



ORIO
marea bizian



ortzadar

Adikzioen prebentzio plana 2026-2031

ORIO



Aurkibidea

SARRERA

3

ESPARRU TEORIKOA ETA
ARAUDIA

4

ESKOLA DIAGNOSTIKOA

5

HERRITARREN, ELKARTEEN ETA
TOKIKO ERAGILEEN DIAGNOSTIKOA

14

ESTRATEGIAK, EKINTZAK ETA
ADIERAZLEAK

16



1 | Sarrera

Adikzioen prebentzioa erronka kolektiboa da. Erakunde publikoak herritarren osasuna, bizikidetzeta eta bizi-kalitatea babestera bultzatzen ditu. Kontsumo-ohitura berriek markatutako testuinguru sozial batean, aisialdi-moduen aldaketek eta portaera-adikzioen eragin gero eta handiagoak udalerriek funtsezko zeregina hartzea eskatzen dute, hurbiltasun-gune, detekzio goiztiar eta ekintza komunitariorako espazio gisa.

Orioko Adikzioen Prebentzio Planak (2026-2031) Orioko Udalak herritarren ongizatearekin eta, bereziki, haurren, nerabeen eta gazteen babesarekin duen konpromiso irmoa adierazten du. Dokumentu honek ibilbide-orri argia ezartzen du adikzioei ikuspegi integral, prebentibo eta erantzunkide batetik aurre egiteko. Horretarako, osasuna eta gizarte-kohesioa udal - ekintzaren lehentasunezko ardatz gisa kokatzen ditu.

Plana azterketa eta entzute prozesu partekatu baten emaitza da, eta hezkuntza komunitatearen, herritarren, tokiko elkarten eta udal-zerbitzuen parte-hartzea izan du. Lan horri esker, benetako beharrak identifikatu dira, baita sortzen ari diren erronkak eta hobetzeko aukerak ere. Horrek ahalbidetu du

ikuspegi komun bat sendotzea eta, era berean, denboran zehar modu koordinatuan eta iraunkorrean jardutearen garrantzia berrestea.

Euskadiko Adikzioen VIII. Planarekin eta indarrean dagoen araudiarekin bat etorritik, plan honek ingurune osasuntsuak sustatzea du helburu. Era berean, mendekotasuna sortzen duten substantzien eta jokabideen kontsumoa desnormalizatzea bilatzen du. Halaber, banakako, familiako zein komunitateko babes-faktoreak indartzea du helburu. Horrez gain, genero-ikuspegia eta bizi-ibilbideen ikuspegia zeharkako elementu gisa txertatzen ditu, erantzun bidezkoagoak eta eraginkorragoak bermatzeko.

Adikzioen prebentzioa ez da osasun kontu hutsa; gizarte, hezkuntza eta komunitate kontua ere bada. Horregatik, plan honek udalerriko eragile guztien inplikazio aktiborako deia egiten du. Ziur gaude elkarlanaren bidez bakarrik izango dela posible Orioko osasuntsuago, inklusi-boago eta pertsonen zaintzarekiko konprometituago baterantz aurrera egitea. Orioko Udalak konpromiso horrekin lanean jarraituko du, prebentzioa eta komunitatearen ongizatea udal-politiken erdigunean jarritik.

Anuska Esnal Oliden

Orioko alkatea

2 | Esparru teorikoa eta araudia

Planaren ezaugarriak hauek dira:

- Udalerriak sustatutako tresna izatea, planteatutako ekintzak tokiko beharrezanekin bat datozela ziurtatuz.
- Komunitatean identifikatutako beharrei erantzutera bideratuta egotea.
- Herritarren parte-hartzea sustatzea hasierako fasetik, tokiko errealitatearen azterketa egokia ahalbidetuz.
- Adikzioei modu integralean heltzea, bai substantziekin lotutakoei, bai jokabideei.
- Tresna dinamikoa eta ezarpena eragiten duten gizarte-aldaketetara egokitzeko modukoa izatea.
- Hainbat zerbitzuren ekintzetan koherentzia bermatzea, baliabideak optimizatuz eta ekimenak harmonizatuz.
- Etengabeko ebaluaziorako mekanismoak sartzeta, eraginkortasuna hobetzeko.
- Euskal Autonomia Erkidegoko (EAE) Adikzioen VIII. Planarekin lerrotatuta egotea, estrategiak bi esku-hartze mailatan (unibertsona eta selektiboa) eta hainbat jarduera-eremutan (eskola, familia, komunitatea, aisialdirako espazioak, besteak beste) egituratuta.
- Arriskuen prebentzioaren eta murrizketaren bidez eskaria murriztera bideratutako ekintzak txertatzea.

Plan honen helburua Orioko adikzioen fenomenoari erantzun eraginkorra eta koordinatua ematea da, komunitatearen osasuna eta ongizatea bermatuko dituen ikuspegi integrala sustatuz.

2.1. Arau-esparrua eta udalen eskumenak

- Adikzioen eta Droga Mendekotasunen gaineko Arreta Integralari buruzko Legea (2016)
- 13/2023 Legea, azaroaren 30ekoa, Euskadiko Osasun Publikoari buruzkoa
- Euskadiko VIII. Adikzio Plana (2023-2027)
- Euskadi 2030 Osasun Plana
- Euskadiko V. Gazte Plana (2026)
- Gizarte Zerbitzuen Legea (2008)
- Adingabeak eta alkohola programa. Eusko Jaurlaritzako Osasun Publikoa eta Adikzioak
- Kerik gabeko Euskadi estrategia
- Gipuzkoako Foru Aldundiaren Gaztematika Sarea
- Herritarren Segurtasuna Babesteko Lege Organikoa (2015)
- Alineación con el Objetivo de Desarrollo Sostenible Salud y Bienestar
- Eusko Jaurlaritzaren Osasun Publikoaren eta Adikzioen Dekretua: zehapenak ordezkotze neurriekin ordezkotzea (2022)
- Garapen Jasangarriaren, Osasunaren eta Ongizatearen Helburuarekin lerrotatzea

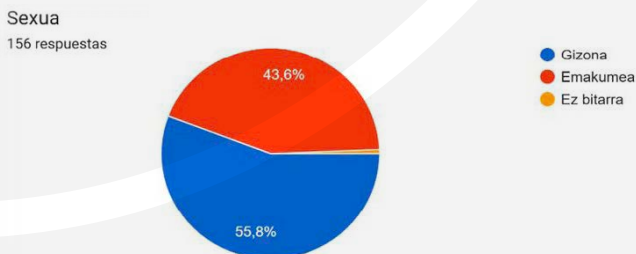
13 | Eskola diagnostikoa

Substantzien kontsumoa eta ausazko jokoan, sare sozialen eta teknologia berrien eragina, erronka garrantzitsuak dira osasun publikorako.

Orioko Adikzioak Prebenitzeko Plana osasuna sustatzeko estrategia global baten barruan sartzen da, udalerriko ikastetxeetako ikasleei eta beste ikastetxe batzuetan ikasten ari diren adineko ikasleei zuzendutako inkestetan oinarritutako azterlan diagnostiko baten bidez. Galdetegi honen bidez, Orioko gazteen kontsumo-ereduak eta substantzien, ausazko jokoan eta teknologia digitalen erabilera ulertu nahi dira.

Orion bizi diren 156 ikaslek parte hartu dute guztira, 12 eta 21 urte bitartekoak, Bigarren Hezkuntza, Batxilergoa, Heziketa Zikloak eta Unibertsitate Ikasketak egiten ari direnak.

Laginaren banaketa generoaren arabera



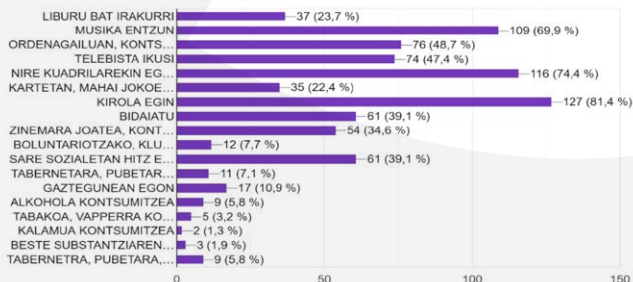
Diagnostikoa egiteko, honako hauek hartu dira erreferentzia nagusitzat: Dro-gamenpekotasunen Deustuko Institutuaren **“Drogak eta Eskola X “ (2022)**, **“ESTUDES 2023” (12-13 urte eta 14-18 urte)**, **“Euskadi 2023 adikzioen inkestata”**, **“Euskal Autonomia Erkidegoko haur eta gazteengan pornografiak duen eraginari buruzko azterlana (EMARGI 2024)**, eta honako aldagai hauek aztertu dira:

3.1. Aisialdi eta denbora librea

Aisialdiko jardueren lehentasunak

1. Zure aisialdian, zer egitea gustatzen zaizu gehien? (Erantzun bat baino gehiago aukera dezakezu)

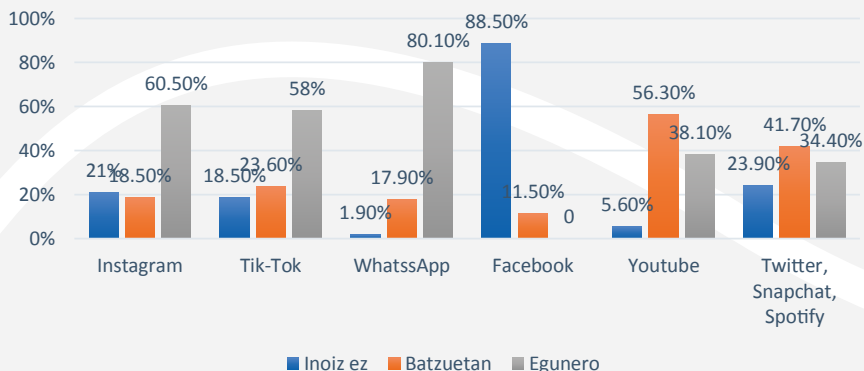
156 erantzunak



- Jarduera ohikoenak kirola (%81,4), koadrilarekin egotea (%74,4) eta musika entzutea % 69,9) dira.
- Gailu elektronikoen erabilera (%48,7) eta telebistarena (%47,4) ere nabarmentzen dira; substantzien kontsumoa, berriz, oso gutxitan agertzen da (%3,2 baino gutxiago).

3.2. Teknologien erabilera/ gehiegizko erabilera

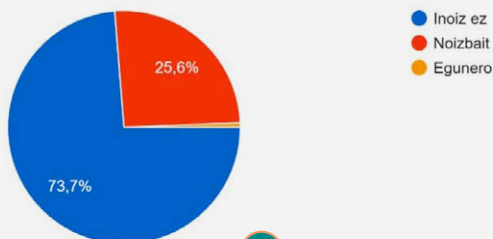
Sare Sozialen erabilera



- Sare sozialen, interneten eta bideojokoen erabilera orokorra da. Ikasleen ehuneko handi batek egunean 1-4 ordu igarotzen ditu konektatuta.
- Gehienek, sare sozialak egunean 2 ordu baino gutxiago erabiltzen dituzte, eta horrek ohitura orekatuak iradokitzen ditu.
- WhatsApp da gehien erabiltzen den sarea (%80,1), eta Facebook, berriz, ia ez da erabiltzen % 88,5ek ez du inoiz erabiltzen).
- Gizonek denbora gehiago ematen dute bideojokoetan, eta emakumeek, berriz, gehiago txateatzen.
- Mugikorra da eduki digitalak kontsumitzeko gailurik gustukoena, eta, ondoren, ordenagailua eta tableta.

3.3. Pornografiarako online sarbidea

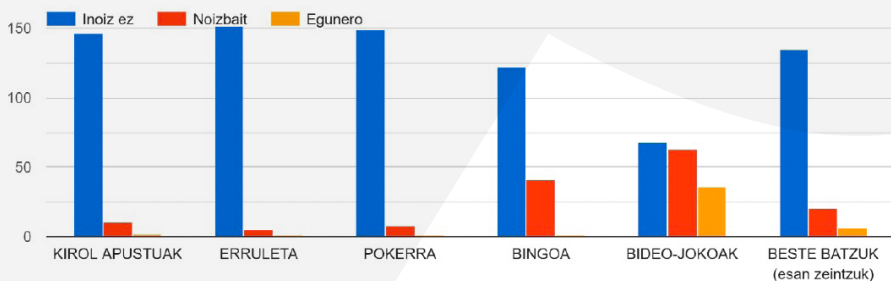
Pornografia kontsumoa



- Ikasle gehienek adierazi dute ez dutela inoiz pornografiarik kontsumitu, baina %25,6k adierazi dute noizbait kontsumitu dutela, bereziki mutilen artean.
- Genero-desberdintasunak nabarmenak dira: noizbehinkako kontsumoa bikoitza baino gehiago da gizonen artean (16,7) nesken artean baino (%7,1), eta mutilek bakarrik aipatzen dute eguneroko kontsumoa (%0,6).
- Hasteko adina, batez ere, 12 eta 14 urte bitartekoa da, baina badira 8 urte baino gazteagoak diren adinekiko esposizioa adierazten duten kasuak.
- Sartzeko gailu nagusia mugikorra da, mutilen artean erabilera nabarmena duena, eta ondoren ordenagailuak edo tabletak.
- Galdera horren erantzun baxuak (%3,2k ez zuen erantzun) deserosotasuna edo ezjakintasuna adieraz lezake, eta horrek indartu egiten du hezkuntza afektibo-sexuala hasiera-hasieratik txertatzeko beharra, ikuspegi kritikoarekin eta egungo testuinguru digitalera egokituta.
- Ohiko kontsumoa oso txikia da, baina hezkuntza-ikuspegi batetik jorratzeko beharra islatzen da.

3.4. Zorizko jokoak eta kirol apustuak

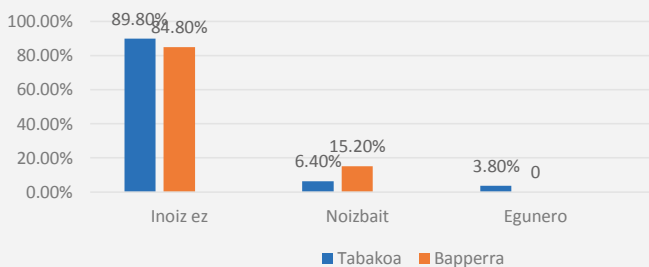
11. Jarraian agertzen diren jokoetatik: horietakoren bat erabili duzu edo erabiltzen duzu?



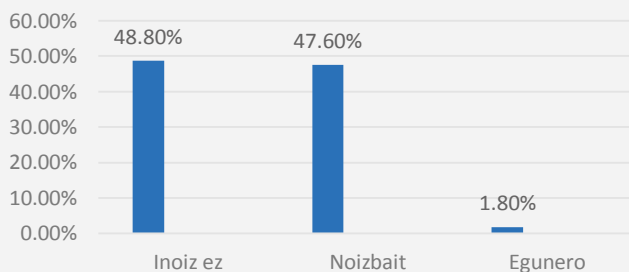
- Parte-hartze orokor txikia: Ikasle gehienek adierazi dute ez dutela inoiz parte hartu kirol-apustuetan, erruletan, pokerrean edo bingoan. Horrek adierazten du praktika mota horien prebalentzia oraindik txikia dela Orioko gazteen taldean.
- Gainerako ausazko jokoetan ez bezala, bideojokoak maizago erabiltzen dira. Nabarmentzekoa da mutilen %21,2k egunero jokatzen duela, eta nesken %0,1ek. Alde horrek mutilen eta aisialdi digital mota horren arteko harreman askoz ere handiagoa nabarmentzen du.
- Apustu ekonomikoa duten ia jolas mota guztietan, mutilek neskek baino parte-hartze handiagoa dute.
- Asteko batez besteko gastua oso txikia bada ere (%96,8k) 10€ baino gutxiago gastatzen du), kopuru handiagoak inbertitzen dituzten gazteen kasu isolatuak erregistratzen dira, eta horrek portaera problematiko hasiberrii buruz ohartaraz dezake.
- Ikasleen %3,8k onartzen du jokoetan gastatutako diruari buruz gezurra esan duela, eta hori apustuekin lotutako kontrol edo kontsumo problematikoaren galeraren lehen zantzu gisa interpreta daiteke.
- Prebalentzia oraindik txikia bada ere, funtsezkoa da adin goiztiarretan esku hartzea. Genero-desberdintasunek, bideojokoetako erabileraren maiztasunak eta inplikazio ekonomiko hasiberriak justifikatzen dute prebentzio-begirada espezifikoaren eremu horretan.

3.5. Substantzien erabilera/ gehiegizko erabilera

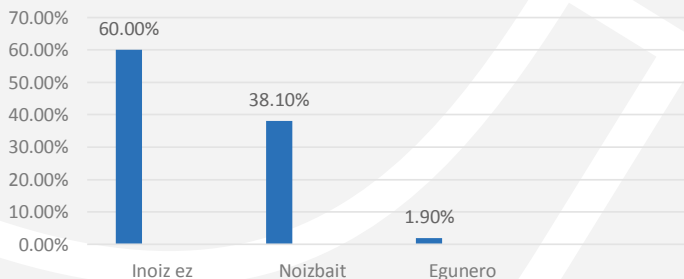
Tabakoa eta bapper kontsumoaren prebalentzia



Edari energetikoen kontsumoaren prebalentzia



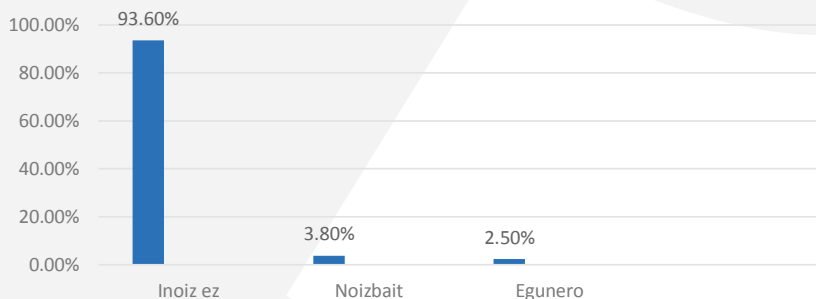
Alkohol kontsumoaren prebalentzia



- Tabakoaren eguneroko kontsumoa (%3,8) txikia da; bapperra gehiago probatzen da, baina ez da egunero kontsumitzen.
- Neskek esperimendazio handiagoa dute bapperrarekin, nahiz eta mutilek ohiko kontsumoaren prebalentzia handiagoa duten.
- Edari energetikoen kontsumoa oso zabaldua dago (%47,6 noizbait), gehiago mutiletan.
- %60k ez du alkoholik probatu; %38,1ek noizbait probatu du, eta %1,9k bakarrik kontsumitzen du egunero.
- Neskak noizbehinkako kontsumoan nabarmentzen dira, mutilak eguneroko kontsumoan.
- Substantzia horien arriskuaren pertzepzioa nabarmen igotzen da ohiko kontsumoaren aurrean.

3.6. Haxix/ marihuana kontsumoa

Kannabis kontsumoaren prebalentzia



- %93,6k ez du inoiz kontsumitu. Eguneroko kontsumoa (%2,5) noizbehinkakoaren ia berdina da (%3,8), eta horrek erabilera problematikoaren ereduak isla ditzake kasu bakanetan.
- Arriskuaren pertzepzioa handia da: %80k baino gehiagok uste du arriskutsua dela, batez ere ohiko kontsumoan.
- Kontsumoa handiagoa da mutiletan nesketan baino.

3.7. Beste legez kanponko drogen kontsumoa

Legez kanpoko drogen prebalentzia

	Inoiz ez	Noizbait	Noizbait
LSD/Haluzinogenoak	100%	0,0%	0,0%
Anfetas/Speed	100%	0,0%	0,0%
Cristal	100%	0,0%	0,0%
Ketamina	98,7%	1,3%	0,0%
Extasia	100%	0,0%	0,0%
Cocaína	98,1%	1,9%	0,0%
Lasaigarriak/sedanteak (errezeta gabe)	97,5%	2,5%	0,0%
Heroina	98,7%	1,3%	0,0%
Inhalantzaileak	98,7%	1,3%	0,0%

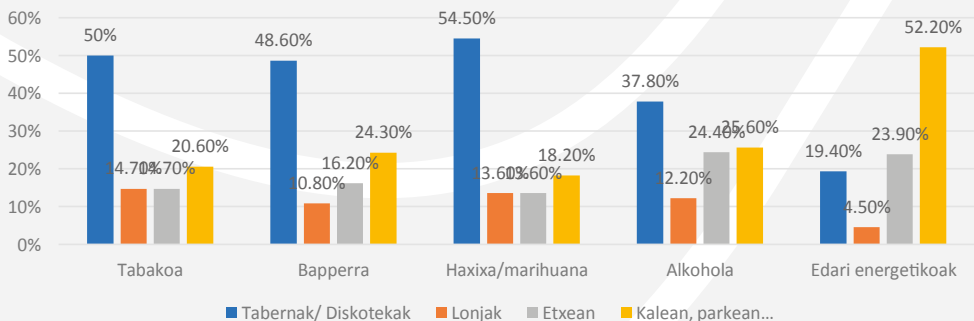
- LSD, estasia, kokaina eta antzeko substantzien kontsumoa ia ez da ematen.
- Arriskuaren pertzepzioa oso handia da, eta horrek faktore babesle gisa jokatzeko du (%85 baino gehiago ohiko kontsumoan).
- Errezetarik gabeko lasaigarriek zalantza gehiago sortzen dute, arrisku-pertzepzio txikiagoarekin.

3.8. Genero ikuspegia

- Generoaren araberako analisiak desberdintasun argiak islatzen ditu: emakumeek kontsumoaren pertzepzio kritikoagoa izateko joera dute, baina horregatik ez daude frogatetik salbuetsita.
- Tabakoa eta alkohola bezalako substantzietan, gizonek kontsumo konstanteagoa dute; edari energetikoetan, berriz, genero-aldea ez da hain nabarmena.
- Bitarrak ez diren pertsonak oso proportzio txikian daude ordezkatuta, eta horrek eragotzi egiten du talde horrentzat ondorio sendoak ateratzea.

3.9. Kontsumitzeko tokiak

Kontsumitzeko tokiak



- Alkohola eta bestelako festa-drogak tabernetan eta diskoteketan kontsumitzen dira batez ere.
- Kannabisa eta bapperra, aldiz, gehiago kontsumitzen dira kalean edo parkeetan.
- Lonjak ez dira kontsumorako gune nagusiak.

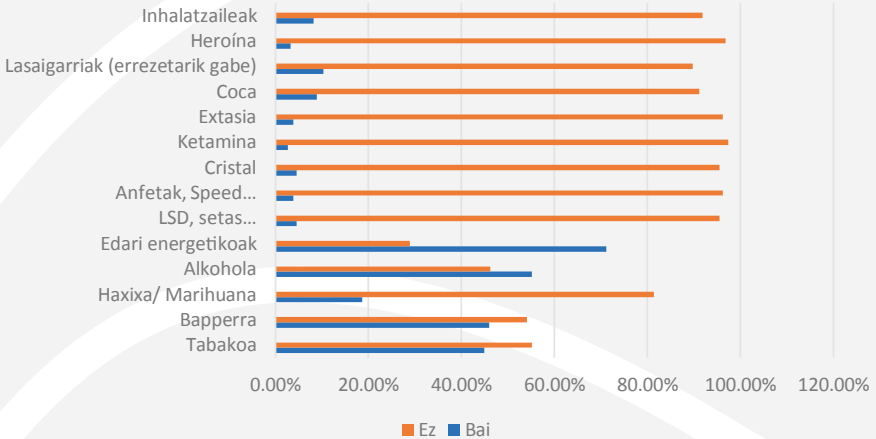
3.10. HASTEKO ADINA

Adina	%
8 urte	12,0
9 urte	0,0
10 urte	4,0
11 urte	20,0
12 urte	8,0
13 urte	4,0
14 urte	8,0
15 urte	16,0
16 urte	12,0
17 urte	12,0
18 urte	4,0
GUZTIRA	100,0

- Hasteko adin kritikoa 11 eta 15 urte artekoa da.
- %20 11 urterekin hasi ziren, eta horrek prebentzio-beharra indartzen du nerabezartotik.

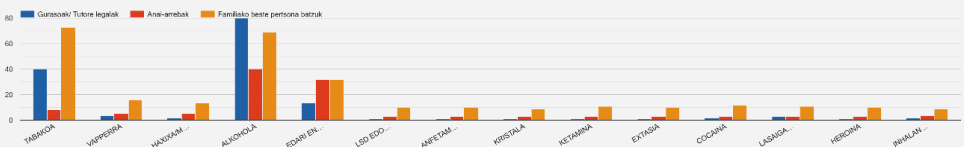
3.11. Substantzien irisgarritasuna

Lortzeko erraztasuna



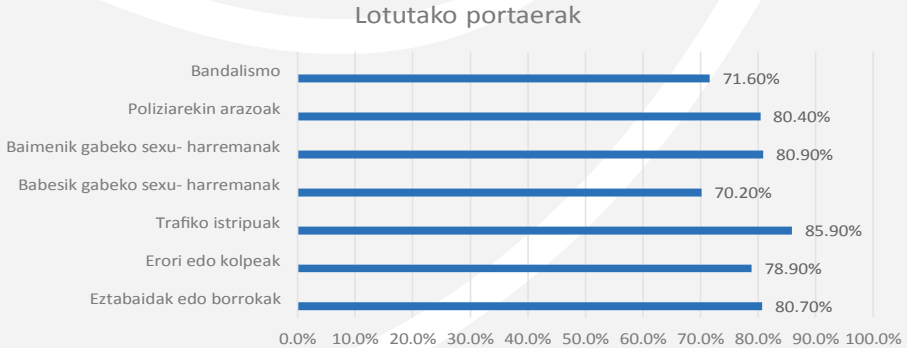
- Alkohola, edari energetikoak eta tabakoa lortzea errazena den substantziatzat hartzen dira, baita adingabeek ere. Horrek salmenta-puntuetan prebentzio-neurrien beharra indartzen du.
- Familia-ingurune batzuetan kontsumoa normalizatu egin da, bereziki alkoholaren eta tabakoaren kasuan.
- Adingabeak izan arren, alkohola eskuratzeko modurik ohikoena ikasleek hainbat establezimendutan zuzenean erostea da (%47,4).
- Tabakoaren kasuan, neurri txikiagoan bada ere, %18,6k adierazi du zuzenean tabernetan edo pubetan erosten duela, eta horrek esan nahi du irisgarritasun handia eta eraginkortasun gutxi dagoela leku horietako salmenta-kontrollean. .
- Lokaletan eta supermerkatuetan salmenta-kontrolak indartzeko beharra nabarmentzen da.

3.12. Substantzien kontsumoa familia eremuan



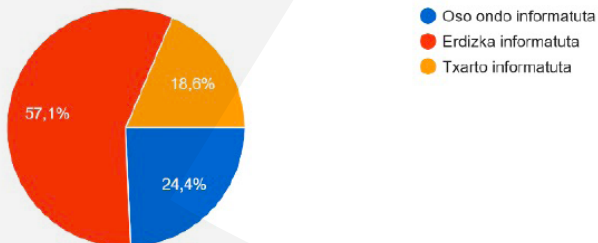
- Alkohola eta tabakoa dira familia-ingurunean gehien agertzen diren substantziak.
- Etxeko kontsumoaren normalizazioak eragina izan dezake adingabeen hasiera goiztiarrean.
- Kannabisa eta bapperrak ere agertzen dira, neurri txikiagoan bada ere.

3.13. Substantzien kontsumoarekin lotutako portaerak



- Kontsumoarekin gehien lotzen diren portaerak zirkulazio-istripuak (%85,9), baimenik gabeko sexu-harremanak (%80,9) eta eztabaidak edo borrokak (%80,7) dira.
- Poliziarekin izandako arazoak (%80,4) eta bandalismoa (%71,6) ere nabarmentzen dira.
- Gazteek pertzepzio handia dute kontsumoak ongizate fisiko, emozional eta sozialean duen eragin negatiboari buruz.

3.14. Kontsumoei buruzko informazioa



- Ikasle askok (%57,1ek) substantziei eta arriskuei buruz erdi informatuta daudela uste badute ere, askok informazio egituratuagoa eskatzen dute.
- Ikasgelako hitzaldiak eta familien inplikazioa dira prebentzio-informazioa jasotzeko biderik baloratuenak.

14 | Herritarren, elkarteen eta tokiko eragileen diagnostikoa

Txosten honek Orioko herritarrei egindako inkestetatik eta tokiko elkarteekin eta udaleko teknikariek in izandako elkarrizketetatik ateratako ondorio nagusiak laburbiltzen ditu.

Planaren ezagutzea eta parte hartu duten jarduerak

- Egungo Planaren ezagutza oso txikia da: inkestatutako herritarren 3 pertsonak baino ez zuten ezagutzen, eta ia elkarte bakar batek ere ez zuen horren berri.
- Prebentzio-jardueretako parte-hartzea ere oso txikia izan da: ia pertsona gutxi hartu dute parte eskola-tailerretan, festetako kontroletan edo familientzako jardueretan.
- Elkarteek eta teknikariek diagnostiko hori berretsi dute: kasu puntualetan izan ezik (osasun-astea, kanpaina zehatzak), ez da inplikazio nabarmenik izan prebentzian.

Substantzien kontsumoaren pertzepzioa

- Alkohola: gehien kontsumitzen eta gizartean onartzen den substantzia gisa hautematen da; herritarrek eta elkarteek berretsi egiten dute .
- Tabakoa eta kannabisa: ohiko kontsumo gisa ere identifikatzen dira, batez ere gazteen artean.
- Beste substantzia batzuk: neurri txikiagoan agertzen dira, baina kezka sortzen dute arriskutsuak direlako.
- Alkohol-kontsumoaren normalizazioa jaietan, tabernetan, lonjetan eta espazio publikoetan. Elkarteen arabera, ohiturak aldatu egin dira: kalean kontsumitzeko joera handiagoa dago, eta “tardeoak”.

Substantziarik gabeko adikzioen kontsumoaren pertzepzioa

- Gero eta kezka handiagoa dago jokoaren eta apustuen inguruan, batez ere gizonen artean eta kirol-makinak edo -telebistak dituzten tabernetan.
- Sare sozialen eta mugikorren erabilera intentsiboa problematikotzat hartzen da, eta familia-, gizarte- eta ikasketa-gatazkek sortzen ditu.
- Bideojokoak: lehen hezkuntzako eta DBHko ikasleengan duen eraginagatik kezka, ohitura intentsiboa nagusi ez den arren.
- Erosketa konpulsiboak eta kirol konpulsiboa ere aipatzen dira (emakumei lotuago).

Kolektibo kalteberenak

- Herritarrek gazteak eta nerabeak identifikatzen dituzte nagusiki.
- Elkarteez nabardurak gehitu dituzte:
 - Adingabeak eta ikasleak (bideojokoen, mugikorren, lurrungailuen bidez).
 - Gizon gazteak (gaueko aisialdiko apustuei eta kontsumoari lotuagoak).
 - Emakumeak substantziarik gabeko mendekotasun batzuetan (erosketa konpultsiboak, gehiegizko kirola, presio estetikoak).

Kontsumoei lotutako testuinguruak eta espazioak

- Gaueko aisia eta jai-giroa: tabernak, lonjak, parkeak, hondartza, jai-guneak; horiek dira kontsumitzeko gunerik seinalatuenak.
- Komunitateari dagokionez, alkoholaren kontsumoa normalizatu egiten da hainbat jardueratan: bertso-poteoan, ikastetxeko jaietan....
- Eskolak: bideojokoekin eta mugikorren erabilerarekin lotutako arazoak
- Sare sozialak: adikzio-jokabideak sortzen diren funtsezko gune gisa ikusten dira.

Genero eta adin desberdintasunak

- Alkoholaren presentzia handiagoa da helduen artean 30 urtetik aurrera; Kannabisa, berriz, gazteekin lotuago dago, eta apustuak eta jokoa, berriz, hainbat adin-tartetan.
- Gizonezkoetan apustuen eta bideojokoen kontsumo handiagoa detektatzen da, gaueko aisialdian ere ikusgarritasun handiagoarekin; emakumezkoetan, berriz, sare sozialen erabilera intentsibo handiagoa antzematen da, eta, kasu batzuetan, mendekotasun ikusezinoak eta pribatuagoak.

Kontsumoa bultzatzen duten arrisku faktoreak

- Alkoholaren kultura- eta jai-normalizazioa udalerrian.
- Gizartearen presioa eta gazteen integrazioa bilatzea.
- Bakardadea eta isolamendua, kontsumo batzuen oinarri gisa.
- Adingabeek alkohola erraz izatea eta ostalaritzan kontrol eraginkorrik ez izatea.
- Gainbegiratzetik gabeko sareetara eta online jokoetara sartzea.
- Erakundeen mezu kontrajarriak (alkoholdun jaiak eta prebentzio-kanpainak sustatzea).
- Tratamenduen osteko laguntza-baliabideetan informazio eskuragarriak eta jarraitutasunak ez izatea.

Jasotako proposamenak

- Informazioa eta sentsibilizazioa: kanpaina jarraituak, hitzaldiak eskoletan benetako testigantzekin, prebentzio-mezuak jaietan.
- Familiaren eta komunitatearen inplikazioa: familia-eskolak, laguntza-taldeak, guraso-elkarteeekin, elkarteeekin eta udal-baliabideekin koordinatzea.
- Aisialdi alternatiboa: kirol-, kultura- eta osasun-jarduera gehiago.
- Berariazko prebentzioa gazteen artean: mugikorrei, sare sozialei, alkoholaren kontsumoari eta kannabisari buruzko tailerrak.
- Ostalaritzarekin lankidetzan aritzea: adingabeei alkohola saltzen zaiela kontrolatzeko eta jaietan erantzukizuna indartzeko.
- Ikuspegi integrala eta jarraitua: sektoreen arteko koordinazioa (osasuna, hezkuntza, gizarte-zerbitzuak, jarraipen-batzordea eta urteko ebaluazio-txostenak sortzea).

15 | Estrategiak, ekintzak eta adierazleak

Ondoren aurkezten diren estrategiak eta ekintzak zuzenean eratortzen dira Orioko udalerriko eskola- eta komunitate-diagnostikoetan egindako azterketatik, bai eta herritarren, elkarteen eta gizarte-eragileen ekarpenetatik ere. Jarduera-esparru hori bat dator **Euskadiko Adikzioen VIII. Planean (2023-2027)** ezarritako lehentasunekin, eta erkidego- eta toki-mailan zehaztutako helburu estrategikoei erantzuten die.

Helburu orokorra da udal-politikak **osasuna sustatzera eta adikzioak prebenitzera** bideratzea, arrisku-faktoreei zein komunitatean dauden babes-faktoreei helduz. Proposatutako ekintzen helburua da aurrera egitea **substantzien kontsumoaren desnormalizazioan, jokabide-adikzioen prebentzioan eta ingurune osasungarri eta jasangarriak sortzean**, ikuspegi integralarekin, sektore artekoarekin eta genero-ikuspegiarekin.

Plana **bi helburu estrategiko** handitan egituratzen da, 2026-2031 aldian arian-arian garatu beharko diren jarduera-ildoak eta ekintza zehatzak biltzen dituztenak.

- **A helburua portaera osasungarriak erraztuko dituzten ingurune eta tes-tuinguru komunitarioak sortzean** oinarritzen da, substantzia eta jokabide adikzioen espazioa eta sarbidea murriztuz.
- **B helburuak osasuna sustatzeko eta adikzioak prebenitzeko ekintzak biltzen ditu bizitzako etapa guztietan**, haurtzarotik helduarora eta adinekoe-tara, eta, gainera, dimentsio komunitarioa eta zeharkakoa txertatzen ditu.

Plan horrek **substantziadun kontsumo eta adikzioak eta substantziarik gabeko edo jokabidezko adikzioak jasoko ditu**.

ADIKZIO MOTA- REN ARABERA

Substantziadun adikzioak

- Tabaco y otros productos relacionados
- Alcohol
- Psicofármacos y otros fármacos con potencial adictivo (con o sin receta)
- Cannabis
- Otras drogas ilegales (incluidas las nuevas sustancias psicoactivas)

Substantziarik gabeko adikzioak

- Joko problematikoa (aurrez aurrekoa eta online)
- Bideojokoak
- Informazioaren teknologiak eta Interneten gehiegi erabiltzea

POPULAZIO HARTZAILEAREN ikuspuntutik, Planak Orioko herritar guztientzako esku-hartzeak planteatzen ditu

Genero ikuspegia

- Esku hartzeak gizonen, emakumeen eta ez bitarrak diren pertsonen arteko arrisku eta kontsumo modu desberdinetara egokitzeko

Bizitzaren bilakaeraren perspektiba

- Haurtzarora, nerabezarora, gaztarora, helduarora, adinekoak.
- Edukiak eta estrategiak bizitzako etaparen arabera egokitzeko: haurtzarora, nerabezarora, gazteria, helduarora eta adinekoak

Eta lehenetasunezko esku-hartzerako espazio eta kolektiboekin koherentzian, honako **ESKU-HARTZE EREMU** hauetan zentratuko da:

Eskola eremua

Prebentzio unibertsala, selektiboa eta ebolutiboaren ikuspegitik adierazia barne (bizitzaren ibilbidea)

Familia eremua

Familiek prebentzio eragile gisa duten eginkizuna indartzea, prestakuntza eta laguntza ekintzen bidez

Eremu komunitarioa

Tokiko elkarteekin, gizarte --, kultura eta aisialdi zerbitzuekin egiten den lana indartzea

Jarduera-ildo bakoitza ekintza espezifikotan gauzatzen da, jarraipena eta ebaluazioa egitea ahalbidetuko duten adierazleekin batera.

Ekintzak zuzenean oinarritzen dira Orioko diagnostikoetan atzemandako beharretan eta gabezietan: informaziorik eza, planaren ikusgarritasun txikia, kontsumo normalizatua jai-testuinguruetan, hasiera goiztiarra eta gazteen kalteberatasuna, teknologien gehiegizko erabilera eta bakardadea adinekoengan.

Koherentzia mantentzen da Euskadiko VIII. Adikzio Planaren egiturarekin, jarraitutasun metodologikoa bermatuz.

Adierazleak termino operatiboetan eta ebaluagarrietan formulatuta daude, ondoren udalaren jarraipen-sistema egiteko.

A HELBURUA.

Portaera osasungarriak sustatzen dituzten eta substantzien kontsumoa eta adikzio-jokabideak desnormalizatzen laguntzen duten inguruneak aktibatzea

Jarduera ildoak

Ekintzak

Adierazleak

1. Ingurune osasungarrien garapena bultzatzea

- Aisialdi **osasungarriko udal-programak** sustatzea, bereziki nerabe eta gazteentzat (kirol-, kultura-, arte-, ingurumen- edo belaunaldien arteko jarduerak).
 - Ekitaldi, festa eta jarduera komunitarioen programazioan **osasanaren ikuspegia** txertatzea, alkohola eta tabakoa kontsumitzeko ingurune libreak bermatuz.
 - **Elikadura orekatua, atsedena eta jarduera fisikoa** sustatzea ongizatearen zutabe gisa, tokiko kanpainen bidez.
 - Ikastetxeekin, **elkarrekin eta kirol-klubekin lankidetz**a sustatzea, haien jardueretan ohitura osasungarriak sustatzeko.
- Aisialdi osasungarriko programetako jardueren eta parte-hartzaileen kopurua.
 - Alkoholik eta tabakorik gabeko ekitaldi edo espazioen kopurua.
 - Osasuna sustatzeko udal-kanpainen kopurua.
 - Ohitura osasungarrien sustapenean inplikaturako erakunde eta zentro kopurua.

2. Adikzio-substantzien eskaintza murrizteko eta kontrolatzeko esku-hartzeak indartzea

- Koordinazio-espazioak ezartzea, arrisku-puntuak detektatzeko eta horietan jarduteko (Inplikatura egon daitezkeen agenteak: Udaltzaingoa, Ertzaintza, Gizarte Zerbitzuak, Hezkuntza, Osasuna, Gazteria).
- Taberna, denda eta ekitaldietan adingabeei alkohola, tabakoa eta lurrungailuak saltzeko ikuskapenak eta kontrolak indartzea.
- Substantzia horiek saltzeko eta banatzeko erantzukizunari buruzko sentsibilizazio-kanpainak egitea, ostalaritzarako eta tokiko merkataritzarako.
- Herri-jaietako karteletan eta komunikazioan prebentzio-mezuak sar daitezen sustatzea.

- Erakundeen arteko koordinazio-bileren kopurua urtean.
- Egindako kontrolen eta ikuskatutako establezimenduen kopurua.
- Ostalaritza eta merkataritzarekiko sentsibilizazio-kanpainen kopurua.
- Ageriko prebentzio-ekintzen kopurua jaietan.

3. Araudia modu eraginkorragoan aplikatzeko bidean aurrera egitea.

- Prebentziozko polizia-presentziari eustea gazteen aisialdi-inguruneetan, taberna-eremuetan, parkeetan eta herriko jaietan.
- Gidarien alkohol eta drogen kontrolak mantentzea eta indartzea, batez ere asteburuetan eta gaueko ordutegian.
- Alkoholaren eta tabakoaren salmentari eta kontsumoari buruzko araudia zorrotz aplikatzea, adingabean babesari arreta berezia jarrita.
- Ostalaritzako eta joko- eta aisialdi-aretoetako langileentzako prestakuntza-ekintzak garatzea, indarrean dagoen araudiari eta arrisku-egoerak hautemateari buruz.
- Ez-betetzen aurrean jarduteko protokolo bat egitea, herritarren segurtasunean eskumena duten agintariekin koordinatuta.
- Zehapenen ordezkotako neurriak garatzea, legezko substantziak edo legez kanpokoak kontsumitzen direnean, norberaren erantzukizuna sustatuz, batez ere gazteen eta 25 urtetik beherakoen artean.

- Egindako prebentzio-kontrol kopurua.
- Zenbat zehapen edo gorabehera erregistratu diren.
- Zehapenak ordeztzeko eskaeren kopurua.
- Parte-hartzaileen kopurua.
- Ostalaritza-sektoreari egindako prestakuntza-kopurua.
- Araudiari buruzko informazioa jaso duten establezimenduen %.

B HELBURUA

Osasun sustapena eta prebentzio-programak indartu eta hobetzea

Jarduera ildoak

Ekintzak

Adierazleak

1. HAURTZAROAN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

- **Eskola-prebentzioko programak bultzatzea**, adinera eta egungo testuinguru digitalera egokitutako gaitasun emozionalak hobetzeko.
- **Familia-topaketak** garatzea, guraso-funtzioei heltzeko eta horietan sakontzeko, eta, horrela, beren hezkuntza-zereginen beharrezkoak diren trebetasunak eta gaitasunak garatzea.
- Guraso-elkarteekin harremanetan jarritz, **gurasoen kolektiboak sor ditzakeen proposamenak, eskaerak eta iradokizunak jasotzea**.
- GURASOTASUN POSITIBOKO proiektuaren planteamendua, adin-tarte bakoitzari egokitutako gaiekin.
- Guraso-elkarteei eta familiei, dauden komunikazio-kanalen bidez, egin beharreko ekintzei buruzko informazioa ematea.

- Parte hartu duten ikastetxeen eta ikasleen kopurua.
- Ikasleekin egindako tailer eta saioen kopurua.
- Familiekin egindako inkesta kopurua.
- Parte-hartzaileen kopurua (sexuaren arabera bereizita).
- Gogobetetze-maila.

2. NERABEZAROAN eta GAZTAROAN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

- Alkoholaren, tabakoaren eta kannabisaren kontsumoari buruzko **eskola-prebentzioko programak bultzatzea**.
- Bideojokoei, sare sozialei eta kirol-apustuei buruzko **eskola-prebentzioko programak bultzatzea**.
- **Eskola-prebentzioko programak bultzatzea**, adinera eta egungo testuinguru digitalera egokitutako gaitasun emozionalak hobetzeko.
- **Hezkuntza afektibo-sexualeko eta Interneten erabilera arduratsuko programak bultzatzea** (pornografia, sare sozialak, harreman osasuntsuak).
- **Aisialdi alternatibo** osasungarriko guneak sustatzea, gazteek bultzatuta eta gazteentzat, gazte eta kirol elkarrekin lankidetzan.

- Nº de centros educativos y alumnado participante.
- Nº de talleres y sesiones realizadas con alumnado.
- Nº de actividades de ocio saludable desarrolladas con jóvenes.
- Nº encuentros con familias.
- Nº participantes (desagregados por sexo).
- Grado de satisfacción.

- Guraso-elkarteekin harremanetan jarritz, gurasoen kolektiboak sor ditzakeen proposamenak, eskaerak eta iradokizunak jasotzea.
- Familia-topaketak bultzatzea, substantzien kontsumoarekin, teknologia digitalekin, kirol-apustuekin, online jokoekin eta sare sozialekin lotutako gaiak jorratzeko eta horietan sakontzeko, babes-faktoreak sustatzeko eta arrisku-faktoreak murrizteko.
- Guraso-elkarteei eta familiei, dauden komunikazio-kanalen bidez, egin beharreko ekintzei buruzko informazioa ematea.

3. HELDUAROAN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

- **Osasun emozionalari, autozainketari eta kontsumo arduratsuari buruzko tailerrak** antolatzea, bai komunitatearen eremuan, bai lanaren eremuan.
- Prebentzio-edukiak sartzea **helduentzako prestakuntza-programetan eta ahalduntze-eskoletan.**
- **Kontziliazioa eta bizi-ohitura osasungarriak** sustatzea, lan-inguruneetan eta elkarteetan informazio-kanpainak eginez.
- Alkoholaren, farmakoen eta sare sozialen erabilerari eta gehiegizko erabilerari buruz sentsibilizatzea.

- Egindako tailerren eta parte-hartzaileen kopurua.
- Helduei zuzendutako kanpaina espezifikoen kopurua.
- Ekintzen gogobetetze-maila edo balorazioa.

4. ADINEKOEN osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea

- **Zahartze aktiboko eta gizarte-laguntzako** programak bultzatzea, bakardadeari aurrea hartzeko eta ongizate emozionala sustatzeko.
- Prebentzioaren ikuspegia txertatzea **etxeetako jardueretan eta adinekoen elkarteetan**, bizi-etapa honetan **farmakoen, alkoholaren eta bestelako substantzien** erabilera egokiari buruzko informazioa eskainiz.

- Egindako programa eta jardueren kopurua.
- Parte-hartzaileen kopurua adin-talde bakoitzeko.
- Parte-hartzaileen gogobetetze-maila.

- **Adikzioen Plana Udalaren webgunean eta sare sozialetan zabaltzea.**

- Adikzioen Plan berria eta planteatzen diren mugariak komunitatearekin **gizarteratzeko jarduera/aurkezpena.**
- Udal Planaren ebaluazioari eta jarraipenari buruzko urteko txostena egitea eta zabaltzea.
- Adin desberdinetara egokitutako sare sozialen, bideojokoen eta online apustuen erabilera arduratsuari buruzko kanpainak egitea.
- Egun seinalatuen inguruko jarduerak bultzatzea: Osasunaren Eguna, Tabakorik Gabeko Munduko Eguna, Osasun Mentalaren Munduko Eguna, Hiesaren Munduko Eguna...

- **Herritarren parte-hartzea eta osasun komunitarioko boluntariora bultzatzea,** elkarri laguntzeko taldeen edo prebentzioko tokiko foroen bidez.

- **Informazioko, prebentzioko eta arriskuak murrizteko esku-hartzeak eta proiektuak sustatzea jai- eta aisialdi-eremuetan:**

- Alkoholaren prebentzio-kontrolak herriko jaietan.
- Substantzien testatua gaueko aisialdiaren testuinguruan. "Testing" programa.
- Aisialdiko guneetan substantzien kontsumoak eta sexu-erasoek eragindako arriskuak murrizteko prebentzio-kanpainak, berdintasunarekin lankidetzan.
- Jai-giroan substantziak kontsumitzeari aurrea hartzeko eta arriskuak murrizteko informazio-materialak zabaltzea.
- Herritarrei aholkularitza psikoedukatibo eta psikologikoko zerbitzu bat ematea:
 - Adikzioen prebentzioari eta osasunaren sustapenari buruzko aholkularitza.
 - Kontsumo problematikoak dituzten pertsonak tratatzeko programetara bideratzea.
- Osasun integrala (fisikoa, mentala, emozionala eta soziala) sustatzeko kanpainak egitea urtero tokiko hedabideetan, ikastetxeetan eta udal-sareetan.
- Osasun mentalari, ongizate emozionalari eta estresaren kudeaketari buruzko informazio-ekintzak ezartzea.
- Osasuna sustatzeko kanpainetan eta materialetan genero-ikuspegia eta aniztasuna sartzea.
 - Osasun-zerbitzuekiko eta tokiko elkarteekiko koordinazioa indartzea, esku-hartze bateratu eta jarraitua egiteko.

- Egindako jarduera/ aurkezpen kopurua.
- Parte-hartzaileen kopurua.
- Sareetako bistaratzeen kopurua.
- Egindako kanpaina komunitarioen kopurua eta lortutako bizi-erlaxazioa.
- Hedatutako dibulgazio-materialen kopurua.
- Belaunaldien artean egindako ekimenen kopurua.
- Prebentzioko bilera edo foro komunitarioen kopurua.
- Aurkeztutako urteko txostena.
- Egindako prebentzio-kontrolen kopurua.
- Prebentzio-kanpainetako parte-hartzaileen kopurua (sexuaren arabera bereizita)
- Saio kopurua pertsona bakoitzeko.
- Helburuak lortzea.
- Erakundeen arteko edo baterako jardueren kopurua.
- Genero-ikuspegia eta aniztasuna duten materialen kopurua.

5. Osasunaren sustapena eta adikzioen prebentzioa indartzea KOMUNITATE-EREMUAN (adin guztietan)