



Δρόμοι στο Μέλλον

Συμμαχία για την ασφάλεια
και τον πολιτισμό στο δρόμο



**Το Ι.Ο.ΑΣ. «Πάνος Μυλωνάς» και η COSMOTE,
Μέλος της Συμμαχίας «Δρόμοι στο Μέλλον»
ενημερώνουν τους οδηγούς για το κινητό τηλέφωνο κατά την οδήγηση.**

Η χρήση κινητού τηλεφώνου



Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», Νεμέσσης 2, Αθήνα 11253, Τηλ.: 210-8620150, Email: info@ioas.gr, www.ioas.gr





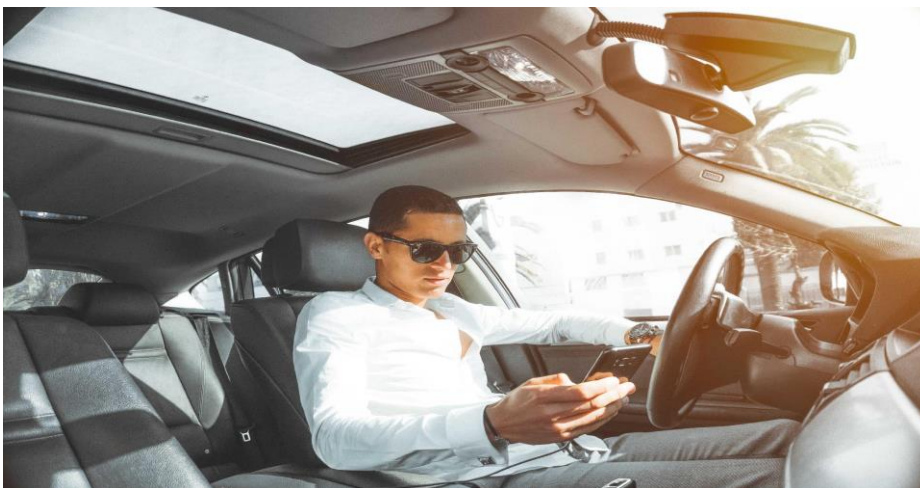
Δρόμοι στο Μέλλον

Συμμαχία για την ασφάλεια
και τον πολιτισμό στο δρόμο

Η ραγδαία τεχνολογική εξέλιξη των τελευταίων δεκαετιών έχει μετατρέψει το κινητό τηλέφωνο από ένα απλό επικοινωνιακό μέσο σε ένα πολύπλοκο και «έξυπνο» εργαλείο. Τα smartphones λειτουργούν πια ως προέκταση των χεριών μας προσφέροντας μια σειρά από δυνατότητες όπως η εξ αποστάσεως επικοινωνία με τα αγαπημένα μας πρόσωπα και η μετακίνηση σε ανοίκεια περιβάλλοντα, ενώ παράλληλα ενισχύουν λειτουργίες όπως η οργάνωση, ο σχεδιασμός και η μνήμη. Αυτές οι έξυπνες συσκευές έχουν γίνει ζωτικό στοιχείο της καθημερινότητάς μας ακόμη και εάν η προσήλωση στη χρήση τους είναι δυνατόν να μας εκθέτει σε κίνδυνο.

Η χρήση του κινητού τηλεφώνου αποτελεί μια multi-tasking διαδικασία· το ίδιο και η οδήγηση. Στις διαδικασίες αυτές εμπλέκονται λειτουργίες όπως η αντίληψη, η προσοχή, η μνήμη και οι εκτελεστικές λειτουργίες (Stavrinos, et al., 2019). Ο άνθρωπος όταν αναλαμβάνει πολλές νοητικές εργασίες υψηλών απαιτήσεων παρουσιάζει μειωμένη απόδοση (Gazzaley & Nobre, 2012). Ως συνέπεια, η ικανότητα για αποτελεσματικό multi-tasking είναι δύσκολη έως και αδύνατη για έργα που απαιτούν τους πόρους της προσοχής μας κατά την ίδια χρονική στιγμή (Rothbart & Posner, 2015).

Η επικινδυνότητα της χρήσης κινητού κατά την οδήγηση



Η χρήση του κινητού τηλεφώνου παράλληλα με την οδήγηση αυξάνει σημαντικά τον κίνδυνο πρόκλησης τροχαίου συμβάντος. Υπολογίζεται ότι περίπου 10%-30% των τροχαίων

Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», Νεμέσεως 2, Αθήνα 11253, Τηλ.: 210-8620150, Email: info@ioas.gr, www.ioas.gr

Μια πρωτοβουλία



Με την υποστήριξη των Μελών της Συμμαχίας για την Ασφάλεια και τον Πολιτισμό: «Δρόμοι στο Μέλλον»



DIAGEO





Δρόμοι στο Μέλλον

Συμμαχία για την ασφάλεια
και τον πολιτισμό στο δρόμο

συγκρούσεων οφείλεται σε απόσπαση προσοχής λόγω χρήσης κινητού τηλεφώνου (ETSC, 2022). Ιδιαίτερα όσον αφορά την ομάδα των νέων, η χρήση του κινητού αναγνωρίζεται ως ιδιαίτερα δελεαστική και συχνά επιτακτική ενώ ένα σημαντικό ποσοστό νέων αναγνωρίζει την προβληματική χρήση του κινητού κατά την οδήγηση. Σε πρόσφατη έρευνα (AAA, 2020), το 59% νέων σε ηλικία οδηγών ανέφερε χρήση τηλεφώνου ανά χείρας παράλληλα με την οδήγηση ενώ το 75% των νέων ανέφερε χρήση τηλεφώνου σε στάση/εκκίνηση σε/από φωτεινό σηματοδότη.

Η απόσπαση προσοχής λόγω χρήσης κινητού



Ως απόσπαση ορίζεται η περίσπαση της προσοχής από τις σημαντικές, για την ασφαλή οδήγηση, διεργασίες, προς οποιασδήποτε άλλη απαιτητική διεργασία (Lee et al., 2008). Με αυτό το σκεπτικό, οτιδήποτε απομακρύνει το βλέμμα του οδηγού μακριά από τον δρόμο για περισσότερα από 2 δευτερόλεπτα λογαριάζεται ως ένας παράγοντας απόσπασης της προσοχής. Ο χρόνος αυτός είναι δυνατόν να ισοδυναμεί με τον χρόνο που ένας/μία οδηγός θα χρησιμοποιήσει το κινητό

Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», Νεμέσεως 2, Αθήνα 11253, Τηλ.: 210-8620150, Email: info@ioas.gr, www.ioas.gr

Μια πρωτοβουλία



Με την υποστήριξη των Μελών της Συμμαχίας για την Ασφάλεια και τον Πολιτισμό: «Δρόμοι στο Μέλλον»



DIAGEO





Δρόμοι στο Μέλλον

Συμμαχία για την ασφάλεια
και τον πολιτισμό στο δρόμο

τηλέφωνο για να συντάξει ένα μήνυμα, να ελέγξει κάτι στον χάρτη, να βγάλει μια φωτογραφία ή βίντεο ή να αναζητήσει ένα τραγούδι στο ράδιο μέσω εφαρμογής.

Παρόμοιες συμπεριφορές απόσπασης της προσοχής στην οδήγηση εκδηλώνονται με την ανάπτυξη ταχύτητας, την κόπωση και τη χρήση αλκοόλ. Έχει διαπιστωθεί ότι η οδηγική συμπεριφορά επηρεάζεται περισσότερο κατά τη διάρκεια μιας τηλεφωνικής κλήσης από ό,τι η οδήγηση υπό την επήρεια κατανάλωσης αλκοόλ με βαθμό 0,8 g/l BAC (ETSC, 2022). Μια τηλεφωνική κλήση ενδέχεται να επιφέρει πέρα από τη γνωστική απόσπαση, αλλαγή της συναισθηματικής κατάστασης του/της οδηγού με αποτέλεσμα να επηρεάσει σε μεγαλύτερο βαθμό τη δυνατότητα ελέγχου της συμπεριφοράς του/της.

Επιπλέον, σύμφωνα με πρόσφατα δεδομένα η εστίαση στο κινητό ανά χείρας για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα παράλληλα με την οδήγηση, ισοδυναμεί με 3.8 φορές μεγαλύτερο κίνδυνο εμπλοκής σε τροχαία σύγκρουση, **αριθμός** σημαντικά **μεγαλύτερος σε σχέση** τον αντίστοιχο κίνδυνο από υπέρβαση του ορίου ταχύτητας κατά 10χλμ/ώρα (2.88), τη χρήση μαριχουάνας (3.16) και τις δυσκολίες λόγω κόπωσης (3.62).

Η ΧΡΗΣΗ ΚΙΝΗΤΟΥ ΤΗΛΕΦΩΝΟΥ ΕΝΕΧΕΙ ΠΟΛΛΑΠΛΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΔΙΑΣΠΑΣΗΣ ΟΠΩΣ



ΟΠΤΙΚΗ

το άτομο στρέφει το βλέμμα
του οπουδήποτε αλλού εκτός
από το δρόμο



ΑΚΟΥΣΤΙΚΗ

το άτομο ακούει οτιδήποτε μη
σχετικό με την οδήγηση



ΚΙΝΗΤΙΚΗ

το άτομο χρησιμοποιεί τα
χέρια του για να χειριστεί
άλλα αντικείμενα πέραν του
τιμονιού



ΓΝΩΣΤΙΚΗ

το άτομο αποσύρει την
προσοχή του από την
οδήγηση και τη στρέφει
οπουδήποτε αλλού

Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», Νεμέσεως 2, Αθήνα 11253, Τηλ.: 210-8620150, Email: info@ioas.gr, www.ioas.gr

Μια πρωτοβουλία



Με την υποστήριξη των Μελών της Συμμαχίας για την Ασφάλεια και τον Πολιτισμό: «Δρόμοι στο Μέλλον»



DIAGEO





Δρόμοι στο Μέλλον

Συμμαχία για την ασφάλεια
και τον πολιτισμό στο δρόμο

Η χρήση κινητού κατά την οδήγηση σε Ευρωπαϊκό επίπεδο

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, η χρήση κινητού ανά χείρας παράλληλα με την οδήγηση αυξάνει την πιθανότητα πρόκλησης τροχαίου συμβάντος κατά 4 φορές (WHO, 2022). Παρότι είναι κατανοητό ότι η χρήση κινητού κατά την οδήγηση, συνιστά ριψοκίνδυνη συμπεριφορά, εντούτοις ένα μεγάλο ποσοστό οδηγών αναφέρει ότι εμπλέκεται σε αυτήν την επικίνδυνη συνήθεια, τόσο σε ευρωπαϊκό όσο και σε εθνικό επίπεδο.

Στην Ευρώπη το 47.7% των οδηγών Ι.Χ. παραδέχεται μέσω αυτό-αναφοράς τη χρήση κινητού παράλληλα με την οδήγηση για ομιλία μέσω συσκευών hands-free για τα οποία συχνά υπάρχει η λανθασμένη πεποίθηση ότι δεν αποσπούν την προσοχή - λανθασμένη διότι είναι η ομιλία και η γνωστική/ συναισθηματική εμπλοκή του ατόμου που προκαλούν την απόσπαση της προσοχής. Επιπλέον, το 28.6% των οδηγών στην Ευρώπη αναφέρει χρήση κινητού ανά χείρας και το 24.2% πληκτρολόγηση κειμένου παράλληλα με την οδήγηση (Pires et al., 2019).

Η έρευνα του «Fondation VINCI Autoroutes» (2022), παρέχει χρήσιμα δεδομένα για τη χρήση κινητού τηλεφώνου στο οδικό δίκτυο τόσο στην Ευρώπη όσο και στη χώρα μας. Όπως φαίνεται, περισσότεροι από τους μισούς οδηγούς αυτοκινήτων, **μοτοσικλετιστές** και πεζούς τηλεφωνούν την ώρα που οδηγούν ή περπατούν, με υψηλότερα ποσοστά για την χώρα μας όσον αφορά τους οδηγούς αυτοκινήτου και τους πεζούς:

- το 66% των οδηγών αυτοκινήτου τηλεφωνούν ενώ οδηγούν στην Ευρώπη ενώ στην Ελλάδα το αντίστοιχο ποσοστό είναι 77%
- το 50% των τακτικών μοτοσικλετιστών τηλεφωνούν ενώ οδηγούν στην Ευρώπη ενώ στην Ελλάδα το αντίστοιχο ποσοστό είναι 39%
- το 58% των πεζών τηλεφωνούν ενώ περπατούν στην Ευρώπη ενώ στην Ελλάδα το αντίστοιχο ποσοστό είναι 67%
- το 35% των τακτικών ποδηλατών τηλεφωνούν ενώ ποδηλατούν στην Ευρώπη ενώ στην Ελλάδα το αντίστοιχο ποσοστό είναι 32%

Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», Νεμέσεως 2, Αθήνα 11253, Τηλ.: 210-8620150, Email: info@ioas.gr, www.ioas.gr

Μια πρωτοβουλία



Με την υποστήριξη των Μελών της Συμμαχίας για την Ασφάλεια και τον Πολιτισμό: «Δρόμοι στο Μέλλον»



DIAGEO



GOODYEAR



Δρόμοι στο Μέλλον

Συμμαχία για την ασφάλεια
και τον πολιτισμό στο δρόμο



Η χρήση κινητού κατά την οδήγηση στη χώρα μας

Στην Ελλάδα, το 45.3% αναγνωρίζει ότι έχει μιλήσει κρατώντας στο χέρι το κινητό, ποσοστό που κατατάσσει τους Έλληνες στην κορυφαία τριάδα των χωρών της Ε.Ε. που χρησιμοποιεί κινητό στην οδήγηση. Παράλληλα, το 56.7% και το 31.9% των Ελλήνων οδηγών μιλά με hands free και πληκτρολογεί μήνυμα κατά τη διάρκεια της οδήγησης, αντίστοιχα.

Μπορεί το ελληνικό φιλότιμο να είναι μια σημαντική αξία αλλά περιστασιακά μπορεί να θέτει τον οδηγό σε κίνδυνο. Αυτό αποτυπώνεται από το γεγονός ότι οι Έλληνες/ίδες συχνά νιώθουν την ανάγκη να είναι συνεπείς στην επικοινωνία τους με το 7.8% (ποσοστό υψηλότερο από την υπόλοιπη Ε.Ε) να χρησιμοποιεί το κινητό στην οδήγηση γιατί θέλει να είναι σε διαρκή διαθεσιμότητα. Παράλληλα, το 7.2% των Ελλήνων οδηγών, επιδεικνύει εμπιστοσύνη στην ικανότητα να οδηγεί και ταυτόχρονα να ελέγχει τα μηνύματα στο κινητό ενώ η πλειοψηφία (71.6%) αναγνωρίζει ότι το να κρατάς το κινητό ανά χείρας είναι αιτία τροχαίας σύγκρουσης (Pires et al., 2019).

Σε σχέση με άλλες χώρες του κόσμου, οι Έλληνες οδηγοί αναφέρουν συμπεριφορές απόσπασης της προσοχής κατά την οδήγηση (π.χ. σύνταξη μηνύματος, έλεγχος social media) σε αρκετά υψηλό βαθμό, γεγονός που κατατάσσει τη χώρα μας στην 27^η θέση ανάμεσα σε 49 χώρες του κόσμου. Το μεγαλύτερο ποσοστό απόσπασης αναφέρεται από τους πεζοδούς (63%) και εν συνεχεία από τους οδηγούς Ι.Χ. (32%), τους ποδηλάτες (23%) και τους μοτοσικλετιστές (16%) (NTUA, 2021).

Πιο πρόσφατα δεδομένα παρουσιάζουν μια ακόμη πιο ανησυχητική εικόνα: το 78% των Ελλήνων οδηγών παραδέχεται ότι παίρνει το βλέμμα του από το δρόμο για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα, ενώ το 83% παραδέχεται πως χρησιμοποιεί το τηλέφωνο κατά την οδήγηση, παρότι αναγνωρίζει την επικινδυνότητα της συμπεριφοράς αυτής (Ευρωβαρόμετρο, 2022).

Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», Νεμέσεως 2, Αθήνα 11253, Τηλ.: 210-8620150, Email: info@ioas.gr, www.ioas.gr

Μια πρωτοβουλία



Με την υποστήριξη των Μελών της Συμμαχίας για την Ασφάλεια και τον Πολιτισμό: «Δρόμοι στο Μέλλον»



DIAGEO





Δρόμοι στο Μέλλον

Συμμαχία για την ασφάλεια
και τον πολιτισμό στο δρόμο



Παράγοντες που σχετίζονται με χρήση κινητού στην οδήγηση

Σύμφωνα με ερευνητικά δεδομένα (Pires et al., 2019), σε μεγαλύτερο κίνδυνο βρίσκονται οι νέοι άρρενες οδηγοί. Πιο συγκεκριμένα, οι παράγοντες που συμβάλλουν σε αυξημένη πιθανότητα χρήσης κινητού τηλεφώνου στην οδήγηση είναι οι εξής:

- Άρρεν φύλο
- Νεαρή ηλικία
- Υψηλότερη θέση επαγγελματικής απασχόλησης
- Υπερεκτίμηση της προσωπικής ικανότητας για multi-tasking διεργασίες
- Χαμηλότερη αντίληψη κινδύνου
- Μη υποστήριξη μηδενικής ανοχής στη χρήση κινητού κατά την οδήγηση
- Ανάγκη για διαθεσιμότητα ανά πάσα στιγμή

Επιπλέον, σύμφωνα με έρευνα (AAA, 2020) που πραγματοποιήθηκε σε νέους οδηγούς της Αυστραλίας βρέθηκε ότι:

- **το 46% κοιτάει** το κινητό ενώ το **κρατά** στο χέρι
- **το 46% κοιτάει** το κινητό ενώ το **έχει** στερεωμένο σε βάση
- **το 31% χρησιμοποιεί** φωνητικές εντολές
- **το 75% χρησιμοποιεί** εφαρμογές μουσικής στο σταμάτημα/ξεκίνημα φαναριού
- **το 10% συμμετέχει** σε συνομιλία chat ενώ κινείται με το όχημα

Η ίδια έρευνα (AAA, 2020), αποκαλύπτει ότι οι στατιστικά σημαντικοί λόγοι που οι νέοι χρησιμοποιούν το κινητό τους είναι:

- Η πρόθεση να το χρησιμοποιήσουν
- Η πεποίθηση ότι δεν είναι λάθος
- Βλέπουν ότι και οι φίλοι τους το κάνουν
- Βλέπουν ότι και οι γονείς τους το κάνουν (διαδικασίες κοινωνικής μάθησης)
- Άντληση ευχαρίστησης από τη χρήση
- Μη αναγνώριση κινδύνου

Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», Νεμέσεως 2, Αθήνα 11253, Τηλ.: 210-8620150, Email: info@ioas.gr, www.ioas.gr

Μια πρωτοβουλία



Με την υποστήριξη των Μελών της Συμμαχίας για την Ασφάλεια και τον Πολιτισμό: «Δρόμοι στο Μέλλον»



DIAGEO

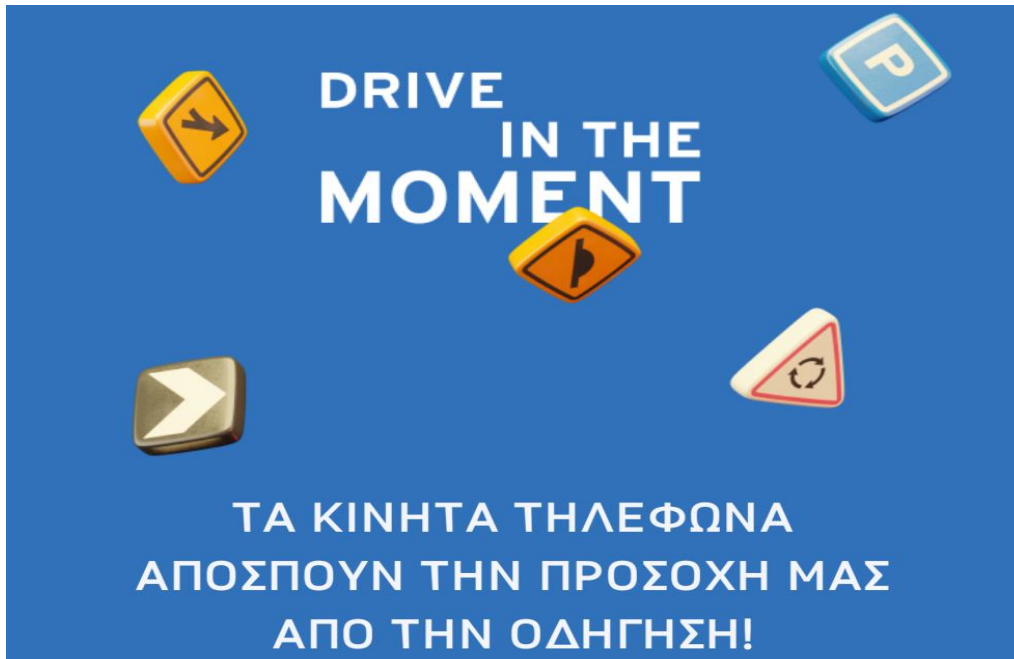




Δρόμοι στο Μέλλον

Συμμαχία για την ασφάλεια
και τον πολιτισμό στο δρόμο

Drive In The Moment



Σε αναζήτηση μιας αποτελεσματικής λύσης έναντι του κρίσιμου αυτού κινδύνου που θέτει η απόσπαση της προσοχής κατά την οδήγηση λόγω χρήσης κινητού, το Πανεπιστήμιο του Queensland στην Αυστραλία ζήτησε την εκτίμηση 32 εμπειρογνομόνων οδικής ασφάλειας από 13 χώρες για το βαθμό επικινδυνότητας αυτής αλλά και άλλων κακών οδηγικών συνθηκών. Ως αποτέλεσμα της εκτεταμένης αυτής έρευνας και ανάλυσης αναγκών, δημιουργήθηκε η Πλατφόρμα DRIVE IN THE MOMENT από τον Αυστραλιανό Σύνδεσμο Αυτοκινήτου (AAA), σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο του Queensland και προωθείται με την υποστήριξη της Διεθνούς Ομοσπονδίας Αυτοκινήτου (FIA) σε όλο τον κόσμο ως καλή Πρακτική (Australian Automobile Association, 2020)

Πρόκειται, ουσιαστικά για μια εφαρμογή με φιλικό για τον/την χρήστη περιβάλλον όπου αρχικά, ο/η χρήστης εκτίθεται σε ενημερωτικό υλικό. Στη συνέχεια, ενθαρρύνεται να δομήσει ένα πλάνο για να αλλάξει τις συνήθειες του/της, χρησιμοποιώντας αποτελεσματικές μεθόδους της συμπεριφορικής επιστήμης. Το πλάνο αυτό περιλαμβάνει «Εάν-Τότε» σενάρια καθώς και εναλλακτικές αντιδράσεις που καλείται ο/η χρήστης να δεσμευτεί να υιοθετήσει. Οι εναλλακτικές

Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», Νεμέσεως 2, Αθήνα 11253, Τηλ.: 210-8620150, Email: info@ioas.gr, www.ioas.gr

Μια πρωτοβουλία



Με την υποστήριξη των Μελών της Συμμαχίας για την Ασφάλεια και τον Πολιτισμό: «Δρόμοι στο Μέλλον»



DIAGEO



GOODYEAR



Δρόμοι στο Μέλλον

Συμμαχία για την ασφάλεια
και τον πολιτισμό στο δρόμο

είναι τόσο σε επίπεδο πρόληψης ή ελέγχου της συμπεριφοράς – όπως για παράδειγμα, «να απενεργοποιήσω» ή «να θέσω σε λειτουργία σίγασης το κινητό», «να ενεργοποιήσω το Bluetooth/να ελέγξω τα mail, πριν ξεκινήσω τη διαδρομή» ή «να βάλω το κινητό μακριά μου» - όσο και σε επίπεδο σκέψης και κοινωνικής αποδοχής – π.χ. «σκέφτομαι τους αγαπημένους μου εάν σκοτωνόμουν ή τραυματίζόμουν», «σκέφτομαι πώς θα κινούμαι χωρίς δίπλωμα» ή «θυμάμαι ότι θέλω να συμβάλλω στο να γίνουν οι δρόμοι ασφαλέστεροι». Όσο περισσότερο χρησιμοποιείται το πλάνο τόσο ενισχύονται οι νέες συνδέσεις στον εγκέφαλο όσον αφορά στην εναλλακτική συμπεριφορά. Μακροχρόνια, αυτή η εφαρμογή επηρεάζει και τις προθέσεις του ατόμου, με αποτέλεσμα να είναι πιο πιθανό να εκδηλώσει ασφαλή οδηγική συμπεριφορά.

Η εφαρμογή Drive In The Moment μεταφράστηκε και προσαρμόστηκε στα ελληνικά από το Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας «Πάνος Μυλωνάς» με σκοπό την προώθηση αυτής της καλής Πρακτικής στη χώρα μας και τον περιορισμό του κινδύνου λόγω απόσπασης από τη χρήση κινητού κατά την οδήγηση. Είναι διαθέσιμη δωρεάν στο εξής link : <https://driveinthemoment.org/gr/>.



Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», Νεμέσεως 2, Αθήνα 11253, Τηλ.: 210-8620150, Email: info@ioas.gr, www.ioas.gr

Μια πρωτοβουλία



Με την υποστήριξη των Μελών της Συμμαχίας για την Ασφάλεια και τον Πολιτισμό: «Δρόμοι στο Μέλλον»



DIAGEO





Δρόμοι στο Μέλλον

Συμμαχία για την ασφάλεια
και τον πολιτισμό στο δρόμο

Βιβλιογραφία

1. ETSC, (2022): https://etsc.eu/wp-content/uploads/ETSC_PINFLASH42_v2TH_JC_FINAL_corrected-060522.pdf
2. Australian Automobile Association, (2020): <https://www.aa.co.nz/assets/about/Research-Foundation/Inattention-distraction-fatigue/AAA-Distracted-Driving-Project-Overview-for-SADD-and-AARF-websites.pdf?m=1604864748%22%20class=%22type:{pdf}%20size:{559%20KB}%20file>
3. Stavrinou, D, McManus, B, Underhill, AT, Lechtreck, MT. (2019). Impact of adolescent media multitasking on cognition and driving safety. *Human Behaviour & Emerging Technologies*; 1: 161– 168. <https://doi.org/10.1002/hbe2.143>
4. Gazzaley, A & Nobre, A.C., (2012). Top-down modulation: bridging selective attention and working memory. *Trends in Cognitive Sciences*, 16; 2: 129-135. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2011.11.014>
5. Rothbart MK, Posner MI. The developing brain in a multitasking world. *Dev Rev.* 2015 Mar 1;35:42-63. doi: 10.1016/j.dr.2014.12.006. PMID: 25821335; PMCID: PMC4371544.
6. Lee, J.D., Regan, M.A. & Young, K., (Eds.). (2008). *Driver Distraction: Theory, Effects, and Mitigation* (1st ed.). CRC Press. <https://doi.org/10.1201/9781420007497>
7. https://road-safety.transport.ec.europa.eu/system/files/202204/Road_Safety_Thematic_Report_Driver_Distraction_2022.pdf
8. Pires, C., Areal, A., & Trigo, J. (2019) *Distraction (mobile phone use)*. ESRA2 Thematic report Nr. 3. ESRA project (E-Survey of Road users' Attitudes). Lisbon, Portugal: Portuguese Road Safety Association.
9. World Health Organization, (2022): <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/road-traffic-injuries>
10. National Technical University of Athens, Road Safety Observatory (2021): <https://www.nrso.ntua.gr/nrso-ib5/>
11. Ευρωβαρόμετρο Υπεύθυνης Οδήγησης, (2022): <https://www.gefyra.gr/images/user/Deltiaesotphotos/2022MAI24/%CE%95%CE%A5%CE%A1%CE%A9%CE%92%CE%91%CE%A1%CE%9F%CE%9C%CE%95%CE%A4%CE%A1%CE%9F%20%CE%A5%CE%A0%CE%95%CE%A5%CE%98%CE%A5%CE%9D%CE%97%CE%A3%20%CE%9F%CE%94%CE%97%CE%93%CE%97%CE%A3%CE%97%CE%A3%20FONDATION%20VINCI%20AUTOROUTES%2022%20-%20%CE%A0%CE%9B%CE%97%CE%A1%CE%97%20%CE%91%CE%A0%CE%9F%CE%A4%CE%95%CE%9B%CE%95%CE%A3%CE%9C%CE%91%CE%A4%CE%91.pdf>
12. Fondation VINCI Autoroutes, (2022)

Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», Νεμέσεως 2, Αθήνα 11253, Τηλ.: 210-8620150, Email: info@ioas.gr, www.ioas.gr

Μια πρωτοβουλία



Με την υποστήριξη των Μελών της Συμμαχίας για την Ασφάλεια και τον Πολιτισμό: «Δρόμοι στο Μέλλον»



DIAGEO



GOODYEAR