



# BOOK SEÑALÉTICO

El sistema señalético descrito a continuación pretende facilitar el acceso rápido a espacios de apoyo emocional para la comunidad universitaria en momentos de estrés, angustia o agotamiento, durante sus actividades académicas o laborales.

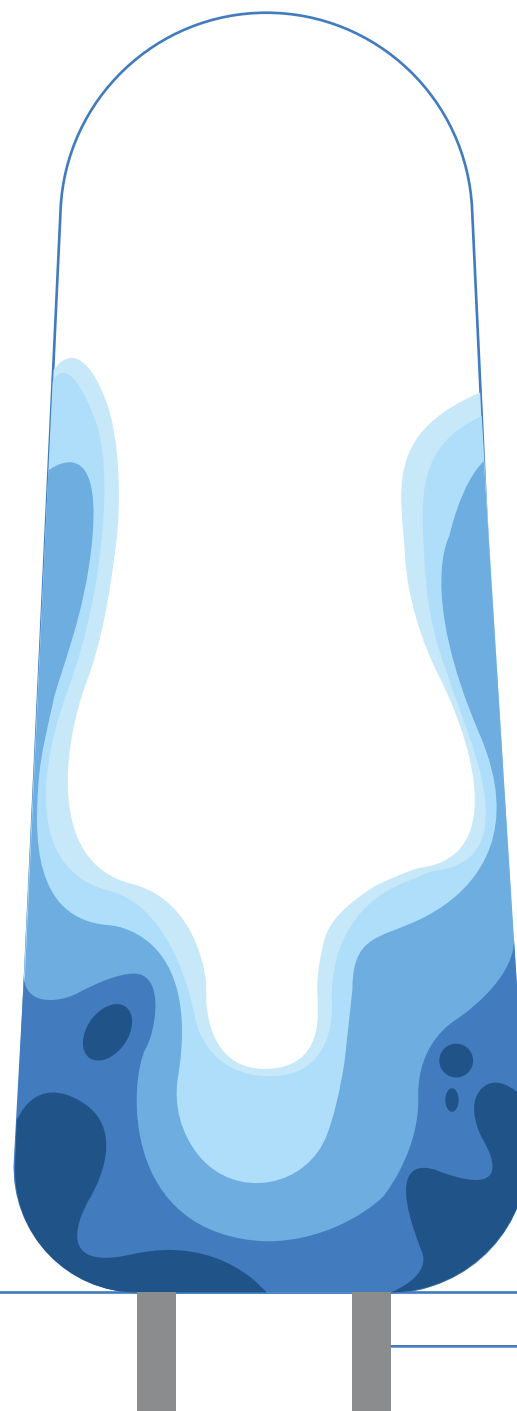
# TOTEM PUNTO DE CALMA

Medidas:  
80cm x 200cm

Material:  
Policarbonato compacto  
opaco en 6 tonos distintos  
según paleta de color.

Sistema de sujeción:  
Anclado a tierra.

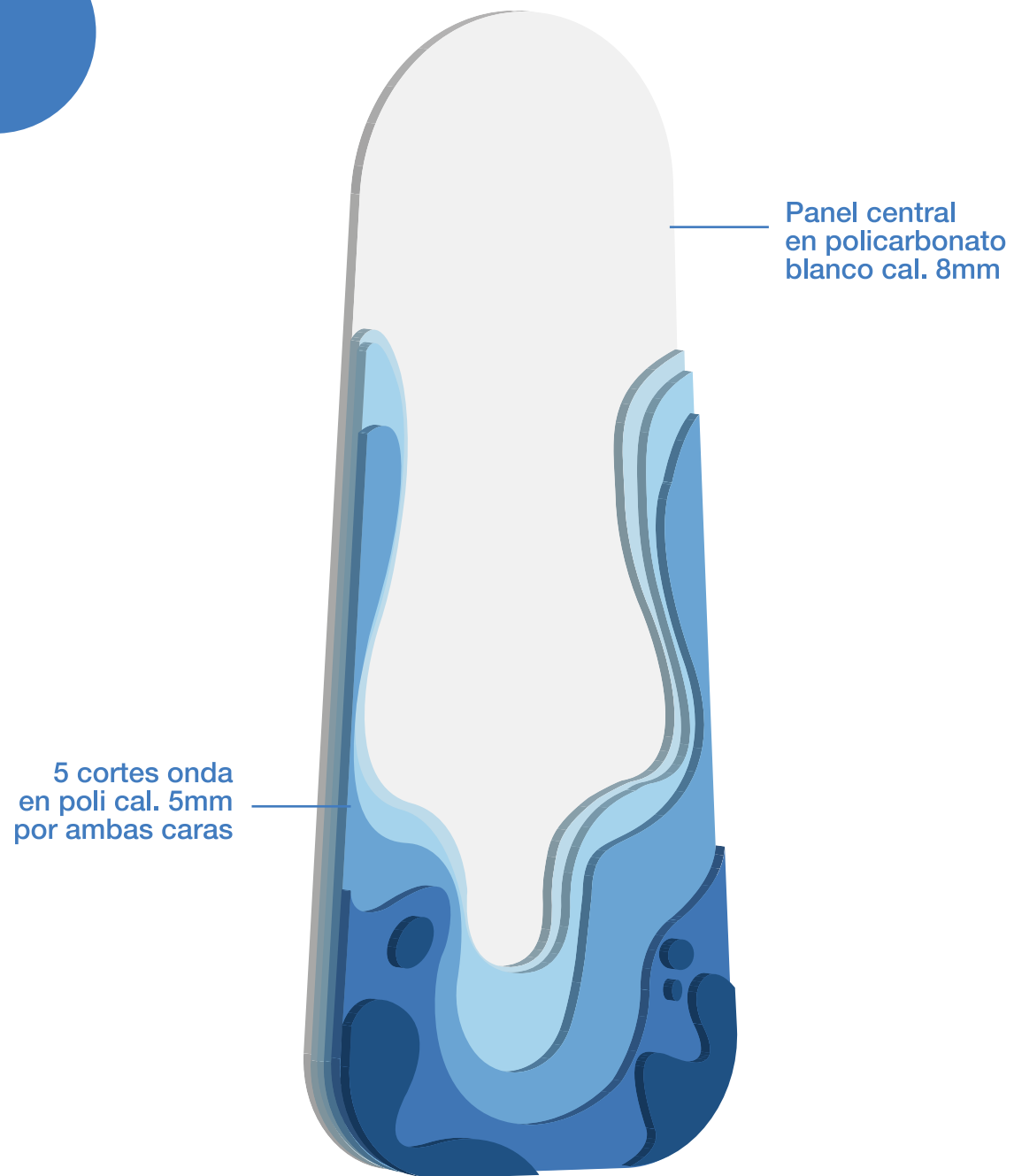
- Blanco
- Pantone 290 C
- Pantone 2905 C
- Pantone 292 C
- Pantone 3005 C
- Pantone 301 C



VISTA FRONTAL

Platinas enterradas

TOTEM  
PUNTO DE CALMA



VISTA ISOMÉTRICA

# TOTEM PUNTO DE CALMA




## ¿Necesitas un momento de calma?

Deja que tu mente descanse en lo bello que imagina.



Tómate 5 minutos. Permite que tu mente viaje a ese espacio donde siempre te sientes en paz.

- 1 Siéntate o recuéstate y respira lento.
- 2 Relaja el cuerpo, aflojando cuello, hombros y pecho.
- 3 Visualiza calma, como una luz suave o un lugar seguro.
- 4 Habita tu cuerpo, sintiendo manos, piernas y pies mientras repites "AQUÍ ESTOY".
- 5 Deja pasar pensamientos y, al finalizar, mueve los dedos, respira profundo y abre los ojos con calma.

 Si necesitas un refuerzo auditivo para hacer este ejercicio escanea el QR.

Si el malestar continúa dirígete al Centro de Bienestar.

En caso de emergencias:

Tel: (602) 3218200  
extensión: 8711



CARA A



## ¿Cómo te sientes hoy?

Toma aire y deja que todo se calme dentro de ti.



¿Tienes 5 minutos?  
RESPIRA...  
en este momento solo tienes que ser tú mismo.

- 1 Inhala por la nariz en 4 segundos. Deja que el aire baje al abdomen, no solo al pecho.
- 2 Exhala por la boca en 6 segundos. Como si soplaras suavemente una vela sin apagarla.
- 3 Repite durante 1-3 minutos. Si puedes, 5 minutos es ideal.

 Si necesitas un refuerzo auditivo para hacer este ejercicio escanea el QR.

Si el malestar continúa dirígete al Centro de Bienestar.

En caso de emergencias:

Tel: (602) 3218200  
extensión: 8711



CARA B

# TOTEM PUNTO DE CALMA



## ¿Necesitas un momento de calma?

Deja que tu mente descanse en lo bello que imagina.



Tómate 5 minutos.  
Permite que tu mente viaje a ese espacio donde siempre te sientes en paz.

- 1 Siéntate o recuéstate y respira lento.
- 2 Relaja el cuerpo, aflojando cuello, hombros y pecho.
- 3 Visualiza calma, como una luz suave o un lugar seguro.
- 4 Habita tu cuerpo, sintiendo manos, piernas y pies mientras repites "AQUÍ ESTOY".
- 5 Deja pasar pensamientos y, al finalizar, mueve los dedos, respira profundo y abre los ojos con calma.

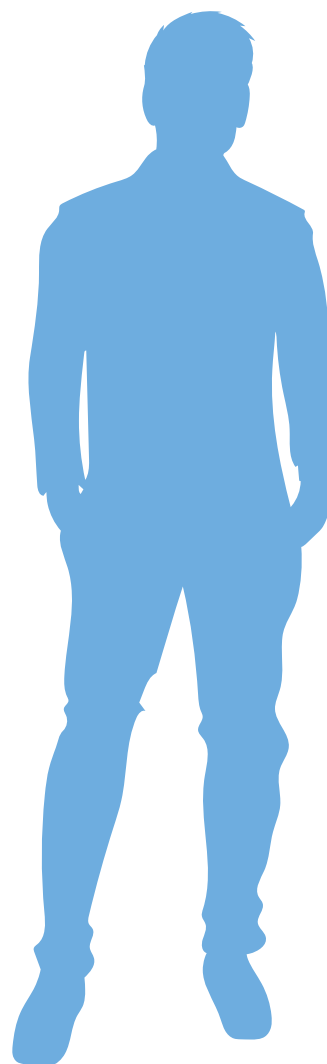


Si necesitas un refuerzo auditivo para hacer este ejercicio escanea el QR.

Si el malestar continúa dirígete al Centro de Bienestar.

En caso de emergencias:

Tel: (602) 3218200  
extensión: 8711



Escala 1:12

# TOTEM PUNTO DE CALMA



# DIRECTORIO PUNTOS DE CALMA

Medidas:  
125cm x 100cm

Material:  
Policarbonato compacto  
cristal con vinilo  
ensanduchado.

Sistema de sujeción:  
Soporte en diagonal a  
pared.



Policarbonado  
ensanduchado  
cal. 6mm

## PUNTOS DE CALMA

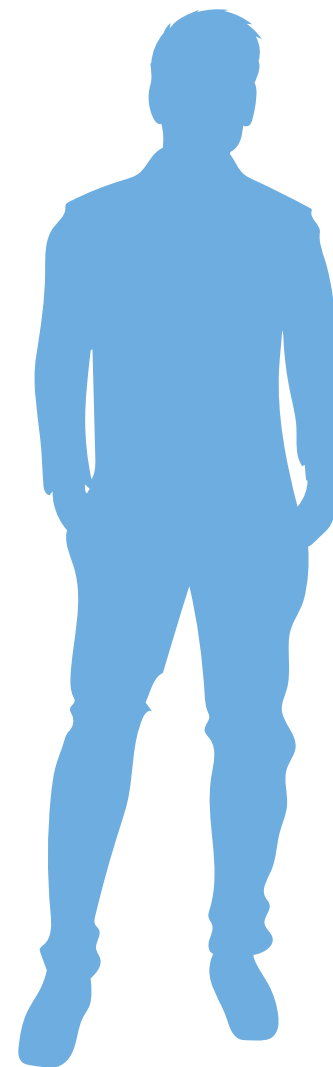
Son señales con información y técnicas de apoyo emocional para momentos de estrés, angustia o agotamiento.

- CB Centro de Bienestar Universitario
- 1 Punto de Calma Biblioteca
- 2 Punto de Calma Edif. Administrativo
- 3 Punto de Calma Casa Loyola
- 4 Punto de Calma Edificio Samán
- 5 Punto de Calma Edificio Lago
- 6 Punto de Calma Edificio Acacias

## ACCESOS

- A Entrada peatonal Cañasgordas.
- B Entrada peatonal Casa Loyola.
- C Entrada peatonal Gualandai.

# DIRECTORIO PUNTOS DE CALMA



DIRECTORIO  
PUNTOS DE CALMA








## DISPLAY MAPAS Y FOLLETOS

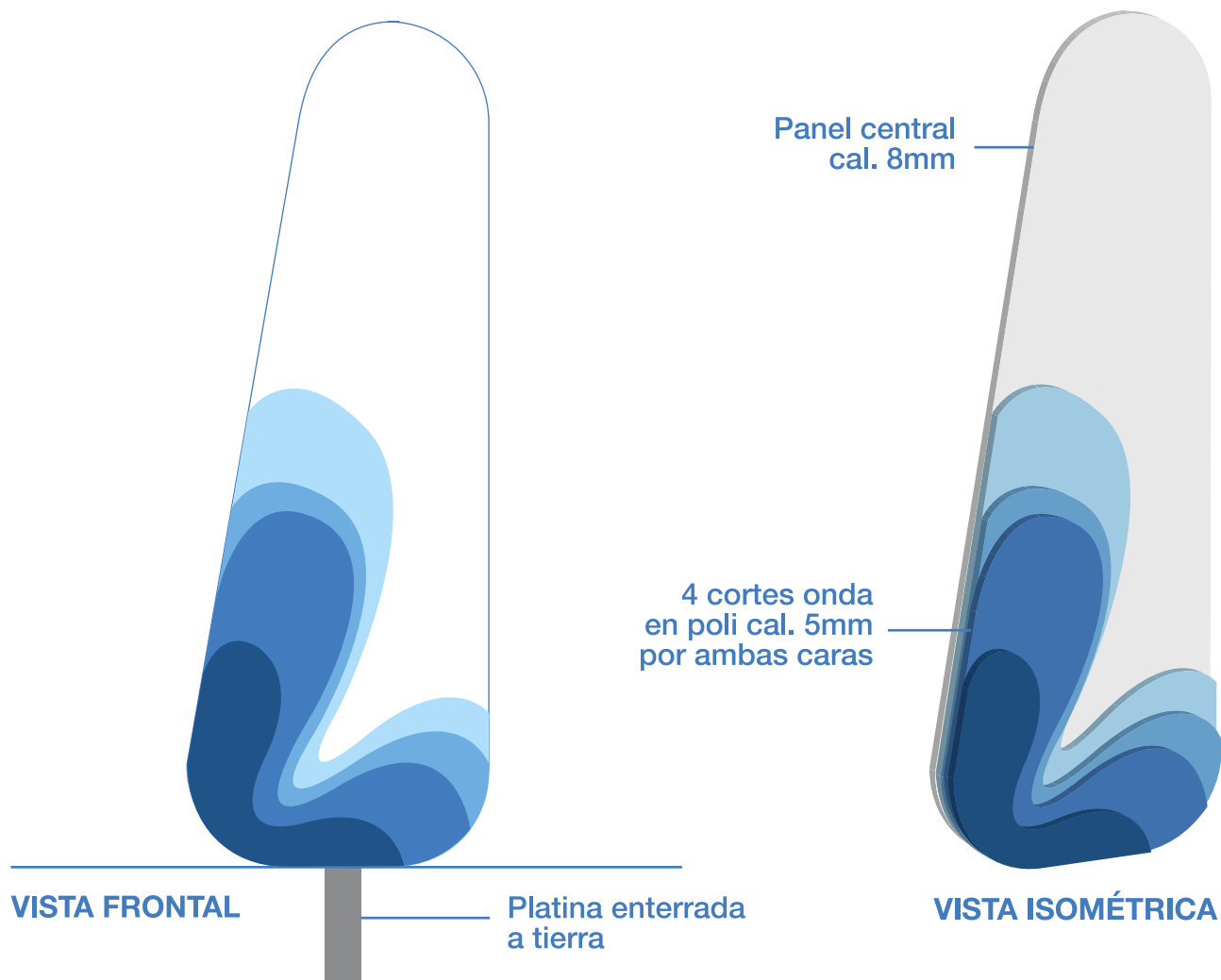
*Esta señal tiene como función dispensar los mapas de Puntos de Calma y los folletos sobre las acciones del Centro de Bienestar (Universidad Inclusiva) para el bienestar de la comunidad.*

**Medidas:**  
50cm x 140cm

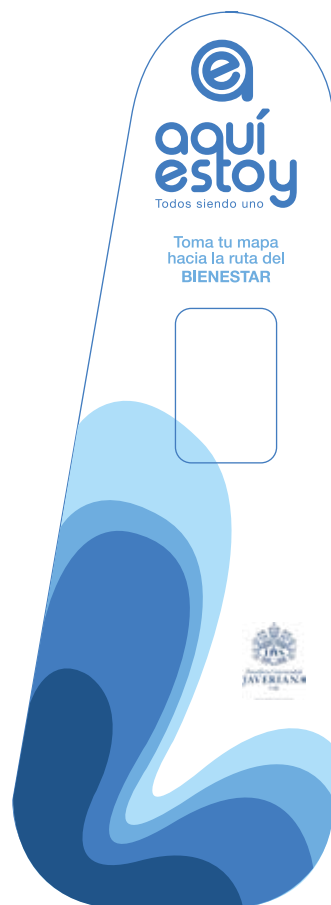
**Material:**  
Doble cara. Policarbonato compacto opaco en 5 tonos según paleta de color.

**Sistema de sujeción:**  
Anclado a tierra.

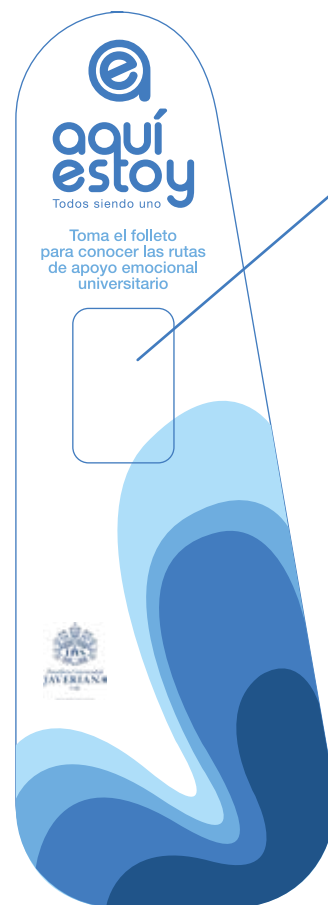
-  Blanco
-  Pantone 2905 C
-  Pantone 292 C
-  Pantone 3005 C
-  Pantone 301 C



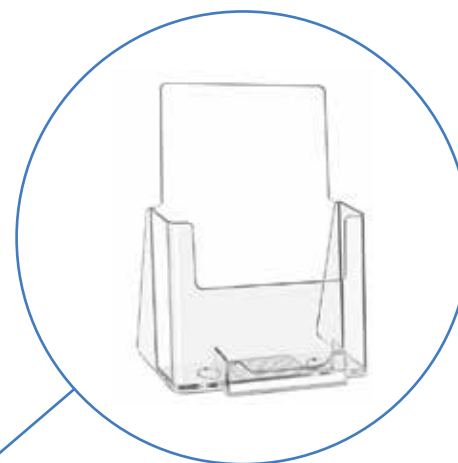
## DISPLAY MAPAS Y FOLLETOS



CARA A

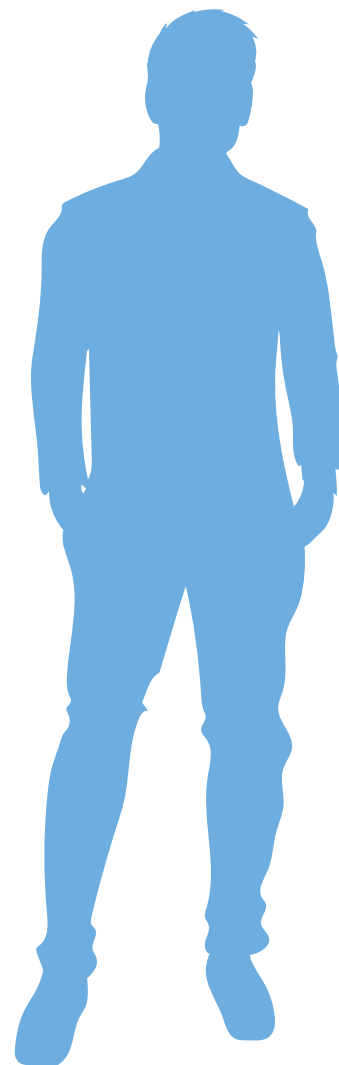
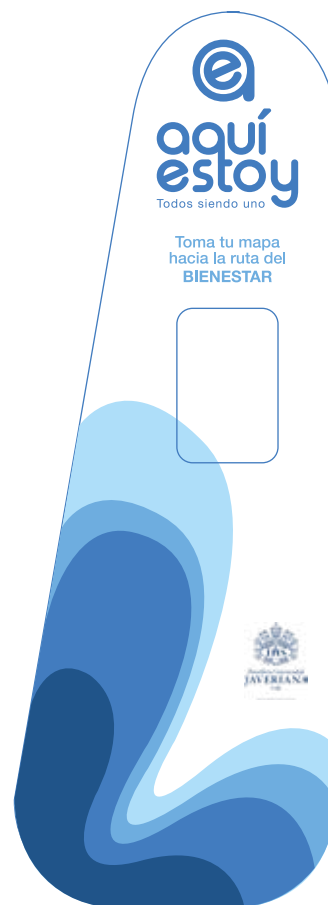


CARA B



Dispensador  
de folletos  
en policarbonato

# DISPLAY MAPAS Y FOLLETOS



Escala 1:12

## DISPLAY MAPAS Y FOLLETOS



FOTOMONTAJE

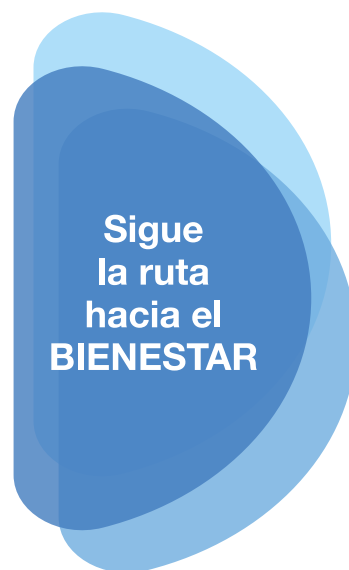
## BANDEROLA DIRECCIONAL

*Esta señal muestra la ruta para llegar al Centro de Bienestar Universitario y a los Puntos de Calma.*

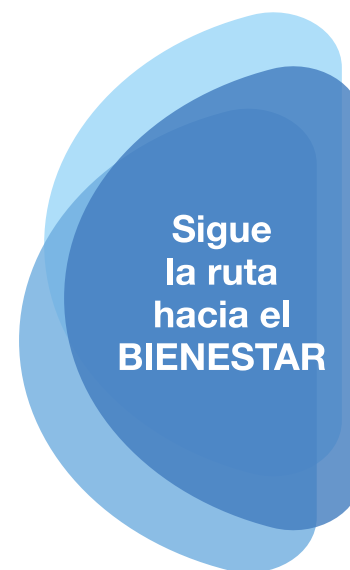
Medidas:  
27.5cm x 45cm

Material:  
Policarbonato compacto opaco en 3 tonos distintos según paleta de color.

Sistema de sujeción:  
Soporte en anillos para pegar de los postes de luz a una altura de 230cm.



CARA A



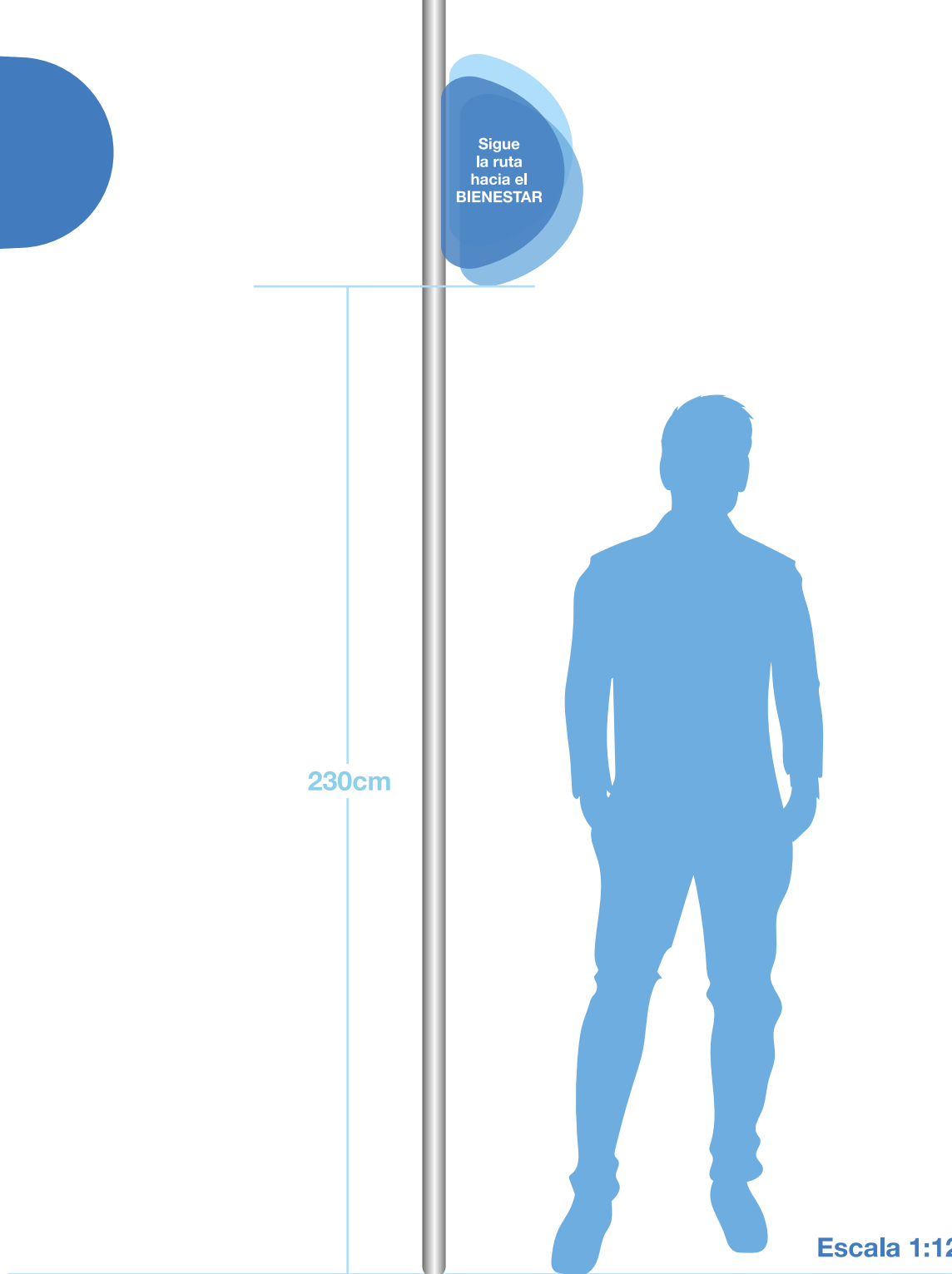
CARA B

**BANDEROLA  
DIRECCIONAL**

Sigue  
la ruta  
hacia el  
BIENESTAR

230cm

**Escala 1:12**



**BANDEROLA  
DIRECCIONAL**



**FOTOMONTAJE**



Diseñado por:  
**Juan Camilo Mejía González**