prevensis
ZEN Driving
Conducir y Vivir

ZenDriving es un conjunto de técnicas de conducción que le permitirá controlar las emociones al volante y ser más seguro. El proyecto ZenDriving busca las claves de este nuevo estilo de conducir y vivir

tmuevo
Oficina de Movilidad de Burgos

AYUNTAMIENTO DE BURGOS

UNESPA ASOCIACIÓN EMPRESARIAL DEL SEGURO

Proyecto iniciativa de Prevensis y galardonado con
El Premio UNESPA de Seguridad Vial 2010-2011

Participa en las jornadas Zen Driving el 17 y 18 de marzo

Primer estudio del estrés y las emociones en la conducción

Las emociones provocan accidentes

Conducir estresado, enfadado o eufórico puede suponer un riesgo similar a la conducción bajo los efectos de ciertas drogas. En muchas ocasiones, conducimos drogados por nuestras emociones, y lo peor es que no somos conscientes de ello. No le damos la importancia que merecen.

El Zen Driving

Son las técnicas que le permitirán controlar tus emociones al volante y ser más seguro. El proyecto Zen Driving te dará las claves de este nuevo estilo de conducir y de vivir.

Datos para reflexionar

- El 53% de los españoles considera que la conducción en nuestro país es agresiva.
- Sin embargo, sólo un 2% se considera agresivo al volante.
- Los accidentes en los que está implicada la agresividad son el doble de graves.

Participa en la toma de datos de la investigación más innovadora de la Seguridad Vial. Los participantes podrán ponerse al volante de un vehículo diseñado para la medición de las emociones.

El Zen Car: La ventana de las emociones

Una emoción provoca…

1.Variación del ritmo cardiaco

El Zen Car mide:

Variabilidad de la frecuencia cardiaca, del indicador Zen50. Implicado en la fatiga del Sistema Nervioso Parasimpático

2. Alteración de ondas cerebrales

El Zen Car mide:

Tres indicadores básicos:
•Atención
•Activación
•Indicador ZEN

3. Expresión facial característica

El Zen Car analiza:

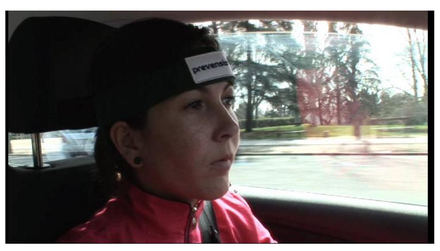
Tres indicadores básicos:
•Reacción ante eventos del tráfico
•Expresión facial del conductor
•Dirección de la mirada hacia el entorno

4. Estilo de conducción agresivo

El Zen Car analiza:

Velocidad, aceleraciones, inercias:
Inyección de combustible en cada momento
Parámetros de consumo

En qué consiste la prueba



Prueba 1

Test de Sala

Para analizar las variables personales y de la situación actual del conductor que pueden afectar en el control de sus emociones al volante

Prueba 2

Respuestas fisiológicas

Para analizar como afectan los sucesos cotidianos de la conducción en las variables fisiológicas de la persona:

-Ondas cerebrales

--Respuesta cardíaca

Prueba 3

Recorrido en Zen Car

El vehículo equipado con sistemas de grabación y medición de variables fisiológicas, comprueba como afectan al conductor diferentes eventos estresantes y qué técnicas de zen Driving le ayudarán

* Cada prueba tiene una duración de 20 minutos
* La información personal recogida es totalmente confidencial

Inscripción | **Tel: 947 288 800 –Extensión 571**

Información | www.aytoburgos.es/Movilidad
www.ConduceTusEmociones.org