

RESPIRA y Escribe

tema.

La visibilización de las prácticas enfocadas a la meditación y el journaling para contribuir a la mejora en la salud mental de las mujeres jóvenes universitarias entre 18 y 22 años y las adultas jóvenes entre 24 y 33 años de edad de la ciudad de Cali.

Objetivo general

Visibilizar las prácticas enfocadas a la meditación y el journaling a través de una estrategia de comunicación visual como contribución a la mejora en la salud mental de las mujeres en la ciudad de Cali.

Objetivos específicos

1. Identificar las causas principales de los problemas de salud mental en las mujeres de Cali.
2. Analizar las prácticas de meditación más importantes y efectivas en los procesos de salud mental.
3. Identificar las diferentes herramientas utilizadas en el journaling que contribuyen a la mejora de la Salud Mental.
4. Diseñar una estrategia de diseño de comunicación visual para visibilizar estas herramientas.

Metodología de sanación

(diseño centrado en las personas)



Herramientas

1. Diagrama de causas
2. Encuestas a usuarios
3. Entrevista a aliada experta
4. Mapa de prioridades
5. Lluvia de ideas
6. Moodboard
7. Focus Group
8. Mapa de experiencias/emociones

Sistema de producto

Identidad visual

Diseño de identidad de marca, colores y gráficos que representan el proyecto y sus valores.

Material digital

Página web y video con recursos descargables y links a meditaciones guiadas.

Material impreso

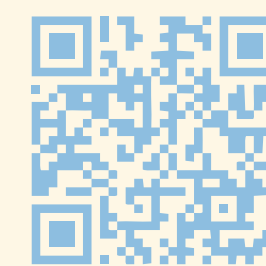
Incluye el journal, velas y folletos, diseñados para apoyar la práctica de journaling y meditación.

Aplicación

Taller práctico para promocionar, visibilizar y aplicar las herramientas del proyecto.

difusión

Folletos informativos, además en diciembre de 2024, Aluna by Mar estará vendiendo la experiencia de bienestar como su nuevo producto.



Escaneame para ver como fue nuestro taller



Escaneame para ver el prototipo del blog



Escaneame para escuchar meditaciones guiadas



Ana Sofia Orejuela

Énfasis en marca | Doble prog. con administración de empresas

Director de Proyecto: Alioka Quintero

Diseño de Comunicación Visual - Dpto. Creación

