

# SAFEST DAYS OF SUMMER

100SAFESTDAYSOFSUMMER.ORG

Whether you're behind the wheel or along for the ride, **your attention matters**. Every focused choice **adds up** to a safer summer for everyone. Make this one of the **100 Safest Days of Summer** by driving – and riding – **distraction-free**.



# WEEK 5 DISTRACTION-FREE DRIVING + RIDING

Clear Mind, Safe Ride – Stay in the Moment This Summer

## DID YOU KNOW?

- ➔ **Distraction** is a factor in nearly **60%** of crashes involving **teen drivers**.
- ➔ **Most** teen drivers drive focused – nearly **7 out of 10** do not text or email while driving. Let's keep that number growing.
- ➔ **90%** of us say we'd **stop** texting **if** a friend asked.
- ➔ Looking at your phone for **5 seconds** while driving at 55 mph is like driving the length of a football field **blindfolded**.
- ➔ Distractions **aren't just phones** – passengers, food, music, selfies, and even daydreaming are common causes.

Sources: NHTSA, AAA Foundation for Traffic Safety, Impact Teen Drivers, IIHS

## STAY SHARP – DISTRACTION-FREE TIPS

Turn on **Do Not Disturb** or use driving mode apps



Create playlists before you drive – **set it and forget it**.



**Limit passengers** if you're a new driver – and **speak up** if your driver is distracted.



**Preload** your **GPS** so you're not searching mid-drive.



Choose **co-pilots** who help you stay safe – **not distract you**.



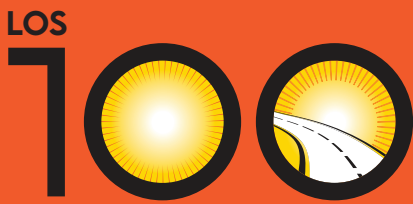
## TAKE ACTION

**Take the Pledge**  
Commit to **100 distraction-free days** at **100SafestDaysOfSummer.org**

**Speak Up:**  
A simple **"Let's stay safe – no phones while driving"** can change the outcome of a trip.

**Share:**  
Get free resources at **ImpactTeenDrivers.org**

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



# DÍAS MÁS SEGUROS DEL VERANO

100SAFESTDAYSOFSUMMER.ORG

Ya sea que tú conduzcas o que seas un pasajero, **estar atento es muy importante.** Toda decisión conciente y enfocada **suma** para lograr un verano seguro para todos. Haz de éste uno de los **100 Días Más Seguros del Verano** como conductor y pasajero – **sin distracciones.**



## SEMANA 5

SIN DISTRACCIONES –  
COMO CONDUCTOR +  
COMO PASAJERO

Mente clara, Viaje Seguro – Enfócate en el momento este Verano

### ¿SABÍAS QUE?

- La **distracción** es un factor en casi **60%** de los accidentes involucrando **conductores adolescentes.**
- La **mayoría** de conductores adolescentes conducen enfocados – casi **7 de cada 10** no envían textos o emails mientras conducen. Sigamos incrementando estos números.
- **90%** de conductores indica que **dejaría de enviar** textos si un amigo se lo pide.
- Ver tu teléfono por **5 segundos** mientras conduces a 55 mph, es como conducir a través de un campo de fútbol con los **ojos vendados.**
- Las distracciones **no se limitan a teléfonos:** pasajeros, comida, música, selfies, e incluso soñar despierto son distracciones frecuentes.

Fuentes: NHTSA, AAA Foundation for Traffic Safety, Impact Teen Drivers, IIHS

### MANTENTE ALERTA – CONSEJOS PARA NO DISTRAERSE

Activa el modo **No molestar** en tu teléfono y usa aplicaciones en modo de conducir.



Crea tus playlists antes de conducir – **ténlas listas y olvídate del asunto.**



**Limita el número** de pasajeros si eres un conductor nuevo, y **alza tu voz** si el conductor está distraído.



**Descarga tu GPS**, así no estás distraído buscando direcciones durante el viaje.



Elije **copilotos** que te ayudarán a permanecer seguro - **y no te distraerán.**



### TOMAR ACCIÓN

**Haz la promesa.**  
Comprométete a 100 días Libres de Distracciones en **100SafestDaysOfSummer.org**

**Alza tu voz:**  
Un simple **“Permanezcamos seguros – no uses el teléfono mientras conduces”** puede cambiar el resultado del viaje.

**Comparte:**  
Obtén recursos gratuitos en **ImpactTeenDrivers.org**

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