

Familia agurgarriak,

Egun gutxi barru, San Tomas ospatuko dugu eta Gabonetako jaiei hasiera emango diegu. Horretaz jabetuta, Irungo Udaleko Gizarte Ongizateko Arloko Esku-hartze Komunitarioko Zerbitzuko Prebentzio Taldeak gogorarazi nahi dizue gizarte osoak duela erantzukizuna nerabeen alkohol kontsumoan, bereziki hain egun seinalatuetan.

Adingabeen artean ezin da kontsumo arduratsuz hitz egin, jokabide arduratsu bakarra alkoholik ez edatea delako, eta heldu gisa ematen diegun adibidea da ekintza prebentiboena. Gainera, komeni da familiek arau eta muga argiak ezartzea alkoholaren erabilerari dagokionez, substantzia horrek osasunean eragiten duen kalteagatik. Lehenengo araua adingabeen kasuan alkohola edateko, saltzeko eta erosteko berariazko debekua da, legean jasota dagoena.

Hona hemen gure esku dauden beste ekintza batzuk, gure seme-alabak babesteko:

- Etxera itzultzeko ordubete finkatu.
- Ateratzen direnean dirua erabiltzea.
- Haiekiko lotura afektibo eustea: aisialdiko uneak partekatzea, laguntza ematea, hitz egitea eta entzutea.
- Aisialdiko jarduera positiboetan parte har dezaten sustatzea.
- Txikitatik irakatsi EZ esaten eta ezberdin sentitzeko beldurrez taldean senti ditzaketen presioetatik defendatzen.

Alkoholaren eta beste substantzia batzuen kontsumoari buruzko egiazko informazioa – baita teknologia berrien abusuari buruzkoa ere – aliatu garrantzitsua da, eta, horregatik, iturri fidagarri eta aditueta jotzea gomendatzen da, hala nola osasun eta prebentzio profesioaletara.

Gure nerabeek alkoholik gabeko jaiez gozatzea espero dugu. Udaleko prebentzio-taldeak lanean jarraituko du gure programetan, zuen eta komunitateko beste eragile batzuen lankidetzarekin.

Agur bero bat,

Estimadas familias,

En unos días, estaremos celebrando Santo Tomas e iniciando las fiestas de Navidad. Conscientes de ello, el equipo de Prevención del servicio de Intervención Comunitaria del Área de Bienestar Social del Ayuntamiento de Irun, quiere recordaros la responsabilidad que tenemos toda la sociedad en el consumo de alcohol por parte de los y las adolescentes, especialmente en fechas tan señaladas.

Entre menores de edad no se puede hablar de consumo responsable porque la única conducta responsable es no beber alcohol, y el ejemplo que les damos como adultos es la acción más preventiva. Conviene, además, que las familias establezcan normas y límites claros en relación al uso del alcohol por el daño que esta sustancia produce en la salud. La primera norma es la prohibición expresa de beber, vender y comprar alcohol en el caso de menores, que aparece recogida en la ley.

Otras acciones que están en nuestras manos para proteger a nuestros hijos e hijas son las siguientes:

- Fijar una hora de regreso a casa.
- El manejo de dinero cuando salen.
- Mantener los vínculos afectivos con ellos: compartir momentos de ocio, darles apoyo, hablar y escucharles.
- Fomentar que participen en actividades positivas de tiempo libre.
- Enseñarles desde pequeños a decir NO y a defenderse de las presiones que puedan sentir en el grupo por miedo a sentirse diferentes.

La información veraz sobre el consumo de alcohol y otras sustancias -también sobre el abuso de las nuevas tecnologías- es un aliado importante y, por eso, se recomienda acudir a fuentes fiables y expertas como son los profesionales sanitarios y de prevención.

Esperamos que nuestros y nuestras adolescentes disfruten de unas fiestas sin alcohol. Desde el equipo de prevención municipal seguiremos trabajando en nuestros programas con vuestra colaboración y con la de otros agentes de la comunidad.

Un saludo,

Irun, 2024ko abenduaren 10an

Irun, a 10 de diciembre de 2024



Stua. / Fdo.: Sandra Caballero Seijo
Gizarte Ongizteko Ordezkarria
Delegada de Bienestar Social

**JARRI
FRENOA
ALKOHOLARI**
Guztion ardura da

**PON
FRENO
AL ALCOHOL**
Es responsabilidad de todos/as

Debekatuta dago 18 urtetik beherakoek edari alkoholdunak kontsumitzea.
Alkohol kontsumo segurua ez da existitzen.

El consumo de bebidas alcohólicas por menores de 18 años está prohibido.
No existe un consumo seguro de alcohol.

Ayuntamiento Udala **irun** www.irun.org

ELIUNO JUMUNAKERTZA EKOIZPEN BARRIO