

Drogen gehiegizko erabilerari aurre egiteak, bai eta sare sozialen erabilerarekin eta jokoarekin lotutako jokabide desegokiak saihesteak ere, ekimen antolatu bat eskatzen du, non udal sektore guztiek parte hartuko duten. Helburu horrekin, Sestaoko Udalak EDEX Fundazioa kontratatu du, 2020ko urtarrillaren eta 2022ko abenduaren artean gure gizarte-bizitzaren esparru orotan –familian, ikastetxean, herrian– eragiteko abiaraziko diren ekimenak sustatzeko.

## Familiei begirako ekimenak

Familia oinarritzko zutabea da haur eta gazteen garapen osasungarrirako. Programa honen barruan, zenbait jarduera dinamizatuko ditugu familiak informatu eta haiei prestakuntza emateko:

- 1 Lehen Hezkuntzako familiei zuzendutako irakurketa- eta gogoeta-materialak banatzea:** herriko familia guztiek eskura izango dute honako gida hau: “10 urrats: Ohitura osasungarriak lantzen, seme-alabak hezi”.
- 2 Bigarren Hezkuntzako familiei zuzendutako irakurketa- eta gogoeta-materialak banatzea:** udalerriko familien eskura jarriko dugu honako eskuliburu hau: “Drogak – Gurasoentzako gidaliburu”.
- 3 Gurasoentzako prestakuntza:** aurrez aurreko 3 saio eskainiko ditugu. Bertan, gurasoek gurasotasun positiboari lotutako gaitasunetan sakondu ahalko dute, neska-mutil eta nerabe osasuntsuak hezteko eta drogen abusua eta beste arrisku-jarrerara batzuk prebenitzeko formula gisa.
- 4 Aitona-amonekin hitz egitea:** saio bat dinamizatuko dugu, non adinekoek beren bilobekiko duten prebentzio-potentziala eta gai horri lotutako beste eduki batzuk landuko baitira.

## Herriari begirako ekimenak

Herritarrek parte-hartze zuzena izan behar dute prebentzioa helburu duten ekimenak garatzeko orduan; hori da, hain zuzen ere, programa honen arrakastaren gakoetako bat. Horretarako, ekintza hauek egingo ditugu:

- 1 Prebentzio-kultura hedatzea:** prebentzio-materialak banatzea nerabeak eta gazteak normalean egoten diren udal-espazioetan; alkohola, tabakoa, kalamua eta Interneteko abusuarekin lotutako zenbait arrisku nabarmenduko dira.
- 2 Gizarte-eragileen sentsibilizazioa:** bertaratutakoen esku jarriko ditugu sareko lanari lotutako esku-hartze tresnak, droga-abusuen eta beste arrisku-jarrera batzuen prebentzio komunitarioa egiteko.

## Ikastetxeei begirako ekimenak

Batetik, lau prebentzio-programa aurkeztuko ditugu udal ikastetxeetan, haien eskura jarriko ditugunak –horietako bi, Lehen Hezkuntzarako dira, eta beste biak, Bigarren Hezkuntzarako–; bestetik, irakasleen prestakuntzarako bi saio antolatuko ditugu:

- 1 Solas egiteko ipuinak:** Programa hau Lehen Hezkuntzako lehen ziklorako pentsatuta dago, eta, horrenbestez, 6 eta 7 urte bitarteko haurren osasun-heziketa sustatzean du; horretarako, animazio-bilduma bat eskainiko da, bai eta hura egoki erabiltzeko eskuliburu ere.
- 2 Osasunkume:** Programa hau Lehen Hezkuntzako bigarren eta hirugarren zikloetarako pentsatuta dago, hau da, 8 eta 11 urte bitarteko haurrentzat. Antzeko edukiak lantzea proposatzen du, baina, kasu honetan, 4 kromo-albumetan jasotzen diren istorioak ardatz hartuta.
- 3 Unplugged:** Programa hau Bigarren Hezkuntzako 13-14 bitarteko gaztetxoentzat pentsatuta dago, eta Europa mailako proiektu baten emaitza da, eta alkohol eta kanabis kontsumoa gutxitzeko eraginkorra dela erakutsi du.
- 4 Zintzo-Mintzo, serio hartu beharreko proposamena:** Programa hau Bigarren Hezkuntzako bigarren zikloko ikasleentzat pentsatuta dago, hau da, 15-16 urte bitarteko gazteentzat, eta haren helburua da alkohola-ren gehiegizko kontsumoa saihestea da.
- 5 Irakasleen prestakuntza, aurrez aurrekoa zein online egindakoa:** 5 orduko tailer batek eta 50 orduko online-ikastaro batek, “Prebentzioa, pertsonen P-arekin” izenburukoak, aukera eskainiko dute heziketa prebentibo eta eraginkor baterako gakoak partekatze.

## Parte hartzeko gonbidapena

Programa hau Sestaoko herritar guztientzat eta gizarte-ekintza, osasun, kirol, gazte-dinamizazio, hezkuntza eta abarren alorretan lanean diharduten gizarte-erakundeentzat interesgarria izatea espero dugu. Proposatutako ekimenetan parte hartzera animatu nahi zaituztegu; denak izango dira irekiak eta doakoak. Prozesuaren amaieran, Sestaoko Adikzioen udal-plana osatuko da.

## Kontaktua

Fundación EDEX

edex@edex.es

944 425 784

Kudeatzeko

fundación  
**edex**

# Programa Municipal de Prevención de Adicciones

Sestao 2020-2022



**S** Sestao ondo

EMAKUMEEN AURKAKO  
INDARKERIARI EZ  
NO A LA VIOLENCIA  
CONTRA LAS MUJERES

La prevención del abuso de drogas, así como de las conductas de riesgo relacionadas con las redes sociales y el juego, requieren actuaciones diversas y entrelazadas en las que participen los diversos sectores de nuestra comunidad. Con esta intención, el Ayuntamiento de Sestao ha contratado a Fundación EDEX para impulsar entre enero de 2020 y diciembre de 2022 una batería de acciones en los distintos ámbitos de nuestra vida social: familia, comunidad y escuela.

## Iniciativas dirigidas a las familias

Las familias son un pilar básico del desarrollo saludable de la infancia y la adolescencia. En el marco de este programa dinamizaremos diversas acciones informativas y formativas:

- 1 Distribución de material de lectura y reflexión para familias de Primaria:** pondremos a disposición de las familias del municipio la guía titulada "10 pasos para educar a sus hijas e hijos en hábitos saludables".
- 2 Distribución de material de lectura y reflexión para familias de Secundaria:** pondremos a disposición de las familias del municipio la guía titulada "Drogas – Guía para padres y madres".
- 3 Formación de padres y madres:** ofreceremos 3 sesiones presenciales en las que padres y madres podrán profundizar en las habilidades relacionadas con la parentalidad positiva como fórmula para educar niñas, niños y adolescentes saludables, y prevenir el abuso de drogas y otras conductas de riesgo.
- 4 Conversación con abuelas y abuelos:** dinamizaremos una sesión en la que abordaremos el potencial preventivo de las personas mayores con respecto a sus nietas y nietos, así como otros contenidos de interés relacionados con la materia.

## Iniciativas dirigidas a la comunidad

La participación de ciudadanas y ciudadanos en el desarrollo de acciones preventivas es uno de los elementos básicos de su éxito. Para ello desarrollaremos las acciones siguientes:

- 1 Difusión de la cultura preventiva:** distribución de materiales preventivos en espacios del municipio frecuentados por adolescentes y jóvenes, con acento en el alcohol, el tabaco, el cannabis y algunos de los riesgos relacionados con el abuso de internet.
- 2 Sensibilización de agentes sociales:** poniendo a su disposición herramientas de intervención relacionadas con el trabajo en red para la prevención comunitaria del abuso de drogas y otras conductas de riesgo.

## Iniciativas dirigidas a la escuela

Presentaremos a los centros educativos cuatro programas preventivos que serán puestos a su disposición: dos para Primaria y otros dos para Secundaria, así como dos propuestas de formación del profesorado:

- 1 Cuentos para conversar:** programa para el primer ciclo de Educación Primaria, que promueve la educación para la salud de niñas y niños de 6 y 7 años a partir del uso educativo de una colección de animaciones y la correspondiente guía de uso.
- 2 Osasunkume:** programa para los ciclos 2º y 3º de Educación Primaria, que propone similares contenidos al alumnado de 8 a 11 años de edad, en esta ocasión a través de historias recogidas en 4 álbumes de cromos.
- 3 Unplugged:** programa para el primer ciclo de Educación Secundaria dirigido a alumnado de 13-14 años, resultado de un proyecto europeo que confirmó su eficacia para reducir el abuso de alcohol y cannabis.
- 4 Retomemos, una propuesta para tomar en serio:** programa para el segundo ciclo de Educación Secundaria, dirigido a alumnado de 15-16 años, centrado en la prevención del abuso de alcohol.
- 5 Formación presencial y online del profesorado:** un taller de 5 horas, así como un curso online de 50 horas titulado "Prevención con P de personas", permitirán compartir las claves de una prevención educativa eficaz.

## Una invitación a colaborar

Confiamos en que este Programa sea de interés para las ciudadanas y los ciudadanos de nuestro municipio, así como para las organizaciones sociales relacionadas con la acción social, la salud, el deporte, el desarrollo juvenil, la educación, etc. Y animamos a todas las personas a participar en las iniciativas que se proponen, todas ellas de carácter abierto y gratuito. Un proceso que culminará con la elaboración del Plan Local sobre Adicciones de Sestao.

## Contacto

Fundación EDEX

edex@edex.es

944 425 784

Gestiona



# Mendekotasune

## Aurre Egiteko Udalaren Programa

Sestao 2020-2022



 **Sestao ondo**

 **EMAKUMEEN AURKAKO  
INDARKERIARI EZ**  
NO A LA VIOLENCIA  
CONTRA LAS MUJERES