



AYUDA Y PREVENCIÓN DE LA LUDOPATÍA EN NAVARRA
LUDOPATIAREN LAGUNTZA ETA PREBENTZIOA NAFARROAN

Asociación Aralar Elkarte

Jardueren memoria 2024



Aurkibidea

- 5 — Aurkezpena
- 8 — Lantaldea
Esker onak
- 10 — Zer da
Aralar Elkarte?
- 12 — Psikologia arloa
- 14 — Lan-ildoak
 - 16 — 1. Joko patologikoko arazoak dituzten pertsonak eta haien familiak laguntzea
 - 18 — 2. Prebentzioari buruzko prestakuntza
 - 19 — 3. Sentsibilizazioa eta informazioa
 - 22 — 4. Eragin politikoa eta ezagutza sortzea
- 29 — Aralarrek egindako
lanaren ebaluazioa
- 30 — Datu ekonomikoak

“Aurtengo mugarri garrantzitsuenetako bat Nafarroako Jokoaren Araudiaren onartze prozesuan izan dugun parte hartze aktiboa izan da. Tresna hori funtsezkoa da ausazko jokoak herritarrengan dituen eragin negatiboak prebenitu eta kontrolatzeko neurriak indartzeko”.



Aurkezpena

2 024an, Aralar Elkarteak Nafarroan joko patologikoaren arloan arreta ematen, prebenitzen eta sentsibilizatzen jarraitu du.

Hainbat erakunderi eta entitate publiko eta pribatuen laguntzari esker, gure zerbitzuak indartzea, arretaren kalitatea hobetzea eta Foru Erkidegoan ludopatiaren aurkako borrokan erreferente gisa kontsolidatzea lortu dugu.

Aurtengo mugarririk garrantzitsuenetako bat Nafarroako Jokoaren Araudiaren onartze prozesuan izan dugun parte hartze aktiboa izan da. Tresna hori funtsezkoa da ausazko jokoak herritarrengan dituen eragin negatiboak prebenitu eta kontrolatzeko neurriak indartzeko. Nafarroako Jokoaren Kontseiluan izan dugun inplikazioaren, aurkeztu ditugun alegazioen eta erakundeen ordezkariekin egindako bileren bidez, ludopatia duten pertsonen zuzenean eragiten dieten araudiaren alderdiak hobetzen lagundu dugu, besteak beste, autodebekua egin dutenei joko-lokaletarako sarbidea kontrolatzea. Aralarren aldarrikapen historikoa da hori, 2025aren hastapenetan, aipatutako araudia indarrean sartzen denean, errealitate bihurtuko dena.

Jakina, hala ere, badago zer hobetu, esate baterako, txanpon-makinak kontrol orotik at geratzen dira, joko-lokaletan edari alkoholikoak ematen jarraituko da eta jokoari buruzko publizitatea, muga jakin batzuekin bada ere, baimenduta dago, alkoholarena eta tabakoarena ez bezala. Hori dela eta, etorkizunean araudia gai horietara hedada lan egiten jarraituko dugu.

Nafarroako Gobernuak, Osasun Departamentuaren bitartez, emandako babesak gure lana ahalbidetu du, gure jarduera batzuk finantzatu ditu eta. Halaber,

Iruñeko Udalaren, Eguesibarko Udalaren eta La Caixa Fundazioaren laguntza ere izan dugu, arreta psikologikoko, sentsibilizazioko eta prebentzioko programak finantzatzen lagundu baitute. Kide garen sareak ere –Pobreziaren eta Gizarte Bazterketaren kontrako Nafarroako Sarea, maila autonomikoan, eta FEJAR eta UNAD estatu-mailan– funtsezko aliatuak izan dira, lan-foroetan eta politika publikoen sortze-prozesuetan parte hartzea ahalbidetu dute eta.

Arretari dagokionez, gure zerbitzuak indartu ditugu, psikologiako lantaldean kide berri bat hartuz. Horri esker, kasu berriak tratatzen hasteko itxaron-denbora lau hilabetetatik batera murriztu da. Guztira, joko-arazoak dituzten 121 lagun artatu dira, bai eta haien senideak eta laguntzaileak ere, 254 guztira, banan-banako eta taldeko laguntzan oinarritutako esku-hartze eredu batekin.

Informazio- eta orientazio-zerbitzuak 150 laguntza-eskabidetik gora erregistratu ditu, eta kontsultak bideratu eta aholkularitza eskaini zaie osasuneko, gizarte-zerbitzuetako eta hezkuntzako profesionali. Gainera, prestakuntzaren eta prebentzioaren arloan, kolektibo zaugarriari, ikasleei eta profesionali bideratutako tailerrak egin ditugu, joko patologikoa detektatzeko eta hari heltzeko tresnak emateko. Ildo horretan, Nafarroako Gazteriaren Institutuarekin eta Nafarroako Kirolaren Institutuarekin elkarlanean aritu gara gazteei eta kirolariei zuzendutako prebentziorako estrategiak garatzeko, kolektibo hori kirol-apustuekiko bereziki zaugarria baita.

dSentsibilizazioa gure esku-hartzearen beste zutoin bat izan da. Komunikabideetan eta sare sozialetan dugun presentzia indartu dugu; hain zuzen ere, 50 agerraldi lortu ditugu prentsan, telebistan

Nafarroan ludopatiaren arloko arretan eta prebentzioan erreferente gisa kontsolidatzea lortu dugu. Babesa ematen diguten erakundeei eta gure lantaldearen eta boluntarioen dedikazioari esker, kaltetutako pertsonen bizi-kalitatea hobetzeko konpromisoan aurrera egiten, prebentzioa sustatzen eta gizarteak problematika honi buruzko informazio gehiago eta sentibiltate handiagoa izan dezan laguntzen jarraitzen dugu.



eta irratian, eta interakzio digitala ere nabarmen areagotu egin da, gure webgunean 120.000 inpresio baino gehiago egin dira eta. Otsailaren 17an Joko Arduratsuaren Eguna ospatzea eta Iruñeko FEJARen Urteko Kongresuan parte hartzea une erabakigarriak izan dira Nafarroako ausazko jokoaren problematika ikusarazteko.

Erakundeen arteko lankidetzaren esparruan, osasunaren eta gizarte-zerbitzuen arloetako erakundeekin estuki lan egin dugu, ludopatiaren eta osasun mentalaren arteko loturari buruzko ikerketa-azterlanetan parte hartuz, bai eta gazteen artean joko problematikoa eta kirol-apustuak prebenitzeko ekimenetan ere. Horrez gain, Adikzioaren Foru Plan berriaren prestalanetan lagundu dugu, joko-arazoak dituzten pertsonen premiak politika publikoetan

kontuan hartuko direla ziurtatzeko.

Gure boluntario-kopurua ere handitu egin da, eta inplikazio handiagoa lortu da arretan, laguntza terapeutikoan eta gure jardueren hedatzean. Aralarren Lagunak babes-sarea ere handitu egin da, eta, horrela, elkartean prozesua osatu duten pertsonak lotura izaten jarraitzea eta gizarte-sentsibilizazioan laguntzea ahalbidetu da.

Ausazko jokoa eta apustuak osasun publikoan erronka diren testuinguru honetan, Aralarrek egiten duen lana Nafarroan ludopatia artatzeko eta prebenitzeko erreferente gisa kontsolidatu da. Babesa ematen diguten erakundeei eta gure lantaldearen eta boluntarioen dedikazioari esker, kaltetutako pertsonen bizi-kalitatea hobetzeko konpromisoan aurrera egiten, prebentzioa sustatzen

eta gizarteak problematika honi buruzko informazio gehiago eta sentsibilitate handiagoa izan dezan laguntzen jarraitzen dugu.

Ildo horretan, bi erronka handi ditugu: gure gizartean joko "normalizatzearen" aurka borrokatzea eta ludopatia duten pertsonen estigmaren kontra borrokatzea.

2025ean ere lan egiten jarraituko dugu, eta aurreratzen dizuegu anbizio handiko helburuak ditugula aurretik:

lantaldea indartzen jarraituko dugu, prestatuagoa dagoen lokal handiago batera aldatuko gara eta datozen urteetarako proiektu berriak taxutuko ditugu, 2025-2028 Plan Estrategiko berria prestatzen dugunean identifikatuko ditugun premietara egokituta.

Lagunduko diguzula espero dugu!

Aralar Elkarteko zuzendaritza-batzordea



Lantaldea eta kolaborazioak

Zuzendaritza-batzordea (2024)

Lehendakaria: Raquel Pardo del Burgo

Lehendakariordea: José Miguel Fernández Larraburu

Idazkaria: Manuel Buzón Fuentes

Diruzaina: Inmaculada Amadoz Pérez

Batzordekideak: José Luis J.

Marisa L.

Isaac B.

Ordezko batzordekideak:

David Y.

Elena Z.

Teknikariak

Amaia Amatriain (Psikologoa)

Saioa Yeregui (Psikologoa)

Inés Murie (Psikologoa)

Teresa Burgui (Koordinatzailea)

Voluntariado.

2024an, harrerako begirale gisa laguntzen duten pertsonak izan dira: José Antonio S., Nieves E., Manuel B., Iker E., Gloria M., José Luis J., Ismael C., Ibai U., Helen Z. eta Iosu O. Horiez gain, sei pertsonak Aralarri hainbat jardueratan laguntzen diote.

Kolaborazioak

Aurten bereziki eskertu nahi dugu honako hauen lankidetzaz eskuzabala:

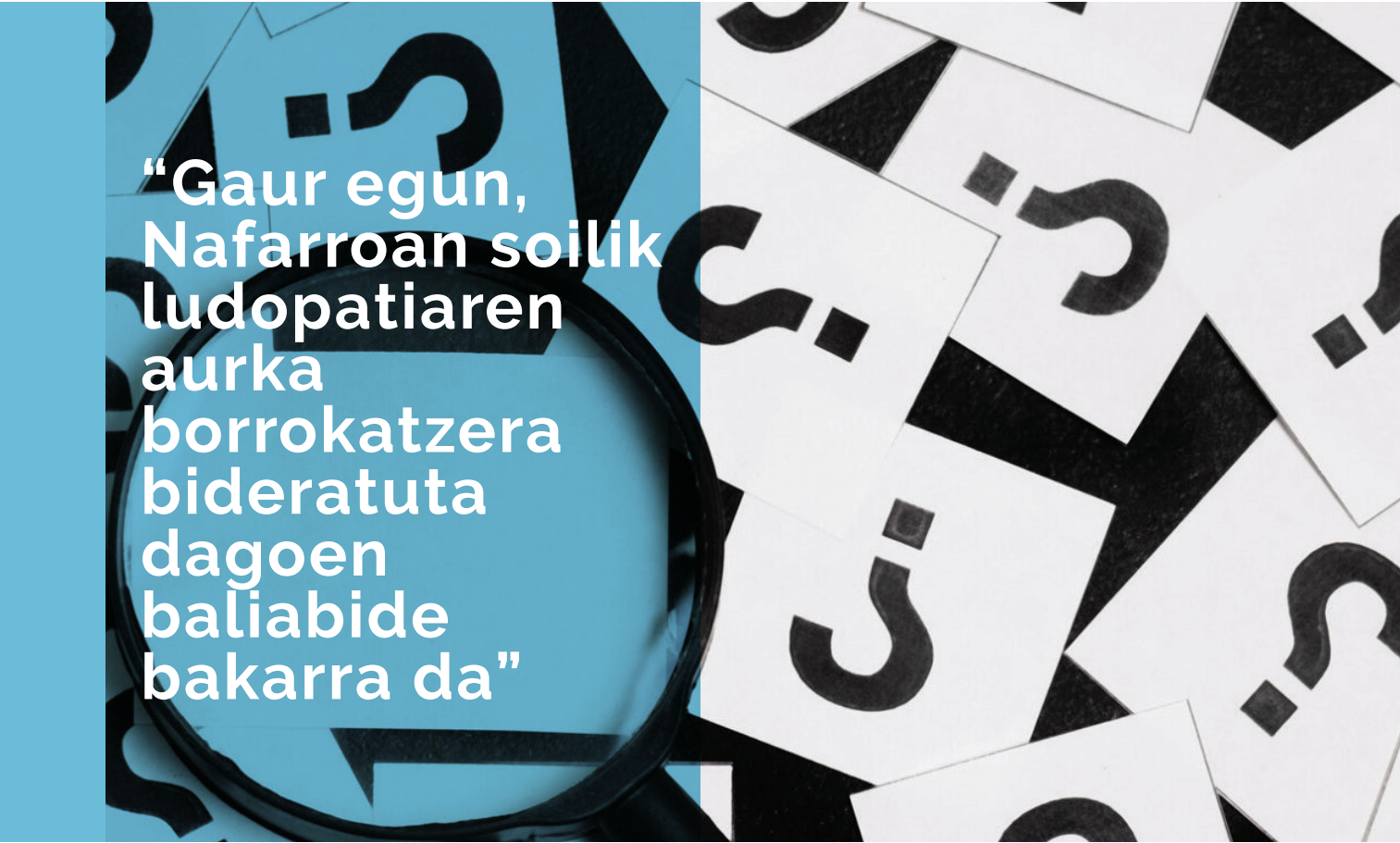
- **Ingeniería sin Fronteras**, , egoitza berrirako proiektu teknikoa egiten laguntzeagatik.
- **Iribarren Abogados**, erabiltzaileek abusuzko interesak dituzten kreditu azkarrei buruz egindako kontsultei erantzuteagatik.
- **Escuela Navarra de Teatro**, Nafarroan Pobreziaren eta Gizarte Bazterketaren kontra Borrokatzeko Sarearen bidez aisialdi osasungarriko programarako ematen dizkigun sarrerengatik.
- **Flamenco on Fire jaialdiaren antolatzaileak**, aisialdi osasungarriko programari egindako ekarpenagatik.
- **AGAO**, Aralarko pertsonentzat sarrera batzuk gordetzeagatik bere muntaketetan.
- **Javier Angulo**, ohitura osasungarrien eta norberaren zaintzaren tailerlean eskuzabaltasunez parte hartzeagatik.



Zer da Aralar Elkarteak?

ARALAR elkarteak irabazi-asmorik gabeko erakunde bat da, 1996an joko-arazoak zituzten gizon-emakumeen talde batek eta haien familiek Nafarroan sortua, ausazko jokoekiko adizioaren aurka elkarrekin borrokatzeko helburuarekin.

Gaur egun, Nafarroan soilik ludopatiaren aurka borrokatzera bideratuta dagoen baliabide bakarra da.

A magnifying glass is positioned over a collage of question marks. The question marks are scattered across a background of blue and white. The magnifying glass is focused on a question mark in the center, which is slightly larger and more prominent than the others. The text is overlaid on the left side of the image, partially overlapping the magnifying glass.

“Gaur egun,
Nafarroan soilik
ludopatiaren
aurka
borrokatzera
bideratuta
dagoen
baliabide
bakarra da”



Zer da ludopatia?

Jokabidezko edo substantziarik gabeko adikzio bat da, jasaten duen pertsonari kalte eta/edo ondoez kliniko nabarmena eragiten diona.

Norberaren jokabidearen gaineko kontrola galtzen da, eta jasaten duen pertsonak ezin dio jokatzeari utzi, horrek bere bizitzako esparru desberdinetan ondorio negatiboak eragin arren: ekonomikoak, familiarrak, psikologikoak eta laboralak.

Gaixotasun bat da eta hala aitortu zen ofizialki 1980an. Gaur egun, Gaixotasun Mentalen Diagnostiko eta Estatistikako Eskuliburuan (DSM-5) substantziarik gabeko adikzio gisa jasotzen da. Eskuliburu hori osasun mentaleko askotariko esparruetako nazioarteko adituek egin zuten, eta mundu osoko mediku eta ikertzaileek erabiltzen dute gaixotasun mentalak diagnostikatu eta sailkatzeko.

Psikologia arloan



Joko-arazo batek harrapatuta zaituenean laguntza eskatzea ozeano ekaiztsu baten erdian egotea bezalakoa da. Imajinatu itsasontzi batean zaudela, hasiera batean sendoa eta ongi eraikia zirudiena, ur lasaietan barrena noraezean nabigatzen ari dena. Jokoa, haren hastapenetan, abentura gisa sentitzen da, emozio-eta dibertsio-irila berriak esploratzeko modu bat bailitzan. Alabaina, denborarekin, itsasoa nahasten hasten da. Haizea altxatzen da, olatuak gero eta handiagoak dira, eta itsasontzia hondoratzen eta kontrolik gabe mugitzen hasten da. Lehen paseo lasaia zena oreka mantentzeko borroka bihurtzen da, eta berehala ohartzen zara lemak ez duela lehen bezala erantzuten.

Jokoarekiko adikzio oro, hastapenetan, jokabide kaltegabe gisa bizitzen da. Jokatzeko duzu, dibertitzen zara eta ez duzu ondorio negatiborik eragiten, baina berehala indar suntsitzailerik bihurtzen da, itsasontziaren gain, zure bizitza ere arriskuan jartzen duena. Apustuak, galerak, beste behin jokatzeko beharrak, kostaldea, segurtasuna ematen zekizukeen lur irmo hori, begien bistatik galtzea eragiten duen zurrumbilo batera eramaten zaituzte. Olatuen mende zaudela sentitzen duzu, lurrera nola itzuli ez dakizula.

Laguntza eskatzea urrunean itsasargi bat begiztatzea bezala da, iluntasunaren erdian dagoen argi bat. Irteera bat egon badagoela adierazten duen seinale bat, segurtasunera itzultzeko bidea

aurkitzea ahalbidetuko dizun gida bat. Kasu horretan, itsasargiak laguntza emango dizuten pertsonak dira. Haien kostaldean daude, ekaitzetik urrun. Portu seguru batera nola iritsi eta itsasontzia jitoan mugitu ez dadin haize-oihalak nola doitu ulertzen lagundu ahal dizutenak, baina zu zeu zara hortik atera daitekeen bakarra.

Hasieran, baliteke zaila izatea onartzea ezin duzula ekaitzetik zure kabuz irten. Harrotasuna, lotsa eta epaitua izateko beldurra olaturik altuenak bezalakoak izan daitezke, atzerantz bultzatzen baitzaituzte. Baina, iparrorratzik edo maparik gabe itsasoan barrena nabigatu ezin duela badakien marinela moduan, zuk ere kanpoko laguntza hori behar duzu zure norabidea zuzentzeko. Laguntza ez da ahultasun-seinale bat, jakinduria-seinale bat baino, eskarmenturik handiena duen marinela ere iluntasunean gidatuko duen itsasargi bat behar duela oroitaraziko dizuna.

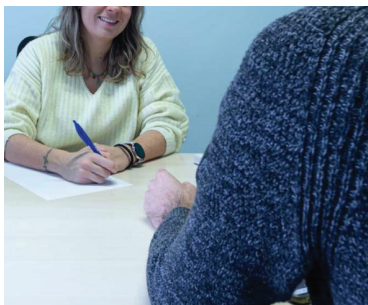
Denborarekin, itsasoa baretzen hasiko da. Olatuak jada ez dira hain bortitzak izango eta haizeak ez du hain indar handiarekin joko. Ez da bidaia erraza izango, baina pauso bakoitzean itsasertzetik gertuago egongo zara, ekaitza atzean utzi eta bakea aurkitu ahal izango duzun tokira hurbilduko zara. Laguntza eskatzean, jokoa itsasoan galdutako pertsona bat izateari utzi eta zure bizitza berreraikitzen hasteko lehen urratsa ematen duzu. Bidaia horrek merezi duela ziurtatzen dizut.



“Laguntza eskatzea urrunean itsasargi bat begiztatzea bezala da, iluntasunaren erdian dagoen argi bat. Irteera bat egon badagoela adierazten duen seinale bat, segurtasunera itzultzeko bidea aurkitzea ahalbidetuko dizun gida bat.

Laguntza ez da ahultasun-seinale bat, jakinduria-seinale bat baino, eskarmenturik handiena duen marinelak ere iluntasunean gidatuko duen itsasargi bat behar duela oroitaraziko dizuna”.

Lan-ildoak



1 JOKO PATOLOGIKOKO
ARAZOAK DITUZTEN
PERTSONAK ETA
HAIEN FAMILIAK
LAGUNTZA

2 PREBENTZIOARI
BURUZKO
PRESTAKUNTZA

3 SENTSIBILIZAZIOA
ETA INFORMAZIOA

BANAN BANAKO
LAGUNTZA

FAMILIEI

ARRETA, INFORMAZIOA ETA
ORIENTAZIOA EMATEKO
ZERBITZUA

TALDEKAKO TERAPIA

GAZTEEI

SARE SOZIALAK ETA
WEBGUNEA

ZERBITZU
OSAGARRIAK

PROFESIONALEI

SENSIBILIZAZIO-
KANPAINAK

KOMUNIKABIDEAK



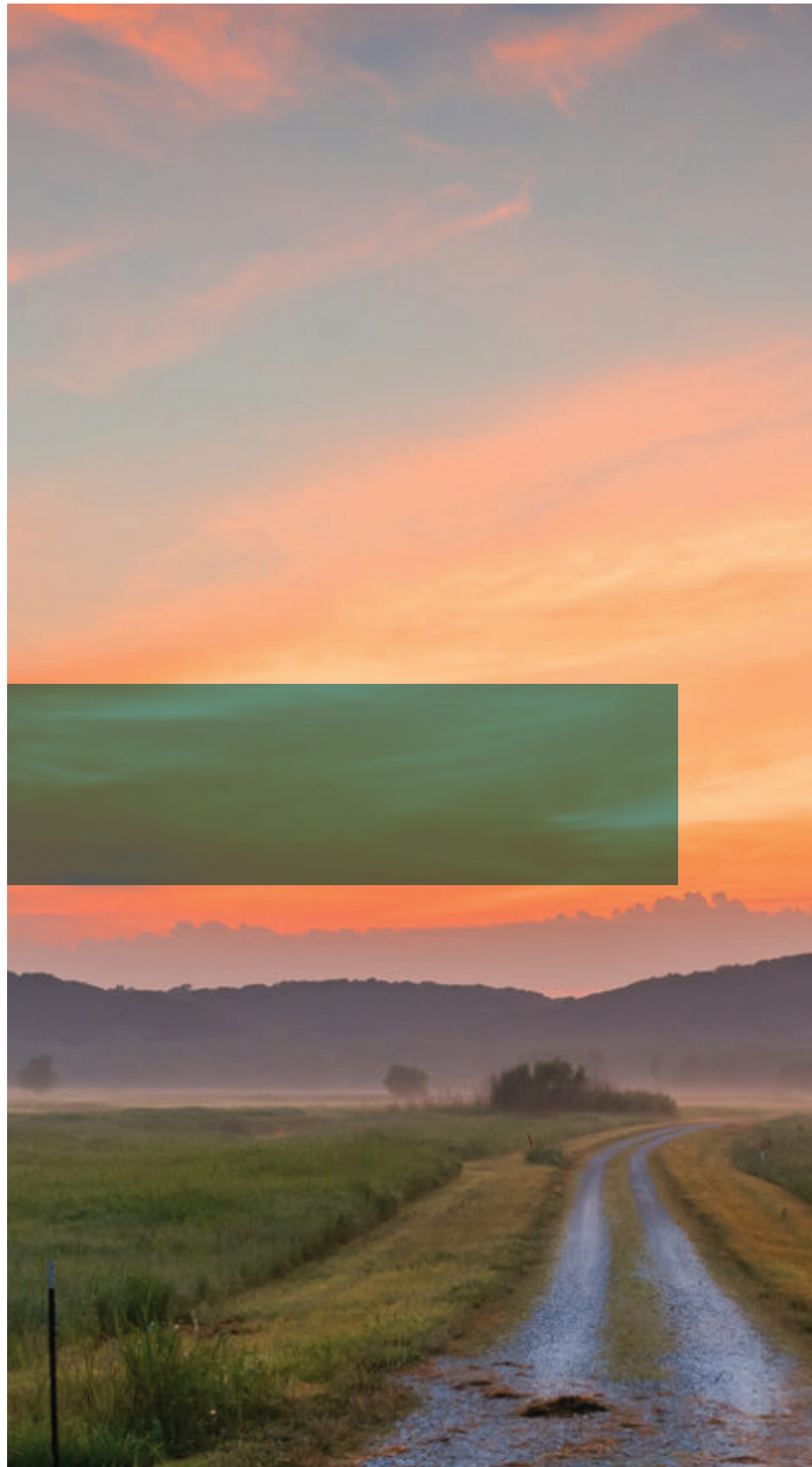
4

ERAGIN POLITIKOA ETA EZAGUTZA SORTZEA

SAREAK

HARREMANA
ERAKUNDEEKIN

IKERKETA





1

Joko patologikoko arazoak dituzten pertsonak eta haien familiak laguntzea

Hori da Aralarren helburu nagusia eta ahalegin guztia datozen urteetan. horretan kontzentratuko dugu gure

2024an...

2024an, jokoarekiko adikzioa duten **121** lagun eta haien familiak artatu ditugu. **254** lagun dira guztira, zenbait kasutan bik egiten baitute laguntza-lana.

2024an, batez beste **70** kasu mantendu ditugu etengabe irekita.

121

LAGUN ARTATUTA

115
GIZON

6

EMAKUME

% 55AK
<35 URTE

254

LAGUN GUZTIRA

% 55ak 35 urte baino gutxiago ditu. Datu horrek azken urteotako **joera baieztatzen** du. Aralarrera eramaten dituen arazo nagusia **kirol-apustua** da. Hain zuzen ere, **kasuen % 60an**.

99 harrera programatu dira, **210** lagunek parte hartu dute haietan eta **55** balorazio egin dira. Hau da, **165** saio.

99
HARRERA

BANAN BANAKO LAGUNTZA

840 saio, bi psikologoren gidaritzapean.

TALDEKAKO TERAPIA

Taldekatu terapiak astean behin egiten dira, eta banakako saioekin osatzen dira. 2024an, **193 saio** egin ziren kaltetutako pertsonekin. **Laguntza ematen duten pertsonekin eta familiekin** ere hamabost egunetik behin bilerak egiten ditugu, oso osagai garrantzitsuak baitira haien errehabilitazioan. 2024an, **36 saio** egin ziren.

ZERBITZU OSAGARRIAK

Zorrei eta maileguei buruzko aholkularitza emateko (6 lagunek eskatu dute zerbitzu hori), banku-zuzenbidean espezializatua dagoen Iribarren abokatuen bulegoarekin.

TOPAKETAK

2024an, 190 lagunek parte hartu duten hiru topaketa eta 25 lagunekin egindako jarduera bat antolatu dira.

- **Apirilak 8, 18etatik 21etara, Iruñean.** Gatazken kudeaketan, bitartekaritzan, erakunde eta ekipoetan esku-hartzean eta gatazka familiarretan eskarmentu handia duen **Maite Eraso psikoterapeutaren** laguntzarekin. **Gaia: "Laguntza eskatzen ikasten". 80 lagun bertaratu ziren.**
- **Maiatzak 22, Elkaratearen eguna.** Ollon, **Gure Sustraiak** kooperatibaren instalazioetan. **Egun osoko bizikidetzasaioa.** Aralarko psikologia-lantaldeak egindako dinamikak. **50 lagun bertaratu ziren.**
- **Abenduak 23.** Urtea ixteko hirugarren topaketa, **Civicanen** programatua. **60 lagun bertaratu ziren.**
- **Otsailak 24.** Ohitura osasungarriari buruzko jardura. Elikadura eta sasoi fisikoari buruzko lantegia, Javier Anguloren (dietista eta prestatzaile fisikoa, ohitura osasungarriari buruzko dibulgatzailea) parte-hartze desinteresatuarekin. **Martxoak 2. Ibilaldia Argatik,** berotze- eta luzatze-saio batekin, **Aralarko boluntarioaren Olga Ovelar fisioterapeutaren eskutik. 25 lagun hartu zuten parte jarduera horretan.**

840
SAIO

193
SAIO

36
SAIO FAMILIEKIN

6
KONTSULTA

215
PARTE-HARTZAILE





FAMILIEI

GAZTEEI

PROFESIONALEI

2

Prebentzioari buruzko prestakuntza

Urteak daramatzagu joko patologikoaren prebentzioan lan egiten, adikzio horrek gizartean duen inpaktua murrizteko. Profesionalak, familiak eta herritarrak trebatzen ditugu, alerta-seinaleak identifikatzen jakin dezaten eta jokoarekin jokabide problematikoak garatzea ekiditen ikas dezaten.

2024an, profesionalen eta kolektibo zaurgarrien prestakuntzari eman diegu lehentasuna.

Prebentzio-jarduerak Aralarko psikologia-lantaldeak ematen ditu, eta prestakuntzak euskaraz eta gaztelaniaz eskaintzen dira.

2024an...

2024an, **5 erakundetako 58 profesionali** eskaini zaie prestakuntza, eta **Gaztelan Fundazioko** eta **Lantxotegi Elkarteko** kolektibo zaurgarrietako **27 laguni**.

58

PROFESIONAL

5

ERAKUNDE

27

LAGUN

Kolektibo zaurgarrietako 27 lagun.

AKORDIOAK

Hitzarmen bat sinatu dugu **AgoGrados** enpresarekin ikastetxeetan prestakuntza-ekintzak egiteko. Hitzarmen horren ildoan, Atarrabiako hiru ikastetxetako 4. DBHko ikasleei (14-15 urte) zuzendutako lantegiak egin ziren. 18 saio eta 22 ordu, 132 neska eta 125 mutil trebatzeko; 257 adingabe guztira.

Nafarroako Gazteriaren Institutuarekin ere lan egin dugu, **gazteentzako escape room** bat prestatzeko eta datorren urtean Nafarroako hainbat udalerritan **gazteentzako informazio-puntuetako arduradunak** prestatzeko.

3

Sentsibilizazioa eta informazioa

ARRETA, INFORMAZIOA ETA ORIENTAZIOA EMATEKO ZERBITZUA

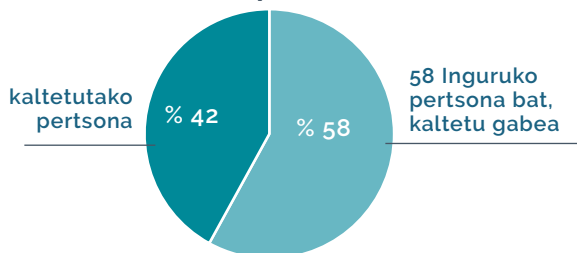
Aralarrekin izaten den lehen kontaktua da. Jendeak informazioa bilatzen du eta, batez ere, joko-arazo bati nola heldu jakiteko orientabideak. Harremanetan jartzeko modu desberdinak daude: telefonoz deitzea, whatsapp, posta elektronikoa eta egoitzan bertan artatzea.

2024an...

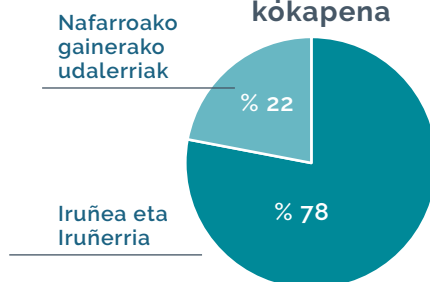
154 informazio-eskaera artatu dira, haietatik % 12 osasun-aroko, gi-zarte-zerbitzuetako edo zentro soziosanitarioetako profesionalenak izan dira.

154
ESKAERA

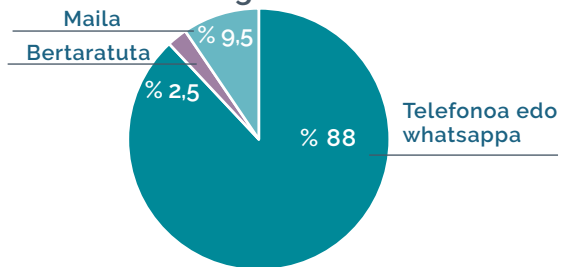
Kontsulta egiten duen pertsona



Kontsultatzen duen pertsonaren kokapena

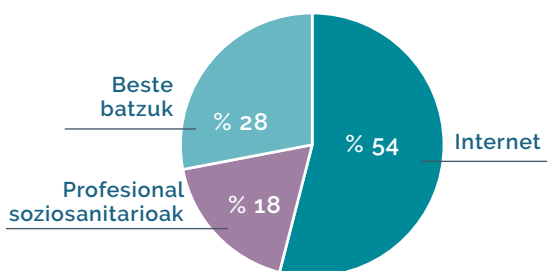


Kontsulta egiteko kanala

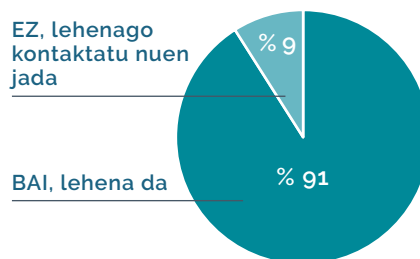


Kontsulten % 77,8 Iruñetik eta Iruñerritik egiten dira. Iruñean % 51,6 egiten dira, eta Nafarroako Iparraldea da kontsulta gutxien egiten dituen (% 4,5), hain zuzen ere han daude joko-lokal gutxien.

Nola ezagutu zuten Aralar?



Aralarrekin kontaktatzen duzun lehen aldia da?





SARE SOZIALAK

Sare sozialak hedatzerako eta sentsibilizaziorako ezinbesteko euskarria dira oraindik ere.

Haien bitartez, zer egiten dugun kontatzen dugu eta sektorearekin lotuta dauden eta guretzat interesgarriak diren informazioa partekatzen dugu: kanpainak, lekukotzak, jokoaren erregulazioarekin lotutako albisteak. Halaber, gure webgune berria iragartzeko euskarri gisa baliatu ditugu.

Berehalakotasuna, hartu-emana izateko eta erantzuteko aukera eta askotariko publikoarengana iristeko aukera dira haien abantailak. Pixkanaka-pixkanaka jarraitzaileak batzen ari zaizkigu.

■ FACEBOOK @aralarludopatianavarra

Profilak 2.224 bistaratze izan ditu. Orriak **345 jarraitzaile** ditu (% 58,80 emakumeak eta % 41,20 gizonak). **120 argitalpen eta 11 istorio** egin dira.

345
JARRAITZAILE

■ INSTAGRAM @aralar_navarra

8.100 bistaratze. 168 argitalpen egin dira (**2023an, 96 izan ziren**). Argitalpen horietatik 150 istorioak dira. Une honetan, **604 jarraitzaile** ditugu, 2023an baino 45 gehiago. % 63,2 emakumeak dira.

131
JARRAITZAILE

604
JARRAITZAILE

168
EDUKI

■ X (LEHEN TWITTER) @AralarLudopatia

485 jarraitzaile.

485
JARRAITZAILE

WEBGUNEA

<https://www.asociacionaralar.org/eu>

2024an, webguneak **120.000 inpresio** izan ditu; **18.750**.

Batez besteko interakzio-denbora 9 minutu eta 38 segundokoa izan da, batez bestekoa baino askoz handiagoa. Zerbitzuko webgune bat denez gero, uste dugu edukiak ere bilatzen direla, ez soilik harremanetan jartzeko moduak, eta, horrenbestez, denbora gehiago ematen dela bertan.

35 albiste argitaratu dira, euskaraz eta gaztelaniaz, eta **11 buletin elektronikoa** egin dira, hilero elkartearekin lotura duten **280 laguni banatzen zaizkienak** (kaltetuak, familiak, Aralarren lagunak, batzordea eta begiraleak). Astelehenetan eta hilabete hasieran egiten dira kontsulta gehien (telefono-kontsultak ere bai), eta gehien bisitatutako orria elkarteaz, egiten duen lanaz eta eskaintzen dituen zerbitzuez hitz egiten duena da. Orrian barrena nabigatzera eta atal guztiak ezagutzera gonbidatzen zaituztegu.



KOMUNIKABIDEAK

Nafarroako komunikabideei gure esker ona adierazi nahi diegu errealitate hau ikusarazteagatik eta gure lanaren berri emateagatik. 2024an, komunikabide askotan agertu gara: **Diario de Noticias, Diario de Navarra, Navarra TV, Pamplona Actual, La Voz de Navarra, Onda Vasca, Cadena Cope, Cadena Ser, RNE, EITB, etab.**

Urte osoan **50 agerraldi** egin ditugu **Nafarroako hedabide idatzietan, digitaletan eta ikus-entzunezkoetan**. Informazioari dagokionean, salbuespenezko urtea izan da, aldi hori bat etorri baita Legean aurreikusten den **Nafarroako Jokoaren Erregelamendua onartzeko prozeduraren azken etaparekin**. Aralarrek ekarpenak egin ditu Gobernu Irekiaren bidez, parte-hartze prozesuaren barruan, eta Nafarroako Jokoaren Kontseiluko bi bilkuratara deitu dute, eta **Amparo López Antelo Nafarroako Gobernuko Barne, Funtzio Publiko eta Justizia kontseilariarekin** elkarrizketatu gara.

Nafarroako Jokoaren Memoriako datuei buruz ere hitz egin genuen, bai eta otsailaren 17ko **Joko Arduratsuaren Egunaren** harira ere.

Bestalde, **Fejarrek Iruñean egin zuen Urteko Biltzarra** ere mugarri informatiboa izan zen, eta erakundearen ikusgarritasunean eragina izan du.





4

Eragin politikoa eta ezagutza sortzea

Gure helburuak betetzeko, askotariko laguntza dugu, erakunde publikoena barne.

Honako erakunde hauek laguntza ekonomikoa ematen dute, gure **Joko patologikoari buruzko laguntza-, prebentzio- eta sentsibilizazio-programa** finantzatzeko:

- **Nafarroako Gobernuaren Osasun Departamentua**, Nafarroako Parlamentuak onartutako zuzenketa bati esker posible izan den hitzarmen baten bidez.
- **Iruñeko Udalak**, duela hamar urte gure egoitza kokatua dagoen lokala lagatzen baitigu.
- **La Caixa Fundazioak** hirugarren urtez jarraian eman digu dirulaguntza.
- **Eguesibarko Udalak** ere hainbat urte daramatza gu laguntzen.

SAREAK

Arlo sozialean, 3 sareren kide gara:

■ **Estatuko Birgaitutako Ausazko Jokalarien Espainiako Federazioa, FEJAR**, 22 elkartek eta eskualdeko 2 federaziok osatzen dute, eta 33 erakunde barne hartzen ditu guztira.

FEJARen bitartez, Aralarrek bere zerbitzuen katalogoa handitu dezake, **doako informazio eta laguntza telefono bat, 900 200 225 zenbakia, eta online terapia zerbitzu bat** jartzen baititu eskuragarri, epe laburrean itxaron-zerrendan edo egoera berezietan dauden kasuak artatzeko gai ez bada.

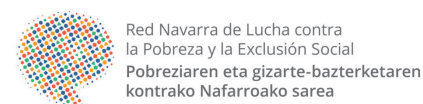
Urtero honako hauetan parte hartzen dugu:

- **Emakumeen topaketak.**
- **Ohiko batzar orokorra.**
- **Estatuko Kongresua, 2024an Iruñean egin zena (ikus hurrengo orrialdea).**

■ **UNAD sarea.** Urte amaieran, adikzioetan lan egiten duten erakundeen UNAD sarearekin bat egin dugu, eta UNAD-NAFARROA lurralde-dibisioa eratu dugu, Antox eta ACOADekin batera.



■ **Pobreziaren eta Gizarte-Bazterketaren kontrako Nafarroako Sarea.** Sare autonomikoa da, Pobreziaren eta Gizarte-Bazterketaren kontrako Sarea, Nafarroako arlo sozialeko 32 elkartek osatzen dutena.



Sareko bi batzordetako kide gara: Finantzaketa eta Osasuna. 2024an, 3 batzarretan parte hartu dugu, 5 barne-bileratan (3 osasun-taldekoak), 3 jardunaldi tematikotan, kaleko kontzentrazio batean urriaren 17an, Pobrezia Desagerrarazteko Nazioarteko Egunean eta Sarearen 30. urteurreneko ekitaldian.

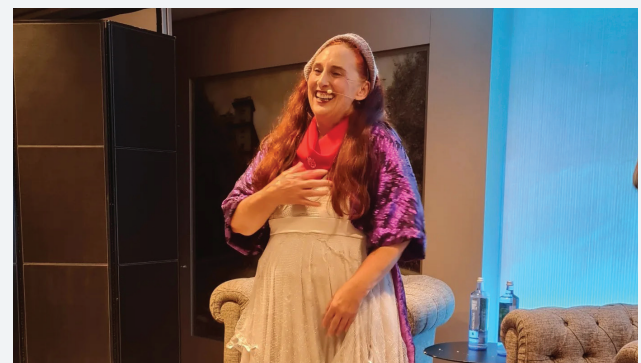
Fejarreko XXIV. Kongresua 2024ko irailak 20, 21 eta 22. Iruñea

Iruñea estatuko sare horren 24. biltzarraren egoitza izan zen. Estatu osoko 33 entitateetatik etorritako 250 lagun bildu zituen, baita eragindako pertsonak, elkarteetako teknikariak eta ludopatian adituak ere.

Irekiera-ekitaldia haurtzaroan espezializatutako Javier Urrea psikologo eta pedagogoak egin zuen, "Nork bere mugak gaintzea helburu" hizpide izan zuen hitzaldi batekin.

Adituekin egindako bi mahai-ingurutan prebentzioa jorratu zen, "jardunbide egokien" eta ludopatiaren arreta integralaren bitartez. Elkarteetako psikologia-profesionalentzako eta testigantzentzako barne-lanerako espazio bat ere egon zen.

Itxierak, Virginia Imazen "clownclusiones" emanaldiak, umorearen bitartez gogoeta eginarazi zigun eta irribarre bat marraztu zigun aurpegian.



HARREMANA ERAKUNDEEKIN

Urtean zehar hainbat erakunderekin harremanetan eta lankidetzan aritzen gara, bai ausazko jokoekiko mendekotasuna duten pertsonen eskubideak defendatzeko (ludopatia duten pertsonen arreta politika publikoen barruan egon dadin eta kalitatezkoa izan dadin, sektorearen erregulazio on baten alde), bai arlo horretan ezagutza sortzeko eta partekatzeko.

2024an, honako **lan-topaketa** hauetan parte hartu dugu:

■ Drogen eta Adikzioen egungo Foru Planaren ebaluazioa

- **Adikzioak Prebenitzeko Programen** datuak biltzea, **INSPLek** urtarrilaren 23an antolatutako saioan.
- **Web-mintegia**, el 20 de abril.
- **Ebaluazio-saioa**, prebentzioan esku hartzen duten **erakundeekin**, maiatzaren 30ean
- **Itzulketas-saioa**. Azaroaren 12an.

■ Nafarroako Jokoaren Araudia onartzea

- **Jokoaren Kontseiluak** deitutako bi bileretan parte hartzea: urtarrilaren 19an eta maiatzaren 27an.
- Bilera Amparo López Antelo Barneko, Funtzio Publikoko eta Justiziako kontseilariarekin, urtarrilaren 19an. Aralarra bisita, urriaren 3an kaltetuekin eta familiekin biltzeko..



- **Erregelamenduaren zirriborroari alegazioak** aurkeztea Gobernu Irekiaren bidez: 2024ko martxoan.
- Lan-saioa **Nafarroako Parlamentuko Osasun Batzordean** urriaren 23an.

■ Nafarroako Osasun Planaren onarpena

- Urriaren 25ean eta azaroaren 5ean, **Horizonte 2030 Nafarroako Osasun Plana** prestatzeko **erakundeekin** egindako **lan-saioa**, **Nafarroako Gobernuako Osasun Departamentuak** antolatuta.

Beste jarduketa batzuk

■ Udal-eremua

- Bilera **Joseba Asirón** Iruñeko alkatearekin, Iruñeko Udaleko Gizarte Ekintzako zinegotziarekin eta zuzendari nagusiarekin: **Txema Mauleón eta Rubén Unanua**, Udalak jokoaren arloan dituen eskumenak eta gauzatu beharreko ekintzak berrikusteko.



■ Ludopatiari arreta sare publikoan

- Bilera **Sara Chivite** Osasun Mentaleko gerentearekin.
- Bilera **Antonio López** Osasuneko zuzendari nagusiarekin.

Nafarroako Gobernuoko beste erakunde batzuk (transbertsalitatea)

- Bilera **Jorge Aguirre** Nafarroako Kirolaren Institutuko Zuzendaritza Nagusiarekin, kirola egiten duten gazteekin prebentzio-ekintzak sustatzeko kirol-apustuen inguruan.

- Bilera **Carlos Amatriain eta Txema Burgaleta** Nafarroako Gazteriaren Institutuko Zuzendaritza Nagusiko kideekin, ausazko jokoeiko mendekotasunaren prebentzioari buruzko prestakuntza sustatzeko gazteria-teknikarientzat. 2024-2025ean gai horri buruzko prestakuntza eta escape room bat egiteko lankidetzeta-hitzarmena sinatzean zehazten da.



- **NUPEko errektoreordetza.** Ikasleen arretarako bulegoko lantaldearekin bateratze-lana egitea, unibertsitateko ikasleen artean prebentzio-ekintzak sustatzeko, irailaren 6an.

Profesionalen arteko topaketa, foro eta mintegietan parte hartzea

- Otsailaren 14a. Bilbo. **Sare Sozialak eta Jokoa Jardunaldia, Jokoaren Euskal Behatokiak antolatua.**

- Otsailaren 20a. Kondestable jauregia. Iruñea. **“Osasuna, bazterketaren adierazlea eta arrazoia”** mahai-inguruan parte hartzea, **Pobreziaren eta gizarte-bazterketaren kontrako Nafarroako Sarearen “30 años por el cambio social / 30 urte gizarte aldaketaren alde”** ekitaldien barruan antolatua.



- Martxoaren 1a eta ekainaren 17a. Iruñea. **Gogoeta Jardunaldiak.** Hirugarren sektoreari buruzko gogoeta-prozesua, Nafarroan hori arautuko duen lege bat onartzeko, **Pobreziaren eta Gizarte-Bazterketaren kontrako Nafarroako Sareak** dinamizatua.

- Urriaren 21a. Madril. **FEJAREN “Balioetan hezten”** jardunaldi zientifikoak.

- Azaroaren 6a. Civican. Iruñea. **Innova Sarearen** jardunaldia: **“Gure proiektuak komunikatzeko gakoak”**..



- Azaroaren 7an. Baluarteko Biltzar Jauregiko eta Auditorioko Zitudelara aretoa. Iruñea. **Nafarroako Osasun Sistema Publikoaren Humanizazioari buruzko II. Jardunaldia,** “Ikusezinaren balioa” lelopean. Nafarroako Gobernua.

- Azaroaren 13an. Online. **“Funts publikoetara sarbidea izateko gakoak eta eraldaketa digitala”** jardunaldia, **La Caixak** antolatua.

- Azaroaren 14a. Merkataritza Ganbera. Iruñea. **Kreditu azkarrei, revolving txartelei eta ludopatiarekin duen harremanari buruzko jardunaldia,** Iribarren Abogados bulegoak antolatua.

- Azaroaren 28a. Civican. Iruñea. **Innova Sarearen “Jasangarritasun emozionala eta osasun mentala proiektuen kudeaketan”** jardunaldia.





IKERKETA

■ Udal-eremua

- **Pablo Ruesgo** NUPeko Gizarte Laneko ikaslearen **Master Amaierako Lana**. “Intervención social con personas que padecen ludopatía. Análisis de caso en Navarra”. 2024ko otsaila.
- “Jokoagatiko nahasmendua duten herritarren ideagintzaren eta jokabide suizidaren azterketa” **FEJAREN** ikerketa, Kontsumo Ministerioak finantzatuta. Estatu mailako azterketa. 2024ko martxoa..
- **Pere Tarrés Fundazioa eta Alba Terrassa Elkartea**. “Jardunbide egokiak profil kalteberak identifikatzeko eta harrapakin-kutxei (edo loot boxes) lotutako jokopatroi problematikoak dituzten gazteei arreta integral soziosanitarioa emateko programak diseinatzeko” proiektua. 2024ko urria.
- **FEJAREK, CEDOAKO** (Droga-mendekotasunen eta Beste Adikzio Batzuen Espainiako Kontseilua) **talde batetik abiatuta, inkesta bat egin du jokoagatiko nahasmenduagatik tratamenduan dauden pazienteetan psikofarmakoen** (nerbioetarako, antsietaterako, depresiorako, lo egiteko... botikak) **erabilerari buruz**. Tratamenduan zeuden pertsonen **galdetegi** helarazi zitzaizen, modu anonimoan erantzun zezaten.
- **Nafarroako Unibertsitateko Komunikazio Fakultatea**. Kazetaritzako ikasleei laguntzea **jokoarekiko mendekotasunari buruzko bi dokumental** egiten. “**Todo al verde**” eta “**Silencio**” izeneko lanak egin dituzte, Aralarren artatutako bi pertsonaren historia jasotzen dutenak. 2024ko azaroa.

Aralarrek egindako lanaren ebaluazioa

1etik 5era bitarteko eskala batean, % 80k puntuazio gorena ematen dugu, eta % 100ak Aralar gomendatuko luke.

Aralarren 2024an aktibo egon diren pertsonei (zuzenean eragindakoak eta laguntzaileak) egindako ebaluazio inkestari esker, antolakuntzaren eta lanaren hainbat alderdiri buruzko asebetetze-maila ezin den jakin ahal izan dugu, eta, gainera, gure zerbitzuak hobetzeko ideiak ere eman dizkigu.

5/5
BALORAZIO
GLOBALA

% 80k puntuazio gorena ematen dio, eta % 100ak Aralar gomendatuko luke

- **Puntuaziorik onena**, beste urte batzuetan bezala, honako hauek eskuratu dute: elkartearekin izandako lehen hartu-emanean jasotako arretak eta begiraleek egindako harreran jasotako informazioak, eta, ondoren, terapia-taldeen dinamikak.
- **Lantzen jarraitzeko**: erabiltzaileek hobeto jakin dezatela nortzuk osatzen duten zuzendaritza-batzordea eta boluntario gisa inplikatu daitezela.
- **Hobetzeko alderdiak**: hobetu badira ere, itxaron-zerrenda eta espazioa.

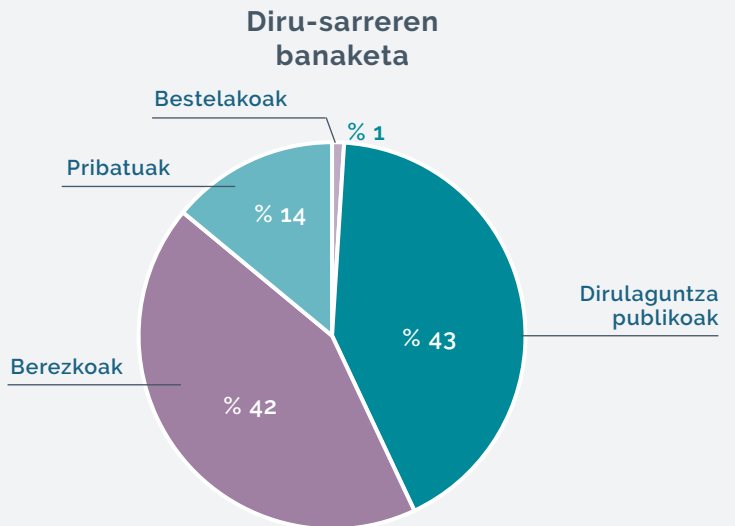


Datu ekonomikoak

2024

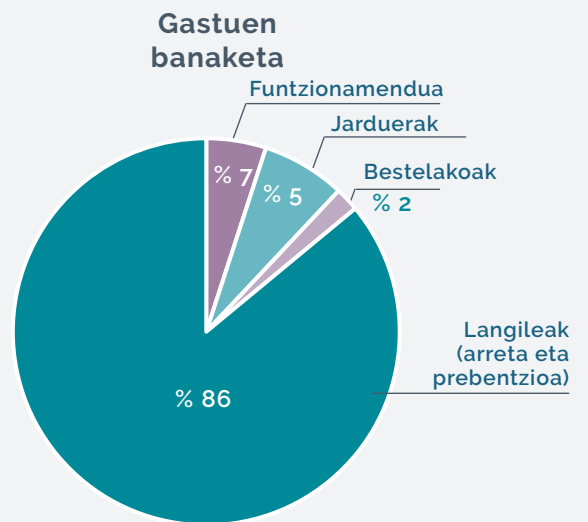
Diru-sarrerak

Diru-laguntzak	75.851,19
Pribatuak	24.940,00
Berezkoak	74.284,22
Bestelakoak	2.097,28
GUZTIRA	177.172,69



Gastuak

Langileak (arreta eta prebentzioa)	131.982,40
Funtzionamendua	10.337,95
Jarduerak	8.126,12
Bestelakoak	2.525,84
GUZTIRA	152.972,31



Erakunde finantzatzaileak



Kide garen sareak



Asociación Aralar Elkarte

Jardueren memoria 2024



AYUDA Y PREVENCIÓN DE LA LUDOPATÍA EN NAVARRA
LUDOPATIAREN LAGUNTZA ETA PREBENTZIOA NAFARROAN

T.665 802 545

info@asociacionaralar.org

www.asociacionaralar.org/eu