

HEALTH MODE ON

Manuale di Stile

Health Mode On è un progetto che riunisce nove organizzazioni tra università e istituti di alta formazione per comprendere e promuovere la salute mentale e il benessere psicofisico degli studenti universitari.

Health Mode On è stato selezionato nell'ambito dei due avvisi PRO-BEN 1 e PRO-BEN 2 del Ministero dell'Università e della Ricerca (MUR) per la concessione di finanziamenti volti alla promozione del benessere psicofisico e al contrasto del disagio psicologico ed emotivo tra gli studenti.

Le linee guida che ti appresti a leggere ci aiutano a definire il modo in cui Health Mode On si esprime attraverso codici visivi e linguistici.



Strategia

COSA STA CAMBIANDO?

La salute mentale di giovani uomini e giovani donne non è più un tema tecnico o riservato agli specialisti.

È diventata un'urgenza culturale e sociale,
che coinvolge i corpi, i linguaggi, gli spazi e le relazioni.
Health Mode On nasce per intercettare questo cambiamento
all'interno delle università e degli istituti di alta formazione: riportare il
benessere psicofisico al centro del discorso pubblico nei luoghi della
formazione, attivando nuovi modi di parlarne, viverla e condividerla.

COSA MANCA?

Mancano evidenze scientificamente fondate
sulla popolazione universitaria italiana.

Manca poi un linguaggio autentico, accessibile e coinvolgente per
parlare di salute mentale alle nuove generazioni.

Mancano spazi e servizi mirati, in cui università, conservatori e
comunità studentesche possano riconoscersi e collaborare per
promuovere benessere.

**Manca, in definitiva, un approccio culturale
alla salute che sia integrato nella
quotidianità formativa, non limitato
all'emergenza o alla patologia.**

A CHI CI RIVOLGIAMO?

**A chi studia, insegna e vive
la sua professione negli atenei e nei
conservatori italiani.**

A chi vuole strumenti e parole
per orientarsi in un mondo che cambia.

A chi cerca ascolto, supporto e ispirazione per affrontare il tema
della salute mentale in modo più consapevole.

E alle istituzioni educative che vogliono essere parte attiva di un
ecosistema del benessere.

CHE OPPORTUNITÀ ABBIAMO?

Possiamo trasformare il tema della salute mentale in una leva culturale potente, che attiva partecipazione, creatività e responsabilità.

Possiamo costruire una rete di atenei e istituti di alta formazione che collaborano per generare impatto reale sulla vita delle persone.

COME CI POSIZIONIAMO?

Health Mode On è il progetto che ripensa la cultura del benessere nei luoghi della formazione.

Attraverso ricerche mirate e la definizione di protocolli e buone pratiche, vogliamo attivare una comunicazione integrata e partecipata sul tema del disagio psicologico, capace di costruire reti tra studenti, docenti e istituzioni.

COME CI POSIZIONIAMO?

Il nostro obiettivo è promuovere consapevolezza, benessere e inclusione. Non si tratta solo di prevenzione, ma di una nuova visione della salute mentale come pratica quotidiana, culturale e condivisa.

Posizionamento funzionale

Costruiamo strumenti concreti per promuovere benessere nei contesti educativi: ricerche, protocolli, linee guida e modelli comunicativi.

Posizionamento emotivo

Facciamo sentire studentesse e studenti ascoltati, coinvolti e parte attiva di una comunità che si prende cura.

Posizionamento aspirazionale

Immaginiamo un sistema formativo in cui salute mentale, inclusione e partecipazione siano pilastri culturali e non eccezioni.

Brand Core

COSA. COME. PERCHÈ

Cosa facciamo

Health Mode On è un programma che coinvolge università e istituti AFAM e si occupa di migliorare la salute mentale degli studenti, facendo ricerca, progettando interventi di contrasto al malessere psichico e promuovendo in modo attivo una cultura del benessere.

Come lo facciamo

Health Mode On compie una valutazione completa delle condizioni di disagio degli studenti e dei fattori di rischio che le determinano, grazie ai diversi approcci degli attori che coinvolge. In base a questa valutazione, lavorando in sinergia con gli studenti e i loro rappresentanti, predispone interventi volti a prevenire, riconoscere e contrastare il disagio, promuovendo e sviluppando opportuni fattori protettivi.

Perché lo facciamo

Consapevole del disagio riportato da una parte degli studenti, Health Mode On crede che una delle responsabilità delle istituzioni universitarie sia quella di contribuire al loro benessere e salute mentale, garantendo così un pieno godimento del diritto allo studio e sostenendoli nel loro percorso di crescita personale e sociale.

DICHIARAZIONE DI MISSIONE

Ci impegniamo a sostenere il benessere psicofisico degli studenti, creando le condizioni ideali per la loro crescita come persone e cittadini. Attraverso un approccio multidisciplinare e integrato, coniughiamo ricerca e azione per comprendere e affrontare le sfide legate al disagio emotivo e psichico. Il nostro obiettivo è prima di tutto capire e poi migliorare gli stili di vita e potenziare i servizi di supporto, favorendo inclusione, consapevolezza e crescita personale.

DICHIARAZIONE DI VISIONE

Health Mode On immagina dei campus in cui chi li frequenta sia ascoltato e indirizzato nell'accrescimento del proprio potenziale, in un ambiente che valorizza la crescita personale, il supporto reciproco e la resilienza di fronte alle sfide.

Vogliamo contribuire a un cambiamento culturale che metta al centro dell'Università la salute mentale, la consapevolezza e l'inclusione degli studenti.

Immaginiamo dei campus in cui chi li frequenta sia ascoltato e indirizzato nell'accrescimento del proprio potenziale, in un ambiente che valorizza la crescita personale, il supporto reciproco e la resilienza di fronte alle sfide.

Attraverso un approccio di ricerca e azione innovativo e multidisciplinare, aspiriamo a costruire delle comunità universitarie capaci di vivere e favorire stili di vita equilibrati, sostenibili e consapevoli.

MILESTONES



ORA

Somministrare agli studenti il questionario di ricerca per poter valutare le condizioni di disagio degli studenti e capire meglio i fattori che le determinano.

TRA 2 ANNI

Definire un set di best practice per individuare e contrastare il disagio degli studenti.

TRA 5-10 ANNI

Verificare l'efficacia delle pratiche identificate e, attraverso la loro implementazione, modificare l'approccio dell'università italiana alla tutela della salute mentale delle persone.

IL NOSTRO MODO DI ESSERE

Collaborativo

Ascolto, dialogo e approccio multidisciplinare come strumenti di sinergia tra attori diversi.

Potenziante

Creiamo pratiche e strumenti per migliorare la salute mentale e il supporto offerto dall’università.

Responsabile

Consapevolezza dell’impatto del disagio sul diritto allo studio → urgenza di agire.

D’aiuto

Crediamo che il nostro lavoro possa concretamente migliorare la vita delle persone.

Ambizioso

Vogliamo cambiare il modo in cui l’università affronta il disagio psichico.

ARCHETIPI

60%

COLUI CHE SI PRENDE CURA

Prendersi cura degli altri è l’impulso che muove Health Mode On.

20%

UOMO COMUNE

Connessione empatica con le persone, senza giudizio.

10%

FUORILEGGE

Coraggio di sfidare abitudini e regole non scritte.

10%

ESPLORATORE

Indicare chiaramente problemi e contraddizioni, anche scomodi.

ARCHETIPI

Cosa amiamo:

Parlare e ascoltare gli altri

La complessità

Condividere conoscenze e pratiche

Dare opportunità senza sminuire

Cosa odiamo:

Chi guarda dall'alto in basso

Rapporti non sinceri

Gli stereotipi

Le persone giudicanti

DICHIARAZIONE DELLA VOCE

Health Mode On è rigoroso ma non si sente superiore agli altri per questo motivo. Sa entrare in confidenza con le persone ma non abbandona mai la correttezza che l'accademia gli impone. È rispettoso ma non riverente. È coinvolgente senza risultare eccessivo o invadente.

PRINCIPI DELLA VOCE

Degni di fiducia

Motivati

Caldi

Creativi

Ben informati

Health Mode On è creativo in modo determinato. Lavora costantemente per elaborare nuove pratiche e strumenti per prendersi cura delle persone, mettendo sempre l'ascolto al centro delle sue azioni.

Health Mode On è consapevole di doversi conquistare la fiducia degli studenti e delle istituzioni con cui lavora. Solo in questo modo può creare le condizioni necessarie affinché le pratiche e gli strumenti che elaborano possano avere un impatto.

Health Mode On è ben informato ma caloroso. Conosce a fondo le questioni di cui si occupa, ma non per questo si pone al di sopra delle persone, a cui sa essere vicino anche solo con la sua presenza. Ci riesce perché non giudica, banalizza o usa stereotipi per parlare del disagio vissuto dagli altri.

Brand Idea

UN IDENTITÀ VISIVA CHE ACCENDE CONSAPEVOLEZZA

Health Mode On nasce per portare alla luce situazioni di disagio psicologico, parlando ai giovani studenti nel loro linguaggio.

Il nostro obiettivo è superare lo stigma,
incoraggiando l'espressione e il riconoscimento del malessere come
primo passo verso la cura e la risoluzione.

UN IDENTITÀ VISIVA CHE ACCENDE CONSAPEVOLEZZA

Un linguaggio visivo che connette

L'identità visiva prende ispirazione dai canali digitali più usati dal target – TikTok, Instagram, ambienti mobile – e ne adotta codici familiari:

Sottotitoli

Messaggi

Stickers

Personalizzazione grafica

Tra cultura pop e rigore scientifico

Il logo e l'identità di Health Mode On bilanciano due esigenze:

Parlare con spontaneità al pubblico giovanile.

Trasmettere l'autorevolezza di un progetto fondato su ricerca, esperienza e rigore metodologico nel campo della salute mentale.

SINOSSI

DICHIARAZIONE DI POSIZIONAMENTO

Promuovendo ricerca, pratiche condivise e comunicazione partecipata, Health Mode On è il progetto che accende la cultura della salute mentale nei luoghi della formazione.

Unisce studenti, docenti e istituzioni per trasformare l'università in uno spazio di ascolto, prevenzione e crescita personale.

PERCHÈ ESISTIAMO

Per creare le condizioni affinché ogni studente e studentessa possa vivere pienamente il proprio diritto allo studio, affrontando con consapevolezza le sfide legate al disagio psicologico. Health Mode On nasce per capire, prevenire, sostenere. E per farlo insieme.

BRAND IDEA

Accendere la consapevolezza.

Parlare con e non solo di chi vive il disagio.

Unire linguaggi digitali familiari ai giovani a una visione rigorosa e scientifica del problema.

Far emergere le difficoltà, normalizzarle, affrontarle, risolverle.

Un'identità visiva e narrativa che crea connessione, fiducia e possibilità.

NARRATIVA

Health Mode On parte da una consapevolezza: il disagio psicologico tra studenti e studentesse esiste, spesso non si vede, ma condiziona profondamente l'esperienza di chi studia. Lo affrontiamo portandolo alla luce, coinvolgendo i giovani con il loro linguaggio e superando lo stigma. Progettiamo strumenti, protocolli e campagne che nascono da un ascolto reale e da un approccio scientifico e multidisciplinare. Lavoriamo per costruire università dove benessere e salute mentale siano parte della cultura quotidiana.

Visual Identity Design

DYNAMIC LOGO



Il logotipo di Health Mode On è solido ma accessibile, pensato per parlare a una comunità giovane senza perdere autorevolezza. La forma modulare richiama i linguaggi visivi digitali, familiari agli studenti, e trasmette l’idea di un’attivazione possibile. Non usiamo mai le maiuscole: “health mode on” si scrive sempre in minuscolo, per restare vicini e paritari. Il logo è il nostro punto di partenza: chiaro, umano, presente. Semplice ma non banale.

Immagine utilizzata a mero scopo illustrativo.
Non pubblicare.

ANATOMIA DEL LOGO

Il logo distribuisce le parole Health, Mode e On su tre righe sfalsate, creando una forma compatta e dinamica, simile a un quadrato. Questa struttura facilita l'integrazione con il pittogramma smussato che racchiude il logo e può essere riutilizzato come elemento grafico modulare.



pittogramma: forma contenitore del wordmark



wordmark: logo rappresentato mediante il nome

TIPOGRAFIA: PRIMARY FONT

Il logo utilizza una versione modificata di **Founders Grotesk**, un sans serif contemporaneo ispirato ai grotesk ottocenteschi, che unisce dettagli ruvidi e precisione moderna. Founders è anche il font scelto per tutte le titolazioni.

Benessere in campus

NOME DEL FONT

Founders Grotesk X-Condensed
designed by Klim Type Foundry

FONT HIERARCHY

Founders Grotesk in Medium
Founders Grotesk in Semibold

TIPOGRAFIA: SECONDARY FONT

Per i testi e i paragrafi utilizziamo invece **General Sans**.

Crediamo che contribuire al benessere
e alla salute mentale degli studenti sia
un modo per garantire loro la possibilità
di godere a pieno del diritto allo studio,
creando condizioni che ne favoriscano
la crescita come persone e cittadini.

NOME DEL FONT

General Sans
a Google Font

FONT HIERARCHY

General Sans in Medium
General Sans in Semibold

TIPOGRAFIA: FALL BACK FONT

Benessere in campus

NOME DEL FONT

Oswald
a Google Font

FONT HIERARCHY

Oswal in Regular
Oswal in Medium

COLOR SYSTEM

La palette è pensata per essere rilassante e accessibile, con tonalità morbide e desaturate che favoriscono benessere, leggibilità e inclusività. Il colore principale è un nero-verde petrolio, solido e professionale. I due verdi salvia trasmettono calma e serenità. Tra i secondari: giallo pastello (calore ed energia), azzurro polvere (chiarezza e affidabilità) e rosa (delicatezza e sensibilità). La forza della palette sta nella sua combinabilità.

Celtic green

#1F332A
C81 M52 Y69 K667
R31 G51 B42

Bay leaf

#68B395
C61 M8 Y50 K0
R104 G179 B149

Tea green

#CCDFA7
C26 M1 Y44 K00
R204 G223 B167

Gulf stream blue

#7BBFBE
C55 M7 Y29 K0
R123 G191 B190

Wild rice

#E9B5C2
C7 M37 Y13 K0
R233 G182 B194

Pink flear

#DAD182
C19 M12 Y59 K1
R218 G209 B130

DYNAMIC LOGO: VARIANT CROMATICHE

Il logo Health Mode On è declinato in una gamma di combinazioni cromatiche applicate sia in versione positiva (sfondo chiaro, testo scuro) che negativa (sfondo scuro, testo chiaro). Come mostra l'immagine, questa varietà esprime la natura fluida e adattabile del brand, capace di comunicare emozioni diverse e di adattarsi a molteplici contesti d'uso.



FOTOGRAFIA

Volti. Persone. Sguardi. Emozioni: è questo che la fotografia ricerca e trasmette all’utenza. L’effetto blur aiuta l’elemento visivo fotografico a focalizzarsi sull’espressività del volto, e quindi sulle sensazioni provate dall’individuo, come se esistesse un mondo interiore su cui HMO si concentra, distaccato, solo in apparenza, dal mondo circostante che viene reso attraverso sfumature, come fosse incerto, distaccato, incompreso.



FOTOGRAFIA: SELEZIONE

Vi proponiamo qui una selezione fotografica allineati agli obiettivi di comunicazione attraverso la fotografia.



PATTERN: STICKERS

La comunicazione di Health Mode On prevede una serie di stickers usati come supporti di continuità del messaggio. Gli stickers, oltre ad essere un elemento che fornisce continuità, sono in realtà elementi di forte ispirazione per tutta l’identità - ed il concetto - della comunicazione per Health Mode On, in quanto il pittogramma del marchio ad essi si ispira nella forma - e nel concetto.



MANIFESTO CONCETTUALE

**Cambiare
l'università
significa anche
parlarne in modo
diverso.**

Per questo motivo abbiamo scelto sette parole che raccontano i luoghi di formazione che stiamo costruendo. E altrettante per ricordarci le emozioni che vorremmo lasciarci alle spalle.



USER INTERFACE: TOKEN

La UI (User Interface) è un elemento fondamentale di continuità dell’identità visiva sulla piattaforma web del brand, per questo sono stati disegnati token di UI con forme e dettagli estetici specifici. La continuità e la coerenza sono un elemento fondamentale che qui prosegue per i vari elementi digitali necessari al design digitale.

Webinar gratuito: Gestione di ansia e stress

16 GIUGNO 2025

Un webinar gratuita sulla gestione dell’ansia e lo stress causato dalle sessioni di esami. Conosci la natura del problema e scopri come affrontare gli esami al meglio

registrati ora

Il progetto

Ricerca ^

Servizi

Magazine

Contatti

→ Ricerca

↳ Ansia e università

↳ Gestione della pressione

↳ Università oltre lo studio

↳ Balance tra studio e vita privata

SCOPRI GLI OUTPUT

I documenti prodotti dalla polo di ricerca Health Mode On

Lorem ipsum dolor sit amet consectetur. Lobortis nullam turpis turpis lacus massa vitae urna. Natoque lorem interdum pellentesque tempus ac tortor amet eu.

Vedi tutti i documenti →

ARTICOLO

14/03/2025

Quando si manifestano i sintomi di ansia da esame: conosci i sintomi attarverso le ricerche della professoressa Bandini

Lorem ipsum dolor sit amet consectetur. Dui ut metus ac justo fermentum egestas nunc elementum.

REPORT

14/02/2025

Lo stato dell’arte dell’ansia. Quanto è presente all’interno dei campus universitari e non sul territorio italiano.

Lorem ipsum dolor sit amet consectetur. Dui ut metus ac justo fermentum egestas nunc elementum.

Scarica allegato

REPORT SCIENTIFICO

29/01/2025

Ansia. Depressione. Rifiuto. Senso di inettitudine. Quali manifestazioni negative provano gli studenti

Lorem ipsum dolor sit amet consectetur. Dui ut metus ac justo fermentum egestas nunc elementum.

Scarica allegato

ARTICOLO

29/11/2024

Come vivere al meglio l’esperienza universitaria: oltre il piano di studio ci sono attività che hanno la stessa incidenza sul wellness universitario, e non andrebbero trascurate in nome di un buon voto finale

Lorem ipsum dolor sit amet consectetur. Dui ut metus ac justo fermentum egestas nunc elementum.

vai alla pagina

ARTICOLO

29/01/2024

Does goods integr mark

Lorem ipsum dolor sit amet consectetur. Dui ut metus ac justo fermentum egestas nunc elementum.

v

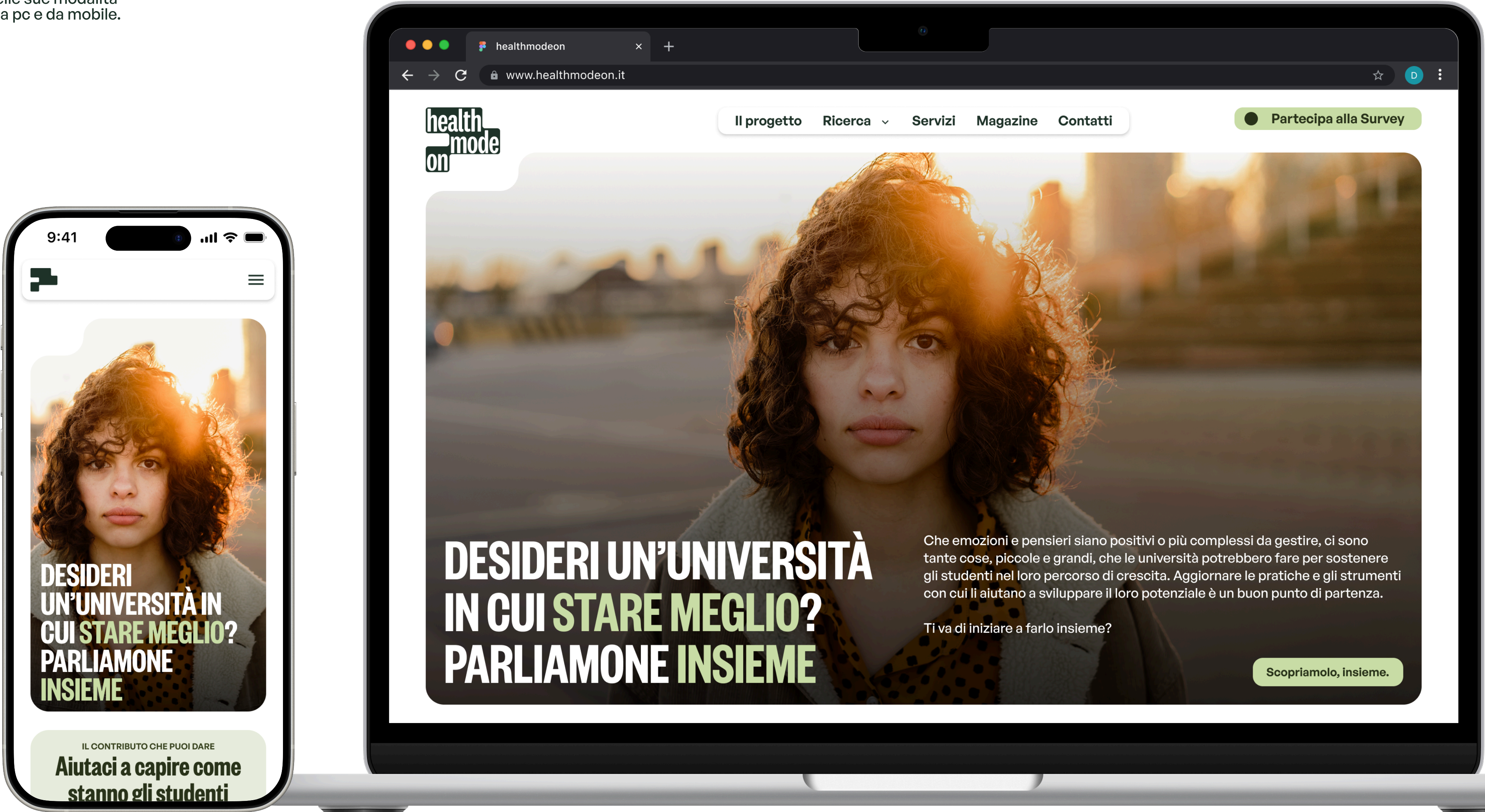
USER INTERFACE: FUNCTIONAL COLOR SYSTEM

A partire dalla palette originale, sono stati generati diversi colori secondo scala cromatica in HSL, andando così ad ottimizzare l’utilizzo del colore per poter garantire accessibilità e leggibilità ai diversi contenuti presenti nel sito web ed in ogni altro supporto di comunicazione digitale.

Primary Color	P-Source	Secondary Color	S-Source	Tertiary Color	T-Source	Variant 1	V1-Source	Variant 2	V2-Source	Variant 3	V3-Source
N-Background	N-Source	S-Surface	S-200	T-Surface	T-100	V1-Surface	V1-200	V2-Surface	V2-200	V3-Surface	V3-200
On N-Background	P-Source	On S-Surface	S-700	On T-Surface	T-700	On V1-Surface	V1-700	On V2-Surface	V2-700	On V3-Surface	V3-700
N-Background	N-Source	S-Surface	S-200	T-Surface	T-100	V1-Surface	V1-200	V2-Surface	V2-200	V3-Surface in Hover	V3-200
On N-Background Sec.	P-600	On S-Surface Secondary	S-600	On T-Surface Secondary	T-600	On V1-Surface Secondary	V1-600	On V2-Surface Secondary	V2-600	On V3-Surface in Hover	V3-600
P-Source Surface	P-Source	S-Source Surface	S-Source	T-Surface in Hover	T-200	V1-Source Surface	V1-Source	V2-Source Surface	V2-Source	V3-Source Surface	T-Source
On P-Source Surface	N-Source	On S-Source Surface	S-700	On T-Surface in Hover	T-800	On V1-Source Surface	T-700	On V2-Source Surface	V2-700	On V3-Source Surface	T-700
P-Source Surface	P-Source	S-Surface in Hover	S-400	T-Source Surface	T-Source	V1-Surface in Hover	V1-400	V2-Surface in Hover	V2-400	V3-Surface in Hover	V3-400
On P-Source Surface Sec.	N-700	On S-Surface in Hover	S-800	On T-Source Surface	T-700	On V1-Surface in Hover	T-800	On V2-Surface in Hover	V2-800	On V3-Surface in Hover	V3-800
P-Disabled Surface	P-100	S-Disabled Surface	S-100	T-Surface in Hover	S-400						
On P-Disabled Surface	P-300	On S-Disabled Surface	S-300	On T-Surface in Hover	T-800						
				T-Disabled Surface	T-100						
				On T-Disabled Surface	T-300						

USER INTERFACE: WESBITE MOCKUP

Come si mostra l’identità visiva poi sul sito web?
Di seguito un esempio di hero section dell’homepage della
piattaforma web di Health Mode On nelle sue modalità
responsive, ovvero in visualizzazione da pc e da mobile.



Insieme

KEYNOTE TEMPLATE

Lorem ipsum
 dolor sit amet

Lorem ipsum dolor sit
 amet, consectetur
 adipiscing elit, sed diam
 nonummy nibh euismod
 tincidunt ut laoreet
 dolore magna aliquam
 erat sed diam
 nonummy nibh Lorem
 ipsum dolor sit amet,
 consectetur
 adipiscing elit, sed diam
 nonummy nibh euismod
 tincidunt ut laoreet

Lorem ipsum dolor sit
 amet, consectetur
 adipiscing elit, sed diam
 nonummy nibh euismod
 tincidunt ut laoreet
 dolore magna aliquam
 erat sed diam
 nonummy nibh Lorem
 ipsum dolor sit amet,
 consectetur
 adipiscing elit, sed diam



tincidunt ut laoreet

tincidunt ut laoreet

MANIFESTI PROMOZIONALI



Lorem ipsum dolor sit amet

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore magna aliquam erat

healthmodeon.it



loghi qui

Lorem ipsum dolor sit amet

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore magna aliquam erat

healthmodeon.it

Lorem ipsum dolor sit amet

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore magna aliquam erat

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore magna aliquam erat



healthmodeon.it



Lorem ipsum dolor sit amet

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore magna aliquam erat

healthmodeon.it

SOCIAL MEDIA TEMPLATE

Benessere in **campus**
è un progetto coordinato
dall’Università di Pavia.
More to come...

health
mode
on

**SUPPORTO
NON GIUDIZIO**

health
mode
on

**DIALOGHI
NON SFIDE**

health
mode
on

**health
mode
on**