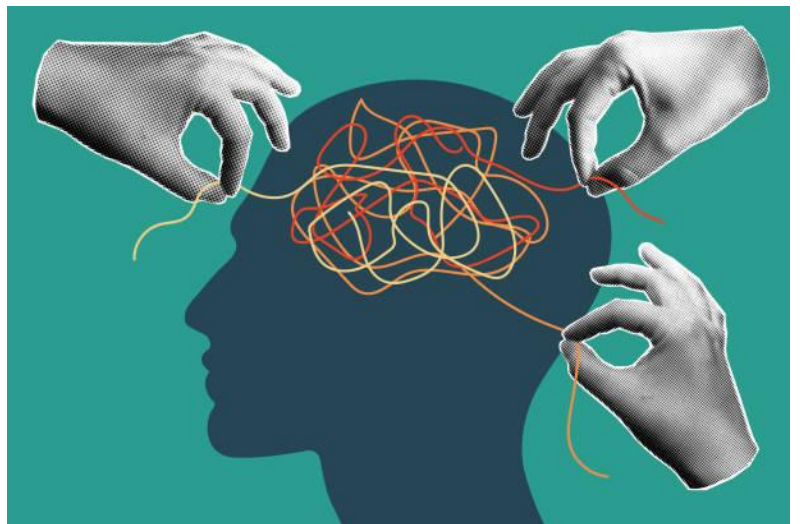


AURKEZPENA

Sarritan entzun ohi dugu zein garrantzitsua den gure ongizate fisikoa zaintzea. Esaterako, mendira joatea, gimnasioan entrenatzea, korrika egitea... Hori guztia forma fisiko egokian egon, gaixotasunak saihestu eta ispilura begiratzeak ezinegon sortu ez dezan. Eta zer ongizate emozionalari buruz? Nahiz eta egunero kirola egin, mentalki ongi ez bagaude, gainerakoan eragingo digu. Hau guztia kontuan izanda ere, askok psikologora joatearen prezio altua aitzakiatzat hartzen dute. Bestalde, gazteen artean, psikologoak zoroentzat soilik balio duela esaten da. Arazo honi konponbide bat bilatzearen beharra ikusi dugu. Horregatik, gazteei dohako terapia zerbitzua eskainiko diegu, dituzten kezken aurrean babesa eta laguntza jaso dezaten. Horrez gain, egoera berdinean dauden beste gazte batzuk ezagutzeko aukera ere izan dezakete, lagun berriak egiten dituztelarik.

Ikerketa askotan islatu da nerabeek haien osasun mentala zaintzeko beharra dutela; izan ere, gazteen %54,7k adierazi du azken urtean arazo psikologikoren bat izan duela. Datua kezagarria da, 2023tik (%59,3) pixka bat jaitsi den arren. Pandemiaren eraginaren ondoren, badirudi kurba gelditu egin dela, baina oraindik urrun dago aurreko mailetatik. Antsietatea da arazoaren artean nabarmenena, eta gora egiten jarraitzen du: 2021ean %31,4 izatetik 2025ean %39,8 izatera igaro da. Egoera honen aurrean aldaketa bat eragiteko garaia iritsi dela uste dugu.



Gazteen ongizate emozionala hobetzeko ZuBabestuz enpresa sortu dugu. Gu Maddi, Josu eta Laida gara. 17 urte ditugu eta Urretxu-Zumarraga Ikastolako batxilergoko bigarren mailako ikasleak gara. Enpresa eta Negozio Ereduen Diseinua ikasgaian, STARTinnova programaren bidez, gure enpresa propioa sortzeko aukera ematen digun proiektuan ari gara parte hartzen.