

## Une ressource pour le programme Actifs et en sécurité

*Pour mettre des outils de prévention et de gestion des commotions cérébrales entre les mains de participants*

# Outil d'autoévaluation *Actifs et en sécurité*

---

Les organisations sportives peuvent utiliser cette feuille de pointage pour saisir un instantané de leurs progrès dans l'élaboration d'un programme de prévention et de gestion des commotions cérébrales.

Téléchargez les ressources connexes à l'adresse [www.cces.ca/actifsetensecurite](http://www.cces.ca/actifsetensecurite).

*Vas-y*

*Fais preuve  
d'esprit  
sportif*

*Respecte  
les autres*

*Amuse-toi*

*Garde une  
bonne santé*

*Inclus tout  
le monde*

*Donne  
en retour*



**SPORT PUR**  
ça se vit ici!

<b>POINTAGE</b>	<b>Minimal 0</b>	<b>Sensibil- isation 1</b>	<b>En urgence 2</b>	<b>Général 3</b>	<b>Ciblé 4</b>	<b>Complet 5</b>
<b>FORMATION</b>						
Tous les intervenants (athlètes, officiels d'équipe et parents) connaissent et comprennent la définition de commotion cérébrale						
Tous les intervenants (athlètes, officiels d'équipe et parents) connaissent et comprennent comment on subit une commotion cérébrale						
Tous les intervenant (athlètes, officiels d'équipe et parents) connaissent et comprennent les signes et symptômes d'une commotion cérébrale						
<b>POINTAGE - FORMATION</b>						

<b>GESTION</b>						
Tous les intervenants (athlètes, officiels d'équipe et parents) connaissent et comprennent les protocoles à suivre quand on suspecte une commotion cérébrale						
L'organisation adhère à la philosophie « Dans le doute, attendre et ne rien faire » et en fait la promotion						
Tous les intervenants (athlètes, officiels d'équipe et parents) connaissent, comprennent et appliquent les protocoles de retour au jeu dans le cas d'un diagnostic de commotion						
L'organisation possède une formule standard d'autorisation médicale devant être signée par un médecin avant qu'un athlète victime d'une commotion puisse revenir au jeu						
L'organisation a mis en place un processus pour aider ses athlètes à avoir accès au soutien et aux soins médicaux appropriés relativement au diagnostic et au traitement d'une commotion cérébrale.						
<b>POINTAGE - GESTION</b>						

Attribuez à votre organisation un pointage pour chaque critère, où 0 est *Minimal* et 5, *Complet*. Comparez l'état actuel de votre organisation avec les descriptions des critères dans chaque cellule et déterminez quelle description correspond le plus à votre état actuel. Inscrivez le numéro correspondant sur la feuille de pointage.

- 0 Ni ressources ni efforts n'ont été faits à cet égard
- 1 Les intervenants sont dirigés ou redirigés vers d'autres pour obtenir l'information pour eux-mêmes
- 2 De l'information pertinente et à jour est disponible grâce à notre site Web
- 3 L'information est facilement disponible et distribuée régulièrement aux intervenants
- 4 Des sessions/ateliers de formation et d'information sont rendus disponibles aux intervenants; en plus, l'information est facilement accessible et distribuée régulièrement
- 5 Les sessions/ateliers de formation et d'information sont obligatoires pour tous les intervenants; en plus, l'information est facilement accessible et distribuée régulièrement

<b>POINTAGE</b>	<b>Minimal 0</b>	<b>Sensibil- isation 1</b>	<b>En émer- gence 2</b>	<b>Général 3</b>	<b>Ciblé 4</b>	<b>Complet 5</b>
<b>GOVERNANCE</b>						
L'organisation a adopté et applique une politique de tolérance zéro pour les coups à la tête, la violence et/ou toute activité qui peut entraîner une commotion cérébrale						
L'organisation a adopté les règles et les règlements convenant aux besoins des différents stades de développement afin de minimiser le risque de commotion cérébrale						
L'organisation s'assure que les officiels de match (arbitres, juges, etc.) sont entraînés à appliquer adéquatement les règles et règlements, en particulier ceux qui ont trait à la prévention des commotions cérébrales ou ceux destinés à minimiser le risque de commotion cérébrale						
Tous les intervenants (athlètes, officiels d'équipe et parents) signent un code de conduite reconnaissant leur compréhension de la prévention et du traitement des commotions cérébrales						
Les officiels d'équipe possèdent la certification adéquate. Les officiels d'équipe connaissent et comprennent les techniques d'entraînement adaptées à l'âge, qui minimisent le risque de commotion cérébrale (ex. soccer : jeu de tête; football : plaqué; hockey : mise en échec, etc.						
Tous les athlètes sont requis de porter l'équipement approprié et ajusté adéquatement en tout temps lorsqu'ils pratiquent le sport.						
<b>POINTAGE - GOVERNANCE</b>						
<b>GRAND TOTAL</b>						

Le pointage (de 0 à 5) pour chaque critère est simplement un indice de progrès. Ne tentez pas de comparer les pointages provenant de différents critères. Dans plusieurs cas, les pointages de cellules individuelles sont affectés par les progrès dans d'autres secteurs. Il n'y a pas de « Réussite » ou d'« Échec ». L'intention est de saisir un instantané de votre progression dans l'élaboration d'un programme de prévention et de gestion des commotions cérébrales.

Cette feuille de pointage a été élaborée en 2013. À mesure que de l'information nouvelle sera rendue disponible de la part de la communauté médicale, le statut *Complet* (niveau 5) de chaque critère sera susceptible de changer.

Une fois que vous avez enregistré votre pointage pour les différents critères, vous pouvez voir dans quelle mesure vous faites bien dans l'ensemble et en relation avec les trois aspects de la prévention et du traitement des commotions cérébrale, de la formation, de la gestion et de la gouvernance. Vous aurez aussi accès à des liens vers des ressources additionnelles appropriées pour vous aider à élaborer le programme le plus complet possible de prévention et de gestion des commotions cérébrales.

## Résultats

Catégorie	Pointage	Résultats
FORMATION	0-5	Un minimum d'effort est fait ou aucun effort n'est déployé pour former vos intervenants à propos des commotions cérébrales.
	6-10	Votre club reconnaît la valeur d'offrir de la formation sur les commotions cérébrales et a entrepris d'élaborer son programme de formation.
	10-15	Votre club reconnaît l'importance de la formation sur les commotions cérébrales et offre à vos intervenants un certain nombre d'occasions de s'informer sur les commotions cérébrales.
GESTION	0-7	Un minimum d'effort est fait ou aucun effort n'est déployé pour s'assurer que les commotions cérébrales sont gérées de façon appropriée dans votre club.
	11-18	Votre club reconnaît la valeur de gérer adéquatement les commotions cérébrales et fournit certains outils et protocoles en guise d'appui à ses intervenants.
	19-25	Votre club reconnaît l'importance de gérer les commotions cérébrales et fournit à ses intervenants une série d'outils et de protocoles de gestion des commotions cérébrales.
GOUVERNANCE	0-10	Un minimum d'effort est fait ou aucun effort n'est déployé pour s'assurer que les commotions cérébrales sont gérées de façon adéquate dans votre club.
	11-20	Votre club reconnaît la valeur de gérer adéquatement les commotions cérébrales et fournit certains outils et protocoles en guise d'appui à ses intervenants.
	21-30	Votre club reconnaît l'importance de gérer les commotions cérébrales et fournit à ses intervenants une série d'outils et de protocoles de gestion des commotions cérébrales.
POINTAGE TOTAL	0-22	Des efforts minimaux sont déployés pour former les intervenants, réduire la possibilité de blessure et gérer les blessures qui se produisent. Tous les outils dont votre club a besoin pour offrir un programme complet de prévention et de gestion des commotions cérébrales peuvent être trouvés au moyen de la boîte noire ci-dessous.
	23-48	Certains efforts sont déployés pour former les intervenants, réduire la possibilité de blessure et gérer les blessures qui se produisent. Les liens dans la boîte noire ci-dessous peuvent vous fournir de l'aide pour l'élaboration du programme le plus complet possible de prévention et de gestion des commotions cérébrales.
	49-70	Félicitations! Votre club applique un programme de prévention des commotions cérébrale qui reconnaît la valeur de former vos intervenants, d'empêcher les blessures de se produire et de gérer adéquatement les blessures qui se produisent effectivement. <i>Y a-t-il quelque chose de plus que vous puissiez faire?</i> Vérifiez les liens dans la boîte noire ci-dessous afin de vous assurer que vous offrez le programme le plus complet possible de prévention et de gestion des commotions cérébrales.

### À propos du programme *Actifs et en sécurité*

Le programme *Actifs et en sécurité* fournit des ressources en vue de réduire l'incidence et la gravité des commotions cérébrales, tout en créant les conditions de jeu actif et plus sécuritaire dans l'ensemble du système sportif canadien.

Le projet vise les entraîneurs, les soigneurs, les éducateurs, les professionnels de la santé, les leaders de la communauté, les parents et les athlètes. Nos efforts combinés contribueront à renforcer les capacités, à engager les communautés et leurs citoyens, ainsi qu'à former et entraîner ceux et celles qui offrent les programmes de sport au moyen d'activités qui mettent l'accent sur la prévention et le traitement des commotions cérébrales. Les partenaires sont :

Hockey Canada	<a href="http://www.hockeycanada.ca/commotions">www.hockeycanada.ca/commotions</a>
Parachute Canada	<a href="http://www.parachutecanada.org/actifs-et-en-securite">www.parachutecanada.org/actifs-et-en-securite</a>
Centre canadien pour l'éthique dans le sport	<a href="http://www.cces.ca/actifsetensecurite">www.cces.ca/actifsetensecurite</a>
Association canadienne des entraîneurs	<a href="http://www.coach.ca">www.coach.ca</a>

Le financement de ce projet a été rendu possible grâce à une contribution de l'Agence de santé publique du Canada. Les points de vue exprimés dans le présent document ne représentent pas nécessairement les vues de l'Agence de santé publique du Canada.