

Podpora rodičů v digitální době: praktické nástroje pro prevenci a odbornou praxi

Mgr. Terezie Babilonová

doc. Mgr. Kateřina Lukavská, Ph.D.

Prof. Mgr. Roman Gabrhelík, Ph.D.

a kolegové

Bez konfliktu zájmů



1. LÉKAŘSKÁ
FAKULTA
Univerzita Karlova



VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ
NEMOCNICE V PRAZE



Klinika adiktologie

Projekt „Digitální rodičovství:
Prevence a vzdělávání v oblasti
technologických závislostí“
realizovaný za finanční podpory
Úřadu vlády České republiky

V čem jsou specifické “digitální” média?

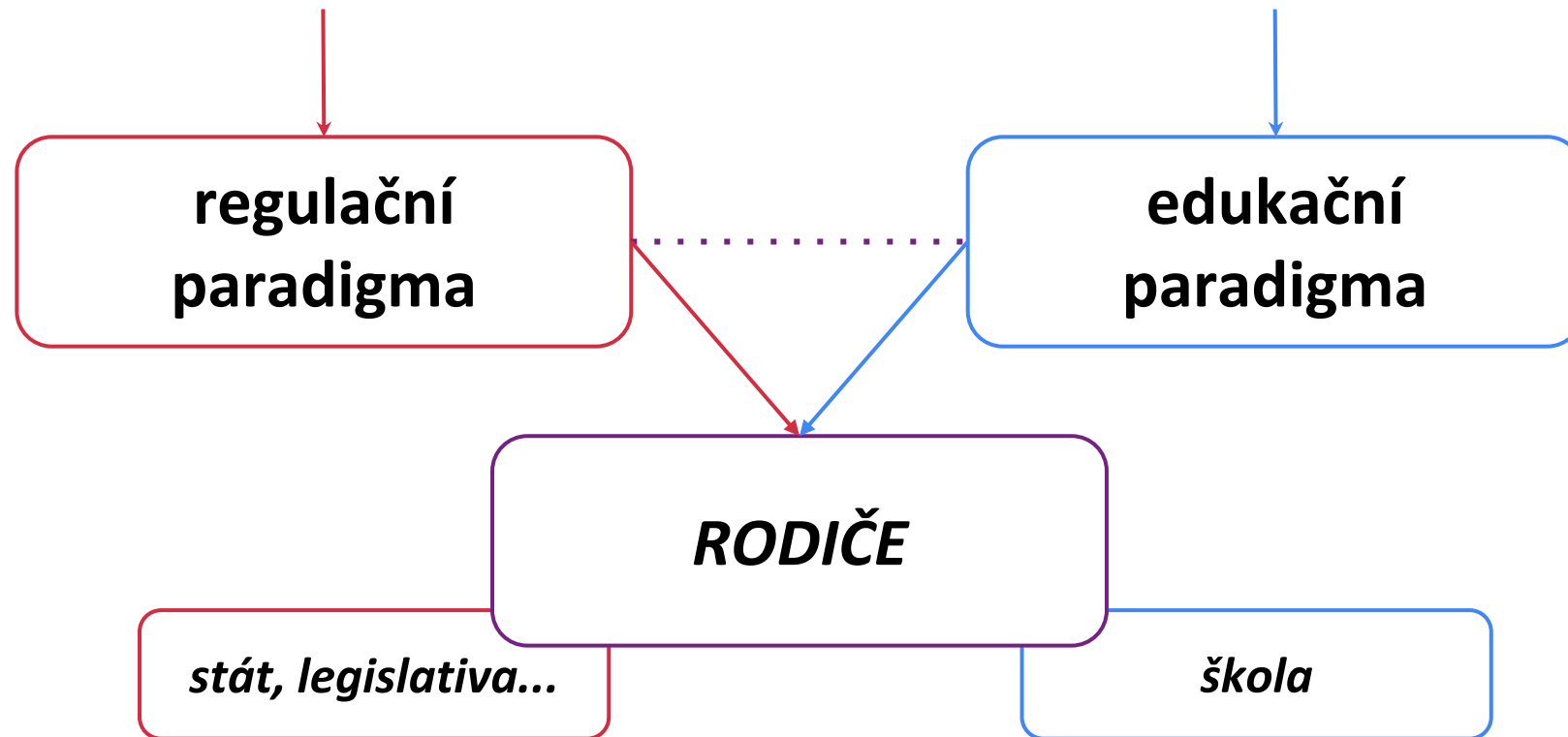
Riziko
nadužívání, které
může za *určitých*
podmínek přejít v
závislost

- Nabízejí prostor pro uspokojování **přirozených psychických potřeb**
- Jsou plné **odměn / incentiv** (pobídek pro používání, snadno ovládnou motivaci)
- Jsou tzv. **salientní** (snadno zaujmou pozornost a vyčerpávají kognici)

umírněné používání **nelze od dětí očekávat automaticky**... obvykle vyžaduje úsilí (vlastní a/nebo rodičů)

Digitální rizika a digitální socializace

- Jaká jsou **rizika** digitálního světa a jak před nimi děti **ochránit**?
- Jak děti naučit **prospívat** v digitalizovaném světě



Z čeho vycházet, když chceme rodiče podpořit

Existující expertní doporučení
pro rodiče

GUIDELINES ON PHYSICAL ACTIVITY, SEDENTARY BEHAVIOUR AND SLEEP | FOR CHILDREN UNDER 5 YEARS OF AGE



Mat
Resu
adoles
phen
action
Conclus
among a
Keywords

Background
Media device
social network
childhood [1].
Considering so
platform with 2.
Instagram and Tw
In particular, am
of social network is
because of the neces
a social identity and e
According to ISTAT
11–17 years have regula
72% access Internet via
use smartphone compar

* Correspondence: elena.bozzola@i
Italian Pediatric Society, Rome, Italy
Full list of author information is avail



Q&A Portal [5 Cs of Media Use](#) Keep Me Updated
Contact Us Request a Speaker Research Corner

The 5 Cs of Media Use

[Home](#) / [Patient Care](#) / [Media and Children](#) / [Center of Excellence on Social Media and Youth Mental Health](#) / [The 5 Cs of Media Use](#)



Pediatricians and providers often need quick, simple ways to discuss digital media with families. To help, we developed **The 5 Cs of Media Use**.

The 5 Cs is a mnemonic that can be used to talk to parents about kids and screens. They are: **C**hild, **C**ontent, **C**alm, **C**rowding Out, and **C**ommunication. Along with this approach, we've created a series of five age-based handouts to give to parents at well-child visits.

Based on current research and evidence, the handouts start by informing parents about their children's developmental stages, how this influences media use, and healthy media habits to strive for at home.

The 5 Cs are designed to meet kids, teens and parents where they are, build insight and communication skills, and motivate for healthy behavior change.

For more information on how to use the 5 Cs, please view our 5 Cs user guides below.



Feedback Form

Guidelines for parents and educators on Child Online Protection 20





RESEARCH

Media use during adolescence: the recommendations of the Italian Pediatric Society

Elena Bozzola^{1*}, Giulia Spina¹, Margherita Ruggiero², Davide Vecchio³, Cinthia Caruso¹, Mauro Bozzola¹, Anna Maria Striano¹, Rino Agostiniani¹, Antonello Del Vecchio¹, Giuseppe Banderai¹, Diego Peroni¹, Alberto Chiara¹, Luigi Memo¹, Renato Turra¹, Giovanni Corsello¹ and Alberto Villani¹

Abstract

Background: The use of media devices, such as smartphone and tablet, is currently increasing, especially among the youngest. Adolescents spend more and more time with their smartphones consulting social media, Facebook, Instagram and Twitter because they feel the necessity to use a media device to construct a social identity and express themselves. For some children, smartphone ownership starts as young as 7 yrs, according to internet safety experts.

Material and methods: We analyzed the evidence on media use and its consequences in adolescence.

Results: In literature, smartphones and tablets use may negatively influence the psychophysical development of the adolescent, such as learning, sleep and sigh. Moreover, obesity, distraction, addiction, cyberbullying phenomena are described in adolescents who use media devices too frequently. The Italian Pediatric Society recommends action-oriented recommendations for families and clinicians to avoid negative outcomes.

Conclusions: Both parents and clinicians should be aware of the widespread phenomenon of media use among adolescents and try to avoid psychophysical consequences on the youngest.

Keywords: Media device, Adolescence, Smartphone, Addiction, Internet

Background

Media device use, especially interactive apps, including social network and video games, is severely increasing in childhood [1].

Considering social network, Facebook is the most used platform among children and adolescents. In Italy, 72% of social network users are aged 11–17 years.

Studies reported that 76% of adolescents use social network, with 71% of them using more than one social network app [5]. Almost half of the adolescents are constantly online [6].

Online communication, education and entertainment

The 5 Cs is a mnemonic that can be used to talk to parents about kids and screens. They are: **C**hild, **C**ontent, **C**alm, **C**rowding Out, and **C**ommunication. Along with this approach,

Poznatky o používání digitálních médií mezi dětmi a o jeho vlivu na děti

Poznatky o rodičovských přístupech k dětskému používání digitálních médií

For more information on how to use the 5 Cs, please view our 5 Cs user guides below.



Podpora rodinné digitální socializace

- V roce 2025
- Projekt realizovaný Klinikou Adiktologie 1. LF UK a VFN s cílem

doručit **rodičům** (a odborníkům pracujícím s dětmi a rodiči) **klíčové informace** o tom, jak dítě bezpečně provázet digitalizovaným světem



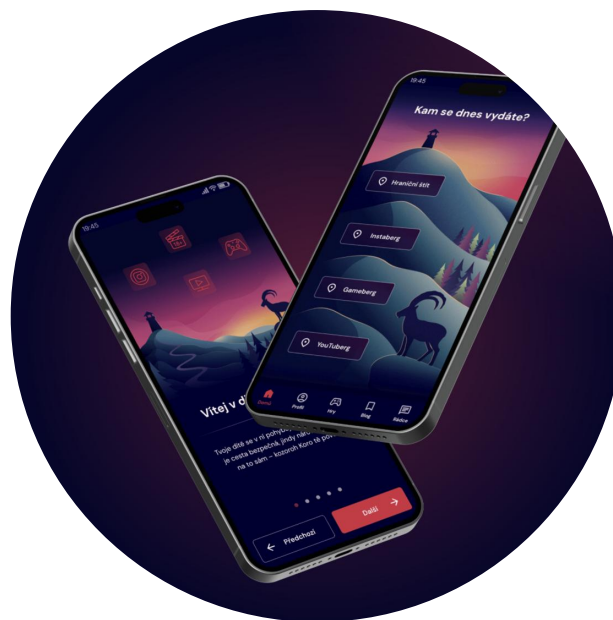
Projekt „Digitální rodičovství: Prevence a vzdělávání v oblasti technologických závislostí“



Podpora rodinné digitální socializace



**web
DigiRozhledna
.cz**



**aplikace
DigiNavigat
or**

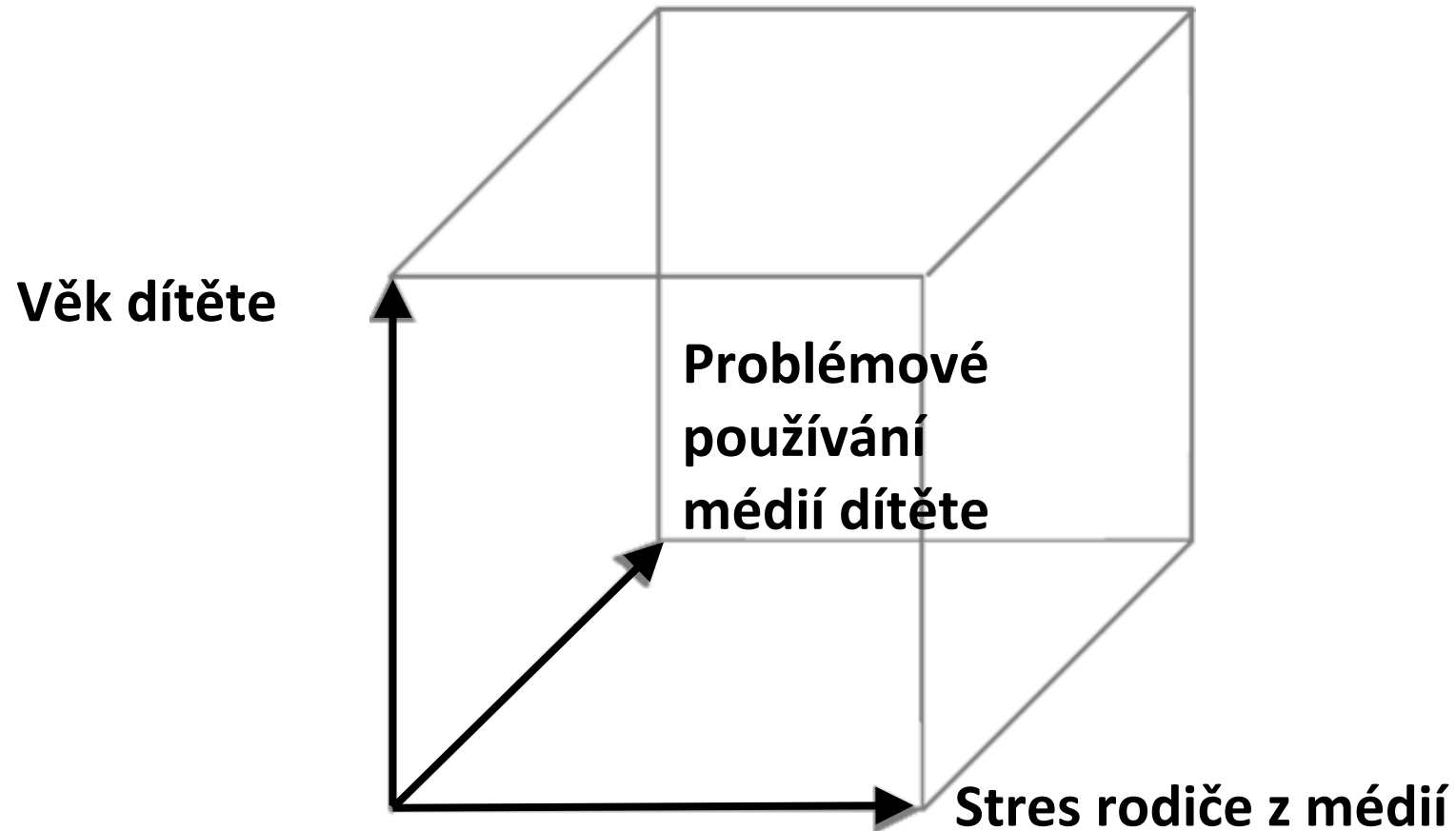


**web pro
odborníky
iRodic.cz**

DigiRozhledna



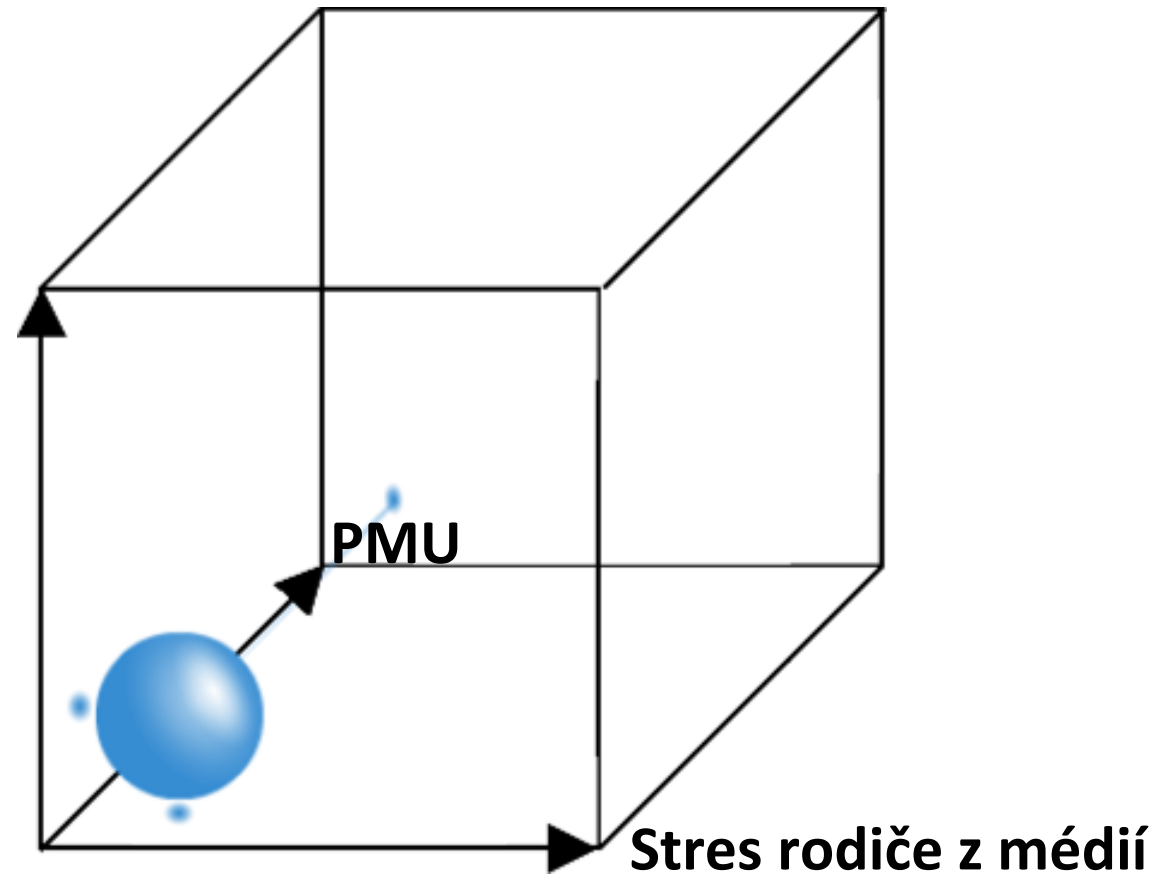
Pro koho je DigiRozhledna



Pro koho je DigiRozhledna

Věk dítěte

Aktivizovat a upozornit na
časté chyby
(technoference, digitální
dudlík)

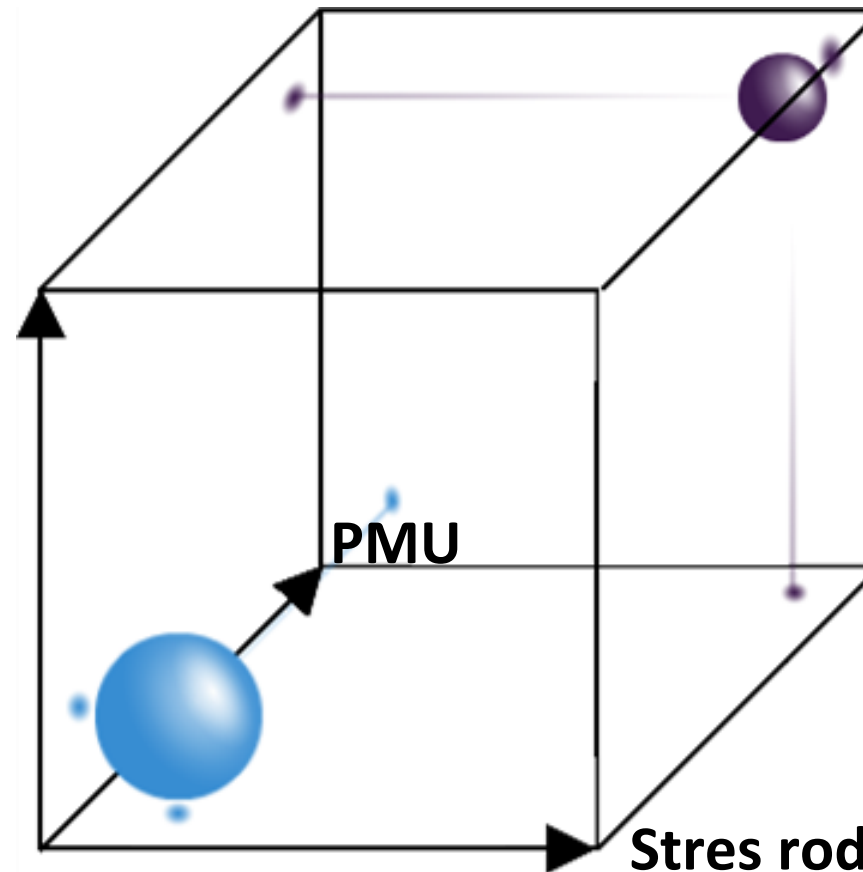


Pro koho je DigiRozhledna

Věk dítěte

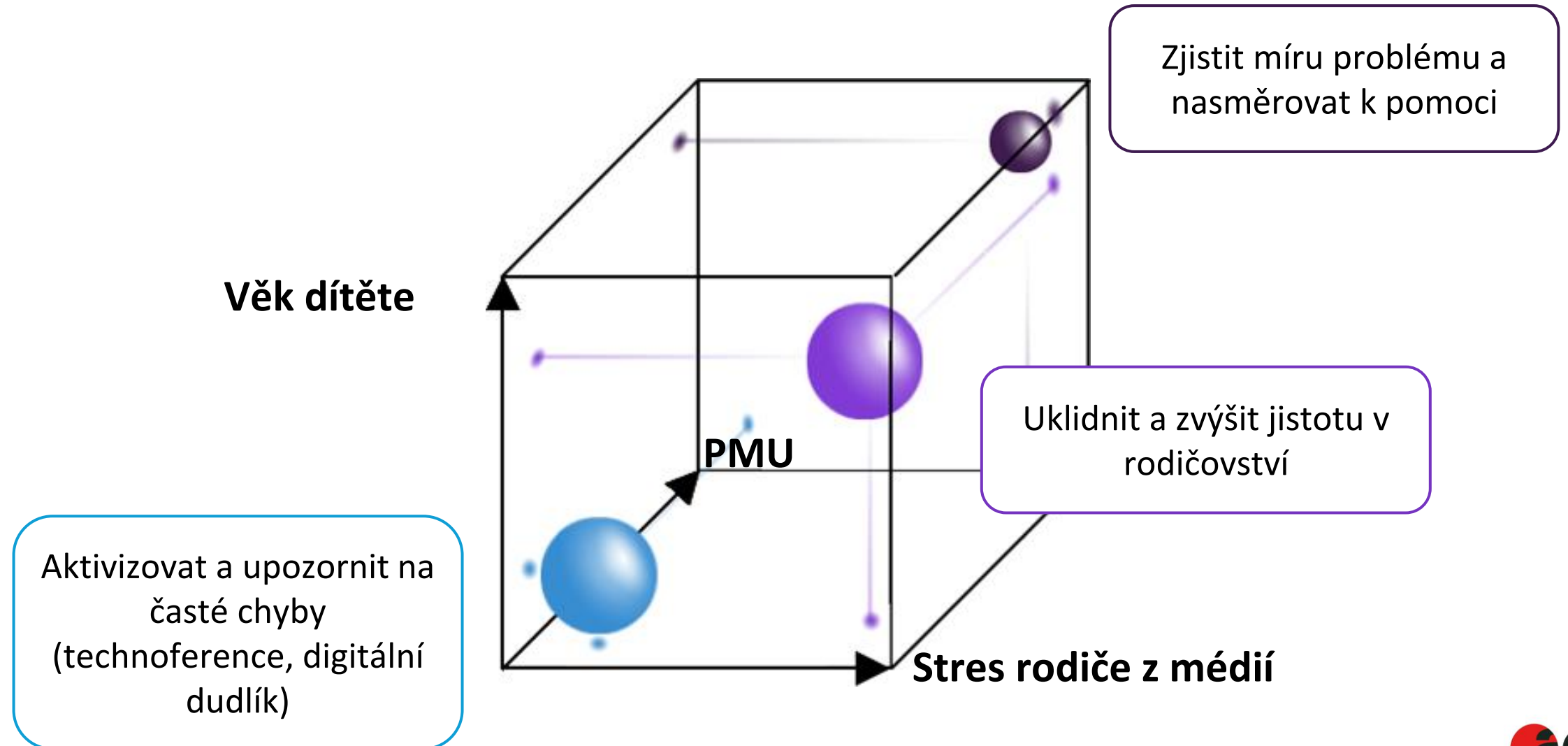
Zjistit míru problému a
nasměřovat k pomoci

Aktivizovat a upozornit na
časté chyby
(technoference, digitální
dudlík)



Stres rodiče z médií

Pro koho je DigiRozhledna

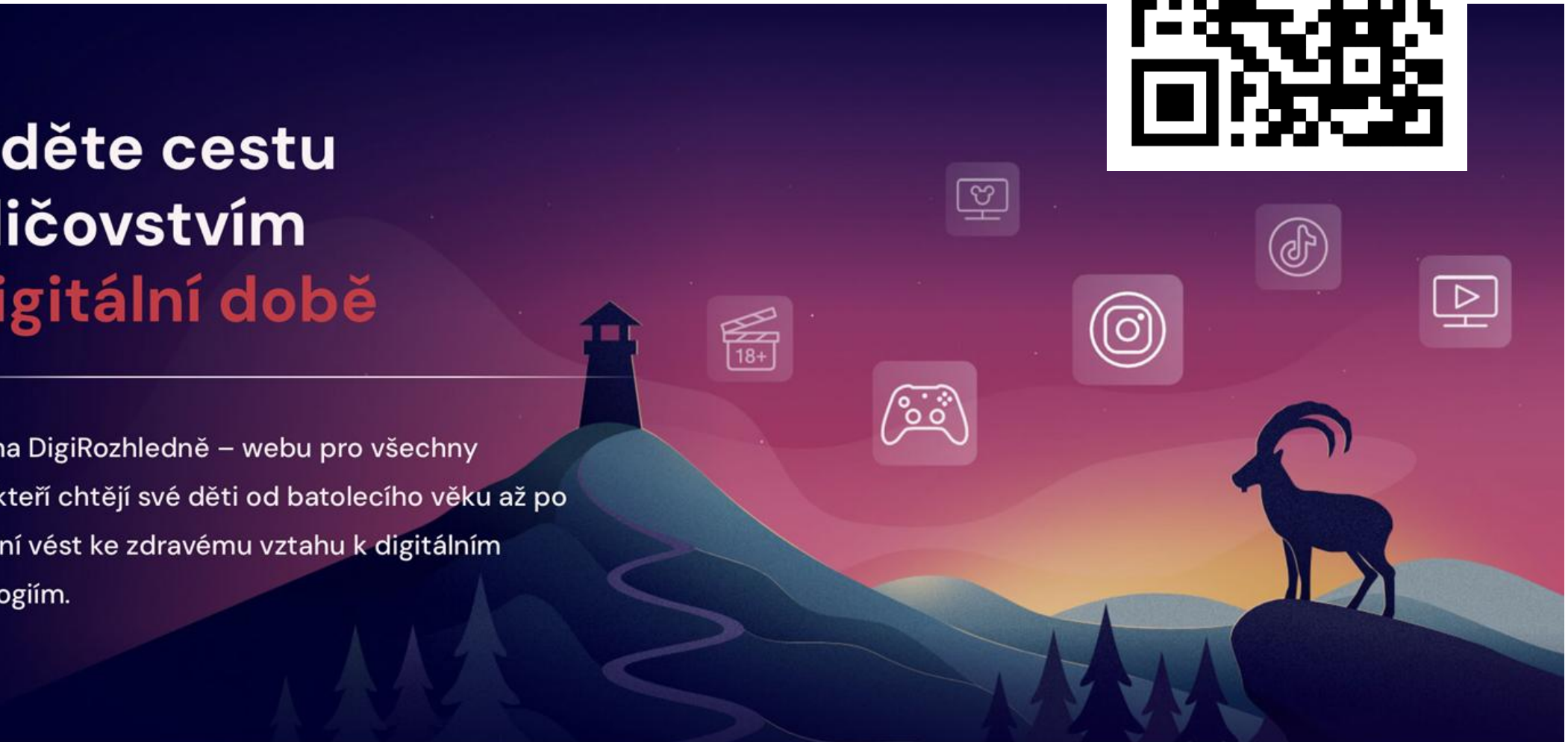


Příběh

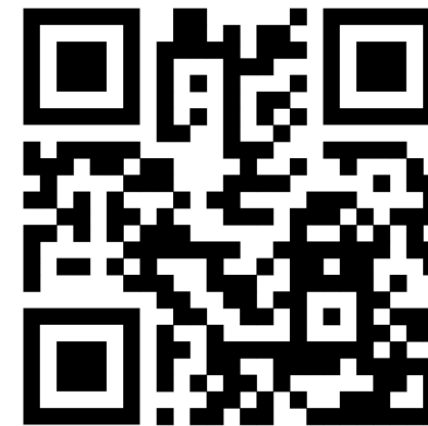


Najděte cestu rodičovstvím v digitální době

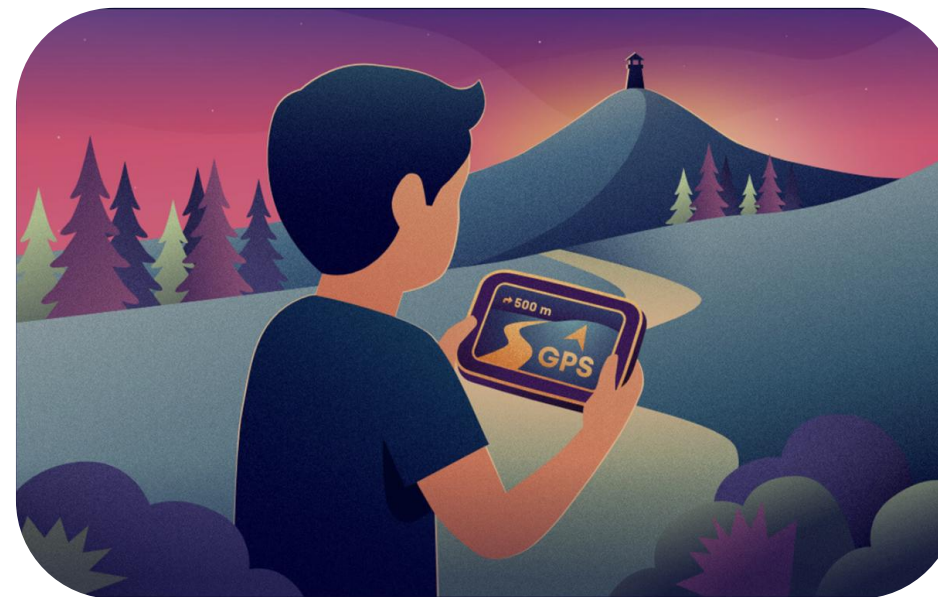
Vítejte na DigiRozhledně – webu pro všechny rodiče, kteří chtějí své děti od batolecího věku až po dospívání vést ke zdravému vztahu k digitálním technologiím.



Základní principy



Klid – Pravidla – Zájem



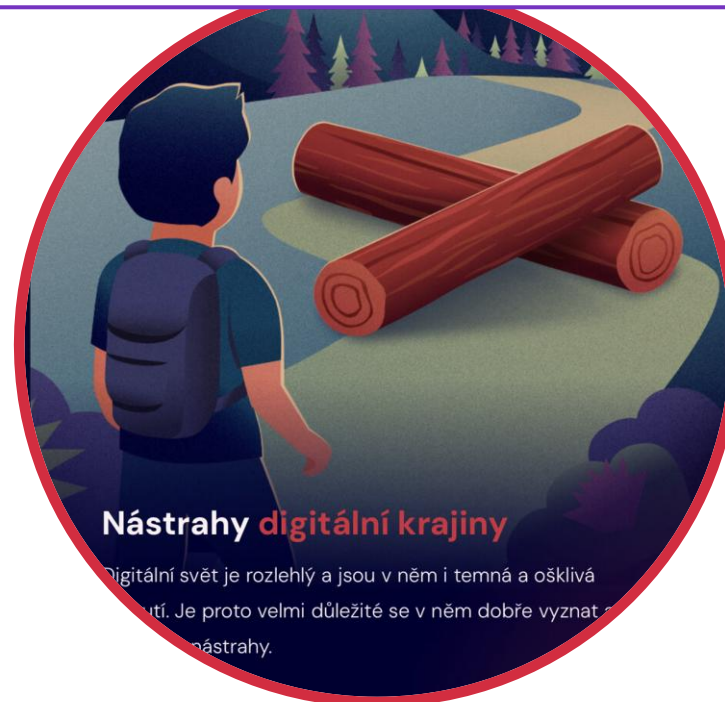
Gramotnost – Pozornost – Sebeřízení

Komponenty

Aktivizovat a upozornit na
časté chyby
(technoference, digitální
dudlík)

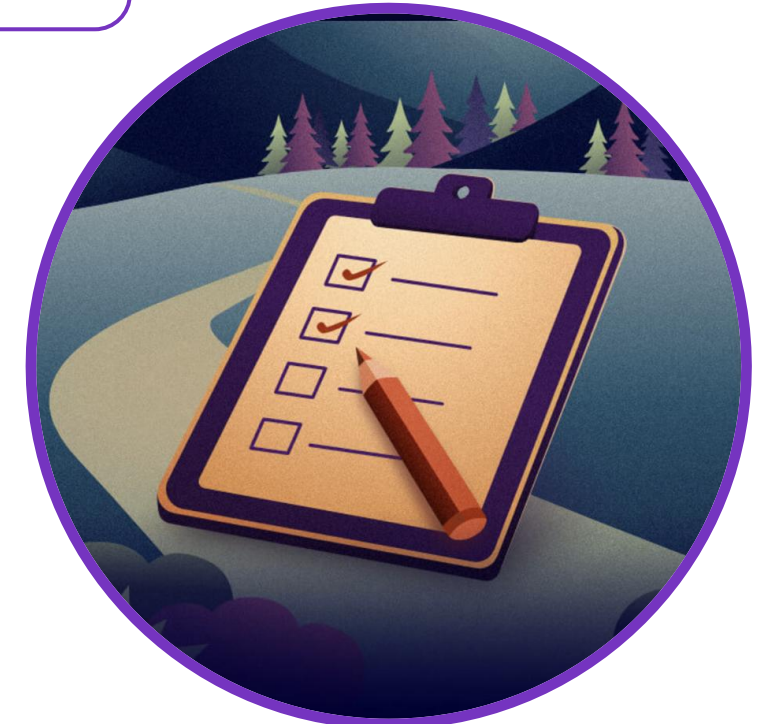
Uklidnit a zvýšit jistotu v rodičovství

Zjistit míru problému a
nasměrovat k pomoci



Nástrahy digitální krajiny

Digitální svět je rozlehlý a jsou v něm i temná a ošklivá
místa. Je proto velmi důležité se v něm dobře vyznat
a být opatrný. Je důležité si být vědom nástrahy.



Průvodce: Od KPZ po GPS

Základy

01 | Výbava pro rodičovství v digitálním věku

Dozvíte se, že pro digitální rodičovství je potřeba především Klid, Pravidla a Zájem (KPZ). Zjistíte, proč být maják a ne helikoptéra.



Pravidla a hranice

04 | Hledání hranic: čas

Dozvíte se, kde se vzaly doporučené časové limity pro používání médií a jestli se na nich něco mění s nástupem chytrých mobilů.



Základy

13 | Dovednosti pro digitální svět: vnitřní GPSka

Dozvíte se, že pro samostatné zdravé používání digitálních médií vaše dítě potřebuje vyladit vnitřní navigaci – trojici provázaných dovedností, díky kterým v digitálním světě nezabloudí.



Poznávání digitálního světa

07 | Zajímejte se: Hry

Dozvíte se, proč jsou digitální hry pro děti lákavé, jak fungují mikrotransakce a co všechno zvažovat při výběru nové hry.

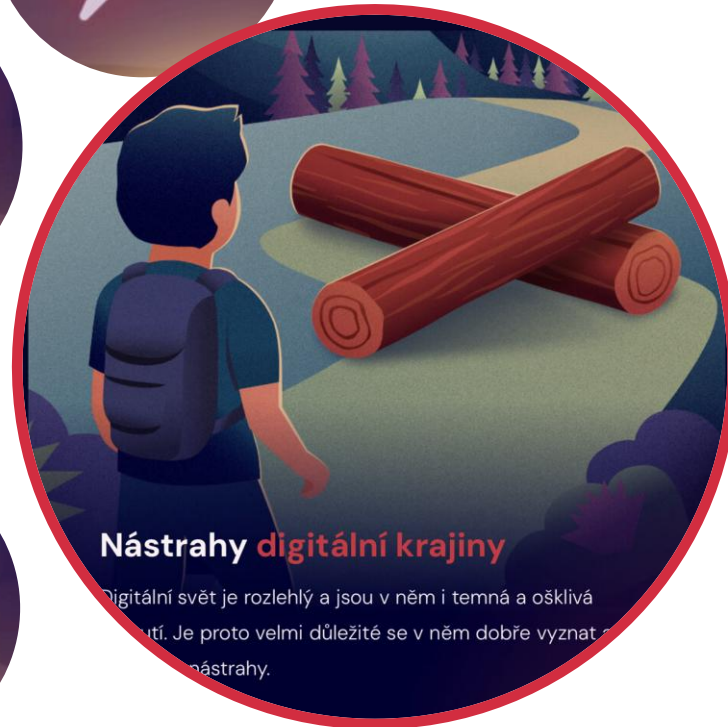


00:00

24:06



Rizika



- O co se jedná
- Kdo je tím ohrožený
- Jak se to pozná
- Jak tomu předcházet
- Co se s tím dá dělat

Pocítujete problémy? Screening a systém péče

Dotazník

Nejprve prosím vyplňte základní údaje.

Vyberte pohlaví dítěte:

- Chlapec
 Dívka

Vyberte věk dítěte v letech:

– Vyberte věk –

Následující výroky popisují možné způsoby používání obrazovek Vaším dítětem. Vyberte možnost, která vystihuje vztah Vašeho dítěte k obrazovkám během posledního měsíce.



Screening a systém péče

Dotazník

Nejprve prosím vyplňte základní údaje.

Vyberte pohlaví dítěte:

Chlapec

Dívka

Vyberte věk dítěte v letech:

– Vyberte věk –

Následující výroky popisují možné způsoby používání obrazovek Vaším dítětem. Vyberte možnost, která vystihuje vztah Vašeho dítěte k obrazovkám během posledního měsíce.

PMUM-SF
(Domoff et al., 2019)

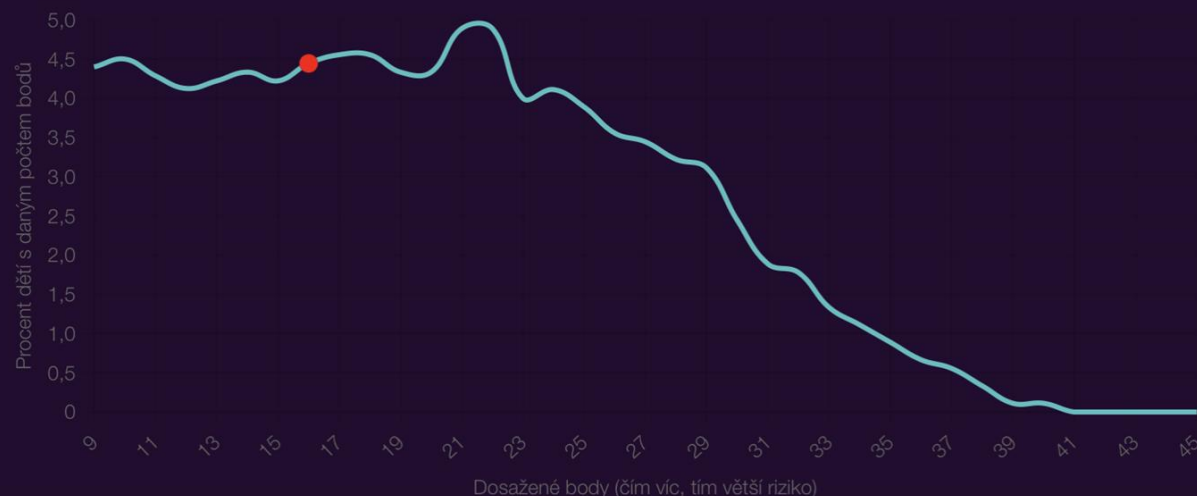
normy založené na
datech od českých
rodičů z ledna 2025

Výsledek screeningu: Vše v pořádku

Děkujeme, že věnujete pozornost digitálním návykům vašeho dítěte. V tomto věku, kdy děti začínají být online stále samostatnější, je to obzvlášť důležité. Výsledek ukazuje, že u vašeho dítěte nepozorujete žádný z hlavních varovných signálů problematického používání médií. Zdá se, že se vám daří nacházet zdravou rovnováhu.

Vaše konkrétní výsledky

Odpověděl/a jste, že u vašeho dítěte se neobjevuje žádný ze sledovaných projevů často.



Výsledek screeningu: Vše v pořádku

Děkujeme, že věnujete pozornost digitálním návykům vašeho dítěte. V tomto věku, kdy děti

začínají být online stále samostatně

nepozorujete žádný z hlavních var

vám daří nacházet zdravou rovnov

Výsledek screeningu: Je dobré zpozornět

Děkujeme, že jste si udělal/a čas. Je skvělé, že aktivně sledujete, jak vaše dítě zvládá

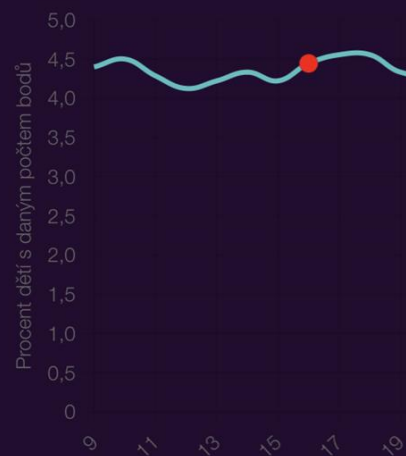
nástrahy digitálního světa. Výsledek ukazuje, že u vašeho dítěte se objevuje několik

varovných signálů, které naznačují, že rovnováha mezi online a offline životem může být

narušena. Je to správný čas na to, abyste jako rodič aktivně zasáhl/a.

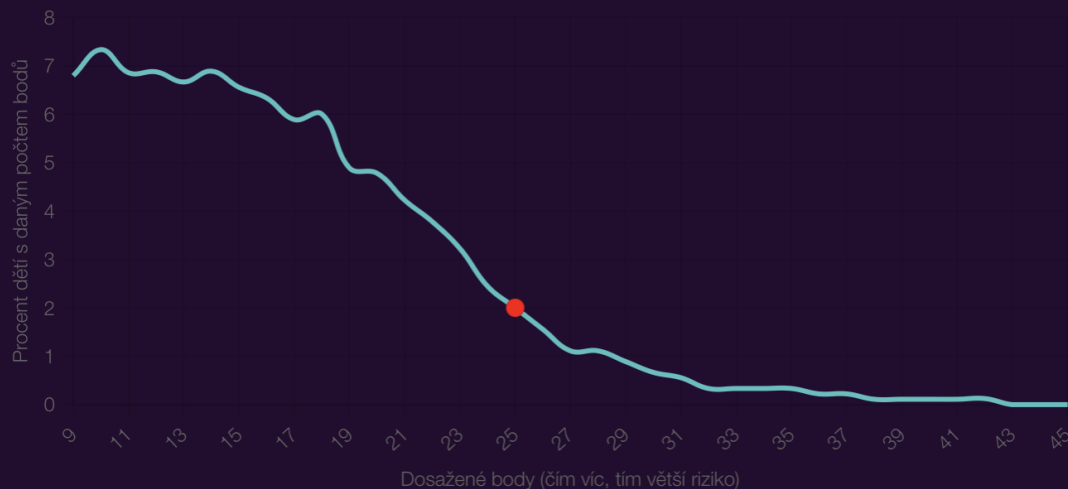
Vaše konkrétní výsledky

Odpověděl/a jste, že u vašeho dítěte se



Vaše konkrétní výsledky

Odpověděl/a jste, že u vašeho dítěte se častěji objevuje 1 z celkem 9 sledovaných projevů.

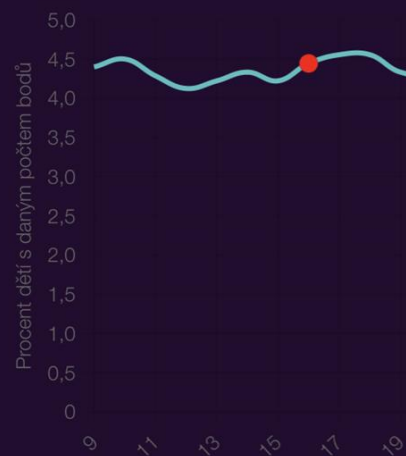


Výsledek screeningu: Vše v pořádku

Děkujeme, že věnujete pozornost digitálním návykům vašeho dítěte. V tomto věku, kdy děti začínají být online stále samostatně, nepozorujete žádný z hlavních varovných signálů, které naznačují, že vám daří nacházet zdravou rovnováhu.

Vaše konkrétní výsledky

Odpověděl/a jste, že u vašeho dítěte se vyskytují 4 z 5 sledovaných projevů.

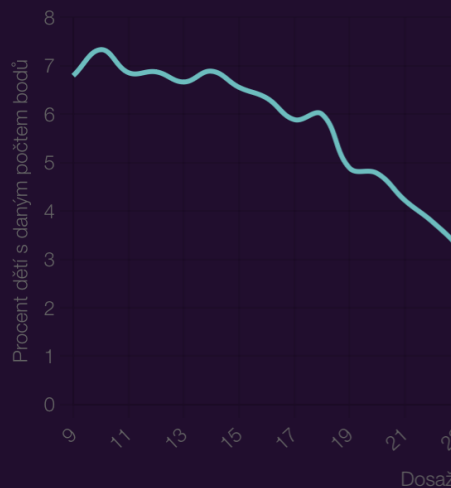


Výsledek screeningu: Je dobré zpozornět

Děkujeme, že jste si udělal/a čas. Je skvělé, že aktivně sledujete, jak vaše dítě zvládá nástrahy digitálního světa. Výsledek ukazuje, že u vašeho dítěte pozorujete vysoký počet varovných signálů, které naznačují, že situace může být narušena. Je to správný čas na to, aby se začala řešit.

Vaše konkrétní výsledky

Odpověděl/a jste, že u vašeho dítěte se vyskytují 7 z 9 sledovaných projevů.

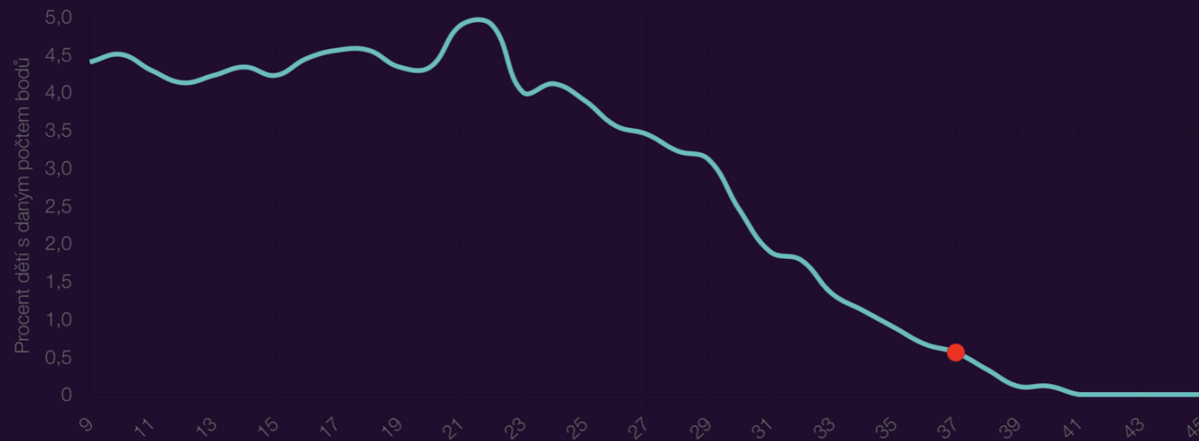


Výsledek screeningu: Situace vyžaduje řešení

Děkujeme, že jste vyplnil/a dotazník a hledáte pro své dítě pomoc. Uvědomit si, že je něco v nepořádku, je první a nejdůležitější krok. Výsledek ukazuje, že u vašeho dítěte pozorujete vysoký počet varovných signálů. To naznačuje, že způsob, jakým používá digitální média, významně a nepříznivě zasahuje do jeho života a pravděpodobně i do fungování celé rodiny. Tuto situaci je možné řešit s pomocí odborníků.

Vaše konkrétní výsledky

Odpověděl/a jste, že u vašeho dítěte se častěji objevuje 8 z celkem 9 sledovaných projevů.



Důležité upozornění

Protože u vašeho dítěte pozorujete některé varovné signály spojené s obrazovkami, je obzvláště důležité se zamyslet, zda toto chování nesouvisí i s jinými potížemi.

Chování u obrazovek je často jen zrcadlem toho, co se dítěti děje v životě. Únik do online světa může být signálem jiných potíží.

Zamyslete se, prosím, zda u svého dítěte nepozorujete některé z následujících varovných signálů:

Nálada: Působí často smutně, ustrašeně, je podrážděné bez zjevné příčiny nebo se uzavírá do sebe a málo s vámi mluví?

Kamarádi a zájmy: Ztratilo zájem o koníčky, které ho dříve bavily? Přestalo chodit ven s kamarády a tráví čas raději samo u obrazovky?

Škola a povinnosti: Zhoršil se mu prospěch, zapomíná na úkoly, nosí poznámky nebo si učitelé stěžují na jeho nepozornost?

Zdraví: Stěžuje si často na bolesti hlavy nebo břicha, které nemají jasnou zdravotní příčinu? Má problémy se spánkem?

Pokud u svého dítěte dlouhodobě pozorujete některý z těchto signálů, doporučujeme obrátit se na odborníka (např. školního psychologa, pediatra nebo pedagogicko-psychologickou poradnu). Udělejte to prosím i v případě, že samotné užívání obrazovek nevnímáte jako problémové. Vy znáte své dítě nejlépe.

Kdy se jít
poradit s
odborníkem?
(prahy pro
eskalaci)

Pocítujete problémy? Screening a systém péče



- **Co to znamená**
- **Co můžete dělat**
- **Kam se obrátit**



Zapomněte na základy: Klíčem k digitální pohodě dětí je něco jiného

Kateřina Lukavská

[Přečíst článek](#)



O digitálním rodičovství

Kateřina Lukavská

[Přečíst článek](#)



O dětech a mobilech (TED talk)

Kateřina Lukavská

[Zhlédnout vystoupení](#)



Advent v klidu. Proč je dobré něco odbyt a jak se rozhodnout, co z vánočních tradic skrtnout

Elška Kodyšová

[Přečíst článek](#)



Jak chudoba ovlivňuje dětskou psychiku

Elška Kodyšová

[Poslechnout podcast](#)



Dobré rodičovství se dá naučit, nejdůležitější je projevovat vřelost

Elška Kodyšová

[Přečíst článek](#)



Jak digitální technologie mohou ovlivňovat duševní zdraví a pohodu

Kateřina Lukavská

[Poslechnout podcast](#)



Prevention of problematic media consumption in children and adolescents

Kateřina Lukavská

[Poslechnout podcast](#)



Digitální závislosti – jak je to s nimi doopravdy

Kateřina Lukavská

[Zhlédnout rozhovor](#)



Mezi dětmi přibývá rizikových uživatelů sociálních sítí a hráčů

Lukas Blnka

[Přečíst článek](#)



Jen zakázat mobil není řešení. Ptejme se, zda dětem nabízíme něco lepšího

Lukas Blnka

[Přečíst článek](#)



Breakthroughs in prevention and treatments of addictions

Roman Gabrhelík

[Poslechnout podcast](#)



Sociální sítě na nás mohou působit stejně jako nikotin či alkohol

Roman Gabrhelík

[Zhlédnout rozhovor](#)



Jak rodiče zvládají závislosti svých potomků

Tomáš Jandáč

[Zhlédnout rozhovor](#)



Outbox: Děti a digitální technologie

Lukas Blnka

[Poslechnout podcast](#)



Závislost na pornografii je vzácná. Online sex může škodit i prospívat

Lukas Blnka

[Poslechnout podcast](#)



O digitální závislosti dětí s Tomášem Jandáčem

Tomáš Jandáč

[Poslechnout podcast](#)



Už dítě na piskovišti vnímá, že rodič nonstop kouká do mobilu, říká adiktolog

Tomáš Jandáč

[Přečíst článek](#)



Chcete vyřešit neduhy společnosti? Začněte u šťastnějšího dětství

Elška Kodyšová

[Přečíst článek](#)



Škodí mobily dětem?

Michaela Slusareff

[Poslechnout podcast](#)



Reakce na minisérii Adolescent: Kluci a holky dnes mají jiné online životy

Michaela Slusareff

[Přečíst článek](#)



Online svět jako místo bez rodičovského dozoru

Michaela Slusareff

[Poslechnout podcast](#)



DigiNavigator



Koncept aplikace

- Rozpracovává představu digitální krajiny Průvodce krajinou: **Kozoroh Koro**
- Rodič zdolává horské výzvy, ke zdolání potřebuje plnit aktivity a výzvy se svým dítětem/děťmi



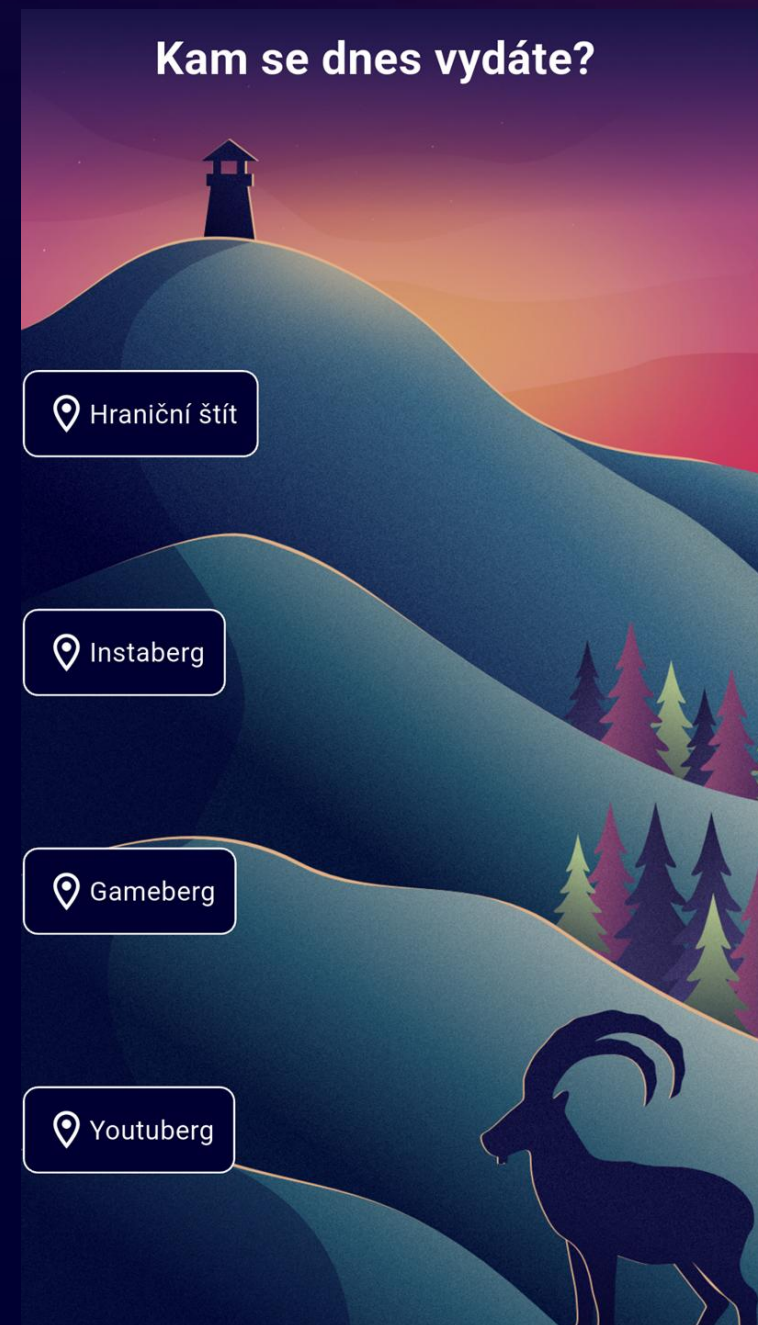
Digitální krajina

Nastavení pravidel, hranic, technické možnosti rodičovské kontroly

Používání sociálních sítí, jejich přínosy i rizika

Hraní videoher, jejich vhodnost, přínosy, rizika

Streamovací platformy (Youtube, Twitch, Netflix apod.)



Jak zdolávání hor vypadá?

2:17

 **Instaberg**

Poznáte různé sociální sítě a online pasti. Zamyslete se nad tím, jak fungují algoritmy.



Úvod do sociálních sítí



Nabídnuto algoritmem



Online nástrahy



Bez paniky

2:18

 **Bez paniky**




Situace 2

Synovi (13 let) napsala spolužačka, že mu pošle **fotku v plavkách**, pokud on pošle svou.


Chlapec ví, že fotky v plavkách nejsou nezákonné, ale **nemá z toho dobrý pocit** – fotit se v plavkách mu není příjemné ani na prázdninách u moře s rodinou.

Jak byste reagovali? 🗨️

 Doporučení >





3 / 5

2:17

 **Řeč emojijs**

Přiřadte správného emoji k jeho významu:

Možnosti



Přiřadte

Lhaní

Ironický smích, hlasitý pláč


Zadek


Varování (před někým)

3 / 4

3:04

 **Ve smyčce**



Společná autoplay aktivita

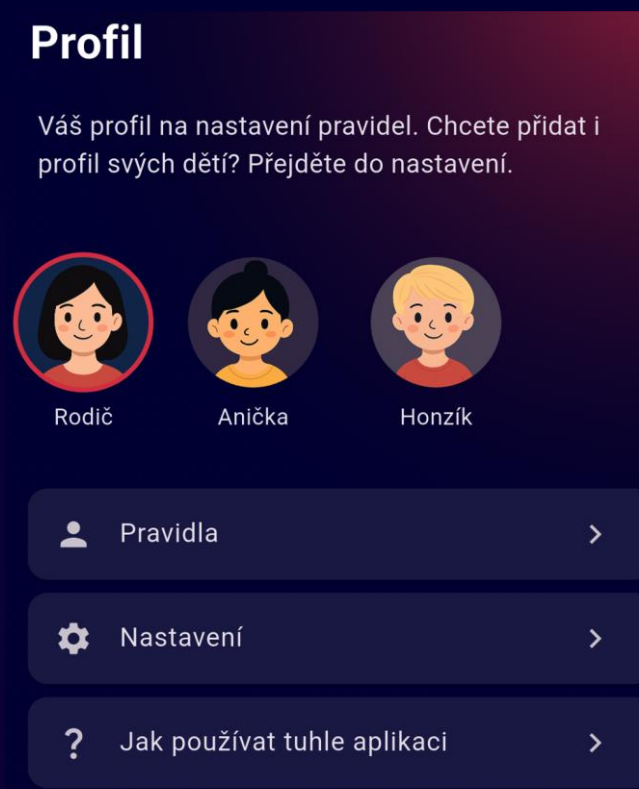
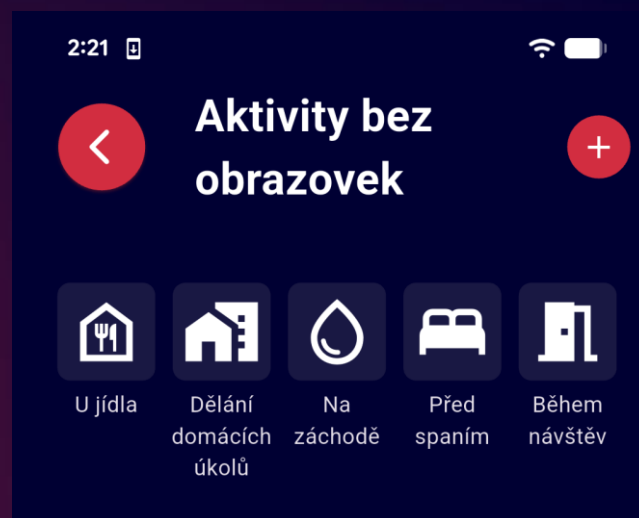
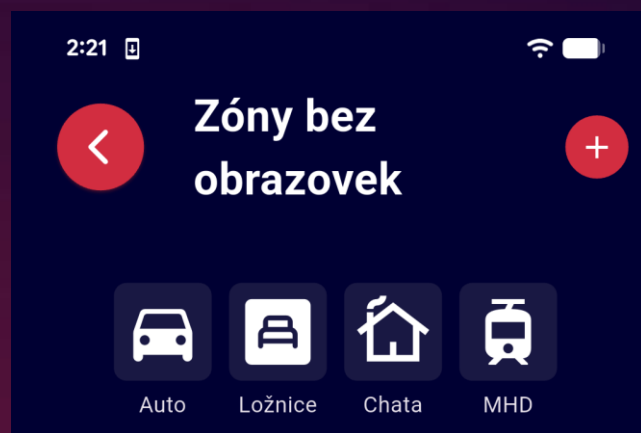
Zkuste si s dítětem pustit jakékoliv YouTube video a pozorovat:

- ▶️ Co naskočí dál?
- 🔄 Je video stejného typu?
- 🎯 Odpovídá věku dítěte?
- 👁️ Zaujalo vás více, než to první?

4 / 5

Co dalšího aplikace nabízí?

- Přenesení pravidel do konkrétní podoby (tvorba rodinného plánu)
- Hodnocení vhodnosti mobilních her
- Blogové články s hlubším vhledem do některých témat



iRodic: web pro odborníky



- Web pro odborníky, kteří:
 - se chtějí **rychle zorientovat** v klíčových tématech a
 - **nabízet efektivní pomoc rodičům** a dětem ve zvládnání digitálního světa.
- Web, který si klade za **cíl**:
 1. zprostředkovat odborníkům důležité informace a oporu, **jak rodiče efektivně podpořit**,
 2. případně je **v některých situacích rodiče částečně zastoupit** a pomoci dětem rozvíjet zdravé digitální návyky.

Pomáhejte rodinám zvládat **digitální svět**

Vítejte na webu pro odborníky, kteří se chtějí rychle zorientovat v klíčových tématech digitálního světa a nabízet efektivní pomoc rodičům a dětem v jeho zvládnutí.



Čtení o rizicích

Seznamte se s riziky spojenými s digitálními technologiemi a médií jako jsou digitální závislosti, online agrese, online pornografie a další.

[Chci znát rizika](#)

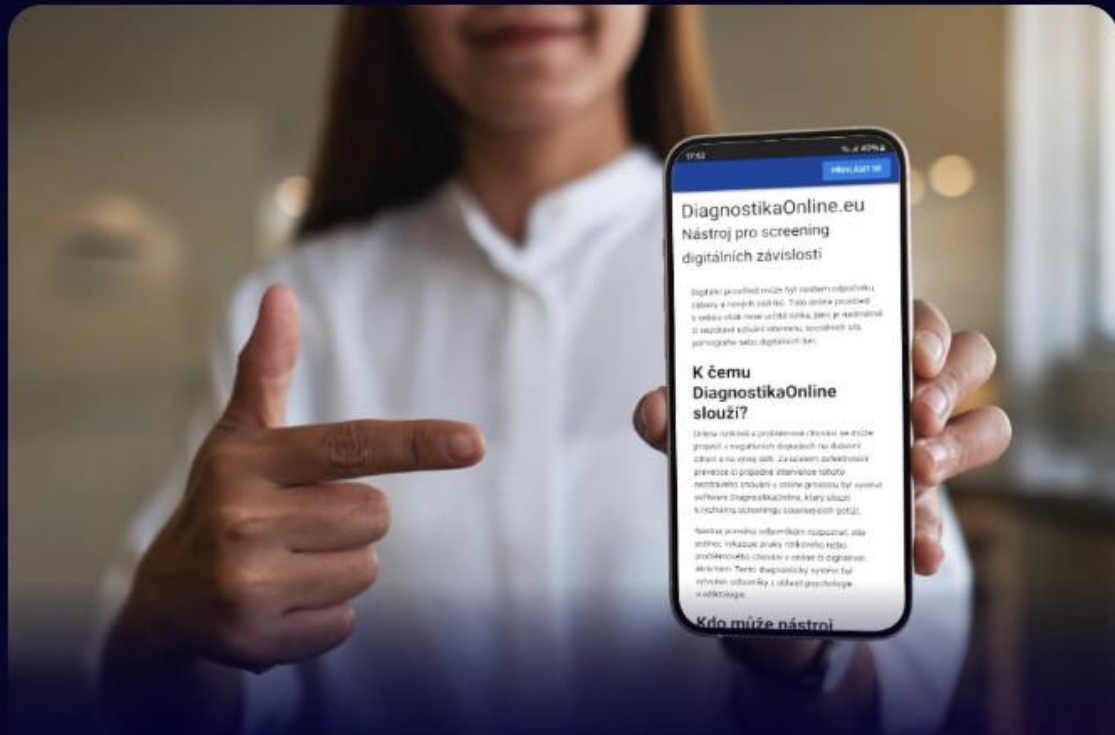


Vzdělávání

Rychlé tempo rozvoje digitálního světa klade na odborníky nové nároky. Postupně přidáváme vzdělávací komponenty, které vás na ně připraví.

[Chci se vzdělávat](#)





Diagnostika **online**

Poznejte nástroj pro odborníky, který vám pomůže včas rozpoznat rizikové chování spojené s digitálními technologiemi u dětí a dospívajících. Nabízí rychlou administraci ověřených dotazníků online.

Zjistit více



Komunikace **s rodiči**

Zprostředkujte rodičům důležité informace, které jim pomohou lépe zvládat výzvy a nároky spojené s dětským používáním digitálních technologií a médií.

Chci vědět jak na rodiče

Najděte cestu rodičovstvím v digitální době



DigiRozhledna.cz

Život rodiče v digitální době může připomínat náročnou horskou túru plnou odboček a překážek. Právě proto je tu **DigiRozhledna**, ze které se rozhlédnete po digitální krajině a získáte rady od předních českých odborníků.

Poznáte nástrahy digitálního světa a naučíte se nastavovat zdravé hranice kolem digitálních aktivit. Dozvíte se, jaké dovednosti vaše dítě potřebuje, aby mu digitální svět neprošel přes hlavu.

Pokud máte pocit, že vztah vašeho dítěte k digitálním médiím není zdravý, můžete si otestovat míru problémového užívání digitálních médií a zjistíte, kde najít pomoc.

Získejte osobního průvodce

Chcete si cestu za jistějším digitálním rodičovstvím rozložit do menších kousků? Připravili jsme pro vás chytrou mobilní aplikaci, která vám poslouží jako průvodce na vaší cestě. **DigiNavigator** vám pomůže poznat rizika, nastavit hranice a budete mít veškerou podporu vždy na dosah. Stáhněte si aplikaci do svého zařízení:



POZDEJTE TO Google Play



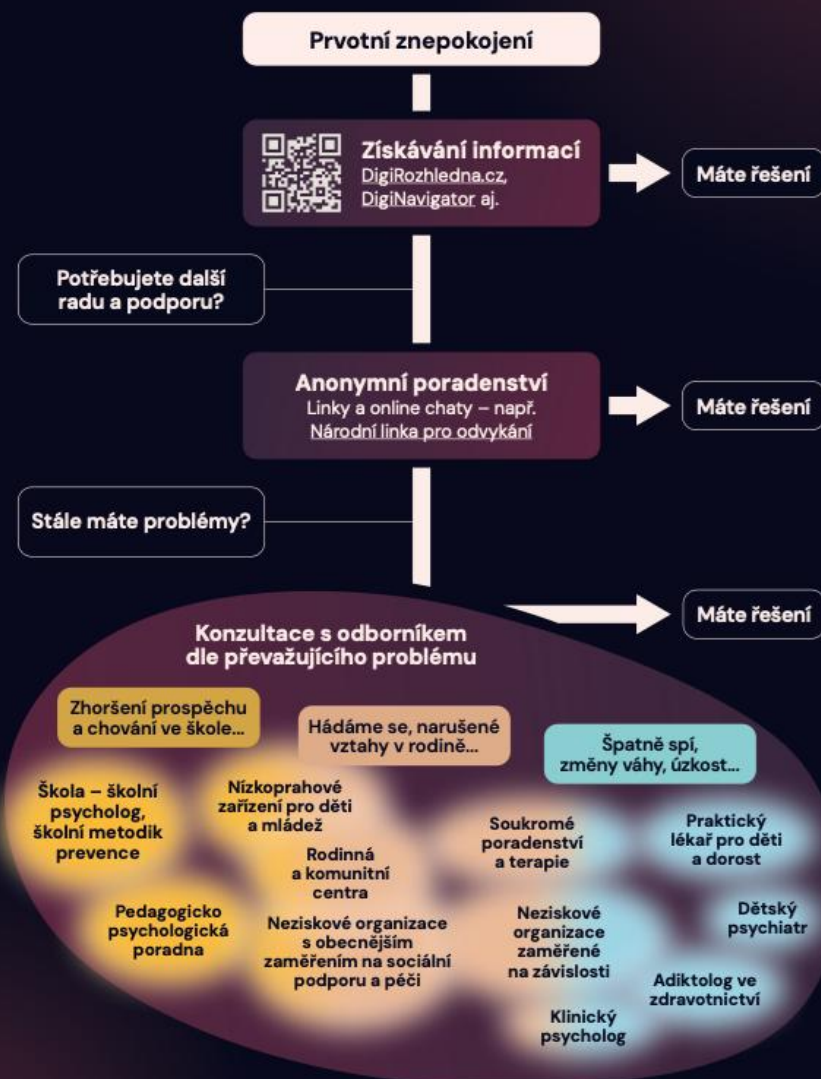
Stáhnout v App Store



Podpořeno z dotace v rámci ukazatele státního rozpočtu „Program protidrogové politiky“ z rozpočtové kapitoly Úřadu vlády ČR na rok 2025, Druhá výzva.

© 2025 iRodič, Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze, Apolinářská 4, 128 00 Praha 2

Mapa k pomoci při nadměrném užívání digitálních zařízení dětmi



© 2025 iRodič, Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze, Apolinářská 4, 128 00 Praha 2



Klinika adiktologie

Oblast	2025 – vytvoření a spuštění	2026 – rozvoj a implementace
DigiRozhledna	Vytvoření webové platformy pro rodiče; vznik rozsáhlého obsahu k digitálnímu rodičovství, digitálním rizikům a výchovným strategiím; články, návody, podcasty, sebehodnoticí nástroje	Rozšiřování a aktualizace obsahu; doplnění nových témat (manipulativní design, konflikty v rodině, adolescence); větší provázání s praxí odborníků a evaluací
DigiNavigator	Vývoj a spuštění mobilní aplikace pro rodiče; doporučení podle věku dítěte, hodnocení her, chatbot, personalizované tipy	Vylepšení UX a technických funkcí; rozvoj chatbota; hlubší personalizace; nové interaktivní moduly
iRodič	Vznik odborné platformy pro pedagogy, psychology, preventisty a zdravotníky; metodiky, screeniny, mapa pomoci, materiály pro práci s rodiči	Rozšíření odborných materiálů a praktických doporučení; podpora komunikace odborníků s rodiči; větší implementace do praxe
Diagnostika a screening	Rozvoj diagnostikaonline.eu; screeningové nástroje a podpora proškolených odborníků	Další rozvoj nástrojů, automatizace výstupů, větší zapojení odborníků a evaluace využívání
Vzdělávání odborníků	Webináře, metodiky, e-learningové moduly pro preventisty a pediatry	Rozšíření vzdělávacích aktivit; větší důraz na implementaci do školství a zdravotnictví
Komunikační kampaň	Posílení národní kampaně; širší medializace; cílenější komunikace pro rodiče a odborníky	Podcasty, články, veřejné přednášky, mediální výstupy; budování povědomí o digitálním zdraví
Partnerství a networking	Navázání spolupráce s pojišťovny, profesními organizacemi, školami a neziskovým sektorem	Prohlubování strategických partnerství; větší systémové ukotvení a šíření výstupů
Výzkum a evaluace	Monitoring využívání nástrojů	Systematičtější evaluace dopadů; analýza využívání; podklady pro dlouhodobou udržitelnost
Celkový cíl projektu	Vybudování funkčního ekosystému podpory digitálního rodičovství	Stabilizace, rozšiřování a dlouhodobá implementace do praxe

Děkujeme za pozornost :-)

E-mail: email@lf1.cuni.cz



1. LÉKAŘSKÁ
FAKULTA
Univerzita Karlova



VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ
NEMOCNICE V PRAZE



Klinika adiktologie

Finanční podpora:

(pro projekt „Digitální rodičovství: Prevence a vzdělávání v oblasti technologických závislostí“)