

Młodzi uWażni - startuje nowy program Fundacji Orange o higienie cyfrowej

Informacja prasowa, 20 sierpnia 2026



Z internetu korzystają coraz młodsze dzieci, a w grupie wiekowej 7-14 lat jest to ponad 80%¹. Częsta ekspozycja na działanie algorytmów, dopaminy i szkodliwe treści mogą powodować liczne konsekwencje: zdrowotne, społeczne oraz interpersonalne. Fundacja Orange rozpoczyna pilotaż bezpłatnego programu edukacyjnego „Młodzi uWażni”. Wesprze on uczniów klas 4-6 szkół podstawowych w nauce higieny cyfrowej, a nauczycieli w realizacji zajęć na ten temat w ramach przedmiotu edukacja zdrowotna.

Dzieci spędzają w internecie średnio ponad 4 godzinny dziennie². I chociaż potocznie mówi się o nich „cyfrowi tubylcy”, raport EU Kids Online 2026 obala ten mit. Co ósmy badany nastolatek nie odpowiedział poprawnie na żadne pytanie z testu wiedzy, co pokazuje, że częste korzystanie z sieci nie powoduje, że dzieci rozumieją mechanizmy działania internetu. Nie zawsze mają też wiedzę, narzędzia i odpowiednie przygotowanie, by radzić sobie z wyzwaniem online. A mogą doświadczyć tu hejtu, cyberprzemocy, trafiać na deepfake'i oraz szkodliwe działanie algorytmów. Blisko 9 na 10 badanych, twierdzi, że niebezpieczne treści widzi na swoim ekranie, mimo, że ich nie poszukuje. Dodatkowo, scrollując kilka godzin dziennie, nastolatki mogą zaniedbywać swoje pasje czy relacje z koleżankami i kolegami w realu.

Program Młodzi uWażni jest wsparciem dla uczniów i uczennic klas 4-6 w nauce higieny cyfrowej. Młodzi ludzie poznają w nim nawyki i postawy, które pozytywnie oddziałują na zdrowie, funkcjonowanie społeczne i ogólny dobrostan. Projekt pomoże też nauczycielkom i nauczycielom zrealizować zajęcia dotyczące higieny cyfrowej przewidziane w podstawie programowej przedmiotu edukacja zdrowotna - mówi Małgorzata Kowalewska, członkini zarządu Fundacji Orange. Mamy nadzieję, że ta inicjatywa będzie sygnałem, że młodzi powinni być w sieci uważni, bo są po prostu... ważni – dodaje.

¹ Bigaj, M., Ciesiołkiewicz, K., Hofmokl, J., Mikulski, K., Miotk, A., Przewłocka J., Rosa, M., Załęska, A. (2026). Internet dzieci 2026. Raport z monitoringu obecności dzieci w internecie. Fundacja „Instytut Cyfrowego Obywatelstwa” oraz Państwowa Komisja do spraw przeciwdziałania wykorzystaniu seksualnemu małoletnich poniżej lat 15.

² tamże.

W roku szkolnym 2026/2027 odbędzie się pilotaż programu, do którego Fundacja przyjmie 30 placówek. Uczennice i uczniowie, którzy wezmą w nim udział, dowiedzą się m.in.:

- czym jest higiena cyfrowa i jaki związek mają ekrany ze zdrowiem i funkcjonowaniem społecznym;
- jak reagować w trudnych sytuacjach takich jak: hejt, mowa nienawiści, niebezpieczne kontakty w sieci i jak unikać szkodliwych treści;
- dlaczego urządzenia ekranowe mogą negatywnie wpływać na relacje międzyludzkie;
- jak oglądanie przemocy, porównywanie się do innych, nadmiar informacji, dezinformacja może oddziaływać na samopoczucie;
- jak tworzyć własne zasady ekranowe.

Nauczycielki i nauczyciele edukacji zdrowotnej, którzy wezmą udział w inicjatywie, otrzymają informacje, narzędzia i gotowe scenariusze do prowadzenia zajęć z zakresu higieny cyfrowej. Ponadto Fundacja Orange prześle materiały na spotkanie z rodzicami oraz mikrogrant dla szkoły na realizację projektu uczniowskiego.

Nabór zgłoszeń do programu Młodzi uWażni potrwa do 24 września 2026 r. na stronie www.mlodziuwazni.pl. Spośród nadesłanych zgłoszeń wybranych zostanie 30 szkół, a wnioski z pilotażu wdrożone będą w kolejnej edycji. Udział w inicjatywie jest bezpłatny. Partnerem merytorycznym programu jest Fundacja „Instytut Cyfrowego Obywatelstwa” i jest on częścią międzynarodowej inicjatywy Orange pod hasłem #ForGoodConnections.

O Fundacji Orange

Fundacja Orange działa od 20 lat. Wspiera dzieci i młodzież w rozwoju kompetencji potrzebnych do tego, by dbać o swój dobrostan w świecie pełnym technologii. Dorosłych – by rozumieli wyzwania i możliwości środowiska cyfrowego. Pomaga kształtować zdrowe nawyki cyfrowe, poznawać podstawy bezpieczeństwa w sieci, programowania, sztucznej inteligencji, druku 3d czy realizować pomysły z wykorzystaniem cyfrowych zasobów. Prowadzi wolontariat pracowniczy w Orange. Więcej na www.fundacja.orange.pl.

Kontakt dla mediów:

Magda Mierzwińska
magda.mierzwinska@orange.com
tel.: 512 356 297