

**Trafiko istripuz  
kaltetutakoei laguntzeko**  
**AHOLKULARITZA JURIDIKOA ETA PSIKOSOZIALA**

*Giada*



**PAIS VASCO**

[www.stopaccidentes.org](http://www.stopaccidentes.org)  
[stoppaisvasco@stopaccidentes.org](mailto:stoppaisvasco@stopaccidentes.org)  
Tel. 627 29 20 70 - 667 78 67 83

**LAGUNTZAILE:**

**EUSKO JAURLARITZA**



**GOBIERNO VASCO**

HERRIZAINGO SAILA

DEPARTAMENTO DE INTERIOR

## ORDEZKARITZAK

BIKTIMEN ARRETARAKO TELEFONOA: 902 108 983

[www.stopaccidentes.org](http://www.stopaccidentes.org)

[sedecentral@stopaccidentes.org](mailto:sedecentral@stopaccidentes.org)

### MADRIL

**Ana Galán de Miguel**

C/ Clara del Rey 32, 1º B  
28002 MADRIL  
Telf. 91 416 55 65 / 663 860 996  
[stopmadrid@stopaccidentes.org](mailto:stopmadrid@stopaccidentes.org)

### VALENTZIA

**Ana Novella Reig**

C/ Azcárraga No. 34 Puerta 8.  
46008 VALENTZIA  
Tel.: 647 416 928  
[presidencia@stopaccidentes.org](mailto:presidencia@stopaccidentes.org)  
[stopvalencia@stopaccidentes.org](mailto:stopvalencia@stopaccidentes.org)

### ARAGI

**Dolores Bernal**

**Miguel Bernal**  
Delegada y Vocal  
C/ San Lorenzo 6-10, 1º B oficina 2  
50001 ZARAGOZA  
Tel.: 97 639 63 65 / 647 416 969  
647 822 838  
[stopzaragoza@stopaccidentes.org](mailto:stopzaragoza@stopaccidentes.org)

### KATALUNIA

**Antonia García Díaz**

Consell de Cent 474 bis, Entlo B  
08013 BARTZELONA  
Tel/fax: 93 245 40 48 / 93 270 03 62  
Móvil: 647 820 450  
[stopcataluna@stopaccidentes.org](mailto:stopcataluna@stopaccidentes.org)

### Bazkide fundatzailea:

**Ana María Campo de la Cruz**

Móvil: 635 41 13 33

### GALIZIA

**Jeanne Picard Mahaut**

Avda. General Sanjurjo, 8, 1º Dcha. Local C  
15006 A CORUÑA  
Tel./fax: 98 128 93 68 / 667 309 450  
[stopgalicia@stopaccidentes.org](mailto:stopgalicia@stopaccidentes.org)

### EUSKADI

**Rosa María Trinidad**

Pinondo Etxea  
Pinondo Plaza No. 1  
48200 DURANGO - BIZKAIA  
Tel Rosa: 627 29 20 70  
Tel. Maider: 667 78 67 83  
[stoppaisvasco@stopaccidentes.org](mailto:stoppaisvasco@stopaccidentes.org)

### ALMERIA

**Diego Gutiérrez García**

C/ Marchales 83 1º 1  
04008 ALMERIA  
Tel.: 95 025 49 82 / 617 211 361  
[stopalmeria@stopaccidentes.org](mailto:stopalmeria@stopaccidentes.org)

### KANTABRIA

**Maribel Fernández Mata**

C/ Allendelagua 37 A  
39700 CASTRO URDIALES  
(Santander)  
Tel.: 94 286 50 36 / 608 876 044  
[stopcantabria@stopaccidentes.org](mailto:stopcantabria@stopaccidentes.org)

### GAZTELA

**Rosario Gutiérrez**

C/ Plaza de la Universidad 8 1º b  
47003 VALLADOLID  
Tel.: 98 339 81 62 / 647 416 923  
[stopcastilla@stopaccidentes.org](mailto:stopcastilla@stopaccidentes.org)

### KORDOBA

**Alfonso Maestre Wic**

[almawic@yahoo.es](mailto:almawic@yahoo.es)  
[stopcordoba@stopaccidentes.org](mailto:stopcordoba@stopaccidentes.org)  
957432909/ 649215270

### GRANADA

**Angelines Villafranca Jiménez**

C/ Quevedo 17  
18230 ATARFE (Granada)  
Tel.: 95 843 83 35  
667 787 313  
[stopgranada@stopaccidentes.org](mailto:stopgranada@stopaccidentes.org)

### ERRIOXA

**Teodora Gutiérrez**

C/ Aragón 5  
26540 ALFARO  
Tel.: 94 118 07 95  
[stoplarioja@stopaccidentes.org](mailto:stoplarioja@stopaccidentes.org)

### MALAGA

**Maricarmen Corral Camarena**

C/ Gaucin, 30 1º 3ª  
29003, MALAGA  
Tel.: 95 232 19 44 / 635 037 580  
[stopmalaga@stopaccidentes.org](mailto:stopmalaga@stopaccidentes.org)

### SEVILLA

**Juan Aceituno Jarillo**

Tina Castro Bermejo  
C/ Av. de Tarazona, 200 B 218  
41309 LA RINCONADA (Sevilla)  
Tel.: 619 803 861 / 95 468 72 24  
672 093 498  
[stopandalucia@stopaccidentes.org](mailto:stopandalucia@stopaccidentes.org)

# Aurkibidea

Hitzaurrea	03
Gizarte Aholkularitza	05
Aholkularitza Psikologikoa helduekin	09
Aholkularitza Psikologikoa nerabeekin	13
Aholkularitza Psikologikoa umeekin	15
Galderak eta Erantzunak	19
Aholkularitza Juridikoa	21
Galderak eta Aholkuak	32
Atxikitze-Buletina	34



Asociación SIN ÁNIMO DE LUCRO reconocida de UTILIDAD PÚBLICA, de ámbito nacional inscrita en el Registro de Asociaciones del Ministerio del Interior con fecha de 22 de Noviembre de 2000 con n.º Nacional 167202 de la Sección 1.ª - N.I.F.: G 62484480.

---

# Hitzaurrea

---

**G**ure errepideetan istripua gertatu delako abisua jasotzen dudanean, ikara sentitu ohi dut. Eta pertsona hil dela baieztatzen denean, lehendabizi beti hildakoaren familia izaten dut gogoan, haren nahigabea, galera... haren zorigaitza. Hasierako une horren ondoren, ardura-sentimendu biziak hartzen nau eta hasten naiz neure buruari galderak egiten, hala nola, Trafiko Zuzendaritzatik zer egin dezakegun beste heriotzarik gerta ez dadin eta, heriotza hori ez gertatzeko zer egin genezakeen eta ez dugun egin. Baina galdera horiek ez dute ezertarako balio beraiekin batera ekintzarik ez badago. Eta ekintza horien artean dugu zirkulazio-istripuetako biktimak aintzat hartzea eta, horretarako, esku-hartzea eta prebentzioa landu egin behar dira.

Sentsibilitate horretatik abiatuta, eta begirune eta babes osoaz, lerro hauek baliatu nahi ditut Stop Accidentes elkarteari neure esker ona adierazteko zirkulazio-istripuek kaltetutakoan aldeko ahaleginengatik eta bere kezkatik.

Zirkulazio-istripuetako biktimak ez dira estatistika hutsa, esperientzia traumatikoa jasan duten pertsonak baitira. Gainera, adituen eta antzeko esperientzia izan duten pertsonen aholkularitza eta babesa behar dituzte. Stop Accidentes bezalako elkarteak egotea aberasgarria da gure gizartearentzat.

Gida hau lehen urratsa baino ez da Euskadin Eusko Jaurlaritzako Trafiko Zuzendaritzak Stop Accidentes elkartearekin batera egin nahi duen lanaren barruan. Espero dugu Gida hau benetan lagungarri izatea larritasun eta nahaste handiko une horretan, hain esperientzia traumatikoa gertatu eta gero.

***Amparo Lopez Antelo***

Eusko Jaurlaritzako Trafiko Zuzendaria



---

# Hitzaurrea

---

**E**zer baino lehen, eskerrak eman nahi dizkiet GIDA hau argitaratzea posible egin duten guztiei: Gure Bulego Juridikoa, gure psikologoak, gure bazkideak beren lekukotzekin eta, noski, Osasun Ministerioa, trafikoko biktima baten familiak egin beharreko lehen urratsak ahal izan duten heinean orientatzeko beharra ulertu duelako.

Edanda zihoan gidari batek aurretik eramanda Jordi nire semea hil eta gutxira, ni bezalako pertsoneri nola lagun niezaiekeen pentsatzen hasi nintzen: etsituta gehien maite duzun hori galdu izanagatik, malko eta pentsamendu ilunen zurrunbilo baten erdian, eta zu kontsolatu nahi zaituzten pertsonen inguratuta. Haiek, ordea, ez dute zu kontsolatzea lortzen, ez dakitelako nola egin. Errealitatea minaren aurrean ikaragarria den gizarte bat da, zu eutsi eta mugitzen uzten ez dizuna.

Pixkanaka beste ama batzuk topatu nituen, nik bezala ikaragarri sufritzen ari ziren beste ama batzuk hain zuzen. Jada ez geunden bakarrik. Guztiak bat etorri ginen gure esperientzietan, gure gabezietan; gure minak beste familia batzuk lagun zitzakeen, eta hor hasi zen gure lana GIDA hau lantzeko. Gida hau bideetako indarkeriaren biktima diren guztiei eskaintzen diegu, kalteturik suertatzen direnei eta haien senideei. Aholkularitza eta babes topatuko dute gizarte esparrutik, psikologiarenetik eta esparru juridikotik, eta espero dugu bizitzaren bide zailean orientatzeko balio izatea.

***Ana María Campo***

STOP ACCIDENTES Erakundearen Ohorezko presidente eta fundatzailea

---

# Gizarte

---

## Aholkularitza

**T**rafiko istripu bat jazotzen denean, egoeran ageri diren pertsonak (lehen zein bigarren maila batean) blokeo egoera bat bizi dute; haren atzetik, nahasmendu psikologikoa, familiakoa, gizartekoa eta lanekoa etorri ohi dira. Nahasmendu horrek aldatu egingo du egoeran agertu



diren pertsonen bizitza, baina badira hainbat jarraibide desoreka hori gaingaitzea erraztuko dutenak.

Lehenik eta behin, trafiko istripu bat gertatzen denean, haren biktima izan direnei lagundu behar zaie eta istripua jazo den tokira bertaratzen diren profesionalek emandako jarraibideak jarraitu. Biktimen sorospenean lagundu badugu, edo haren protagonista bagara eta ez bagara ongi sentitzen, **eska dezagun laguntza** behar dugun horretarako.

Ondoren, jakin egin behar dugu eskubidea dugula hainbat **baliabide** eskuratzeko, adibidez osasun laguntza eta laguntza psikologiko egokia eta profesionala. Profesional hauen lana biktimen (istripuan zuzenean zerikusirik eduki dutenak, senideak, boluntarioak, eta abar) **beharren** mendekoa izango da; horretarako, ordea, behar duguna jakinarazi beharko dugu, **eskatu**, alegia. Ondorioz:

**BEHARRA \* + ESKAERA \*\* = BALIABIDEA**

\* Behar duguna.

\*\* Eskatzen duguna edo karguan dauden profesionalek finkatzen dutena.

Zerikusia izan dutenen eta profesionalen arteko jardun bateratua egon beharko da aurrerantz egiteko, lehenengo enerritmoak eta balioak errespetatuz uneoro. Ondorioz, istripua eta geroko lehenengo uneetan zera eska diezaiokezu gizarte langileari:

- a.** Kalteturikoek behar izan ditzaketen baliabideak ebaluatzea (adibidez: garraioa, senideekin komunikatzea, eta abar).
- b.** Larrialdietan esku hartu ohi duten beste zerbitzuekin koordinatzea (adibidez: ibilgailuko gauzak berreskuratzeko, harremanetan jarriko gara guardia zibilarekin).
- c.** Euste lana kalteturikoekin, senideekin, hurbilekoekin eta parte-hartzaileekin (entzun egingo zaitugu eta baita errespetatu ere).
- d.** Senideak edota zerikusia izan duten pertsonen hurbilekoak topatzea larrialdi egoera batean.
- e.** Kalteturiko pertsoneri, senideei eta hurbilekoei laguntzea etxera edo berariazko zentroetara joaterakoan.
- f.** Informazioa eta aholkularitza kalteturikoentzat edota senideentzat (albiste txarrak nola eman).
- g.** Baliabide materialak, janaria, eta abar bilatzea, topatzea eta ematea, bai kalteturikoentzat, bai larrialdia konpontzen parte hartzen duten langileentzat.
- h.** Informazioa ematea larrialdian esku hartzen duten profesionalen senideei edota hurbilekoei.

Ondoren, lehen shocka (Istripua bera) igaro eta gero, gizarte langilearen babesa edukiko duzu ere hurrengoetan:

- I. Kalteturiko pertsonak berariazko programa, zerbitzu edota baliabideetara bideratzeko.
- II. Esku-hartzea, orokorrean, eta gizarte esku-hartzea, bereziki, ebaluatzeko.
- III. Babes erako aholkularitza emateko.
- IV. Behar den horretarako gizarte txostenak egiteko.

Gizarte langile hori zerbitzu publikoetan eta pribatuetan topatu ahalko duzu, adibidez ospitaleetan, lehen mailako arreta zentroetan, arreta espezializatuko zerbitzuetan eta bestelako erakunde, elkarte edo gobernuz kanpoko erakundeetan.

Onera eskura dituzun baliabideak baloratzea eta, beharrezkoa bada, horiek erabiltzea da. Begira ezazu hurrengo taula eta jar ezazu gurutze bat babesa baduzula dakizun esparruetan:



Laukiren bat markatu gabe utzi baduzu eta laguntza behar baduzu, eska iezaiezu esku hartzen duten pertsonari. Laguntza eskatzeak gauzak erraz ditzake trafiko istripu bat bezain zailak diren egoeretan.

Heriotzak dituzten istripuen kasu zehatzean, lagungarria izan daiteke jarraian aipatuko ditugun urratsak egin beharko ditugula jakitea:

1. Ehorztetxera deitu edo bertaratzea. Han aurrekontuak egiten dituzte –eskela, koroak, beilatokia, eta abar– eta behar diren datuak eskatzen dituzte. Gutxi gorabehera, 10 egun ditugu zerbitzu osoa ordaintzeko (enpresaren arabera). Ordaintzerakoan, “heriotza ziurtagiriaren” hiru kopia ematen dituzte.
2. Hala egokituz gero, elizarekin harremanetan jartzea, hileta elizkizunaren ordua jartzeko (ehorztetxeoak datu hori eskelan jartzen saiatuko dira).
3. Errituaren ondoren egun batzuk igarota (ehorztetxea ordaindu eta heriotza ziurtagiria eskuratu ondoren), “azken borondateen inprimakia” erosi behar da tabako denda batean. Hura bete eta bidali egin behar da.
4. Kasuan kasuko Udalerriko Erregistro Zibilean zera eskatu behar da:
  - Ezkontza ziurtagiriaren hiru kopia (hala badagokio eta ezkontza ospatu zen udalerrian).
  - Ezkontzidearen eta oinordekoen jaiotza ziurtagirien hiru kopia (bakoitza jaio zen udalerrian).
5. “Azken borondateen” erantzuna iristen denean (gutxi gorabehera 15 egun hartzen ditu horrek), informazioa eskatuko dugu Eskualdeko Ogasunean oinordetza zergari buruz. Erkidegoko Ogasun horretan adierazi egingo digute kasuan kasuko ereduak erosteko (661, eta abar) eta han bertan ematen dituzten eskualdeko zerga pegatinak eskatzeko.
6. Eskaera pribatuaren bidetik (abokatua edo aholkularitza) edo, bestela, notario aurrean (azken hau garestiagoa da baina gomendagarriagoa, lekuko publiko bat delako), herentziaren edo legatuen banaketa egitea.
7. Ogasuneko Ereduak bete (Internet bidez ere izan daiteke) eta entregatu haren erakusmahaietan, eskatzen diren datu eta kopia guztiekin batera (ziurrenik, profesionalak edo aholkularitzak erraztu egingo digute datuak betetzearena). Legeak 6 hilabeteko epea ematen digu gertakaria jazo zenetik oinordetza zerga hau egiteko.
8. Hemendik aurrera, administrazio egoera erregularizatuta geratzen da. Ondasunen eskritura berriak egin nahi dituenak ondoren, notario aurrean egin beharko ditu. Kalteturikoek behar izan ditzaketen baliabideak ebaluatzea (adibidez: garraioa, senideekin komunikatzea, eta abar).

---

## Aholkularitza Psikologikoa **Helduekin**

**T**rafiko istripu batek, ondorioak direnak direla ere, mehatxua dakar gutxienez osotasun fisikoarentzat; beraz, gertaera traumatiko baten ezaugarriak betez, beti gertatuko da hasiera batean inpaktu psikologikoa, lesio fisikoak egon zein ez. Ez dira nahastu behar erreakzio psikologiko normal hauek, egoera normal bati emandako erantzuna, alegia, trauma baten osteko patologiaren sintomekin. Normala izan arren, oso bitxiak iruditzen zaizkigu eta ezinegon bizia eta kezka handia sorrarazten dute, bai norberarengan, bai gure inguruan daudenengan eta, askotan, nahasmendu psikologiko larri bat jasaten ari izatearen pertzepzioa izaten da. Beharrezkoa da aholkularitza profesionala eskuratzea eta horren bitartez argibideak eskuratu eta hark arazoa eraginkortasunez konpontzeko mekanismoak proposatzea.



Norberak bere buruari sendagaiak eman aurretik, funtsezkoa da espezialista bati galdetzea, izan ere, askotan etapa hauetan sendagaiak gaizki erabiltzen dira eta ondoren ere gaizki mantentzen dira (adibidez, traumen ondorengo hainbat erreakzioren aurrean ansiolitiko jakin batzuk erabiltzea –benzodiazepinak: diazepam, trankimazin...– desegokia da).

Erreakzio psikologiko akutuak istripua gertatzean edo handik oso gutxira gertatzen dira, eta pixkanaka konpontzeko joera eduki ohi dute lehenengo sei hilabeteetan. Desagertzen ez badira, kontsulta iezaiozu ahalik eta lasterren horrelako nahasmenduetan aditu den espezialista bati. Jarraian, erreakzio akutu ohikoenak eta espero daitezkeenak adieraziko dizkizuegu:

**Sorgortzearen sentsazio subjektiboa:** Aldentzea edo emozioen aldetik erreakzionatzeko zailtasuna, baita gure pertsona maiteekin ere (adibidez: gutxiago maite ditudala sentitzea edota haien afektu adierazpenen aurrean ez dudala erreakzionatzen sentitzea).

**Inguruneko ezagutzaren murrizpena:** durduzatuta, nahastuta, desorientatuta egotea, inon egokiturik ez sentitzea.

**Desrealizazioa:** Errealitate ezagun osoa bat-batean ezberdina balitz bezala sentitu eta antzematea; soinu ezberdinak, guztia mantsoago, gauzak iragazki batetik bezala ikusiko balira bezala.

**Despertsonalizazioa:** norberaren gorputz eta norberaren identitatea ezagutuko ez balira bezala sentitu eta antzematea.

Desrealizazioa nahiz despertsonalizazioa ikara gaitzaketen fenomenoak dira, eta “zorutzen ari garela” eta nahasmendu soil batetik haratago doazela irudi dakiguke. Segundoak, minutuak edo, asko jota, egunen bat iraun dezake horrek. Gehiago irauten badute, espezialista bati kontsultatu beharko diogu.

**Amnesia disoziatua:** ezintasuna gertatu denaren une batzuk edo alderdi batzuk gogoratzeko.

**Esperimentazio berria:** gainera etortzen zaizkigun irudiak, pentsamenduak, saihestu ezin ditzakegunak eta edozein unetan agertzen direnak. Oso emozio biziarekin batera agertu ohi da, “*berriro ere gauza bera bizitzen ari banintz bezala*”. Ageriko leherrarazlerik gabe agertu daitezke edo, bestela, objektuen leherketa jazotzen denean edo gertatu dena gogorarazten diguten egoeretan.

Gertakaria gogorarazten diguten **estimuluak saihestea** (pentsamenduak, solasaldiak, jarduerak, tokiak, pertsonak...).

**Antsietate sintoma adierazgarriak:** Loia hartu edo mantentzeko zailtasunak (deskantsatu ez izanaren sentazioa), suminkortasuna, aldarte aldaketak, kontzentrazioa eta memoria galtzea, hiperzaintza eta asaldatze erako neurritz gaineko erreakzioak. Gosea areagotzea edo galtzea (batez ere elikagai batzuekin). Buruko minak, tentsio erako minak, eta abar.

Berriro ere gogorazi nahi dugu ERREAKZIO NORMALAK direla, eta pixkanaka desagertzeko joera dutela. Bilakaera positiboan laguntze aldera, garrantzitsua da horri buruz hitz egitea EZ SAIHESTEA. Jarrai ditzagun bat-batean burura datozkigun irudiak, jarrai dezagun horretan pentsatzen horrek mina eragiten badigu ere. Saia gaitetzen lagunduko gaituzten ondorioak ateratzen. Ez du zentzurik inoiz jakingo ez dudanari buruz etengabe galdetzeak. Ahaztea ezinezkoa da. Horrenbesteko minik gabe gogoratzera iritsi behar dugu. Ez saihestu gauzak egitea, berriro aktibatzea, uneren batean gustuko izan zenituen zaletasun horiek

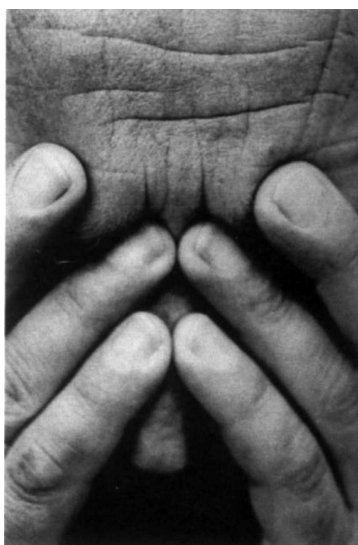
berreskuratzea. Identifikatzen nauen lanera itzultzeak lagundu egiten dit nire normaltasuna sentitzen, naizena sentitzen. Gauza bera bizi izan duten pertsonekin harremanetan jartzea. Adierazteak ez du bakarrik hitz egitea esan nahi. Idatziz, margotuz, adierazi dezaket. Garrantzitsua da ulertzea ezin dugula guztia aldi berean konpondu. Planifikatu ekintzak. Gauza bakoitza aldiro. Finkatu lehentasunak. Bilatu laguntza beharrezkoa bada.

Zenbait kasutan, eta normaltasun psikologikoko aldi baten ostean (doluaren lehenengo fasean ohikoa den ezeztapena, osatze fisikoarekin bat etortzen dena, edo senideengan ohikoa izaten den “inoiz baino sendoagoak izan behar gara”...), hasiera berantiarreko trauma osteko nahasmenduak agertu daitezke. Kasu honetan, patologikotzat jotzen dira jada eta ez dira erreakzio normalak.

Istripuaren bizitasunak, larritasunak, iraupenak edota hurbiltasunak eta haren ondorioak elementu garrantzitsuak dira

ondoren trauma osteko nahasmendu bat azaltzeari dagokionez. Nortasunaren ezaugarriak eta alde zurretik egon zitezkeen buruko nahasmenduak eragina izan dezakete halaber horrelako nahasmenduak agertzean. Hasierako erreakzioak desagertzen ez badira eta tratamendu egokia ematen ez bada, nahasmendu horiek degeneratu egiten dira eta kroniko bihurtzen, izan ere, denbora joaten uzteak ez ditu bere horretan konpontzen.

Ospitaleratzea dagoen kasuan, ondorio psikologikoak neurri bateko osatze fisikoa egon eta gero agertu daitezke. Ospitaleratze aldiek nahitaezko jarraitutasun falta eraten dute gure bizitzan, bai bizitza pertsonalean, bai gizarte eta lanekoan. Ondorioz, komenigarria da uneren batean edo bestean pentsatzen hastea ea nola egokituko garen egoera berrira, aintzat hartuta ondorio fisikoen agerpena eta horiek etorkizunean edukiko dituzten eraginak. Errealitatera egokitzea bestelako hautabideak bilatuz eta aldaketan onarpen ezan ez blokeatzea dira egoera psikologiko osasungarri baten ezaugarri.





Komenigarria da laguntza psikosoziala edukitzea eraginkortasunez eta ahalik eta lasterren egiteko berregokitzapena.

Ezbeharrean maite dugun norbait hil bada, jabetu egin behar gara ziurrenik ez gaudela prest psikologikoki zenbait erabaki hartzeko. Egokiena berehalako izapideetan eta etorkizunekoetan aholka eta lagun gaitzaketen profesionalengana jotzea da. Lehenengo erreakzioak gertatu dena ukatzekoak izan daitezke, sorgortzekoak, nahasmendukoak eta neurri bateko anestesia emozionalekoak. Negarra, hiperaktibitatea, isolatzea eta amorru eta inpotentzia adierazpenak bidezko portaerak dira eta ez nahasmendu psikologiko baten sintoma.

Normala da ere ageriko normaltasun fase bat igarotzea, “*ezer gertatu izan ez balitz bezala*”. Etsipen handiko uneekin eta lehen adierazitakoak bezalako min akutuko erreakzioekin txanda-katurik azaltzea ere posible da.

Dolua lantzeko prozesua ez da etengabe hobetzen doan lerro baten parekoa. Irudi dakiguke emozionalki atzerantz egiten dugula uneren batean. Beharrezkoa da gertatu denari buruz hitz egitea, eta baita galdu dugun pertsonari buruz mintzatzea ere. Solasaldiak edo egoerak saihestek ez du gure osatzea zaildu besterik egiten.

Dolua lantzeak ez du ahaztea esan nahi. Pertsonaren agerpen fisikoa gabe bizitzen ikastea esan nahi du, eta hura maitatzen jarraitzea bertan ez bada ere.

Profesional espezializatuak eta esperientzia duten pertsonak daude, eta haiek helburua lortzen lagun gaitzakete. Ulertu egiten gaituzte eta badakite nola sentitzen garen. Oso garrantzitsua da haien laguntza aintzat hartzea. Ez dugu zertan bakarrik igaro hain prozesu zail eta mingarria. Dolua eraginkortasunez ebazten ez bada, askotan depresio nahasmenduetara eramaten du eta tratamendu psikiatriko luzea eta guzti behar izaten da. Nahasmendu horiek prebenitu ditzakegu.

***Jarduna eta saiheste eza***, gure bizimodua ahalik eta lasterren eta ahal den neurrian normalizatzen saiatuz, funtsezkoak dira aurre egite aldera. Horren onurak ez ditu bakoitzak bakarrik jasoko; inguratzen gaituztenak ere onuradun izango dira. Jarduera baliabide onenatariko bat da.

## Aholkularitza Psikologikoa

# Nerabeekin



Nerabeak bilakaeraren etapa oso konplexuan daude. Trafiko istripu bat jasatea, haien sortzaile izatea edo senideak edo lagunak bertan zauritzea edo hiltzea bezalako inpaktu emozional bat haiei gehitzeak ez du garai horretan etengabe aldatzen ari den oreka bat apurtu besterik egiten.

Trauma dakarren gertaera bat eta gero, biztanleen erreakzioak ezberdinak dira adinak gorabehera. Haurrekin bezala, egon daitezkeen erreakzioak argituz jardun beharko litzateke, behatuz, haiek beren buruak adierazten dituztela utziz eta gezurrik ez esanez. Sentitzen ari diren horri izena jartzen laguntzea; aitzitik, gehien ikusten diren adierazpenak ezberdinak izan daitezke: haserre, sumina, gizartearen aurkako portaera, hermetismoa, eskolan errendimendu baxua.

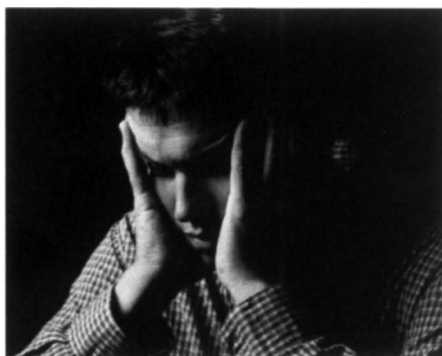
Azpitarratzekoa da ere erru sentimenduak izan ditzaketela, biziraun duenaren sindromearekin uztartuta (“nik hil behar nuen”) edo, bestela, hildako anaiak neurritz gaineko garrantzia hartzen duela eta familiako gunetik baztertua sentiarazten dioten adierazpenak ager daitezkeela. Ondorioz, inguruabarrek eskatzen dutenerako prest egoten saiatzen dira beti, edo jada ez dagoen hori ordezkatzeko saiatzen dira (“ni hiltzea nahiago zenuketen”).

Nerabezaroaren berezko ezaugarriak ez dira nahastu behar istripu baten ondorioz agertzen den sintomatologiarekin. Ez dugu ahaztu behar adin honen ezaugarri nagusienetako bat “guztiahaltasuna” dela: “niri ez zait gertatuko...” pentsatzea. Zorritzarrez, “*baietz, gertatzen dela*” ikusten dutenean, aurre egin behar diote hainbat pentsamenduri, hainbat sinesmen baztertu, beren ahultasuna agerian geratu dela jabetu eta, etorkizunean, taldearen presioa gaingaitu. Horrela, lehen alkoholaren eraginaren mende zegoen gidaria zuen ibilgailuan sartzeko gai bazen, orain erresistentzia handiagoa bilatuko du baina taldeak “agindu egiten du”. Une ona da taldearen presioari aurre egiten zaiola bultzatzeko eta hori egiten irakasteko. Eskola jardunak nahasmenduak jasan ditzake. Ikaslearen ohiko espedienteak izan beharko da abiaburua, eta bikaina, erdipurdikoa edo txarra zen ikusi. Lehenengo bi kasuetan, edozein

aldaketa esanguratsuk aldaratearen egoeraren eta traumaren prozesuaren arrastoren bat eman beharko digu, izan ere, ez da beti erraza izango zer gertatzen ari den jakitea.

Haurren kasuan gurasoek umea profesional batengana eraman dezaketen bezala beharrezkotzat jotzen dutenean, nerabea adingabea bada ere komenigarria da bere aldetik laguntza eskaera egotea. Eskaini egiten badiogu, ziurrenik errefusatu egingo du baina azal diezaiokegu gertatzen zaiona ulertuko duten pertsonak daudela edo etorkizunean arazoak prebenitzen lagun diezaioketen pertsonak daudela.

Gertaera traumatiko baten ostean, helduek mendetasun jokabideekin erreakziona dezakete (alkohola, drogak...). Ondorioz, nerabezaro aurreko adinean eta nerabezaroan arreta berezia eduki beharko da mendetasuneko balizko egoerak hasi edo areagotzea -lehendik horrelakorik bazegoen- prebenitzeko. Horrelakorik igarriz gero, komenigarria da profesionaleri kontsultatzea.



Beste sexuarekin lehenengo topaketak edukitzeko aldia da, sentimenduen alorreko lehenengo arrakasten eta porroten aldia. Haien gorputzen gaineko irudiak ezohiko garrantzia hartzen du adin honetan. Ondorioz, arreta berezia jarri beharko da nerabeak zauriak jasan bazituen, izan ere, zenbaitetan, eta

erantsitako zenbait alderdirekin batera, elikadura jokabideen nahasmenduak azkartzen dituzten faktore izan daitezke (anorexia, bulimia, dismorfofobia). Halaber, itxi gabeko dolua horrelako nahasmenduak azkartuko dituen faktoreetako bat izango da.


Azkenik, aztertzeko beste eremu bat nerabearen erreferentziako taldearena izango da: irteten jarraitzen du edo etxean isolatzen da? Ikasi egin behar duelako ez dela ateratzen dio edo irtetea saihesten dabil? Edonola ere, prebentzio onena haren eskaerei arreta ematea da, argibideak eman eta laguntza eskatzen lagundu. Zenbaitetan “denborak bakarrik ez du guztia sendatzen”, profesional batengana jo behar da eta gure atentzioa erakartzen duen edozein portaera igartzen saiatu behar gara (bilakaeraren etapa honek berezkoak dituen alderdiekin nahastu gabe).

## Aholkularitza

# Psikologikoa Umeekin



1. Umearen sentimenduei erantzutea, bere beldurrei buruz hitz egitera animatzea, gugandik hurbil sentitzea gure sentimenduak adierazteko.
2. Haien beldurrei emandako erantzunak zuzenekoak, sinpleak, izan behar dira. Haurrak argibideak onar ditzake helduarengan konfiantza duenean.
3. Harekin asko jolastu. Haurrek jolasaren eta ekintzen bitartez komunikatzen dituzte beren barru-barruko sentimenduak.
4. Heriotzaren osteko lehenengo asteetan, haiek zaintzen dituen pertsonak denbora hartu behar du haiekin eseri eta jolasteko. Jolasa gidatzea saihestu behar da. Bere sentimenduak adierazteko erabiltzen duen moduagatik ez diogu inoiz kritikarik egin behar.
5. Familiaren minan, amorruan, parte hartzen utzi behar zaio, baina oinarritzat dituen haiek hondoratuta daudela ikustea saihestuz.
6. Heriotza, bere horretan, ulertarazten laguntzeak ez du minik egiten; haren tristezia maite den pertsona bertan ez egoteagatik etorri dela ulertarazi.
7. Zazpi urte inguru betetzen direnean, hileta elizkizunetara joatea onar diezaiekegu, horretara behartu gabe, ordea. Honek lagundu egingo die heriotzaren errealitatea ulertzen. Komenigarria da aldez aurretik argitzea zer den hileta elizkizun bat, eta bertatik nahi dutenean atera daitezkeela ulertarazi, nahi izanez gero.
8. “Tokitik kanpo” daudela irudi dakigukeen portaera ulertu eta onartzea. Dibertigarriak ez diren gauzengatik barre egitea nagusi zaizkion sentimenduak onartzeko modu bat izan daiteke.

- 
9. Aukera eman oroitzapenezko ekitaldietan parte hartzeko edo laguntzeko.
  10. Ez dezagun beldurrik izan haien malkoen aurrean: ume batentzat ohikoa da negar egitea.
  11. Heriotzari buruz hitz egin behar zaio berak hitz egin nahi duenean. Erantzun zintzoak eta galderekiko egokiak eman. Ez azaldu galdetu ez dituen gauzak.
  12. “Aita denboraldi luze baterako joan da” bezalako gauzak esatea saihestu: abandonu bat bezala interpreta dezake.
  13. “Amatxo zeruan dago” bezalako argudioak ez ditu ulertuko beharbada, berak hilerrian dagoela dakielako. Hitz egin arimari buruz hark hori nahi badu.
  14. “Jainkoaren borondatea da” bezalako esaldiek Jainkoaren aurkako gorroto sentimenduak ekar ditzake. Edozein kasutan, esan egingo zaio axolagabe bat dela heriotza eragin duena.
  15. “Aitona hil egin da gaixo zegoelako” esatea argibide eskasak ematea da. Gaixotasun guztiek heriotza ekar dezaketela pentsa dezake.
  16. Saihestu “hiltzea lo egitea bezalakoa da” esatea: lo egiten duen bitartean hiltzeko beldurra eduki dezake.
  17. Ez isolatu ingurunean gertatzen den errealitatetik, min gehieneko aldian eta hurrengo egunetan beste pertsona batzuekin bizitzera bidaltzea saihestuz. Doluaren esperientzia bizi egin behar du, eta hartatik elkarrekin irteteko lagundu egin behar diogu.

Edozein bizipen traumatiko bat-bateko desoreka bat da egunerokoan. **Normaltzat** jotzen diren **erreakzio fisikoek, emozionalek eta psikologikoek**, bai haurren, bai nerabe nahiz helduengan, eta gertatutako jazoeren, mingarriak eta traumatikoak, azalpenak ikusi, entzun edo aditu izan ondoren, ordu, egun edo aste batzuk iraun dezakete, eta hauek dira, besteak beste:

- \* Larritasuna.
- \* Zorabioa.
- \* Hotz-beroa.
- \* Hiperaktibitatea.
- \* Insomnia eta lo nahasmenduak, amesgaiztoak, lo egitera joateko beldurra.
- \* Gau erdian esnatzea, 8 ordu lo egin izan ondoren erabat deskantsatu ez izanaren sentazioa edukitzea.
- \* Berriro ere ohea bustitzea.
- \* Goserik ez izatea, jateko gogoia galtzea edo neurritz gain jatea, gozokiak batez ere...
- \* Inurridura.
- \* Buruko minak eta tentsio erako minak (bizkarra, zerbikalak).
- \* Korapiloa sabelean eta eztarrian.
- \* Memoria galera txikiak.
- \* Kontzentrazio galera.
- \* Desorientazioa egunean zehar.
- \* Aldarte aldaketak.
- \* Emozio aldagarriak edota kontrolik gabekoak (negarra, nahasmendua, sorgortzea, suminkortasuna...).
- \* Umorea eta interesa galtzea gauza atseginekiko.
- \* Afektua jasotzeko edo erakusteko zailtasuna.
- \* Neurritz gaineko erreakzioak. Izualdiak.
- \* Flashbackak: irudiak bat-batean agertzea, gertakarien buruko argazkiak bezala; horiek egoera berriro bizitzea eragiten dute, benetan pasatzen ariko balitz bezala.
- \* Etengabe arriskua igartzea.
- \* Erru sentimenduak.
- \* Etengabe planteatzea: *zergatik?*
- \* Bakarrik geratzeko beldurra.
- \* Gertaerekin zerikusia duten egoerak edota tokiak saihesteko joera.
- \* Gertatu den horri buruz hitz egitea edo hartan pentsatzea saihesteko joera.

Erreakzio hauek guztiak NORMALTASUNAREN barruan daude, eta iragankorrak izatea espero da aurre eginez eta ulertuz gero saihestu ordez. Helduengan hiru hilabetez mantentzera iritsi daitezke gutxi gorabehera, eta, aldiz, haurrak, oso moldakorrak dira. Geroz eta txikiagoak izan, orduan eta hobeto “digeritzen” dute gertatu dena. Pertsona gehienek sintomatologia hau gainditzen dute tratamendu beharra ekarriko duen ondorio psikologikorik jasan gabe. Edonola ere, sintoma horiek hiru hilabete baino gehiagoz mantentzen direla ikusten bada, edo gure eguneroko bizitzako funtsezko alderdiak behar baino gehiago zailtzen dituztela ikusten badugu, espezialista bati galdetu beharko zaio. Norberak bere buruari sendagaiak ematea ez da inoiz aukera gisa hartu behar; sendagile bati galdetu behar zaio beti.



Mundu guztiak ez ditu sintoma berdinak ageri, ezta intentsitate berdinarekin ere; haurrengan, orokorrean, erreakzio ohikoena beldurrarekin eta lo nahasmenduari uztartutako portaerekin zerikusia duten emozioak eta portaerak izaten dira. Geroz eta txikiagoak izan, batzuk haur are txikiagoen adierazpenekin portatzera iritsi daitezke edo “amorrualdiekin” jardun atentzioa erakartzeko. Isiltasunak, hasiera batean, ez luke zertan istripuari buruz hitz egitea saihesteko portaera bat izan. Aitzitik, garrantzitsua izango da haren portaera behatzea (tristetatsuna azaltzen badu, ohikoa baino geldiago badago...edo

gertatutakoa baino lehen mugitzen zena baino gehiago mugitzen den...). Ona da haren adierazpenak “irakurtzea”, batez ere harengan ohikoak direnen aldean oso ezberdinak diren horiek.

---

# Galderak eta

---

# Erantzunak

Jarraian, hurrengo egunetan bizi ahalko dituzuen egoera batzuen zerrenda planteatuko dizuegu, eta baita jarraitu beharreko jarraibide eta gomendio batzuk ere, betiere, etxe eta haurren familia bakoitzaren hezkuntza estiloaren barruan.

**Zergatik egin du, zergatik gidatzen zuen gaizki?** Zenbaitetan, pertsonok espero ez diren erreakzioak izaten ditugu, agian ez dugu egiten dugun horren ondorioengan pentsatzen edo, besterik gabe, jarduteko modu onena dela uste dugu eta tronpatu egiten gara. “Gertatu denari buruz” pentsatu behar dugu, inoiz ulertzera iristen ez bagara ere. Bultzada baten ondotik jarduten dugunean, ez dugu pentsatzen min egingo diogula gure buruari, egin egiten dugu eta kito. Gainerakoek ondorioak jasango dituztela ere ez dugu pentsatzen.

**Zer gertatuko zaio?**

Bilakaeraren berri ematen joatea garrantzitsua da. Istripua jasan duena ospitalerata badago, hark galdetzen duenean benetako gauzei buruzko informazioa emango diogu. Ez badakigu, ez dakigu; eta jakiten dugunean, jakinarazi egingo diogu.

**Zergatik egiten duzu negar? (helduak negarrez ikusiz gero)**

Gertatu denagatik triste nagoelako... (ona da negar egiten ikus gaitzatela eta gure sentimenduak dramatizatu gabe adieraztea; “normalak” garelako ikusiko dute eta beren sentimenduak normalizatzen ere lagunduko die). Aldi berean, halere, “bizitza normala” egiten hasten naiz negar egiteaz bukatzen dudanean. Ona da ere ikustea helduek atsekabea edo mina adierazteko modu ezberdinak dituztela... aldi berean, naturaltasunez, azalduz sentitzen duten hori zer den.

**Zer egin haurrak beldurra duela eta lo egitera joan nahi ez duela esaten badu?**

Egun batzuetan zehar, ziurrenik ohi baino hurbilago egongo zarete zuen seme-alabengandik, baita hori beharrezkoa zaizuelako ere, eta horrek konfiantza eta segurtasuna berriro izaten lagunduko die. Hala eta guztiz ere, egoerak normaltzen joan beharko dira, “galdutako lekua” berreskuratzen. Ondorioz, txikiagoak zirenean



bakarrik lo egin zezaten eta gure ohera ez etortzeko edo gu beren ohera ez joanarazteko balio izan zitzaizuen izango da berreskuratzea ona izango diren baliabideak. Ahaztu duzuenontzat, laburki oroitaraziko dizuegu hori:

- Lagundu lo egitera, argia piztuta dagoela.
- Egunean gertatu diren gauza dibertigarriei buruz hitz egin, azaldu ipuinak eta joan haiek lo hartu baino lehen argia itzaliz.
- Eskatu egiten badute, joan ikustera baina gelan sartu gabe, atentziorik gabe sentitu ez daitezen, et aldiro pixka bat beranduago joan berriro ere oihuka eskatzen bagaituzte.
- Ohikoa zen horretan jazotako edozein aldaketak, adibidez argia piztuta uzteak, ez du lagunduko, elementu berri horrekin lo egiten ohitzen ariko ginatkeelako.
- Gogorarazi iezaiozu umeari kanpoko laguntzarik gabe egiten zuela lo lehen (argirik, ate irekirik... gabe) eta gai dela beti egin duen moduan lo egiteko. “Gai dela dakigula” transmititu behar diogu.
- Amesgaiztoak dituztenean... Ametsaren gaia istripua edo beldurra ematen dion edozer izan daiteke. Azaltzeko gonbitea luzatu behar diegu, istorioa nola amaituko litzatekeen pentsa dezatela, istriputik gertatzen joan den guztia badakite eta. Ametsak esna amaitu daitezke. Haur gehienengan amets horiek desagertuz joango dira, eta bere funtzioa dute Nerbio Sistemaren barruan. Hala eta guztiz ere, denboran luzatzen direla ikusten bada, edo edukia oso bizia dela nabaritzen bada, ona litzateke espezialista bati kontsultatzea.
- Arreta gehiago eskatzen du? Orain behar du, baina afektu gehiago emateak ez du esan nahi egoeraz “aprobetxatzea” onartu behar zaionik. Gure afektua eskuratu beharko du, baina etxeko ohiko arauak normalizatu egin beharko dira pixkanaka. Errieta egiteko beldurrik ez dugu eduki behar beti egin badugu, eta neurritz gain babestu ere ez dugu egin behar. Pentsa ezazue zuen larritasuna eta beldurra ohartu gabe transmititu ditzakezuela.

# Aholkularitza

# Juridikoa

## **LEGE AHOLKULARITZA ZU EDO ZURE SENIDE BAT TRAFIKO ISTRIPU BATEN BIKTIMA ZARETEN KASUAN**

**Emaitza gisa lesioak edo heriotza duten zirkulazio istripuak:** Zu edo zure senideren bat istripu baten biktima izan berri bazarete, eta oraindik minaren eta ziurtasun ezaren eraginean pean egonda ere, egungo Legediarekin zure eskubideak onar ditzatela nahi baduzu (eskubide penalak eta zibilak), izapide batzuk egin beharko dituzu, horiek erraztu egingo dutelako etorkizunean zure eskubideak erreklamatzeko prozesua.

Jarraian azalduko den informazioa zaurituak edo hildakoak ekarri dituzten istripuei buruzkoa da bakar-bakarrik.

## **TRAFIKOAREN ALORREAN ESKUMENDUN DEN AGINTARITZAK ARGIKETA BAT EGITEAREN GARRANTZI HANDIA**

Lesioak dauden istripu guztietan, Trafikoa zaintzearen ardura duten indarrek (Ertzaintzak edo Udaltzaingoak) argiketa bat egiteko betebeharra dute.

Herri arteko bideetan, arduradunak Ertzaintza da eta hiri barruko bideetan Tokiko Polizia edo Udaltzaingoa da argiketa egiteko ardura duena, istripua jazotzen den tokian eskumendun nor den gorabehera.

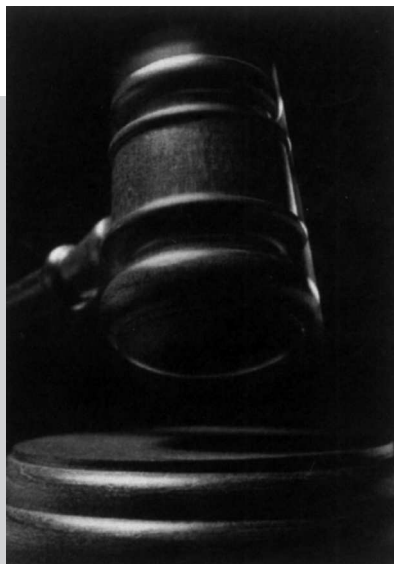
Zu tokian bertan bazaude eta egiteko moduan bazaude, Larrialdi Zerbitzuei berehala ohartarazi ondoren, **ZERA AHOLKATZEN DIZUGU:**

1.a: Argiketa egiteko ardura duen **Agintari eskumenduna ohartarazi** dela zaintzea, hark argiketa hori egin dezan.

2.a: **Lekukoen** datuak hartzea, eta kasuan kasuko Agintaria iritsi arte itxaron dezatela eskatzea, aitortpena egin ahal izan dezaten.

3.a: Ahal izanez gero, **argazkiak** ateratzea ibilgailuen kokalekuarena, kalteena edo istripua irudikatzeko baliagarria izan daitekeen beste edozein daturena. Edonola ere, une oro segurtasuna bermatu behar da eta ez da inolako arriskurik sortu behar.

4.a: Istripuan **parte hartu duten ibilgailuen datuak** idaztea (matrikulak, jabea, modeloa eta marka, eta abar), eta baita gidarien eta eragindako pertsonen datuak (izena, NANA, helbidea, telefonoa, eta abar) eta ibilgailu bakoitzaren Aseguru Etxearen datuak ere (Erakundearen izena, Poliza zenbakia, eraginen data eta iraungitze data, aseguratuaren izena, eta abar).



## OSASUN TXOSTENAK

Edozein min edo ondoez edukiz gero, oso garrantzitsua da **gertueneko Ospitalera bertaratzea** osasun laguntza eskuratzeko eta lesioak behar bezala diagnostika diezazkiguten.

Lesiodun orok du larrialdietako osasun txostena eskuratzeko eskubidea bisitatzen duen Ospitalearen aldetik eta, ospitaleraturik geratuz gero, alta hartzen den unean, alta txostena eman beharko zaio. Bertan, lesioen diagnostikoa, jasotako tratamendua eta ospitaleratze aldia adierazi beharko dira.

Ospitaletik irten eta gero tratamendu ambulatorioarekin jarraitzen baduzu, eskubidea duzu alta jasotzen duzun unean osasun txosten bat eman diezazuten. Bertan, jasotako tratamendua xehatuko da eta baita gaixoaren egoera zein den ere tratamendu hori amaitzen denean (ondorioak edo mugak xehatuz).

Txosten hauek guztiak garrantzitsuak dira jasandako lesioak egiaztatu ahal izateko eta zure eskubideak erreklamatzeko.

Halaber, jakizu egungo Osasun Legediarekin **gaixo orok duela bere Historia Klinikoaren kopia bat eskuratzeko eskubidea**.

## ISTRIPU AITORPENA ASEGURU ETXEARI

Zure aseguru etxean kasuan kasuko istripu parte aurkeztu beharko duzu al bait lasterren (legezko epea 7 egunekoa da, nahiz eta ondoren aurkezterik ere badagoen tartean arrazoi justifikatu bat badago).

Istripu aitorpena, zure Aseguru Etxea gorabehera, telefonoz, fax bidez, posta elektronikoz edo zure inguruko pertsonaren baten bitartez egin ahalko duzu; edonola ere, funtsezkoa da istripu aitorpena egin izanaren agiriren edo ziurtagiriren bat eskuratzea.

Beharrezkoa da istripu aitorpenean ezbeharraren zure bertsioa adieraztea eta hurrengo datuak biltzea: zein tokitan jazo zen, ordua eta data, esku hartu zuten ibilgailuak, zaurituen egoera eta une horretan ezagutzen den beste edozein elementu. Ezbeharraren berri eman aurretik, komeni da abokatu bati aholku juridikoa eskatzea kalteak saihesteko.

## ARGIKETA ESKURATZEA

Gaur egun, istripuan esku hartzen duen Agintaritzak aste batzuk behar izaten ditu argiketa egiten amaitzeko, izan ere, lekukoen eta zaurituen aitorpenak hartu behar izaten ditu, kasuan kasuko krokisa egin eta txosten teknikoa bidali.

Denboraldi hori igarota, argiketa eskatu daiteke, haren edukia ezagutzeko eta jarraitu behar diren jarduerak finkatzeko. Tokiko Polizia edo Udaltzaingo batzuetan udal tasa batzuk ordaindu behar izaten dira txosten horren kopia eskuratzeko; aldiz, beste Kidego batzuetan kopia bat eskura daiteke inolako tasarik ordaindu gabe.

Istripuan lesio larriak edo heriotza jazo badira, edo esku hartu zuen Agintaritzak berak trafikoaren segurtasunaren aurkako balizko delitu gisa kalifikatzen baditu hasiera batean gertaerak (alkoholemiagatik, drogengatik edo ausarkeriaz gidatzeagatik), kasu horietan argiketa zuzenean bidaltzen da gertaerak jazo diren tokiko Guardiako Epaitegira (Instrukzioko Epaitegia) eta argiketaren kopia bat eskuratzeko izapidetu diren Jarduera Judizialean eskatu beharko da. Kasu horretan, beharrezkoa da **Trafiko istripuetan Aditua den Abokatu** batek jardutea, hark izapide horiek egin ditzan eta aipatutako argiketaren kopia bat eskura dezan.

**Argiketaren kopia bat eskuratzea** erabilgarria izango zaizu kontrako aseguru konpainiari atariko erreklamazio bat aurkeztu nahi diozun kasuan. Dena den, erabilgarria izango zaizu ere argiketa egin zuen Agintaritzaren iritzi teknikoa zein izan den ezagutzeko eta Epaitegiari istripua irudikatzea eta Istripuak Berrirudikatze Zentrorara bidaltzea eskatu behar zaion edo ez erabakitzeko edo, horri ezezkoa ematen dioten kasuan, **Istripuak Berrirudikatzen Aditua** den bati eskatzea erabakitzeko.

**Ikerketa teknikoa eta istripua berrirudikatzea** funtsezkoa da gertatutakoaren errealitatea ezagutzeko eta hura eragin duten arrazoiak ondorioztatzeko.

Istripuen berrirudikapenean aditu diren profesionalen egindako ikerketa tekniko egokiak aukera emango du gertatutakoaren errealitatea ezagutzeko.

## **SALAKETA EGIN AHAL IZATEKO EPEAK**

Kode Penala aldatu berri da, beraz, **istripua gertatutako egunetik** bi hilabeteen barruan salaketa egiteko aholkatzera derrigortuta gaude.

Epaitegiak Aurretiako Eginbideak irekitzen baditu balizko delitu batengatik, **oso garrantzitsua da** kaltetua edo biktima **abokatu eta prokuradore batekin agertzea** eta **akusazio partikular** gisa jardutea bere eskubideak erreklamatzeko eta istripuaren arduradunaren eta haren Aseguru Etxearen aurka Zigor Ekintzak eta Ekintza Zibilak baliatzeko.

## **ERANTZUKIZUN ZIBILA ETA KALTE-ORDAINA LESIOENGATIK EDO HERIOTZAGATIK**

Gorputzean kalteak, pertsona maite bat galtzea, kalte morala, osasun laguntzako gastuak, diru sarrera galera (sortutako kaltea edo lortu gabeko irabazia), kalteak ibilgailuan edo bestelako kalte materialak, eta abar jasan badira, eta zu ez bazara izan istripuaren erantzulea, **eskubidea duzu kalte-ordaina (kalte materialak edo pertsonalak) erreklamatu eta jasotzeko.**

Hori dela eta, Salaketa egiten denean, jasandako lesioen eta kalteen erreklamazioa sartu behar da.

Ondo gorde osasun txosten guztiak (hasierako ziurtagiria, ebakuntzaren txostena, ospitaleratzearena, eta abar) nahiz istripuak eragin ahal izan dizkizun faktura guztiak eta ordainketa agiriak (telefonoa, ospitalera edo fisioterapeutara joateko garraio gastuak, hondatutako arropa, eta abar): kalte-ordainaren eskaera justifikatzeko balio izango dute.

Kasu hauetan, komenigarria da **Trafikoan Espezialista den Abokatu** baten laguntza edukitzea. Aldez aurretik haren kudeaketatik eratorriko diren ordainsariak adostu beharko dira.

Istripuaren egileak alde egin bazuen, eta hura izan zela dioen behar besteko frogarik badago, erantzukizun zibila eta ondorengo kalte-ordain ordainketa Aseguruaren Konpentsazio Partzuergoaren konturakoa izango da, asegururik gabeko ibilgailuek eragindako istripuak ere estaltzen dituen hain zuzen.

## **GORPUTZEAN ERAGINDAKO KALTEAK**

Zigor-arloko jurisdikzioan auzitegiko medikuak lesioak eta ondorio fisikoak zehaztuko ditu. Ez baditu behar den moduan aintzat hartzen, komenigarria da **Gorputzeko Kaltearen Balorazioan aditu den Osasun Peritu** batengana jotzea. Hark lagundu egingo du osasun txosten osatuago bat eratzen, eta lesioak eta ondorioak behar bezala baloratuko ditu.

Aseguru etxeak auzitegiko medikuak egiten dituen miaketak bertatik bertara ikusi nahi baditu, zuk ezetz esan dezakegu; izan ere, horri buruz badago jurisprudentzia Madrileko probintzia-auzitegian (Bigarren Sailaren 2009ko martxoaren 4ko autoa).


Lesioengatiko kalte-ordaina Auzitegiko Medikuek egiten duen txostenaren mendekoa da, hau da, hobekuntza posiblerik ez dagoela usten den unean dagoen osasun egoeraren mendekoa. Auzitegiko Medikuen Irizpenarekin ados ez bazaude berraztertzea eskatu ahalko duzu edo horren aurka egin ahalko duzu bere perituaren osasun txostena erantsita.

**Oso garrantzitsua da** zuk zera jakitea: kontrako Aseguru Etxearekin kalte-ordainerako akordio batera iritsi arren, **eskubidea duzu zigor ekintzekin jarraitzeko** eta istripuaren erantzule den gidariak istripua eragiteagatiko zigorra eskura dezan (espetxeratzea, isuna edo gidabaimena kentzea, ezbeharraren inguruabarrak zeintzuk izan diren gorabehera).

## **KALTE MATERIALAK**

Kalte materialak erreklamatzeko oso garrantzitsua da ibilgailua eta istripuan hondatu ahal izan diren objektuak (kaskoa, jantziak, eta abar) konpondu izanaren faktura edo ordainagiria aurkeztea.

Zure ibilgailuari erabateko ezbeharraren aitortpena ematen badiote, istripuaren unean hark zuen salmenta balioa erreklamatu behar duzu, eta hori afektazio balioa izena duen portzentaje batekin osatu. Horrela, istripuaren unean zenuen ibilgailuaren ezaugarri antzekoak edukiko dituen ibilgailu baten birjartze balioan kalte-ordain egokia eskuratuko duzu.



Hemen, beharrezkoa da esatea zuk ez duzula kontratuzko inolako harremanik kalteak eragin dituen pertsonarekin edota bere aseguruarekin; beraz, kaltea osorik ordaintzeko printzipioak agintzen du. Zure aseguru etxea eta kalteak eragin dizkizun ibilgailuarena bera bada, interes-gatazka bat dago, beraz, berriz esan behar da, jo ezazu aferarekin loturarik ez duen abokatu batengana.

### **ABOKATU BAT BEHAR AL DUT?**

Beti da komenigarria kasuari buruzko dokumentuak erraz eskuratu ahalko dituen eta jarraitu beharreko prozedura eta izapideak ezagutzen dituen abokatu batengana jotzea. Gure aholkua **Abokatu Trafiko Istripuetan Aditua Izatea da.**

Zuk aseguru kontratu bat (ibilgailuarena berarena) edo babes juridikoko aseguru bat edo arrisku anitzeko aseguru bat baduzu, kontratu horrek zuk aukeratutako abokatu baten laguntza eskuratzeko eta kontratuak haren ordainsariak edo haien zati bat ordaintzeko bermatzen dizkizun eskubideak egiaztatu beharko dituzu.

**Gure aholkua** hau da: lesioak edo heriotza ekarri dituen istripu baten kasuan, **kontrata itzazu abokatu independente baten zerbitzuak.** Hori erabakitzen baduzu, horren berri eman beharko diozu Aseguru Etxeari. Hark ordainsariak gain hartu beharko ditu kontraturik dagoen Bermea gorabehera, izan ere, poliza bakoitzak estaldura ezberdina du zuk askatasunez aukeratutako abokatu baten gastuak gain hartzeko. Kontu honetan, komeni da gogoratzea konprobatu behar duzula zure polizak duen estaldura ekonomikoa aipaturiko gastuei aurre egiteko.

Zuk hura zure kontu kontratatzea erabakitzen baduzu, alde zure finkatu beharko dituzu ordainsari profesionalak. Komenigarria da hori idatziz jasotzea eta kontratazioaren baldintzak zehaztea bertan.

Orokorrean, ordainsari profesionalak (adibidez eskuratzen diren kalte-ordainen %10 eta %20 artean; edonola ere, askeak dira eta adostu egin behar dira) likidatu egiten zaizkio abokatuari kalte-ordainak jasotzen dituzun bakoitzean (izan daiteke zatika edo prozesuaren amaieran). Aitzitik, zenbateko hori eta gero, zure Aseguru Etxearekin kontratatuta eduki ahal duzun estaldura itzultzeko eskubidea baliatu ahalko zenuke, abokatu askatasunez aukeratu izanagatik estaldura horrengatik (defentsa juridikoko poliza).



Trafikoaren segurtasunaren aurkako delituengatiko edo zuhurtziagabeko hilketa delituengatiko prozeduretan, prokuradoreak ere esku hartu beharko du eta haren ordainsariak (zerga bat daukate) ere finkatu beharko dira. Prozedura judizial horietan, ordea, zure abokatuari eskatu beharko diozu istripua sortu duenari erreklama diezaiola akusazio partikularraren Kostuak ordaintzeko, beraz, abokatuaren eta prokuradorearen ordainsarien zati garrantzitsu bat berreskuratu ahal da epaiketa irabazten bada eta prozesu-kostuei buruzko kondenarik badago. Falta-epaiketetan ez.

## **EPAIKETA EDO PROZEDURA MOTAK, ZIGOR ERAKOAK ETA ZIBILAK**


### **ZIGOR EPAIKETA**

Zuhurtziagabekeriako lesio falta bat edo delitu bat egin den gorabehera, falta-epaiketa bat edo Prozedura Laburtu bat izapidetuko da hurrenez hurren.

Prozedura Laburtuak istripua eragiten duen gidariaren aurka izapidetuko dira **delitu** baten erantzule dela uste bada, eta gure Kode Penalean zehazturiko zigorrak ezarriko zaizkio.

Falta-epaiketa bat izapidetzen denean, arrazoia gidaria zuhurtziagabekeria arinaren eragile bakartzat hartzea izaten da ondorioa heriotza izan arren.

Argiketa eta salaketa guardian dagoen Instrukzioko Epaitegiari aurkezten zaizkio generalean, gertaerak jazo diren tokia gorabehera dagokion horretan. Epaitegi hori izango da erabakitzen duena (auto judizialaren bitartez) Falta-epaiketa izapidetuko den edo Prozedura Laburtua egingo den. Edonola ere, hasieran Aurretiazko Eginbideen zenbakia emango da, prozesua izapidetzeko, eta ondoren epaileak erabakitzen du Falta-epaiketa bat edo Prozedura Laburtua izapidetuko den.



Prozedurak Falta-epaiketa gisa edo Prozedura Laburtu bezala jarraitu behar duen finkatzen denean, errekurtsoa jarri ahal da beti epailearen ebazpenaren aurka.

Falta-epaiketa Instrukzioko Epaitegian izapidetzen eta epaitzen da, eta Prozedura Laburtua Instrukzioko Epaitegian izapidetzen da eta, ondoren, Fiskaltzak eta Akusazio Partikularrak eskatutako zigorra zein den gorabehera, Zigor Arloko Epaitegian edo Probintzia Auzitegian epaitzen da.

Izapidetutako zigor eginbideetatik (Aurretiazko Eginbideak) finkatu egiten bada ez dagoela deliturako behar besteko arrastorik, eta zuhurtziagabekeriazko lesio falta baten kasurako zuk ez baduzu kasuan kasuko **salaketa** aurkeztu horretarako finkatu den **epean**, jarduerak artxibatu egingo dira eta **bide zibiletik** bakarrik egin ahalko duzu zure erreklamazioa. Horretarako, **urtebeteko epea** edukiko duzu istripua jazo zen egunetik hasita edo zigor eginbideak amaitu ziren datatik hasita.

Falta-epaiketan ez da beharrezkoa, nahiz eta oso gomendagarria den, abokatu baten laguntza edukitzea. Prozedura Laburtuetan, ordea, ezinbestekoa da abokatu batekin eta prokuradore batekin bertaratzea akusazio partikular gisa.

## **EPAIKETA ZIBILA**

Kalte-ordainen erreklamazioak, bai kalte materialena, bai kalte pertsonalena, jurisdikzio zibilaren bidetik ere egin daitezke. Hala eta guztiz ere, kontuan hartu behar da zigor organo judizialekin gertatzen ez den bezala, kasu honetan kalte-ordainak eskatu bai, baina istripuaren eragileari isunak edo bestelako zigorrak jartzea ezin eska daitekeela.

Prozedura zibil bat baino gehiago dago erreklamazio hori egiteko, eta bati edo besteari jarraituz, eskatzen den kalte-ordainaren zenbatekoaren baitan izango da.

Prozedura berezi bat ere badago, zigor-arloko prozedura artxibatzeaz amaitzen denean edota akusatua absolbitzen denean jartzen da. Kasu honetan, Epaitegiak ebazpena eman behar du (Gehienezko munta-autoa) eta egikaritze-prozedura batean erabil daiteke.

Erreklamazioak ez baditu 2.000 euroak gainditzen, ez da beharrezkoa ez abokatuaren ez prokuradorearen laguntza.

Erreklamazio zibil bat aurkeztu aurretik, oso garrantzitsua da **Trafikoan Espezialista den Abokatu** baten aholkularitza jaso izana, izan ere, eskaera bat gaitzetsi egiten denean, epaiketaren kostuak biktimari berari ordainaraztea agindu daiteke, eta horrek arrisku ekonomikoa eta ondarekoa ekar ditzake, hain zuzen ere aholkulari juridikoak alde aurretik baloratu eta jakinarazi beharrekoa erreklamazioaren benetako aukerak zeintzuk diren bermatze aldera.

### **ADMINISTRAZIOAREKIKO AUZIETAKO EPAITEGIA EDO ONDARE ERREKLAMAZIOA**

Kalte-ordainen erreklamazioak, bai kalte materialen kasuan, bai gorputzeko kalteen kasuan, administrazioarekiko auzien jurisdikzioaren bidetik ere eraman daitezke, hain zuzen ere istripua gertatzearen erantzulea Administrazio Publiko bat dela uste den kasuan (errepideak egoera txarrean dauden kasuan edo hain mantentze egoera txarrean egoteagatik istripuak sortzen dituztenean, erabat desegokia den seinaleztapena duten kasuetan, eta abar).

Kasu horietan, lesioak finkatzen direnetik, **gehienez ere urtebeteko epean** beharrezkoa da erreklamazio administratibo bat aurkeztea istripuaren erantzule den Erakunde Publikoaren aurrean, eta erakunde horrek ondarea erreklamatzeko espediente bat egin behar du, egin zaion erreklamazioari buruzko ebazpena emateko.

Administrazio Publikoak 6 hilabete edukiko ditu ebazpena egiteko; ebazpenik egingo ez balu epe horren barruan, erreklamazioa gaitzetsizat joko litzateke isiltasun administratiboaren bidetik. Hortik aurrera, kalteturiko pertsonak **6 hilabeteko epea** edukiko du erreklamazio bat aurkeztu ahal izateko administrazioarekiko auzietarako jurisdikzioan.

Administrazio Publikoak gure adostasuna ez duen ebazpena egiten badu, kasu horretan **2 hilabeteko epea** egongo da **bakarrik ebazpena jakinarazten den unetik hasita** erreklamazio bat aurkeztu ahal izateko administrazioarekiko auzietarako jurisdikzioan.

Erreklamazioa Administrazio Publikoaren aurkakoa den kasu hauetan, oso beharrezkoa da **Erantzukizun Zibilean eta Aseguruan Aditu den Abokatu** baten esku-hartzea edukitzea, hark biktimaren eskubideak berma ditzan.

### **KALTE-ORDAINEN BALORAZIOA GORPUTZEKO KALTEENGATIK**



Gure herrialdean trafiko istripuentzako kalte-ordain Baremoa aplikatu behar da, hain zuzen ere lehenengo aldiz 30/95 Legean argitaratu zena eta ondoren aldarazi zena 34/2003 Legean. 2011ko urtarrilaren 27ko EAOeko 23. zenbakian argitaratutako baremoa dago indarrean.

Urtero eguneratu egiten da Baremoa, kalte-ordainei eman beharreko balio ekonomikoarekin.

# Galderak

---

## eta Aholkuak

### **NORK SALA DEZAKE?**

- d) Biktimak.
- h) Adingabeen kasuan, haien legezko ordezkariak.
- l) Biktima ez badago salaketa egiteko baldintza egokietan, haren hurbileneko senideak eta Fiskaltzari bidaltzea eskatuz.
- p) Heriotzaren kasuan, heriotzarengatik kalteak jaso dituztenek (ezkontideak, seme-alabek, gurasoek, neba-arrebek, eta abar).

### **NON SALATU?**

Istripua geratu den udalerriko Guardiako Epaitegian.

### **OSO GARRANTZITSUA**

**EDOZEIN ZALANTZA EDO ARGIBIDE TRAFIKO ISTRIPUENGATIK KALTETURIKOEN LAGUNTZA ETA ORIENTAZIORAKO STOP ACCIDENTES ELKARTEARI GALDETU AHALKO ZAIO.**

**EZ IZAN ZALANTZARIK GURE ELKARTEAREKIN HARREMANETAN JARTZEKO; ZURE ESKUBIDEEN GAINEAN AHOLKULARITZA EMATEN SAIATUKO GARA, ISTRIPUAREN ERAGILEEN AURKA KASUAN KASUKO ZIGOR ERANTZUKIZUNAK BALIATU ETA ESKATU AHAL IZAN DITZAZUN ETA ZURI ETA ZURE SENIDEEI DAGOZKIZUEN ESKUBIDE ZIBILAK ERREKLAMATU AHAL IZAN DITZAZUN.**



Pertsona bat hiltzean  
familia bat apurtzen delako  
bikote bat hausten delako  
hutsunea sortzen delako lagunen artean  
hutsunea auzokoen artean  
umetako lagunen artean eta  
bizitzan ezagututakoen artean



# Atxikitze-Buletina

Ebaki eta bidali:  
**STOP ACCIDENTES PAIS VASCO**  
PINONDO ETXEA N°1  
PINONDO PLAZA  
DURANGO 48200 (BIZKAIA)

Izen-abizenak .....

Helbidea .....

Posta Kodea .....

NAN .....

Telefonoa .....

E-maial .....

**Bazkidea**, 20 Euro sei hilabeteko

**Elkartearen aldeko emaria**, ..... Euro

Ordainketa La Caixa 2100/0841/90/0200658216

Helbideratze-agindua:

Bankua edo kutxa .....

Herria .....

Kontu korrontea .....

Stop Accidentes Elkarteak bidaliko dituen ordainagiriak aipatutako kontuan zorduntzeko eskatzen dizuet

Sinadura