

DIAGNOSTIKOA OSASUNAREN SUSTAPENA ETA PREBENTZIOA

Sare-lanean oinarritutako proiektua



Aretxabaletako
Udala



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD



eskoriatza
udala



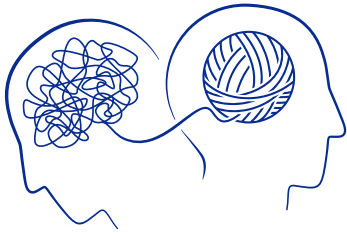
ESKERRAK:

Diagnostiko hau egin duen taldeak, eta bere izenean Aretxabaletako eta Eskoriatzako Udalak, eskerrak eman nahi dizkizuegu Osasunaren Sustapena eta Prebentzioari buruzko diagnostikoa egiten lagundu duten guztie. Lehenik eta behin eskerrak eman nahi ditugu, ikastetxeetako profesional desberdinei ikasleen galdetegi azterketak egiten laguntzeagatik eta nola ez bertako ikasleei galdetegiko galderak erantzuteagatik. Ikastetxeentzat beti ez da erraza izaten horrelako ekimenetan parte hartzea beraien eguneroko dinamikan eta ordutegietan eragina izaten duelako. Horregatik egindako esfortzua asko baloratzen dugu.

Bestetik, foro desberdinetan parte hartu duten eragile esanguratsuei ere esker onak; gazteei, udal teknikari eta politikoei, hezkuntza eta osasuneko profesionalei, familia eta herriko elkarteei, hezkuntza ez formaleko profesionalei eta ostalari eta merkatariei. Beraie esker udalerri eta esparru desberdinetako kontsumo ohiturak, pertzepzioak eta lehenetsi beharreko neurriak zeintzuk diren ezagutzeko aukera izan dugu eta. Eta bukatzeko, eskerrik asko herritarren parte hartze galdetegia betetzeko denbora hartu duten herritar guztiei. Osasunaren Sustapenean eta Prebentzioan ezinbestekoa da komunitate guztiaren iritzia eta parte hartzea.

GUZTIEI ESKERRIK ASKO PARTE HARTZEAGATIK!

2	HELBURUAK	02
	• Helburu orokorra	02
	• Helburu zehatzak	02
4	PARTE-HARTZAILEAK	05
	1- Ikastetxeak	05
	2- Udalerrietako gazteak	06
	3- Udalerrietako eragileak	07
	4- Herritarrak	08
6	ONDORIOAK	64
	1- Ikasleen emaitzen ondorioak	65
	2- Hautemandako beharrak	68
	3- Gazte foroen ondorioak	69
	4- Eragileen foroetako ondorioak	71
	5- Herritarren emaitzen ondorioak ..	73
	6- Ondorio orokorrak.....	75



OSASUN EMOZIONALA

Gaur egungo nerabeen osasun emozionalak erronka nabarmenak ditu, faktore sozial, teknologiko eta pertsonalen konbinazioa dela eta. Sare sozialen gorakadak areagotu egin du edertasun eta arrakasta-estandarrak betetzeko presioa eta horrek antsietate, depresio eta autoestimuan eragina izaten ari da. Gainera, estres akademikoak eta etorkizun ekonomiko eta sozialari buruzko ziurgabetasunak eragina dute haren ongizate emozionalean.

COVID-19aren pandemiak areagotutako isolamendu sozialak ere eragina izan du nahasmendu emozionalen gorakadan. Hala ere, gero

eta kontzientzia handiagoa dago osasun mentalaren garrantziari buruz, eta nerabe askok laguntza bilatzen dute terapien, laguntza-taldeen eta bestelako autozainketa-moduen bidez.



Ongizate emozionalaren garrantziari buruzko kontzientzia handitu egin bada ere, oraindik estigma bat dago, eta horrek zaildu egiten du gazte askok beharrezko babesa bilatzea. Arazo horiei eraginkortasunez heltzeko, funtsezkoa da osasun mentalari buruzko elkarrizketa irekiko espazioak sustatzea, laguntza-baliabideak indartzea eta norberaren zaintza eta enpatia lehenesten dituen kultura sustatzea, bai familia-ingurunean, bai hezkuntza-ingurunean. Ikuspegi integral eta aurreiritzirik gabeko baten bidez bakarrik hobetu ahal izango da nerabeen ongizatea eta erronka emozionalei modu osasungarrian aurre egiten lagundu.

HELBURUAK

02



HELBURU OROKORRA

Diagnostiko honen **helburu nagusia Aretxabaleta eta Eskoriatzako gazteen errealitateari buruzko informazioa** (drogen kontsumoa eta bestelako mendekotasunena, asialdiaren kudeaketa, hauen ongizatearen pertzepzioa, sexualitatea) **ezagutzea** eta aztertzea da.

Diagnostiko honen emaitzak eta ondorio nagusiak zehaztuta, azken fase batean, osasunerako prebentzio, sentsibilizazio eta hezkuntza zein arlo komunitarioan garatu daitezkeen neurri zehatzagoak definituko dira, datozen urteotan garatuko diren lehentasunezko esku-hartze lerroak ezarriz.

Helburu orokor honek izaera espezifikoagoa duten helburu batzuk dakartza.

HELBURU ZEHATZAK

- Deskribapen-mailan, Aretxabaleta eta Eskoriatzako LHko 3.zikloko, DBHko, Batxilergoko, Oinarrizko Lanbide Heziketako eta Erdi mailako 1.go mailako ikasleen, **sare sozial, apustu, bideo-joko, on-line jokoa, mugikorra eta pornografia erabiltzeko ohiturak**, bai eta inplikaturik egon daitezkeen arrisku-praktikak ere ezagutzea.
- Aretxabaleta eta Eskoriatzako LHko 3.zikloko, DBHko, Batxilergoko, Oinarrizko Lanbide Heziketako eta Erdi mailako 1.go mailako ikasleak, **tabakoa, alkohola, edari energetikoak eta kalamua kontsumitzen hasteko adinak eta arrazoiak zeintzuk diren** azaltzea eta aztertzea. Bai eta **beste substantzia batzuen kontsumoak** zeintzuk diren aztertzea.
- Nerabeek beraien **ongizate emozionalarekin lotutako alderdi desberdinen pertzepzioa** zein den deskribatzea.
- **Sexualitatearen inguruan dituzten sinismenak** eta beharrianak aztertea.
- **Gazteen osasun integralaren inguruan udalerrri bietako eragile** (hezkuntza, familiak, osasuna, hezkuntza-ez formala, elkarteak, merkataritza, ostalaritza, udal teknikariak eta politikoak) **desberdinen iritzi eta pertzepzioak** jasotzea.
- Aretxabaleta eta Eskoriatzako **herritarrek** udalerriko baliabide, errealitate eta proposamene desberdinen inguruan dituzten **pertzepzio eta ekarpenak** jasotzea.

METODOLOGIA

03



LAN-PROZESUA

Plangintza parte-hartzailean oinarritutako proiektu bat denez, **3 izan dira informazioa biltzeko erabilitako iturriak:**

1- FORO PARTE-HARTZAILEAK: lau foro parte-hartzaile antolatu ziren non, udalerrietako errealitatea ezagutzeko eragile desberdinek eta gazteek aukera izan zuten beraien ekarpenak emateko. Hau izan zen foroen banaketa:

- DBHko gazteak (ekainak 13): bi talde (DBH 1.go zikloa eta DBH 2.zikloa)
- Hezkuntza formala, osasuna eta guraso elkarteak (urriak 9)
- Hezkuntza-ez formala, udal teknikariak eta zinegotziak (urriak 16)
- Herriko elkarteak eta dendari-ostalariak (urriak 23)

2- IKASLEEN GALDETEGIA: Lehen Hezkuntza 5 eta 6.maila, DBH, Batxilergoa, Oinarrizko Lanbide Heziketa eta Erdi mailako 1.go mailako ikasle guztiei zuzenduta. (Iraila-urrian).

3- HERRITARREN PARTE-HARTZE GALDETEGIA: herritar orok gai honen inguruan bere iritzia emateko aukera izan zuten galdetegi baten bitartez. (Urrian).

Informazioa biltzeko metodoa

Metodologia: kuantitatiboa eta kualitatiboa.

Parte hartzaileak:

- **909 ikasle;** Lehen Hezkuntzako 3.zikloa, DBH, Batxilergoa eta Oinarrizko eta Erdi mailako 1.go mailako Lanbide Heziketa.
- 12-16 urte bitarteko **37 gazte.**
- **48 eragile.**
- **214 herritar.**

Tresnak:

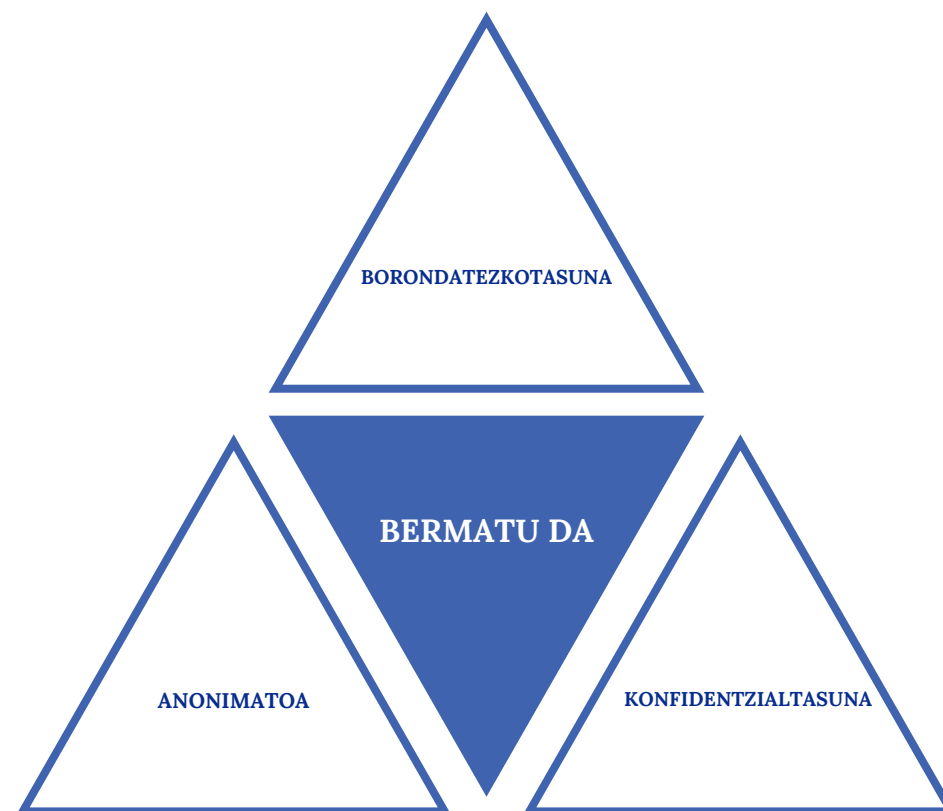
- **Ad hoc galdetegia,** hainbat azterlaneko galderak biltzen ditu, baita Garaiko kideek egindako itemak eta screening espezifikoa (CIUS-a, eta PWB) ere. Bi galdetegi desberdin sortu dira, bat Lehen Hezkuntzarako (75 galdera) eta beste bat Bigarren Hezkuntzarako (148 galdera).
- **“Focus Groups”,** Garaiko profesionalek bideratuta, udalerrietako eragile desberdinak bildu ziren gaiari buruz hausnartzeko.
- **Kontsulta komunitario eta parte-hartzailea,** hainbat galdera biltzen dituen udalak zabalduko galdetegia.

METODOLOGIA

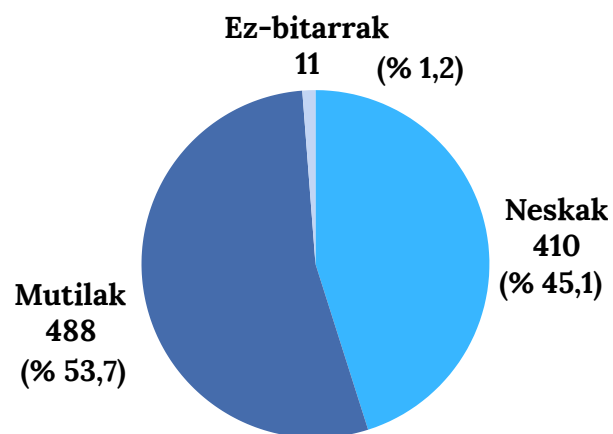
04

- Ikasleen datuak on-line inkesta baten bidez bildu ziren. Ikastetxe bakoitza Garaiaiko teknikariekin koordinatu zen eta galdetegiak ikasgeletan bertan bete ziren Garaiaiko arduradun tekniko batek gainbegiratuta eta gutxi gora behera 30 minutu behar izan zituzten galderak erantzuteko.
- Gazteen foro parte-hartzailerako deialdia bi modu desberdinetan egin zen: alde batetik Garaiaiko teknikariak zuzenena gelaz-gela joan ziren foroa zertan datzan azalduz eta borondatez parte hartu nahi zuten ikasleen izenak jasoz. Eta beste alde batetik, irizpide desberdinak jarraitu ziren zuzenean ikasle espezifikoak hautatuz. Guztira 37 gaztek parte hartu zuten eta ordu eta erdiko iraupena izan zuten bi foro antolatu ziren.
- Prebentzio mahaiak erabakitako eragile desberdinei foro parte-hartzaileen inguruko informazio-orria luzatu zitzairen. Parte-hartzea guztiz borondatezkoa izan zen eta foro bakoitzak 2 orduko iraupena izan zuen. Bertan Garaiaiko teknikariek bideratuz taldeka gai desberdinen inguruko galderak erantzuten zituzten, amaieran tartea izanik denon artean ideia nagusiak partekatzeko.
- Nerabeei eta haien gurasoei azterlanaren helburu eta fase desberdinen berri eman zitzairen.
- Herritarrei zuzendutako galdetegiaren hedapena, informazio eta komunikaziorako teknologia digitalak erabiliz egin zen, besteak beste galdetegiaren QRa sareetan partekatuz.

Diagnostiko hau egiteko Prebentzio mahai bat sortu zen. Bertan, prozesu guztiaren faseak, deskribapena eta helburuak zehaztu eta gainbegiratu ziren.



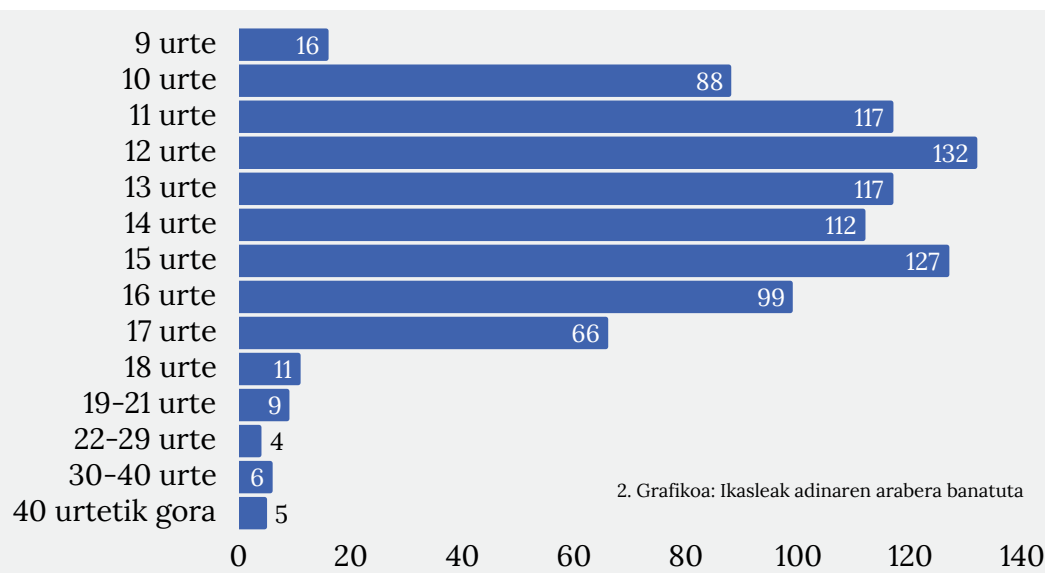
1- IKASTETXEA



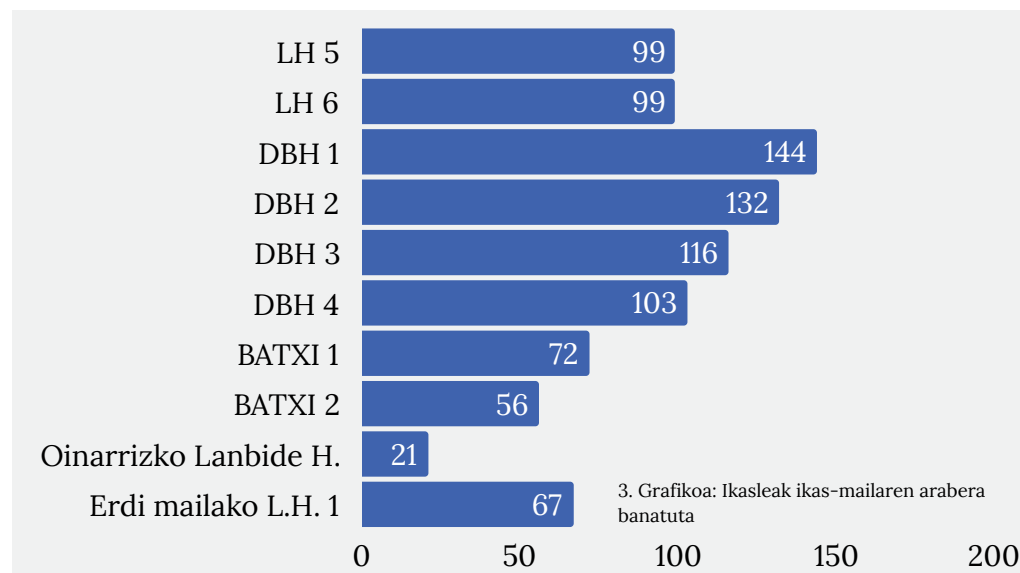
1.go Grafikoa: Ikasleak generoaren arabera banatuta

IKASTETXEA	Neskak	Mutilak	Ez Bitarrak	GUZTIRA
Kurtzebarri Eskola	32	38	0	70
Almen LH	56	47	0	103
Luis Ezeiza	12	13	0	25
Kurtzebarri Institutua	96	145	6	247
Almen DBH	194	181	3	378
Lanbide Eskola	20	64	2	86
GUZTIRA	410	488	11	909

1.go Taula: Parte-hartzailearen ikastetxeka banatuta



2. Grafikoa: Ikasleak adinaren arabera banatuta

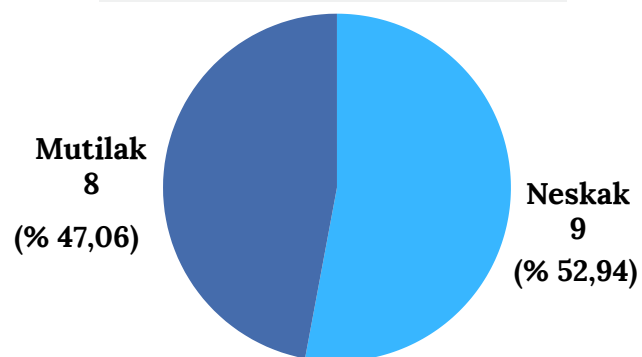


3. Grafikoa: Ikasleak ikas-mailaren arabera banatuta

2- UDALERRIETAKO GAZTEAK

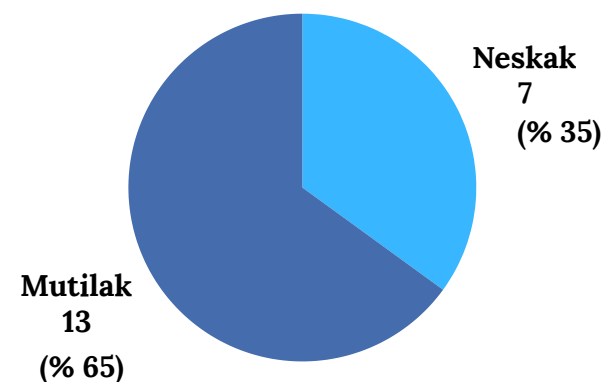
1.GO FOROA

1.go Taldea: DBH 1-2

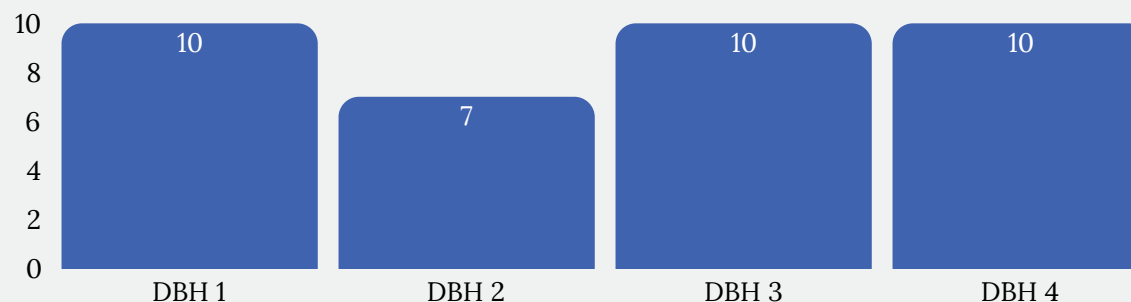


4. Grafikoa: Parte-hartzaileak generoaren arabera banatuta

2. Taldea: DBH 3-4



5. Grafikoa: Parte-hartzaileak generoaren arabera banatuta



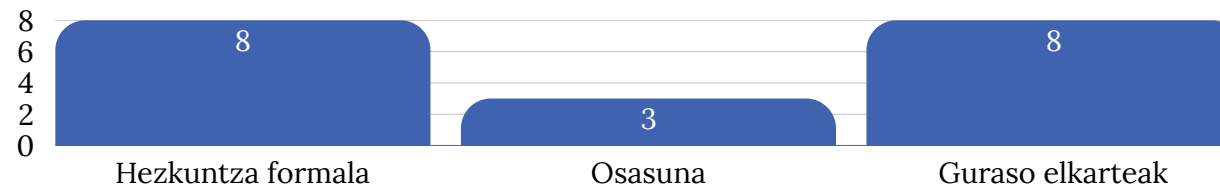
6. Grafikoa: Parte-hartzaileak adinaren arabera banatuta



3- UDALERRIETAKO ERAGILEAK

2. FOROA

Hezkuntza formala, osasuna eta guraso elkarteak: 19 partaide



7. Grafikoa: Parte-hartzaileak eremuaren arabera banatuta

3. FOROA

Hezkuntza ez-formala, udal teknikariak eta zinegotziak: 20 partaide



8. Grafikoa: Parte-hartzaileak eremuaren arabera banatuta

4. FOROA

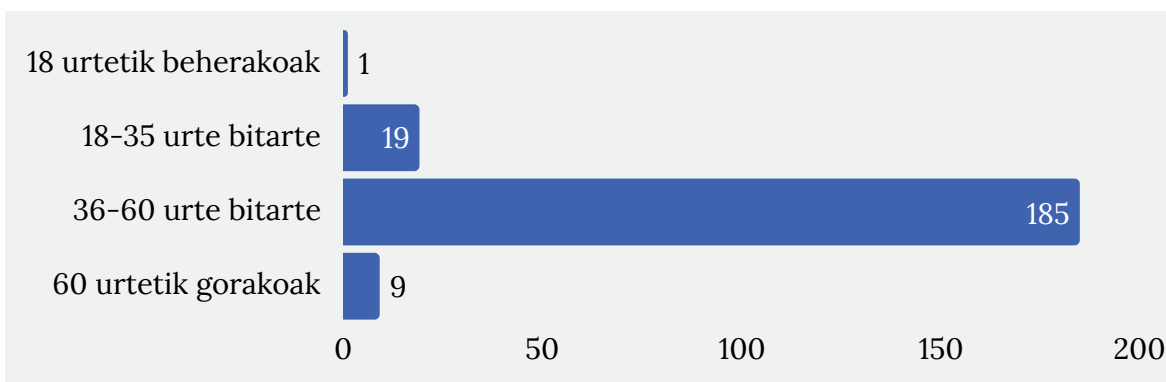
Elkarteak eta dendari-ostalariak: 9 partaide



9. Grafikoa: Parte-hartzaileak eremuaren arabera banatuta

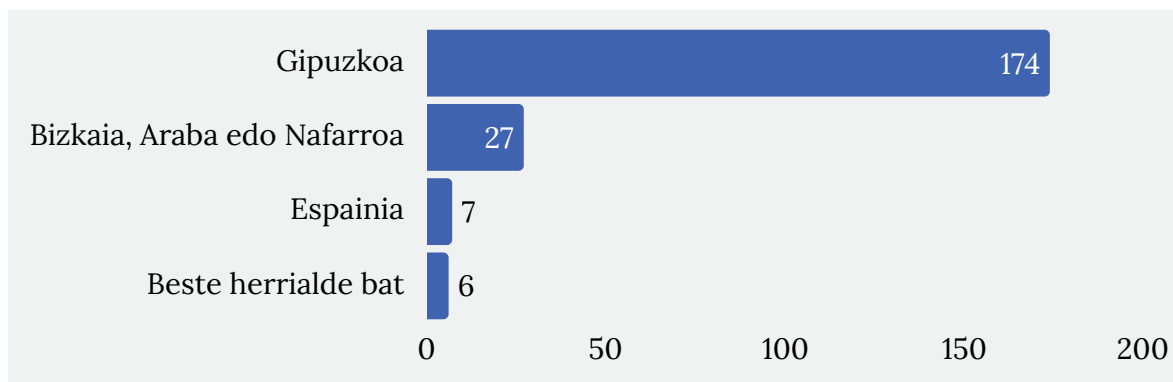
4- HERRITARRAK

ADINAK:



10. Grafikoa: Parte-hartzaileak adinaren arabera banatuta

JATORRIA:



11. Grafikoa: Parte-hartzaileak jatorriaren arabera banatuta

Galdetegi hau betetzen duzu?

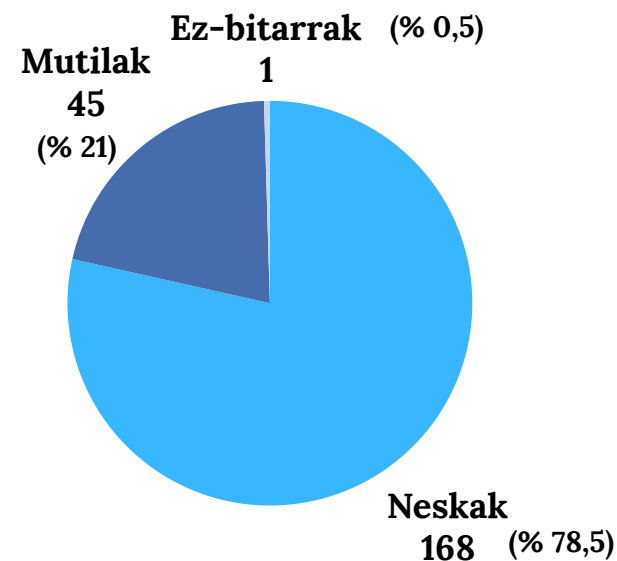
% 72,9 Guraso bezala.

% 15 Hezkuntzan lan egiten duen herritar bezala.

% 3,7 Osasunean lan egiten duen herritar bezala.

% 2,3 Herriko elkarte bateko kide bezala.

% 1,4 Ostalaritzan-merkataritzan lan egiten duen herritar bezala.



12. Grafikoa: Parte-hartzaileak generoaren arabera banatuta

EMAITZAK

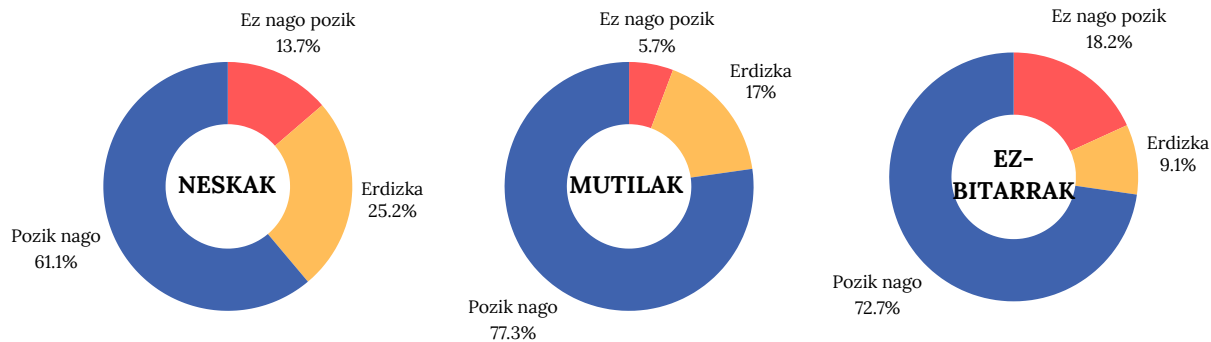


1- ARETXABALETA ETA ESKORIATZAKO IKASLEEN ERREALITATEA

Jarraian aurkeztuko dira ikasleen galdetegitik jasotako datuak. Bi galdetegi desberdin sortu zirenez, Lehen Hezkuntzarako bat eta Bigarren Hezkuntzarako beste bat, datu batzuk etapa zehatz bati bakarrik egiten diote erreferentzia. Bestalde, garrantzitsua da adieraztea ez-bitarren kopurua lagin txikia denez, talde horrekin lotutako datu batzuk ez direla sakon aztertuko, aurkeztutako emaitzen fidagarritasuna eta adierazgarritasuna bermatzeko asmoarekin eta ez dakigulako benetan kopuru adierazgarria den.

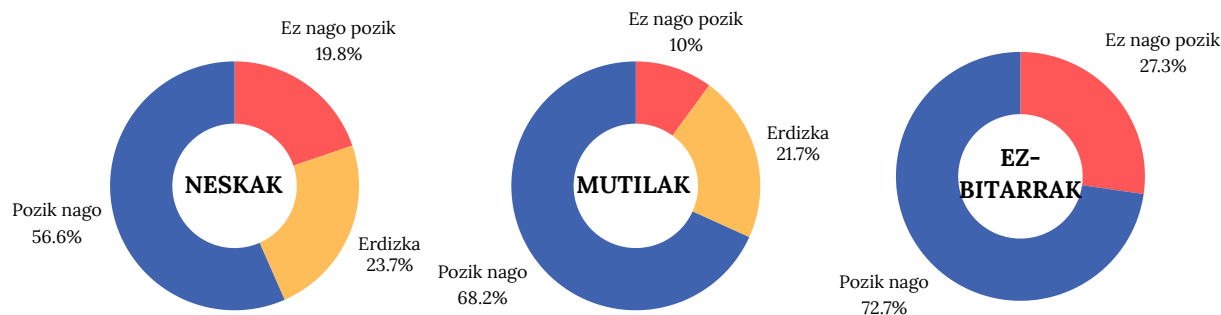
Zenbateraino zaude pozik zure bizitzako alderdi hauekin?

1- Zure gorputza eta irudiarekin:



13. Grafikoa: Gorputza eta irudiaren asebetetze maila generoaren arabera

2- Zure pisuarekin:



14. Grafikoa: Pisuaren asebetetze maila generoaren arabera

POZIK EDO OSO POZIK: mutilak dira beraien gorputz eta irudiarekiko pertzepzio baikorra dutenak.

- Mutilen % 77,3
- Ez-bitarren % 72,7
- Nesken % 61,1

Mutilen eta nesken artean **16** puntuko desberdintasuna dago eta gainera **nesken % 13,7a** eta **ez-bitarren % 18,2a ez daude batere pozik, mutilen % 5,7ren** aldean.

POZIK EDO OSO POZIK: ez-bitarrak dira beraien pisuarekiko pertzepzio baikorra dutenak:

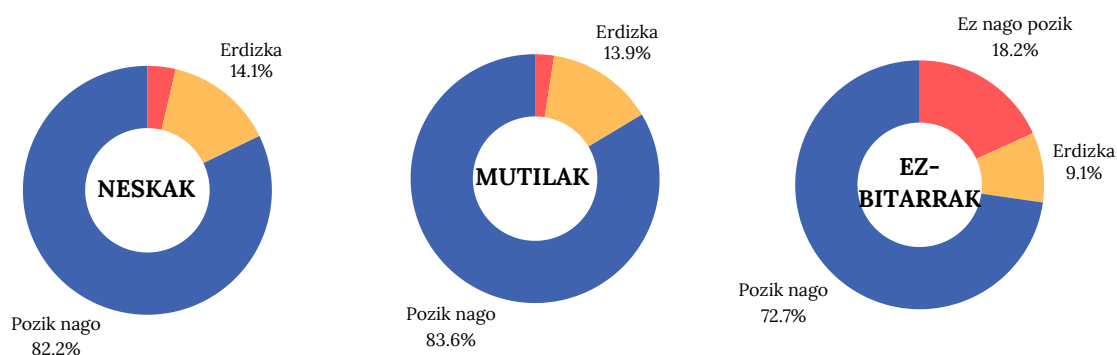
- Ez-bitarren % 72,7
- Mutilen % 68,2
- Nesken % 56,6

Pozik dauden neskak, ez-bitarren eta mutilen baino gutxiago dira (**16-11** puntuko desberdintasunarekin). **Ez-bitarren % 27,3a** eta **nesken % 19,8a ez dago batere pozik bere pisuarekin, mutilen % 10aren** aldera.

EMAITZAK: Bizitzako alderdi deberdinen gogo-betetze maila

11

3- Zure nortasunarekin:



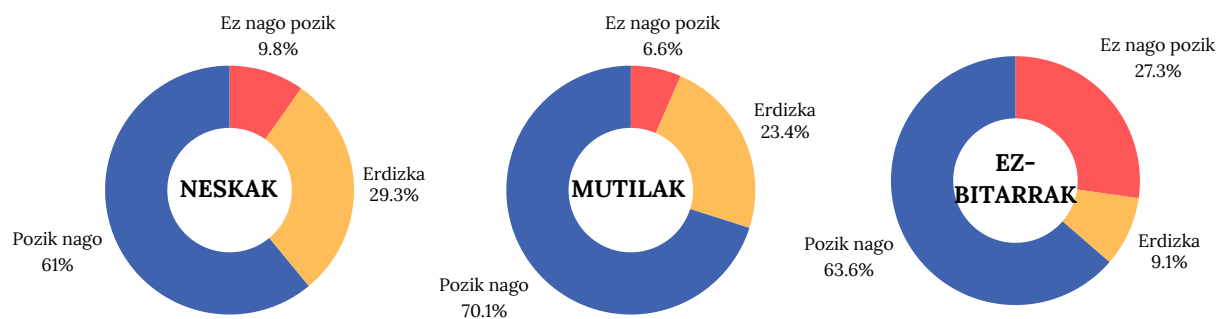
15. Grafikoa: Nortasunaren asebetetze maila generoaren arabera

POZIK EDO OSO POZIK: mutilak dira beraien nortasunarekiko pertzepzio **baikorragoa** dutenak:

- Mutilen % 83,6
- Nesken % 82,2
- Ez-bitarren % 72,7

Ez- bitarren % 18,2a ez dago batere pozik bere nortasunarekin, **mutilen % 2,5** eta **nesken % 3,7aren** aldera.

4- Zure elikadura ohiturekin:



16. Grafikoa: Elikadura ohituren asebetetze maila generoaren arabera

POZIK EDO OSO POZIK: mutilak dira beraien elikadura ohiturekiko pertzepzio **baikorragoa** dutenak:

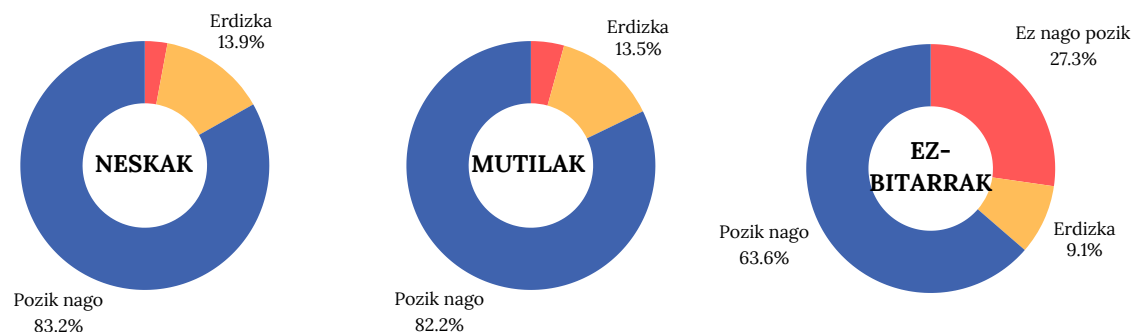
- Mutilen % 70,1
- Ez-bitarren % 63,6
- Nesken % 61

Ez- bitarren % 27,3a ez dago batere pozik bere elikadura ohiturekin, **mutilen % 6,6** eta **nesken % 9,8aren** aldera.

EMAITZAK: Bizitzako alderdi deberdinen gogo-betetze maila

12

5- Zure osasunarekin:



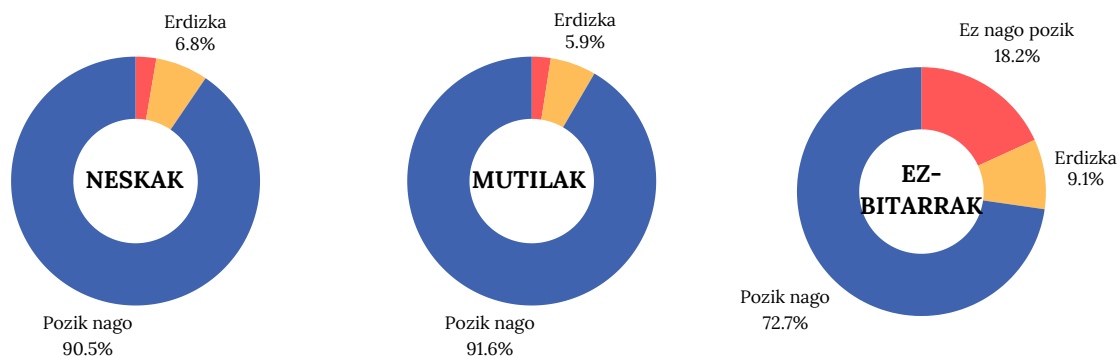
17. Grafikoa: Osasunaren asebetetze maila generoaren arabera

POZIK EDO OSO POZIK: neskak dira beraien osasunarekiko pertzepzio baikorragoa dutenak:

- Nesken % 83,2
- Mutilen % 82,2
- Ez-bitarren % 63,6

Ez- bitarren % 27,3a ez dago batere pozik bere osasunarekin, mutilen % 13,5 eta nesken % 13,9aren aldera.

6- Zure familiarekin:



18. Grafikoa: Familiarekin asebetetze maila generoaren arabera

POZIK EDO OSO POZIK: mutilak dira beraien familiarekiko pertzepzio baikorragoa dutenak:

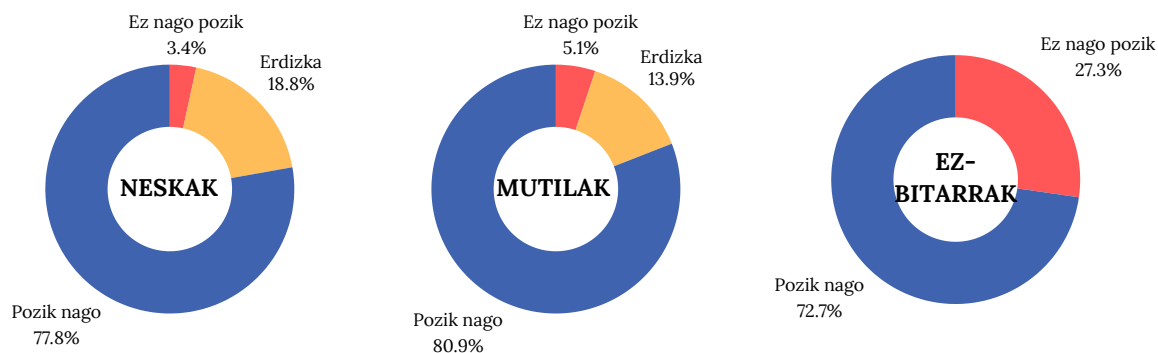
- Mutilen % 91,6
- Nesken % 90,5
- Ez-bitarren % 72,7

Ez- bitarren % 18,2a ez dago batere pozik bere familiarekin, mutilen % 5,9 eta nesken % 6,8aren aldera.

EMAITZAK: Bizitzako alderdi deberdinen gogo-betetze maila

13

7- Zure ikaskideekin:



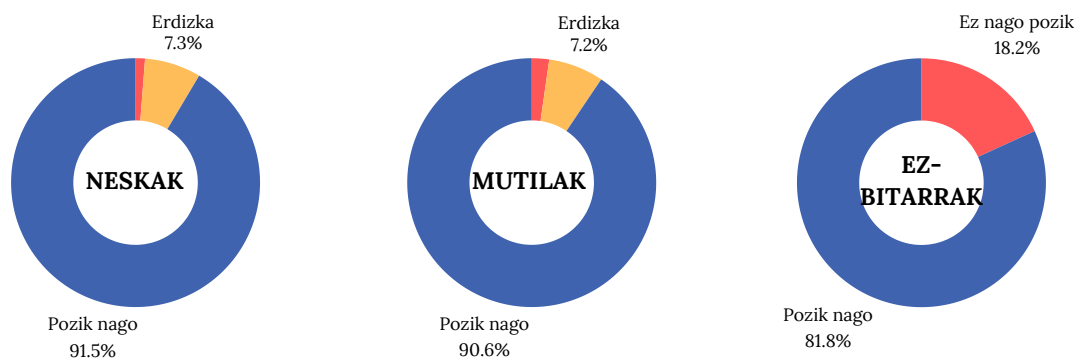
19. Grafikoa: Ikaskideekin asebetetze maila generoaren arabera

POZIK EDO OSO POZIK: mutilak dira beraien ikaskideekiko pertzepzio baikorragoa dutenak:

- Mutilen % 80,9
- Nesken % 77,8
- Ez-bitarren % 72,7

Ez- bitarren % 27,8a ez dago batere pozik bere ikaskideekin, mutilen % 5,1 eta nesken % 3,4aren aldera.

8- Zure lagunekin:



20. Grafikoa: Lagunekin asebetetze maila generoaren arabera

POZIK EDO OSO POZIK: neskak dira beraien lagunekiko pertzepzio baikorragoa dutenak:

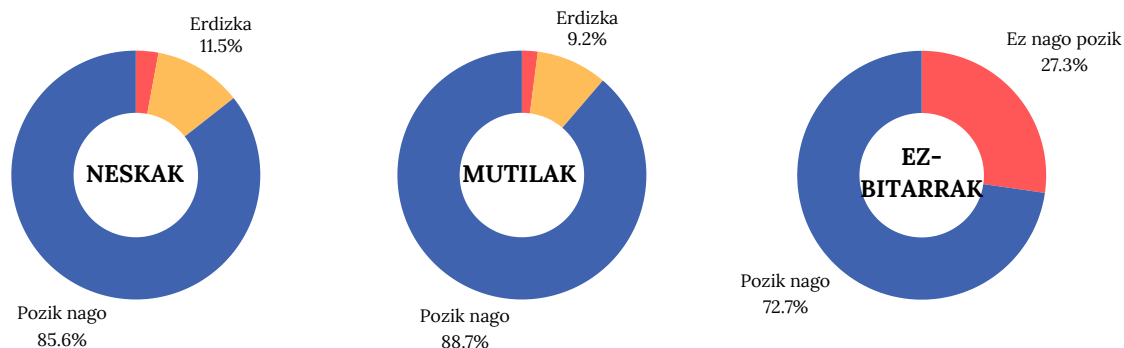
- Nesken % 91,5
- Mutilen % 90,6
- Ez-bitarren % 81,8

Ez- bitarren % 18,2a ez dago batere pozik bere lagunekin, mutilen % 2,3 eta nesken % 1,2aren aldera.

EMAITZAK: Bizitzako alderdi deberdinen gogo-betetze maila

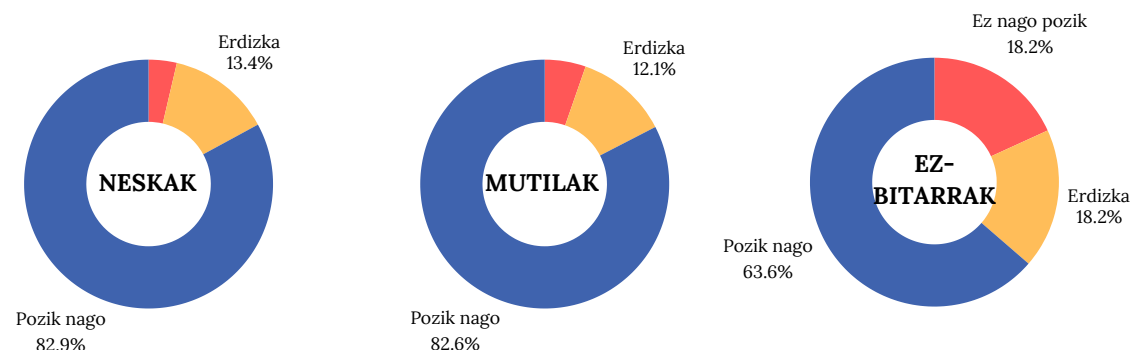
14

9- Zure denbora librean egiten dituzun ekintzekin:



21. Grafikoa: Denbora librearen asebetetze maila generoaren arabera

10- Bizi zaren herri edo auzoarekin:



22. Grafikoa: Herri edo auzoaren asebetetze maila generoaren arabera

POZIK EDO OSO POZIK: mutilak dira beraien denbora librean egiten dituzten ekintzekiko pertzepzio baikorra dutenak:

- Mutilen % 88,7
- Nesken % 85,6
- Ez-bitarren % 72,7

Ez- bitarren % 27,3a ez dago batere pozik bere denbora libreko ekintzekin, **mutilen % 2** eta **nesken % 2,9aren** aldera.

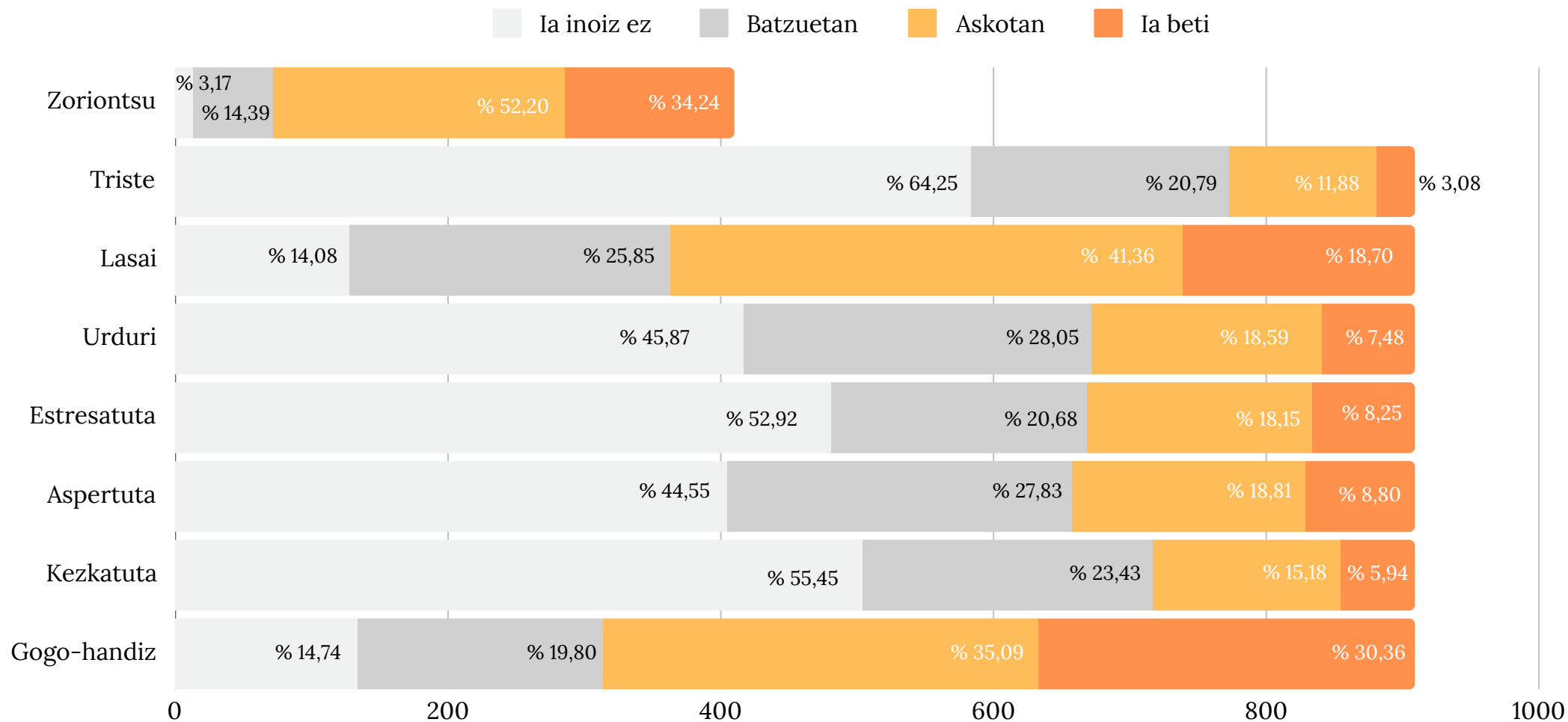
POZIK EDO OSO POZIK: neskak dira beraien ikaskideekiko pertzepzio baikorra dutenak:

- Nesken % 82,9
- Nesken % 82,6
- Ez-bitarren % 63,6

GAZTEEN % 85,92a POZIK DAGO BERE BIZITZAREKIN

MUTILEN % 86,27, NESKEN % 86,10 eta EZ-BITARREN % 63,64

Azken hilebete honetan, zenbatero sentitu zara...



23. Grafikoa: Azken hilabetean bizitako emozioen maiztasuna

Gazteen artean azken hilabetean gehien bizitako emozioak eta sentimenduak **zoriontasuna, gogo-handia eta lasaitasuna** izan dira.

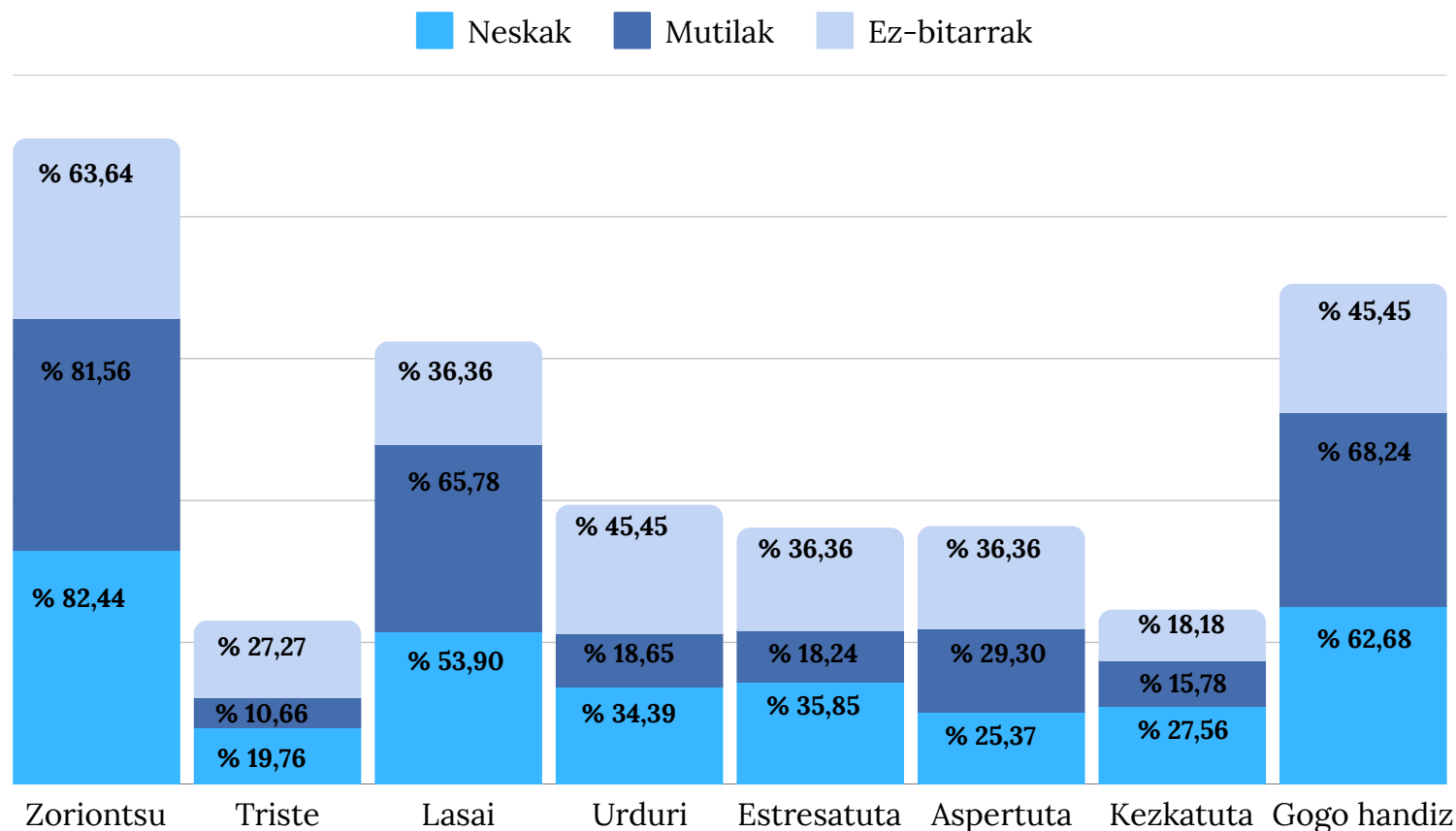
1- **ZORIONTASUNA** % 80,64
 2- **GOGOTSU** % 65,45
 3- **LASAITASUNA** % 60,06
 4- **ASPERDURA** % 27,61

5- **ESTRESA** % 26,4
 6- **URDURITASUNA** % 26,07
 7- **KEZKA** % 21,12
 8- **TRISTURA** % 14,96

EMAITZAK: Azken hilabeteko emozio-egoera

16

AZKEN HILABETEAN ASKOTAN EDO IA BETI SENTITUTAKO EMOZIO ETA SENTIMENDUAK GENEROAREN ARABERA:



24. Grafikoa: Azken hilabetean askotan edo beti bizitako emozioak generoaren arabera

URDURI

EZ BITARREN % 45,45

NESKEN % 34,39

MUTILEN % 18,65

ESTRESATUTA

EZ BITARREN % 36,36

NESKEN % 35,85

MUTILEN % 18,24

KEZKATUTA

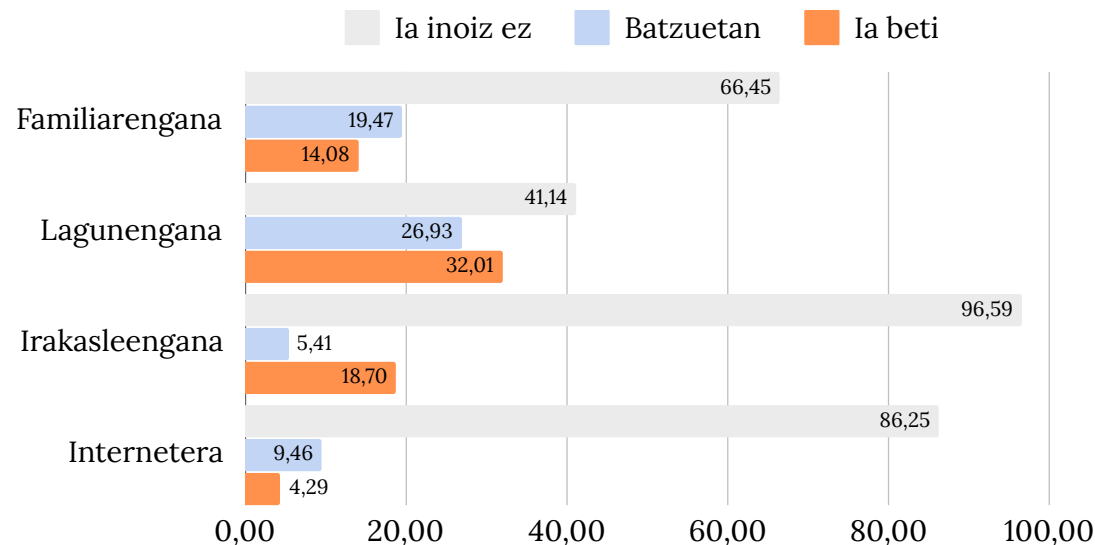
NESKEN % 27,56

EZ BITARREN % 18,18

MUTILEN % 15,78

Ez bitarren ondoren neskak dira estresa, urduritasuna, kezka eta tristura gehien bizitzen dutenak; urduritasuna eta estresaren kasuan 15-17 puntuko desberdinatsuna egonik. Hala ere gehiengoak eta oso desberdinatsun gutxi egonik neska eta mutilen artean, zoriontasuna, gogo handia eta lasaitasuna dira gehien bizi izan dituzten sentimenduak.

Sexualitatearen inguruan hitz egin nahi duzunean, nora jotzen duzu?



25. Grafikoa: Sexualitatearen inguruan hitz egiteko norengana joango ziren

% 41,14 LAGUNENGANA

(Ez-bitarren % 63,64, nesken % 63,41 eta mutilen % 54,92)

% 33,55 FAMILIARENGANA

(Nesken % 39,02, mutilen % 29,30 eta ez-bitarren % 18,18)

% 13,75 INTERNETERA

(Ez-bitarren % 36,36, mutilen % 14,96 eta nesken % 11,71)

% 8,25 IRAKASLEENGANA

(Ez-bitarren % 18,18, mutilen % 7,38 eta nesken % 6,83)

Sexualitateari buruz daukazuen informazioa nahikoa dela uste duzu?

	Neskak	Mutlak	Ez-bitarrak	GUZTIRA
Bai, nahikoa da	% 41,71	% 44,88	% 63,64	397 (% 43,67)
Ez, ez da nahikoa	% 20,00	% 17,62	% 9,09	169 (% 18,59)
Ez dakit	% 38,29	% 37,50	% 27,27	343 (% 37,73)

% 43,67 BAI, NAHIKOA DA

% 37,73 EZ DAKIT

% 18,59 EZ, EZ DA NAHIKOA

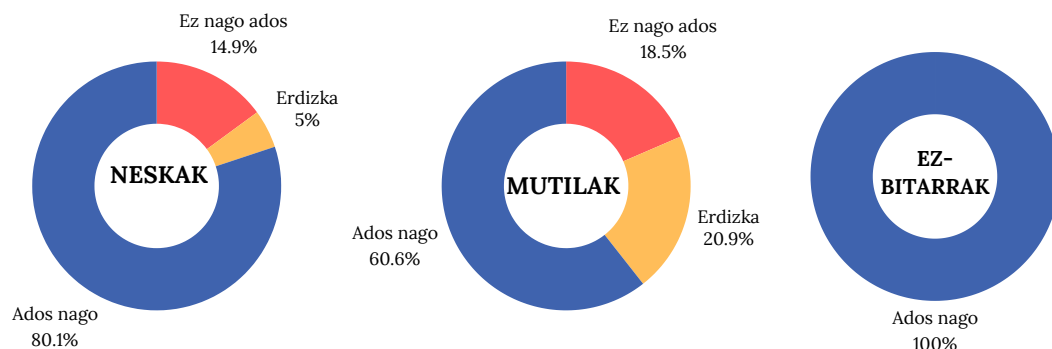
2. Taula: Sexualitatearen inguruan daukaten informazioa nahikoa den edo ez generoaren arabera

EMAITZAK: Sexualitatea (Sinesmenak)

18

Adierazi zure adostasun edo desadostasun maila: (DBH eta ondorengoen emaitzak)

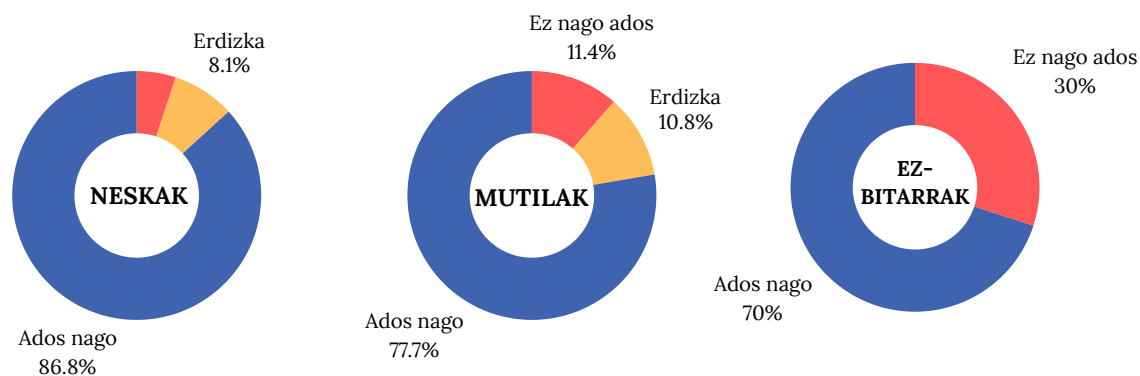
1- Nire desirak edo nahiak adierazten ditut:



26. Grafikoa: Desirak edo nahiak adierazten dituzten generoaren arabera

Ez-bitar guztiak ados daude baieztapen honekin. Neskak mutilak baino gehiago dira beraien desirak eta nahia adierazteran dutenak; **nesken % 80,1ak adierazten ditu eta mutilen % 60,6k.**

2- Iritziz aldatzeko eskubidea dudala uste dut:



27. Grafikoa: Iritziz aldatzeko eskubidea duten edo ez generoaren arabera

Neskak dira baieztapen honekin ados dauden gehiengoak, hau da **neskek % 86,8k iritzia aldatzeko eskubidea duela uste du, mutilen % 77,7k eta ez-bitarren % 70ak.**

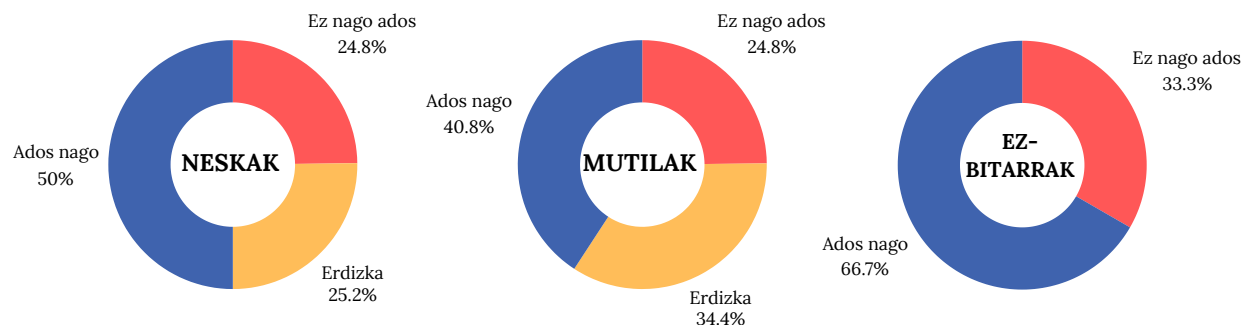
Kontrakoa uste dutenen artean, gehiengoak ez-bitarrak dira % 30 batekin eta jarraian mutilak % 11,4arekin.

Nesken % 5,1ak bakarrik uste du iritzia aldatzeko eskubiderik ez duela.

EMAITZAK: Sexualitatea (Sinesmenak)

19

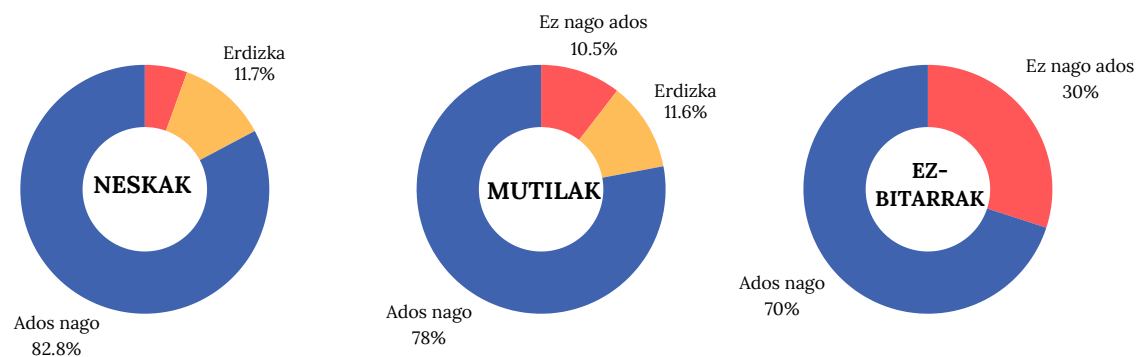
3-Besteen nahiak edo desirak betetzen saiatzen naiz, nahiz eta batzuetan nire gogoz kontra izan:



Ez bitarren % 66,7a, nesken % 50a eta mutilen % 34,4a beste nahiak betetzen saiatzen da nahiz eta hauek gogo kontra izan.

28. Grafikoa: Beste nahiak betetzen saiatzen diren edo ez generoaren arabera

4- Nire gorputzarekin nahi dudana egiteko eskubidea dudala uste dut:



Neskak dira beraien gorputzarekin nahi dutena egiteko eskubidea dutela uste duten gehiengoa; nesken % 82,8, mutilen % 78 eta ez-bitarren % 70a.

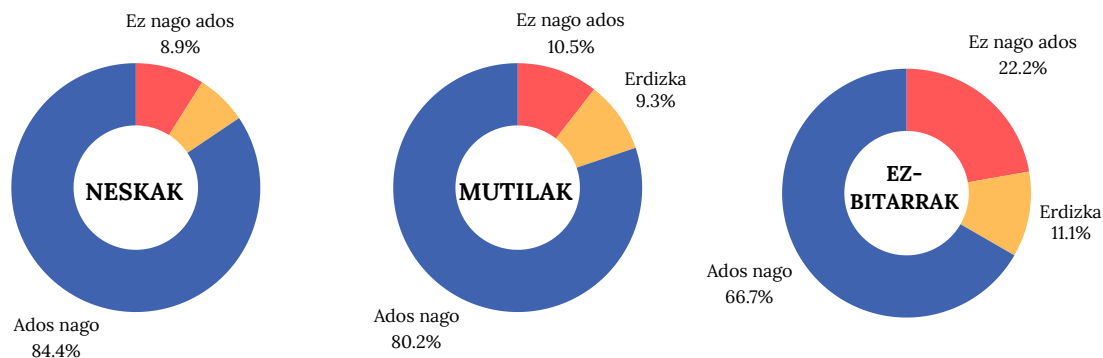
Eta ez bitarren % 30ak ez du uste bere gorputzarekin nahi duena egiteko eskubidea duenik.

29. Grafikoa: Gorputzarekin nahi dudana egiteko eskubidea duten edo ez generoaren arabera

EMAITZAK: Sexualitatea (Sinesmenak)

20

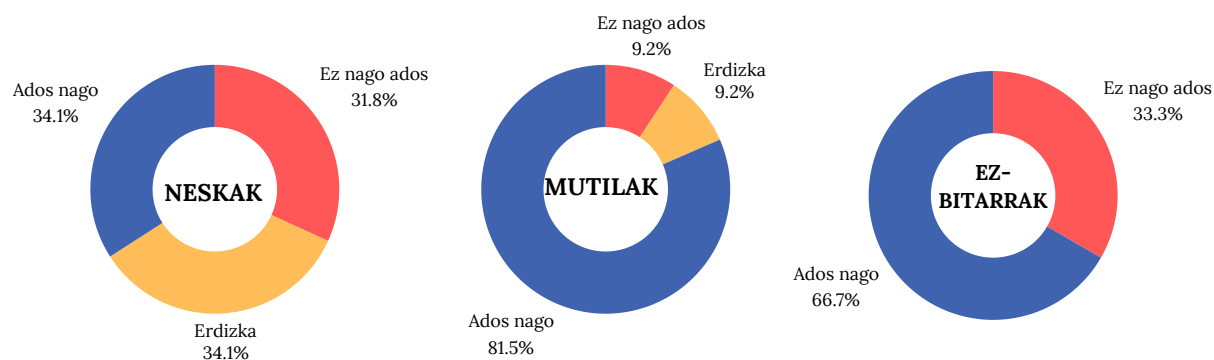
5- Sexu-harremanak izango ditut, baldin eta beste pertsona nirekin sexu-harremanak izateko prest badago:



30. Grafikoa: Sexu-harremanak izateko baieztapena egon behar den edo ez generoaren arabera

Kasu honetan neska eta mutilen artean ez dago desberdintasunik, bai ordea ez-bitarren artean; **ez-bitarren % 22,2ak** adierazi baitu ez dituela harreman sexual onartuak izango, **mutilen % 10,5** eta **nesken % 8,9aren** aldera.

6- Bestearen gozamena ere kontuan hartu behar dut:



31. Grafikoa: Gozamenak partekatua zian behar duen edo ez generoaren arabera

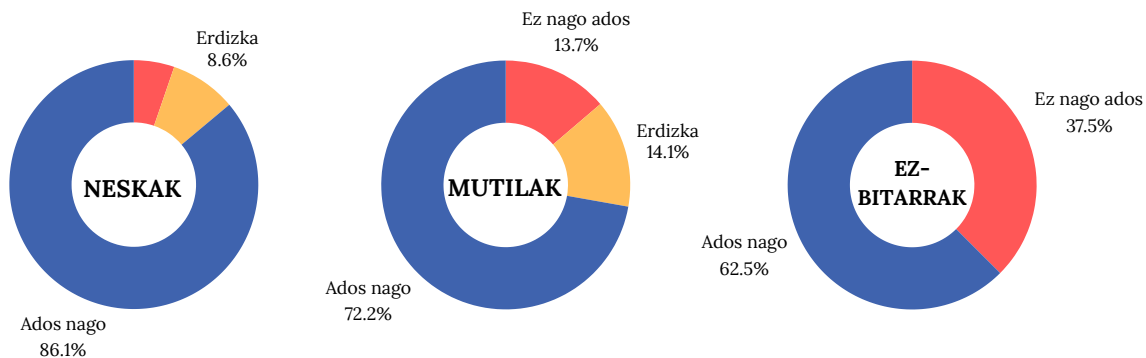
Nesken artean iritzien banaketa dago baieztapen honekin. **% 34,1ak** bestaren gozamena kontutan izan behar dela uste du eta beste **% 31,8ak** kontrakoa uste du.

Mutilek ordea, oso argi dute gozamena partekatua izan behar dela, % 81,5a ados egonik baieztapen honekin. **Ez bitarren % 66,7a** ere ados dago.

EMAITZAK: Sexualitatea (Sinesmenak)

21

7- Guztiok berdinak gara, edozein direla ere gure sexua eta sexualitatea bizitzeko modu:

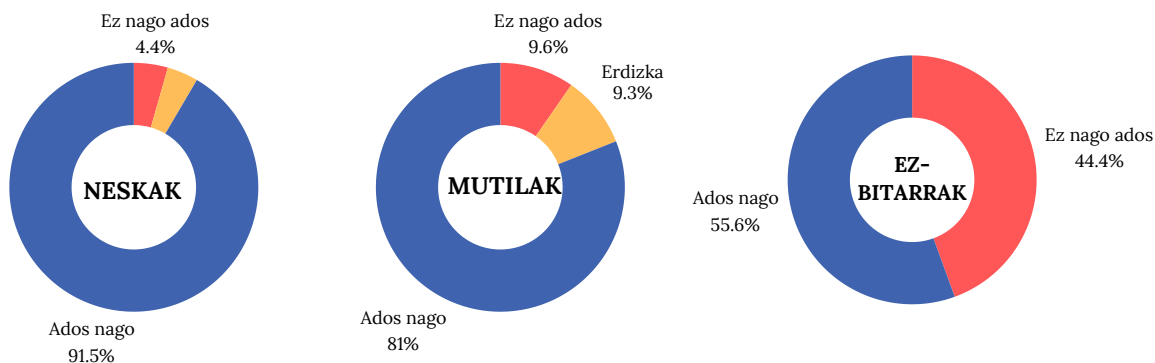


32. Grafikoa: Sexualitatea bizitzeko modu asko daudela onartzea generoaren arabera

Nesken % 86,1a, mutilen % 72,2a eta ez-bitarren % 62,5a ados dago, hots, guztiok berdinak gara edozein izanik gure sexualitatea bizitzeko modua.

Kontrakoa uste dutenen artean ez-bitarrak gehiengoak dira; **ez-bitarren % 37,5ek uste du denok ez gara berdinak, mutilen % 13,7 eta nesken % 5,3aren aldera.**

8- Nire bikotekidea izan nahi duen eska diezaioket pertsona bati. Ezin dut inor nire bikotekide izatera behartu:



33. Grafikoa: Bikotea izaten ezin dut inor behartu generoaren arabera

Neska zein mutilak ados daude baieztapen honekin nahiz eta mutilen artean desberdintasun gehigo egon. **Nesken % 91,5ak, mutilen % 81ak eta ez-bitarren % 55,6ak inor ezin duela bere bikotekide izatera behartu** uste dute.

Ez bitarren artean aldiz, % 44,4ak pertsona bati bere bikotekide izatera behartu ahal diola uste du.

Zenbatero egiten duzu hurrengo ekintzaren bat?

NOIZBAIT, URTERO, HILABETERO EDO ASTERO ERABILI DUTENEN EMAITZAK GENEROAREN ARABERA:

Ez bitarren % 100ak erabili ditu noizbait, urtero, hilabetero edo astero.



Telesailak/pelikulak



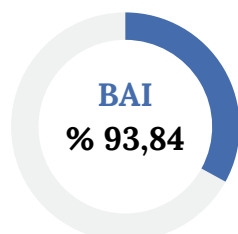
Erabili al duzu?

Nesken % 98,78

Mutilen % 96,31



Sare-sozialak



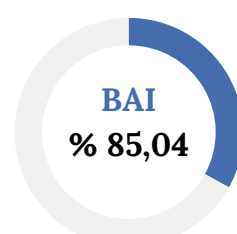
Erabili al duzu?

Mutilen % 95,7

Nesken % 91,95



Bat-bateko mezularitza



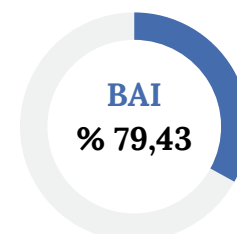
Erabili al duzu?

Nesken % 88,78

Mutilen % 81,97



Bideo-jokoak



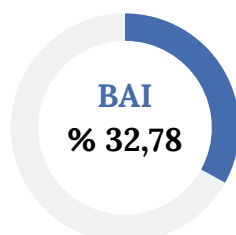
Erabili al duzu?

Mutilen % 93,65

Nesken % 62,44



Dirua jokatu off-line



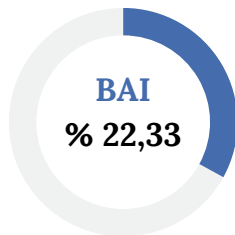
Erabili al duzu?

Mutilen % 37,70

Nesken % 20,02



Pornografia



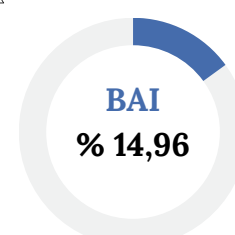
Erabili al duzu?

Mutilen % 32,79

Nesken % 8,54



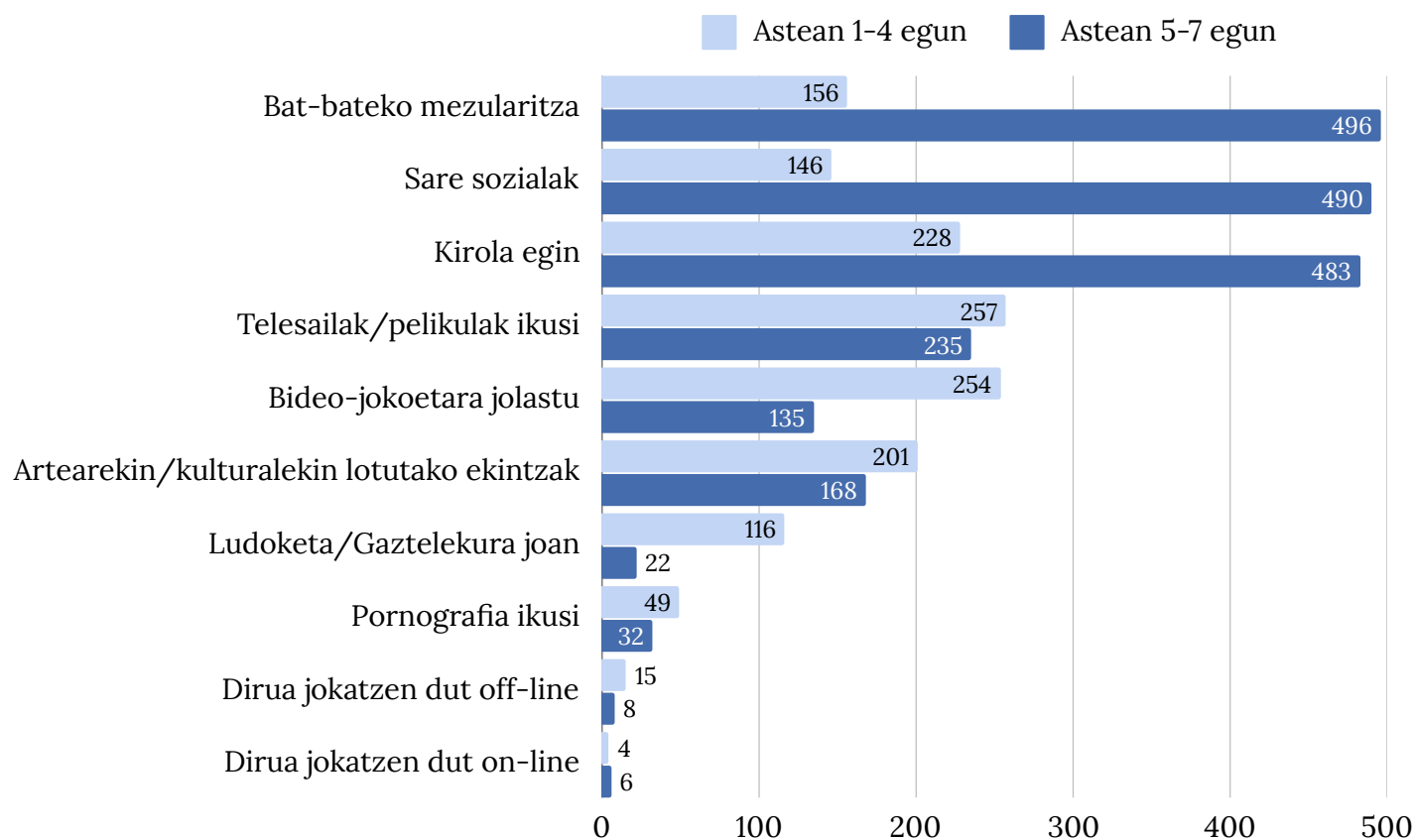
Dirua jokatu on-line



Erabili al duzu?

Mutilen % 29,30

Nesken % 25,37

ASTERO EGUN 1ETIK 7 EGUN ARTE ERABILTZEN/EGITEN DUTENAREN EMAITZAK:


- Ikusten den bezala, teknologia digitalek indarra daukate gazteen denbora librean.
- Bat-bateko mezularitza, sare sozialak eta kirola egitea dira astean 5-7 egunetako ekintza nagusiak.
- Astean gehien ematen diren ekintzak:

% 78,22 Kirola

% 71,72 Bat-bateko mezularitza

% 69,97 Sare sozialak

% 54,12 Telesailak/pelikulak ikusi

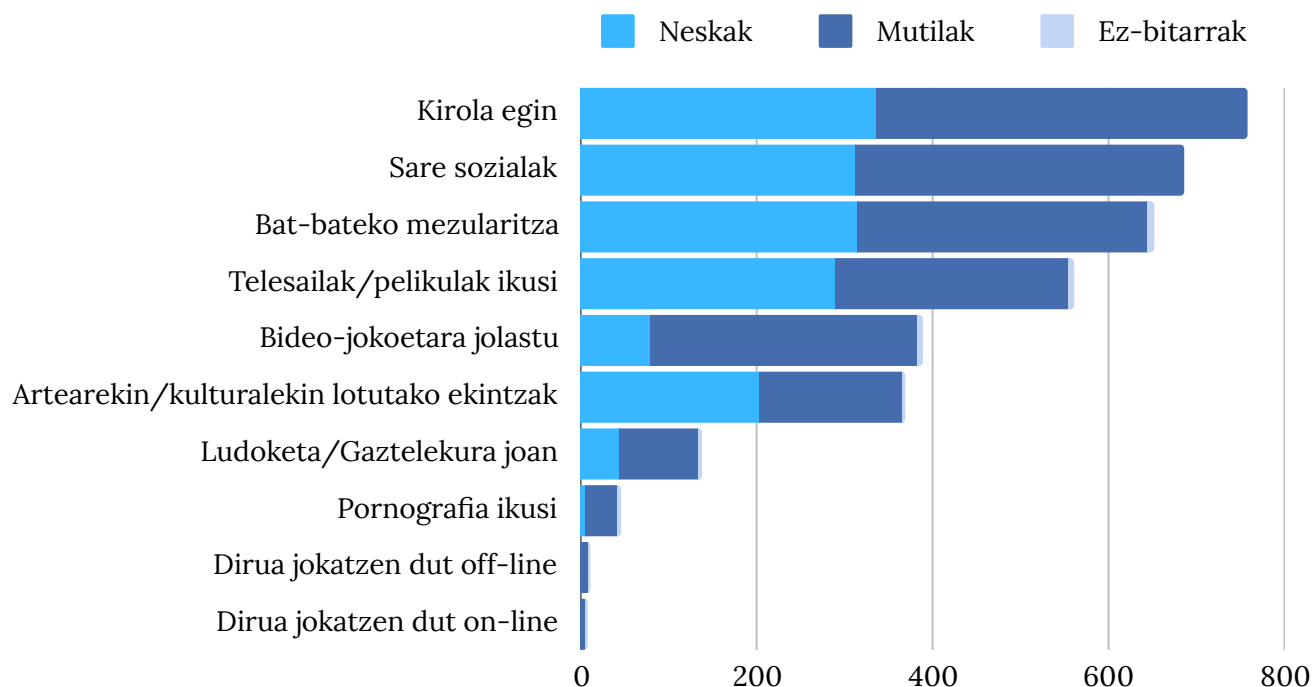
% 42,79 Bideo-jokoak

% 40,59 Arteak/kultura

34. Grafikoa: Ikasleek astero egiten dituzten ekintzak

EMAITZAK: Denbora librea, teknologia digitalak, apustuak eta jokoa

24

**ASTERO EGUN 1ETIK 7 EGUN ARTE ERABILTZEN EGITEN DUTENAREN
EMAITZAK GENEROAREN ARABERA:**


35. Grafikoa: Ikasleek astero egiten dituzten ekintzak generoaren arabera

Genero aldetik, arte/kultura ekintzak, bat-bateko mezularitza eta telesailak/pelikulak ikusi izan ezik, astero egiten dituzten beste jarduerak guztietan **mutilak dira gehien erabiltzen dituztenak**.

Desberdintasun handienak, bideo-jokoetan, telesailak/pelikulak ikusi, pornografia eta artea/kultura ekintzetan daude.

Dirua jokatu

Ez-bitarren % 18,18

Mutilen % 3,07

Nesken % 0

Bideo jokoa

Mutilen % 62,29

Ez-bitarren % 54,55

Nesken % 19,27

Pornografia

Ez-bitarren % 36,36

Mutilen % 7,58

Nesken % 1,22

Telesailak/pelikulak

Nesken % 70,73

Ez-bitarren % 54,55

Mutilen % 54,30

Ludoteka/Gazteleku

Ez-bitarren % 36,36

Mutilen % 18,44

Nesken % 10,73

Bat-bateko mezularitza

Nesken % 76,83

Ez-bitarren % 72,73

Mutilen % 67,42

Sare sozialak

Mutilen % 76,63

Nesken % 76,10

Ez-bitarren % 63,64

Kirola egin

Mutilen % 86,48

Nesken % 81,95

Ez-bitarren % 54,55

Artea/kultura

Nesken % 70,73

Mutilen % 54,30

Ez-bitarren % 27,27

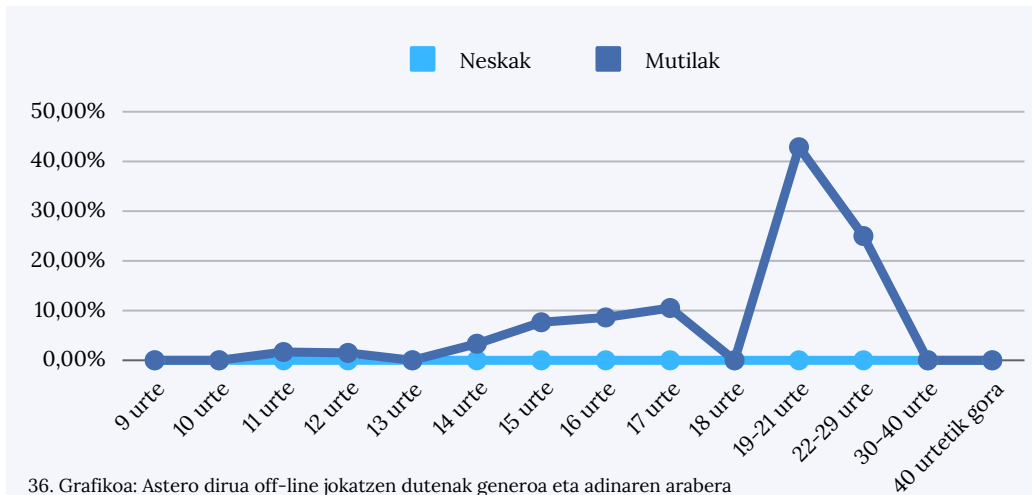

Genero desberdintasunak

EMAITZAK: Denbora libre, teknologia digitalak, apustuak eta jokoak

25



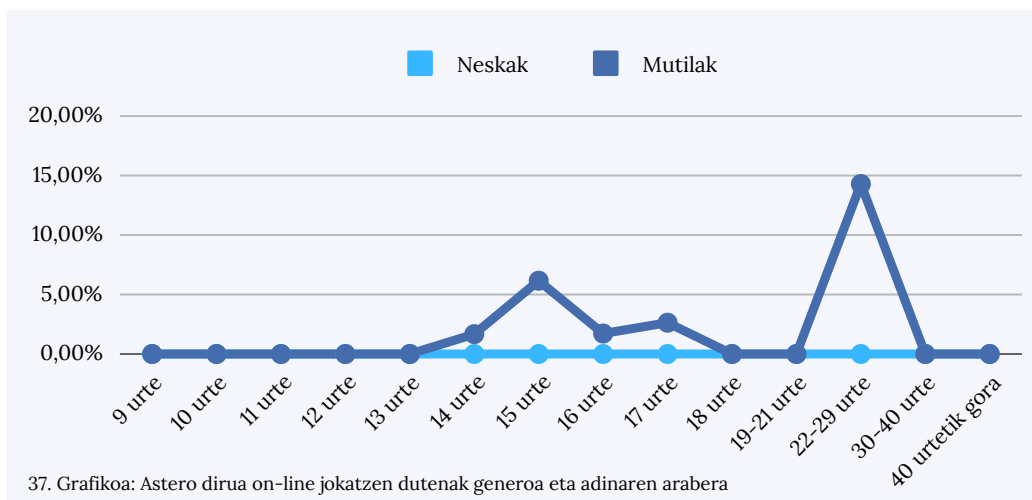
Dirua jokatu off-line



36. Grafikoa: Astero dirua off-line jokatzeko dutenak generoa eta adinaren arabera



Dirua jokatu on-line



37. Grafikoa: Astero dirua on-line jokatzeko dutenak generoa eta adinaren arabera

ASTERO EGUN 1ETIK 7 EGUN ARTE ERABILTZEN DUTENEN
EMAITZAK GENEROA ETA ADINA KONTUTAN IZANDA:

Ekintza hau gehienbat **mutilek egiten dute**, 19-21 urte bitarteak izanik **gehien egiten dutenak**.

14 urtetik 15 urtera 4,32 puntuko igoera dago, **16 urterekin** mantentzen da eta **17 urterekin mutilen % 10,52ak** jokatzen du.

Ez dago dirua jokatzen duen neskarik.

Orokorrean **internetetik kanpo gehiago jokatzen da**. On-line kasuan mutilak dira gehien jokatzen dutenak. Kasu honetan, **22-29 urtekoak dira gehien jokatzen dutenak % 14,29 batekin**.

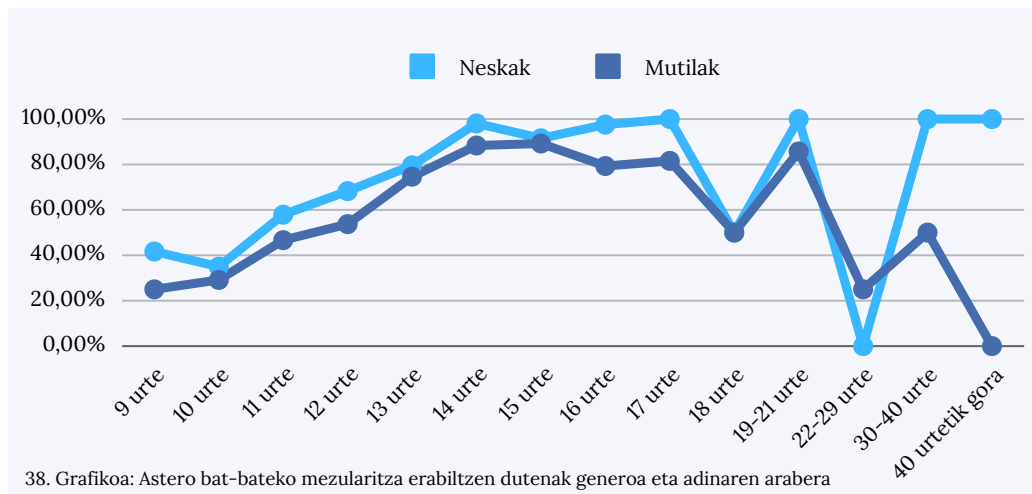
Internetetik kanpoko diru-jokoan bezala, **hemen ere ez dago diru-jokoan aritzen den neskarik**.

EMAITZAK: Denbora libre, teknologia digitalak, apustuak eta jokoa

26



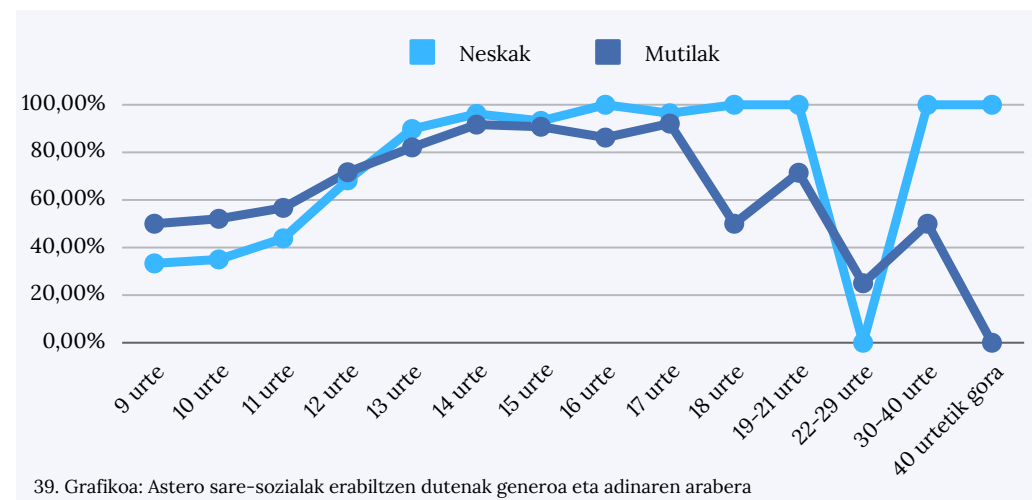
Bat-bateko mezularitza



38. Grafikoa: Astero bat-bateko mezularitza erabiltzen dutenak generoa eta adinaren arabera



Sare-sozialak



39. Grafikoa: Astero sare-sozialak erabiltzen dutenak generoa eta adinaren arabera

Neskek mutilek baino zertxobait gehiago erabiltzen du bat-bateko mezularitza.

Neska eta mutilen arteko **desberdinatsunik handiena 17 urterik** ematen da; adin honetan **nesken % 100ak** erabiltzen du eta **mutilen % 81,57k**.

9 urtetik 14 urtera igoera nabarmena dago eta ondoren erabiltzaileen kopurua mantentzen doa. Adin tarte honetan igoerarik handienak **10 urtetik 11 urtera eta 13 urtetik 14 urtera ematen dira**; **10 urtetik 11 urtera** nesketan **22,9 puntu** igotzen da eta **mutiletan 17,51**. **13 urtetik 14 urtera aldiz, nesketan 18,49** puntuko igoera dago eta **mutiletan 13,71**.

12 urtetik aurrera neskek mutilek baino gehiago erabiltzen dituzte sare sozialak. **Desberdintasun handiena 18 urtetan egonik**. Adin txikikoak kontutan izanik, **genero guztietan 11 urtetik 12 urtera igoera nabarmena** da 14 urte izanik erabilera mantentzen den adina.

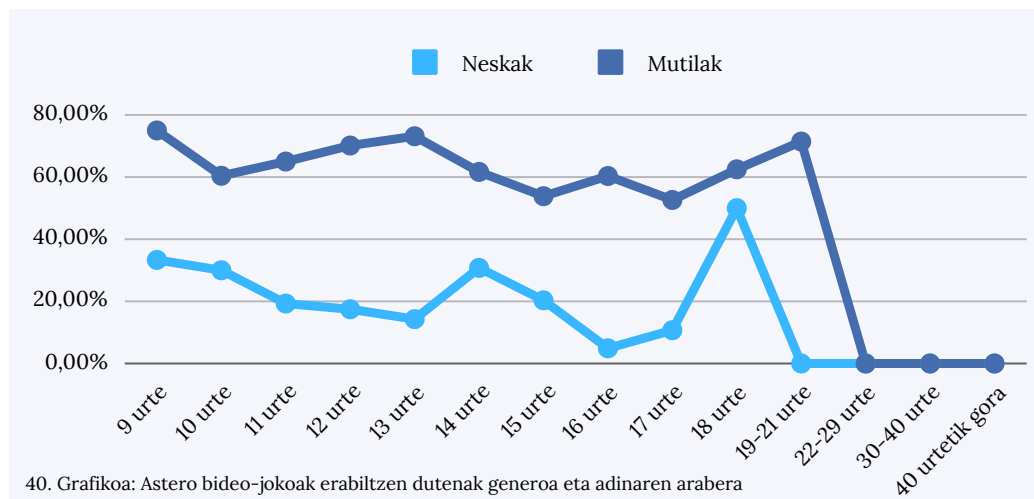
11 urterekin mutilen % 56,67k erabiltzen ditu eta **12 urterekin % 71,64k**. Nesken kasuan **11 urterekin % 43,86k** erabiltzen ditu eta **12rekin % 68,25ek**.

EMAITZAK: Denbora libre, teknologia digitalak, apustuak eta jokia

27



Bideo-jokoak

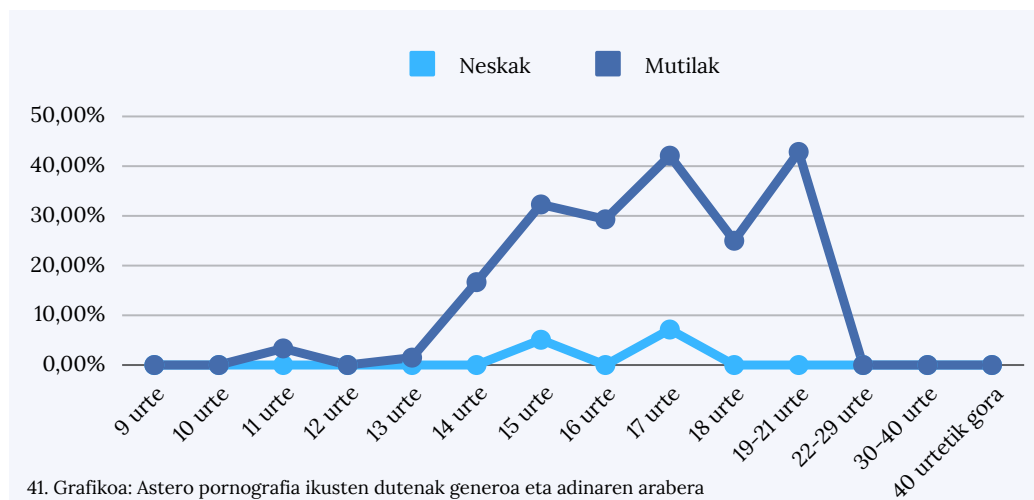


Bideo-jokoetan, adin guztietan **mutilak dira gehien erabiltzen dituztenak**, batez ere **9-13 urte** bitarte (gehien jolasten dutenak **13 urtekoak izanik, % 73,14**) eta **19-21 urte bitartekoak % 71,43**.

Nesken kasuan aldiz, **9 urterekin % 33,33ak** jolasten du, hortik eta 13 urtera arte erabiltzaile kopurua jeitsiz, ondoren **14 urtekoen % 30,77k** jolasten du, 15 urtetik 17 urtera berriz ere erabiltzaile kopurua jeitsiz eta **18 urterekin % 50ak** jolasten du.



Pornografia ikusi



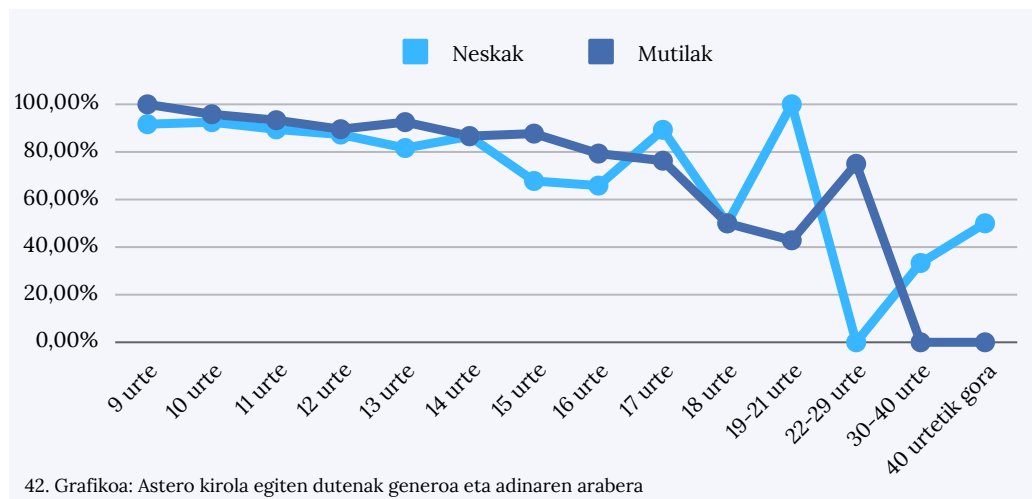
Pornografiari dagokionez, **17 (% 42,11) eta 19-21 (% 42,86) urte bitarteko mutilak dira gehien ikusten dutenak**; 14 urtetik 15 urtera erabiltzaileen kopurua bikoiztuz. **Neskek ordea, oso pornografia gutxi ikusten dute, 15 (% 5,08) eta 17 urte (% 7,14) izanik gehien ikusten dutenen adinak.**

EMAITZAK: Denbora libre, teknologia digitalak, apustuak eta jokia

28



Kirola egin

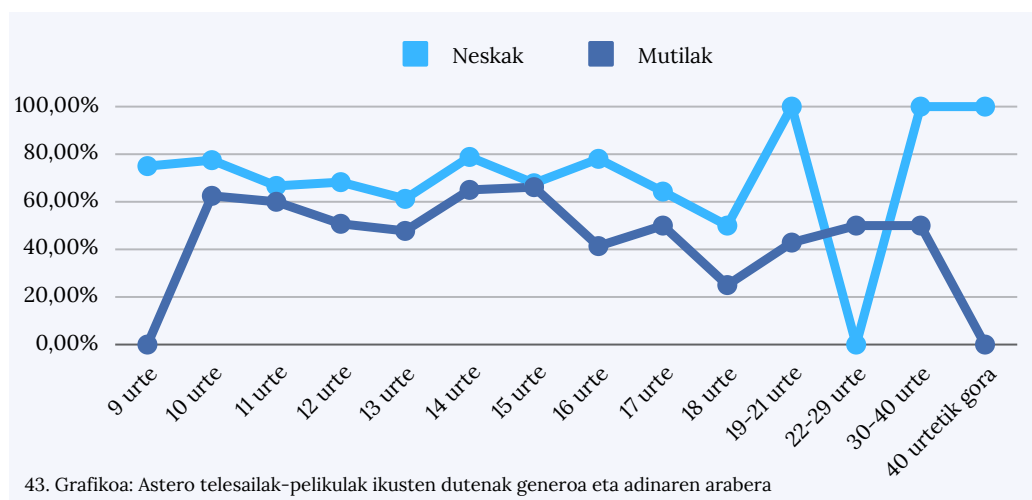


42. Grafikoa: Astero kirola egiten dutenak generoa eta adinaren arabera

Kirola adin eta genero guztietan ematen den ekintza bat da. **Mutilen kasuen, 15 urterekin jeitsiera** bat dago, **nesken kasuan jeitsiera hau 14 urterekin** ematen da. Kasu guztietan adin txikikoenak dira **kirol gehien** egiten dutenak, **9-14 urte** bitarte alegia.



Telesailak/pelikulak ikusi



43. Grafikoa: Astero telesailak-pelikulak ikusten dutenak generoa eta adinaren arabera

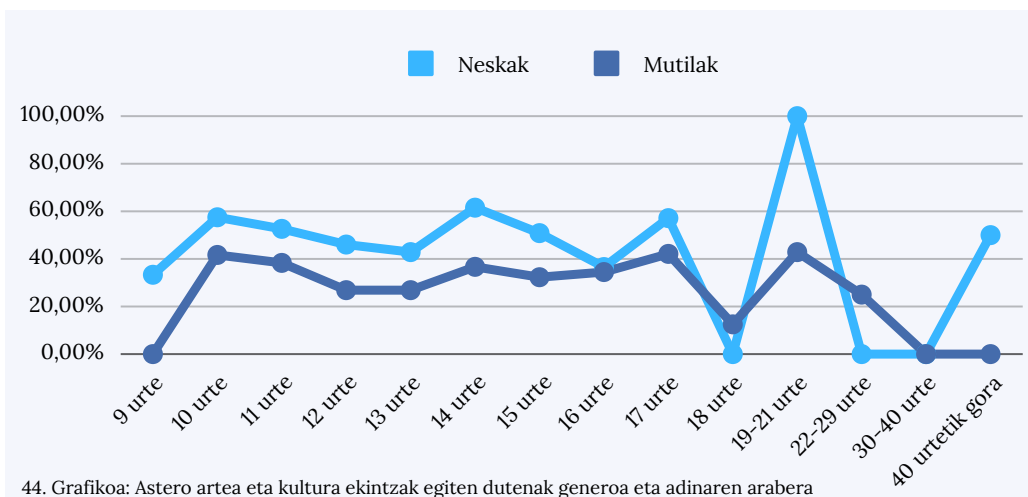
Telesailak eta pelikulak, **neskek adin guztietan mutilak baino gehiago ikusten dituzte**. 22 urtetik aurrera izan ezik, beste adin guztietan neskak garaile dira. **Mutilen artean 15 urtekoak** dira gehien ikusten dutenak, **% 66,16**, nesken artean berriz, **19-21 urte bitartekoak % 100arekin**.

EMAITZAK: Denbora libre, teknologia digitalak, apustuak eta jokia

29



Artea/kultura ekintzak

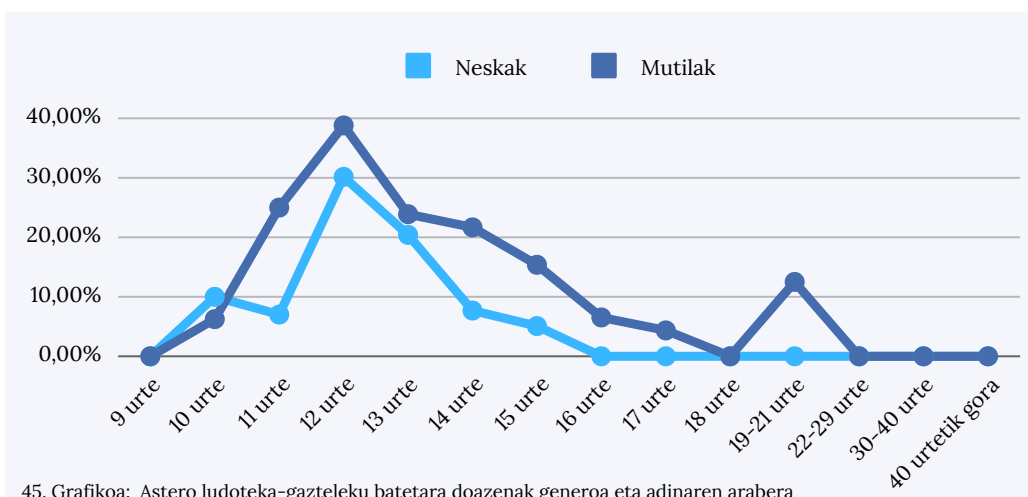


44. Grafikoa: Astero artea eta kultura ekintzak egiten dutenak generoa eta adinaren arabera

Artea eta kultur ekintzetan ere, **neskek** adin guztietan **mutilak baino gehiago parte hartzen** dute, 10 urtetik 16 urtera arte neskak mutilei bikoiztuz. Desberdintasun handiena 19-21 urte bitarte aurkitzen da, adin hauetan, **nesken % 100 parte hartzen du eta mutilen % 42, 86k.**



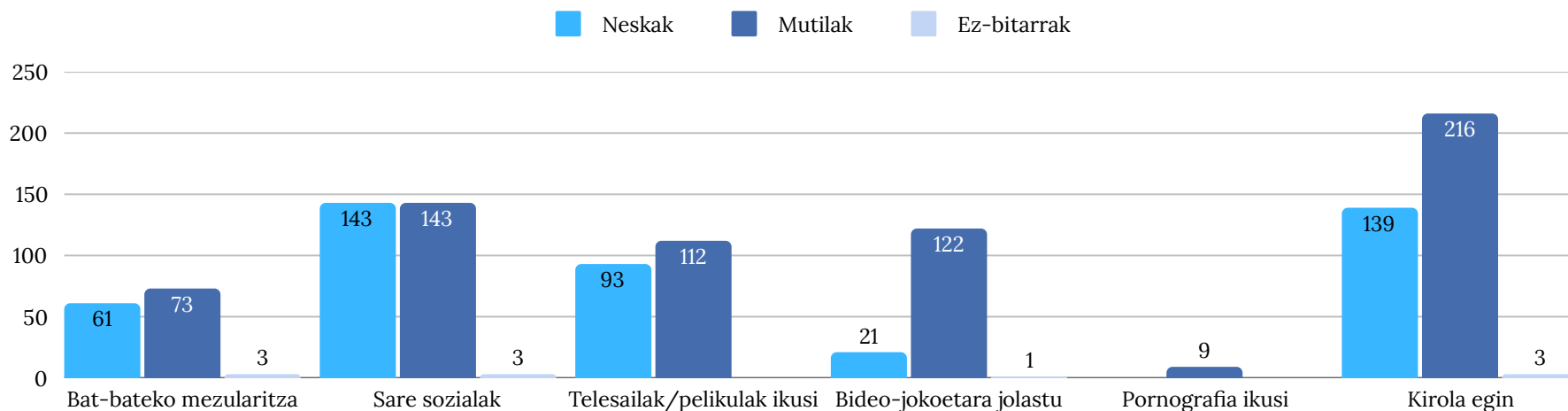
Ludoteka/Gazteleku



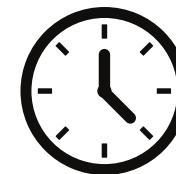
45. Grafikoa: Astero ludoteka-gazteleku batetara doazenak generoa eta adinaren arabera

Ludoteka eta gaztelekuetara, **adin guztietan mutilak neskak baino gehiago joaten dira**. 11 urterekin, **mutilen % 25a joaten da eta nesken % 7,01a (18 puntuko alde)**. 12-13 urterekin antzeko parte hartzea dute baina, **14 urterekin berriz ere 14 puntuko desberdintasuna dago**. Genero guztietan 12 urtetik aurrera erabiltzaileen kopurua jeitsi egiten da.

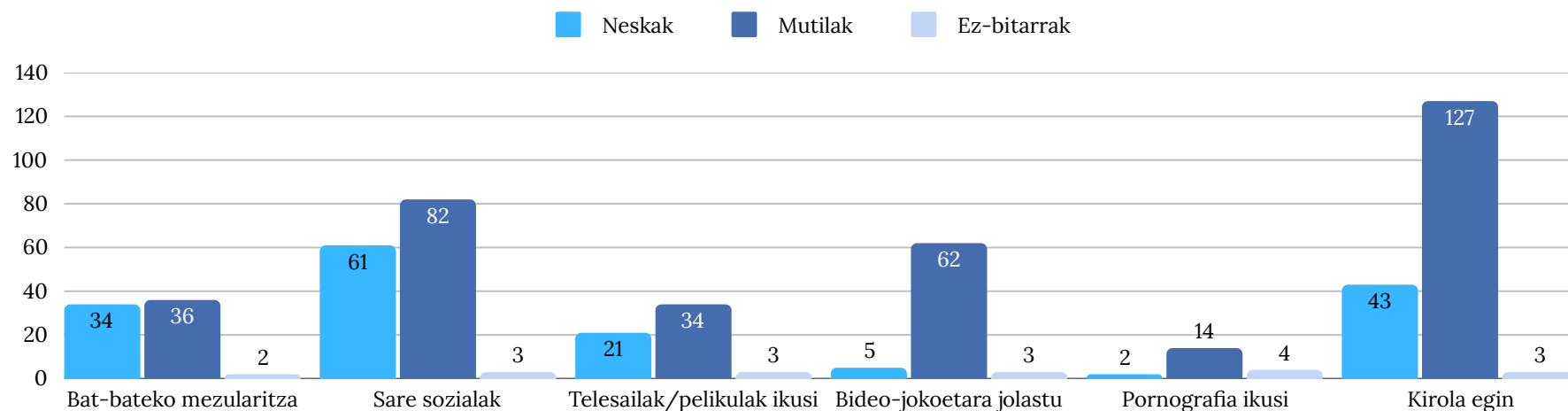
Egunean, zenbat denbora eskaintzen diozu?



46. Grafikoa: Egunean ekintza bakoitzari 2-3 ordu eskaintzen dieten ekintzak generoaren arabera



Egunean 2-3
ordutik gora
erabiltzen/egiten
dutenen
emaitzak



47. Grafikoa: Egunean ekintza bakoitzari 4 ordutik gora eskaintzen dieten ekintzak generoaren arabera

Egunean 4 ordutik
gora
erabiltzen/egiten
dutenen
emaitzak

EMAITZAK: Denbora libre, teknologia digitalak, apustuak eta jokoak

31



Egunean 2-3 ordu

EKINTZAK	Neskak	Mutilak	Ez Bitarrak
Bat-bateko mezularitza	% 14,88	% 14,96	% 27,27
Sare sozialak	% 34,87	% 29,30	% 27,27
Telesailak/pelikulak	% 22,68	% 22,95	% 0
Bideo-jokoak	% 5,12	% 25	% 9,09
Pornografia	% 0	% 1,84	% 0
Kirola egin	% 33,90	% 44,26	% 27,27

3. Taula: Laburpen taula: Egunean 2-3 ordu eskaintzen dieten ekintzak generoaren arabera

Neskek:

- 1- Sare sozialak
- 2- Kirola egin
- 3- Telesailak/pelikulak

Mutilek:

- 1- Kirola egin
- 2- Sare sozialak
- 3- Bideo-jokoak



+ 4 ordu egunean

EKINTZAK	Neskak	Mutilak	Ez Bitarrak
Bat-bateko mezularitza	% 8,29	% 7,38	% 18,18
Sare sozialak	% 14,88	% 16,80	% 27,27
Telesailak/pelikulak	% 5,12	% 6,96	% 27,27
Bideo-jokoak	% 1,22	% 12,70	% 27,27
Pornografia	% 0,48	% 2,87	% 36,36
Kirola egin	% 10,49	% 26,02	% 27,27

4. Taula: Laburpen taula: Egunean 4 ordutik gora eskaintzen dieten ekintzak generoaren arabera

Neskek:

- 1- Sare sozialak
- 2- Kirola egin
- 3- Bat-bateko mezularitza

Mutilek:

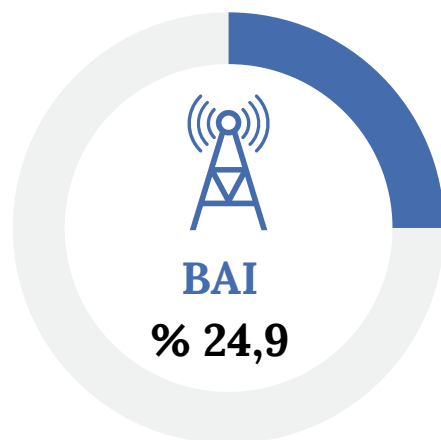
- 1- Kirola egin
- 2- Sare sozialak
- 3- Bideo-jokoak

Orokorrean, egunean ordu gehien eskaintzen dieten ekintza **KIROLA** da; nesken % 44,39, mutilen % 70,28 eta ez bitarren % 54,54.

Generoan erreparatuz, egunean 2 ordutik 4 ordu baino gehiago eskaintzen dieten ekintzetan, sare sozialetan, bat-bateko mezularitzan eta telesailak/pelikulak ikusten ez dago desberdinatsun handirik; sare-sozialak nesken % 49,75 eta mutilen % 46,1, telesailak eta pelikulak ikusten, nesken % 27,8 eta mutilen % 29,91 eta bat-bateko mezularitza nesken % 22,87 eta mutilen % 22,34.

Desberdintasun handiena aurkitzen da ez bitarren % 36,36ak pornografia ikusten egunean 4 ordu edo gehiago aritzen direla (mutilen % 4,71 eta nesken % 0,48) eta bideo jokoetan mutilen % 37,7a eta ez bitarren % 36,36 aritzen direla eta nesken % 6,34a, hurrunez hurrun.

Internetekiko erabilera arriskutsua



Arriskua edo arrisku altua

Nesken % 28,71

Ez-bitarren % 27,27

Mutilen % 21,79

**NESKAK DIRA INTERNETEKIKO PORTAERA
ARRISKUTSU GEHIAGO DAUKATENAK.**

Erasoak eta mehatxuak sarean:

Gehiengoa ez da mehatxatuta edo erasotuta sentitu.

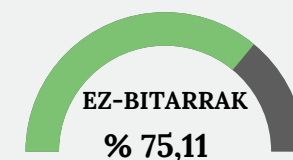
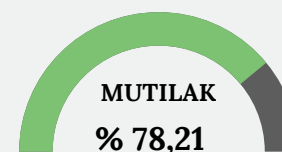
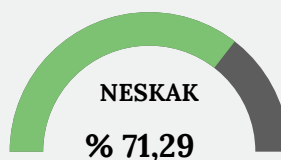
Nesken % 80,65 inoiz ez

Mutilen % 80,26 inoiz ez

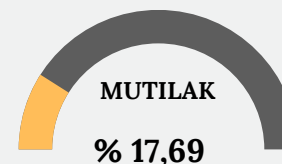
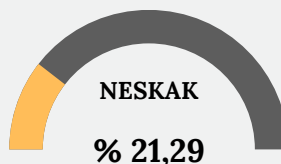
Ez-bitarren % 80,17 inoiz ez

CIUS ESKALAREN emaitzak generoaren arabera:

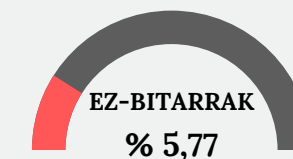
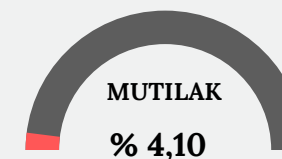
Arrisku baxua



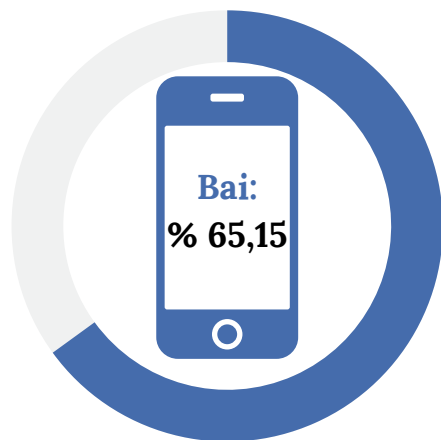
Arriskua



Arrisku altua



Mugikorraren erabilera



LH 5 eta LH 6.mailak:

% 23,74k bere mugikor propio du

Mutilen % 28,57

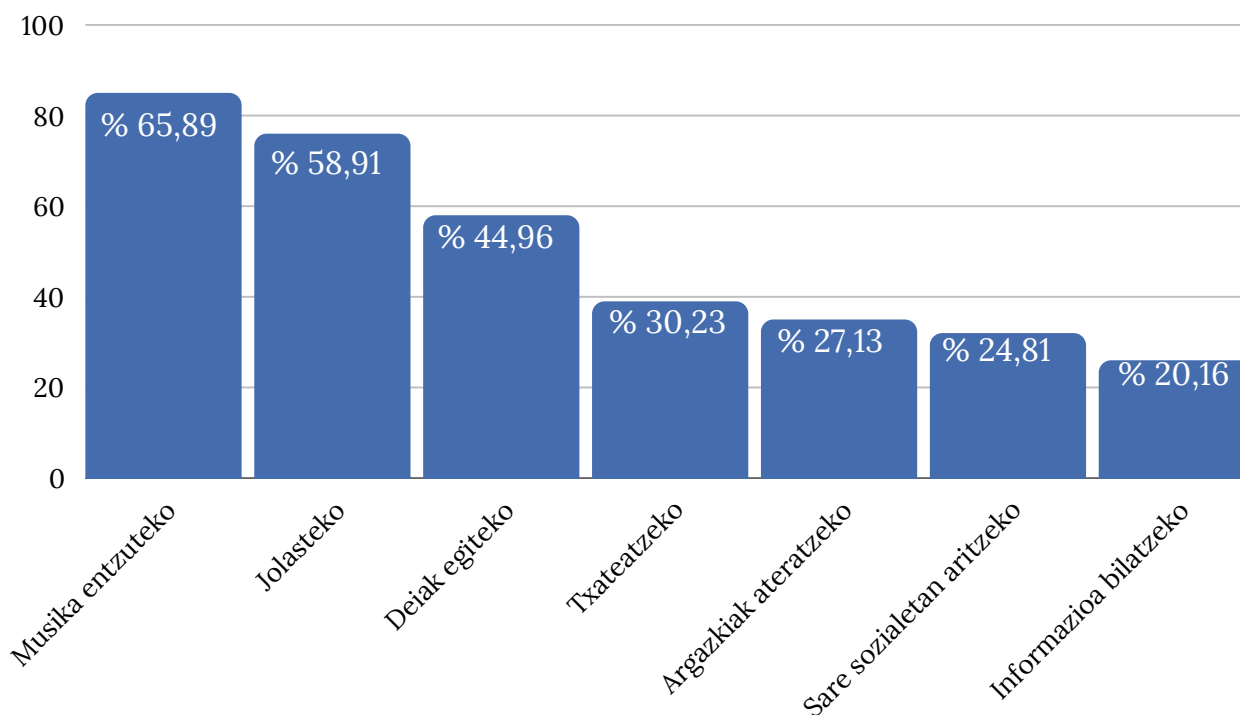
Nesken % 19

% 41,41ek familiako norbaitena erabiltzen du

Nesken % 43

Mutilen % 39,8

Zertarako erabiltzen duzu?



49. Grafikoa: LH 3.zikloko ikasleen mugikorra zertarako erabiltzen duten

Telefono mugikorra erabiltzeko arauak dituzu?



% 76,74k erabilera arauak ditu.

EMAITZAK: Substantziak probatzen hasteko adina eta arrazoiak

34

Substantziekin lehenengo kontaktuak



**Edari
energetikoak**



Alkohola



Baperra



Tabakoa



Kalamua

**Probatzen
hasteko adina**

11 urte 5 hilabete

12 urte 4 hilabete

13 urte 4 hilabete

13 urte 5 hilabete

14 urte 4 hilabete



**Nork eskaini
zizun?**

% 48,15 Nik aukeratuta
% 36,82 Lagunek
% 6,10 Aitak/amak
% 3,49 Neba-arrebak
% 2,83 Familiako norbaitek
% 0,87 Kirol/aisialdiko batek

% 40,31 Lagunek
% 25,93 Nik aukeratu nuen
% 22,66 Aitak/amak
% 8,71 Familiako norbaitek
% 2,18 Neba-arrebak
% 0,22 Kirol/aisialdiko batek

% 36,38 Lagunek
% 8,93 Nik aukeratu nuen
% 1,09 Neba-arrebak
% 0,87 Familiako norbaitek
% 0,65 Aitak/amak
% 0,22 Kirol/aisialdiko batek

% 22,22 Lagunek
% 8,93 Nik aukeratu nuen
% 0,65 Aitak/amak
% 0,44 Familiako norbaitek
% 0,22 Kirol/aisialdiko batek

% 19,39 Lagunek
% 5,23 Nik aukeratu nuen
% 0,44 Aitak/amak
% 0,22 Kirol/aisialdiko batek



**Zergatik
probatu
zenuen?**

% 69,52 Probatzeagatik,
kuriositateagatik
% 11,62 Kirola egiteko
% 6,58 Aspertzen nintzelako

% 85,40 Probatzeagatik,
kuriositateagatik
% 25,93 Hobeto sentitzeko
% 3,27 Nire familiakoek egiten
zutelako

% 81,40 Probatzeagatik,
kuriositateagatik
% 6,98 Aspertzen nintzelako
% 4,65 Lagunek egiten
zutelako

% 82,98 Probatzeagatik,
kuriositateagatik
% 5,67 Hobeto sentitzeko
% 3,55 Helduagoa
sentitzeko

% 73,28 Probatzeagatik,
kuriositateagatik
% 8,62 Ondo pasatzeko
era berriak bilatzeko
% 5,17 Inguruan dagoelako eta
frustrazio edo arazo
garrantzitsu batengatik

EMAITZAK: Substantziak probatzen hasteko adina eta arrazoiak

35

SUBSTANTZIAK PROBATZEN HASTEKO ADINA GENEROAREN ARABERA:

EDARI ENERGETIKOAK


NESKAK

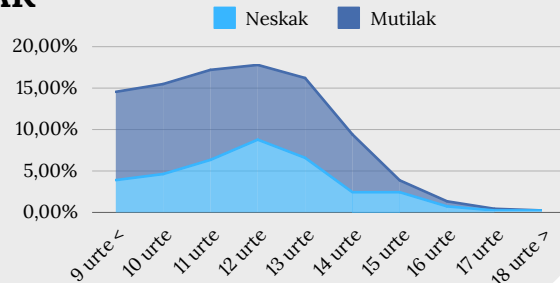
11 urte eta 11 hilabete

MUTILAK

11 urte eta 3 hilabete

EZ-BITARRAK

10 urte eta 3 hilabete



ALKOHOLA


NESKAK

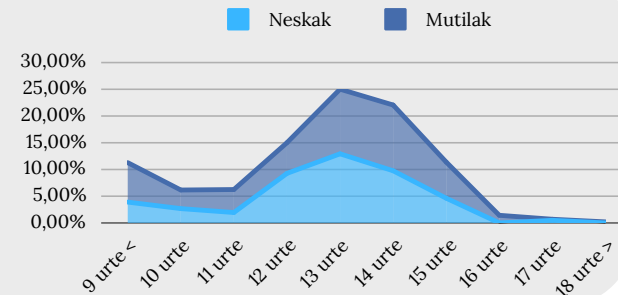
12 urte eta 7 hilabete

MUTILAK

12 urte eta 4 hilabete

EZ-BITARRAK

12 urte eta 8 hilabete



TABAKOA


NESKAK

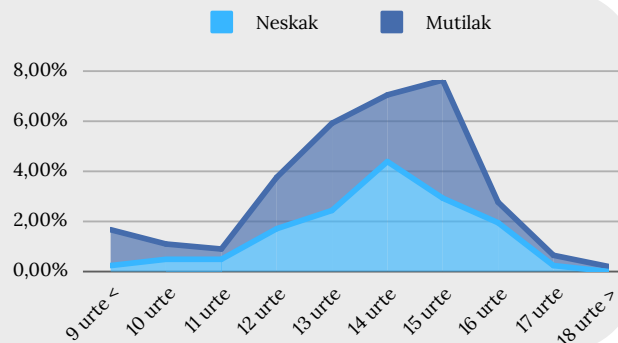
13 urte eta 9 hilabete

MUTILAK

13 urte eta 3 hilabete

EZ-BITARRAK

12 urte eta 7 hilabete



BAPERRA


NESKAK

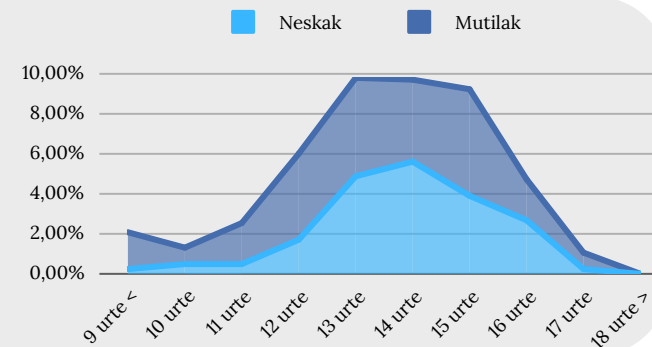
13 urte eta 10 hilabete

MUTILAK

13 urte eta hilabete 1

EZ-BITARRAK

11 urte eta 8 hilabete



KALAMUA


NESKAK

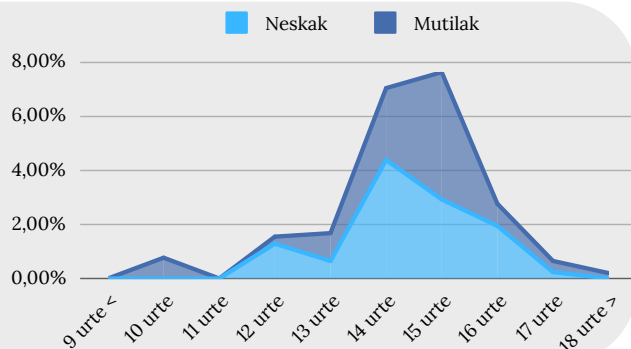
14 urte eta 10 hilabete

MUTILAK

14 urte eta 3 hilabete

EZ-BITARRAK

12 urte eta 3 hilabete



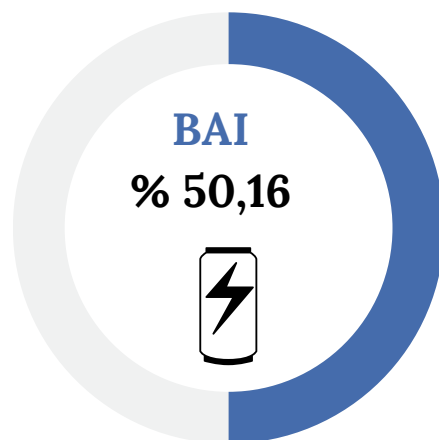
Bitarrak ez diren pertsonak dira substantziak probatzen dituzten lehenengoak eta ondoren mutilak.

Kalamua eta baperraren kasuan probatzen hasteko adina 2 urte lehenago izanik ez-bitarretan.

Neska eta mutilen artean baperrean aurkitzen da alderik handiena, neskek mutilek baino 9 hilabete beranduago probatuz eta jarraian edari energetikoetan 8 hilabeteko aldearekin.

Desberdintasun gutxien alkohola probatzen hasteko adinean dago, hemen 1-3 hilabeteko aldea besterik ez dago.

Edari energetikoak



Probatu al duzu?

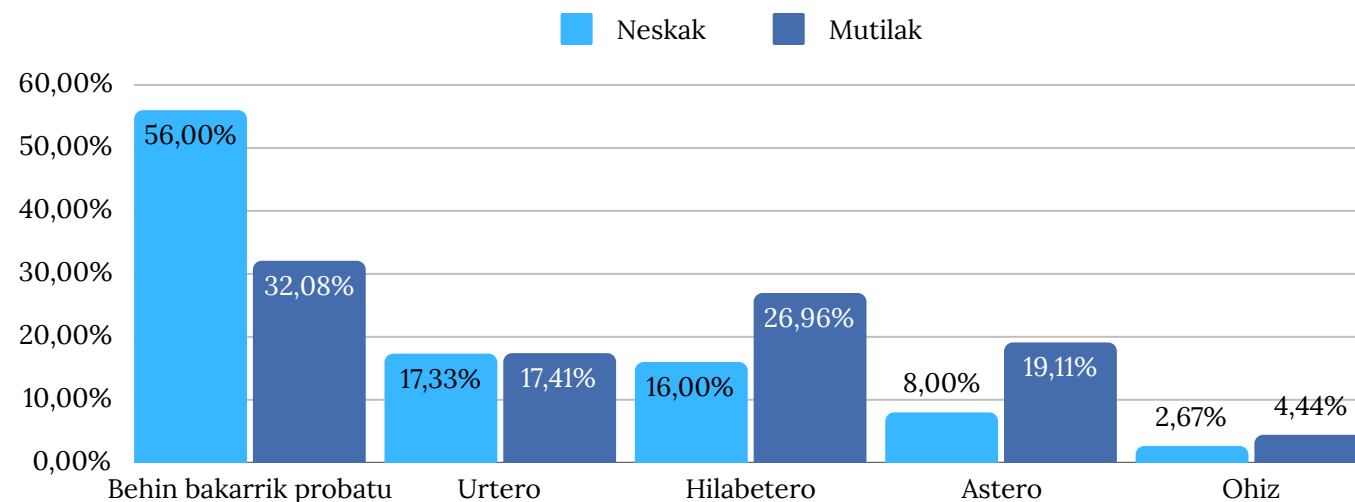
Ez-bitarren % 72,73

Mutilen % 60,66

Nesken % 37,07

Zenbatero kontsumitzen duzu?

Mutilen % 40,78 eta nesken % 16,10 kontsumitzen dituzte.



51. Grafikoa: Edari eneregetikoan kontsumo-maiztasuna generoaren arabera

Zein egoeretan kontsumitzen duzu?

MUTILAK:

1- Edozein egoeretan (% 23,98)

2- Kirola egiteako (% 20,15)

3- Nekatuta nagoenean piztuta egoteko (% 19,13)

4- Alkoholarekin nahasteko (% 17,60)

NESKAK:

1- Edozein egoeretan (% 8,67)

2- Alkoholarekin nahasteko (% 8,16)

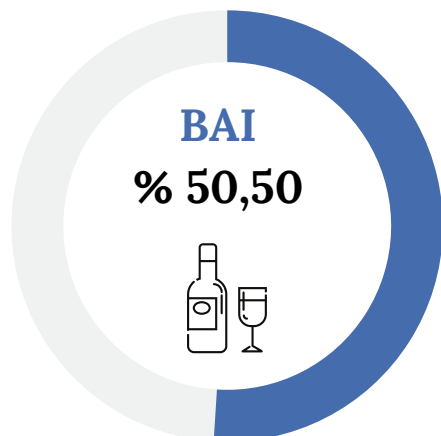
3- Nekatuta nagoenean piztuta egoteko (% 4,85)

4- Kirola egiteako (% 2,81)

EMAITZAK: Substantzien kontsumoak (Alkohola)

37

Alkohola

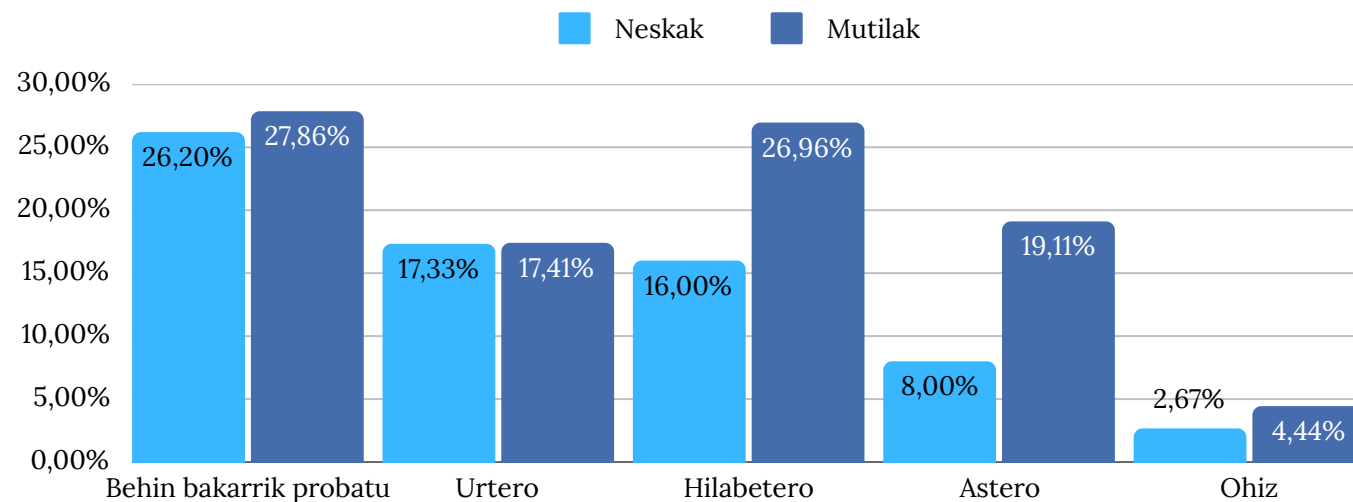

Probatu al duzu?

Ez-bitarren % 63,64

Mutilen % 54,10

Nesken % 45,85

Zenbatero kontsumitzen duzu?

Mutilen % 38,73 eta nesken % 33,66k kontsumitzen dituzte.


52. Grafikoa: Alkoholaren kontsumo-maiztasuna generoaren arabera

Alkohola lortu nahi duzunean, nora jotzen duzu? (DBH eta ondorengoen emaitzak)

Toki edo pertsona hauengana **BAI** joango zirenen emaitzak:

TABERNA/TXOSNARA

% 60,05


LAGUNENGANA

% 56,66


SUPERMERKATURA

% 54,24


DENDA TXIKI BATERA

% 50,36


**18 URTETIK GORAKO
BATENGANA**

% 50,36


GOZOKI DENDARA

% 30,99



EMAITZAK: **Substantzien kontsumoak (Alkohola)**

38

Alkohola edan edo ez edan, zeintzuk uste dituzu direla alkohola kontsumitzeko eta ez kontsumitzeko arrazoiak? (DBH eta ondorengoen emaitzak)

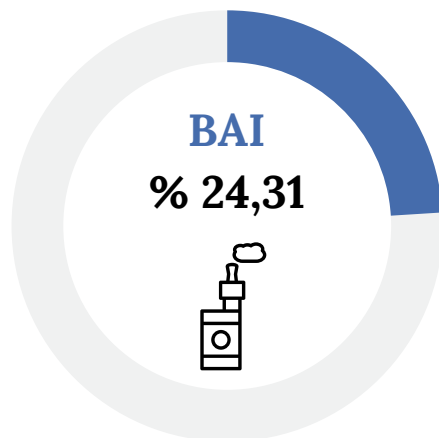
KONTSUMITZEKO ARRAZOIAK

- 1- Ondo pasatzeko, topera dibertitzeko % 19,69
- 2- Sentsazio berriak lortzeko % 14,63
- 3- Arazoak ahaztu eta gauza guztietaz paso egiteko % 14,20
- 4- Taldearen parte sentitzeko % 12,38
- 5- “Kolokatzeko”, mozkortzeko % 12,10
- 6- Lagunek egiten dutelako % 12,10
- 7- Hobeto harremantzeko % 9,85
- 8- Ligatzeko % 8,44

EZ KONTSUMITZEKO ARRAZOIAK

- 1- Osasunean kalte egiten duelako % 32,30
- 2- Kontsumoaren arriskuagatik % 19,69
- 3- Kontrola galtzen delako % 15,59
- 4- Ez dudalako nahi, besterik ez % 15,22
- 5- Efektu gogaikarriengatik % 10,80
- 6- Gurasoek jakingo dutelako % 6,39

Baperra



Probatu al duzu?

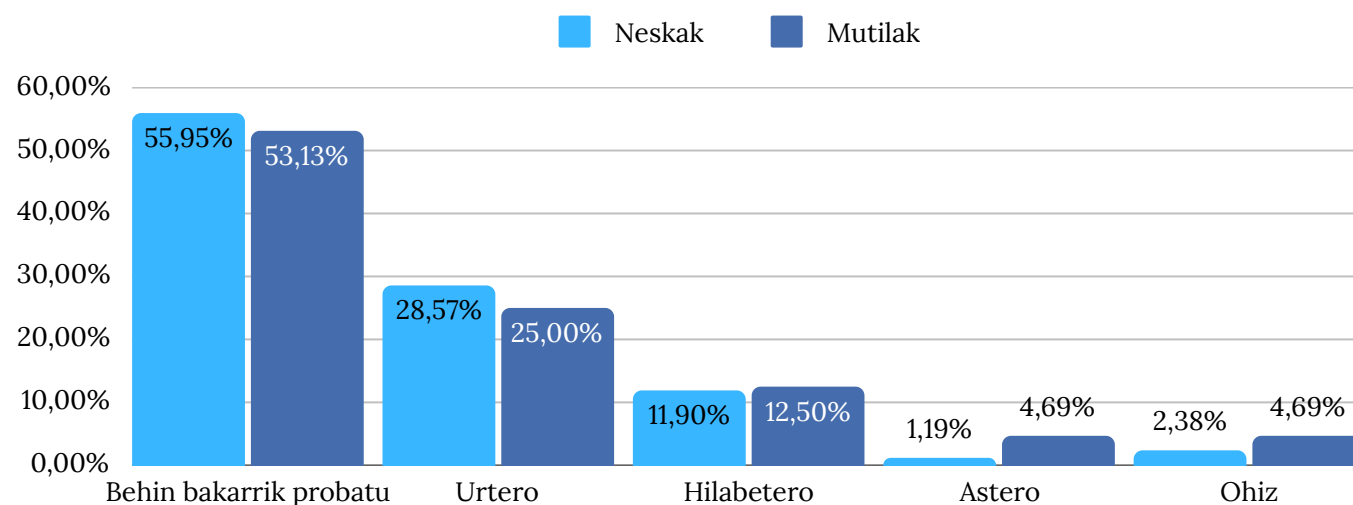
Ez-bitarren % 63,64

Mutilen % 26,64

Nesken % 20,49

Zenbatero kontsumitzen duzu?

Mutilen % 12,29k eta nesken % 9,02k kontsumitzen dituzte.



53. Grafikoa: Baperraren kontsumo-maiztasuna generoaren arabera

Zein egoeretan kontsumitzen duzu?

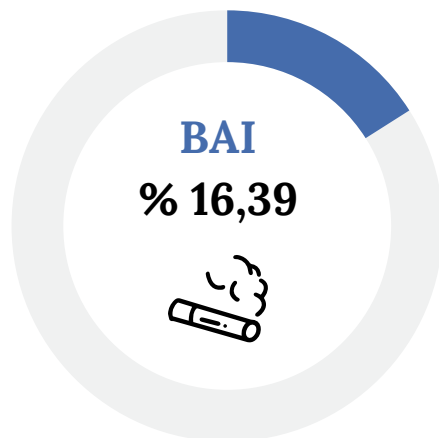
MUTILAK:

- 1- Lagunekin nagoenean (% 16,04)
- 2- Jairen batean nagoenean (% 16,04)
- 3- Edozein egoeretan (% 6,42)
- 4- Bakarrik nagoenean (% 2,67)
- 5- Urduri nagoenean (% 2,14)

NESKAK:

- 1- Jairen batean nagoenean (% 12,30)
- 2- Lagunekin nagoenean (% 10,16)
- 3- Bakarrik nagoenean (% 4,81)
- 4- Edozein egoeretan (% 4,28)
- 5- Urduri nagoenean (% 1,60)

Tabakoa



Probatu al duzu?

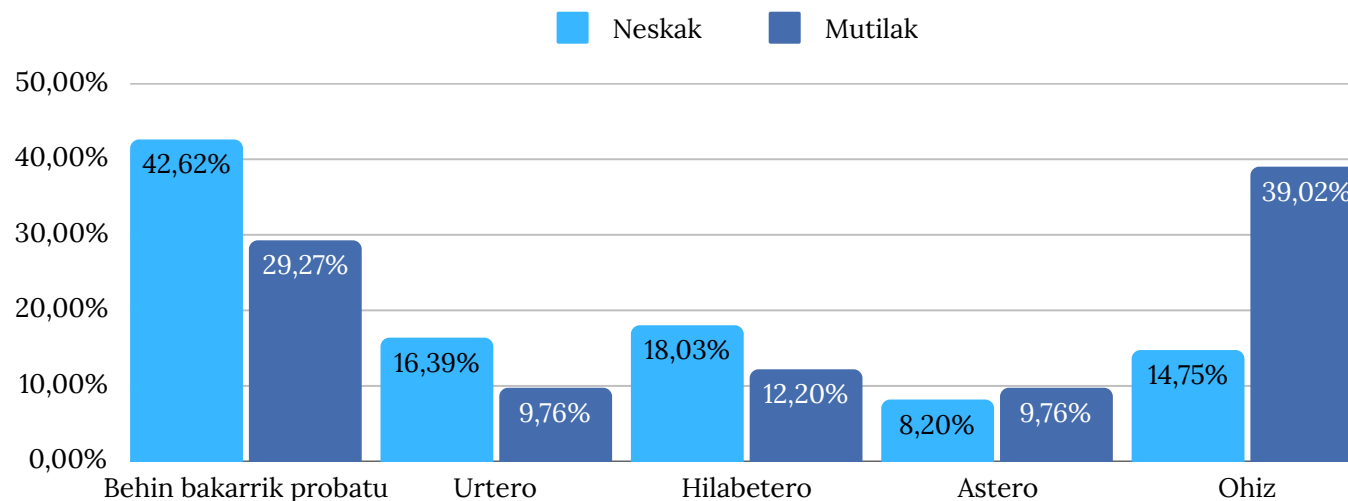
Ez-bitarren % 45,45

Mutilen % 17,01

Nesken % 14,88

Zenbatero kontsumitzen duzu?

Mutilen % 11,89k eta nesken % 8,54k kontsumitzen dituzte.



54. Grafikoa: Tabakoaren kontsumo-maiztasuna generoaren arabera

Zein egoeretan kontsumitzen duzu?

MUTILAK:

- 1- Edozein egoeretan (% 26,85)
- 2- Jairen batean nagoenean (% 20,37)
- 3- Lagunekin nagoenean (% 19,44)
- 4- Bakarrik nagoenean (% 12,96)
- 5- Urduri nagoenean (% 6,48)
- 6- Aspertzen naizenean (% 4,63)

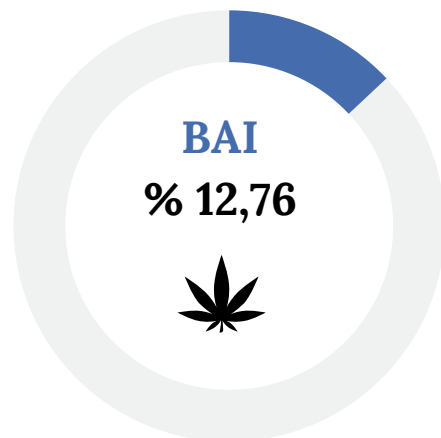
NESKAK:

- 1- Jairen batean nagoenean (% 19,44)
- 2- Lagunekin nagoenean (% 13,89)
- 3- Edozein egoeretan (% 10,19)
- 4- Urduri nagoenean (% 6,48)
- 5- Bakarrik nagoenean (% 5,56)
- 6- Aspertzen naizenean (% 5,56)

EMAITZAK: Substantzien kontsumoak (Kalamua)

41

Kalamua



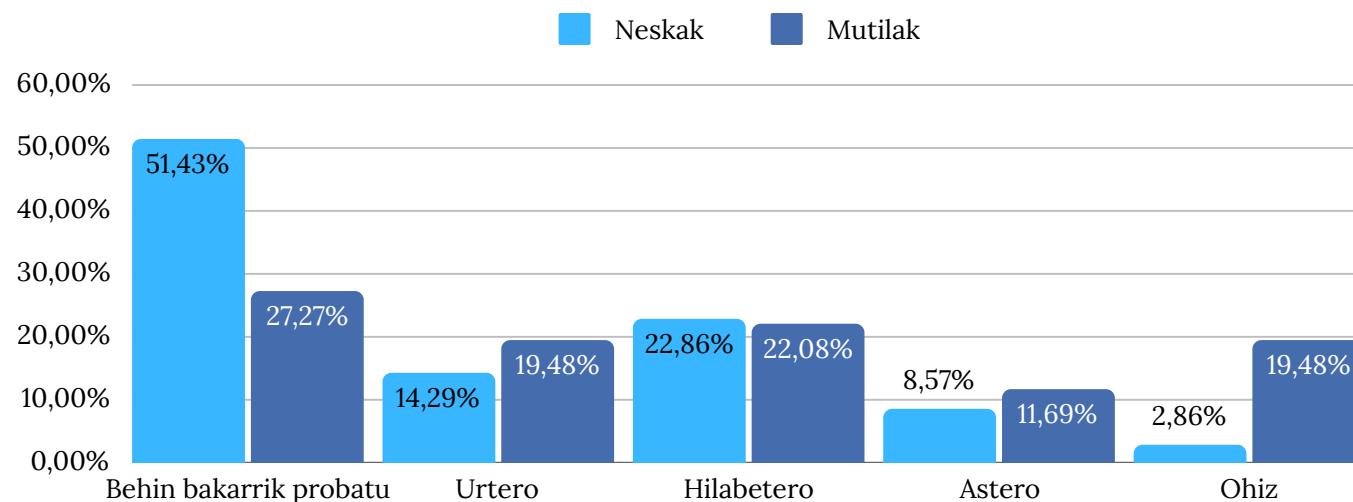
Probatu al duzu?

Ez-bitarren % 36,36

Mutilen % 19,74

Nesken % 11,29

Zenbatero kontsumitzen duzu?

Mutilen % 11,48k eta nesken % 4,14k kontsumitzen dituzte.


55. Grafikoa: Kalamuaren kontsumo-maiztasuna generoaren arabera

Zein egoeretan kontsumitzen duzu?

MUTILAK:

- 1- Lagunekin nagoenean (% 37,35)
- 2- Jairen batean nagoenean (% 22,89)
- 3- Edozein egoeretan (% 22,89)
- 4- Bakarrik nagoenean (% 12,05)
- 5- Pozik nagoenean (% 10,84)
- 6- Arazo pertsonalak ditudanean (% 10,84)

NESKAK:

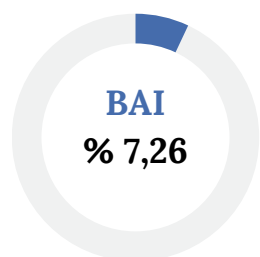
- 1- Lagunekin nagoenean (% 10,84)
- 2- Jairen batean nagoenean (% 9,64)
- 3- Pozik nagoenean (% 4,82)
- 4- Edozein egoeretan (% 4,82)
- 5- Bakarrik nagoenean (% 3,61)
- 6- Arazo pertsonalak ditudanean (% 1,20)

EMAITZAK: Substantzien kontsumoak (Beste droga batzuk)

42

Beste droga batzuen kontsumoak

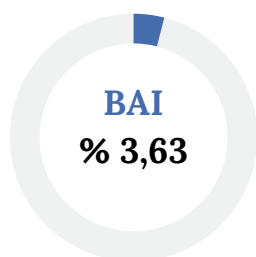
Arnasgarriak



Probatu al duzu?

Mutilen % 10,25
Nesken % 3,90
Ez-bitarren % 0

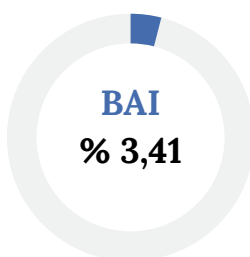
Kokaina



Probatu al duzu?

Mutilen % 5,53
Nesken % 1,46
Ez-bitarren % 0

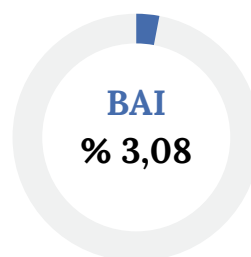
Estasia



Probatu al duzu?

Mutilen % 4,92
Nesken % 1,71
Ez-bitarren % 0

Speed-a



Probatu al duzu?

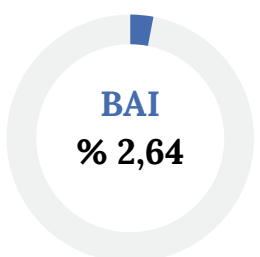
Mutilen % 4,71
Nesken % 1,22
Ez-bitarren % 0

Beste substantzia batzuen kontsumoetan, **mutilak dira gehien kontsumizten dituztenak. Ez dago** substantzia hauek probatu dituen **pertsona ez-bitarrik.**

Genero desberdintasun handienak arnasgarrietan 6,35 puntuko aldearekin eta kokainan, 4,07 puntuko aldearekin ematen dira.

(DBH eta ondorengo emaitzak)

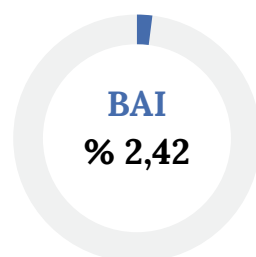
Ketamina



Probatu al duzu?

Mutilen % 3,89
Nesken % 1,22
Ez-bitarren % 0

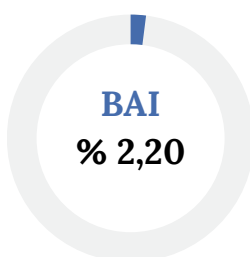
Metanfetamina



Probatu al duzu?

Mutilen % 3,28
Nesken % 1,46
Ez-bitarren % 0

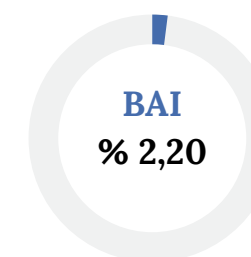
Psikofarmakoak



Probatu al duzu?

Mutilen % 2,66
Nesken % 1,71
Ez-bitarren % 0

Haluzinogenoak



Probatu al duzu?

Mutilen % 2,66
Nesken % 1,71
Ez-bitarren % 0

Erraz egiten zaizu ondorengoak eskuratzea? Jakingo zenuke nora jo?

(DBH eta ondorengo enaitzak)

SUBSTANTZIAK ESKURAGARRI DITUZTELA ERANTZUN DUTENEN EMAITZAK:

- 1- ALKOHOLA % 60,76
- 2- BAPERRA % 43,88
- 3- TABAKOA % 38,40
- 4- KALAMUA % 25,60
- 5- ARNASGARRIAK % 23,91
- 6- PSIKOFARMAKOAK % 15,33
- 7- KOKAINA % 12,52
- 8- SPEED-A % 9,56
- 9- ESTASIA % 9,28
- 10- KETAMINA % 7,74
- 11- HALUZINOGENOAK % 7,03
- 12- METANFETAMINA % 6,47
- 13- HEROINA % 4,36

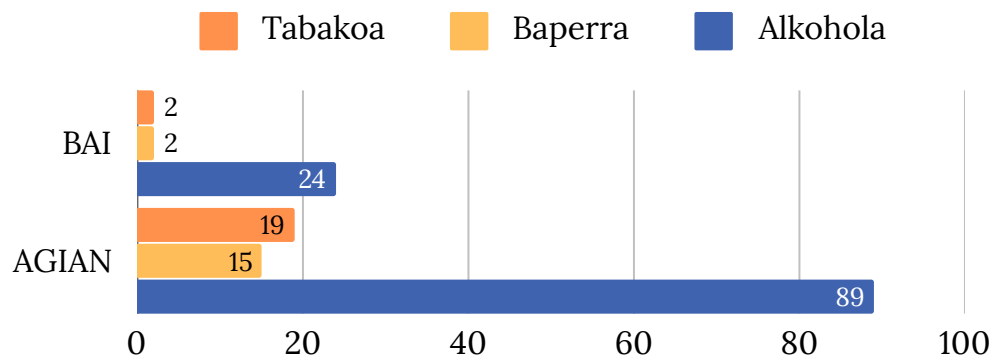
SUBSTANTZIARIK GABEKOAK ESKURAGARRI DITUZTELA ERANTZUN DUTENEN EMAITZAK:

- 1- PORNOGRAFIA % 36,43
- 2- KIROL APUSTUETAKO MAKINAK % 32,49
- 3- TXANPON MAKINAK % 31,08
- 4- ON-LINE APUSTUAK % 26,02
- 5- APUSTU ETXEETARA SARTZEA % 13,92

Droga legalen kasuan, **alkohola da eskuragarrien daukaten substantzia** eta **droga ilegalen artean** lehenik **kalamua** eta ondoren **arnasgarriak**.

Pornografia esan dute dela substantziarik gabeko jokabideetan **eskuragarrien daukatena** eta jarraian **kirol eta diru apustueta**ko makinak.

Nagusiagoa zarenean hurrengo substantziak probatuko dituzula pentsatzen duzu? (LH-koen emaitzak)



56. Grafikoa: LH 3.zikloko ikasleek etorkizunean tabakoa, alkohola edo baperra kontsumituko duten edo ez

Lehen Hezkuntzako 5 eta 6.mailako ikasleei etorkizunean kontsumituko duten galdetzerakoan, % 91,41ek ez duela baperra kontsumituko erantzun du, % 89,39ek ez duela tabakoa erreko eta erdiak baino gutxiagok, hau da, % 42,93k, ez duela alkohola edango dio.

ALKOHOLA BAI EDO AGIAN EDANGO DUTENAK:



Zergatik uste duzu naguasiagoa zarenean probatuko duzula?



TABAKOA

- 1- Neurritz hartuta ez delako kaltegarria % 57,14
- 2- Gazteek eta pertsona helduek erretzen dutelako % 42,86
- 3- Modan dagoelako % 19,05
- 4- Dibertigarria izan daitekeelako % 19,05



BAPERRA

- 1- Neurritz hartuta ez delako kaltegarria % 58,82
- 2- Tabakoa baino kalte gutxiago egiten duelako % 29,41
- 3- Gazteek eta pertsona helduek erretzen dutelako % 23,53
- 4- Dibertigarria izan daitekeelako % 5,88
- 5- Gazteek eta pertsona helduek erretzen dutelako % 5,88



ALKOHOLA

- 1- Neurritz hartuta ez delako kaltegarria % 72,57
- 2- Gazteek eta pertsona helduek erretzen dutelako % 30,09
- 3- Ohitura bat delako % 23,89
- 4- Dibertigarria izan daitekeelako % 8,85

2- ARETXABALETA ETA ESKORIATZAKO GAZTEEN FORO PARTE-HARTZAILEA

Toki-administrazioen ardura, nerabe eta gazteen bizitzan sortutako premiei eta interesei hurbileko erantzuna ematea den heinean, Eskoriatza eta Aretxabaletako ikastetxeen laguntzarekin, **gazteen ordezkari taldeek eremu desberdinetan bizi dituzten arazoei buruzko gogoeta egin dute**, honekin batera, dituzten beharrak identifikatu eta hauei erantzuteko proposamenak eta eskaerak modu parte-hartzailean egiteko aukera izan dute. Bizizako hainbat alderditan sakondu dute, hala nola, substantzia eta substantzia gabeko kontsumo eta erabileratan, aisialdiaren kudeaketa, ongizate emozionala eta udalerrri bietako baliabideak eta proiektuak.

Laburbilduz, hauek dira **jasotako erantzunak**:

DBH-ko 1.go zikloa:

Substantzia eta substantzia gabeko kontsumoak eta erabilerari buruzko pertzepzioa:

Kezka iturri nagusia adin txikienetan **sare sozialen, mugikorraren eta baperrerraren eskuragarritasuna** eta gehiegizko erabilera da, eta honi aurre egiteko neurriak hartzea ez da gazteen eskumena. Gazte eta nerabeetan **kalamuaren kontsumoa normalizatuta** dago, egunero erretzea ohikoa da, bai eta jai giroan ere. Bestelako drogen artean hautematen direnak, LSD, Fentanilo, Extasia eta metanfetamina dira.

Generoaren arteko kontsumo/erabilerak bereiztu daitezke, **sare sozialen erabilera orokorra izanik, nesketan lehenesten da, mutiletan aldiz kirol apustuak eta kalamuaren kontsumoa.**

Jokabide hauetaz gain, **Bullying-ak eta eraso sexualak ardura sortzen dute** eta **gai guzti hauek jorratzeko hitzaldi gehiago** jasotzearen beharra dago.

Aisialdiaren kudeaketa:

Udalerrietako aisialdia eskaintzaren **balorazio positiboa** egiten dute, hala ere, **ordutegi eta eskaintzaren aniztasun gehiago** egotea nabarmentzen dute.

Udalerriko baliabideak eta proiektuak:

Udalerriko baliabideetan **ahulguneak daude. Osasun zerbitzuaren funtzionamendua defizitariora da**, herriko anbulategia txiki geratzen dago eta pazienteari eskaintzen zaion denbora luzatu behar da, bai eta **nahasmen mentala dutenentzako arreta zerbitzua zabalagoa eskaintzea ere**. Herrian ez da behar haina egiten **drogen eskuargarritasunari dagokionez, hauekiko kontrol falta dago**, zehazki **gazteei alkohola ez saltzeko neurriak hartu behar dira**. Herriko azpi-egiturari dagokionez, bizilagunen segurtasuna gehiago bermatzeko herriko argiztapena hobetu behar da, bai eta mugikortasun murriztua duten pertsonen irisgarritasuna

EMAITZAK: Gazteen foro parte-hartzailea

46

hobetu ere, adibidez eskailerak bezalako oztopo arkitektonikoak ezabatuz. Udalerriko baliabideak orohar irisgarriagoak izan beharko lirateke, zehazki, **Udaleko zerbitzuen ordutegia zabaldu behar da. Jai ekitaldiak espazio zabaletan ospatzeko eskaintza zabaldu behar da, adibidez kontzertu gehiagorekin.**

Ongizate emozionalaren pertzepzioa:

Nahiz eta orokorrean bizitzarekiko daukaten gogobetetze maila altua izan, badaude eremu honetan **arduratzen dieten alderdiak:**

- **Eskola Jazarpenak** arduratzen gaitu.
- **Lagunarteko tratu txarrak.**
- **Segurtasun falta** somatzen dugu.
- Ez ditugu gure emozioak kanporatzen; **ez ditugu gure arazoak kontatzen.**
- **Sexualitatearekin lotutako gaiak arduratzen gaituzte**, hala nola, nahi gabeko haurdunaldiak, harreman sexualetan antisorgailuen erabilera desegokia...eta bortxaketak.
- Emakumeak gaizki tratatzen dira.
- **Ikastetxean bizitzen ditugun egoerak estresanteak dira**, askok, **antsietatea** izaten dute.
- Familiari dagokionez:
 - Batzuetan tratu txarrak ematen dira familian.
 - Gurasoei gauzak izkutatzen dizkiegu.
- **Gure gorputz irudiari gehiegizko garrantzia ematen diogu** eta sare sozialek autoexijentzia eragin handia dute.

- Gazte batzuk entzunak eta kontuan hartuta direla sentitzen dute baina beste askok ez.
- **Gure etorkizunak arduratzen gaitu.**

Herria eta komunitatea:

Herria eta komunitatea, hezigarria eta segurua da berton jaio direnentzako baina etorri berriak diren pertsonetikiko ez, tratu txarragoa pairatzen bait dute eta baztertzten zaie eta eskubideak urratzen zaizkie.

DBH-ko 2. zikloa:**Substantzia eta substantzia gabeko kontsumoak eta erabilerari buruzko pertzepzioa:**

Udalerrian drogen kontsumoa oso normalizatuta dago, batez ere alkoholarena, baperrarena eta kalamuarena. Alkohola eta baperraren kasuan, 14 urterekin hastea ohikoa dela dirudi. Bestalde, **Poperraren kontsumoan igoera dagoenaren pertzepzio orokorra dago. Kontsumo hauek gehienetan jai giroan** ematen dira, baina ohikoa izaten da baita ere jaiak ez diren egunetan kontsumitzearena, adibidez **baperra kontsumitzen duten gazteak ikus daitezke ikastetxe inguruan.** Nahiz eta asko arduratzen dien gaia izan, normalizazio honen aurka gazteek ezer gutxi egin dezaketenaren pertzepzioa dute.



EMAITZAK: Gazteen foro parte-hartzailea

47

Mugikorraren gehiegizko erabilerak ere asko arduratzen die. Antzerakoa gertatzen da adikzioa garatzeko potentziala duten beste jokabide batzuekin, gazte guztiek smartphone bat dutela iruditzen zaien heinean **sare sozialen erabilera eta baita ere bideojokoena oso ohikoa da gazteen artean.**

Genero aldetik desberdinatsunak daudela iruditzen zaie, **kirol apustuak, batez ere mutiletan ematen bait dira eta nesketan sare sozialen erabilera.** Adikizioen prebentziorako jasotzen dituzten tailerrak desnormalizaziorako erangikorak direla iruditzen zaizkien arren, **adin txikikoei baperraren eskuragarritasun mugatzeko neurri gehiago hartu behar direla uste dute.**

Aisialdiaren kudeaketa:

Aisialdiarekiko gogobetetze maila oso altua da, ekintza anitzak egotea baloratzen da, gazteen beharretara egokituta daude baina zabalago izan beharko litzateke eta irteera gehiago antolatzea faltan botatzen da, adibidez “Aquapark” edo “Pump Track” batera. Udalerriko eskaintzarekin gustura egon arren, denbora libre gehiena mugikorraren erabileran inbertitzen dute , baita, kalean lagunekin egoteko.

Udalerriko baliabideak eta proiektuak:

Udalerria osasuntsuagoa izateko osagaien artean drogen eskuragarritasuna mugatuko dituzten neurriak hartzea gailentzen da.

Ondoren, osasun zerbitzuak hobetzea, pazienteen arreta arintzea nabarmenduz eta batez ere buruko nahasmena dituztenena.

Gazteei kirola egitera animatzeko ekimenak egin behar dira eta aisialdiko ekintza guztiak euskaraz izatea. Ikastetxean jasotzen dituzten tailerrekin jarraitzearen beharra dago, hala ere, tailer hauetan lantzen diren ohiko gaiez aparte bestelako batzuk lantzea ere proposatzen dira: Homofobia, Genero berdintasuna, Elikadura nahasmenak eta beste buruko nahasmen batzuk.

Ongizate emozionalaren pertzepzioa:

Ongizate emozionalarekiko asebetetzea oso baxua dutela iruditzen zaie, besteak beste, ez direlako kontutan hartzen sentitzen dute. Maila desberdinetan **presio handia pairatzen duten sentsazioa dute eta honek emozionalaki desoreka sortarazten die eta emozioen kudeaketa desegokiarekin adierazten dute.** Hautematen dituzten **presio nagusien artean familiarekiko harremanetan datza,** komunikazioa nahi besteko ona ez dela iruditzen bait zaie eta ikasketetan nota onak ateratzeko gehiegizko presioa dutela iruditzen bait zaie. **Presioa** baita ere, **gorputz irudiarekin lotzen dute,** sare sozialen bitartez idealizatzen diren gorputzek ideal hori lortu nahi izatearen presioa sortzen baitu eta normotipo horretan enkajatzan ez duenak erasoak jasotzen ditu, baita ere sare sozialen bitartez.



EMAITZAK: Gazteen foro parte-hartzailea

48

Herria eta komunitatea:

Herritar bezala babestuak sentitzen dira, nahiz eta batzuetan gaztea izateagatik erasotuak izaten direla sentitu. Beraien ahotsa gehiago entzuna izateko beharra dute eta horretarako aukerak eta espazioak areagotu behar dira.

Udalerrian adin tartearen arabera banatutako eskaintza egon beharko liztatekeela diote. **Genero edo jatorriaren arabera, ez dela aukera desberdinatsunik egiten iruditzen zaie.**

3- ARETXABALETA ETA ESKORIATZAKO ERAGILEEN FORO PARTE-HARTZAILEAK

Udalerrietako eragile desberdinekin 3 foro parte hartzaile antolatu ondoren, hauek **dira foro bakoitzetik jasotako erantzun eta ideia nagusiak:**

Hezkuntza formala, osasuna eta guraso elkarteak

Sarrera:

Abiapuntu bezala, guztiak bat datoz esanez osasunaren gaia, herritar edo pertsona guztioi dagokigun gaia dela. **Gutxi batzuk** ordea, gai honen inguruan aritzeko **beraien burua ordezkari rol-ean ez dutela ikusten adierazi dute**, horrela jardun ahal izateko informazioa edo aurre lanketa bat egon beharko lukeela adieraziz.

Taldea bere osotasuenan bat dator esanez foro hauek nerabeekin harreman duten **eremu desberdinetako pertsona eta profesionalen arteko sinergiak** bilatzeko aukera dela, **gazteen errealitatea** ezagutu, **beharrak identifikatu eta osagarriak** diren ikuspuntu ezberdinak partekatzeaz gain **helburu konpartituak** eraikitzeke **unea dela**. Norabide berdinean eta esparru desberdinetatik lana egiteko aukera zabaldu da.

Substantzia eta substantzia gabeko kontsumoak eta erabilerari buruzko pertzepzioa:

Substantzia eta substantzia gabeko kontsumoei dagokionez udalerrian azken urteotan aldaketak egon direla hautematen da. **Tabakoa eta kalamuaren egunerokotasuneko kontsumoa murriztu bada ere, alkohola, baperra eta edari energetikoen kontsumoa areagotu da** eta adin goiztiarretan hasten dira, zehazki, **lehengo kontsumoak Lehen Hezkuntzako 6. mailan kokatzen dira**. Oso normalizatuak eta **bisualak dira kontsumo mota hauek**. Hala ere, **gailu digitalen gehiegizko erabilera eta hauek buruko osasunean duten eragin kaltegarria da gehien arduratzen duena**. Gailu digitalekiko, **batez ere mugikorrarekiko, eta sare sozialekiko dependentzia** geroz eta handiagoa dute gazteek, eta substantzien kasuan gertatzen den bezala, **eskuragarritasunak erabiltzen hasteko adina nabarmenki jeitsi du**. Gazteak erabiltzen duen mugikorrak internetara konexioa duen heinean, **eskuragarri jartzen dio baita ere pornografiara edo jokoetara**.

Bizitza eta gorputz irudi perfektua izateko, atsedetik gabe, **gailu digitaletatik kudeatu ezin dituzten in put-en jarria** izaten dute eta **honek beraien osasun mentalean inpaktu zuzena izaten ari da**, hala nola: **sexulitate osasuntsu bat zer denaren irudi distortsionatua, jazarpena, jokabide suiziden**

EMAITZAK: Eragileen foro parte-hartzaileak

50

gorakada, elikadura nahasmenen gorakada, norbere buruari kalte fisikoak egitea, loan interferentziak izatea, depresioa eta antsietatea gorakada... Era berean, egoera hauek eutsi nahian, psikofarmakoen kontsumoen igoera nabarmena ekarri du.

Identifikatzen diren arrisku faktoreen artean, adikzioa garatzeko potentziala duten substantzia eta gailuekiko normalizazioa eta eskuargarritasuna da. Nerabezaroaren prozesu biologiko, psikologiko propioak berez arrisku faktore dira, baina hauen denborak aldatzeak arriskua areagotzen du, halaber, familia barneko dinamikak ere: gehiegizko exigentziak, permisiboegiak izatea, behar dutena baino diru gehiago ematea, betetzen ez diren edo bete nahi diren espektatibak lortzeko presioak... eta batez ere, familia bezala eredu ez izatea. Fokoa gazteetan jartzen da baina familiak eredu izan behar du. Familiak geroz eta tolerantzia gutxiago dute ondoez emozionalarekiko eta arintzeko gehiegizko medikalizazioa dago. Helduek, ondoeza emozionala partekatzeko profesionalenganako joera dute testuinguru hurbilean egonezina partekatu beharrean. Hau da gazteek duten eredua.

Udalerri osasuntsu baten osagaiak:

Gazteen osasuna zaindu, babestu eta sustatzeko, udalerrian batez ere **bi alderdi idartu** behar dira. Alde batetik, **Kale heziketako programak eta kale hezitzaileen presentzia**

indartu behar da eta bestetik, **aisialdiaren eskaintza zabalgoa indartu behar da, adinari egokituagoa kultura eskaintza gehiagorekin eta ordutegia zabaloagoekin** (udako denboraldian oraindik esfortzu gehiago jarri behar da eremu honetan) eta familian egiteko ekintzak bultzatu behar dira, hala nola: zuhaitz eguna, erreka garbiketa...

Bestalde, gazteak beren osasunaren eta ongizatearen protagonista eta eragile izateko gazteen foro parte-hartzaileak sortu behar dira, espazioak eta aukerak eskaini behar zaizkie herritar aktiboak izan daitezen, udalerriari dagokion gai desberdinen inguruko hausnarketa eta proposamenak egiteko aukera izan behar dute eta udalerriak esaten duten hori kontutan izango duenaren konpromezua hartu behar du.

Orokorrean arduratzen duen gai nagusienetariko bat adikzioen eremua izanik, eskaintza murriztu eta kontrolatzeko hainbat ekimen edo ekintza proposatzen dira: ikasle eta familiei zuzendutako formakuntzekin jarraitzea, kontzientziazio ekimen desberdinak sustatzea, udalerriko eragile desberdinen arteko saretzea eta irizpide berdinak jarraitzea, legea betearaztea eta familia barneko komunikazioa indartzeko ekimenak sustatzea, batez ere alkohol kontsumoa eta mobilaren erabilera murriztu ahal izateko, familiak izan behar bait du eredu ona.

EMAITZAK: **Eragileen foro parte-hartzaileak**

51

Osasunaren sustapena eta prebentziorako programak:

Udalerrietan martxan dauden programen inguruko ezagutza gutxi dagoenaren pertzepzioa dago. Programa ezagunen artean : EKKO, Altxaburua, Treba, ikastetxeetako prebentzio programa, Lagunza psikosozialekoa eta kale heziketako programak daude.

Lehentasunez lantzen jarraitu behar diren programak dira, baina kale hezitzaileen presentzian idartzeko beharra goraipatzen da, baita ere familientzako sentsibilizazio kanpainak bateratuak egitera bideratuta esfortzuak ere.

Hezkuntza ez-formala, udal teknikariak eta zinegotziak**Sarrera:**

Foroan parte hartzearen garrantzia azpimarratu da, haur eta gazteekin harreman zuzena izateak, gertuko erreferente izatea, informazio iturri oso ona izatea ahalbidetzen bait du osasunaren sustapenerako eta prebentzio lanerako. Bestetik, bakoitzak bere eremutik duen informazio hori beste eremu batzuetako profesionalen informazioarekin osatzeko aukera ematen du eta irizpide bateratzeko lehen urratsa.

Gazteekiko ditugun ardurataz eta herrian dauden beharrak eta gabeziataz hitz egiteko espazioa da.

Substantzia eta substantzia gabeko kontsumoak eta erabilerari buruzko pertzepzioa:

Substantzia eta substantzia gabeko kontsumoei dagokionez azken lau urteotan batez ere **baperra eta edari energetikoen kontsumoak gorantz egin duela hautematen da**, alkoholaren kasuan gainera pandemia garaia inflekzio puntua izan zen, geroztik aurrera denbora espazio laburragoan eta azkarrago edaten bait da.

Adizkia garatzeko potentziala duten jokabideen artean, mugikorraren gehiegizko erabilera eta eskuragarritasuna azpimarratzen da, genero desberdintasunik gabe. Sare sozialak nesken kasuan eta apustuak zein pornografia ikustea mutilen kasuan gorantz egin dute. Azukrearen gehiegizko kontsumoak, litxarkerien irentsita, ere arduratzen du.

Ondoez emozionalak ere gorantz egin duela uste da, eta honen arrazoi nagusia hiperkonexioa da. Gailu digitalen bitartez jasotzen dituzten eta kudeatu ezin dituzten in put-ek era ezezkorrean eragiten daude gazteen autoestimuan, baita ere mugako jokabide batzuk sare sozialetara igotzea posturoo hutsagatik, batez ere kirolarekin lotutako irudiak. Orokorrean, berdinkideen arteko harremanak oldarkorragoak bihurtu dira, batez ere arautu gabeko espazioetan, irainaren erabilera ohikoa bait da, baina mugikorra harremantzeko bide

EMAITZAK: Eragileen foro parte-hartzaileak

52

nagusia bilakatu den heinean isilpeko jazarpen kasuen igoera egotea ekarri du. **Harreman digital hauek beste osasun arazo batzuk ekarri dituzte: elikadura nahasmenak, autolesioak, nahi gabeko bakardadearen pertzepzioa; nesketan batez ere antsietatea eta hipersexualizazioa eta mutiletan jokabide oldarkorrak, gehiegizko autoexijentzia gorputz irudiarekin.**

Ondoez emozional hauek badituzte hainbat arrazoi, hau da, **arrisku faktore argiak daude. Gazteen beraien artean duten harremantzeko era aisialdiaren menpe dago, hau da, linea bakarreko aisialdia eskaintzen baldin bada, kontsumoa sustatzen duena edo kirola bakarrik praktikatzearena, horren araberrako harremanak eta bizi estiloa izango dute.**

Mugikorraren eskuragarritasunak eta erabilerak ere beste jokabide asko ahalbidetzen ditu: pornografia ikustea, indibidualismoa edo norbanakotasuna sustatzea, ez jakitea aspertzen.... Mugikorra errealitatetik ihes egiteko gailu bezala erabiltzen da. **Hurbileko erreferenteen eredu ezezkorra beste faktore bat da, adibidez, kirol entrenatzaileak ez direla eredu identifikatu da herrian edo/eta gurasoen aisialdia haurren deskantsuarekin ez datorrela bat.** Herriko gazteek txikitatik ez dute izan mugarik baliabide material , batez ere digitaletan, eta horrek **hiperestimulazioan** bukatu du.

Guzti hau kontutan hartuta, **Udala haur, gazte eta nerabeen errealitatearekiko hurbilago egotearen beharra ikusten da eta herritar haueki zuzendutako zerbitzuetan inbertsio gehiago egin behar dela ondorioztatzen da.**

Udalerri osasuntsu baten osagaiak:

Udalerriak osasuntsuak izan daitezen bi alderdiri erreparatu behar zaie, **alde batetik komunitateak prebentzio eragile aktiboagoa izateko konpromezuak hartu behar ditu,** hau da, fokoa gazte-nerabearengan jarri ordez, komunitatea osatzen duten helduengan jarri behar da, **eta bestetik, nerabeek gaur egun dituzten aisialdi eskaintzan egokitzapenak egin behar dira.**

Komunitateari dagokionez, **formakuntza eta sentsibilizazio kanpaina gehiago behar dira,** batez ere egunerokotasunean nerabeekin harreman zuzena duten horiei zuzendua, **dendariak eta ostalaritzakoak barne,** honekin batera, kontsumo eta erabilera arriskutsuekin lotutako jokabideak erregulatzen dituzten **legeak betearazi behar dira. Nerabeekin ohitura osasungarriak lantzeko ekimen gehiago ere behar dira baina helduok mugikorraren erabileraren inguruko konpromezuak hartu behar ditugu;** espreski familiei arreta berezia jarri behar zaie, ohitura osasungarriak sustatze aldera, **Altxa Burua bezalako ekimenak mugikorraren erabilera lantzearen beharra mahai gainean jarri bait du.** Honekin lotuta, **gazteen topa lekuetan eta espazioetan mugikorraren erabilera mugatu behar da.** Aisiladiarekin jarraituz, **gazteak eurak izan behar dira beraiein aisialdia disienatu behar dutenak,** oso egituratuta dute eremua da hau eta aukera eman behar zaie beraiein ineteresetan oinarrituta aisialdia eraikitzeo, propioak eta inpaktuzkoak izan daitezen, eta ahalden neurrian generazioartekoa.

EMAITZAK: Eragileen foro parte-hartzaileak

53

Bukatzeko, **eragile desberdinen arteko sare lan koordinatua sustatzea ere ezinbestekoa da**, ez baita ulertzen nolatan Udalak zerbitzu eta baliabide asko jartzen dituen arren arazo mentalen gorakada egotea.

Osasunerako sustapena eta prebentziorako programak:

Osasunaren sustapenerako hainbat dira indartu beharreko **prebentzio programak, horien artea EKKO eta Kale Hezitzaileen programa**. Hala ere, **beharrezkoa da programa desberdinak bateratzea eta zeharka lantzea**, hau da, gazteen eremu naturaletan sortu edo txertatu behar dira.

Lehentasuna izan beharko lukete asteburuetakoko programak, zehazki kale hezitzaileena eta gazte lekuak.

Elkarteak eta dendari-ostalariak

Sarrera:

Herriko **eragileak foro parte hartzaileetan parte hartzeko beharra dago**, eremu honetan lan asko baita dago egiteko, besteak beste kontsumo ohiturak, kultura aldatzeko beharra dago eta hau herritarron ardura da. Hala ere, **foroan parte hartzeko aurre lanketa baten beharra dago**, datu estatistiko errealak izan ezker horren gaineko eztabaida egin ahalko baita genuen.

Udalerriko pertzepzioa gazteen osasun integralaren inguruan:

Substantzia eta substantzia gabeko kontsumoei dagokionez, orohar guztiak **normalizatuta daude**, baina batipat **kalamua eta ketaminarenak**. **Alkoholaren kasuan, edaten hasteko adina jeitsi da** eta arrisku gehiago suposatzen duten aldaketekin; gaur egun gazteenek edari destilatuak edaten dituzte, azkar eta edari energetikoekin nahastuta.

Adikzioa garatzeko potentziala duten jokabideek goranzko edo beheranzko joera hartu duten zehaztea zaila da, garai batetan erabilera hauek tabernetan egiten bait ziren baina **gaur egun on line eskuragarri** dagoenez, **zaila da joera zein izan den aztertzea**.

Hala ere, **arreta gehien deitzen dituzten kontsumoak medikamentuenak dira**. Azken urteotan buruko nahasmenduek gora egin duten heinean medikamentuenak ere gora egin du, alde batetik ondoez emozionala gainditzeko pilulak daude, **geroz eta gazteagoetan hasita eta emakumeen artean gehienbat antsiolitikoak eta hipnosedanteak eta gizonen artean psikoestimulatzaileak**, eta **bestetik nahi gabeko haurdunaldiak ekiditzeko emergentziako metodoa**, hau da, hurrengo eguneko pilula.

EMAITZAK: **Eragileen foro parte-hartzaileak**

54

Osasun emozionalarekin lotutako arazoetan bizi zikloaren eta generoaren arabera desberdintzen daude. Helduetan antsietatea eta depresio arazoak gailentzen dira, arazo hauek gazteenek ere partekatzen dute eta batez ere emakumeetan ematen da eta gizon helduetan jokabide agresibo eta inpulsiboekin lotutako arazoak. Gazteetan, antsietatea eta depresio arazoei elikadura nahasmenak eta arreta defizita gehitzen zaie. Ondoez emozionalaren gorakada hau prebenitu nahi bada, ondoez emozionalarai izena jartzetik haratago joan behar da eta berau eragiten dituzten alderdietan, arazoietan jarri behar da arreta.

Hautematen diren arrisku faktoreen artean, familiek nerabeekiko duten gehiegizko babesa dago eta bere seme alabekin egunerokotasunean diharduten profesionalakiko lankidetzak falta, profesional hauek aliatu izan ordez, babesgabe uzten bait ditu. **Bestetik, gazte-nerabeenganako helduok ditugun gehiegizko espektatibek** edo gazte batek nola jokatu beharko lukeen helduaren ideal horrek **gazteak presionatzera eramaten ditu eta honen ondorioz, gazteei baimentzen ez diegun eta kudeatu ezin duten frustrazioa sentitzen dute. Presioak bere horretan jarraitzen du pantailen bitartez;** sare sozialetan jasotzen dituzten in put-ek irudi perfektu bat izatera bultzatzen bait dituzte eta **pronografiara duten eskuragarritasunak rol eta estereotipo zehatz batzuk zein harremantzeko jokabide zehatz batzuk zehazten dizkie, argi eta garbi desagokiak diren ereduak.**

Zaurgarritasun egoera dauden gazteak baztertzeko guztiok dugun joera beste arrisku faktore bat da, inklusioa sustatu ordez, bazterkeria egoera betikotzea sustatzen bait dugu.

Azkenik, haur eta nerabearen osasuna gizarte baldintza eta baldintza ekonomikoen menpe dago, zenbat eta baldintza sozioekonomiko eragozgarriagoak, osasun txarragoa izango du. Gainera, **Osakidetzako baliabideak osasun mentalaren eremuan ez dira nahikoak.**

Udalerri osasuntsu baten osagaiak:

Udalerrirako osasuntsuak diren **osagaiak nagusiki hiru dira: leku fisiko batetan gazteek erreferente argi bat izatea** osasun emozionalaren sustapenean lagunduko diena. **Bestetik udalerriko aisialdi eskaintza baliabide gehiagorekin,** anitzagoa eta dohainekoa izatea. Gaur egun dagoen eskaintza gehiena kirolarekin lotutakoa da eta ordaindu beharrekoa. **Eskaintza honek ez ditu gazte guztien beharrak asetzen, beraie galdetu behar zaie zer den nahi dutena eta herrian hutsik dauden lokalak erabili daitezke** dagoen eskaintzatik haratzago berri batzuk eskaintzeko, adibidez musika, kulturarekin zerikusia dutenak. Eta azkenik, gazteekin atseginagoa izango den herria izateko ekimenak sustatzea. **Gazteek entzunak eta ondo tratatuak izatearen eskubidea dute, beraz, horretarako espazioak, ekimenak sortu behar dira.**



EMAITZAK: Eragileen foro parte-hartzaileak

55

Osasunerako sustapena eta prebentziorako programak:

Herrian dauden programa batzuk osasunaren sustapenarekin eta prebentzioarekin inkoherenteak dira, batzuk alkoholaren kontsumoari alegatua egiten bait diote, horren adibide da “alkohola dastatzearen jaia”. Lehentasuna du beraz, herri mailan alkohol kontsumoaren kulturarekin bukatuko duen programa bat sortzeak.

Beste programa edo ekimen batzuk mantendu behar dira, zerbitzu psikologikoarena esaterako.

4- HERRITARREN PARTE-HARTZE GALDETEGIA

Zein da zure udalerrian substantzia gabeko jokabideen eta drogen kontsumoari buruz duzun pertzepzioa azken 4 urteetan?

ERABILERAK EDO KONTSUMOAK GORA EGIN DUTELA USTE DUTENEN EMAITZAK:

- SARE SOZIALEN ERABILERA % 90,19
- BIDEO-JOKOEN ERABILERA % 75,23
- PORNOGRAFIA IKUSTEA % 69,63
- ON-LINE BIDEZKO KIROL APUSTU ETA ZORIZKO JOKOAK % 69,16
- BAPER KONTSUMOA % 66,35
- KOKAINA, SPEED ETA DERIBATU ANFETAMINIKOEN KONTSUMOA % 66,35
- PSIKOFARMAKOEN KONTSUMOA % 64,49
- ALKOHOLAREN KONTSUMOA % 57,01
- OFF-LINE BIDEZKO KIROL APUSTU ETA ZORIZKO JOKOAK % 54,21
- KALAMUAREN KONTSUMOA % 43,36
- TABAKOAREN KONTSUMOA % 26,64

- UDALERRIAN ERRAZA DA SUBSTANTZIAK ESKURATZEA % 79,44
- UDALERRIAN ALKOHOLA, TABAKOA ETA KALAMUA NORMALIZATUTA DAUDE % 84,11
- UDALERRIAK ADIKZIOEN PREBENTZIOAN PARTE HARTZEN DU % 36,45
- ADIKZIOEK PREBENITZEKO BALIABIDEAK DAUDE % 40,19

Galdetegia honetan partaideek, azken lau urteetan kontsumo eta erabilerak handitu, gutxitu edo aldatu egin diren aztertu dute.

Gehiengo handi batek, **substantziarik gabeko jokabideetan sare sozialak gehien areagotu direnak direla uste du**. Ondoren **bideo-jokoak, pornografia eta on-line bidezko apustuak**.

Substantziei dagokienez, baperraren eta droga estimulanteen kontsumoak diren azken lau urteetan gehien areagotu direnak eta jarraian **psikofarmakoen kontsumoa**.

Kontsumoen bilakaeraz gain, herrian adikzioaren fenomeno nola hautematen duten galdetu zaia eta erantzun duten gehiengoek **argi daukate tabakoa, alkohol eta kalamuaren kontsumoak normalizatuta daudela eta erraza dela substantziak eskuratzea**.

Zein da zure udalerrian ongizate emozionalaren inguruan duzun pertzepzioa azken 4 urteetan?

EGOERA EMOZIONAL HAUEK ETA NAHASMENDUAK AREAGOTU DIRELA USTE DUTENEN EMAITZAK:

- **GEHIEGIZKO ANTSIETATE-ARAZOAK % 85,05**
- **DEPRESIO ARAZOAK % 82,24**
- **ADIKZIO KASUAK % 78,97**
- **BAKARDADEA SENTITZEA % 74,30**
- **ELIKADURA NAHASMENDUAK % 58,41**

Nahiz eta herritar gehienek iritziz aipatutako nahasmendu guztiak areagotu diren, **antsietate eta depresioa areagotu direla adostasun gehien izan dutenak dira**

Iritzi partekatuagoa dago elikadura nahasmenduen artean, % 58,41 izanik hauek areagotu direla uste dutenak.

- **GURE UDALERRIAK BALIABIDEAK ESKAINTZEN DITU OSASUNEREN SUSTAPENERAKO % 26,64**
- **GURE UDALERRIA OSASUNTSUA DA % 21,03**
- **UDALERRIAK NERABE ETA GAZTEAK BABESTEN DITU % 20,09**

Gai honen inguruan udalerriaren erantzuna zein den galdetzerakoan, **% 20-26k uste du udalerriak ez dituele gazteak babesten eta udalerria bera ere ez dela osasuntsua.**

Hontaz gain, **ez da uste udalerriak osasunaren sustapenerako baliabideak eskaintzen dituenik.**

EMAITZAK: Herritarren parte-hartze galdetegia

58

Kontsumo eta jokabideen inguruan galdetzerakoan hauek dira herritarrek egiten dituzten EKARPENAK:

Herrian kontsumo mota guztiak normalizatuta daude, substantzia zein substantzia gabeko jokabideena. Helduok kontsumo hauek normalizatzen ditugun heinean gazteek ere eredu berbera jarraizten dute. **Komunitate bezala beste alde batetara begiratzen dugu, Udala barne,** adikzioa garatzeko potentziala duten kontsumo/erabilerak begi bistara egiten dira (espazio publikoetan ikusten dira droga kontsumoak, adin txikikoak apustuak egiten...) eta **hauek arautzen dituzten legeak ez dira betetzen,** eskuragarritasuna errezten duten eta herritarrentzat ezagunak diren pertsonak, tabernak, dendak... ez dira penalizaten, **beste udalerri batzuetan baino normalizatuagoa eta inpunitate gehiagorekin ematen da,** egoera hau, eta guztiz anomaloa da poliziaren jarrera pasiboa zigorgarriak diren egoera hauetan. Beraz, prebentziora bideratutako estrategiek ez dute eraginkortasunik izango (ez dute izaten) **kontsumo kultura herri mailan sustatzen delako, berrelikatzen delako.**

Tabakoaren legeari esker tabako kontsumoa jeitsi da, legearekin erakargarritasuna kentzeko kultura lortu bait zen, geroztik aurrera jende askok erretzeari utzi zion eta mugatutako lekuetan bakarrik erretzen zuen. **Gure herrian baina, tabakoaren legeak ezartzen dituen debekuak ez dira betetzen, tabernetan erretzen da eta tabakoaren ordezkorekin (baperraren) erakargarritasuna gazteengan suspertzen ari da.**

Alkohol kontsumoaren eta eskuragarritasunaren bilakaerari dagokionez, herri mailako desadostasuna dago, alde batetik azken urteetan ez dela areagotu pentsatzen dutenak bait daude, orain urte batzuk eta gaur egungo eskuragarritasun maila ere mantentzen dela aipatuz (legez kanpoko droga ere), eta muturrean kontsumoak nabari gora egin duela pentsatzen dutenak, azken hauek egoeraren larritasuna nabarmentzen dute, **alkoholaren kasuan kontsumoa asteburuetakoa ez ezik aste barrura ere pasa delako, horren adibide bezala pintxo potea jarritz.**

Mugikorraren erabilera eta bere ondorioak kezka iturri dira herritarrentzat. Gailu digital honek adikzioa jokabideak sustatzeaz gain, **apustuena** batik bat, **pornografiarako** eskuragarritasuna errazten du eta pornografiatik jasotzen dituzten mezuek sexu harremanen ideia distortsionatua ematen die. Gailu digitalekiko gehiegizko esposizioak **nerabeengan bakardade sentimenduaren pertzepzioak** gorantz egitea suposatzen du, baita ere beraien artean harremanetarako **komunikazio bortitzaren** erabilera normalizatua ere.

Goian aipatutakoez gain, **substantzia gabeko jokabideen eta droga kontsumoei aurre egiteko eta nerabeak hauetaz ahalik eta gehien babesteko arreta bi fokotan jarri behar da: familiak eta Udala.**

EMAITZAK: Herritarren parte-hartze galdetegia

59

Ikastetxeetan egiten den prebentzio lana ondo dago, baina familiak egin beharreko prebentzio lana ezinbestekoa da, eta gaur egun helburu horretatik urrun egotearen sentsazioa dago. Mendekotasunaren gaia konplexua eta aldagai anitz eta aldagarriez osatuta dagoenez, **familiak informazio eta ahokularitza gehiago behar dute, horretarako ekintza gehiago sustatu behar dira, baina era berean ekintza hauetan gurasoek parte hartze gehiago izateko bide eraginkorrak bilatu behar dira.**

Azkenik, Udala prebentzio lanean jarraitzera animatzen da baina eremu komunitarioan kontsumoen desnormalizaziora bideratutako ekintzak indartu behar dira eta bestetik kirol elkarte nagusiengan jarri behar da arreta, adikzioen aurrean nerabea babesteko baliabide izan ordez, **udalerrian drogarekin dagoen arazoa elkarte hauekin lehertsiki loturik dagoela uste bait da.**

Ongizate emozionalaren inguruan aldiz, hurrengo EKARPENAK egin dituzte:

Geroz eta **adin txikiagoarekin antsietate eta ongizate arazoak daudela hautematen da**, uste baino eragin handiagoa duena, etorkizuneko gaixotasun kroniko moduan irudikatzen bait da, beraz herritarrentzako oinarritzako kezka izan beharko litzatekeela uste da.

Ondoez emozionalaren gorakadak baditu oinarri edo arrisku faktore esnaguratsuak: Familiak osasun mentalean duten prestakuntzarik ezak eragina du hazkuntza-estiloan eta horren ondorioz familiako kideen ondoez emozionala areagotzen da buru osasuneko arazoak elikatuz; **gizarte bezala emozio desatseginak saihesteko joera** eta hauek estaltzeko gehiegizko medikalizazioa; adikzioa garatzeko potentziala duten kontsumo/erabileren aurrean komunitateak ez dituela nerabeak babesten; **herritarrak inguratzen dituzten sistema desberdinek huts egiten dutela**, ongizatea babestu ordez arrisku iturri bihurtuz (OMZ sistemari eraginkortasuna falta zaionez zerbitzu pribatuko psikologoakana jo behar da eta ordaIndu ezin duenari eskuragarritasuna mugatzen zaio).

Hautematen diren arriskuen aurrean herritarrak, baina batez ere **gazteenak babesteko**, konponbidearen **fokua zabaldu behar da**. Tradizionalki, prebentzio integralaren zama **guraso, eskola eta udalarengan** jarri izan ohi da baina, **hauetaz gain, ingurune atsegin, kohesionatu eta koherentea behar da**, ahaztu gabe, **politikariek eta gainerako erakundeek (Osasun eremukoak, Judizialak...)** honetan ere jarri behar dutela arreta: pertsonen bizitza erdigunean duen kultura batean.

Ikastetxeetan egiten den lanketara begira, **ongizate emozionalera bideratutako programak** Lehen hezkuntzako hirugarren ziklora enfokatzen dira baina prebentzio lana **aurreratu** beharko litzateke, besteak beste **0-3 urteko etapan**

EMAITZAK: Herritarren parte-hartze galdetegia

60

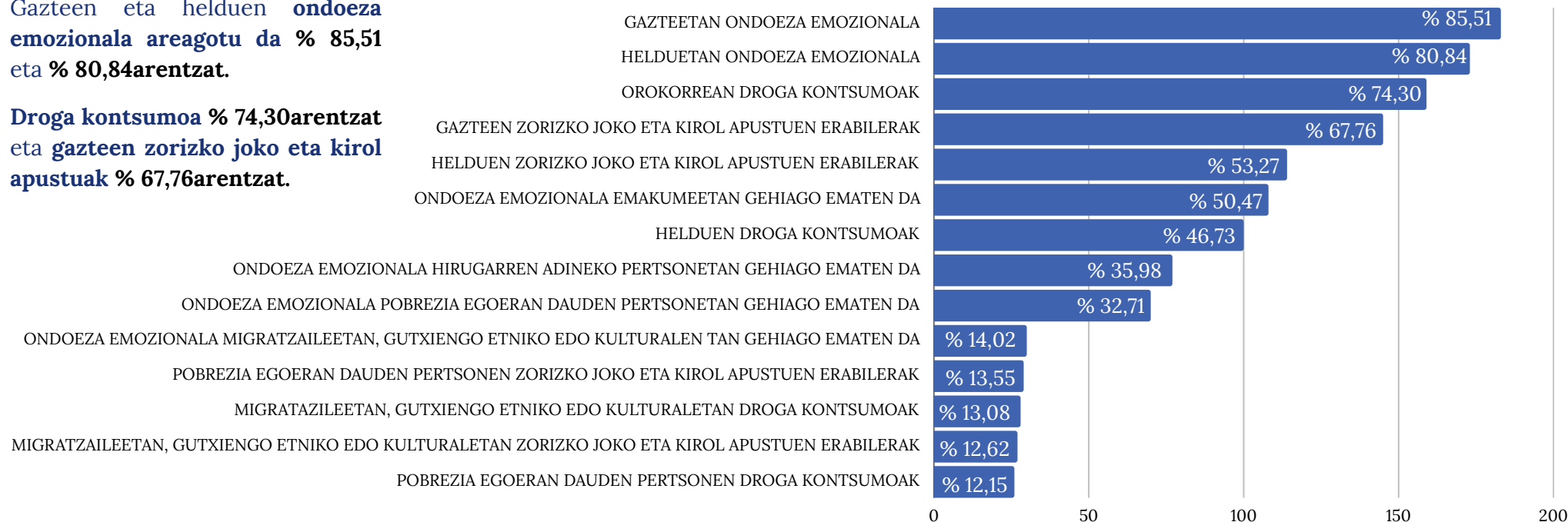
arreta jarritz eta guraso eta haurren arteko lotura seguruak eraikitzena begira. Orohar, hezkuntza komunitateko kideek, familia eta profesionalek, trebakuntza espezifikoak eta saretzea behar dute. Familien kasuan baita ere, berea duen funtzio babeslea berreskuratzea ere, mugikorren kontrolak gabeko erabilera goiztiarrak nerabeen ongizate emozionalan eragin zuzena bait du.

Jarraian agertzen diren baieztapenekin ados zauden edo ez adierazi:

EGOERA HAUEK AREAGOTU DIRELA USTE DUTENEN EMAITZAK:

Gazteen eta helduen **ondoeza emozionala areagotu da % 85,51** eta **% 80,84**arentzat.

Droga kontsumoa % 74,30arentzat eta **gazteen zorizko joko eta kirol apustuak % 67,76**arentzat.



EMAITZAK: Herritarren parte-hartze galdetegia

61

Zure udalerrian prebentzioa zabaltzeko eta osasuna sustatzeko eta indartzeko egin daitezkeen ekintzak puntuatu, ematen diezun garrantziaren arabera.

LEHENTASUNEZ LANDU BEHARREKO EKINTZAK GARRANTZIAREN ARABERA: (1 ez du garrantzirik, 5 ezinbestekoa)

- 1- GAZTEENTZAT AHOLKULARIZTA ZERBITZUAK 4,51**
- 2- IKASLEEKIN PREBENTZIO LANA LEHENAGO HASTE 4,50**
- 3- FAMILIENTZAKO AHOLKULARITZA ZERBITZUAK 4,40**
- 4- AISIA ETA DENBORA LIBREKO ESKAINTZA GEHIAGO 4,31**
- 5- PREBENTZIOA ETA OSASUNAREN SUSTAPENERAKO KANPAINAK 4,22**
- 6- FAMILIENTZAKO FORMAZIO SAIO GEHIAGO 4,21**
- 7- HERRIAN PARTE HARTZEKO AUKERA EDO BALIABIDE GEHIAGO 4,19**
- 8- ELKARTEENTZAKO DIRU-LAGUNTZA GEHIAGO 3,95**

Herritarren arabera ondorengo ekintzak sustatzean edo indartzean jarri behar dira esfortzuak:

1- Aisialdi eredu osasuntsuagoa, kirol eta kultura jarduera gehiagorekin. Eskaintzak erakargarria eta dohakoak. Proposamenen artean, udalekuak nerabeentzako, sukaldaritza tailerra, antzerkia...daude, azken hauek haur eta gazteentzako bakarrik izan daitezke edo gurasoekin partekatzekoa. Aisiladi eredua osasuntsua izan behar du, taberna girotik deslotutakoa, aipatutakoez gain ingurune naturalarekin eta honen zaintzarako

lotutakoak esaterako (auzolanak: urkuluko inguruak probestuz; garbiketa kanpainak, Mendi bideen mantente lanak, inguruko mendien, auzoen, lehen sektoreko ekoizleen,...ezagutza txangoak,...) eta gune zibikoak.

2- Gaur egun erabilgarri dauden ekintzetan (kiroldegia, musika eskola...) parte hartu ezin dutenentzako bekak eta hobariak egotea; **aukera berdintasuna izateko neurriak hartzea.**

EMAITZAK: Herritarren parte-hartze galdetegia

62

3- Familiei zuzendutako hitzaldiak euskeraz bakarrik ez izatea eta beraien partaidetza gehiago sustatzeko esfortzuak egitea. Udalerriko errealitatearen berri ematea, informazioaren zabalkundea egitea, partaidetza sustatzeko era bat izan daiteke.

4- 0-3 etapan prebentzioa sustatzea duen KUKUMIKU elkarte eta bestetik egoera zaurgarrian dauden emakume eta familiak laguntzen dituen GU HAZIAK GARA elkarteei babesa ekonomiko eta instituzionala eman. Prebentzioan lan egiteko ezinbesteko tresnak dira Aretxabaletan.

5- Ongizatea sustatzeko talde terapiak egitea.

6- Adikzioa duten pertsonen testigantzak entzutea. Aita Menira eta Santa Agedara bisitak egitea.

7- Ongizate emozionalarekin lotura zuzena duten beste gai batzuk lantzeko tailerrak sortu. Matxismoak indartsu jarraitzen duen ideologia izanik, emakumeen ahalduntzerako egiten diren eskuhartzeak osatzeko, ezinbestean gizonei zuzendutako maskulinatearen inguruko lanketarako tailerrak sortu behar dira.

8- Gazteek udalerrian partaide eta pertinentzia sentimendua areagotzeko ekintzak.

9- Udalerrian dagoen kontsumo kultura aldatzearen beharra eta honek herriarentzako izango lituzkeen onurak herriko erakundeek (Udalak-elkarteek -ikasetzee, familiek) gogoan izatea beraien egunerokotasunean.

Udalerriko aisialdi osasungarriko jardueren inguruko iruzkinak:

Udalerriak aisialdi osasungarriko **eskaintzen dituen jardueretan kirolari, eta zehazki futbolari, pisu gehiegi ematen diola uste da**, ondorioz beste kirolak alde batera uzten dira eta gazteei aukerak murrizten zaizkie eta kirol aniztasuna prebentziorako baliagarria izan daiteke. Zentzu honetan jarduerak urriak izateaz gain, kirol instalakuntzek hobekuntza behar dituzte eta udaraldiko ordutegia zabalagoa izatea, %50era murrizten bai ditu ordutegiak abuztuan. Bestalde, aisialdi osasungarriko **ekintzak gazteen intereseatik, proposamenetatik abiatu behar dira.**

Azkenik, **familiei zuzendutako formakuntza saioak euskaraz bakarrik izateak** seme-alabak dituzten biztanleriaren zati batengana bakarrik iristea suposatzen du.

Zeintzuk jarduera edo ekimen izan beharko lirateke lehentasunez landu beharrekoak?

Komunitatearen osasuna, hezkuntza eta bizi kalitatea hobetzeko ekimen eta proposamenak ditu ardatz atal honek, bereziki gazte eta familienak. **Hauek dira funtsezko ideiak:**

1- Osasunaren prebentzioa eta sustapenera bideratutako ekimenak:

- Ohitura osasungarriak sustatzea, hala nola elikadura orekatua, ariketa fisikoa eta osasun mentalaren zaintza.
- Adin txikietatik drogen eta alkoholaren kontsumoa prebenitzeko kanpainak.

EMAITZAK: **Herritarren parte-hartze galdetegia**

63

- Osasun mentaleko zerbitzuak, doakoak eta irisgarriak.

2- Hezkuntza eta gizarte-jarduerak:

- Familia eta gazteentzako tailerrak ongizate emozionalari, gatazken kudeaketari eta adimen emozionalari buruz.
- Nerabe eta helduentzako kultur eta kirol jarduerak sartzeara.
- Tokiko elkarteak aisialdi alternatiboko proiektuetan inplikatzeara.

3- Kontrola eta erregulazioa:

- Herriko ekitaldi eta tabernetan alkoholaren salmenta mugatzea.
- Gaueko ordutegietan zaintza eta kontrol handiagoa, desordena egoerak saihesteko.

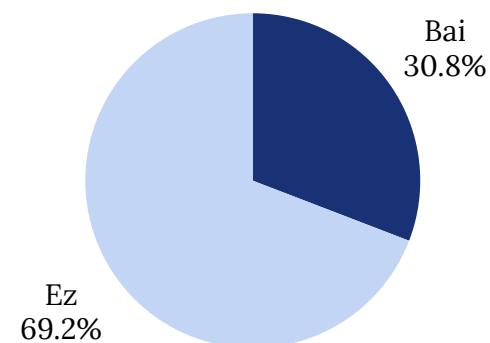
4- Kolektibo kalteberentzako arreta:

- Desgaitasunen bat duten edo bazterkeria-arriskuan dauden pertsonentzako programa espezifikoak.
- Zaintza sistema duin eta komunitarioaren sustapena.

5- Hezkuntza integrala:

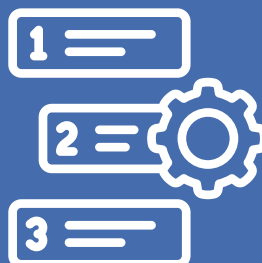
- Autoestimuari, harremanei eta gatazken konponbideari buruzko gaiak sartzeara eskoletan.
- Familientzako prestakuntza, seme-alabei alderdi horietan nola lagundu jakiteko.

Laburbilduz, erakundeek, familien eta komunitatearen arteko lankidetzak handiagoa egotea lehenesten da, udalerriko erronkei aurre egiteko eta bizikidetzak hobetzeko.

Ezagutzen duzue zure udalerriko Gizarte Zerbitzuen Sailak egiten duen prebentzio-lana?

Galdetegiak bete duten % 69,2ak EZ DU UDALERRIKO GIZARTE ZERBITZUEN LANA EZAGUTZEN

ONDORIOAK



1- IKASLEEN EMAITZEN ONDORIOAK

BIZIPEN EMOZIONALA:

Oro har, **gazte gehienak pozik edo oso pozik daude beren bizitzako hainbat alderdirekin.** Hala ere, alde nabarmenak daude generoaren eta ebaluatutako alderdiaren arabera:

- Mutilak neskek baino pertzepzio positiboagoa dute beren gorputzari, irudiari eta pisuari buruz.
- Neskak alderdi emozionaletan eta sozialetan gogobetetasuna adierazten duten arren, ez dira hain positiboak beren gorputzari eta pisuari dagokienez.

Familiarekiko harremana da gazteek ondoen baloratzen duten alderdietako bat. Lagunak eta ikaskideekiko harremana ere positiboki hautematen dira kasu gehienetan.

Gogobetetasun gutxien duten arloak pisua eta gorputz-irudia dira eta ondoren aisialdiko jarduerak. Gehienak pozik badaude ere aisialdiko jarduerekin, gazte batzuek uste dute ez dutela aukera esanguratsurik edo askotarikorik.

Azken hilabeteen, hauek izan ziren **gazteen emoziorik ohikoenak:**

- **Zoriontasuna:** % 80k baino gehiagok maiz sentitzen dute.
- **Motibazioa eta lasaitasuna** % 65 eta % 60arekin.

Emozio desatseginei dagokienez, **estresa eta urduritasuna % 26 inguruk maiz sentitzen ditu.**

Hauek dira **genero-desberdintasunak bizipen emozionalean:**

- **Neskak estresa, urduritasuna, kezka eta tristura bezalako emozioak mutilak baino maizago sentitzen dituzte.**
- **Mutilek emozio positibo gehiago izateko joera dute,** hala nola zoriontasuna eta motibazioa, eta emozio desatseginen intzidentzia txikiagoa erakusten dute.

SEXUALITATEA:

Sexualitatearen inguruan hitz egin nahi dutenean, gazte gehienek lagunengana jotzen dute. Familia laguntza-iturri gisa bigarren tokian dagoen arren, garrantzi txikiagoa du, bereziki mutilen artean. Ehuneko handi batek **internet erabiltzen du informazioa bilatzeko baliabide gisa (% 13,75).**

Gazteen **% 43, 67k** sexualitatearen inguruan **duten informazioa nahikoa dela uste du eta** neskek gogobetetasun eza handiagoa erakusten dute.

ONDORIOAK

66

Bestalde, **gazte gehienek adierazi dute eroso sentitzen direla beren nahiak eta beharrak adierazten**, neskak izanik gehien onartzen dutenak, % 80,1 eta ondoren mutilak % 60,6. Hala ere, % 16,7 ez da eroso sentitzen bere nahiak adierazten. **Gehiengok ere uste du iritzia aldatzeko eskubidea duela**; nesken % 86,8k eta mutilen % 77,7k. **Ez-bitarren % 37,5ek uste du denok ez garela berdinak.**

Presio soziala eta konformismoari dagokionez, gazteen zati handi batek **besteen nahien aurrean amore ematea onartzen du**, bai eta beren borondatearen aurka badoa ere; nesken % 50ak eta mutilen % 48,8k hala uste du. Halaber, **nesken % 34,1ak bestearen gozamina kontutan izan behar dela uste du eta gainontzeko nesken % 31,8ak kontrakoa uste du. Mutilek ordea, oso argi dute gozamina partekatua izan behar dela**, % 81,5a ados egonik baieztapen honekin.

Gehiengo zabal bat **ados dago beren gorputzari eta sexualitateari buruz erabakitzeko eskubidea izatearekin**; neskak dira pertzepzio gehiago dutenak (% 82,8) eta mutilak ondoren % 78a izanik. **Guztiok berdinak garela edozein izanik gure sexualitatea bizitzeko modua, ideiarekin ere ados daude**, batez ere neskak (nesken % 86,1 eta mutilen % 72,2).

DENBORA LIBREA, TEKNOLOGIA DIGITALAK, APUSTUAK ETA JOKOA:

Bat-bateko mezularitza eta sare sozialak dira jarduerarik

ohikoenak, gehiego handi batek **egunero egiten dituenak**. **Neskak dira nagusi sare sozialen erabileran eta mutilak bideo jokoetan nabarmentzen dira. Telesailak edo pelikulak ikustea ere ohiko da, batez ere nesken artean.** Jarduera fisikoari dagokionez, **kirola ohikoa da bi generoen artean** zertxobait ohikoagoa izanik mutilen artean. **Ekintza artistiko eta kulturei dagokienez, neskek mutilek baino gehiago parte hartzen dute. Diruarekin lotutako apustu eta zorizko jokoetan, mutilek parte hartze handiagoa dute**, bai on-line zein off-line eta erabiltzaileen kopuruaren gorakada handiena 18-19 urte bitarte ematen da. Berdina gertatzen da **pornografiarekin**, non, **mutilak garaile diren. Mutilak ere sarriago joaten dira ludoteka eta gaztelekuetara** desberdinatsun handi egonik **11 urterekin, non mutilen % 25ak eta nesken % 7,01ek parte hartzen duten. 12 urtetik aurrera**, genero guztietan, ludoteka eta gaztelekuen erabilerak behera egiten du.

INTERNETEKIKO ERABILERA ARRISKUTSUA:

CIUS eskalaren arabera, emaitzek hau adierazten dute:

- **Nesken % 71,29k, mutilen % 78,21ek eta ez-bitarren % 75,11k erabilera problematikorako arrisku baxua adierazi dutela.**

Bestetik, **nesken % 28,71k, binarioak ez diren pertsonen % 27,27k eta mutilen % 21,79k adierazten dute on-lineko jazarpen- edo mehatxu-egoerak pairatu dituztela.**

ONDORIOAK

67

MUGIKORRAREN ERABILERA LH-KO 3.ZIKLOAN:

- Ikasleen % 23,74k mugikor propioa du; mutilen % 28,57k eta nesken % 19k.
- % 41,41ek familiako kide baten mugikorra erabiltzen du.
- Mugikorrarekin gehien egiten dituzten hiru ekintzak: musika entzutea, jolastea eta deiak egiten.
- % 76,74k, mugikorra erabiltzeko arauak ezarrita dituzte.

SUBSTANTZIEKIN LEHENENGO KONTAKTUAK:

Edari energetikoak dira lehenengo probatzen den substantzia (11 urte), ondoren alkohola (12 urte), gero baperra (13 urte), jarraian tabakoa (13 urte) eta kalamua (14 urte). Genero aldetik mutilak dira lehenengo haste direnak probatzen, desberdintasun handienak baperrean (neskak 9 hilabete beranduago), edari energetikoetan (neskak 8 hilabete beranduago) eta kalamuan (neskak 7 hilabete beranduago) emanik. Probatzen hasteko arrazoiaren artean, **lagunen eragina eta ondoren kuriositatea** edo jakin-mina aurkitzen dira.

SUBSTANTZIEN KONTSUMOAK:

Mutilak neskak baino gehiago dira substantziak probatzen. Desberdintasun handienak edari energetikoetan eta kalamuan egonik. Alkoholean izan ezik, **beste substantzia guztietan probatu dutenen tasak dira altuenak.**

- **Edari energetikoak:** nesken gehiengoak probatu bakarrik egin ditu, % 16,10a izanik kontsumitzailea. **Mutilen kasuan % 40,78ak kontsumitzen ditu.**
- **Alkohola:** gehien probatu den bigarren substantzia. Neska eta mutilen kontsumitzaile tasak antzekoak dira; mutilen % 38a eta nesken %33a. **Probatu dutenen bakarrik gehiago dira eta hilabetero, astero eta sarritan kontsumitzen duten gehiagoak mutilak dira.** Alkohola kontsumitzen dutenek **taberna edo txosnetan lortzen dutela diote eta kontsumitzeko arrazoi nagusiak ondo pasatzeko eta topera dibertitzeko dira.**
- **Baperra:** mutil eta nesken % 20-26k probatu dituzte eta mutilek neskek baino gehiago kontsumitzen dituzte.
- **Tabakoa:** baperra baino zertxobait gutxiago dira probatu dutenak eta baperra bezala **mutilak neskek baino gehiago kontsumitzen du.** Kasu honetan sarritan edo ohiz kontsumitzen duten mutilen tasak altuak dira; **baperra probatu dutenen mutilen artean, % 4,69k ohiz erretzen du eta tabakoa aldiz, probatu duten % 39,02k.**
- **Kalamua:** Neska eta mutilen artean desberdintasun handia dago **mutilen tasak neskena bikoiztuz. Ohiko kontsumoak mutiletan nesketan baino askoz altuagoak dira.**

ONDORIOAK

68

ESKURAGARRITASUNA ETA NORMALIZAZIOA

Eskuragarri dituzten substantzien artean **alkohola aurkitzen da lehenengoa eta ondoren baperra. Substantzia ilegalen artean kalamua eta arnasgarriak** dira eskuragarrien dituztenak. Substantziarik gabeko ekintzen artean ordea, **pornografia identifikatu dute eskuragarrien** dauketen ekintza bezala, **kirol apustuetao makinak eta txanpon makinak** jarraituz.

Lehen Hezkuntzako 3.zikloko ikasleen % 57k **etorkizunean alkohola edango duela edo agian edango duela dio. Hauen ustez, neurritz kontsumitzen badira substantziak ez dira kaltegarriak.**

2- HAUTEMANDAKO BEHARRAK

- Mutilak neskekin alderatuta, beren gorputzari, irudiari eta pisuari buruzko pertzepzio positiboagoa dute. Horrek adierazten du edertasun-estandarrekin lotutako gizarte-presio txikiagoa hauteman dezaketela. Neskek, alderdi-emozionalean eta sozialean gogobetetasuna adierazten duten arren, ez dira hain positiboak beren gorputzari eta pisuari dagokienez. Gizarte-sareei eta ideal estetikoiei lotutako presio handiagoa jasaten dute. Ondorio hauek, azpimarratzen dute, garrantzitsua dela **gorputzaren irudiarekin lotutako gizarte-presioari heltzea.**
- Nahiz eta gazte gehienek emozio atsegina bizi, funtsezkoa

da **heziketa emozionala indartzea eta urduritasuna eta estresa bezalako emozioak kudeatzeko baliabideak ematea. Espazio seguruak sustatzea**, gazteek beren emozioak partekatu eta landu ahal izan ditzaten, batez ere, erronka emozional handienei aurre egiteko tresnak eskainiz.

- Sexualitatearen inguruan hitz egiteko laguntza-iturriak dauden arren, **gazteek informazio osoagoa, eskuragarriagoa eta ingurune seguruetatik datorrena behar dute.** Horretarako:
 - Konfidantza handiagoa hezkuntza-eremuan: ingurune fidagarriagoa sustatzea sexualitatearen gaia lantzeko.
 - Sexu-hezkuntza fidagarria eta integrala sortzea.
 - Familien elkarriketak gai hauen inguruan sustatzea, sexualitateari buruzko belaunaldian arteko komunikazio hobetzeko asmoarekin.
- Bestalde, **asertibitatea, norberarekiko eta besteekiko errespetuan eta aniztasunarekiko sentsibilizazioan** lan egitearen garrantzia azpimarratzen da.
- Aisialdirako jardueretik ikuspegi orekatu eta kontzientearen beharra dago teknologien inpaktu altua dela eta, hortaz:
 - **Heziketa digitala:** teknologien erabilera kontzientea sustatzeko ikuspegi bat behar da.
 - **Kirolaren sustapena:** jarduera fisikoetan parte hartzeari eustea.

ONDORIOAK

69

- Substantzien **kontsumo goiztiarren normalizazioa kezkagarria** da, batez ere faktore sozial eta kulturek eraginda. Honek kontsumoen adina atzeratzeko eta kontsumoen arriskuetaz informatzeko esku-hartzeak eskatzen ditu:
 - **Prebentzio neurriak** ezartzea adin txikiagoetan.
 - **Gizarte-trebetasunak indartu.**
 - Substantzien **eskuragarritasuna murriztu.**
- Kontsumitzen hasteko adinean eta kontsumo motetan, **aldea dago generoaren arabera** eta horrek **berdintasun ikuspegitik egokitutako prebentzio-estrategiak** eskatzen ditu.

3- GAZTE FOROEN ONDORIOAK

SUBSTANTZIA ETA SUBSTANTZIA GABEKO KONTSUMOAK ETA ERABILERARI BURUZKO PERTZEPZIOA:

Udalerrian **drogen kontsumoa oso normalizatuta dago, batez ere alkoholarena, baperrarena eta kalamuarena.** Alkohola eta baperraren kasuan, hamalau urtekin hastea ohikoa dela dirudi. Bestalde, Poperraren kontsumoan igoera dagoenaren pertzepzio orokorra dago. Kontsumo hauek gehienetan jai giroan ematen diren arren, badaude egunerokotasunean ikusten diren kontsumoa, baperraren kasua da hau. **Kontsumoen gaia arduratzen dien gaia izanda, normalizazio**

honen aurka gazteek ezer gutxi egin dezaketenaren pertzepzioa dute.

Mugikorraren gehiegizko erabilerak ere asko arduratzen die. Antzerakoa gertatzen da adikzioa garatzeko potentziala duten beste jokabide batzuekin, gazte guztiek smartphone bat dutela iruditzen zaien heinean **sare sozialen erabilera eta baita ere bideojokoena oso ohikoa da gazteen artean. Genero aldetik desberdinatsunak daudela iruditzen zaie, Kirol apustuak, batez ere mutiletan ematen bait dira eta nesketan sare sozialen erabilera.** Adikizioen prebentziorako jasotzen dituzten tailerrak desnormalizaziorako erangikorrak direla iruditzen zaizkien arren, **adin txikikoei baperraren eskuragarritasun mugatzeko neurri gehiago hartu behar direla uste dute.**

Jokabide hauetaz gain, **Bullying-ak eta eraso sexualak ardura handia sortzen dute eta gai guzti hauek jorratzeko hitzaldi gehiago jasotzearen beharra dago.**

AISIALDIAREN KUDEAKETA:

Udalerrietako aisialdia eskaintzarekiko gogobetetze maila oso altua da. Ekintza anitzak egotea eta hauek gazteen beharretara egokituta egotea positiboki baloratzen da. Hala ere, alderdi batzuk hobetze aldera proposamenak daude, hala nola, irteera gehiago antolatzea eta bestalde, jadanik dauden eskaintzetan ordutegia zabaltzea. Udalerriko eskaintzarekin gustura egon arren, **denbora libre gehiena mugikorraren erabileran inbertitzen dutela adierazi da.**

ONDORIOAK

70

UDALERRIKO BALIABIDE ETA PROIEKTUAK:

Udalerri osasuntsuago bat eraikitzeko **proposamenak** egin dira:

- Osasun Zerbitzu Publikoan **pazienteen arreta arintzea** nabarmentzen da, **lehenasuna** emanaz **buruko nahasmenen bat duten pertsonen**. Ildo honetatik baita ere, **pazienteari eskaintzen zaion kontsulta denbora luzatzea** iradokitzen da.
- **Drogen eskuragarritasuna** murrizteko **neurriak aplikatzea** dago, batez ere, adin txikikoen **alkohol salmentari dagokionez**.
- Herriko azpiegiturak direla eta, bizilagunen segurtasuna gehiago bermatzeko **herriko argiztapena hobetu behar da**, bai eta mugikortasun murriztua duten pertsonen **irisgarritasuna hobetu** ere, adibidez ezkailerak bezalako oztopo arkitektonikoak ezabatuz.
- Udaleko **zerbitzuen ordutegia zabaldu behar da**, eta Udal arduradunek **jai ekitaldiak antolatze**ko orduan **espazio zabalen erabilera**n oinarritu behar dira.
- **Gazteei kirola egitera animatzeko ekimenetan indar gehiago jarri behar dute** eta **aisialdiko ekintza guztiak euskaraz izatea** sustatu.
- **Ikastetxean jasotzen diren tailerrekin jarraitzearen beharra dago**, hala ere, tailer hauetan lantzen diren ohiko gaiez aparte **bestelako batzuk lantzea** ere **proposatzen dira**: **Homofobia, Genero berdintasuna, Elikadura nahasmenak** eta **beste buruko nahasmen batzuk**.

ONGIZATE EMOZIONALAREKIKO PERTZEPZIOA:

Ongizate emozionala eta bizi kalitatearekin erlazionatutako alderdiekiko asebetetze maila muturrekoa da aztertutako eskola etaparen arabera.

Lehenengo zikloan dauden herritarrek gogobetetze maila altua dutela hautematen dute, nahiz eta **eskola jazarpenak**, lagunarteko tratu txarrek eta harreman afektibo sexualiekin lotutako alderdiek ardura sortzen duten, hala nola, **nahi gabeko haurdunaldiek** eta antisorgailuen erabilera txarrak suposatuta ditzaketen ondorioak eta eraso sexualak. Segurtasun falta dagoela baieztatzen da.

Bigarren ziklokoek balorazio oso baxua egiten dute eta honen arrazoia, ez direla kontutan hartuak direla sentitzen da, **baina batik bat eremu desberdinetatik jasotzen dituzten presioak dira**. Familiatik nota onak ateratzeko **gehiegizko presioa** dutela hautematen dute eta familiarekin duten komunikazioa nahi besteko ona ez dela uste da. **Gehiegizko presioa** baita ere, **gorputz irudiarekin, sare sozialen bitartez idealizatzen diren gorputzek ideal hori lortu nahi izatearen presioa** sortzen bait du eta normotipo horretan enkajatzeko ez duenak erasoak jasotzen ditu.

ONDORIOAK

71

HERRIA ETA KOMUNITATEA:

Herriak eta komunitateak orokorrean biztanle guztiak babesten dituela sentitzen da, baina ezaugarri zehatz batzuk babes sentimendu hori murrizten dute, hala nola, gaztea izatea edo udalerrira etorri berria izatea.

Herritar gazteen ahotsa entzun eta kontutan hartzearen beharra dago, eta horretarako aukerak eta espazioak areagotu behar direla uste da. Etorri berriak diren pertsonen kasuan, bazterkeria eta eskubideen urraketa saihesteko neurri gehiago hartu behar direla pentsatzen da.

4- ERAGILEEN FOROETAKO ONDORIOAK

**UDALERRIKO PERTZEPZIOA GAZTEEN OSASUN
INTEGRALAREN INGURUAN (AZKEN LAU URTEETAN):**

1. Kontsumoaren gorakada eta adikzio berriak: tabakoaren eta kalamuaren kontsumoa jaitsi den arren, alkohola, bapeatzaileak eta edari energetikoak igo dira adin txikikoetan. Gainera, mugikorraren eta sare sozialen gehiegizko erabilera mendekotasuna sortzen ari da eta gazteen osasun mentalean eragina izaten ari da.

2. Osasun mentalaren narriadura eta medikalizazioa: antsietateak, depresioak eta elikadura-nahasmenduak areagotu

egin dira, batez ere emakumeen artean. Horren ondorioz, antsiolitikoek eta beste farmako batzuen kontsumoak gora egin du, ondoezaren arrazoiei heldu beharrean.

3. Arrisku-faktore soziokulturalak eta familiarrak: substantzien kontsumoaren normalizazioak eta gailu digitalen erabileran mugarik ez egoteak egoera larriagotzen dute. Familiaren gehiegizko babesak, presio sozialak eta profesionalekiko koordinazio faltak gazteen estresa areagotzen dute.

4. Desberdintasun sozioekonomikoa eta baliabide falta: baldintza ekonomikoek osasun emozionalean eragiten dute, eta osasun mentaleko zerbitzuak ez dira nahikoak gero eta handiagoa den eskaerari erantzuteko.

5. Esku-hartzearen beharra: premiazkoa da erakundeek arazo horiek prebenitzeko baliabideetan eta estrategietan inbertitzea, gazteentzako ingurune osasungarriagoa sustatuz.

Laburbilduz, premiazkoa da substantzien kontsumoaren, osasun mentalaren, presio sozialaren eta desberdintasun sozioekonomikoaren arloetan esku hartzea, gazteen ongizatea hobetzeko.

ONDORIOAK

72

UDALERRI OSASUNTSU BATEN OSAGAIAK:**1. Prebentzio eta hezkuntza komunitarioa indartzea:**

- Beharrezkoa da prebentzio-programen ikuspegia aldatzea, arreta gazteetan soilik jartzetik komunitate osoa integratuz, bereziki haiekin elkarreraginean dauden helduak: familiak, merkatariak, ostalariak, entrenatzaileak...
- Substantzien kontsumoari eta gailu digitalen erabilera problematikoari buruzko trebakuntza eta sentsibilizazio kanpainak indartu behar dira.
- Funtsezkoa da familien barneko komunikazioa sustatzea eta mugikorra erabiltzean muga osasungarriak ezartzea.

2. Gazteen aisialdirako eskaintza berregituratzea:

- Gaur egun, aisialdirako aukera gehienak kirolari lotuta daude eta ordainpekoak dira, eta horrek ez ditu gazte guztien beharrak asetzen.
- Doako jarduerak eta era askotakoak eskaini behar dira, kultura, musika eta jolas aukerak barne.
- Garrantzitsua da gazteek beren aisialdiaren diseinuan parte hartzea, erakargarria, esanguratsua eta inklusiboa izan dadin.

3. Gazteen erreferentzia eta partaidetza guneak sortzea:

- Gazteek beren ongizate emozionala sustatzeko erreferente argiak aurkitzeko leku fisikoak behar dituzte.
- Espazioak sortu behar dira gazteak entzunak izan daitezen eta beren inguruneari eta beharrei buruzko erabakietan parte hartu ahal izan dezaten.
- Gazteen aldeko tratu hurbilagoa eta positiboagoa sustatu behar da komunitatearen barruan.

4. Erakundeen koordinazioa eta konpromisoa:

- Ezinbestekoa da udal eragileen eta zerbitzuen arteko koordinazioa hobetzea, gazteen ongizatea modu integralean lantzeko.
- Zerbitzuetan inbertitu arren, osasun mentaleko arazoek gora egiten jarraitzen dute; beraz, beharrezkoa da dauden baliabideen eraginkortasuna ebaluatzea eta hobetzea.

Laburbilduz, gazteentzako ingurune osasungarriagoa lortzeko, funtsezkoa da prebentzioa, hezkuntza komunitarioa, parte hartzeko guneak eta aisialdi-eskaintza anitzagoa eta eskuragarriagoa uztartuko dituen estrategia global bat.

ONDORIOAK

73

OSASUNAREN SUSTAPENA ETA PREBENTZIORAKO PROGRAMAK:

1. Programen koordinazioa eta ezagutza hobetzea: EKKO eta Altxaburua bezalako prebentzio programak daude, baina koordinazio eta ikusgarritasun gehiago behar da, bereziki familia eta eskola eremuan.

2. Prebentzioa eta sentsibilizazioa indartzea: funtsezkoa da gazteekin beren espazio naturaletan ohitura osasungarriak sustatzeko programak bultzatzea, hala nola asteburuetako jarduerekin eta kale-hezitzaileekin., ohitura osasungarriak sustatuz.

3. Programa inkoherenteen doikuntza: Programa batzuk, alkoholaren kontsumoa sustatzen duten ekitaldiak kasu, berrikusi egin behar dira. Premiazkoa da kontsumoaren kultura jorratuko duten ekimenak sortzea eta baita ere laguntza psikologikoko zerbitzuak mantentzea.

Laburbilduz, beharrezkoa da programen koordinazioa indartzea, ikuspegi desegokiak doitzeko eta gazteentzako prebentzio eta laguntza-gune gehiago sortzea.

5- HERRITARREN EMAITZEN ONDORIOAK

SUBSTANTZIA GABEKO JOKABIDEEN ETA DROGEN KONTSUMOARI BURUZKO PERTZEPZIOA (AZKEN LAU URTEETAN):

- Substantziarik gabeko jokabideetan **sare sozialak** direla gehien areagotu direnak uste da.
- Substantziei dagokienez, **baperraren eta droga estimulanteen kontsumoak** direla azken lau urteetan gehien areagotu direnak esan da.
- Gehiengoek argi daukate tabakoa, alkohol eta kalamuaren kontsumoak normalizatuta daudela eta erraza dela substantziak eskuratzea.

UDALERRIAN ONGIZATE EMOZIONALAREN INGURUKO PERTZEPZIOA (AZKEN LAU URTEETAN):

- Herritar gehienek iritziz aipatutako **nahasmendu guztiak areagotu dira.**
- Antsietate eta depresioa dira gehien areagotu direnak.

ONDORIOAK

74

- **% 20-26k uste du udalerriak ez dituele gazteak babesten eta udalerria bera ere ez dela osasuntsua.**
- **Gazteen eta helduen ondoeza aregatu den sentrazioa dago.**

LEHENTASUNEZ LANDU BEHARREKO EKINTZAK:

- Gazteentzat aholkularitza zerbitzua eta prebentzio lana lehenago hastea.
- Aisialdia osasuntsuagoa.
- Ekintza desberdinetan aukera berdintasuna izateko neurriak ezartzea.
- Familiei zuzendutako saioak euskaraz bakarrik ez izatea.
- 0-3 etapan prebentzioa sustatzea.
- Ongizatea sustatzeko talde terapiak egitea.
- Ongizate emozionalarekin lotura zuzena duten beste gai batzuk lantzeko tailerrak sortu.
- Gazteek udalerrian partaide eta pertenezia sentimendua areagotzeko ekintzak.

- Udalerrian dagoen kontsumo kultura aldatzea. Erregulazioa eta kontrola.

- Kolektibo kalteberentzako arreta.

Laburbilduz, erakundeen, familien eta komunitatearen arteko lankidetzak handiagoa egotea lehenesten da, udalerriko erronkei aurre egiteko eta bizikidetzak hobetzeko.

GIZARTE ZERBITZUETAKO LANA:

- **% 69,2k ez du Gizarte Zerbitzuetako lana ezagutzen.**

6- ONDORIO OROKORRAK

Diagnostikoko iturri desberdinetako ondorioak aztertu ondoren, hauek izango lirake **ondorio orokorrak**:

- Sexualitatean, ikasleekin norberaren desioak adieraztearen lanketaren beharra ikusten da. Ildo honetatik ere, on-lineko jazarpen edo mehatxu egoerak daudela ikusita, honi ere heltzearen beharra dago.
- Sexualitatea eta pertsona arteko harremanak DBHko lehenengo zikloan lantzea eta gizarte presioa, gorputzaren irudiarekin lotutako presioa (sare sozialak) bigarren zikloan.
- Heziketa emozionala indartzea EKKO bezalako programekin eta emozioak kudeatzeko baliabideak eskaintzea nerabe eta gazteei.
- Espazio seguruak sustatzea, nerabe eta gazteek beren emozioak partekatu eta landu ahal izateko.
- Gazteei udalerrian protagonismo eta ahots gehiago ematea.
- Osasun zerbitzu publikoan pazienteen arreta bizkortzea eta kontsulta denbora luzatzea. Bestalde, buruko nahasmenduren bat duten pertsonak artatzeko baliabideak areagotu.
- Kontsumoen adina atzeratzearen beharra dagoela identifikatu ondoren, osasunaren sustapena eta prebentzio programak aurreratzearen beharra ikusi da. Programa hauek genero ikuspegia kontutan izatea.
- Substantzia gabeko kontsumoetan mutil gazteekin jokoa eta apustuak lantzea eta neskekin sare sozialak.
- Kontsumoak oso normalizatuta daudela eta herri oso permisiboak direla ikusita, lanketan integral baten beharra dago familia, ostalaritza eta udalaren artean koordinatuz. Komunitatea aktibatu behar da.
- Eskuragarritasuna murrizteko neurriak hartu behar dira batez ere adin txikikoei begira.
- Udal zerbitzuen eta udal teknikoaren artean koordinazioa egon behar da eta gazteen osasun integrala hobetzeko eta ingurune seguruago eta osasuntsuago bat sustatzeko ikuspegi komunitario eta koordinatu baten beharra azpimarratzen da.