

GUIDE EN LIGNE



Éducation et préparation initiales

- Commencez par passer en revue le Guide sur les commotions pour les entraîneurs, les soigneurs et le personnel de sécurité, Stratégie de reprise des activités sportives, Conseils à utiliser sur la glace pour aider à prévenir les commotions cérébrales et les diverses autres blessures subies au hockey pour vous renseigner sur la prévention, la reconnaissance et la prise en charge des commotions cérébrales.
- Élaborez un plan d'action : toutes les personnes qui travaillent avec votre équipe de hockey sont informées de ce plan lors de la réunion d'éducation sur les commotions cérébrales d'avant-saison.
- Passez en revue le Guide de réunion d'équipe d'éducation sur les commotions cérébrales d'avant-saison, la liste de contrôle des réunions d'équipe d'éducation sur les commotions cérébrales d'avant-saison et la Fiche d'éducation sur les commotions cérébrales d'avant-saison.
- Prenez le temps de présenter ces documents à votre équipe et à leurs familles.

Lors de votre réunion d'éducation sur les commotions cérébrales d'avant-saison

- Passez en revue avec les joueurs et leurs familles toutes les ressources sur le hockey intelligent, ainsi que les renseignements sur les commotions cérébrales de votre organisme sportif.
- Distribuez la documentation suivante **aux joueurs** :
 - Conseils à utiliser sur la glace pour aider à prévenir les commotions cérébrales et les diverses autres blessures subies au hockey
 - Guide sur les commotions cérébrales pour les joueurs
 - Code de conduite en cas de commotions cérébrales - cartes à l'intention des joueurs
 - Dossier personnel des commotions cérébrales pour les joueurs
- Distribuez les documents suivants aux **parents et aux fournisseurs de soins** :
 - Guide sur les commotions cérébrales pour les parents et les fournisseurs de soins
 - Code de conduite en cas de commotions cérébrales - cartes à l'intention des parents et des fournisseurs de soins
- Demandez aux joueurs et aux parents de signer une carte de code de conduite sur les commotions cérébrales et signer la vôtre aussi!
- Après la réunion, demandez à votre équipe de poser avec l'affiche incluse Jouez au hockey intelligent et, avec la permission des parents, publiez-la sur le site web de votre équipe et sur les médias sociaux!

Pendant la saison

- Instaurez et maintenez un environnement d'équipe au sein duquel les joueurs se sentent à l'aise de s'exprimer. Donnez aux joueurs l'occasion, au début et à la fin des pratiques et des matchs, de vous parler de leurs préoccupations, y compris des symptômes possibles de commotion cérébrale. Rappelez-vous que vos joueurs peuvent subir une commotion cérébrale à la maison, à l'école ou ailleurs, et pas seulement sur la glace.
- Gardez à portée de la main toutes les ressources sur le hockey intelligent et la carte sur les commotions cérébrales de votre organisme sportif ainsi que diverses autres ressources sur les commotions cérébrales pour référence.
- Conservez votre presse-papier sur les commotions cérébrales sur le banc pour avoir rapidement accès à l'Outil de reconnaissance des commotions cérébrales.
- En cas de soupçons de commotion cérébrale, retirez le joueur du jeu et consultez votre Plan d'action.
- Distribuez la lettre d'évaluation médicale aux parents si leur enfant a subi une commotion cérébrale.
- Encouragez les joueurs et leurs familles à faire le suivi des commotions cérébrales à l'aide du Dossier personnel des commotions cérébrales afin qu'ils puissent fournir aux professionnels de la santé des renseignements exacts sur les antécédents de commotions cérébrales.
- Utilisez vos dossards Pas de contact lors de la reprise de la pratique d'un joueur en convalescence.
- Veillez à ce que les joueurs qui ont subi une commotion cérébrale suivent la Stratégie de reprise des activités sportives et qu'ils ont été autorisés par un médecin à reprendre la pratique ou les matchs. Consultez également le protocole de retour au jeu de votre organisation.