

Relax Hub otevřen

29.10.2025 - | Fakulta tělesné výchovy a sportu UK

Fakultní Relax Hub nabídne odpočinek i inspiraci k udržitelnosti.

V rámci Evropského týdne udržitelnosti byl v úterý 9. 10. na fakultě slavnostně otevřen a předán do užívání nový relaxační koutek se symbolickým názvem Relax Hub, který je určen především studentům jako místo k odpočinku v přestávkách mezi výukou. Relax Hub, umístěný ve 2. patře hlavní budovy, je ale otevřený všem, včetně návštěvníků fakulty, a jeho cílem je nabídnout nejenom příjemné zázemí, ale také fungovat jako zdroj informací týkajících se udržitelnosti, podpory duševního zdraví a well-beingu obecně.

Středobodem Relax Hubu je mechovo-dřevěný obraz a studijní prostor doplněný o rostlinami různorodých tvarů, barev a velikostí. Prostor doplňují zástěny, jež zajišťují soukromí při relaxaci. Studenti i návštěvníci mohou relaxovat na sedacích vacích, hladkých špalících evokujících pařezy či rovnou na koberci. Na stěně proti odpočinkové zóně je možné najít inspiraci z udržitelnosti i duševního zdraví v podobě kartiček a letáčků, které připravili jak studenti, tak iniciativa na podporu duševního zdraví Nevypusť duši.

Součástí prostoru je také knihovna s beletrií a koutek vybavený antistresovými omalovánkami pro chvíle aktivního oddechu. Celý prostor je osvětlen lampička s LED žárovkami.

Relax Hub vznikl díky iniciativě našich studentů podpořených týmem udržitelného rozvoje FTVS UK a grantem Univerzity Karlovy na podporu udržitelnosti.

<https://ftvs.cuni.cz/FTVS-68.html?locale=cz&news=27496>