

ЦЕЛ 3 | Добро здраве и благополучие

Осигуряване на здравословен живот и насърчаване благосъстоянието на всички във всяка възраст

Грижа за здравето и благосъстоянието на университетската общност

Технически университет – София разглежда здравето и благосъстоянието на студентите, докторантите, преподавателите и административния персонал като важна предпоставка за пълноценна образователна, научноизследователска и професионална дейност. Университетът полага усилия за създаване на здравословна и подкрепяща среда чрез профилактика на заболяванията, психологическа подкрепа, насърчаване на физическата активност и осигуряване на възможности за спорт и отдих.

Профилактика и психологическа подкрепа

Превенцията на заболяванията е съществен елемент от грижата за здравето на университетската общност. ТУ-София предоставя възможности за профилактични медицински прегледи на академичния и административния персонал, като насърчава ранното установяване на здравословни проблеми и отговорното отношение към личното здраве.

Отделя се внимание и на менталното здраве. През 2025 г. университетът продължава да осигурява **професионална психологическа подкрепа чрез университетски психолог към Център „Кариера и възпитаници“**. Възможността за консултации е насочена към студенти, преподаватели и административен персонал и подпомага справянето с лични, академични и професионални предизвикателства. Тази дейност допринася за изграждането на подкрепяща университетска среда, в която психичното здраве се разглежда като неразделна част от общото благосъстояние.

Активен начин на живот и университетски спорт

ТУ-София насърчава физическата активност чрез широко развита система за университетски спорт и разнообразни възможности за организирани занимания. Департаментът по физическо възпитание и спорт осъществява учебна и спортно-състезателна дейност, която обхваща значителна част от студентската общност.

За отчетния период **в редовни спортни занимания са включени 4300 студенти**, разпределени в учебни групи по **17 вида спорт**. Обучението по физическо възпитание е

част от учебните планове за студентите от първи и втори курс, а за по-горните курсове се предоставят възможности за факултативно участие. За студентите с временни или трайни здравословни затруднения са организирани специализирани групи по адаптирана физическа активност, които създават условия за приобщаващо участие в спортните занимания.

Спортната дейност включва разнообразни дисциплини като футбол, баскетбол, волейбол, тенис, плуване, лека атлетика, фитнес, гребане, спортно катерене, планинарство, бадминтон, аеробика и народни танци. Университетът разполага със съвременен спортен комплекс в кампуса в София, който предоставя възможности за физическа активност както на академичната общност, така и на външни ползватели при определени условия.

Наред с редовните занимания ТУ-София развива активна спортно-състезателна дейност. Представителните университетски отбори участват в национални студентски първенства по множество спортни дисциплини, а студентите на университета се представят и на международни състезания. Организират се вътрешноуниверситетски турнири и спортни инициативи, които насърчават движението, екипния дух и социалните контакти между участниците.

Възможности за отдих и възстановяване

Грижата за благосъстоянието се допълва от възможностите за почивка и възстановяване, предоставяни чрез университетските учебно-спортни и оздравителни бази. ТУ-София разполага с бази в **Семково, Созопол и Равадиново**, които създават условия за отдих и разнообразни дейности извън ежедневната академична среда.

Предизвикателства и бъдещи насоки

Сред важните направления за развитие остават разширяването на достъпа до профилактични и психологически услуги, поддържането и модернизирането на спортната инфраструктура и насърчаването на активния начин на живот сред всички групи в университетската общност. По-системното проследяване на участието в здравни и спортни дейности ще допринесе за по-пълна оценка на резултатите и за планирането на бъдещи инициативи в подкрепа на физическото и психичното здраве.