

LA JOURNÉE DE LA LOI ROWAN



TROUSSE POUR LES ÉCOLES



TABLE DES MATIÈRES

À PROPOS DE LA TROUSSE	4
À PROPOS DE ROWAN STRINGER – UNE FILLE DE 17 ANS QUI AIMAIT LE RUGBY	4
À PROPOS DE LA LOI ROWAN	5
• Message à l'intention des élèves de l'élémentaire	5
• Message à l'intention des élèves du secondaire	5
• Message à l'intention du personnel scolaire	6
À PROPOS DE LA JOURNÉE DE LA LOI ROWAN	6
PASSEZ LE MOT À L'ÉCOLE	7
AFFICHE POUR LES ÉCOLES ÉLÉMENTAIRES	9
AFFICHE POUR LES ÉCOLES SECONDAIRES	10
PARLEZ-EN SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX !	11
• Exemples de publications sur Instagram, Facebook et Twitter!	12
RESSOURCES ADDITIONNELLES	13
• Sensibilisation	13
• Identification	14
• Gestion	14
• Prévention	15
• Formation	16

À PROPOS D'OPHEA

Ophea est un organisme sans but lucratif promouvant un mode de vie sain et actif dans les écoles et les communautés en mettant au point des programmes et des services de qualité, en établissant des partenariats, ainsi que par l'entremise de son travail de revendication, de sensibilisation et de mobilisation. Ophea est animé par la vision que tous les enfants et les jeunes valorisent et jouissent des bienfaits d'un mode de vie sain et actif qu'ils conserveront pendant toute leur vie.

REMERCIEMENTS

Ophea tient à souligner le soutien de divers contributeurs des quatre coins de l'Ontario qui ont participé à l'élaboration de la trousse de sensibilisation pour la Journée de la Loi Rowan pour les écoles. Ophea tient à remercier tout particulièrement la Foundation Héritage pour les Commotions Cérébrales, le gouvernement de l'Ontario, l'Hôpital de réadaptation pour enfants Holland Bloorview et Parachute Canada, ainsi que les individus suivants pour leur contribution à cette trousse : Gordon Stringer, Edward Dipelino, Kate Fish, Sue McMahon, Bob Soroko, Karen Trotter.

Tous les efforts ont été déployés pour retrouver les propriétaires de matériel protégé par un droit d'auteur et en faire dûment mention. Si cela n'est pas le cas dans certaines occurrences, veuillez contacter Ophea pour que les correctifs nécessaires soient apportés.

L'inclusion ou l'omission d'une ressource particulière ne devrait pas être considérée comme étant une recommandation ou un commentaire concernant la qualité de la ressource. Aucune conclusion ne devrait être tirée quant à l'appui d'Ophea concernant les ressources incluses dans ce document.

© 2021 Ophea. Tous droits réservés.



TROUSSE DE SENSIBILISATION POUR LA JOURNÉE DE LA LOI ROWAN POUR LES ÉCOLES

À PROPOS DE LA TROUSSE

Cette trousse comprend des outils pour vous aider à souligner la Journée de la Loi Rowan à votre école et pour lancer des conversations chez les élèves, le personnel, des parents ou des tuteurs et au sein de la communauté au sujet des commotions cérébrales. La trousse comprend les éléments suivants :

- ✓ Des renseignements sur Rowan Stringer et la Journée de la Loi Rowan
- ✓ Une liste d'activités de sensibilisation sur les commotions cérébrales que les écoles peuvent mettre en œuvre
- ✓ Des affiches imprimables
- ✓ Des messages prêts pour publication sur Facebook et Twitter
- ✓ Des ressources additionnelles

Veillez choisir les outils les plus pertinents pour votre école et vos élèves ou pour vous inspirer.

À PROPOS DE ROWAN STRINGER

UNE FILLE DE 17 ANS QUI AIMAIT LE RUGBY

Rowan Stringer aimait jouer au rugby. Athlète dévouée ayant un esprit de compétition, elle était la capitaine de l'équipe de rugby de son école secondaire. Elle est décédée en mai 2013 à l'âge de 17 ans à la suite de blessures à la tête qu'elle a subies en jouant au rugby. Dans la semaine précédant son dernier match, Rowan fut plaquée deux fois en jouant, et elle a probablement subi une commotion cérébrale après chaque coup. Ses commotions cérébrales ne furent pas rapportées et elle continua à jouer. Rowan se doutait qu'il y avait un problème, car elle a texté une amie au sujet de sa condition et effectué une recherche sur Google pour trouver de l'information sur les commotions cérébrales. Lorsqu'elle fut frappée de nouveau lors de son dernier match, Rowan fut victime du syndrome du second impact, une inflammation importante causée par une deuxième blessure au cerveau toujours en voie de guérison d'un traumatisme précédent. Rowan s'est effondrée sur le terrain le 8 mai 2013 et est décédée quatre jours plus tard.



À PROPOS DE LA LOI ROWAN

Modèle de message à l'intention des élèves de l'élémentaire :

Avez-vous reçu un coup à la tête ou au corps? C'est arrivé à la plupart d'entre nous! Il y a des risques associés à la pratique de sports ou à la participation à des jeux actifs. Un coup à la tête peut faire du tort au cerveau et il pourrait avoir besoin de beaucoup de temps pour guérir. C'est pour cette raison que la Loi Rowan a été créée.

En 2018, le gouvernement de l'Ontario a adopté la Loi Rowan en mémoire de Rowan Stringer. Rowan est décédée en jouant au rugby avec l'équipe de son école secondaire après avoir subi une série de blessures à la tête sur une période de six jours.

La loi a pour but de protéger les enfants comme vous qui pratiquent des sports et qui participent à des jeux actifs à l'école. La pratique de sports peut comporter un élément de risque, et ce n'est pas un problème pourvu que nous sachions comment le minimiser. La Loi Rowan vise à aider le personnel enseignant, les parents et tuteurs et les entraîneurs à prévenir les commotions cérébrales, les coups et les blessures à la tête. La loi aide aussi les personnes à se rétablir d'une commotion cérébrale.

Grâce à la Loi Rowan, toutes les organisations sportives et les écoles en Ontario doivent avoir des règlements régissant les commotions cérébrales. Même lorsque nous faisons de notre mieux pour prévenir les blessures, il existe toujours un risque. La Loi Rowan aide les entraîneurs, le personnel enseignant, les parents et les tuteurs à reconnaître si un enfant a subi une possible commotion cérébrale et à déterminer si lui est nécessaire de cesser immédiatement de participer à des activités physiques et le moment où elle ou il peut recommencer à jouer en toute sécurité.

Modèle de message à l'intention des élèves du secondaire :

En mars 2018, le gouvernement de l'Ontario a adopté la Loi Rowan en mémoire de Rowan Stringer. Rowan est décédée en jouant au rugby avec l'équipe de son école secondaire du syndrome du second impact après avoir subi une série de commotions cérébrales sur une période de six jours.

La Loi Rowan, qui est en vigueur depuis 2018, exige que les organisations sportives et les écoles se renseignent sur les dangers des blessures à la tête.

La loi a pour but de protéger les joueurs et d'aider les élèves, les entraîneurs, le personnel enseignant, les parents et les officiels à prévenir les commotions cérébrales.

En septembre 2019, le ministère de l'Éducation a mis à jour sa politique sur les commotions cérébrales (NPP no 158) pour assurer sa cohérence avec la Loi Rowan. Les écoles doivent se conformer à la politique de leur conseil scolaire sur les commotions cérébrales (notamment en ayant un plan de retour à l'école et de retour à l'activité physique pour chaque élève qui subit une commotion cérébrale).

La Loi Rowan porte également sur l'éducation. En sensibilisant les gens et en améliorant leurs connaissances, nous pouvons changer la culture de l'Ontario en ce qui a trait aux sports, à l'activité physique et aux blessures. La Loi Rowan fait en sorte qu'il est plus facile pour les personnes qui ont des signes et symptômes d'une commotion cérébrale d'en PARLER, d'obtenir l'aide dont elles ont besoin et de prendre le temps qu'il faut pour se rétablir avec l'aide de tous ceux qui les entourent.

À PROPOS DE LA LOI ROWAN

Modèle de message à l'intention du personnel scolaire :

La Loi Rowan, qui est entrée en vigueur en mars 2018, exige que les organisations sportives et les écoles se renseignent sur les dangers associés aux blessures à la tête.

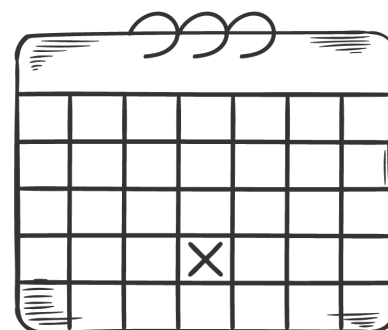
La loi a pour but de protéger les joueurs et d'aider les élèves, les entraîneurs, le personnel enseignant, les parents et tuteurs et les officiels à prévenir les commotions cérébrales.

En septembre 2019, le ministère de l'Éducation a mis à jour sa politique sur les commotions cérébrales (NPP no 158) pour assurer sa cohérence avec la Loi Rowan. Les écoles doivent se conformer à la politique de leur conseil scolaire sur les commotions cérébrales (notamment en ayant un plan de retour à l'école et de retour à l'activité physique pour chaque élève qui subit une commotion cérébrale).

La Loi Rowan porte également sur l'éducation. En sensibilisant les gens et en améliorant leurs connaissances, nous pouvons changer la culture de l'Ontario en ce qui a trait aux sports, à l'activité physique et aux blessures. Encouragez vos élèves à en PARLER en cas de signes et symptômes d'une commotion cérébrale, à obtenir l'aide nécessaire et à prendre le temps qu'il faut pour se rétablir avec l'aide de tous ceux qui les entourent.

À PROPOS DE LA JOURNÉE DE LA LOI ROWAN

Inscrivez-la à votre calendrier et commencez à planifier pour cette journée. Le dernier mercredi de septembre de chaque année (29 septembre 2021) est la Journée de la Loi Rowan (#JournéeDeLaLoiRowan). Il s'agit d'une journée favorisant la participation des élèves, du personnel, des parents ou des tuteurs à des activités leur permettant d'en apprendre davantage sur les commotions cérébrales et de connaître le récit de Rowan Stringer. Les conseils, les outils et les liens à des ressources additionnelles que propose cette trousse sont conçus pour vous inciter et vous aider à participer.



PASSEZ LE MOT À L'ÉCOLE

Les commotions cérébrales associées à la pratique de sports sont un problème reconnu en matière de santé. Cependant, ce ne sont pas seulement les personnes qui pratiquent des sports qui sont à risque d'une commotion cérébrale. Tout le monde est à risque. La Journée de la Loi Rowan est une occasion d'éduquer les élèves et de les faire participer à une discussion sur les commotions cérébrales et d'utiliser certaines des activités de sensibilisation suivantes.

1. Affiches imprimables

Téléchargez et imprimez les affiches éducatives sur les commotions cérébrales et apposez-les à différents endroits de votre école. Vous trouverez des affiches (en format 8,5 po x 11 po et 11 po x 17 po) pour les élèves de l'élémentaire et du secondaire à <https://carrefourpedagogique.ophea.net/ressources/trousse-de-sensibilisation-pour-la-journee-de-la-loi-rowan-pour-les-ecoles/affiches>. Vous pouvez aussi télécharger les affiches et les faire colorier par les plus jeunes élèves dans le cadre de votre stratégie de sensibilisation au sujet des commotions cérébrales. Vous pourriez organiser un concours de coloriage ou demander aux élèves de créer leur propre affiche d'après ce qu'ils ont appris sur les commotions cérébrales.

2. Partagez le récit de Rowan et portez sa couleur préférée !

Faites part du récit de Rowan à des élèves et à des collègues et encouragez votre communauté scolaire à porter du pourpre (la couleur préférée de Rowan) lors de la Journée de la Loi Rowan (le dernier mercredi de septembre de chaque année - 29 septembre 2021).

3. Organisez une assemblée en personne et/ou virtuelle à l'échelle de l'école

Organisez une assemblée pour l'ensemble de l'école pour que les élèves en apprennent davantage sur les commotions cérébrales et sur l'importance de parler ouvertement d'une blessure à la tête. Souhaitez-vous qu'une personne vienne parler à votre école ? Contactez la division locale de l'[Association des lésés cérébraux](#) ou votre [bureau de santé publique](#). Pour obtenir des conseils, regardez le programme de rassemblement de conférenciers et d'assemblées d'école En Équipe on en Parle de la Fondation Héritage pour les Commotions Cérébrales <https://www.fondationpourlescommotions.ca>

4. Annonces

Utilisez cette trousse pour faire de l'éducation sur les commotions cérébrales lors des annonces du matin et de fin de journée à l'école.

5. Équipes sportives

Engagez-vous à vous garder en sécurité les uns les autres en rapportant les commotions cérébrales. Consultez <https://www.fondationpourlescommotions.ca/programmes> pour plus de détails.

6. Projets étudiants et discussions en classe

Faites participer les élèves à des activités ou à des projets qui leur permettent d'en apprendre davantage sur les commotions cérébrales et qui renforcent la notion qu'un coup à la tête ou au corps peut causer une blessure qui nécessite des soins médicaux et du temps pour guérir. Il n'y a rien de mal à prendre une pause ! Des élèves qui ont subi une commotion cérébrale peuvent aussi faire part de leurs expériences, et encourager les autres à en parler s'ils subissent un jour une blessure.

7. Communication avec les parents, les tuteurs, et la communauté

Communiquez par divers moyens (p. ex., médias sociaux, bulletin de l'école) aux parents et tuteurs la politique de votre conseil scolaire sur les commotions cérébrales et une partie du contenu de la Trousse de sensibilisation pour la Journée de la Loi Rowan d'Ophea. Il est important que les parents et tuteurs puissent reconnaître les signes et symptômes d'une commotion cérébrale pour pouvoir protéger leur enfant et appliquer

7. (a continué...) les pratiques exemplaires de votre école pour garder tous les élèves en sécurité. Invitez les parents et tuteurs à en apprendre davantage en consultant le Guide sur les commotions cérébrales pour les parents et les fournisseurs de soins de Parachute Canada: <https://parachute.ca/wp-content/uploads/2019/06/Commotion-Parents-UA.pdf>. De plus, les parents et tuteurs, les enfants et les jeunes et les membres de l'ensemble de la communauté peuvent aider à améliorer les connaissances sur les signes et symptômes d'une commotion cérébrale <https://www.ontario.ca/fr/page/loi-rowan-ressources-de-sensibilisation-aux-commotions-cerebrales> en consultant et en partageant la ressource Loi Rowan : ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales qui comprend des brochures et des modules électroniques, ainsi que des vidéos.

8. Éducation du personnel

Le travail de sensibilisation au sujet des commotions cérébrales est une responsabilité commune. C'est pour cette raison que tous les membres du personnel scolaire devraient connaître les signes et symptômes ainsi que la politique de votre conseil scolaire sur les commotions cérébrales. Encouragez vos collègues à utiliser les ressources suivantes :

- Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation. Protocole en cas de commotion cérébrale et outils de mise en œuvre <https://securite.ophea.net/commotions-cerebrales>
- Le module d'apprentissage en ligne d'Ophea, L'identification, la gestion et la prévention des commotions cérébrales à l'intention des écoles (mis à jour annuellement), fut créé afin de mieux faire connaître et comprendre ce en quoi consiste une commotion cérébrale, la façon d'identifier une commotion cérébrale soupçonnée et la façon appropriée de gérer une commotion cérébrale. Le module propose aussi des ressources et des stratégies pour la prévention des commotions cérébrales et pour l'enseignement correspondant. Il est conçu à l'intention de tous les membres du personnel scolaire, y compris les enseignants, les administrateurs et le personnel de soutien <https://www.ophea.net/fr/formations/apprentissage-en-ligne>.

9. Réseaux sociaux

Utilisez les comptes de votre école sur les divers réseaux sociaux pour éduquer les gens sur la Journée de la Loi Rowan et les commotions cérébrales en utilisant le mot-clic **#JournéeDeLaLoiRowan** et **#AprèsUnCoupFaitesUnePause**. Faites part de ce que fait votre école afin d'y participer.

10. Vidéos

Regardez ces vidéos (en anglais) avec vos élèves et la communauté scolaire pour améliorer les connaissances au sujet des commotions cérébrales et pour lancer des discussions sur les blessures à la tête et les commotions cérébrales :

- Dr. Mike Evans : <https://www.youtube.com/watch?v=zCCD52Pty4A>
- CBC : Rowan Stringer ignored concussion symptoms days before death (Rowan Stringer a ignoré les symptômes d'une commotion cérébrale quelques jours avant sa mort) <https://www.cbc.ca/news/canada/ottawa/rowan-stringer-ignored-concussion-symptoms-days-before-death-1.3077245>. Notez que le vidéo est en anglais, mais l'article du vidéo a été traduit en français.
- CBC : Gordon Stringer is an advocate for brain injury awareness who has worked tirelessly to enact legislation and educate the public about concussions (Gordon Stringer revendique pour mieux sensibiliser la population sur les blessures au cerveau et travaille sans relâche pour faire adopter des lois et éduquer le public sur les commotions cérébrales) <https://newsinteractives.cbc.ca/longform/trailblazer-number-six> (disponible en anglais seulement).

JOURNÉE DE LA LOI ROWAN

SÉCURITÉ EN MATIÈRE DE COMMOTION CÉRÉBRALE

UN COUP À LA TÊTE OU AU CORPS PEUT CAUSER DU TORT – ALORS, DITES-LE TOUT DE SUITE À UN ADULTE



Avez-vous reçu un coup à la tête ou au corps ? Est-ce arrivé à un ami ? Parfois, un coup à la tête peut faire du tort à votre cerveau. Il faut des soins particuliers et du repos pour lui permettre de guérir. Il pourrait être nécessaire d'arrêter de pratiquer des sports et de jouer avec des amis ; il pourrait même être nécessaire de rester au lit.

En cas de coup à la tête ou au corps, il faut le DIRE à vos parents, à votre enseignant, à votre entraîneur ou à un autre adulte en qui vous avez confiance. Ils savent ce qu'il faut faire pour vous aider à vous sentir mieux.

Alors, ne cachez pas que vous avez reçu un coup à la tête. PARLEZ-EN !

Pour plus d'information sur les commotions cérébrales, y compris les signes, les symptômes et la prévention, jetez un coup d'œil à la **Trousse de sensibilisation pour la journée de la Loi Rowan pour les écoles** | <http://carrefourpedagogique.ophea.net/TrousseJournéeLoideRowan> | [#JournéeDeLaLoiRowan](https://twitter.com/JournéeDeLaLoiRowan)

JOURNÉE DE LA LOI ROWAN

SÉCURITÉ EN MATIÈRE DE COMMOTION CÉRÉBRALE

LES COMMOTIONS CÉRÉBRALES SONT DES BLESSURES AU CERVEAU... ET ELLES ONT BESOIN DE TEMPS POUR GUÉRIR



En cas de doute, arrêtez-vous coûte que coûte... et passez à la loupe.

Vous avez reçu un coup à la tête ou au corps en pratiquant un sport, en faisant une activité physique ou tout simplement lorsque vous étiez avec des amis ? Ne le cachez pas ; PARLEZ-EN et demandez de l'aide. Un coup à la tête peut blesser le cerveau et engendrer une commotion cérébrale, et les blessures au cerveau ont besoin d'assez de temps pour guérir.

Si vous, un ami ou un coéquipier recevez un coup à la tête ou au corps, vous devez connaître les signes et symptômes d'une commotion cérébrale. Parfois, les symptômes sont tout de suite évidents, mais ils peuvent aussi se manifester plusieurs heures ou même plusieurs jours plus tard.

Certains des symptômes :

- Maux de tête ou pression dans la tête
- Nausée
- Somnolence
- Étourdissements
- Sensibilité à la lumière
- Sensibilité au bruit
- Difficulté à penser clairement ou à se souvenir de certaines choses
- Fatigue ou manque d'énergie
- Vision floue
- Sentiment de tristesse, d'irritabilité ; nervosité ou émotivité

Avez-vous subi une commotion cérébrale ? Souhaitez-vous aider d'autres personnes à les prévenir et encourager les personnes qui en ont subi à obtenir de l'aide ? Disséminez le message au sujet de la Journée de Loi Rowan et joignez-vous à la discussion sur les commotions cérébrales. **Pour plus d'information sur les commotions cérébrales, jetez un coup d'œil à la Trousse de sensibilisation pour la journée de la Loi Rowan pour les écoles | <http://carrefourpedagogique.ophea.net/TrousseJournéeLoideRowan> | [#JournéeDeLaLoiRowan](https://twitter.com/JourneeDeLaLoiRowan)**

PARLEZ-EN SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX !

Il faut commencer par en apprendre davantage sur les commotions cérébrales avant de pouvoir aider les autres. Lorsque vous aurez passé en revue les outils de cette trousse, veuillez les distribuer aux groupes suivants :

- ✓ Autres enseignants
- ✓ Personnes-ressources en matière de santé et de sécurité
- ✓ Membres du conseil scolaire/conseil des parents ou tuteurs
- ✓ Professionnels de l'éducation physique
- ✓ Entraîneurs
- ✓ Parents ou tuteurs
- ✓ Commissaires d'école
- ✓ Sites Web et groupes de bavardage pour les éducateurs physiques

Vous pouvez aussi utiliser les messages prêts pour publication sur Instagram, Twitter et Facebook qui sont inclus dans cette trousse. Voici quelques conseils pour que vos publications aient un plus grand impact :

- ✓ Les publications sur les réseaux sociaux suscitent plus d'intérêt lorsqu'on leur joint un élément visuel. Assurez-vous donc d'inclure une photo si possible.
- ✓ Lorsque vous publiez sur Facebook, Instagram, or Twitter, vous pouvez inclure l'identifiant [@OpheaCanada](https://www.instagram.com/OpheaCanada)
- ✓ Lorsque vous publiez, vous pouvez poser une question à votre public pour favoriser des interactions (commentaires, partage, j'aime) avec votre publication.
- ✓ Utilisez des outils pour planifier la publication de vos gazouillis sur Twitter et vos publications sur Facebook si cela vous facilite la vie.
- ✓ Prenez des photos de votre communauté scolaire soulignant la Journée de la Loi Rowan afin de pouvoir en partager plusieurs lorsque vous publierez sur les réseaux sociaux (assurez-vous d'avoir l'autorisation de publier les photos des élèves).



EXEMPLES DE PUBLICATIONS SUR INSTAGRAM, FACEBOOK ET TWITTER!

Le dernier mercredi de septembre est le Rowan's Law Day ! Notre école partagera le récit de Rowan & enseignera aux élèves & au personnel comment identifier les signes & symptômes d'une commotion cérébrale. Joignez-vous à nous! Participez avec la trousse GRATUITE @OpheaCanada ! <http://carrefourpedagogique.ophea.net/TrousseJournéeLoideRowan> #JournéeDeLaLoiRowan

C'est la Journée de la Loi Rowan et nous apprenons les signes & symptômes d'une commotion cérébrale à l'aide de la trousse GRATUITE @OpheaCanada <http://carrefourpedagogique.ophea.net/TrousseJournéeLoideRowan> Faites participer votre école et gardez les enfants en sécurité ! #JournéeDeLaLoiRowan



Nous assurons que tous (personnel, élèves, parents, tuteurs) connaissent les signes & symptômes d'une commotion cérébrale pour la Journée de la Loi Rowan et portons du pourpre en mémoire de Rowan Stringer. Voici une photo. #JournéeDeLaLoiRowan #AprèsUnCoupFaitesUnePause [ajouter une image des étudiants / du personnel en portant du pourpre]

Nous sommes tous à risque d'une blessure à la tête ou d'une commotion cérébrale, et non pas seulement les athlètes. Il faut connaître les signes & symptômes : [http://hollandbloorview.ca/Assets/Concussion-center/Concussion Infographics_french.3.pdf](http://hollandbloorview.ca/Assets/Concussion-center/Concussion%20Infographics_french.3.pdf) #JournéeDeLaLoiRowan #AprèsUnCoupFaitesUnePause

Vous ou un ami avez subi une commotion cérébrale ? Faites part de votre expérience pour sensibiliser les gens et les encourager à DEMANDER DE L'AIDE pour leur blessure à la tête : info@concussionfoundation.ca #TCCLonenParle #JournéeDeLaLoiRowan

En cas de doute, arrêtez-vous coûte que coûte... et passez à la loupe. Assurez-vous de connaître les signes & symptômes d'une commotion cérébrale. #AprèsUnCoupFaitesUnePause <http://carrefourpedagogique.ophea.net/TrousseJournéeLoideRowan> #JournéeDeLaLoiRowan

Rowan Stringer aimait le rugby & était capitaine de l'équipe de son école secondaire. Elle est décédée de multiples commotions cérébrales non rapportées. http://hollandbloorview.ca/Assets/Concussion-center/Concussion%20Infographics_french.3.pdf #JournéeDeLaLoiRowan #AprèsUnCoupFaitesUnePause

Avez-vous déjà subi une commotion cérébrale? Faites part de votre expérience pour encourager les autres à DEMANDER POUR DE L'AIDE. @ParachuteCanada a des ressources qui expliquent ce que c'est : <http://www.parachutecanada.org/sujets-blessures/article/commotion-cerebrale> #JournéedelaloilRowan

Hey, les parents ou tuteurs ! Apprenez les signes et symptômes d'une commotion cérébrale, peu importe que votre enfant pratique ou non des sports : http://hollandbloorview.ca/Assets/Concussion-center/Concussion%20Infographics_french.3.pdf #JournéeDeLaLoiRowan #AprèsUnCoupFaitesUnePause

Rowan Stringer aimait le rugby & était capitaine de l'équipe de son école secondaire. Elle est décédée à la suite de multiples commotions cérébrales non rapportées. La LOI ROWAN aidera à ce que les signes et symptômes d'une commotion cérébrale soient mieux identifiés chez les athlètes et les sportifs amateurs de tous âges. #JournéeDeLaLoiRowan #AprèsUnCoupFaitesUnePause <http://carrefourpedagogique.ophea.net/TrousseJournéeLoideRowan>

RESSOURCES ADDITIONNELLES

Les ressources suivantes sont proposées pour soutenir la sensibilisation et le renforcement des connaissances au sujet des commotions cérébrales au sein de la communauté scolaire. Elles sont divisées selon l'aspect des commotions cérébrales qu'elles abordent principalement : sensibilisation, identification, gestion, prévention et formation. En révisant ces ressources, gardez en tête que selon la PPM 158, tous les conseils scolaires en Ontario doit développer et maintenir sa propre politique sur les commotions cérébrales.

Sensibilisation

Fondation Héritage pour les Commotions Cérébrales

Ressources éducatives au sujet des commotions cérébrales

<https://www.fondationpourlescommotions.ca>

Dr. Mike Evans

Concussions 101, a Primer for Kids and Parents (vidéo en anglais)

<https://www.youtube.com/watch?v=zCCD52Pty4A>

Gouvernement de l'Ontario

La Loi Rowan : Ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales

<https://www.ontario.ca/commotions>

Hockey Canada

Boîte à outils pour les commotions cérébrales

<https://www.hockeycanada.ca/fr-ca/hockey-programs/safety/concussions/concussion-toolbox>

Holland Bloorview Concussion Centre (Centre de commotions cérébrales de l'Hôpital de réadaptation pour enfants Holland Bloorview)*

Illustrations infographiques conçues pour sensibiliser les enfants et les jeunes <http://hollandbloorview.ca/programsandservices/concussioncentre/concussioneducation/infographics> :

- 6 choses à savoir sur les commotions cérébrales
- Signes d'une commotion cérébrale
- Je pense que j'ai subi une commotion cérébrale, que dois-je faire pour me rétablir?
- Conseils pour bien dormir et favoriser ma récupération à la suite d'une commotion

Guide pour les parents et les enfants : La commotion cérébrale et vous

<https://www.hollandbloorview.ca/concussion-handbook>

Ophea*

Les Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation

<https://securite.ophea.net/>

**Le contenu a été révisé et mis à jour afin d'en assurer sa cohérence avec la Déclaration de consensus sur les commotions cérébrales dans le sport de Berlin et les Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport.*

Parachute*

Ressources de sensibilisation pour tous les membres de la communauté scolaire :

<http://www.parachutecanada.org/sujets-blessures/article/commotion-cerebrale>

- Un guide sur les commotions cérébrales pour les enseignants
- Un guide sur les commotions cérébrales pour les entraîneurs et soigneurs
- Un guide sur les commotions cérébrales pour les parents, les tuteurs, et les fournisseurs de soins
- Un guide sur les commotions cérébrales pour les athlètes
- Concussion Ed, une application gratuite disponible sur l'[App Store](#) d'Apple.

Identification

Consensus sur les commotions cérébrales dans le sport

Outil de reconnaissance des commotions cérébrales 5 (disponible en anglais seulement) :

<https://bjism.bmj.com/content/bjsports/early/2017/04/26/bjsports-2017-097508CRT5.full.pdf>

Outil de poche de reconnaissance des commotions cérébrales (version française) :

<https://aqmse.org/wp-content/uploads/2014/10/final-pocketfrprint.pdf>

Ophea*

Les Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation (<https://securite.ophea.net/>). Modèle d'outil de reconnaissance d'une commotion cérébrale soupçonnée : <https://securite.ophea.net/outils-et-ressources/modele-doutil-de-reconnaissance-dune-commotion-cerebrale-soupconnee>

Gouvernement de l'Ontario

La Loi Rowan : Ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales

<https://www.ontario.ca/commotions>

Gestion

Holland Bloorview Concussion Centre (Centre de commotions cérébrales de l'Hôpital de réadaptation pour enfants Holland Bloorview)*

[https://hollandbloorview.ca/sites/default/files/migrate/files/Concussion Infographics_french.2.pdf](https://hollandbloorview.ca/sites/default/files/migrate/files/Concussion%20Infographics_french.2.pdf)

- Je pense que j'ai subi une commotion cérébrale, que dois-je faire pour me rétablir?
- Conseils pour bien dormir et favoriser ma récupération à la suite d'une commotion
- **SCHOOLFirst** : Faciliter un retour à l'école couronné de succès pour les jeunes Canadiens après une commotion cérébrale
- Programmes et services sur les commotions cérébrales
<https://www.ontario.ca/commotions>

**Le contenu a été révisé et mis à jour afin d'en assurer sa cohérence avec la Déclaration de consensus sur les commotions cérébrales dans le sport de Berlin et les Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport.*

Gouvernement de l'Ontario*

La Loi Rowan : Ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales

<https://www.ontario.ca/commotions>

- Modèle de documentation du plan de préparation à la maison pour le retour à l'école (RAE) et le retour à l'activité physique (RAAP)
- Modèle de documentation de la gestion de la commotion cérébrale — Plan de retour à l'école (RAE) et de retour à l'activité physique (RAAP)
- Modèle de documentation de l'autorisation médicale

Ministère des Industries du patrimoine, du sport, du tourisme et de la culture

La Loi Rowan : Ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales

<https://www.ontario.ca/commotions>

Ophea*

- Les Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation ([sécurité.ophea.net](https://securite.ophea.net))
- Modèle de formulaire d'examen médical pour une commotion cérébrale
- Modèle de formulaire de la gestion d'une commotion cérébrale à la maison (plan de retour à l'école)
- Modèle de formulaire de la gestion d'une commotion cérébrale à l'école (plan de retour à l'école)
- Modèle de formulaire d'autorisation médicale pour une commotion cérébrale

Parachute*

Stratégie de retour à l'école après une commotion cérébrale :

<https://parachute.ca/wp-content/uploads/2019/06/Commotion-RetourEcole-UA.pdf>

Après une commotion cérébrale : stratégie de retour au sport :

<https://parachute.ca/wp-content/uploads/2019/06/RetourAuSport-Parachute-UA.pdf>

Prévention

Ophea*

Les Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation : **Modèle de stratégies de prévention**

d'une commotion cérébrale <https://securite.ophea.net/outils-et-ressources/modele-de-strategies-de-prevention-dune-commotion-cerebrale>

Ministère des Industries du patrimoine, du sport, du tourisme et de la culture

- Loi Rowan : sécurité en matière de commotions cérébrales <https://www.ontario.ca/fr/page/loi-rowan-securite-en-matiere-de-commotions-cerebrales>
- Loi Rowan : ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales <https://www.ontario.ca/fr/page/loi-rowan-ressources-de-sensibilisation-aux-commotions-cerebrales>
- Téléchargez l'affiche Après un coup, faites une pause <https://files.ontario.ca/mtcs-rowans-law-hit-stop-sit-poster-fr-2019-05-14.pdf>
- Téléchargez l'affiche Symptômes d'une commotion cérébrale <https://files.ontario.ca/mtcs-rowans-law-signs-of-a-concussion-poster-fr-2019-05-14.pdf>

**Le contenu a été révisé et mis à jour afin d'en assurer sa cohérence avec la Déclaration de consensus sur les commotions cérébrales dans le sport de Berlin et les Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport.*

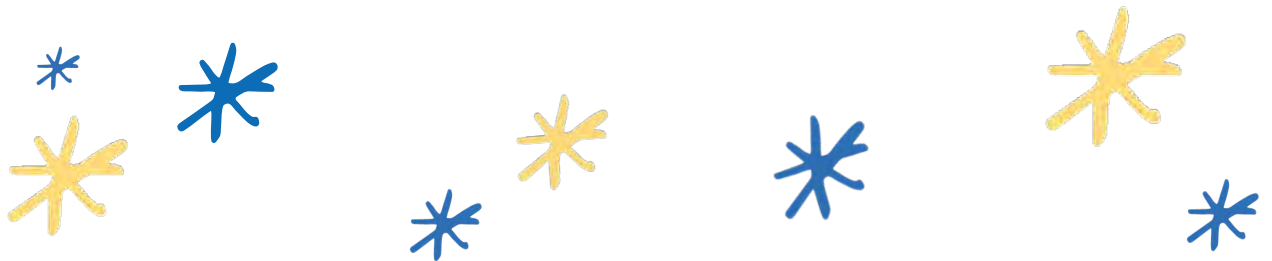
Formation

Ophea*

Module d'apprentissage en ligne d'Ophea, L'identification, la gestion et la prévention des commotions cérébrales à l'intention des écoles (mis à jour annuellement) <https://www.ophea.net/fr/formations/apprentissage-en-ligne>

Gouvernement de l'Ontario

La Loi Rowan : Ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales <https://www.ontario.ca/commotions>



**Le contenu a été révisé et mis à jour afin d'en assurer sa cohérence avec la Déclaration de consensus sur les commotions cérébrales dans le sport de Berlin et les Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport.*