

VÝZVA: Energetáky do rukou školáků nepatří! Dejme dětem šanci vyrůst ve zdraví.

Data mluví jasně: **konzumace energetických nápojů dětmi a mladistvými představuje závažné ohrožení jejich zdraví.** Tyto nápoje obsahují rizikový mix vysokých dávek kofeinu, cukru a dalších látek, na které není dětský organismus připraven. Energetické nápoje nejsou limonáda!

Zavedme věkovou hranici 16 let pro prodej energetických nápojů. Chraňme děti před zbytečnými zdravotními riziky. Šetřeme prostředky vynakládané na řešení zdravotních problémů a dejme jasně najevo, že zdraví dětí má přednost před obchodními zájmy.

Dopady neomezeného prodeje energetických nápojů dětem v Česku

- **Alarmující spotřeba a její růst:** Podle aktuálních dat pije energetický nápoj alespoň jednou týdně téměř 19 % českých školáků ve věku 11 až 15 let a 4 % dokonce denně. Pravidelné konzumaci je tak v kritickém věku vystaveno přibližně 70 000 dětí. V posledních letech spotřeba prudce roste a například u dívek ve věku 11-15 let se mezi roky 2018 a 2022 zdvojnásobila.
- **Velmi vysoký obsah kofeinu a dalších látek:** Běžná půllitrová plechovka energetického nápoje může obsahovat až 160 mg kofeinu, což odpovídá dvěma průměrným espressům.
- **Dlouhodobá zdravotní rizika:** Extrémní přísun cukrů ze slazených energetických nápojů přispívá k dětské obezitě, vyššímu riziku zubních kazů, inzulinové rezistenci a výrazně zvyšuje riziko rozvoje diabetu 2. typu. Vysoké a nárazové dávky kofeinu navíc ohrožují duševní zdraví. Způsobují poruchy spánku, nervozitu, bolesti hlavy a zhoršené soustředění dětí.
- **Brána k dalším rizikům:** Pravidelná konzumace je spojena se zhoršeným well-beingem, depresivními stavy, zhoršeným spánkem a sklony k dalšímu rizikovému chování, včetně nadměrného užívání alkoholu a tabáku.

Klíčové kroky k realizaci

Dětské zdraví není ideologie. Je proto nutné provést systémové změny, které dětské zdraví ochrání. Díky těmto krokům přispějeme k zajištění bezpečnějšího prostředí pro dospívání, podpoříme lepší psychickou pohodu dětí a zvýšíme šanci na delší život prožitý ve zdraví:

- **Legislativa:** Přijetí zákona zakazujícího prodej a podávání energetických nápojů (definovaných hranicí nad 150 mg/l kofeinu či obsahem stimulantů jako je taurin apod.) osobám mladším 16 let.
- **Dostupnost:** Zákaz prodeje z automatů bez možnosti spolehlivého ověření věku a úprava online prodeje s nutností elektronické identifikace uživatele.
- **Reklama:** Zákaz marketingových kampaní cílených na děti do 16 let.
- **Efektivní kontrola:** Zachování kontrolních mechanismů v zákoně, zejména oprávnění dozorových orgánů využívat k odhalování nelegálního prodeje figuranty mladší 16 let.

Evropský kontext a zahraniční praxe

Omezení prodeje je v souladu s evropským vývojem a mezinárodními standardy ochrany veřejného zdraví.

- **Evropské právo:** Již dnes na celoevropské úrovni vyžaduje, aby nápoje s obsahem kofeinu nad 150 mg/l nesly na obalu varování, že nejsou doporučeny pro děti. Proto je na místě před nimi děti chránit.
- **Příklady dobré praxe:** Mnohé státy již děti aktivně chrání. Litva omezila dostupnost energetických nápojů pro nezletilé již v roce 2014 a Polsko zakázalo jejich prodej osobám do 18 let na začátku roku 2024. Tyto kroky ukazují, že takové opatření je v evropském prostoru právně i prakticky proveditelné.

Nic jako bezpečné množství energetického nápoje pro děti zkrátka neexistuje!

Jejich pravidelná konzumace je spojována se zhoršeným spánkem, psychickou nepohodou, horším soustředěním i dalšími projevy rizikového chování. Společnost už dnes chrání děti před řadou produktů, které nejsou vhodné pro jejich věk. Je čas udělat totéž u energetických nápojů. Energetické nápoje dětem zkracují život prožitý ve zdraví.

[Připojte se k výzvě](#) Ministra zdravotnictví, rodičů, pedagogů, měst i dalších odborníků.

My, níže uvedení, vyzýváme k zavedení věkové hranice 16 let pro prodej energetických nápojů a k přijetí souvisejících opatření, která omezí jejich dostupnost a marketing vůči dětem.

Ke čtvrtku, 16. července 2026, se k výzvě připojilo 625 signatářů.

Iniciátoři



Ministr zdravotnictví

Martina Bulánková,
ředitelka



MUDr. Eliška Selinger, MSc.

epidemioložka a specialista na
veřejné zdraví se zaměřením na
výživu a udržitelné stravování,
3. LF UK



Asociace ředitelů
základních škol
České republiky

Asociace ředitelů základních škol ČR

Luboš Zajíc,
prezident



UNIE RODIČŮ

Unie Rodičů

Angelika Gergelová,
předsedkyně spolku



Zdravá města, obce, regiony
České republiky

Národní síť Zdravých měst

Ing. Petr Švec
ředitel

Signatáři (abecedně)

Školy a jídelny



15. základní škola Plzeň



DOMOV MLÁDEŽE A ŠKOLNÍ
JÍDELNA STUDENTSKÁ



Gymnázium, Praha 4,
Budějovická 680



Masarykova základní škola
a mateřská škola, Železnice



Mateřská škola a Základní škola
Slatinice



Mateřská škola Benátky, okres
Svitavy



Mateřská škola Brněnec,
Moravská Chrástová



Mateřská škola Dobroměřice



Mateřská škola Jánošíkova
a Vrchlického Hodonín



Mateřská škola Holedeč



Mateřská škola Jestřabí Lhota,
okres Kolín



Mateřská škola Lány



Mateřská škola Plav



Mateřská škola Prostějov,
Smetanova ul. 24



Mateřská škola, základní škola
a praktická škola Ivančice,
příspěvková organizace

Školy a jídelny (pokračování)



Mateřská škola Žatec, Bratří
Čapků 2775, okres Louny



Odborné učiliště Cvrčovice,
příspěvková organizace



Prima mateřská škola, s.r.o.



Skutečně zdravá škola

Mgr. Tomáš Václavík
předseda spolku



Střední škola, Bor, Plzeňská 231



TRIVIS SŠV s.r.o., Třebechovice
pod Orebem



Waldorfská základní škola VÁŽKA, o.p.s.



Základní škola a Mateřská škola
Babice nad Svitavou



Základní škola a Mateřská škola
Bílá Třemešná

Waldorfská základní škola
VÁŽKA, o.p.s.

Základní škola a Mateřská škola,
Bílá Třemešná, okres Trutnov



Základní škola M. J. Husa
a Mateřská škola Husinec



Základní škola a Mateřská škola
Košice



Základní škola a Mateřská škola
Martinice v Krkonoších



Základní škola a Mateřská škola
Oty Pavla Buštěhrad – školní
jídelna



Základní škola a Mateřská škola
Tři Sekery



Základní škola a Mateřská škola,
Višňové, okres Znojmo

Školy a jídelny (pokračování)



Základní škola a Mateřská škola
Vyšší Brod



Základní škola Horní Jelení,
příspěvková organizace



Základní škola Horní Police,
příspěvková organizace

**ZŠ KOMENSKÉHO
KYJOV** ● ● ●

Základní škola J. A. Komenského,
příspěvková organizace města
Kyjova



Základní škola Labyrint Lhota,
s.r.o.



Základní škola Letohrad



Základní škola Lužiny, Praha 5,
Trávníčkova 1743



Základní škola Most, Okružní
1235, příspěvková organizace



Základní škola Odry,
Komenského 6, příspěvková
organizace



Základní škola Plavý



Základní škola pod Svatou
Horou, Příbram



Základní škola, Praha 4,
Bítovská 1



Základní škola Tachov

Organizace a samosprávy



ASK ATLET PRAHA

Marika Dúbravčíková
Předsedkyně a zakladatelka



ASOCIACE ŠKOLNÍCH JÍDELEN
ČESKÉ REPUBLIKY

Asociace školních jídelen ČR, z.s.

PhDr. Karel Jahoda



Asociace školní psychologie, z.s.

PhDr. Jana Zapletalová
Předsedkyně



Brdy-Vltava, o.p.s.

Mgr. Markéta Dvořáková DiS.
ředitelka



Centrum pro rodinu
a sociální péči Hodonín

Centrum pro rodinu a sociální péči Hodonín, z.s.

Mgr. Lucie Ambrozková
ředitelka a předsedkyně



Česká asociace sester

PhDr. Martina Šochmanová, MBA
prezidentka



Delirest Services, s.r.o.

Michal Debreceň
generální ředitel



EDUin, o. p. s.

Martina Chvátalová
výkonná ředitelka



EXTRUDO Bečice, s.r.o.

Ing. Martin Fuchs



Malý mnich, s.r.o.

Pavčina Lázníčková
Jednatel



MEDIVAC
AMBULANCE PLDD

Medivac, s.r.o.

MUDr. Liliia Šenkýřová
praktický lékař pro děti a dorost



Město Hoštka

Milan Konfršt
starosta

Organizace a samospráva (pokračování)



Mladí lékaři, spolek

MUDr. Albert Štěrba, MBA
předseda



Obec Křešice

Ing. Petra Čadová
Místostarostka



Poradní unie pro legislativu ve zdravotnictví, z.s.

Kateřina Švarcová
Marketing Manager
& Governmental Affairs



Primirest, zařízení školního stravování

Michal Debrecení, generální
ředitel

Zuzana Volková, finanční
ředitelka



3. lékařská fakulta
Univerzita Karlova

Rada Centra pro výzkum výživy, metabolismu a diabetu

prof. MUDr. Jan Gojda, Ph.D.
vedoucí



REFIT CLINIC, s.r.o.

Doc. MUDr. Dalibor Pastucha,
PhD. MBA
ředitel, jednatel, dětský
a tělovýchovný lékař



Reha Centrum Jičín, Sobotka a Hořice

Eva Mílová, MBA
jednatel



Revma Liga Česká republika, z.s.

Edita Müllerová
Předsedkyně spolku



Spolek zastánců dětských práv – česká sekce DCI

RNDr. Miroslav Prokeš
člen představenstva



TM PEDIATR Břeclav, s.r.o.

MUDr. Tatiana Michnová
praktické lékařství pro děti
a dorost



Učitelská platforma, z. s.

Petra Mazancová
ředitelka ZŠ Pod Beckovem



Unie psychologických asociací ČR

PhDr. Michal Walter
předseda

Organizace a samospráva (pokračování)



WOMEN FOR WOMEN, o.p.s.

Bc. Barbora Nejedlá, MBA
Manažerka projektu Obědy
pro děti a SOS do školky



Zdravé Město Litoměřice

Ing. Josef Douša
politik Zdravého města
Litoměřice

Experti

Mgr. **Tereza Bicanová** | poradce pro výživu
a suplementaci

Mgr. **Štěpánka Bretová** | Učitelka a výchovná
a kariérová poradkyně

MUDr. **Jaroslava Cikhardtová** | praktická lékařka
pro dospělé

MUDr. **Marek Čierny** | neurolog

Mgr. Bc. **Ondřej Čtvrtečka** | edukátor

prof. RNDr. **Dagmar Dzúrová**, CSc. | profesorka
demografie

Barbora Ferenczová, DiS. et DiS. | Učitelka

MUDr. **Romana Havlová** | lékařka, PLDD

Mgr. Ing. **Vanda Hrdličková** | nutriční terapeut

MUDr. **Eva Chocová** | lékařka

— **Alena Chovancová** | nutriční terapeutka

— Ing. **Petra Jirků** | výživa

— MUDr. **Marie Kmoníčková** | pediatr

— Mgr. **Alexandra Košťálová** | odborník v podpoře
veřejného zdraví

— Mgr. **Sabina Kozohorská** | lékárnice

— MUDr. **Pavla Koželuhová** | lékařka, pediatr

— **Pavλίna Krčková**, DiS. | Nutriční terapeutka

— Mgr. **Petra Krulová**, Ph.D. | Všeobecná sestra –
specialistka

— Ing. **Veronika Legarová**, Ph.D. | Odborný asistent
na katedře kvality a bezpečnosti potravin, ČZU
v Praze

— Ing. **Tereza Lušovská** | nutriční terapeutka

Experti (pokračování)

Mgr. **Petra Lúsenko-Chvílová** | Učitelka ZŠ

Radmila Macháňová, DiS. | vedoucí školní jídelny
a nutriční terapeutka

MUDr. **Dana Maňasková** | lékař

Ing. **Petra Martínková** | Odbor školství, mládeže
a tělovýchovy – školní stravování

Ing. **Šárka Měřičková** | Výživový poradce a redaktor
v oblasti výživy

Mgr. **Matěj Mikyska** | Farmaceut

MUDr. **Marcela Míková** | praktický lékař pro děti
a dorost

Doc. MUDr. **Dalibor Pastucha**, Ph.D., MBA | Lékař

Josef Pavlovic | exnáměstek Ministra zdravotnictví,
současný člen Správní rady VZP

Mgr. **Ivana Pekárková** | psycholog, učitelka,
fyzioterapeut

Bc. **Eliška Petříková** | výživový poradce

Mgr. **Eva Obi Pospíchalová** | průvodce přírodní
cestou ke zdraví

PhDr. **Hana Salačová Svobodová**, MBA |
psychoterapeutka, majitelka psychosomatického
centra

PhDr. **Hana Salačová Svobodová**, MBA |

psychoterapeutka, majitelka psychosomatického
centra

MUDr. Ing. **Konrad Siala**, Ph.D., MSc. | Praktický lékař
pro děti a dorost

Mgr. **Lucie Slabá** | Psycholog

Mgr. **Veronika Slezáková** | Farmaceut

Mgr. **Danuše Strnadová** | terapeutka

Ing. **Hana Střítecká**, Ph.D. | Nutriční terapeut,
vysokoškolský učitel (Ústav preventivního lékařství
LF HK UK)

MUDr. **Tomáš Šebek** | lékař, zakladatel Ministra
zdraví

MUDr. **Albert Štěrba**, Ph.D., MBA | neurochirurg,
předseda spolku Mladí lékaři

MUDr. **Jana Štochlová** | praktická lékařka pro děti

Bc. **Hana Tóthová** Dis. | Nutriční terapeut

prof. MUDr. **Michal Vrablík**, Ph.D. | lékař

Mgr. **Miroslav Žák** | Health and Safety team lead