



# Lehenengo mugikorra noiz, nola eta zein baldintzapean?

Nerabeari bere lehenengo mugikor pertsonala eman aurretik, zein bide egin daiteke etxean, familiak partekatutako mugikorrarekin?

Eta behin emanda, noiz da unea, zein ezaugarri gailua da egokiena, zein baldintza eta erabilera adostu ditzakegu, zer saihestu behar dugu? Guraso askoren buruhausteari hainbat soluzio eskaintzen dizkion gida praktikoa prest du Izarkom telekomunikazio kooperatibak eta ARGIAk banatuko du, 2.849 zenbakiarekin.

✂ MIKEL GARCIA IDIAKEZ 📷 DANI BLANCO / ARGIA CC BY-SA

**K**astetxe eta herri bereko gurasoek seme-alabei lehenengo mugikorra emateko adina elkarrekin adostea eta ahal den heinean atzeratzea dute helburu han-hemenka ugaritzen ari diren ekimenek: gutxienez 16 urte bete arte mugikorrik ez ematea da asmoa. “Adin horretatik aurrera errazagoa izango da erabiltzailea izatea gailua kontrolatuko duena, eta ez alderantziz”, dio gidak, kontuan izanda bate-tik garunaren garapena eta bestetik mugikorrek menpekotasuna sortzeko diseinatuta dauden aplikazioak dituztela. Adikzioaz gain, bestelako ondorio kaltegarriak ere izan ditzake mugikorraren gehiegizko erabilerak, gidan zehazten den moduan.

Kontuak kontu, errealitatea da Euskal Herrian batez beste 12-13 ur-

terekin erosten zaiela haurrei lehen sakelakoa. Talde presioa baldin bada arrazoia, gazteak ez duelako izan nahi mugikorrik ez duen bakarra, gurasoen mugikorra baliatzen hastea gomendatzen du gidak, propioa erosi aurretik. Arrazoia baldin bada gurasoak seme-alabekin harremanetan jartzeko beharra (helduok izan ditzakegun beldur-rrak tarteko), gogoratu deiak egin eta jasotzeko aukera soilik duen telefono mugikorra nahikoa izan daitekeela, ez duela zertan smartphonea izan.

## EMAN AURRETIK, EGOKI ERABILTZEN IRAKATSI

Lehenengo mugikorra eskuratzeko bidean, ibilbide mailakatua proposatzen du gidak, hainbat urrats eta gomendio tarteko. Ibilbide horretan, jakina,

gurasoak eredu eta gidari izango dira, eta helduei dagokie norberak egiten duen pantailen erabileraz gogoetatzea eta autokontrola handitzea. Hasteko, gaztetxoekin nola erabiltzen dugu gure mugikorra? Mugikorra eta telebista aldi berean ez jartzea, jaiki berritan, bazkalorduan eta lotara joan aurreko unean ez erabiltzea edota egunean 30 minutuko muga jartzea aholkatzen dute adituek. Gazteak mugikorra bere kabuz erabili nahi duela? Familiarena den gailua utzi, helduaren baimena duenean baino ez erabiltzeko, beti ere espazio partekatuetan erabiltzeko (ez espazio pribatuetan) eta ahal dela gailuak gutxieneko prestazioak izan ditzala (lagunekin-eta konektatuta egoteko oinarritzko beharrak asetzeko adina).

Mugikor pertsonala emateko pre-



Euskal Herriko Telekomunikazio Kooperatiba da Izarkom. Azken boladan, sarri errepikatu dieten galdera bati erantzun behar izan diote: zein adinetan eman behar diegu gure haur edo nerabeei lehen mugikorra? Horrela jaio zen gida.

mia iritsi dela? Deiak egin eta jasotzeko gailua izatea aholkatzen du gidak, smartphonerik ez ematea nerabeak gutxieneko heldutasuna frogatu arte. Lehenengo gailua, gainera, bigarren eskukoa edo familian erabiltzen ez den bat izan daiteke, Wi-fi konexioa baino ez duena. Oraindik ere, espazio partekatuetan erabiltzea da aproposena, eta pribatuan erabiliz gero, seme-alabak aldeztu jakinaraztea zertarako erabili nahi duen. Nerabeak edozein une eta lekutan interneterako konexioa duen gailua lortzea litzateke azken urratsa. Datu gutxiko tarifa bat kontratatu daiteke (gehienez GB bat hilean), zerbitzuaren erabilera arrazoituagoa egite aldera.

### **ERABILERA HITZARMENA: ZENBAT, NOIZ, ZERTARAKO?**

“Mugikorra ematea erabakitzen dugunean, denon ardura da gailuari eman-gaion erabileraz kontziente izatea”,

---

### **Erabilera kontzientea egin: mugikorraren erabilera noiz da probetxugarria, noiz ez da beharrezkoa, eta noiz ari gara egiten erabilera narkotikoa (beraz, arriskutsua)?**

diote Izarkometik. Telefonoaren erabilera kontzientea eta kontsumo arduratsua bideratzeko, argibideak, arauak eta mugak zehaztea garrantzitsua da. “Gurasoen eta gazteen arteko elkarrizketa eta adostasuna funtsezkoa da: erabilerak justifikatuta egon behar du, eta bi aldeek akordioaren ondorio da”. Guraso eta seme-alaben arteko akor-

dioa edo hitzarmena adosteko unerik onena nerabeak oraindik mugikorrik ez duenean da, eta mugikorra eskuratzeko baldintza gisa. Batez ere mugikorraren erabili ahal izateko denbora, unea, lekuak, egoerak eta arazoak zehaztuta geratzea da helburua. Hitzarmenaren galdera ereduak gidan aurkituko dituzu.

Erabilerari muga jartzeak eta erabilera kontzientea egiteak esan nahi du, besteak beste, jakitea noiz den mugikorraren erabilera probetxugarria (norbaitekin informazioa partekatzea, kulturaz gozatzea...), noiz ez den beharrezkoa, beste modu batera ase daitkeelako behar hori (lagunekin hitz egitea, denbora-pasa gisa erabiltzea...), eta noiz ari garen egiten mugikorraren erabilera narkotikoa, eta beraz, arriskutsua (edukiak modu konpulsiboan kontsumitzea, joko jakin batzuetan jolastea...). “Denboraren nozioa eta nahikoa dela esateko gaitasuna galtzen du-



ARGIAren 2.849 zenbakiarekin jasoko dute gida gure irakurleek. Durangoko Azokan ere izango da eskuragarri, Izarkomen mahaian, baita Izarkomen SIM txartela jasotzerakoan ere, hala nahi izanez gero. Eta gida PDF formatuan deskargatzeko aukera jarriko du kooperatibak.

gunean, erabilera narkotikoaz ari gara”.

Hitzarmeneko erantzunak eta adostasunak eguneratzen joatea eta segimendua egitea aholkatzen du gidak, baita zaintza-programak erabiltzea ere.



## Mugikorra noiz, zenbat eta nola erabili adosteko unerik onena nerabeak oraindik mugikorrik ez duenean da, eta mugikorra eskuratzeko baldintza gisa

### KEZKA NABARI DA GIZARTEAN

Besteak beste, telefonia mugikorreko zerbitzuak ematen ditu Izarkom kooperatibak, eta azken boladan, telefono kontratu berri bat egin behar zuten familien aldetik edo besterik gabe zailantza buruan duten guraso ugariren aldetik, sarri errepikatu den galdera bati erantzun behar izan diote: zein adinetan eman behar diegu gure haur edo nerabeei lehen mugikorra? “Bakoitzari egokitutako erantzuna ematen dugu, baina beharra orokortu ahala, erantzun orokor bat emateko premia ere ikusi dugu”, azaldu digu Yaiza Arrizabalaga kooperatibako ki-deak. Horrela sortu da *Nerabeek sakelakoa izate bidean laguntzeko helduentzako gida*.

Idia lantzen hasi eta Som Conexió operadore katalanaren gidarekin egin zuten topo, 2021ean kaleratua. Gida hori oinarri hartuta, Euskal Herrian gaia lantzen ari diren ekimen eta taldeen elkarlanean osatu dute gida: Orkatz Goenaga (Altxa burua), Miren Ros (Gure aukera, guk 16), Telmo Lazkano (*No phone challenge*, *Nerabeen Garrasia*), Leyre Cano (Guraso Treba) eta Rachel Gamito (EHU). “Zaila egin zaigu auzi honek berekin dakartzan dimentsio guztiak sakon azaltzea, ez da bere helburua ere, baina ahalik eta dimentsio zabalena eman nahi izan diogu”, eta gida praktikoa bat da emaitza.

### NON ESKURATU DAITEKE GIDA?

ARGIA astekariaren 2.849 zenbakiarekin jasoko dute gida gure irakurleek, abenduaren 3ko data daraman alearekin. Durangoko Azokan, Izarkomen mahaira hurbilduz gero, eskuratu ahal izango du, baita Izarkomen SIM txartela jasotzerakoan ere, hala nahi izanez gero. Gida PDF formatuan deskargatzeko aukera ere jarriko du Izarkomek, bere webgunean. Gida bizia izan nahi du gainera: “Digitalizazioaren garaiotan gauzak oso azkar doaz, gomendioak ere azkar aldatzen dira eta bide horretan, gidak ahalmena izan behar luke beharrezko moldaketak jasotzeko”. ●