko ditugu.

1. Planteatutako estrategiak

Haurrak:

PLANAREN ESTRATEGIAK ETA EKINTZA KOP.		
Haur-eremua	1. Estrategia: Haur Hezkuntza eta Lehen hezkuntzako ikasleek, ohitura osasungarriak izateko eta substantzien eta beste adikzio batzuen aurrean erantzun egoki bat eman ahal izateko, babes faktoreen abordatzera ahaleginak zuzendu.	2
	2. Estrategia: Haur Hezkuntza eta Lehen Hezkuntzako irakasleei trebakuntza ematea osasunerako heziketan, droga mendekotasunaren prebentzioan eta adingabekoak arriskuan jar ditzaketen ahultasun egoeretan.	3
	3. Estrategia: Adingabekoen familiak trebatu eta lagundu bere umeen heziketarekin lotutako gaietan, ondorioz adikzioekin edo beste gai batzuekin lotutako jarrerak saihestu ahal izateko.	4
	4. Estrategia: Haur taldearekin, eremu ez formaletan eta aisialdikoetan prebentzioa eta osasuna sustatzeko lana ezarri.	4

Nerabeak eta gazteak:

Nerabe eta gazteen eremua	1. Estrategia: Bigarren Hezkuntzako, Batxilergoko, Lanbide Heziketako eta Oinarrizko Lanbide Heziketako ikasleak, osasuna sustatzen duten faktoreetan eta adikzioen prebentzioan prestatzen jarraitu, substantzien kontsumoekin eta beste adikzio batzuekin lotuta dauden arriskuak murriztu ahal izateko.	5
	2. Estrategia: Bigarren Hezkuntzako, Batxilergoko eta Lanbide Heziketako irakasleei trebakuntza ematea baliabide didaktiko eta tresna zehatzetan osasuna sustatzeko eta prebentzio unibertsalean.	2
	3. Estrategia: Osasun Hezkuntza eta Adikzioen Prebentzioan gurasoen gaitasunak hobetzeko familiak trebatu eta lagundu.	5
	4. Estrategia: Gazte eta nerabeei zuzenduta dagoen prebentzio lana eta osasuna sustatzekoa ezarri eremu ez formal eta aisialdikoetan.	2
	5. Estrategia: Kannabisaren kontsumoari aurre egiteko, eragile/ profesional desberdinez osatutako lan mahai bat bultzatu.	1
	6. Estrategia: Familiekin eta arazodun kontsumoei dagokienez ahultasun egoeran dauden nerabe eta gazteekin, detekzio goiztiarra errazten duten proposamenak bultzatu.	2

Helduak:

PLANAREN ESTRATEGIAK ETA EKINTZA KOP.		
Biztanleria heldua	1. Estrategia: Adikzioen eraginaz pertsonen osasunarengan eta bere inguruarengan sentsibilizazio ekintzak garatu dauden komunikabideak aprobetxatuz.	2
	2. Estrategia: Komunitateko kideen artean osasuna sustatzeko programen eta ekintzen garapena sustatu eta inplementatu.	5
	3. Estrategia: Aisialdian eta jai giroan arriskuak aurreikusi eta gutxitzeko programak sustatzea.	6
	4. Estrategia: "Tabako- kerik gabeko Euskadi" estrategia indartu	1
	5. Estrategia: Kirola sustatzeko zerbitzuak bultzatu eta hobetu.	2
	6. Estrategia: Pertsona nagusiekin osasuna sustatzeko lana ezarri.	2
	7. Estrategia: Droga-mendekotasun arloan indarrean dauden araudiak betetzen direla zaintzea (Adikzioen Legea) zerikusia duten eragileen arteko koordinazio hobe baten bitartez.	2

2. Proiektuen eta estrategien arteko lotura

Taula hauetan (1. taula, 2. taula eta 3. taula), Txorierriko Mankomunitateko Esku-hartze Komunitarioko Zerbitzuak gauzatutako proiektu zehatzen eta ebaluazioaren xede den planean proposatutako ekintzen arteko erlazioa ikus daiteke. Baliteke ekintza batzuek plan honetan jasotako estrategiaiei ez erantzutea, unean uneko beharrak sortu direlako.

Ikus daitekeenez, proiektu batzuk ezin izan dira aldi osoan mantendu COVIDak eragindako osasun-egoeraren ondorioz (2020 – 2021 urteak), eta beste batzuk administrazio-arrazoiengatik, zehazkiago, proiektu horiek egiteko lizitazioaren argitalpena atzeratu delako (2022 – 2023 urteak).

1.Taula. 2019-2023 aldian haurren esparruan garatutako proiektuak.

Ekintza	2019 URTEA	2020 URTEA	2021 URTEA	2022 URTEA	2023 URTEA
1.1	Adimen emozionala eta baterako hizkuntza	Hegalbizia proiektua: Adimen emozionala eta baterako hezkuntza.	Hegalbizia proiektua: elkarbizitza eta adimen emozionala	Hegalbizia proiektua: elkarbizitza eta adimen emozionala	Hegalbizia proiektua: elkarbizitza eta adimen emozionala
1.1		Ipuin kontalari pedagogikoa	Ipuin kontalari pedagogikoa	Ipuin kontalari pedagogikoa	
1.1		Kirol egokituari buruzko sentsibilizazioak	Kirol egokituari buruzko sentsibilizazio saioak	*Lizitazioagatik	Kirol egokituari buruzko sentsibilizazio saioak
1.2	Jarrerazko adikzioak	Jarrerazko adikzioak	Jarrerazko adikzioak	*Lizitazioagatik	Jarrerazko adikzioak
3.2	Familia eskola	Familia eskola	*COVID- ^{agatik}	HH eta LH familientzako "Familia Eskolak"	HH eta LH familientzako "Familia Eskolak"
4.1		Udaberriko jokoak	*COVID- ^{agatik}	Udaberriko jokoak	Udaberriko jokoak (oparia eta sentsibilizazioa)
4.1			Ipuin kontaketa gabonetan		

2.Taula. 2019-2023 bitartean nerabe eta gazteen esparruan garatutako proiektuak.

Ekintza	2019 URTEA	2020 URTEA	2021 URTEA	2022 URTEA	2023 URTEA
1.1	Arrisku-alkohola programa	Arrisku-alkohola programa	Arrisku-alkohola programa	Arrisku-alkohola programa	Arrisku-alkohola programa
1.1	Sustantzia duten adikzioak gazteen artean	Sustantzia duten adikzioak gazteen artean	Sustantzia duten adikzioak gazteen artean	*Lizitazioagatik	Sustantzia duten adikzioak gazteen artean
1.1				*Lizitazioagatik	Kanabisaren prebentzio programa
1.1				Mimarte	
1.1	Jarrerazko adikzioak	Jarrerazko adikzioak	Jarrerazko adikzioak	Jarrerazko adikzioak	Jarrerazko adikzioak
1.2		*COVID-agatik	Anorexia, bulimia eta elikadura-desordenak	Anorexia, bulimia eta elikadura-nahasteak	*Lizitazioagatik
1.2			Heziketa afektibo-sexuala	Heziketa afektibo sexuala	Hezkuntza sexual integrala
1.3	Osasun sexualari buruzko hitzaldiak	*COVID-agatik	*COVID-agatik	Osasun sexualari buruzko hitzaldiak	Osasun sexualari buruzko hitzaldiak
1.5	HIESaren inguruko tailerra	HIESaren inguruko tailerra	HIESaren inguruko tailerra	*Lizitazioagatik	Hezkuntza sexual integrala
2.1		Adikzioen prebentziorako irakasleen Formakuntza	*COVID-agatik	EISE eta SEDIMEko langileen formakuntza: Alkohola eta beste drogen gehiegizko kontsumoa.	Gazteguneeetako begiraleen formakuntza. Alkohola eta beste drogen gehiegizko kontsumoa
3.2		Nerabeen Familia Eskolak	*COVID-agatik	Nerabeen familientzako "Familia Eskolak"	Nerabeen familientzako "Familia Eskolak"
3.3		Gida pediatrikoa egin eta zabaltu			
4.1	"Zertara eta nola jolasten dugu? Solasaldia gazteekin" gaztegunean.	*COVID-agatik	*COVID-agatik	Gazteguneeetako ekintzak	Lonjalaket proiektua: Drogen arriskuen murrizketa
4.1	Txioa aretoa	Txio aretoaren ikuskapena	Txio aretoaren ikuskapena	Txioa aretoa	
4.2	Gazteekin proiektua: ingurune irekiko hezkuntza	Gazteekin proiektua: ingurune irekiko hezkuntza	*Lizitazioagatik	*Lizitazioagatik	Gazteekin proiektua: ingurune irekiko hezkuntza
X		Txorierriko Gazteen egungo egoeraren diagnostiko parte-hartzailea.			

3.Taula. 2019-2023 bitartean helduekin garatutako proiektuak.

Ekintza	2019 URTEA	2020 URTEA	2021 URTEA	2022 URTEA	2023 URTEA
1.1	Presentzia sare eta komunikabideetan	Presentzia sare eta komunikabideetan	Presentzia sare eta komunikabideetan	Presentzia sare eta komunikabideetan	Presentzia sare eta komunikabideetan
1.2					
2.2	Osasunaren aldeko martxa jokoak, musika, autobusa...	*COVID-agatik	*COVID-agatik	Osasunaren aldeko martxa musika, puzgarriak eta sariak	
2.3	HIESaren kontrako nazioarteko eguna (diptikoak eta kartela)	HIESaren aukarko munduko egunaren inguruko ekintzak (ExpoSIDA eta kartela)	HIESaren aukarko munduko egunaren inguruko ekintzak (diptikoak eta kartela)	HIESaren aukarko munduko egunaren inguruko ekintzak (kartela)	HIESaren aukarko munduko egunaren inguruko ekintzak (diptikoak, kondoiak, kartela)
3.1					Stand informatiboa
3.6	Txorierriko jaietarako prebentzio kanpaina	Txorierriko jaiak prebenitzeko kanpaina	*COVID-agatik	Txorierriko jaiak prebenitzeko kanpaina	Txorierriko jaiak prebenitzeko kanpaina
4.1		Tabakoa erretzeari uzteko ikastaroak	*COVID-agatik	Tabakoa erretzearen inguruko ekintzak (ikastaroak)	Tabakoa erretzeari uzteko ikastaroak
4.1		Tabakoa erretzeari uzteko diptikoak	Kerik Gabeko Herriak	Kerik Gabeko Guneak	
5.1			Kirol egokituaren ekintzak		Kirol egokituaren diagnostikoa
2.4 5.1,2,4 6.1	Mugi Txorierriko lan-sarea mantentzea eta JFOZ burutu	Mugi Txorierriko lan-sarea mantentzea	Mugi Txorierriko lan-sarea mantentzea eta Active Parsk app-a sortu	Mugi Txorierriko app sortu	Mugi Txorierriko app

3. Ondorioak eta gomendioak

Oro har, Planak proposatzen zituen 50 ekintzetatik, 2019-2023 urteetan, 23 arrakastaz egin dira, 13k aldaketak behar dituzte eta 14 ez dira gauzatu hainbat arrazoiengatik,.

- Esku hartzeko esparruak eta kolektiboak: abian jarritako programak eta ekintzak proportzionalak izan dira esparru guztietan. Baina egonkorrenak eta arrakastatsuenak haurrei zuzendutakoak izan dira.
- Esku hartzeko espazioak: estrategia gehienak ikastetxeen esparruan garatu dira, eta, ondoren, jolas- eta aisialdi-espazioetan.
- Jarduera-ildoak: ekintza gehienak prebentzio unibertsalari lotuta egon dira, eta neurri txikiagoan prebentzio selektiboari lotuta.

Estrategia eta ekintza zehatzak aztertuta, 2019tik 2023ra bilakaera positiboa izan dela ikusten da; hala ere, etorkizunari begira, honako GOMENDIO hauek proposatzen dira orain arte egindako ekintzak hobetzeko:

• Funtzionatzen duten ekintzei eustea.

Aurreko lerroetan esan dugun bezala, ikasleekin egindako ekintzak arrakastatsuak dira (nahiz eta batzuek hobekuntzak eskatzen dituzten): publiko gatibua denez, parte-hartzea oso handia da, eta, gainera, ikasleek eta irakasleek harrera ona egiten diete. Beraz, programa horiekin jarraitzea gomendatzen da, zehazki: haurren artean, adimen emozionala eta bizikidetza, kirol egokitua, jokabide-adikzioak (bullyinga eta ziberbullyinga), eta nerabeen eta gazteen artean, alkohol-arriskua, substantzieko adikzioak (droga-arriskua), portaera-adikzioak (sare sozialak eta joko patologikoa), elikadura-jokabidearen nahasmenduak, sexu-hezkuntza integrala eta sexu-osasuna.

Eremu ez-formaletan Mankomunitatearen jarduera eta programetan gazteak inplikatzeko, komeni da kaleko hezitzailearen lanari eustea (GazteEkin proiektua). Gainera, gazteek harrera ona egiten diote figura horri, eta haientzat erreferente izan nahi du, eta emantzipazioan eta balizko bizikidetza-arazoei, adikzioei eta abarri aurre egiteko ahaleginetan lagundu nahi die.

Herritar guztiei dagokienez, harrera ona izan du jaietako prebentzio-kanpainak: material informatiboa (diptikoak eta kartelak) eta prebentiboa (kondoia eta alkoholimetroak) banatu dira, alkohola arduraz kontsumitzeko, eta horrekin lotutako arriskuak murriztu dira.

Arlo horretan, egun horien inguruko *sentsibilizazio-jardueri* eustea ere gomendatzen da, hala nola HIESaren aurkako Munduko Eguna. Bertan, urtero Txorierriko Udalei HIESari buruzko pankarta udaletxean jartzea eskatzen zaie, sare sozialen bidez sentsibilizazio-mezuak zabaltzen dira eta batzuetan bestelako jarduerak antolatzen dira:

adibidez, 2023an HIESari buruzko informazioa zuten triptikoak eta kartelak eman zitzaizkien gazteguneei, baita kondoia ere, HIESa prebenitzeko.

Horri dagokionez, agerian geratzen da sare sozialen bidez (Instagram, Facebook eta WhatsApp) eta web orrien eta tokiko hedabideen bidez egiten den informazioaren hedapenaren garrantzia. Bide hau baliagarria da herritarrei Txorierriko Mankomunitateak garatutako edo sustatutako jardueren berri emateko, bai eta osasunarekin, bizikidetzarekin eta adikzioekin lotutako gai interesgarri batzuei buruzko egiazko informazioa eta aholkua emateko ere.

Azkenik, mantendu eta indartu beharreko beste puntu garrantzitsu bat da erakunde eta langile hauekiko koordinazioa: ikastetxea (orientatzaileak eta irakasleak), udaletako kulturako eta kiroleko teknikariak, guraso-elkarteak, Osakidetza, gaztegunetako begiraleak... Sare horiek beharrezkoak dira Txorierriko beharrak antzemateko eta horiek asetzeko ekintzak antolatzeke.

• **Programen sendotasuna eta jarraitutasuna lortzeko metodoak birplanteatzea.**

Urteetan zehar, programak finkatzearen eta jarraitzearen aldeko apustua egin da, programa integralagoak planteatuz eta pixkanaka beste ekintza puntual batzuk alde batera utziz. Jarraitutasun hori posible izan da haur eta gazteei zuzendutako programetan, ziur asko publiko gaitibua delako.

Familiei, herritar guztiei edo haur eta gazteei zuzendutako ekintza boluntarioak ezegonkorragoak dira parte-hartzeari dagokionez, eta batzuetan programaziotik kentzen dira parte-hartze txikia dutelako (adibidez: tailerrak gaztegunetan edo ostalaritzako prestakuntza), eta horrek zaildu egiten du denboran jarraitzea.

Beharrezkoa da bide berrietan pentsatzea, borondatezko ekintzetako parte-hartzea eta inplikazioa sustatzeko.

• **Esku-hartzea Txorierriko beste ikastetxe batzuetara zabaltzea.**

Abian jarritako programa eta ekintzen zati handi bat eskola-esparruaren barruan (hezkuntza formala) kokatu da, haur eta gazteekin. Horrek kolektibo horrekin esku hartzea errazten du, eta, beraz, garrantzitsua da ikastetxeetan Txorierriko ikasleekin esku hartzea.

Ikastetxe publikoei zuzendutako programekin haurren ehuneko handi batengana iristen dela uste da, baina nerabeen eremua zailagoa da, dauden aukera akademikoen aniztasunagatik. Orain arte, etengabeko esku-hartzea lortu da Txorierri BHIrekin eta Politeknika Txorierriarekin, baina komeniko litzateke berriro lortzea Esperanza Alhama ikastetxearen parte-hartzea, bertara joaten diren Txorierriko ikasle kopuru handiagatik.

Gainera, interesgarria izan liteke beste zentro batzuetan (adibidez, Zabaloetxe Egoitza Zentroan, Derioko Nekazaritza Eskolan eta Lauro ikastolan) Txorierriko erroldatuta dauden ehunekoa baloratzea, programetan sartu diren ala ez baloratzeko eta gazte gehiagorengana iritsi ahal izateko.

- **Esparru ez-formaletatik gazteengana iristeko bideak birplanteatzea.**

Garrantzitsua da nerabeei eta gazteei zuzendutako programak bultzatzea eremu ez-formaletan, biztanleria horri zuzendutako prebentzio-lana indartzeko eta 18 eta 30 urte bitarteko gazteekin esku hartzeko. Horretarako, gazteguneetako tailerrak eta lonjetan esku hartzeko proiektua proposatu ziren planean.

Gazteguneetako tailerrek ez dute arrakastarik izan eta bertan behera daude orain arte. Hala ere, nerabeengana iristeko bide egingarria dela uste da. Beraz, etorkizunean gazteguneetako begiraleekin sare bat sortzea proposatzen da, adikzioei, bizikidetzari eta osasunari buruzko ekintzak elkarrekin sustatu ahal izateko.

Gazteei dagokienez, lonjetan esku hartzeko proiektua jaso zen planean. 2019-2023 aldian, esku-hartze hori kalera zabaltzea erabaki da (eta ez gazteen lonjetara bakarrik), osasun-egoeraren ondoren Txorierriko lonjen kopurua nabarmen jaitsi baitzen. Proiektua duela gutxi jarri da martxan, eta harrera ona izaten ari den arren, oraindik goiz da emaitzak baloratzeko eta aldaketak proposatzeko. Beraz, kale-hezitzailearen lana bultzatzen jarraitzea gomendatzen da.

Gainera, etorkizunera begira, gazteengana heltze beste metodo batzuk ezartzea baloratzeko gomendatzen da: hezitzaileentzako prestakuntza eskaintzea, ekitaldi erakargarriak egitea (kontzertuak, emanaldiak, eta abar) eta prebentzio-mezu osasungarriak dituzten jarduerak eta hitzaldiak sartzea.

- **Irakasleentzako prestakuntza-programak bultzatzea eta haien inplikazioa lortzea.**

Orain arte, irakasleekin egindako ekintzak gehiago bideratu dira eskariari buruzko informazioa eta aholkuak ematera, prestakuntzara baino. Horren arrazoia da, alde batetik, ez dela aukerarik eskaini (adibidez: Haur Hezkuntzako irakasleak), edo eskola-curriculumean denborarik ez dagoelako (adibidez: Bigarren Hezkuntzako irakasleak).

Horrela, hezkuntza-maila guztietako irakasleei prestakuntza-saioak eskaintzeko ahaleginak areagotzea proposatzen da, eta parte hartzeko konpromisoa lortzen saiatzea, adibidez, jarduera hori txertatuz irakasleen lan-programazioan.

- **Beste hezkuntza-eragile batzuei prestakuntza eskaintzea.**

Irakasleak eta familiak ez dira haur eta gazteen erreferentziazko heldu bakarrak. Garrantzitsua da beste hezkuntza-eragile batzuen prestakuntza egokia bermatzea.

2022an EISEko eta SEDIMEko profesionalekin eta 2023an gazteguneetako monitoreekin egindako adikzioei buruzko prestakuntza-ekintzak onak izan dira, eta, beraz, gomendagarria da ildo horri jarraitzea: datozen urteetarako, eskolaz kanpoko edo jolastokiko/jantokiko monitoreekin, ikastetxeetako irakasleekin, gizarte-zerbitzuetako langileekin edo gazteguneetako monitoreekin prestakuntza-saioak egitea proposatzen

da. Era berean, hainbat gaitasunetako prestakuntza-ekintzak eskaintzea proposatzen da: substantzieko adikzioak prebenitzeko prestakuntzaz gain, jokabide-adikzioak lantzea (adibidez: sare sozialak, zorizko jokoak eta kirol-apustuak, etab.), sexualitatea, elikadura-nahasmenduak, adimen emozionala, etab.

- **Adinekoei zuzendutako programak egitea.**

Adinekoek osasun-arazoak izan ohi dituzte (ohitura sedentarioak, koordinazioak okerrera egitea eta motrizitatea, etab.). Horregatik, esku-hartze espezifikoak egin behar dira populazio horrekin.

2019-2023 aldian, EKZek ez du adinekoen premietara egokitutako ekintza espezifikorik egin. Hori dela eta, ohitura osasungarriak eta kirola sustatzeko jarduerak eta hitzaldiak egitea gomendatzen da. Adibidez, besteak beste, SOAFa berriro ezartzea edo Eusko Jaurlaritzak bultzatutako beste jarduera batzuei erantzuna ematea balora liteke, hala nola hirugarren adinekoengan erorketak prebenitzeko tailerrak, nahi ez den bakardadeari buruzko lantaldeak, arrakala digitala murrizteko prestakuntza-ekintzak...

- **Jai-esparruetan arriskuak murrizteko programak sustatzeko lan egitea.**

Alkoholaren eta beste droga batzuen kontsumoaren ondorioz sortutako arazo asko jai-esparruan gertatzen dira. Horregatik, garrantzitsua da arriskuak prebenitzeko eta murrizteko kanpainak egitea, eta esparru horietako langileei (ostalariei, etab.) prestakuntza ematea. Ildo horretan saiakerak egin diren arren, hainbat oztopo egon dira, eta horregatik gomendatzen da udalen inplikazioa lortzea informazio- eta testing-standak bezalako programak ezartzeko, eta ostalariei zuzendutako ekintzak birplanteatzea haien parte-hartzea lortzeko: programaren zabalkunde handiagoa egitea, erakarpena hobetzea, online metodologiaren bidez irisgarritasuna erraztea, etab.

- **Beste zerbitzu batzuen lankidetzak lortzea.**

2019-2023 aldian, elkarlanean aritu gara sarritan udalerri bakoitzeko ikastetxeekin, guraso-elkarteekin eta kultura-arloekin, bai eta Osakidetzarekin eta herritarren segurtasunarekin ere.

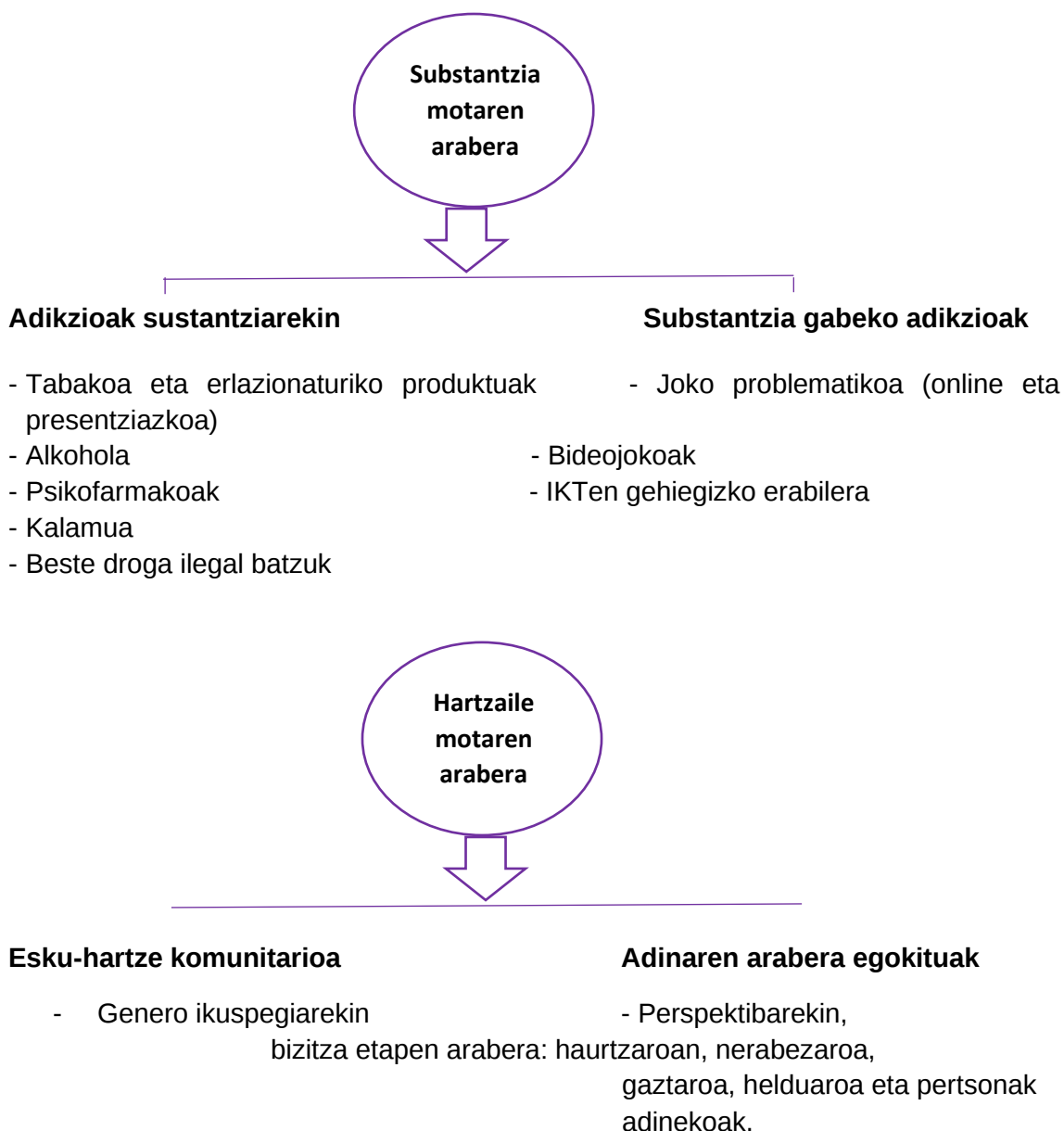
Planaren ekintzak kontuan hartuta, komenigarria litzateke sare bat egitea Gizarte Zerbitzuekin, herritarrek izan ditzaketen adikzio-, osasun- eta/edo bizikidetzak-arazoei aurre egiteko.

Halaber, komeniko litzateke Txorierriko Mankomunitateko kirol-, euskara- eta berdintasun-teknikariekiko lankidetzak bultzatzea, elkarrekin ohitura osasungarriak, kirolekoak, berdintasunekoak eta/edo euskararen erabilera bultzatuko dituzten programak aurrera eramateko.

4. PLANAREN IRISMENA

Kontsumo, **adikzio edo jokabide motei** dagokienez, plan honek substantziadun kontsumo eta adikzioak zein substantziarik gabeko edo jokabidezko adikzioak jasotzen ditu.

Hartzaileen ikuspegitik, Planak, alde batetik, Txorierriko biztanleria osoarentzako esku-hartzeak planteatzen ditu (komunitate-eremuko esku-hartzeak), eta, bestetik, adinaren arabera gizarte-premietara egokitutako ekintzak.



5. JARDUERA ILDOAK

Kasu honetan, Txorierriko Zerbitzuen Mankomunitatearen 2025-2030 aldirako Esku-hartze Komunitarioko eta Osasunaren Sustapeneko Planerako, Euskadiko VIII. Adikzioen Planak ezarritako helburuak eta jarduera-ildoak erabiliko ditugu gida gisa, eta, jakina, aurreko planaren balorazioa, non argi eta garbi adierazten baita zer ildo jarraitu behar diren plan berri honetan.

A HELBURUA

Ingurune egokiak aktibatzea jokabide osasungarriak sustatzen laguntzen dutenak, eta substantzien kontsumoa eta adikzio-jokabideak desnormalizatzen laguntzen dutenak.

3 JARDUERA ILDOAK:

1. Ingurune osasungarrien garapenean aurrera egiteko bultzatzea.
 - a. Alkoholaren, tabakoaren eta kalamuaren kontsumoa desnormalizatzea bideratutako ekintzak garatzea, bereziki nerabe eta gazteen artean.
 - b. Aisialdi osasungarriko alternatibak eskaintzea, jarduera fisikoa eta kirola sustatuz.
 - c. Osasuna sustatzeko eta kontsumoak prebenitzeko tokiko sareak bultzatzea.
2. Adikzioa eragiten duten substantzien eskaintza murrizteko eta kontrolatzeko esku-hartzeak indartzea, inplikaturako eragileen arteko koordinazio hobearen bidez.
 - a. Ostalaritzari zuzendutako informazio- eta sentsibilizazio-ekintzak garatzea, autokontrola, erantzukizuna eta banaketa sustatzeko.
 - b. Adingabeek alkohola eta tabakoa eskuratzeko aukera murrizteko neurriak sustatzea.
3. Araudia modu eraginkorragoan aplikatzeko bidean aurrera egitea.
 - a. Ahal den neurrian, zehapenen ordeztoko neurrien programak garatzea.

B HELBURUA

Osasuna sustatzeko eta prebenitzeko programak indartzea eta hobetzea.

5 JARDUERA ILDOAK:

1. HAURTZAROAN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea.

- a. Haurren gaitasun sozial eta pertsonalen garapena sustatzea familia- eta hezkuntza-ingurunetik, betiere genero-ikuspegia kontuan hartuta. Sentsibiltatean, arrazoian, berdintasunean, afektuan eta errespetuan oinarritutako programak bultzatuz.
- b. Familia- eta hezkuntza-ingurunean jarduerak diseinatzea eta garatzea, teknologiaren gehiegizko erabilerari lotutako programak prebenitzeko.

2. NERABEZAROAN eta GAZTAROAN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

- a. Gazteen eta nerabeen bizitzarako gaitasun emozionalak eta trebetasunak garatzeko programak ezartzea, genero-ikuspegiarekin eta guraso-gaitasunak aldi berean landuz.
- b. Nerabeei eta gazteei zuzendutako substantzien kontsumoa prebenitzeko programa espezifikoak bultzatzea, osagai anitzeko ikuspegiarekin eta kalteberatasun handiagoko inguruneetara arreta berezia eskainita.
- c. Nerabeei eta gazteei zuzendutako prebentzio-programak bultzatzea, jokoaren eta teknologiaren erabilera desegokiari lotutako arriskuak murrizteko, generoaren arabera desberdintasunak kontuan hartuta.
- d. Ingurune irekian programak garatzea, gazteak haien ingurunean ezagutzera hurbiltzeko eta haien premiei erantzuteko.
- e. Osasun mental ona lantzeko programak garatzea.

3. HELDUAROAN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

- a. Adikzioek osasunean duten eraginari buruzko sentsibilizazio-ekintzak garatzea.
- b. Adikzioek prestakuntza-ibilbide batean dauden pertsonen laneko segurtasunean duten eraginari buruzko sentsibilizazio-ekintzak garatzea.

4. ADINEKOEN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

- a. Adinekoei zuzendutako adikzioak prebenitzeko programa bat garatzea.
- b. Adinekoen forma fisikoa hobetzeko programa bat garatzea.
- c. Aspalditik psikofarmakoak kontsumitzen dituztenei zuzendutako programa bat garatzea, substantzia horien erabilera eta abusua lantzeko.
- d. Adinekoak IKTen erabileran gaitzeko programa bat garatzea.

5. Osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea ESPARRU KOMUNITARIOAN – ADIN GUZTIETARAKO

- a. Substantzien kontsumoari lotutako arriskuaren pertzepzioa areagotzeko informazio-kanpainak garatzea, eskolako eta komunitateko beste eragile batzuekin batera.
- b. Jarduera fisikoa sustatzeari lotutako zerbitzuak bultzatzea eta hobetzea.
- c. Zuzendutako kanpainei buruzko informazio- eta sentsibilizazio-programak bultzatzea.
- d. Jai- eta aisialdi-eremuetan arriskuak prebenitzeko eta/edo murrizteko programak ezartzea.
- e. Salmenta eta kontsumoa kontrolatzearen arloan indarrean dagoen araudia betetzen dela zaintzea (Adikzioen Legea), inplikaturako eragileen arteko koordinazio hobearen bidez.

6. EGITEKO EKINTZAK

A HELBURUA: Portaera osasungarriak sustatzen dituzten eta substantzien kontsumoa eta adikzio-jokabideak desnormalizatzen laguntzen duten inguruneak aktibatzea.

1. **Jarduera-ildoak:** Ingurune osasungarrien garapenean aurrera egiteko bultzatzea.

Alkoholaren, tabakoaren eta kalamuaren kontsumoa desnormalizatzea bideratutako ekintzak garatzea, bereziki nerabe eta gazteen artean	Eskola eremua	· Lehen eta haur hezkuntzan, DBHn, batxilergoan eta graduatan prebentzio unibertsaleko eta selektiboko proiektuak mantentzea: Alkoholaren arriskua, Drogen arriskua, kalamuaren kontsumoa prebenitzeko programa, polikontsumoei buruzko programa, Peter Roberts antzerki mimoa.
	Familia eremua	· Gurasotasun positiborantz doazen haur-hezkuntzako eta lehen hezkuntzako familia-eskolak. · Gai horiek lantzeko hainbat gai dituzten nerabeen familia-eskolak.
	Eremu komunitarioa	· Laguntza ematea Osakidetzak tabakoa erretzeari uzteko egin duen tailerrean. · Tabakoaren inguruko sentsibilizazio-kanpainak (adibidez: tabakoaren aurkako nazioarteko eguna -maiatzak 31- ikusaraztea edo flyerrak banatzea tabakoari buruzko informazioarekin)
Aisialdi osasungarriko alternatibak eskaintzea, jarduera fisikoa eta kirola sustatuz.	Eskola eremua	· Kirol egokituari buruzko sentsibilizazio-saioak. · Ikastetxe publikoetako Udaberriko jokoetan parte hartzea. · Ikasleei ikasketa iraunkorreko jasangarriko bidaiak prestatzen laguntzea.
	Familia eremua	· Jarduera fisiko inklusiboa sustatzen duten jarduerak familian (plaza inklusiboa)
	Eremu komunitarioa	· GazteEkin programaren bidez, aire zabaleko kirol- eta/edo aisialdi-jarduerekin jarraitzea, hala nola palatenis-txapelketa, frontenis txapelketa, futbol-txapelketak... · Txorierrin jarduera fisikoa doan egiteko ditugun baliabideen proiektuari forma ematea berriro. (APP mugitxorierrin) · Txorierrin desgaitasuna duten pertsonentzako SOAF programa bat instalatzea

Osasuna sustatzeko eta kontsumoak prebenitzeko tokiko sareak bultzatzea.	Eskola eremua	· Ikastetxeekin sare lana mantentzea.
	Familia eremua	· IGE taldeekin sare lana mantentzea.
	Eremu komunitarioa	· Kaleko hezitzailearen eta udalerri bakoitzeko gazteguneen arteko sarea egitea. · Komunitateko erizainarekin lankidetzan aritzea. · "Elkarte Sareak" programa garatzea, Txorierriko erakundeen arteko lankidetzak-sinergiak sortuz eta zaintza, osasuna, parte-hartzea... sustatuz. · Lan-sareak zabaltzea beste udalerri batzuetako prebentzio-teknikekin (Muskiz, Uribe Kosta, Arratia...), eta Uribe OSIarekin sare-lanarekin jarraitzea.

2. **Jarduera-ildoak:** Adikzioa eragiten duten substantzien eskaintza murrizteko eta kontrolatzeko esku-hartzeak indartzea, inplikaturako eragileen arteko koordinazio hobearen bidez.

Ostalaritzara zuzendutako ekintzak eta sentsibilizazioa garatzea, autokontrola, erantzukizuna eta banaketa sustatzeko.	Eremu komunitarioa	· Ostalaritzarekin lan egiteko modua bilatzen jarraitzea. Atea ireki diezaguten saiatuz, "denborarik kendu gabe". · Diptikoak sortzea, ostalaritzako langile gisa duten erantzukizunari buruzko informazioarekin eta zerbitzuko harremanetarako telefonoarekin, zalantzarik izanez gero, harremanetarako lehen urrats bat emateko.
Adingabeek alkohola eta tabakoa eskuratzeko aukera murrizteko neurriak sustatzea.	Eskola eremua	· Ikuspegi kritikoagoa indartzea, talde-presioaren aurrean jarrera irmoa izateko, eskola-esparruan garatutako gainerako programetan (berariaz lantzeaz gain, Hegalbizian, Lehen Hezkuntzako 6. mailan).
	Familia eremua	· Lehen kontsumoari buruzko hitzaldiei jarraipena ematea DBHko 1. mailako familiekin.
	Eremu komunitarioa	· Eusko Jaurlaritzatik, Osakidetzatik eta abarretik iristen zaizkigun kanpainak indartzea. · Osasun-agenteentzako pediatriako gida erizaintzan zabaltzen jarraitzea.

3. **Jarduera-ildoak:** Araudia modu eraginkorragoan aplikatzeko bidean aurrera egitea

Ahal den neurrian, zehapenen ordezkot neurrien programak garatzea	Eskola eremuan	· Ikastetxeekin lan egiten jarraitzea, eskola-orduetan kontsumoak hautemanaz gero jarduteko protokoloak sortzeko.
	Eremu komunitarioan	· Horiek egin ahal izateko baliabiderik ez dugun arren, neurri alternatiboen programaren bat garatzea, eta, bestela, gutxienez, gertuenen informazioa lortzea kasuak bideratzeko.

HELBURUA B: Osasun sustapena eta prebentzio-programak indartu eta hobetzea

1. **Jarduera-ildoak:** Osasun sustapena indartzea

Haurren gaitasun sozial eta pertsonalen garapena sustatzea familia- eta hezkuntza-inguruetan, betiere genero-ikuspegia kontuan hartuta. Sentsibilitatean, arazoan, berdintasunean, afektuan eta errespetuan oinarritutako programak bultzatuz.	· Familia eskola · Familientzako dekalogoak zabaltzea garapenerako garrantzitsuak diren hainbat gairi buruz: autonomizazioa, tolerantzia eta errespetua, gatazken konponbidea, jolas kooperatiboak, jokabide asertiboak eta taldea-presioa. · Adimen emozionala eta hezkidetzari buruzko tailerrak. · "Sexu-hezkuntza integralari" buruzko tailerrak eta hitzaldiak, ikasleentzat zein familientzat. · Elikadura nahasmenen inguruko tailerrak · Kirol-klubetako langileak kirol egokituari buruzko sentsibilizazio plana garatzea. · Mankomunitateko Berdintasun Zerbitzuarekin koordinatuta, haurren gaitasun sozialak eta pertsonalak garatzen dituzten programak garatzea.
Familia- eta hezkuntza-ingurunean jarduerak diseinatzea eta garatzea, teknologiararen gehiegizko erabilerari lotutako arazoak prebenitzeko.	· IKTen erabilerari eta gehiegizko erabilerari buruzko hitzaldiak eta tailerrak. · Joko patologikoari eta kirol-apustuei buruzko hitzaldiak eta tailerrak. · Bullyingari eta ziberbullyingari buruzko hitzaldiak eta tailerrak.

2. **Jarduera-ildoak:** NERABEZAROAN eta GAZTAROAN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

Gazteen eta nerabeen bizitzarako gaitasun emozionalak eta trebetasunak garatzeko programak ezartzea, genero-ikuspegiarekin eta guraso-gaitasunak aldi berean landuz.	· Eremu irekian daukagun programarekin jarraitzea: GazteEkin · Gazte guneetako begiraleak zenbait arlotan prestatzea, gazteek bizitzarako trebetasunak izan ditzaten.
Substantzien kontsumoa prebenitzeko programa espezifikoak bultzatzea nerabe eta gazteentzat, osagai anitzeko ikuspegiarekin eta kalte beratasun handiagoko inguruneei arreta berezia eskainita.	· Osasun-agenteentzako gida pediatrikoari zabalkundea ematen jarraitzea. · Eremu irekian daukagun programarekin jarraitzea: GazteEkin. · Gazte guneetako begiraleak prestatzea. · Kirol-klubetako langileak kirol egokituan trebatzea.
Nerabeei eta gazteei zuzendutako prebentzio-programak bultzatzea, jokoaren eta teknologiaren erabilera desegokiari lotutako arriskuak murrizteko, generoaren araberako desberdintasunak kontuan hartuta.	· Bullyinga eta ziberbullyinga · Sare sozialak, joko patologikoa eta adimen emozionala. · Eremu irekian daukagun programarekin jarraitu: GazteEkin.
Ingurune irekian programak garatzea, gazteak haien ingurunean ezagutzera hurbiltzeko eta haien premiei erantzuteko.	· GazteEkin programarekin jarraitu · Kontsumoak dituzten gazte-taldeak aurkituz gero, jarduteko protokoloak egitea. · Beren udalerrietan gazteen enplegarritasuna sustatzeko prestakuntzak egitea (aisialdiko monitoreak, soroslea...)
Osasun mental ona lantzeko programak garatzea.	· Adimen emozionala lantzea ikasgela barruko tailerren bidez. · Aisialdi osasungarria eta jarduera fisikoa sustatzea. · GazteEkin programatik kirol-jarduerak sustatzen jarraitzea.

3 **Jarduera-ildoak:** HELDUAROAN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

Adikzioek osasunean duten eraginari buruzko sentsibilizazio-ekintzak garatzea.	· Tabakoa erretzeari uzteko tailerren eskaintzan laguntzen jarraitzea. · Paziente aktiboaren tailerren eskaintzarekin laguntzen jarraitzea.
Adikzioek prestakuntza-ibilbide batean dauden pertsonen laneko segurtasunean duten eraginari buruzko sentsibilizazio-ekintzak garatzea	· Material bat sortzea, laneko arriskuak lantzen dituzten erdi-mailako eta goi-mailako mailetan substantzien kontsumoari lotutako arriskuak eta adikzioek laneko segurtasunean duten eragina ere lantzeko.

4. **Jarduera-ildoak:** ADINEKOEN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

Adinekoei zuzendutako adikzioak prebenitzeko programa bat garatzea.	· Tabakoa erretzeari uzteko tailerren eskaintzan laguntzen jarraitzea. · Paziente aktiboaren tailerren eskaintzarekin laguntzen jarraitzea.
Adineko pertsonen forma fisikoa hobetzeko programa bat garatzea.	· Erorketak prebenitzeko programa bat garatzea adinekoentzat. · Inguruan dauden kolesterolaren (BFA) ibilbideak bultzatu eta ezagutaraztea. · Txorierriko parke bio-osasungarriak erabiltzeko motibatzea.
Psikofarmakoak denbora luzez kontsumitzen dituztenentzat erabilera eta abusua landuko duen programa bat garatzea	· Osakidetzarekin batera, problematika horri buruz hitz egiteko programa bat sortzea.
Adineko pertsonak IKTen erabileran trebatzea	· Eten digitala murriztea, adineko pertsonak IKTen erabileran gaitzeko programak garatuz

5. Jarduera-ildoak: EREMU KOMUNITARIOAN ETA ADIN GUZTIETAKO PERTSONEKIN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

Substantzien kontsumoari lotutako arriskuaren pertzepzioa areagotzeko informazio-kanpainak garatzea, eskolako eta komunitateko beste eragile batzuekin batera.	· Aurreko urteetan bezala, tabakoari edo HIESari buruzko diptikoak/triptikoak sortu dira, eta adikzioen gaiari eta osasunaren sustapenari buruzko beste batzuk sortu dira.
Jarduera fisikoa sustatzeari lotutako zerbitzuak bultzatzea eta hobetzea	· Inguruan dauden kolesterolaren (BFA) ibilbideak sustatzea eta ezagutaraztea. · Txorierriko parke bio-osasungarriak erabiltzeko motibatzea. · MugiTxorierri APPe^{an} jasota dauden baliabideak modu errazagoan ezagutarazteko modua bilatzea.
Zuzendutako kanpainei buruzko informazio- eta sentsibilizazio-programak bultzatzea	· "Kerik gabeko Guneak", "Hiesaren Munduko Eguneako jarduerak-" "Osasunaren Egunaren"- inguruko jarduerak bultzatzea".
Arriskuak prebenitzeko eta/edo murrizteko programak ezartzea jai- eta aisialdi-eremuetan.	· Prebentzio-kontrolak, jaietan preserbatiboak eta alkoholimetroak banatzea, informazio-karpak...
Salmenta eta kontsumoa kontrolatzearen arloan indarrean dagoen araudia (Adikzioen Legea) betetzen dela zaintzea, inplikaturako eragileen arteko koordinazio hobearen bidez.	· Ostalariei, kirol-klubei... kartelak banatzea "erretzea debekatuta" edo "edari alkoholdunak saltzea debekatuta". · Diptikoren bat prestatzea ostalaritzako langile gisa duen erantzukizunari buruzko informazioarekin eta zerbitzuko harremanetarako telefonoarekin, zalantzarik izanez gero, harremanetarako lehen urrats bat emateko.