SLOW TECH INSTITUTE, z. s.

Výroční zpráva 2025

Od terénní prevence k utváření celostátní debaty o digitálním zdraví dětí.

Slow Tech Institute, z. s.
IČ: 228 26 653
Sídlo: U Havlíčkových sadů 1470/13, Vinohrady, 120 00 Praha
Zapsáno ve spolkovém rejstříku vedeném Městským soudem v Praze, oddíl L, vložka 20898
Iniciativa *Digitální zdraví dětí* · digitalnizdravideti.cz · slowtechinstitute.org

Úvodní slovo

Rok 2025 byl pro Slow Tech Institute rokem, v němž se naše práce posunula ze školních tříd a knihoven také do jednacích sálů Poslanecké sněmovny a na půdu Úřadu vlády. Zkušenosti, které sbíráme přímo mezi dětmi, rodiči a pedagogy, se staly podkladem pro odbornou diskusi o tom, jak v Česku chránit děti v digitálním prostředí: od regulace mobilních telefonů ve školách až po prevenci rizik spojených s online pornografií.

Souběžně jsme dál rozšiřovali přímou preventivní činnost: realizovali jsme 171 vzdělávacích bloků pro žáky, rodiče a pedagogy ve 27 obcích, spustili jsme úspěšný program pro nejmenší děti s opičkou Hopi a otevřeli dvě nové strategické linie - systematickou podporu pediatrů při preventivních prohlídkách a přípravu konverzačních karet pro školní psychology. Děkuji všem kolegyním a kolegům, partnerům a podporovatelům, díky nimž jsme mohli v roce 2025 pomáhat většímu počtu dětí než kdy dřív.

Mgr. Michaela Slussareff, Ph.D.
statutární zástupkyně a výkonná ředitelka

O organizaci

Slow Tech Institute, z. s. je nezisková organizace, jejímž posláním je podporovat zdravý vztah dětí, rodin a vzdělávacích institucí k digitálním technologiím prostřednictvím vzdělávání, prevence a výzkumu. Pomáháme dětem, rodičům i pedagogům orientovat se v digitálním světě, rozvíjet digitální odolnost a chránit se před riziky, která moderní technologie přinášejí.

Účel zřízení

Výzkum a vývoj v oblasti digitálních technologií pro vzdělávání.

Výkonný výbor

- **Mgr. Michaela Slussareff, Ph.D.**, statutární zástupkyně
- **Zdeňka Černá**
- **Christophe Slussareff**

Lektorský tým a odborné zázemí

Naše programy zajišťuje rozšiřující se tým lektorek a lektorů (v roce 2025 jich na programech působilo přibližně sedm), který umožnil souběžně pokrýt školy napříč republikou — od Prahy a středních Čech přes Plzeňsko a Liberecko až po Ostravu. Programy pravidelně aktualizujeme tak, aby vycházely ze současného poznání o digitálním zdraví a vývoji dětí a z mezinárodně uznávaných rámců (mj. doporučení AAP, koncept rodičovské mediace podle S. Livingstone).

Certifikace

Naše preventivní programy jsou certifikovány jako kvalitní preventivní programy Pražským centrem primární prevence, což potvrzuje jejich odbornost a soulad se standardy preventivní práce s dětmi a mládeží.

Rok 2025 v číslech

Vybrané ukazatele shrnují rozsah naší činnosti v kalendářním roce 2025:

171 vzdělávacích bloků pro žáky, rodiče a pedagogy	**27** obcí po celé ČR	**30+** škol, knihoven a center
272 dětí a rodičů přímo v projektu „Digitální odolnost“	**4** odborné akce v PS a na Úřadu vlády	**205** pediatrů zapojených do dotazníku
1 300 uživatelů nového webu „Hopi rodičům“	**+204** tis. Kč hospodářský výsledek	**2** noví dárci a strategičtí partneři

Vzdělávací programy pro školy, rodiče a pedagogy

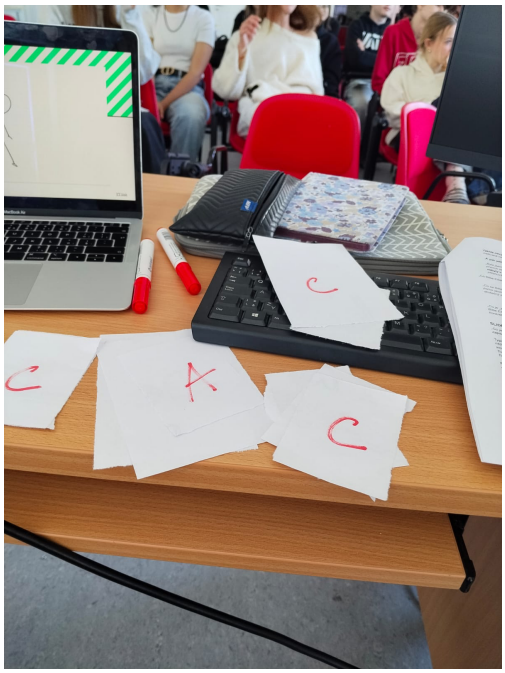
Jádrem naší činnosti zůstává přímá práce ve školách, školkách, knihovnách a rodinných centrech. V roce 2025 jsme podle interní evidence uskutečnili 171 vzdělávacích bloků, z toho 146 pro žáky, 17 seminářů pro rodiče a 3 pro pedagogy a školní psychology (zbývající bloky tvořily programy pro další cílové skupiny, např. pěstounské rodiny). Programy proběhly ve 27 obcích a více než 30 institucích od Prahy, Mníšku pod Brdy, Horních Počernic, Mnichovic, Říčan a Kolína přes Plzeň, Tišnov a Náchod až po Ostravu.

Programy pro žáky podle témat

Skladba témat odráží to, s čím se děti reálně potýkají: od prvního kontaktu s technologiemi v mateřské škole až po sociální sítě, pornografii a vztahy s AI na druhém stupni a střední škole:

- **Interaktivní divadelní program o digitálních lákadlech (MŠ a 1.–2. tř.):** 16 bloků. Hravou formou vysvětluje, co se děje v dětském mozku při používání technologií, a podporuje seberegulaci u nejmenších.
- **Rizika internetu a zdravé digitální návyky (1.–3. tř.):** 28 bloků. Bezpečná komunikace, rovnováha online a offline, vliv modrého světla na spánek.
- **WhatsApp a komunikace online (2.–5. tř.):** 12 bloků. Skryté formy kyberšikany ve třídních skupinách, tlak na okamžitou reakci, šíření nepravd.
- **Kyberšikana (3.–5. tř.):** 28 bloků. Role oběti, agresora i přihlížejícího; jak se zachovat a jak situaci řešit.
- **Digitální wellbeing (4.–9. tř.):** 8 bloků. Dopaminový systém odměn, mýtus multitaskingu, harmonogram dne a kritické myšlení.
- **Návykové prvky her a sítí — sociální inženýrství (II. st. a SŠ):** 25 bloků. Dark patterns, nekonečné scrollování, lootboxy a obrana proti manipulativnímu designu.
- **Nebezpečný obsah a online pornografie (II. st. a SŠ):** 12 bloků. Konsent, zdravé vztahy a vymezení pornografie vůči realitě; první kontakt přichází průměrně už v 11 letech.

- **Sociální sítě a duševní zdraví (7.–9. tř. a SŠ):** 15 bloků. Srovnávání s druhými, doomscrolling a fenomén sebediagnostiky.
- **AI jako učitel, kámoš, terapeut? (6.–9. tř. a SŠ):** nový program reagující na emocionálně intenzivní vztahy dětí s AI chatboty a falešný pocit důvěrnosti.





Semináře pro rodiče

Pro rodiče jsme realizovali 17 seminářů ve školách, knihovnách i rodinných centrech (mj. Jablíčkov, RC Kulihrášek, RC Slunečnice, Institut français de Prague) a poprvé také ve formátu webináře pro Krajský úřad Královéhradeckého kraje. Nejžádanějšími tématy byly „Malé děti a obrazovky“ (0–5 let), „První telefon, první youtuber, první online hra“ (6–10 let) a „Hry, sítě, pornografie: V digitální džungli“ (10+). Semináře nabízejí konkrétní nástroje, jak doma nastavit zdravá pravidla a jak o nich s dětmi mluvit bez zbytečných konfliktů.

Semináře pro pedagogy a školní psychology

Pro pedagogické sbory jsme vedli semináře „Digitální závislosti a videohry“ a „Problematika videoher, sociálních sítí a pornografie“ zaměřené na rozpoznání varovných signálů, screening, techniky krizové intervence a vedení citlivých rozhovorů s dětmi i rodiči.

Ohlasy z praxe

Zpětná vazba ze škol opakovaně oceňuje srozumitelnost a praktičnost programů — pedagogové vyzdvihují, že témata jsou podána zajímavě a s odbornými poznatky, a často hned navazují poptávkou po dalších termínech a zapojení školního metodika prevence. Děti samy po programech popisují konkrétní změny návyků, od nastavení limitů na telefonu po opuštění multitaskingu.

Vlajkový projekt: Digitální odolnost pro nejmenší

Za laskavé podpory **Nadace O2** jsme v období únor–prosinec 2025 realizovali projekt *„Digitální odolnost pro nejmenší: Prevence digitálních rizik v MŠ a na 1. stupni ZŠ“*. Cílem bylo vytvořit a ověřit interaktivní vzdělávací program pro děti 5–8 let zaměřený na budování digitální odolnosti. Poskytnutý nadační příspěvek 200 000 Kč byl vyčerpán v souladu s rozpočtem.

Program s opičkou Hopi

Program využívá příběhovou formu s loutkou opičky Hopi a jejího pomocníka Šopiho, který představuje dopaminový systém odměny v mozku. Děti se učí rozlišovat „mlsná lákadla“ (obrazovky, sladkosti) a „lákadla šampionů“ (sport, tvoření, čtení) a osvojují si tři pravidla zdravého vztahu k technologiím — pravidlo speciálního času, pravidlo „ne moc dlouho“ a pravidlo SuperŠampion. Součástí jsou cvičení na trénink paměti, řešení problémů a koordinaci; každé dítě si odnáší vlastní „Strom lákadel“ a pracovní listy.

13	272	500+
pilotních a ostrých akcí	dětí a rodičů přímo	nepřímý dosah přes materiály do rodin

Doprovodné výstupy

- **Web „Hopi rodičům“ —** spuštěn v květnu 2025 (digitalnizdravideti.cz), za sledované období zaznamenal 1 300 unikátních aktivních uživatelů; obsahuje tři pilíře zdravého digitálního rodičovství, pracovní listy a návrhy domácích pravidel.
- **Odborný podcast —** rozhovor „První kroky v digitálním světě: Jak učit seberegulaci už od školky“ dostupný na Spotify a Apple Podcasts.
- **Materiály do pediatrických čekáren —** pilotní distribuce do pěti ordinací; letáky s doporučeními podle věku dítěte a QR odkazem na web.
- **Dotazníkové šetření mezi pediatry —** osloveno 2 000 dětských lékařů, odpovědělo 205; výsledky potvrzují vysoký zájem pediatrů o téma i o materiály pro rodiče.
- **Metodické materiály pro pedagogy —** podklady pro třídní schůzky motivující rodiče k nastavení zdravých pravidel kolem obrazovek.

V návaznosti na projekt vytváříme síť „digitálně uvědomělých školek a škol“, které budou program realizovat i v dalších letech. Web a materiály zůstávají veřejně dostupné.

Od praxe k politice: odborná a veřejná angažovanost

Klíčovým posunem roku 2025 byl vstup Slow Tech Institute do celostátní odborné a politické debaty o ochraně dětí v digitálním prostředí. Naše poznatky z terénu jsme přinesli na čtyři významné akce v Poslanecké sněmovně a na Úřadu vlády.

27. 1. 2025 Kulatý stůl v Poslanecké sněmovně

„Vliv digitálních technologií na děti a dospívající — čemu je potřeba věnovat pozornost“. Kulatý stůl pod záštitou místopředsedkyně Poslanecké sněmovny Olgy Richterové, věnovaný oblastem, jež vyžadují pozornost odborné i politické veřejnosti.

19. 3. 2025 Seminář k online pornografii (Poslanecká sněmovna)

Seminář o pornografii jako problému i výzvě pro vědu, organizovaný ve spolupráci s iniciativou NePornu (garant Šimon Heller). Michaela Slussareff vystoupila s příspěvkem „Vliv pornografie na vývoj a zdraví dětí“, v němž shrnula vědecké poznatky o konkrétních dopadech a o tom, proč a jak začít s prevencí již u dětí. Dále vystoupili Michal Prívar (předseda etické komise NePornu) a Tereza Babilonová (Klinika adiktologie).

21. 5. 2025 Konference v Poslanecké sněmovně

„Rodinná centra na rozcestí: Udržíme jejich klíčovou roli v prevenci?“. Konference pod záštitou Stálé komise pro rodinu a rovné příležitosti, zdůrazňující nezastupitelnou roli rodinných center v preventivní práci s rodinami.

5. 12. 2025 Kulatý stůl na Úřadu vlády

Kulatý stůl k ochraně dětí v digitálním prostředí, který uspořádal Odbor protidrogové politiky Úřadu vlády ČR. Ústředním tématem byla regulace používání mobilních telefonů ve školách. Z diskuse vzešla shoda na potřebě regulace na základních školách s důrazem na důvěru v učitele, participaci dětí při tvorbě pravidel a vytváření prostoru pro zdravý vztah k technologiím.

Nové strategické linie: podpora pediatrů a školních psychologů

Podpora pediatrů při preventivních prohlídkách

Ve spolupráci s Dr. Hulleovou a Nadací Flaminia řešíme potřebu vzdělávání pediatrů a jejich praktické podpory v oblasti digitálních rizik, zejména během preventivních prohlídek, kde mají lékaři jedinečnou příležitost otevřít s rodiči téma zdravých digitálních návyků. Tato linie navazuje na čekárenský pilot a dotazníkové šetření mezi 205 pediatry z projektu Nadace O2, které prokázalo vysoký zájem lékařů o téma i o materiály pro rodiny.

Konverzační karty pro školní psychology

Díky daru společnosti **Daltek Group ve výši 150 000 Kč** jsme zahájili tvorbu konverzačních karet, které školním psychologům usnadní konzultace s dětmi a rodiči na témata digitálních rizik. Karty poskytnou strukturovanou oporu pro citlivé rozhovory a posílí kapacitu škol řešit problematické digitální chování přímo na místě.

Partneři a podporovatelé

V roce 2025 nás podpořila řada institucí, dárců a partnerů, kterým upřímně děkujeme:

- **Nadace O2 —** podpora projektu „Digitální odolnost pro nejmenší“ a iniciativa O2 Chytrá škola.
- **Daltek Group —** dar na tvorbu konverzačních karet pro školní psychology.
- **Nadace Flaminia —** spolupráce na vzdělávání a podpoře pediatrů.

- **Poslanecká sněmovna PČR a Úřad vlády ČR —** prostor pro odbornou diskusi (mj. záštita O. Richterové, Stálá komise pro rodinu a rovné příležitosti, Odbor protidrogové politiky).
- **NePornu —** spolupráce na prevenci rizik spojených s online pornografií.
- **JSNS.cz a Pražské centrum primární prevence —** odborné zázemí a certifikace programů.
- **Školy, knihovny a rodinná centra —** desítky institucí, které nás přizvaly ke svým dětem, rodičům a pedagogům.

Hospodaření v roce 2025

Účetní závěrka byla sestavena dne 18. 4. 2026. Organizace vede jednoduché účetnictví; následující přehled o příjmech a výdajích za hlavní činnost je uveden v tisících Kč. Hospodářská činnost nebyla vykázána.

Příjmy

Příjmy (hlavní činnost)	tis. Kč
Prodej výrobků a služeb	1 097
Přijaté peněžní dary (mimo veřejné sbírky)	300
Ostatní	12
Průběžné položky	73
Příjmy celkem	**1 482**

Výdaje

Výdaje (hlavní činnost)	tis. Kč
Materiál	112
Služby	1 002
Ostatní	89
Průběžné položky	75
Výdaje celkem	**1 278**

Rozdíl příjmů a výdajů (hospodářský výsledek)	+204 tis. Kč

Organizace v roce 2025 hospodařila s kladným výsledkem 204 tis. Kč (pro srovnání: +160 tis. Kč v roce 2024), který bude použit na rozvoj činnosti v následujícím období. Mezi nejvýznamnější dárce roku patřily Nadace O2 (projekt „Digitální odolnost“) a Daltek Group (konverzační karty).

Výhled na rok 2026

Na rok 2026 navazujeme na všechny tři pilíře roku 2025 — terénní prevenci, odbornou angažovanost i nové strategické linie:

- Pokračovat v rozšiřování školních a rodičovských programů do dalších regionů a profesionalizovat lektorský tým.
- Dokončit a nasadit konverzační karty pro školní psychology a rozšířit jejich využití na školách.
- Spolu s Nadací Flaminia rozvinout vzdělávání pediatrů a podporu prevence při preventivních prohlídkách.
- Dále přinášet vědecké poznatky do celostátní debaty o ochraně dětí v digitálním prostředí, včetně tématu regulace mobilních telefonů ve školách.
- Udržovat a rozvíjet program a web pro nejmenší a síť „digitálně uvědomělých“ školek a škol.

Poděkování

Děkujeme všem dětem, rodičům, pedagogům, školám, knihovnám, rodinným centrům, dárcům a partnerům za důvěru a spolupráci v roce 2025. Věříme, že společně pomáháme dětem a mladým lidem bezpečně a zdravě využívat potenciál digitálních technologií.

Mgr. Michaela Slussareff, Ph.D.
statutární zástupkyně, Slow Tech Institute, z. s.
V Praze, 2026