

Ben jij degene die...

A

...op locatie is
wanneer er
een meeting is
gepland

B

...alleen deelneemt
aan een meeting
onderweg wanneer
je ergens stilstaat

Wist je dat?

Het is veel moeilijker voor je hersenen om met een groep collega's te bellen dan met één collega. Dat komt doordat je hersenen dan bezig zijn met het linken van stemmen aan personen, terwijl je ook bezig bent met de inhoud van het gesprek. Nog minder aandacht naar de weg dus!
Daarom: altijd ongestoord onderweg!

Ben jij

degene die...

A

...voordat je
gaat rijden, een
get ready for work
playlist maakt

B

...geen muziek luistert,
zodat je kan
genieten van de rust
tijdens het rijden

Wist je dat?

je kan op vier verschillende manieren afgeleid worden als je een liedje opzoekt tijdens het fietsen. De kans op een ongeval is dan minstens vijf keer zo groot! Daarom: altijd ongestoord onderweg!

TeamAlert

jongeren met **impact**

Ben jij degene die...

A

...je social media
pas weer checkt
tijdens je pauze
op werk

B

...social media
helemaal verwijdt,
wel zo rustig.

Wist je dat?

Steeds meer jonge mensen willen the joy of missing out (JoMO) ervaren? Even niet bezig zijn met wat anderen aan het doen zijn, maar bewust kiezen voor een moment offline en daarvan genieten. Daarom: altijd ongestoord onderweg!

TeamAlert

jongeren met **impact**

Ben jij

degene die...

A

...je navigatie
alleen bekijkt als
je stilstaat

B

...voor het fietsen
de route uit je
hoofd leert

Wist je dat?

Fietsers die hun telefoon gebruiken slingeren meer, zien vaker relevante zaken over het hoofd en hebben gemiddeld een lagere sneleid. Daarom: altijd ongestoord onderweg!

TeamAlert

jongeren met **impact**

Ben jij degene die...

A

...als bijrijder
rekening houdt
met de focus van
de bestuurder op
de weg

B

...lekker alleen naar
werk rijdt, even een
momentje voor
jezelf

Wist je dat?

Wanneer je praat met passagiers onderweg, is het ongevalsrisico verhoogd. Je bent met je gedachten bij het gesprek en hebt minder aandacht voor het verkeer. Daarom: altijd ongestoord onderweg!

Ben jij degene die...

A

...muziek alleen
met je rechteroortje
in luistert

B

...geniet van de
omgeving met alle
bijbehorende
geluiden

Wist je dat?

Muziek luisteren onderweg kan hele positieve effecten hebben op je rijgedrag. Zo kan het helpen om wakker te blijven en negatieve emoties zoals stress verminderen. Zorg er wel voor dat je je omgeving nog goed kan horen. 68% van de fietsers die twee oortjes in hebben, horen de toeter van een auto niet. Daarom: altijd ongestoord onderweg!

TeamAlert

jongeren met **impact**

Ben jij degene die...

A

...afspreekt met
collega's dat je
niet bereikbaar
bent onderweg

B

...social media
helemaal verwijdert,
wel zo rustig

Wist je dat?

Tijdens een telefoongesprek ben je met je gedachten bij het gesprek, ongeacht of dit handheld of handsfree gebeurt. Hierdoor heb je minder focus op de weg. Daarom: altijd ongestoord onderweg!

Ben jij degene die...



A

...een automatisch bericht instelt voor als je onderweg bent

B

...zijn telefoon standaard in zijn tas houdt wanneer je onderweg bent

Wist je dat?

Het sturen van een bericht is één van de meest gevaarlijke soorten afleiding. Je hebt dan je ogen van de weg, mist een hand aan het stuur en bent met je gedachten bij het gesprek in plaats van bij het verkeer. Daarom: altijd ongestoord onderweg!