

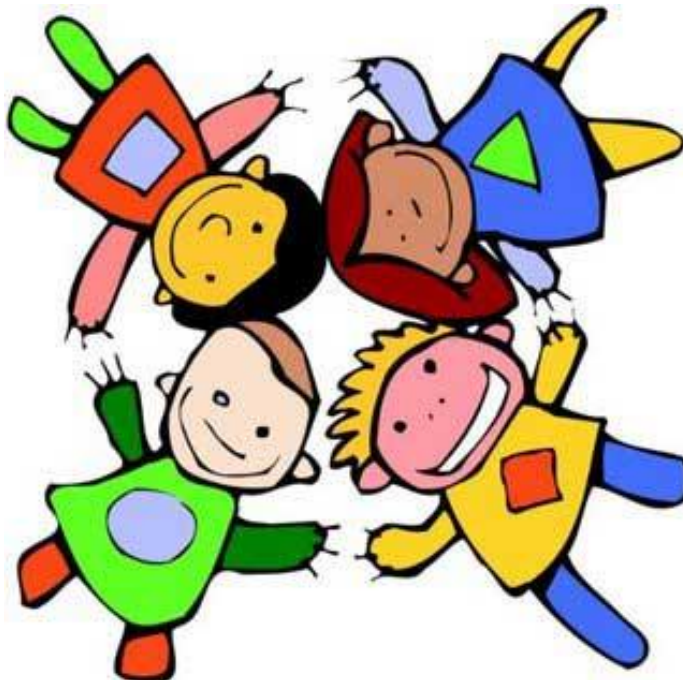
El juego, diversión en compañía

De cara a las fechas navideñas, os hacemos llegar las recomendaciones sobre los juegos que la Asociación Alavesa de Jugadores en Rehabilitación (ASAJER) ofrece a los padres y madres.

El juego, independientemente del medio que utilicemos (balón, pantalla, juegos,...) tiene un componente fundamental que debemos potenciar en los niños/as: la **DIVERSIÓN**. Unida a ella, el juego es más enriquecedor si lo hacemos en **compañía** (padres y madres, amigos/as,...).

Las recomendaciones son:

- Elige el juego o juguete adecuado para la edad de tu hijo/a.
- Al comprar el juego, intenta que favorezca la imaginación, la motricidad, el aprendizaje y que permita compartirlo con otras personas.
- Juega con tu hijo/a. A pesar de que el tiempo muchas veces es limitado, busca un espacio para disfrutar con él/ella. Piensa que crecen rápido y que necesitan no sólo juguetes, sino afecto y compañía.
- Enséñale a jugar. Que aprenda a disfrutar del juego y no a coger un juguete e inmediatamente otro, sin disfrutarlo.
- No le compres todo lo que pida porque te lo demande. Ten en cuenta que como padre/madre debe ser tu criterio el que debe prevalecer. También es importante que no te dejes llevar por lo que hacen otros padres/madres en relación con sus hijos/as.
- Evita los juguetes que favorezcan la discriminación, violencia, sexismo,.. Piensa si esos son los valores que quieres transmitir o si te interesan otros como la solidaridad, el respeto,...
- Los juegos de azar son pensados para personas adultas. Educa a tus hijos/as para que entiendan que para hacer apuestas es necesario ser mayor de edad. Si juegas tú, intenta no implicarles en esa actividad. Uno de los riesgos si apuestan siendo menores es que puedan tener problemas de adicción o dependencia.
- Si tus hijos/as juegan a videojuegos, ten en cuenta su edad y a qué juegos, según tu criterio, pueden jugar sin problemas. Es muy importante que controles el tiempo al que juegan.



Jolasa, ondo pasatzea elkarrekin

Gabonetara begira, Errehabilitazioan diren Arabako Jokalarien Elkarte-k (ASAJER) gurasoentzat eskaintzen dituen jolas eta jokoei buruzko gomendioak ematen dizkizuegu.

Jolasak, berdin dio zein bitarteko erabiltzen dugun (baloia, pantaila, jostailuak,...), oso osagarri inportantea du, **ONDO PASATZEA**, alegia. Gainera, **elkarrekin** jolasten bagara (gurasoekin, lagunekin,...) are aberasgarriagoa izango da.

Hona hemen gomendioak:

- Aukeratu zure seme-alaben adinerako egokia den jokia edo jolasa.
- Jostailuak erosten dituzunean, kontuan hartu honakoak garatzeko aukerak eskaintzen dituela: sormena, motrizitatea, ikastea eta beste persona batzuekin batera aritzea.
- Jolastu zure seme-alabekin. Nahiz eta denbora mugatua izan, topatu tarte bat eurekin gozatzeko. Kontuan hartu azkar hazten direla, eta jostailuez gain maitasuna eta laguntza behar dutela.
- Irakatsi jolasten. Ikasi behar dute jolasaz gozaten eta ez jostailu bat bestearen atzetik hartzen gozatu gabe.
- Ez erosi eskatzen duten guztia, besterik gabe eskatu egiten dutelako. Kontuan hartu aita edo ama zaren aldetik zure iritzia nagusitu behar direla. Halaber, inportantea da beste guraso batzuek bere seme-alabekin egiten dutenera beti ere ez lerratzea.
- Saihestu erosten bazterkeria, bortxakeria, sexismoa,... bezalako baloreak sustatzen dituzten jostailuak. Gogoeta egin balore horiek egokiak diren zure seme-alabentzat edo beste batzuk nahiago dituzun, hala nola, elkartasuna, errespetua,...
- Zorizko jokoak helduentzat asmatu ziren. Adierazi seme-alabei apustuak egiteko adinez nagusia izan behar direla. Zuk jokatzen baduzu, ez nahastu horrentan zure seme-alabak. Adin txikikoak izanda, apustuak egiteak sortu ahal dizkie mendekotasun-arazoak.
- Zure seme-alabek bideo-jokoetan aritzen badira, kontuan hartu euren adina eta, zure iritziz, zein bideo-jokoetan aritu ahal diren arazorik gabe. Inportantea da denbora kontrolatzea.

