

SAFEST DAYS OF SUMMER

100SAFESTDAYSOFSUMMER.ORG

The high school to college transition can be tough. New school, new routines, and new pressures. However, **safe driving is something we all need to prioritize and champion.** Don't let the idea of newfound freedom compromise the health and safety of all while behind the wheel.



WEEK 14 GRAD EDUCATION

Safe driving is important at any age and any time!

DID YOU KNOW?

- ➔ Nearly half of the traffic fatalities among college students are alcohol-related.
- ➔ Many college students have no idea what .08% feels like; they tend to underestimate their blood-alcohol content (BAC).
- ➔ Substituting alcohol with marijuana will not increase the likelihood of a "safer driver."
- ➔ The following risk factors continue to contribute to the dangers of college-aged youth:
 - College culture (i.e., risky behaviors such as parties and grand socialization)
 - Binge drinking, which can include things such as generous pours at bars and, specifically, drinking craft beers (i.e., those with higher alcohol content than "regular" beers)
 - Peer pressure and feelings of invincibility (i.e., "it won't happen to me")

Sources: Sources: NHTSA, Journal of Alcohol and Drugs, Virginia Tech Transportation Institute, SADD

BE A LIFELONG LEARNER.

Pay attention to those around you.

If driving on or around campus, pay attention to walkers, riders, and other drivers. So much is happening, so be vigilant.



Remember that just because others do it doesn't mean you need to.

Underage drinking is not just a problem; it is also against the law for those under 21.



Marijuana, while more and more states are choosing to legalize or decriminalize it, is still a dangerous drug with many short and long-term consequences. **It is not "the safer choice,"** even for drivers. DUI and DWI still apply.



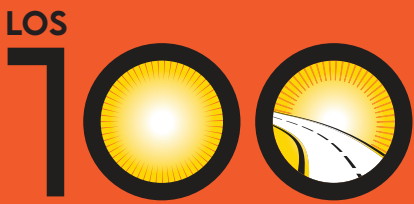
TAKE ACTION

Make a Pledge: Commit to safely grounding your newfound freedom, including behind the wheel.

Choose another ride: Utilize rideshares and sober drivers. Do not get into a car with someone who has been drinking and/or using substances.

Get involved on campus: Students involved in campus life are more likely to engage in safe behaviors. Reach out to your campus activities program and get free resources at sadd.org

TOGETHER WE CAN MAKE THIS THE 100 SAFEST DAYS OF SUMMER!



LOS 100 DÍAS MÁS SEGUROS DEL VERANO

100SAFESTDAYSOFSUMMER.ORG

La transición entre la escuela secundaria y la Universidad puede ser difícil. Nuevo edificio, nuevas rutinas y nuevas presiones. Sin embargo, **la conducción segura es algo que debemos priorizar y apoyar activamente.** No dejes que el ideal de la recién adquirida libertad, comprometa la salud y seguridad de todos aquellos tras el volante.



SEMANA 14

EDUCACIÓN PARA GRADUADOS

¡Conducir Seguro es importante a cualquier edad y en cualquier momento!

¿SABÍAS QUE...?

- ➔ Casi la mitad de las fatalidades en accidentes de tránsito que involucran estudiantes universitarios, están relacionadas al uso de alcohol.
- ➔ Muchos estudiantes universitarios no tienen idea de cómo .08% se siente y tienden a subestimar el contenido de alcohol en su sangre (BAC).
- ➔ Sustituir alcohol por marihuana no significa que la persona conducirá de manera segura.
- ➔ Los siguientes factores de riesgo continúan siendo predominantes en la lista de peligros que experimentan los jóvenes en edad universitaria:
 - Cultura Universitaria (i.e., conducta riesgosa como fiestas y eventos de gran actividad social).
 - Beber en exceso, que puede incluir porciones generosas en bares y, específicamente, beber cervezas artesanales (i.e., aquellas cervezas con mayor contenido de alcohol que una cerveza "regular").
 - Presión de grupo y sentirse invencible (i.e., "no me sucederá a mí")

Fuentes: NHTSA, Journal of Alcohol and Drugs, Virginia Tech Transportation Institute, SADD

SÉ UN ETERNO ESTUDIANTE

Presta atención a aquellos alrededor tuyo. Si estás conduciendo dentro o alrededor del campus, presta atención a los peatones, ciclistas u otros conductores. Muchas cosas suceden al mismo tiempo, así que mantente vigilante.



Recuerda que sólo porque otros lo hacen, no significa que tú también debes hacerlo. Ingerir bebidas alcohólicas siendo menor de edad no es sólo un gran problema, si no que es ilegal para menores de 21.



Marihuana: aunque más estados continúan optando por su legalización o despenalización, sigue siendo una droga peligrosa con muchos efectos a corto y largo plazo. No es **"la opción segura"** para conductores, pues DUI y DWI aún pueden ser aplicados

TOMA ACCIÓN

Haz tu promesa: Comprométete a establecer tu recién adquirida libertad de manera segura, incluyendo tu tiempo al volante.

Elige otro conductor: Utiliza servicios de taxi o conductores sobrios. No te subas a un vehículo con alguien que ha estado bebiendo o usando drogas.

Involúcrate con la comunidad del campus: Los estudiantes que son parte de la vida en el campus son más propensos a exhibir conductas seguras y prudentes. Participa del programa de actividades de tu campus y obtén recursos gratis en sadd.org

¡JUNTOS PODEMOS HACER DE ESTOS LOS 100 DÍAS MÁS SEGUROS DEL VERANO!