
ADIKZIOAK

BALIABIDEAK

GASTEIZEN

GASTEIZEN ADIKZIOAK ETA ANTZEKO
BESTE PORTAERA-NAHASMENDU
BATZUK MURRIZTEKO 2015-2019KO IV.
PLANA

UDAL GAIAK BILDUMA



Adikzioak Baliabideak Gasteizen

Gasteizen adikzioak eta antzeko beste portaera-nahasmendu
batzuk murrizteko 2015-2019ko IV. Plana

Edizioa: Vitoria-Gasteizko Udala

Argitaratzailea: Kirol eta Osasun Saila
Osasunaren Sustapenaren Atala

Diseinua, maketazioa eta ilustrazioak: Erakunde komunikaziorako zerbitzua

Itzulpena: Euskara Zerbitzua

Inprimatzailea:

LG:

2021ko apirila

AURKIBIDEA

AURKEZPENA.....	7
SARRERA.....	8
LABURPEN-TAULA: BALIABIDEAK ETA PREBENTZIO MOTA.....	10
GASTEIZKO UDALAREN BALIABIDEAK ETA PROGRAMAK.....	11
- Baratzean nire lagunekin.....	12
- Zintzo-Mintzo (alkohola).....	13
- Hordago! Drogarik gabe bizitzearen erronka.....	14
- Unplugged. Bizitzarako trebetasunak (droga-kontsumoa).....	15
- Osasunkume. Bizitzaren abentura.....	16
- Adikzioaren prebentziorako programa.....	17
- Adikzioetan arriskuak murrizteko programa.....	18
- Errealitate birtuala: Teknologiak segurtasunez erabiltzea.....	19
- Pantaila seguruak.....	20
- ALD - Drogei buruzko tokiko ekintza.....	21
BESTE BALIABIDE BATZUK.....	22
- “Kerik Gabeko Gazteak” lehiaketa.....	23
- Hiesaren aurkako Arabako Batzordea.....	25
- Ai Laket!!.....	27
- Herritarren segurtasunaren sailaren beste jarduketa batzuk.....	29
- Gao Lacho Drom ijitoen elkarte.....	31
- ASAJER (Errehabilitazioan ari diren Arabako Jokalarien elkarte).....	32
- Jeiki Fundazioa.....	34
. Hazgarri.....	35
. Aukera.....	36
. Gizakia Helburu.....	37
. UVEP.....	38
- Minbiziaren Aurkako Espainiako Elkarte (AECC).....	39
- Osasun-zentroetako tabako-mendekotasuna gainditzeko programa.....	40
- Arabako Espetxea.....	41
- Al-Anon, alkoholikoen senideentzako taldeak.....	42
- Alkoholiko Anonimoak 24 ordu Gasteiz.....	44
- Alkoholiko Anonimoak (AA).....	45
- Adikzioekin lotutako orientazioa eta tratamendua emateko zentroa.....	47

BESTE BALIABIDE OSAGARRI BATZUK	49
- Gasteizko Udala	50
- Hiri hezitzailea: ohitura osasungarriak	50
- Gazteria zerbitzua.....	51
Asexoría.....	51
Psikoaholkularitza.....	51
Gauekoak.....	52
Xtraclub.....	52
Gazte Factory.....	52
- Kale-heziketarako programa	53
- Beste erakunde batzuk	54
- Buruko gaixotasuna duten pertsonen eta horien familien elkartea (Asafes)	54
- Arabako Osasun Mentaleko Sarea (Osakidetza).....	55
- Berritzegune (Hezkuntza).....	56
- Gizarte-bazterketako egoeran edo bazterketa-arriskuan dauden pertsonentzako berariazko esku-hartzeak. (Gizarte Ongizaterako Foru Erakundea)....	57
- Informazio-baliabideak: Drogomedia (Eusko Jaurlaritza), Evict	58
ERANSKINA	59
- Gasteizko lehen mailako arretaren kontaktuak. Osakidetza.....	60
- Oinarrizko Gizarte-Zerbitzuen Kontaktua.....	61
- Gizarte-Larrialdietarako Udal-Zerbitzua (GLUZ)	62

AURKEZPENA

Adikzioak oso errealitate konplexua dira, haien jatorrian, prozesuan eta finkatzean elkartzen diren elementuen arteko elkarrekintza dela eta.

Baliabideak egote hutsa ez da nahikoa haiek ez badituzte ezagutzen profesionalek edo adikzioak dituzten pertsonak eta haien senitartekoez edo, gizarte-egoeraren edo egoera pertsonalaren ondorioz, ahultasun-egoeran dauden kolektiboez.

Gasteizen adikzioak eta antzeko beste portaera-nahasmendu batzuk murrizteko 2015-2019ko IV. planean (zeina 2021an luzatu baita), adikzioak menpekotasuna sor dezaketen zenbait portaera gisa definitzen dira: Menpekotasun hori substantzieziko izan daiteke, edo ez. Halaber, onartzen da beste portaera-nahasmendu batzuetan pertsonak jardura jakin bat errepikatzen duela (internet erabiltzea, bideo-jokoak, erosketak, eta abar) eta horrek ekar diezazkiokeela eragin negatiboak osasunean zein ongizatean (pertsonala, emozionala edo harreman-ongizatea).

Instantzia askok dute adikzioetan esku hartzeko ardura, eta zenbaitetan zaila da informazioa eskuratzea: zer jarduketa egiten ari diren, zer ordutegi duten jendearentzako arretarako edo nola jarri harremanetan haiekin. Gida honen bidez, sistematizatu eta toki bakar batean bildu nahi dugu adikzioekin lotutako Gasteizko udalerrian dauden baliabideei (Udalarenak zein Udaletik kanpokoak) buruzko informazio guztia, eta, hala, haietara iristea errazteko eta interesa duten pertsona guztientzako orientabide izan dadin.

Baliabide-gida Gasteizko biztanle guztiei zuzenduta dago, bai eta adikzioen gaineko informazioa eta aholkularitzaren, prebentzioaren, tratamenduaren eta gizarteratzearen arloko baliabideak bear dituzten elkarte, entitate, fundazio eta arne).

iHelburu orokorra da Gasteizko biztanleei informazioa ematea adikzioen fenomenoari eta haren arrisku-faktoreei aurre egiteko hirian dauden baliabide eta programei buruz, pertsona bakoitzaren beharren arabera.

Livia Claudia López Gutiérrez
Kirol eta Osasun Saileko zinegotzia
Gasteizko Udala

SARRERA

Gida honetan, adikzioen esparruan prebentzioaren eta arretaren arloan Gasteizko udalerrian dauden baliabideak biltzen dira; horren barruan sartu dira, bai informazioa, prebentzioa eta tratamendua eskaintzen dutenak, bai oro har osasuna hobetzea eta gizaratzea/gizarte-inklusioa sustatzean eragina duten beste batzuk.

Baliabideak sailkatuta daude, eskaintzen dituzten prebentzio eta tratamendu motaren arabera.

Prebentzioa esaten zaio gizakiaren bizimodu osasungarria arriskuan jartzen duten gizarte-jarduera jakin batzuk edo substantzien gehiegizko kontsumoa saihesteko edo murrizteko helburua duten jardueren multzoari; horretarako, jarduerak arrisku-faktoreak (adikzioa agertzeko probabilitatea handitzen dutenak) kendu edo murrizten dituzte, eta babes-faktoreak (adikzioaren agerpenetik babesten duten eta hura gertatzea saihesten dutenak) handitu eta sendotzen dituzte.

Hiru prebentzio-maila bereizten dira, haren hartzaileen ezaugarrien arabera:

- Prebentzio unibertsala: biztanleei oro har zuzentzen zaie, hautaketa-irizpiderik gabe, estrategia eta jarduera orokorren bitartez.
- Prebentzio selektiboa: zenbait faktore tarteko (testuingurukoak, familiakoak...) arrisku-jokabideetara (kontsumora) jotzeko aukera handien dituztenei zuzentzen zaie.
- Prebentzio egokitua: arrisku-jokabideetara jotzeko lehen zantzuak erakutsi dituzten subjektuei zuzentzen zaie.

Tratamendua esaten zaie, aldiz, helburu hauetakoren batekin mendekotasuna lantzen duten prozesu soziosanitario eta psikoterapeutikoei: abstinentsia lortzea, kontsumoa murriztea edo kontsumoaren edo adikzioaren ondoriozko kalteak murriztea.

Gida honen azken atalak beste baliabide batzuei buruzkoa da; haien esku-hartzeek zeharka heltzen diote adikzioen gaiari, hura agertzean eragina izan dezaketen edo haren ondorioa izan daitezkeen faktoreak lantzen baitituzte.

Baliabide bakoitzari buruzko fitxan honako datu hauek daude: deskribapena, esku-hartze mota (unibertsala, selektiboa, egokitu-tua), helburuak, hartzaileak, tokia, iraupena, izen-ematea, diruz lagunduta dauden eta, azkenik, harremanetarako datuak.

Entitateek egiten dituzten programa garrantzitsuenak jasotzen ditu, baina asmoa ez da zehaztasun osoz zehaztea adikzioekin zeharkako lotura duten esku-hartze guztiak. Gida eskuragarri dago paperean zein euskarri digitalean.

Halaber, behar edo nahi duten pertsona, entitate edo organismo guztien esku dago gida.

Espero dugu denontzat tresna baliagarria izatea.

Osasun Publikoaren Zerbitzua

Kirol eta Osasun Saila

LABURPEN-TAULA: BALIABIDEAK ETA PREBENTZIO MOTA

BALIABIDEA	Prebentzio unibertsala	Prebentzio selektiboa	Prebentzio egokitua	Tratamendua
Baratzean nire lagunekin	X			
ZINTZO-MINTZO (alkohola)"	X			
Hordago! Drogarik gabe bizitzaren erronka	X			
Unplugged. Bizitzarako trebetasunak (droga-kontsumoa)	X			
Osasunkume, bizitzaren abentura	X			
Tabakoarekiko mendekotasuna prebenitzea	X			
Alkoholarekiko mendekotasuna prebenitzea	X			
Kalamuarekiko mendekotasuna prebenitzea	X			
Mendekotasunen prebentzioa: legez kanpoko drogak eta ausazko jokoak	X			
Alkoholaren kontsumoa: Ondorioak, arriskuak eta autozainketa		X		
Kalamuaren kontsumoa: Ondorioak, arriskuak eta autozainketa		X		
Legez kanpoko drogen kontsumoa: Ondorioak, arriskuak eta autozainketa		X		
Ausazko jokoen eta kirol-apustuen kontsumoa: Ondorioak, arriskuak eta autozainketa		X		
Errealitate birtuala: Teknologiak segurtasunez erabiltzea	X			
Pantaila seguruak: internet eta sareak	X			
ALD - Drogei buruzko tokiko ekintza	X	X	X	
Kerik gabeko gazteak (Eusko Jaurlaritzaz)	X			
Hiesaren Kontrako Batzordea (Sidálava)	X	X	X	
Ai Laket!!	X	X	X	
Herritarren segurtasunaren sailaren beste jarduketa batzuk			X	
Gao Lacho Drom		X	X	
ASAJER	X	X	X	X
Jeiki fundazioa	X	X	X	X
AECC	X			X
Tabako-mendekotasuna gainditzea. Osasun-zentroak	X			X
Arabako Espetxea				X
AI-Anon				X
Alkoholiko Anonimoak 24h				X
MOTZ				X

GASTEIZKO UDALAREN BALIABIDEAK ETA PROGRAMAK

BARATZEAN NIRE LAGUNEKIN

ZINTZO-MINTZO (ALKOHOLA)

HORDAGO! DROGARIK GABE BIZITZEAREN ERRONKA

UNPLUGGED. BIZITZARAKO TREBETASUNAK (DROGA-KONTSUMOA)

OSASUNKUME. BIZITZAREN ABENTURA

ADIKZIOAREN PREBENTZIORAKO PROGRAMA

ADIKZIOETAN ARRISKUAK MURRIZTEKO PROGRAMA

ERREALITATE BIRTUALA: TEKNOLOGIAK SEGURTASUNEZ ERABILTZEA

PANTAILA SEGURUAK

ALD - DROGEI BURUZKO TOKIKO EKINTZA



BARATZEAN NIRE LAGUNEKIN

DESKRIBAPENA

Programa honetan aztertzen dira hurrek izaten dituzten eta beren jokabideetan eragina izan dezaketen ohiko sentimenduak; hori du alderik garrantzitsuena.

Programa osoak irakaslearen bitartekotza du ardatz, eta horretarako honako material hau dauka: hezitzaileentzako gida, gurasoentzako gida, ipuinen liburua eta irudiak dituzten lamina-jokoa.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala.

HELBURUAK

- Heldutasun psikoafektiboa lortzea.
- Osasun-ohiturak hartzea.
- Gehiegizko droga-kontsumoari buruzko prebentzio-lana hastea.

HARTZAILEAK

Haur Hezkuntza, Derrigorrezko Lehen Hezkuntza.

12

TOKIA

Ikastetxea.

IRAUPENA

Zenbait saio teoriko eta praktiko, ordubete inguruak. Ematen duen irakaslearen irizpidearen arabera.

HIZKUNTZAK

Euskara eta gaztelania.

IZEN-EMATEA

Udalaren webgunea: Udalaren Hezkuntza Jarduerak – Osasunerako hezkuntza

DIRULAGUNTZAK

Gasteizko Udala.

HARREMANETARAKO DATUAK

Osasun Publikoaren telefonoa: 945 16 15 02

Helbide elektronikoa: saludpublica@vitoria-gasteiz.org

ZINTZO-MINTZO (ALKOHOLA)

DESKRIBAPENA

Gaitasun sozialak garatzeko zenbait gaiari heltzen zaio, bi osagaiz osatutako hezkuntza-tresna baten bidez:

Hiru minutuko iraupeneko hamar istorio animatu; haietan gaitasun sozialak garatzea sustatzen duten zenbait bizipen ageri dira.

Bizitarako trebetasunak garatzeko programa dinamizatzearen arduradunentzako gida bat.

Materialak: Irakasleen gida, ikasleen koaderno eta 10 istorio animatu.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala.

HELBURUAK

- Afektibo-sexuala: gure mundu afektiboari buruz hitz egitea.
- Mendekotasunak: bizitzaz gozatzea, kontrola mantenduta.
- Alkohola: **Alkohol gehiegi kontsumitzera bultzatzen duten** gizarte ohiturak kritikoki zalantzan jartzea.
- Bizikidetzeta: Pertsonok askotarikoak izateko dugun eskubidea sustatu nahi du.

13

HARTZAILEAK

Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza.

TOKIA

Ikastetxea.

IRAUPENA

20 lan-saio. Guztiak egin daitezke, edo unean uneko garrantzitsuenak aukeratu.

HIZKUNTZAK

Euskara eta gaztelania.

IZEN-EMATEA

Udalaren webgunea: Udalaren Hezkuntza Jarduerak – Osasunerako hezkuntza

DIRULAGUNTZAK

Gasteizko Udala.

HARREMANETARAKO DATUAK

Osasun Publikoaren telefonoa: 945 16 15 02

Helbide elektronikoa: saludpublica@vitoria-gasteiz.org

HORDAGO! DROGARIK GABE BIZITZEAREN ERRONKA

DESKRIBAPENA

Ikasle nerabeekin drogamenpekotasunen prebentzioa lantzeko baliabide didaktikoa da. Honako gai hauek jorratzen dira: sinesmenak, jarrerak, eraginak, erabakiak hartzea, auto-estimua, taldeari aurre egitea eta aisialdiaren erabilera.

Ikasturte bakoitzeko zortzi saio egitea proposatzen da; Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza amaitzen denerako guztira 32 saio izango dira.

Materialak: Irakasleentzako 4 eskuliburu, eta ikasleentzako koadernoak.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala.

HELBURUAK

. Ikasleei behar diren informazioa, jarrerak, balioak eta trebetasunak ematea, droga-eskaintzaren aurrean gogoeta eginda eta beren kabuz erabakiak har ditzaten.

HARTZAILEAK

Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza eta irakasleak.

14

TOKIA

Ikastetxea.

IRAUPENA

Ematen duen irakasleak zehaztuko du.

HIZKUNTZAK

Euskara eta gaztelania.

IZEN-EMATEA

Udalaren webgunea: Udalaren Hezkuntza Jarduerak – Osasunerako hezkuntza

DIRULAGUNTZAK

Gasteizko Udala.

HARREMANETARAKO DATUAK

Osasun Publikoaren telefonoa: 945 16 15 02

Helbide elektronikoa: saludpublica@vitoria-gasteiz.org

UNPLUGGED. BIZITZARAKO TREBETASUNAK (DROGA-KONTSUMOA)

DESKRIBAPENA

Bizitzarako trebetasunak jorratzen dituen hezkuntza-eredua du oinarri, droga-kontsumora bultzatzen duten talde- eta gizarte-eraginak konpentsatzeko estrategia gisa.

Metodologia interaktiboak dituzten ordubeteko 12 jarduerak osatzen dute.

Materiala: Irakaslearen eskuliburua, ikasleen koaderno eta drogei buruzko informazio-fitxen jokoa.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala.

HELBURUAK

. Honako hauek indartzea edo/eta hobetzea: enpatia, asertibitatea, gizarte-harremanak, talde-dinamikak, zailtasunak gainditzea, arazoak konpontzea eta erabakiak hartzea.

. Drogei, alkoholari eta tabakoari buruz informatzea.

HARTZAILEAK

Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza eta irakasleak.

TOKIA

Ikastetxea.

IRAUPENA

Ematen duen irakasleak zehaztuko du.

HIZKUNTZAK

Euskara eta gaztelania.

IZEN-EMATEA

Udalaren webgunea: Udalaren Hezkuntza Jarduerak – Osasunerako hezkuntza

DIRULAGUNTZAK

Gasteizko Udala.

HARREMANETARAKO DATUAK

Osasun Publikoaren telefonoa: 945 16 15 02

Helbide elektronikoa: saludpublica@vitoria-gasteiz.org

OSASUNKUME. BIZITZAREN ABENTURA

DESKRIBAPENA

Droga-mendekotasunen prebentzio komunitariorako programa da, eta osasunerako hezkuntza hartzen du ardatz, lan egiteko estrategia egokiena delakoan.

Lau ardatzetan proposatzen da esku-hartzea: auto-estimua, bizitzarako trebetasunak, drogak eta ohitura osasungarriak. Aldi berean lau ardatz horiek hamabitan banatuak dira eta horiek gurutzatu egiten dira haurrak gizarteratzeko funtsezko hiru esparruetan.

Ikasle bakoitzak bere materiala jasoko du (albuma), eta bertan hogeita hamasei kromo itsatsi beharko ditu. Beste istorio labur batzuetan, haur talde baten eguneroko bizimodua ageri da, beren maskota OSASUNKUME atsegina beti ondoan dutela. Adiskide-taldea hiru esparrutan ikusiko ditugu: familian, ikastetxean eta auzoan.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala.

HELBURUAK

- . Droga-kontsumoa prebenitzea.
- . Ohitura osasungarriak hartzea.
- . Bizitzarako gaitasunak garatzea.
- Autoestimua indartzea.

16

HARTZAILEAK

Derrigorrezko Lehen Hezkuntza, gurasoak, irakasleak eta beste kolektibo batzuk (bitartekariak).

TOKIA

Ikastetxea.

IRAUPENA

Ematen duen irakasleak zehaztuko du.

HIZKUNTZAK

Euskarazko materiala (kromoak izan ezik) sare honetan dago da: Kutxaeskola.eus
Gure zerbitzuak emango ditu euskarazko kromoak eta gaztelaniazko materiala, behar izanez gero.

IZEN-EMATEA

Udalaren webgunea: Udalaren Hezkuntza Jarduerak – Osasunerako hezkuntza

DIRULAGUNTZAK

Gasteizko Udala.

HARREMANETARAKO DATUAK

Osasun Publikoaren telefonoa: 945 16 15 02

Helbide elektronikoa: saludpublica@vitoria-gasteiz.org

ADIKZIOA PREBENITZEKO PROGRAMA

DESKRIBAPENA

Jarduera sentsibilizazio-lantegi bat da, eta xede du adikzioen ondorioei buruzko ezagutzak eskaintzea eta ikasleen artean gaitasunak garatzea, haren kontsumoa saihestu edo murrizteko.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala.

HELBURUAK

- . Autonomia pertsonalaren (autoezagutza, asertibitatea, erabakiak hartzea, autoestimua eta erresilientzia) eta osasunerako hezkuntzaren gaitasunak garatzea, eta bizimodu osasungarriarekin lotutako jarrerak eta balioak sustatzea.
- . Ezagutzak ematea adikzioa sortzen sustantziei eta haien kontsumitzearen ondorioei buruz.
- . Ikastetxeko familiak sentsibilizatzea, seme-alaben adikzioa prebenitzeko.

PROGRAMAK ETA HARTZAILEAK

Tabakoarekiko mendekotasuna prebenitzea: Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza.

Alkoholarekiko mendekotasuna prebenitzea: Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza.

Kalamuarekiko mendekotasuna prebenitzea: Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza.

Legez kanpoko drogekiko eta ausazko jokoekiko mendekotasuna prebenitzea: Ondorioak, arriskuak eta autozainketa: Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza, Batxilergoa eta Lanbide Heziketa.

TOKIA

Ikastetxea.

IRAUPENA

Bost saio: hiru saio ikasleekin eta beste bi irakasleekin (bat hiru horien aurretik eta bestea haien ondoren).

50-60 minutuko saioak.

HIZKUNTZAK

Euskara eta gaztelania.

IZEN-EMATEA

Udalaren webgunea: Udalaren Hezkuntza Jarduerak – Osasunerako hezkuntza

DIRULAGUNTZAK

Gasteizko Udala.

HARREMANETARAKO DATUAK

Osasun Publikoaren telefonoa: 945 16 15 02

Helbide elektronikoa: saludpublica@vitoria-gasteiz.org

ADIKZIOETAN ARRISKUAK MURRIZTEKO PROGRAMAK

DESKRIBAPENA

Kontsumo-arriskuak antzematen hasi diren ikasgeletan egitekoa da jarduera. Prestakuntzako hiru ordu iraungo du, parte hartzeko bizpahiru saiotan banatuta. Zenbait dinamika egingo dira ikasgelan, substantziari eta haren ondorioei buruz ikasteko; halaber, haren inguruko mitoak eta ideia okerrak eta autozainketa-neurri batzuk landuko dira.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio selektiboa.

HELBURUAK

- . Substantziak kontsumitzearekin lotutako arriskuez kontziente izatea.
- . Informazioa izatea kontsumo horrek zer kalte eta arrisku ekar ditzakeen.
- . Erabakiak jakinaren gainean hartzea sustatzea.
- . Autozainketa-jokabideak indartzea, kontsumitzea erabakitzen badute.

PROGRAMAK ETA HARTZAILEAK

- . Alkoholaren kontsumoa: Ondorioak, arriskuak eta autozainketa: Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza, Batxilergoa, Lanbide Heziketa eta Heziketa Zikloak.
- . Kalamuaren kontsumoa: Ondorioak, arriskuak eta autozainketa: Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza, Batxilergoa, Lanbide Heziketa eta Heziketa Zikloak.
- . Legez kanpoko drogen kontsumoa: Ondorioak, arriskuak eta autozainketa: Batxilergoa, Lanbide Heziketa eta Heziketa Zikloak.
- . Ausazko jokoen eta kirol-apustuen kontsumoa: Ondorioak, arriskuak eta autozainketa: Lanbide Heziketa eta Heziketa Zikloak.

TOKIA

Ikastetxea.

IRAUPENA

60 minutuko hiru saio. gehienez. Ikastetxearen eta jarduera ematen duen enpresaren artean adostuko da saioen kopurua.

HIZKUNTZAK

Euskara eta gaztelania.

IZEN-EMATEA

Udalaren webgunea: Udalaren Hezkuntza Jarduerak – Osasunerako hezkuntza

DIRULAGUNTZAK

Gasteizko Udala.

HARREMANETARAKO DATUAK

Osasun Publikoaren telefonoa: 945 16 15 02

Helbide elektronikoa: saludpublica@vitoria-gasteiz.org

ERREALITATE BIRTUALA: TEKNOLOGIAK SEGURTASUNEZ ERABILTzea

DESKRIBAPENA

Informazioaren eta Komunikazioaren Teknologiak (telebista, telefono mugikorra, bideo-jokoak, Internet, online jokoak eta abar) erabiltzearen ondoriozko arazoak landuko dira, edukien aldetiko zein erabilera okerraren aldetiko arriskuak prebenitzeko.

Jardueraren aurretik, galdetegiaren bidez baloratu eta diagnostikatuko dira irakasleek esku-hartzea jasoko duten ikasleengan antzeman dituzten beharrak.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala.

HELBURUAK

Ezagutzaren bidez prebenitzea informazioaren eta komunikazioaren teknologiak erabiltzearen ondoriozko arriskuak;

Informazioaren eta Komunikazioaren Teknologiak (ordenagailuak, smartphoneak, kontsolak...), sare sozialak eta zenbait aplikazio arduraz erabiltzen prestakuntza ematea eskola-ikasleei.

Zenbait balio lantzea eskola-ikasleekin: errespetua, ardura...

Pribatutasunari (zer den) balioa ematea, sarean konektatzerakoan funtsezko elementua baita.

HARTZAILEAK

Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza, Batxilergoa eta Lanbide Heziketa.

TOKIA

Ikastetxea.

IRAUPENA

Ordubeteko bi saio (bi orduko saio bakarrean egitea ere balora liteke).

HIZKUNTZAK

Euskara eta gaztelania.

IZEN-EMATEA

Udalaren webgunea: Udalaren Hezkuntza Jarduerak – Osasunerako hezkuntza

DIRULAGUNTZAK

Gasteizko Udala.

HARREMANETARAKO DATUAK

Osasun Publikoaren telefonoa: 945 16 15 02

Helbide elektronikoa: saludpublica@vitoria-gasteiz.org

PANTAILA SEGURUAK: INTERNET ETA SAREAK

DESKRIBAPENA

Internet eta sare sozialak erabiltzen dituzten adingabeko ikasleei zuzenduriko hitzaldia. Sare sozialak oso tresna lagungarriak dira, baina arriskuak ere badituzte: esaterako, mehatxu pertsonalak, intimitatearen aurkako delituak, iruzurra, eduki desegokiak eskura izatea etab.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala.

HELBURUAK

- . Ikasleen artean informazioaren eta komunikazioaren teknologiak era seguruan erabiltzearen garrantzia sustatzea, bai eta praktikatzea ere.
- . Interneten praktika seguru, errespetuzko eta osasuntsuak sustatzea.
- . Sarea erabiltzean arrisku nabarmenenei aurre egiteko estrategiak ikastea.

HARTZAILEAK

Derrigorrezko Lehen Hezkuntza eta Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza.

20

TOKIA

Ikastetxea.

HIZKUNTZA

Euskara eta gaztelania.

IZEN-EMATEA

Udalaren webgunea: Udalaren Hezkuntza Jarduerak – Osasunerako hezkuntza

DIRULAGUNTZAK

Gasteizko Udala.

HARREMANETARAKO DATUAK

Herritarren Segurtasuneko telefonoa: 945 161451

Helbide elektronikoa: educacionvial@vitoria-gasteiz.org

ALD - Drogei buruzko tokiko ekintza

DESKRIPZIO LABURRA

Adingabeekiko esku-hartzea norberaren hausnarketan eta gai hauei buruzko pentsamendu kritikoa garatzean oinarritzen da: legezko zein legez kanpoko substantziak, haien kontsumoa eta ondorioak. Kontsumoak dituen arriskuak eta izan ditzakeen ondorioak eza-gutzeari bideratuta dago esku-hartzea, ezarritako zehapenaren erantzukizuna hartzearen bidez. Familiako esku-hartzea da, egoera bakoitza bere testuinguruan jarrita.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala, selektiboa eta egokitua.

HELBURUA

. Substantziak kontsumitzeagatik edo edukitzeagatik ezarritako zehapen ekonomikoaren ordezkotzat neurri bat eskaintzea, eta kontsumoarekiko tolerantzia eta permisibitatea murriztea.

HARTZAILEAK

Legezko zein legez kanpoko drogak kontsumitzen dituzten adingabeak.

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

Leku publikoetan drogak edukitzeagatik eta kontsumitzeagatik 4/2015 Legea hausten duten adingabeei zuzendutako esku-hartze sozioedukatiboa.

HARREMANETARAKO DATUAK

Substantziak eduki edo kontsumitzeagatik arau-haustea:

Aurrez aurre: Agirrelanda kalea 8; 01013, Gasteiz, Araba.

Telefonoz: 945161421 / 945161616, luzapena: 3232

BESTE BALIABIDE BATZUK

“KERIK GABEKO GAZTEAK” LEHIAKETA

HIESAREN AURKAKO BATZORDEA (SIDALAVA)

AI LAKET!!

GAO LACHO DROM (ARABAKO IJITOEEN ELKARTEA)

ASAJER (ERREHABILITAZIOAN ARI DIREN ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA)

JEIKI FUNDAZIOA (HAZGARRI, AUKERA, GIZAKIA HELBURU eta UVEP)

MINBIZIAREN AURKAKO ESPAINIAKO ELKARTEA (AECC)

OSASUN-ZENTROETAN TABAKO-MENDEKOTASUNA GAINDITZEKO PROGRAMA

ARABAKO ESPETXEA

AL-ANON (ALKOHOLIKOEN SENIDEENTZAKO TALDEA)

ALKOHOLIKO ANONIMOAK 24 ORDU GASTEIZ

ALKOHOLIKO ANONIMOAK (AA)

MENDEKOTASUNEN ORIENTAZIO ETA TRATAMENDU ZENTROA (MOTZ)



“KERIK GABEKO GAZTEAK” LEHIAKETA

DESKRIBAPENA

“Kerik Gabeko Gazteak” Eusko Jaurlaritzaren “Tabako-kerik Gabeko Euskadi” programako ekimenetako bat da, zeina tabakoa kontsumitzearen ondoriozko osasun-arriskuen gainean biztanleria-taldeak informatzeko eta sentsibilizatzeko proposatutako esku-hartzeen barruan baitago. Irakasleen laguntzarekin ikasgeletan egitekoa den programa gisa planteatzena da.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala.

HELBURUAK

- . Kerik gabeko eskola-ingurunea bermatzea, eta tabakorik gabeko bizitzari buruzko sormen-jarduerak sustatzea.
- . Nerabeen artean jokabide osasungarriak sortzea.
- . Irakasleei materialak eskaintzea beren irakaskuntza-jardueran tabakismoaren prebentzioa landu dezaten.
- . Hezkuntza-komunitateari erraztea Osakidetzak eskainitako tabakismoa tratatzeko zerbitzuetara iristea.
- . Gasteizko ikasleak tabakoa kontsumitzen ez hastea edo hori gertatzen den adina atzeratzea.

HARTZAILEAK

Derrigorrezko Lehen Hezkuntza, DBH.

TOKIA

Ikastetxea.

IRAUPENA

Esku hartzeko proposatzen da ikasgelako bi saio egitea. Dena den, ikastetxeek autonomia dute gomendio horiei buru erabakitzeko edo bestela lantzeko.

HIZKUNTZAK

Euskara eta gaztelania.

IZEN-EMATEA

Eusko Jaurlaritzare webgunea — Osasun Saila: Adikzioak (esteka: <https://www.euskadi.eus/informacion/kerik-gabeko-gazteak/web01-a3tabaco/eu/>)

LANKIDETZA

Udalaren Kirol eta Osasun Saila.

Gizarte Ongizaterako Foru Erakundea.

Eusko Jaurlaritzaren Osasun Saila.

Osakidetza.

Eusko Jaurlaritzaren Osasun Saileko Adikzioen Arloak hainbat ekintza egiten ditu gai honen inguruan, bai herritarrei zuzenduak, bai osasun-sustapenean, adikzioen prebentzioan, arretan eta gizarteratzean lan egiten dutenentzat. Adikzioen behatoki bat dute (GABIA), eta hainbat substantziari eta indarreko araudiei buruzko informazio baliagarria duten beste zenbait gune ere bai (Drogomedia, besteak beste). Horretaz gain, biztanleria orokorrari zein eskola-eremuari zuzendutako prebentziorako programak eta planak ere egiten ditu. Halaber, gai honetan esku-hartzeak egiten dituzten hirugarren sektoreko erakundeen zerrenda eta sentsibilizazio-kanpainak egiteko baliabideak.

Argibide gehiago nahi izanez gero, Eusko Jaurlaritzaren Osasun Saileko Adikzioen Arloaren webgunea kontsultatu.

Esteka: <https://www.euskadi.eus/eusko-jaurlaritza/mendekotasunak/hasiera/>

HIESAREN AURKAKO BATZORDEA (SIDALAVA)

DESKRIPZIO LABURRA

Gizarte-ekintzako irabazi-asmorik gabeko erakundea; HELBURUA du GIBak (giza immu-noeskasiaren birusa) kutsatzearen eta sexu-transmisiozko beste gaixotasun batzuen problematikaz informatzea eta kontzientziatzea (haiek zenbaitetan drogak kontsumitzearen ondorioz gertatzen dira). Horretaz gain, elkartasun-sena sustatzen dute, hartara ukitutako pertsonen kontrako bazterkeria eta errefusa saihesteko.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala, selektiboa eta egokitua.

HELBURUAK

Substantzia-kontsumoan arriskuak eta kalteak eta horren ondoriozko arrisku-jokabideak murriztea.

HARTZAILEAK

Biztanleria zaurgarria (LGTBI+, sexu-langileak, pertsona seropositiboak eta abar).

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

- . Xiringak aldatzeko programa.
- . Osasuna sustatzeari eta kontsumo arduratsuari buruzko aholku bila joaten diren pertso- nei lagun egitea.
- . Arriskuak gutxitzeko eta osasuna sustatzeko kanpainak, biztanleria osoarentzat.
- . Arriskuak gutxitzeko edo osasuna sustatzeko kanpainak, biztanleria zaurgarriarentzat.
- . Esku-hartzeak Arabako Espetxean.
- . Sexu-praktiken arloko arrisku-prebentzioko programak.
- . GIBaren eta sifiliaren test azkarrak.
- . Doako haurduntza-testak.

FINANTZAKETA

Diruz lagundutako baliabidea.

Aukerako bazkide-kuota.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Aurrez aurre: Kanpokale Berria 15, behea; 01001 Gasteiz, Araba (astelehenetik ostiralera, 10:00-15:00 eta 17:00-20:00).

Telefonoz: 945257766

Sare sozialak: asociación.sidalava

Webgunea: <http://sidalava.org>

AI LAKET!!

DESKRIPZIO LABURRA

Irabazi-asmorik gabeko elkarteak da; drogak erabiltzen dituzten edo erabiltzaile izan diren zenbait pertsonak osatzen dute; gizarte-desabantailako egoerak gutxitzeko prebentziozko ekintzak egiten dituzte, informazioa transmitituz eta drogak erabiltzearen ondoriozko arriskuak gutxitzeko eta kontsumo arduratsurako jarraibideen bidez. Zerbitzu guztiak anonimo, doako eta konfidentzialak dira.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala, selektiboa eta egokitua.

HELBURUAK

Arriskuak gutxitzea substantziak kontsumitzean.

Prebentzioa, informazioaren eta substantziak analizatzearen bidez.

Drogak arduraz kontsumitzeko ereduak ezartzea.

HARTZAILEAK

Kontsumitzaileak.

Herritarrak, oro har.

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

Testing: Aisialdirekin loturiko eremuetan prebentziozko esku-hartze ibiltariak (hiriz hiri eta herriz herri); haietan, zerbitzu hauek eskaintzen dituzte: drogei buruzko informazioa, droga-kontsumoan arriskuak gutxitzeko materialak eta drogak analizatzeko aukera. Horretaz gain, ikuspegi intersektionalarekin egiten du lan, eta, horregatik, "outreach" delakoa egiten du, hau da, baliabidera hurbiltzeko zailtasun handienak dituzten giza talde zaugarrietara hurbiltzen da.

Gune finkoa: Gasteizen erreferentziazko gune iraunkorra dute; horretan, zerbitzu hauek eskaintzen dituzte: drogei buruzko informazioa, arriskuak gutxitzeko materialak eta legez kanpoko substantziak analizatzeko aukera. Horretaz gain, liburutegia ere badauka, eta horretan, drogetan espezializatutako dokumentu-funts handia.

Informazio-gunea: Zerbitzu ibiltaria da; horretan, drogei buruzko informazioa eta droga-kontsumoaren ondoriozko arriskuak gutxitzeko materialak.

Laket!! Ionja: Gazteak egoten diren lonjetara gerturatzeko proiektua; haietan, esku-hartzeak egiten dituzte, kontsumoarekin loturiko gaiak lantzeko (kontsumo arduratsua, talde-presioa, araudia eta abar) baita gertuko beste gai batzuk ere (generoa, sexualitatea eta abar).

Botiltzar: Alkohol-kontsumoko gune estrategikoetara hurbiltzen den proiektu ibiltaria; he-
lburu du alkohol-kontsumoari buruz kontzientziatzea eta kontsumo arduratsua sustatzea.

Prestakuntza-lantegiak: Haiei eskatuta ematen dituzte, bai hezkuntza formalean, bai gaz-
tetxe, gazteleku, astialdiko talde eta abarretan.

Boluntarioak: Mota guztietako esku-hartzeak egiten dituzte boluntarioki. Boluntarioek
adikzioei buruzko prestakuntza sakon eta espezifikoa jasotzen dute elkartean bertan.

FINANTZAKETA

Diruz lagundutako baliabidea.

Autofinantzaketa (bazkide-kuotak eta borondatezko ekarpenak).

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Aurrez aurre: Informazio-gunean edo gune finkoan.

Telefonoz: 945 23 15 60

Helbide elektronikoa: ailaket@ailaket.com

Sare sozialak: @ailaket.euskadi

HELBIDEAK ETA ORDUTEGIAK

Informazio-gunea:

Kalea: Jesusen Zerbitzarien Fundatzailearen kalea 40; 01001, Gasteiz, Araba

Ordutegia: Astelehenetik ostiralera, 10:00-14:00.

Gune finkoa:

Kalea: Errementari kalea 43; 01001, Gasteiz, Araba

Ordutegia: Urteko ostiral guztietan, 19:00-22:00.

HERRITARREN SEGURTASUNAREN SAILAREN BESTE JARDUKETA BATZUK

1. Drogei buruzko eta ordezeko neurriei buruzko informazio puntuala.
2. Eduki edo kontsumitzeagatiko dosierretatik datozen substantziak garraiatzea udal-laborategian abusu-drogen analitika egiteko.

HELBURUA

Legezko zein legez kanpoko drogen eskuragarritasuna murriztea eta haiek eskuratzeko adina atzeratzea.

HARTZAILEAK

Herritarrak, oro har

ESKU-HARTZEEN DESKRIBAPEN LABURRA

Substantzia estupefazianteak eduki edota kontsumitzeagatiko esku-hartzeak, Herritarren Segurtasuna Babesteari buruzko 4/2015 Legea aplikatuz.

Alkoholemiaren eta substantzia toxikoen kontrol prebentiboak Bide Segurtasunean.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

- . Substantziak eduki edo kontsumitzeagatiko arau-haustea.
- . Arau-hausterik gabe:
 - Aurrez aurre: Agirrelanda kalea 8; 01013, Gasteiz, Araba.
 - Telefonoz: 945161421 / 945161616, luzapena: 3232
- . Adingabeen Talde (Udaltzaingoa)

ESKU-HARTZEEN DESKRIBAPEN LABURRA

- . Eskolen inguruko esku-hartzea: Taldearen zeregin nagusia da gure hirian arriskuan dauden adingabeak babestea eskolen inguruko ingurunean, eta eskolen inguruko esparruetako droga-kontsumoari aurre egitea, familiekin eta hezkuntza- eta komunitate-eragile hurbilekin koordinatuta, gure hirian drogarik gabeko esparru egoki eta seguruak eskaintzeko.
- . Alkohola eta tabakoa adingabeek kontsumitzearen eta haiei saltzea kontrolatzea, bai eta adingabeek diruzko eta ausazko jokoetara eta apustueta duten sarbidea kontrolatzea.
- . Ikastetxeetan eskaripeko hitzaldiak ematea, bertan gertatzen ari den problematikarekin lotuak (lapurretak, borrokak...), legearen eta poliziaren ikuspegitik.

HELBURUA

- . Problematika berehala antzematea, hartara berariazko baliabide batera bideratu ahal izateko.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

- . Aurrez aurre: Agirrelanda kalea 8; 01013, Gasteiz, Araba.
- . Telefonoz: 945161616, luzapena: 4895

GAO LACHO DROM (ARABAKO IJITOEK ELKARTEA)

DESKRIPZIO LABURRA

Elkartearen lan-filosofia ijito-kulturan oinarrituta dago, eta garrantzirik handiena ematen die familiari eta komunitateari.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio selektiboa eta egokitua.

HELBURUAK

Komunitatea garatzea, normalizatzea eta gizarteratzea, familia- zein gizarte-eremuan.

Derrigorreko eskolatzeko adinean dauden Arabako Lurralde Historikoko ijito-komunitateko haurren egoera akademikoa hobetzea, indartzea eta horretan laguntza ematea.

Eremu pertsonalean eta sozialean emakumeekin lan egitea, hezkuntza- eta lan-baldintzen berdintasuna eta maila guztietako autogarapena lortzeko.

Gazteekin lan egitea, informazioa eta tresnak emanaz, gero eta lehiakorragoa den mundu batean moldatzeko behar dituzten trebetasunak eta gaitasunak eskura ditzaten.

HARTZAILEAK

Ijito-komunitatea eta harekin lotura duten pertsonak.

31

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

Prebentzio unibertsala (taldeko ikuspegiarekin helduta: gazteak, emakumeak...).

Prebentzio egokitua (banakako, familiako eta komunitateko ikuspegiarekin helduta):

- Kontsumitzaileei eta kontsumitzaile ohiei zuzendua.
- Adikzio-arazoak dituzten presoei.

FINANTZAKETA

Diruz lagundutako baliabidea.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Aurrez aurre: Paula Montal kalea 26, behea; 01010, Gasteiz, Araba (astelehenetik ostirale-ra, 09:00-14:00 eta 16:00-19:00).

Telefonoz: 945 22 50 39

Helbide elektronikoa: gao@gaolacho.com

Webgunea: <http://www.gaolacho.com/index.html>

ASAJER (ERREHABILITAZIOAN ARI DIREN ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA)

DESKRIPZIO LABURRA

Irabazi asmorik gabeko elkarte; zenbait jokabideren aurrean (ausazko jokoak eta apustuak, erosketak, zenbait teknologia —mugikorra, bideo-jokoak...—) kontrolik ez edukitzeagatik laguntza eske joaten diren pertsonak laguntzen die eta haiekin lan egiten du.

Zenbait jokabideen erabilera desegokiarekin edo gehiegizkoarekin lotutako zenbait proiektu abiarazten jarduten du. Horretaz gain, pertsonak gizarteratzen eta birgizarteratzen jarduten du.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertuala, selektiboa eta egokitua. Tratamendua.

HELBURUAK

- . Prebenitzea ausazko jokoekiko eta apustuekiko adikzioa, beste jokabide-adikzio batzuk eta informazioaren eta komunikazioaren teknologien erabilera desegokia; herritar guztiengana iritsi nahi du, bai eta arrisku-taldeetara ere (emakumeak, adingabeak...).
- . Laguntza-jarduketak egitea ausazko jokoen eta apustuen, beste jokabide-adikzioen eta informazioaren eta komunikazioaren teknologiak desegokiro erabiltzearen arloan, handik etor daitezkeen ondorio guztiak kontuan hartuta (psikologikoak, sozialak...), hainbat mailatan: norbanakoaren mailan, familiakoan, eskolakoan, sozialean...
- . Azterketa eta ikerketak egitea ausazko jokoen eta apustuen, beste jokabide batzuen eta informazioaren eta komunikazioaren teknologien erabilerari buruz, al bait daturik eguneratuenak edukitze aldera.

HARTZAILEAK

Herritarrak, oro har.

Biztanleriaren sektore zaurgarrienak: emakumeak, nerabeak eta gazteak, etorkinak...

Zenbait jokabideren (ausazko jokoak eta apustuak, erosketak, zenbait teknologia —mugikorra, bideo-jokoak...—) gehiegizko erabilerak eta haren ondorioek ukitutako pertsonak.

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

- . Arreta: aurrez aurrekoa, telefono bidezkoa eta onlinekoa: Orientabidea eta informazioa.
- . Prebentzio-, informazio- eta sentsibilizazio-jarduerak, biztanleria orokorarentzat eta eskatzen duten kolektiboentzat.
- . Biztanleriaren sektore zaugarrienei zuzendutako prebentzio-kanpainak: emakumeak, nerabeak eta gazteak, etorkinak...
- . Ausazko jokoen eta apustuen eta beste jokabide-adikzio batzuen adikzioak ukitutakoentzako laguntza-taldeak.
- . Senitartekoentzako laguntza-taldea.
- . Ukitutako pertsonentzako eta haien ingurukoentzako terapia, banakakoa, familiakoa edo/eta bikotekoa.
- . OHARTU programa. Gasteizen ludopatia antzemateko eta gizarte-arreta ematea.
- . “ONLINE ZUREKIN” aholkularitza-zerbitzua. Gazteei zuzendua.
- . “BIDERAKO” gizarteratze-programa. Ukitutako pertsonentzat.
- . “ERREALITATE BIRTUALA” programa. Gazteei zuzendua. Informazioaren eta komunikazioaren teknologiek in loturiko lan-arriskuei aurre hartzea.
- . “JOKUZ KANPO” aldizkaria:
<http://www.asajer.org/categoriaweb.php?ldsec=20&ldcat=24&idioma=eu>

FINANTZAKETA

Lankidetzeta-hitzarmenak.

Diru-laguntzak.

Elkarteko bazkideen kuotak.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Aurrez aurrekoa (aurretiaz hitzordua eskatuta): Alaba Jeneralaren kalea 25, 1. eskuina; 01005, Gasteiz (Asteleheneretik ostiralera: 10:00-12:30 eta 16:00-19:00).

Telefonoz: 945 140 468 / 945 234 990

Helbide elektronikoa: asajer@telefonica.net

Webgunea: <http://www.asajer.org/index.php?idioma=eu>

Bideratzeak (gizarte-zerbitzuetara, psikiatriara, psikologoenetara eta abarretara).

JEIKI FUNDAZIOA

DESKRIPZIO LABURRA

Ongintzako laguntza-erakundea; Araban, adikzioa sorrarazten duten substantzia toxikoak zein ez-toxikoak gehiegi edo desegokiro erabiltzearen ondoriozko nahasmenduen arloan egiten du lan, prebentzio-, laguntza- eta gizarteratze-programen bidez.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala, selektiboa eta egokitua.

Tratamendua.

HELBURUAK

Substantzia toxikoen ondorio diren zein ez diren adikzio-nahasmendua deuseztatzeko behar den aldaketa konduktual, emozional edo kognitiboaren prozesua egitea eta erraztea.

Familiari edo inguruneari laguntzea, lagun egitea edo tratatzea.

Beren bilakaera-uneari dagokion autonomia-, heldutasun- eta erantzukizun-mailara iristea zailtzen dieten beren bizitzetako arazoei heltzen eta helduarora egoerarik onenean iristen laguntzea gazte eta nerabeei eta haien familieiei.

ESKU-HARTZE PROGRAMAK

1- HAZGARRI PROGRAMA

Prebentzioko eta esku-hartze psikologiko eta psikoedukatiboko programa.

HELBURUA

Esku-hartze psikoterapeutiko eta hezitzaileak inplementatzea, gazte eta nerabeei eta haien familiei laguntzeko haien bizitzetako arazoei heltzen, eta, hala, beren bilakaera-uneari dagokion osasun-, heldutasun- eta autonomia-maila lor ditzaten, eta baldintza onetan sar daitezen helduaroan.

HARTZAILEAK

13 eta 21 urte bitarteko nerabe eta gazteak.

Familiak.

Hezkuntza-arloko eta arlo soziosanitarioklo profesionalak.

ESKU-HARTZEAK

Psikoterapia-saioak (banakakoak, taldekoak edo familiakoak).

Taldeko saio psikoedukatiboak (guraso-eskola).

Prestakuntza lantegiak.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Jeiki Fundazioaren bidez:

Aurrez aurre: San Ignazio Loiolakoaren kalea 2; 01001, Gasteiz, Araba

Astelehenetik ostegunera: 09:00-18:30 // Ostiraletan: 09:00-15:00.

Telefonoz: 945 14 37 20

Helbide elektronikoa: fundacion@jeiki.org

2- AUKERA

Anbulatorioa baino ez den laguntza-programa da, substantzietan zein substantzietan gabeko beren adikzioa gainditzeko laguntza eskatzen dioten pertsonen zuzendaritza; bateragarria da pertsonen beren eguneroko betebeharrak egiten jarraitzearekin.

HELBURUA

Substantzietan zein substantzietan gabeko adikzio- edo mendekotasun-prozesuetan aholkatu, tratamendua eman eta horretatik eratorritako arazoak konpontzen laguntzea, bai eta adikzioa bera gainditzeko ere beren erabakimena eta autonomia galdua edo ahuldua zuten esparruetan berreskuratu edo indartu nahi duten pertsonen kasuan, betiere dauzkaten kanpoko laguntza-egiturak baliatuta.

HARTZAILEAK

18 eta 68 urte bitarteko pertsonak, baldin eta substantzia toxikoak desegoki erabiltzen badituzte (adikzioa, mendekotasuna edo kontsumo problematikoa) edo substantzietan gabeko jokabide desegokiak badituzte (adikzioa, mendekotasuna edo erabilera problematikoa; jokoa eta abar), eta tratamendu-prozesua burutzeko kanpoko gizarte-laguntza badute (familia, bikotekidea edo lagunak).

Familiak eta gizarte-sarea.

ESKU-HARTZEAK

Tratamendu ambulatorioa; horretan, aldiro-aldiro joan behar dute profesionalak programa-tutako saioretara, eta jarduera hauek egiten dira haietan:

- Banakako, taldeko zein bikoteko esku-hartzeak.
- Laguntza psikologikoa.
- Familiarentzako eta gizarte-sarearentzako laguntza.
- Tratamendua amaitu osteko jarraipena.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Jeiki Fundazioaren bidez:

Aurrez aurre: San Ignazio Loiolakoaren kalea 2; 01001, Gasteiz, Araba

(Asteleheneretik ostegunera: 09:00-18:30 // Ostiraletan: 09:00-15:00).

Telefonoz: 945 14 37 20

Helbide elektronikoa: fundacion@jeiki.org

3- GIZAKIA HELBURU

Laguntza-programa anbulatorio zein egoitzakoa, substantzia toxikoekiko zein haiek gabeko gehiegizko kontsumoko, erabilera okerreko edo adikzioak arazoak dituzten pertsonak tratatzeko eta birgizarteratzeko, eta haien familiei eta ingurukoei laguntza emateko.

HELBURUA

Pertsonaren errealitatean dauden substantzia toxikoekiko zein haiek gabeko adikzio-egoeren eta jokabideen eragina gainditzea:

Haren heltzeko eta erantzukizunak hartzeko prozesuan haztea dakartzan aldaketak sustatuz.

Pertsonari bere beharrian pertsonalak asetzeko bidea ematen dioten gaitasun eta baliabide pertsonal eta sozialak eskura dezan sustatuz.

Arrisku-egoerak gutxitzen eta lortutako aldaketak garatzen eta sendotzen lagunduko duten bizimodu osasungarriak sustatuz, arriskutsu izan daitekeen inguruabarren aurrean babesteko neurria baitira.

HARTZAILEAK

18 eta 68 urte bitarteko pertsonak, baldin eta substantzia toxikoak desegoki erabiltzen badituzte (adikzioa, mendekotasuna edo kontsumo problematikoa) edo substantziarik gabeko jokabide desegokiak badituzte (adikzioa, mendekotasuna edo erabilera problematikoa; jokoa eta abar).

Familiak eta gizarte-sarea.

ESKU-HARTZEAK

Programaren egoitza-fasean, komunitate terapeutikoa, oso baliabide espezializatu gisa; horretan txandakatzen dira banakako, familiako eta taldeko ikuspegiko esku-hartze psikoterapeutiko eta psikoedukatiiboak, batetik, eta ikuspegi biopsikosozialeko eta autolaguntzarako erreferentziak dituen erabiltzaile eta familientzako eta gizarte-sarearentzako arreta, bestetik.

Banakako, taldeko edo bikoteko esku-hartze psikoterapeutikoa eta psikoedukatiiboak.

Laguntza psikologikoa.

Familiarentzako eta gizarte-sarearentzako laguntza.

Tratamendua amaitu osteko jarraipena.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Jeiki Fundazioaren bidez:

Aurrez aurre: San Ignazio Loiolakoaren kalea 2; 01001, Gasteiz, Araba

(Astelehenetik ostegunera: 09:00-18:30 // Ostiraletan: 09:00-15:00).

Telefonoz: 945 14 37 20

Helbide elektronikoa: fundacion@jeiki.org

4- EBALUAZIO, BALORAZIO ETA PSIKODIAGNOSTIKOKO UNITATEA (UVEP)

Nolabaiteko independentzia duen baliabide bat da, Jeiki Fundazioaren barruan, eta honako zeregin hauek ditu: toxikomanien edo arrisku-jokabideen prebentzioaren arloko tratamendura datozen erabiltzaileei balorazio eta ebaluazio psikologikoa egitea, eta Fundazioko profesionalak aholkatzea, informatzea eta haiei laguntzea balorazio- eta ebaluazio-prozesuetan lortutako informazioaren inguruan, hartara erabiltzailearen ebaluazio doiagoa izan dezaten eta antzeman ahal izan ditzaten nortasunaren funtzionamenduaren eta funtzionamendu kognitiboaren egoera psiko(pato)logikoak, eta, hala, tratamendurako baldintza hobek eskaini.

HELBURUA

Jeiki Fundazioaren programa edo faseei edo kanpoko erakundeei hainbat datu objektibo ematea, txosten kliniko formatuan, erabiltzaileekin egunez egun lan egiten duten profesionalen lana errazteko.

Erabiltzaileei ebaluazio eta balorazio psikologikoa egitea, kasuan kasuko tratamendurik egokiena eskaini ahal izateko.

FINANTZAKETA

Diruz lagundutako baliabidea.

Borondatezko ekarpenak.

MINBIZIAREN AURKAKO ESPAINIAKO ELKARTEA (AECC)

DESKRIPZIO LABURRA

Irabazi asmorik gabeko erakundea; HELBURUA du prebenitzea, informatzea eta minbiziak jota pertsonak eta haien senitarteko eta lagunak kontzientziaztea, baita haiei lagun egitea eta laguntza ematea. Funtsezko beste zutabe bat da minbiziaren kontrako ikerketa. Horretaz gain, minbizia izateko arriskuak gutxitzeko programak ditu, hala nola tabakomendekotasuna gainditzeko programa, zeinaren HELBURUA baita erretzaileei laguntza espezifikoa eta pertsonalizatua ematea erretzeari uzteko prozesuan.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala. Tratamendua.

HELBURUAK

- . Zigarretak kontsumitzeari uzteko prozesua erraztea.
- . Abstentzio-jokabidea mantentzen laguntzea, eta berriro erretzen hasteko aukera murriztea.

HARTZAILEAK

Biztanleak oro har: erretzeari utzi nahi dioten 18n urtetik gorako pertsonak.

39

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

- . Tabako-mendekotasuna gainditzeari eta prebentzioari buruzko hitzaldi puntualak.
- . Taldeko eta banakako tratamendua tabakoa kontsumitzeari uzteko prozesuan.
- . Respir APP (erretzeari uzteko doako aplikazioa).
- . 24 orduko telefono zerbitzua: Laguntza psikologikoa egunean 24 ordua, asteko 7 egunetan (Doako telefona: 900 100 036).

FINANTZAKETA

Diruz lagundutako baliabidea.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Aurrez aurrekoa (aurretiaz hitzordua eskatuta): Plaza Arkupeduna 1, 01015 Gasteiz, Araba (Astelehenetik ostegunera: 08:00-18:00 / Ostiraletan: 08:00-15:00).

Telefonoz: 945 26 32 97

Helbide elektronikoa: alava@aecc.es

OSASUN-ZENTROETAN TABAKO-MENDEKOTASUNA GAINDITZEKO PROGRAMA

DESKRIPZIO LABURRA

Osasun-zentroetan egiten da programa, tabako-kontsumoa murrizteko eta herritarrek ohitura osasungarriak har ditzaten.

ESKU-HARTZE MOTA

Prebentzio unibertsala. Tratamendua.

HELBURUAK

Lortzea pertsonak erretzeari utz diezaioten eta ohitura osasungarriak har ditzaten.

HARTZAILEAK

Erretzeari utzi nahi diotela adierazten duten guztiak.

Herritarrak, oro har.

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

Osasuna sustatzeko kanpainak.

Tabako-mendekotasuna gainditzeko taldeko zein banakako esku-hartzeak.

OSAREAN (banakako terapia telefonoz emandako aholkuen bidez):

944 00 75 73

FINANTZAKETA

Osasun-sistemak finantzatzen du.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

· Lehen mailako arreta; aldeaz aurretik hitzordua eskatu behar da dagokion osasun-zentroan.

· Telefonoz:

- OSAREAN 944 00 75 73

- Dagokion osasun-zentroko telefonoa.

ARABAKO ESPETXEA

ESKU-HARTZE MOTA

Tratamendua.

HELBURUAK

Askatasunaz gabetutako pertsonen mendekotasuna gainditzea.

HARTZAILEAK

Kontsumo- edo adikzio-arazoak dituzten askatasunaz gabetutako pertsonak.

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

Araubide arrunta (barneratzea).

Eskaintza kontrolatzea:

- Drogarik ez sartzeko segurtasun-neurriak.
- Eskaria kontrolatzea:
- Mendekotasuna gainditzeko tratamenduak.
- Tratamendu ambulatorioa.
- Metadonaren bidezko mantentze-tratamendua.
- Berriz erortzea prebenitzea: taldeko terapia.
- Xiringak aldatzea eta aluminio-papera banatzea (inhalatutako heroina).
- Hirugarren sektorearen bidezko osasuna sustatzeko kanpainak (ohitura osasungarriak).
- Lehen mailako arreta: Tratamenduaren jarraipena.

Araubide irekia (irteerak edo eskumuturreko telematikoa).

Lagun egitea eta tratamendua, baliabide espezializatueta.

Birgizarteratzeko zenbait elkarterekiko lankidetzak (jaiki, Gao Lacho Drom, Sidalava, ADAP...).

FINANTZAKETA

Osasun-sistemak eta espetxeek finantzatzen dute.

BERTARATZEKO BIDEAK

Epaitegien bidez.

AL-ANON (ALKOHOLIKOEN SENIDEENTZAKO TALDEA)

DESKRIPZIO LABURRA

Alkoholikoen senide eta laguntzako laguntza-taldea; ez da beharrezkoa alkoholikoa tratamenduan egotea. Autolaguntzan oinarritutako metodologia es profesionala.

ESKU-HARTZE MOTA

Tratamendua.

HELBURUAK

Bizipenak, indarguneak eta itxaropena partekatzea, arazoari konponbidea aurkitzeko.

HARTZAILEAK

Pertsona alkoholikoren batekin harremana edo lotura izan duen edonor (senitartekoak, adiskideak, lankideak, neba-arrebak, seme-alabak, bikotekidea...), sentitzen badu haien arteko loturari sakonki eragin diola besteak edaten duen modua.

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

“Alkoholiko Anonimoen hamabi urratsak” programan oinarritutako autolaguntza taldeak.

42

FINANTZAKETA

Diruz lagundu gabeko baliabidea. Borondatezko ekarpenak.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Aurrez aurre: bilerak egiten diren tokietan.

Telefonoz: 630 65 08 72 (Astelehenetik ostiralera, 19:30-21:30).

Webgunea: <https://al-anonespana.org/>

HELBIDEAK ETA ORDUTEGIAK

- Aranako taldea:

- Andaluzia kalea 14 (atzeko parte); 01003, Gasteiz, Araba.

- Asteartetan, 20:00etan / Larunbatetan, 18:00etan.

- Begoñako Andra Mariako taldea:

- Koroatze elizaren zentroa, Eulogio Serdan kalea; 01012, Gasteiz, Araba.

- Asteazkenetan, 18:15ean.

- San Kristobaleko taldea:

- San Kristobal elizaren zentroa, Alberto Schommer kalea; 01006, Gasteiz, Araba.

- Larunbatetan, 18:00etan.

ALKOHOLIKO ANONIMOAK 24 ORDU GASTEIZ

DESKRIPZIO LABURRA

Bizipenak, indarguneak eta alkoholismoa gainditzen beste batzuei laguntzeko eta komuna duten arazoa konpontzeko itxaropena partekatzen duten gizon eta emakumeen komunitatea.

ESKU-HARTZE MOTA

Tratamendua.

HELBURUAK

Alkohola kontsumitzeari uztea.

Komunitatera jotzen duten pertsona alkoholikoen berroneratzea eta segurtasun jarraitua lortzea.

HARTZAILEAK

Edateko beren moduarekin arazoak dituzten eta alkohola kontsumitzeari utzi nahi diotela adierazi duten pertsonak.

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

Tratamendua:

“Alkoholiko Anonimoen hamabi urratsak” programan oinarritutako autolaguntza taldea.

Egoitza-baliabidea: espazio egokitu bat, non pertsonak behar adina denboraz ostatu baitaitezke beren bizitza soziolaboralean birgizarteratzeko oinarrizko beharrak estalita.

Informazioa eta sentsibilizazioa:

Baliabidera jo nahi duten pertsonentzako eta haien ingurukoentzako informazio-gunea.

Eskaeraren araberako sentsibilizazio-hitzaldiak, beren bizipenetan oinarrituta.

FINANTZAKETA

Diruz lagundu gabeko baliabidea.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Aurrez aurre: Burgos kalea 19; 01002, Gasteiz, Araba (Urteko 365 egunetan zabalik, 24 orduz).

Telefonoz: 945033206

Helbide elektronikoa: vitoriagasteiz@aa24horas.com

Twitter: [@aa24horas.com](https://twitter.com/aa24horas.com)

Facebook: [/aa24horas](https://www.facebook.com/aa24horas)

Webgunea: www.aa24horas.com

ALKOHOLIKO ANONIMOAK (AA)

DESKRIPZIO LABURRA

Bizipenak, indarguneak eta alkoholismoa gainditzen beste batzuei laguntzeko eta komuna duten arazoa konpontzeko itxaropena partekatzen duten emakume eta gizonen taldea. Autolaguntzan oinarritutako metodologia es profesionala.

ESKU-HARTZE MOTA

Tratamendua.

HELBURUAK

Alkohola kontsumitzeari uztea.

Komunitatera jotzen duten pertsona alkoholikoen berroneratzea eta segurtasun jarraitua lortzea.

HARTZAILEAK

Alkohola kontsumitzeari utzi nahi dioten pertsonak.

ESKU-HARTZE ETA PROGRAMAK

“Alkoholiko Anonimoen hamabi urratsak” programan oinarritutako autolaguntza taldeak. Gasteizen badira pertsona alkoholikoentzako sarera askeko 3 talde (Aranako taldea, Araba taldea eta Adurtza taldea).

Herritar guztiei irekita dauden taldeak, problematikari buruzko ezagutza handitzeko.

Eskaripeko sentsibilizazio-hitzaldiak, haien bizipenetan oinarrituta.

FINANTZAKETA

Diruz lagundu gabeko baliabidea. Borondatezko ekarpenak.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Aurrez aurre: bilera-guneetan edo informazio-gunean.

Telefonoz: 945 25 04 17 (Astelehenetik ostiralera, 20:00-21:30 / Larunbatetan, 18:00-19:30).

Helbide elektronikoa: aa.area18@gmail.com

Webgunea:

http://www.alcoholicos-anonimos.org/v_portal/apartados/apartado.asp

HELBIDEAK ETA ORDUTEGIAK

- Arana taldea: Andaluzia kalea 14 (atzeko parte); 01003, Gasteiz, Araba.
- Astearte eta ostegunetan, 20:00etan / Larunbatetan, 18:00etan.
- Araba taldea: Eskola kalea 2, behe, 5. gela; 01001, Gasteiz, Araba.
- Astelehenetan, 20:00etan.
- Adurtza taldea: Dantzari plaza 5, "Hegoaldekoak" auzo-elkartea, 01006 Gasteiz, Araba.
- Asteazkenetan, 16:30ean.
- Informazio-gunea: Andaluzia kalea 14 (atzeko parte); 01003, Gasteiz, Araba.
- Astelehenetik ostiralera, 20:00-21:30 / Larunbatetan, 18:00-19:30.
- Herrtar guztiei zabalik dauden taldeak:
 - Andaluzia kalea 14 (atzeko parte); 01003, Gasteiz, Araba.
 - Hilabete bakoitzeko lehenengo larunbatetan, 18:00etan.

MENDEKOTASUNEN ORIENTAZIO ETA TRATAMENDU ZENTROA (MOTZ)

DESKRIPZIO LABURRA

Substantzia psikoaktiboen (alkohola, heroina, cocaina, kalamua...) gehiegizko kontsumoarekin edo haien adikzioarekin, joko patologikoarekin eta definitu diren adikzio berrie-kin (internetek, mugikorra...) lotutako patologiak dituzten pertsonen arreta emateko zentro espezializatua.

HELBURUAK

Edozein substantziaren abstinentsia lortzea, pazienteari egoneziki sortzen ez dion erabile-
ra batera iritsi arte, edo kontsumoaren ondoriozko kalteak murriztea.

Hari lotutako patologia psikiatrikoko egoenkortzea.

Autonomia pertsonala lortzea erraztea, banakako, familiako, eskolako, laneko edo gizar-
teko funtzionamendua sustatuz.

ESKU-HARTZE MOTA

Tratamendua.

HARTZAILEAK

Arabako edo Otxandion, Orozkon, Ubidean, Urduñan edo Trebiñun erroldatutako edo
helbideratutako pertsonak.

Osasun-txartel indibiduala daukaten pertsonak.

Arabako bizirik diren 16 urtetik gorako pertsonak (salbuespenez, 16 urtetik beherakoei arreta
ematen diete Haur eta Gazteentzako Osasun Mentaleko Unitatearekin lankidetzan).

ESKU-HARTZE PROGRAMAK

Tratamendu-programak

- 1- Mendekotasuna gainditzeko programa ambulatorioa edo kanpo-kontsultak eta
abstinentsia mantentzeko eta medikazioa gainbegiratzeko programa.
. HELBURUA: Substantzien kontsumoa kentzea zenbait esku-hartze motaren bidez, eta
adikzioak eraldatu duen pertsonaren bizitza-egoera berregituratzea.
- 2- Metadonaren edo buprenorfinaren bidezko mantentze-programa:
. HELBURUA: Opiazeoak kontsumitzearekin lotutako arazoak gutxitzea, kentzea edo
arintzea, eta substantzia horiekiko mendekotasuna duten pertsonen bizitza kalitatea
hobetzea.

3- Desintoxikatzeko eta mendekotasuna gainditzeko programa intentsiboa:

- Eguneko ospitalea (egitura terapeutiko irekia, eguneko ospitaleratzetik tratamendu ambulatoriora bitartekoa).
- Helburu nagusia: Substantzia toxikoen abstinentsia lortzea, beste patologia psikiatrikoak nahastu eta zaildu eta haiei eragiten baitiete, bai eta pazienteen familiako, gizarteko eta laneko harremanei ere.
- Objetivo principal: conseguir la abstinencia de sustancias tóxicas que alteran, dificultan y afectan a otras patologías psiquiátricas, así como relaciones familiares, sociales y laborales de los pacientes.

Beste helburu batzuk: autonomia pertsonala lortzea; hari lotutako patologia psikiatrikoa egonkortzea; aurre egiteko estrategiak eta abstinentsiari eusteko tresnak lortzea; komunikazio-trebetasunak ikastea; bizitzako ohitura osasungarriak garatzea.

- Joko patologikoaren programa.
- Adikzio-arazoak dituzten gazteei laguntzeko programa:
- Patologia psikiatriko bati lotutako gehiegizko kontsumoa, kontsumo kaltegarria edo/eta substantziekiko mendekotasuna edo bestelako adikzioak dituzten 15 eta 23 urte bitarteko gazteentzako berariazko programa.
- Orientazio- eta sentsibilizazio-programak.
- Erabiltzaile eta senitartekoentzako informazio zabala eta erraza.
- Prebentzioa, lehen mailako arretako osasun-zerbitzuak, hezkuntza-zerbitzuak eta gizarte-zerbitzuak koordinatuta.
- Eskaripeko irakaskuntza-izaera, era puntualean.

FINANTZAKETA

Osasun-sistemak finantzatzen du.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Aurrez aurrekoa (aurretiaz hitzordua eskatuta): Julian Arrese kalea 5; 01010, Gasteiz, Araba.

Telefonoz: 945294040

Beste baliabide batzuetara bideratzea (Besarkada, Abegia, osasun mentaleko sarea, gizarte-zerbitzuak, adingabekoen beste ikastetxe batzuetara, babes-zentroak, espetxea, lehen mailako arreta, epaitegietara, Jaiki Fundazioa...).

ORDUTEGIAK

Kanpoko Kontsultak

Astelehenetik ostiralera: 08:00-15:00.

Eguneko ospitalea

Astelehenetik ostegunera: 09:00-17:00.

Ostiralean: 09:00-13:00 (goizeko ordutegia).

BESTE BALIABIDE OSAGARRI BATZUK:

1. Gasteizko Udala

Atal honetan deskribatzen diren baliabideen esku-hartzeek zeharka heltzen diote adikzioen gaiari; lantzen dituzten faktoreek adikzioen agerpenean eragina izan dezakete (adibidez, aisialdi alternatiboko baliabideak, edo hezkuntza-programa osagarriak) edo adikzioen ondorio izan daitezke (adibidez, gizarte-bazterketako egoeran edo bazterketa-arriskuan dauden pertsonentzako elkarbizitza-zentroak).

HIRI HEZITZAILEA: OHITURA OSASUNGARRIAK

GAZTERIA ZERBITZUA: ASEXORÍA, PSIKOAHOLKULARITZA, GAUEKOAK, XTRACLUB
ETA GAZTE FACTORY

KALE-HEZIKETARAKO PROGRAMA

2. Beste erakunde batzuk

BURUKO GAIXOTASUNA DUTEN PERTSONEN ETA HORIEN FAMILIEN ELKARTEA
(ASAFES)

ARABAKO OSASUN MENTALEKO SAREA (OSAKIDETZA)

BERRITZEGUNE (HEZKUNTZA)

GIZARTE-BAZTERKETAKO EGOERAN EDO BAZTERKETA-ARRISKUAN DAUDEN
PERTSONENTZAKO BERARIAZKO ESKU-HARTZEAK. (GIZARTE ONGIZATERAKO FORU
ERAKUNDEA)

INFORMAZIO-BALIABIDEAK: DROGOMEDIA (EUSKO JAURLARITZA), EVICT

1. Vitoria-Gasteizko Udala

HIRI HEZITZAILEA: OHITURA OSASUNGARRIAK

Gasteizko Udalaren ezaugarrietako bat da asmo hezitzailea duten esku-hartzeak proposatzen dituela, herritarren beharrak kontuan hartua. Jarduketa horiek oinarrituta daude Udalaren sailek eta zerbitzuek egiten duten baterako plangintzan eta koordinazioan, eta Vitoria-Gasteiz, Hiri Hezitzailea argitalpenean gauzatzen dira.

Horretan, adikzioen gaiak zuzenean lantzen dituzten programak jasotzen dira (gorago aipatu ditugu), baita adikzioen agerpenean zeharkako eragina izan dezaketen faktoreekin lotutako programak ere (hala nola “Egizu lo ondo: hobeto biziko zara”, “Arazorik ez baduzu nahi, ibil zaitez garbi eta txukun” eta “Ondo gosaldtu”).

HARTZAILEAK:

Eskoletako taldeak.

Guraso taldeak.

Beste talde batzuk.

Herritarrak, oro har.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK:

Webgunea: www.vitoria-gasteiz.org/we001/was/we001Action.do?lang=eu&locale=eu&idoma=eu&claveArea=58&accion=cuadroMando&accionWe001=ficha

GAZTERIA ZERBITZUA: GASTEIZKO UDALA

ASEXORÍA

14 eta 30 urte bitarteko gazteentzako doako udal-zerbitzua da, sexologiaren alorreko profesionalak eskainia, orientabidea eta laguntza emateko, zalantzak argitzeko, eta sexualitateari buruzko informazio kontrastatua eskuratzeko.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK:

Aurrez aurre: Landatxoko gizarte-etxea: Santa Maria kalea 4; 01001, Gasteiz.

Telefonoz: 945 16 15 83

Gasteizko udalaren webgunean (inprimakia bete).

ORDUTEGIA:

Astelehenetik ostiralera, 18:30etik 20:30era.

Asteazkenetan, 11:00etatik 13:00etara.

*Abuztuan Asexoria itxita egoten da.

PSIKOAHOLKULARITZA

14 eta 30 urte bitarteko gazteentzako doako udal-zerbitzua da; horretan, zenbait profesionalak orientabidea eta laguntza ematen diete gazteei beren kezken eta zalantzen inguruan, bizi duten bizi-zikloa aintzat hartuta.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK:

Aurrez aurre: Landatxoko gizarte-etxea: Santa Maria kalea 4, 1. solairua; 01001, Gasteiz.

Telefonoz: 945 16 19 04

Helbide elektronikoa: psicoasesoria@vitoria-gasteiz.org

ORDUTEGIA:

Astelehenetik ostiralera, 18:30etik 20:30era.

*Uztailean, astearteetan ere bai, 11:00etatik 13:30era.

*Abuztuan Psikoaholkularitza itxita egoten da.

GAUEKOAK

16 eta 30 urte bitarteko gazteentzako aisialdi alternatibo eta osasungarriko programa. Asteburuetakoa (ostiraletik igandera) kultura, kirola eta aisialdia du jardun-eremua. Gaur egun, erreferentea da gure hirian gazteentzako horrelako jardueren arloan.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK:

Aurrez aurre: Gazteen Argibideetarako Bulegoa → Plaza Berria z.g.

Telefonoz: 945 16 13 30.

XTRACLUB

12 eta 18 urte bitarteko gazteentzako aisialdiko eta denbora libreko berriazko programa; alternatiba interesgarriak eskaintzen ditu hainbat arlotan: kultura, abentura, kirola, bidaiak, ikastaroak...

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK:

Aurrez aurre: Gazteen Argibideetarako Bulegoa. Plaza Berria z.g.

Telefonoz: 945 16 13 30.

Gizarte-etxeak eta kiroldegiak.

Herritarrei laguntzeko bulegoak.

Webgunea: www.vitoria-gasteiz.org/xtraclub

Sare sozialak:

Twitter: @VG_juventud

Facebook: OMIJ-Informazio Gaztea

GAZTE FACTORY

14 eta 30 urte bitarteko gazteentzako gunea; bertan, interes berak eta abar dituen beste batzuekin konektatu, esperimentatu eta sor dezakete. Gazte Factory asteburuetan funtzionatzen du.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK:

Aurrez aurre: Gazteen Argibideetarako Bulegoa → Plaza Berria z.g.

Telefonoz: 945 16 13 30

KALE-HEZIKETARAKO PROGRAMA

Gizarte-langileekin eta psikologoekin batera, kale-hezitzaileak oinarrizko gizarte zerbitzuetako lantaldeetan dihardute. Haur eta gazteak dauden leku eta espazioetan aritzen dira lanean, hezitzaile-bikotetan, Gasteizko udalerrri osoan. Gizarte- eta familia-inguruan nahiz ingurunearekiko harremanean gizarteratzeko hainbat zailtasun dituzten haur eta gazteengana zuzentzen dute beren esku-hartzea. Beren jardunaren gakoa haur eta gazteekiko harreman zuzena da, haien ingurunean bertan. Jardueren plangintza era indibidualizatuan egiten da, harremanetan hastean, erlazionatzean zein esku-hartzean.

HARTZAILEAK:

Arrisku egoeran egon daitezkeela pentsarazten duen arazoren bat duten 8 eta 18 urte bitarteko gazteak.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK:

Kasuan kasuko gizarte-etxeko oinarrizko gizarte zerbitzuan.

2. Beste erakunde batzuk

BURUKO GAIXOTASUNA DUTEN PERTSONEN ETA HORIEN FAMILIEN ELKARTEA (ASAFES)

Irabazi-asmorik gabeko erakundea; HELBURUA du gaixotasun mentala edo patologiaren bikoitza (gaixotasun mentala eta adikzioen bat) duten pertsonen eta haien senitartekoen bizi-proiektu integral eta indibidualizatua bideragarri egitea, zeina orientatuta egongo baita etorkizunera, gizarteratzera, normalizaziora eta bizi-kalitatea hobetzera; horretarako, pertsona horien potentzialitatea ahalik eta gehien sustatzen eta lantzen du.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK:

- Aurrez aurre: Amadis kalea 2; 01010, Gasteiz, Araba (Astelehenetik ostiralera: 08:00-19:00).
- Telefonoz: 945 288 648
- Helbide elektronikoa: asafes@asafes.org

ARABAKO OSASUN MENTALEKO SAREA

Haur eta Gazteentzako Osasun Mentaleko Unitateak modu ambulatorioan arreta ematen die 18 urtetik beherakoei, eta eguneko ospitale propioa du tratamendu intentsiborako.

Salburuko Osasun Mentaleko Zentroak modu ambulatorioan arreta ematen die osasun mentalaren arloan osasun-laguntza behar duten 18 urtetik gorako pertsona guztiei.

Zabalganeko Osasun Mentaleko Zentroak modu ambulatorioan arreta ematen die osasun mentalaren arloan osasun-laguntza behar duten 18 urtetik gorako pertsona guztiei.

Olagibeleko **Haur eta Gazteentzako Eguneko Ospitalea**.

Psikiatria (Santiagoko 7. solairua).

Arabako Ospitale Psikiatrikoa laguntza psikiatrikoan oso espezializatutako zentroa da; errehabilitazioan oinarritzen da, eta hiru arlo ditu, landu behar diren helburu terapeutikoen arabera:

- Arreta subakutua.
- Errehabilitazio intentsiboa.
- Errehabilitazio edo berroneratze funtzionala.

Psikiatriako eguneko ospitalea, 18 urtetik gorako gazteen tratamendu intentsiborakoa.

Komunitate-Errehabilitazioko Zerbitzuak, arreta psikiatriko biopsikosoziala eta zainketa integralak ematen dizkie nahasmendu mental larria duten eta osasun mentaleko zentroek eskaini dezaketena baino jarraipen intentsiboagoa behar duten pertsoneri.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Osasun-zentroetara bideratuta (lehen mailako arreta).

BERRITZEGUNEA

Unibertsitateaz kanpoko irakaskuntzako mailetako hezkuntza-berrikuntzarako eta hobekuntzarako eremuko edo/eta lurraldeko laguntza-zerbitzu gisa eratu dira. Adikzioaren agerpenean zeharka eragina izan dezaketen ezaugarriak lantzen dituzten programak eskaintzen dituzte.

Bestalde, Eusko Jaurlaritzako Osasun Publikoaren eta Adikzioen Zuzendaritzak aldi berean argitaratzen duen *“Drogak eta eskola”* txostena dugu; horrek Euskal Autonomia Erkidegoko nerabeen kontsumo-ohituren eta beste jokabide batzuen ikuspegi orokorra ematen du. Berritzeguneen bidez ematen zaie txostenaren berri ikastetxeei.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK:

Telefonoz: 945218001

GIZARTE-BAZTERKETAKO EGOERAN EDO BAZTERKETA-ARRISKUAN DAUDEN PERTSONENTZAKO BERARIAZKO ESKU-HARTZEAK

Badira narriadura larri pertsonal, sozial edo harremanetakoa duten eta bazterketa-egoeran dauden pertsonentzako zenbait bizikidetzazentzako; haietan, ostatu ematen diete eta intentsitate ertaineko edo handiko laguntzak, gizarteratzeko esku-hartzeak egiteko. Beren eginkizunak gauzatzeko, diziplina anitzeko profesional-taldea daukate, zeinak profil egokienak baititu ongizate fisiko, psikologiko eta sozialera bideratutako arreta emateko.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK:

Gizarte Zerbitzuak, Aldundiak balorazioa eginda.

Kasuan kasuko gizarte-etxeetako oinarritzko gizarte-langileak.

INFORMAZIO-BALIABIDEAK

DROGOMEDIA. EAEko DROGA-MENDEKOTASUNEI buruzko DOKUMENTAZIO-zentroa (Eusko Jaurlaritza)

Maila partikularrean zein profesionalean adikzioei buruzko informazioa bilatzen duten pertsona guztientzako webgunea da. Webguneak drogei buruzko dokumentazio eta datu ugari dauzka, bai generikoa (aktualitateko albistean, dokumentu-nobedadeak, legedia, agenda, baliabide-direktorioa...), bai berariaz profesionalentzako (adierazleen datu-bankua, jardunbide egokietarako tresnak eta abar).

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

Drogomedia webgunea: www.drogomedia.com/eu

EVICT

Espanian kalamua-tabakoa bikoteari buruz ikertzeko, agerian uzteko eta hari buruzko ezagutza handitzeko, eta bikote horren polikontsumoari heltzeko eta hura kontrolatzeko politikak sustatzeko HELBURUA duen lantaldea.

BERTARATZEKO/HARREMANETARAKO BIDEAK

EVICT proiektuaren webgunea: <https://evictproject.org/>

ERANSKINA

GASTEIZKO LEHEN MAILAKO ARRETAREN KONTAKTUAK. OSAKIDETZA

OLAGIBELEKO osasun-zentroa

Olagibel kalea 31
Telefonoa: 945 00 79 00

SANSOMENDIKO osasun-zentroa

Paula Montal kalea 28
Telefonoa: 945 00 67 80

HABANA KO osasun-zentroa

Habana kalea 4
Telefonoa: 945 00 67 85

ARANBIZKARRA II osasun-zentroa

Burgos kalea 23
Telefonoa: 945 00 68 50

LAKUA-ARRIAGAKO osasun-zentroa

Frantzisko Xabier Landaburu kalea z.g.
Telefonoa: 945 17 19 06

ZARAMAGAKO osasun-zentroa

Azazeta Mendatearen kalea 2
Telefonoa: 945 00 67 90

ABETXUKUKO osasun-zentroa

Kristo kalea 4
Telefonoa: 945 26 70 49

LAKUABIZKARREKO osasun-zentroa

Wellingtongo Dukearen kalea 27
Telefonoa: 945 00 68 00

ARANBIZKARRA I osasun-zentroa

Sierras Alavesas kalea 20
Telefonoa: 945 00 68 40

SAN MARTINEKO osasun-zentroa

Teodoro Dublang Margolariaren kalea 23
Telefonoa: 945 00 66 00

ALDE ZAHARREKO osasun-zentroa

Hedegile kalea 108
Telefonoa: 945 00 67 95

ONARRIZKO GIZARTE-ZERBITZUEN KONTAKTUA. GASTEIZKO UDALA

ABETXUKUKO gizarte-etxea

Kooperatiba plaza 8
Telefonoa: 945 16 26 57

ARANAKO gizarte-etxea

Aragoi kalea 7
Telefonoa: 945 16 17 35

ARRIAGAKO gizarte-etxea

Frantzisko Xabier Landaburu kalea 9-A
Telefonoa: 945 16 17 74

EL PILARREKO gizarte-etxea

Konstituzio plaza 5
Telefonoa: 945 16 12 80

IBAIONDOKO gizarte-etxea

Landaberde kalea 31
Telefonoa: 945 16 18 15

IPARRALDE gizarte-etxea

Judimendi hiribidea 26
Telefonoa: 945 16 17 39

SALBURUKO gizarte-etxea

Bratislava hiribidea 2
Telefonoa: 945 16 16 39

ALDABEKO gizarte-etxea

Arriagako atea 1A
Telefonoa: 945 16 19 19

ARIZNABARREKO gizarte-etxea

Ariznabarra kalea 19
Telefonoa: 945 16 26 51

LANDATXOKO gizarte-etxea

Santa Maria kalea 4
Telefonoa: 945 16 16 82

HEGOALDE gizarte-etxea

Alberto Schommer kalea 10

Telefonoa: 945 16 18 77

IPARRALDE gizarte-etxea

Zuberoa plaza 1

Telefonoa: 945 16 17 41

LAKUAKO gizarte-etxea

Etzanobetarren zidorra 2

Telefonoa: 945 16 26 34

ZABALGANeko gizarte-etxea

Juan Gris kalea 2

Telefonoa: 945 16 16 29

**GIZARTE-LARRIALDIETARAKO UDAL-ZERBITZUA (GLUZ).
GASTEIZKO UDALA**

Gizarte Larrialdietarako Zentroa

San Antonio kalea 10

Telefonoa: 945 13 44 44

Horario: de 8:00-22:00