

Documentation pour une commotion cérébrale diagnostiquée

Stratégie de retour à l'école

Ce formulaire doit être utilisé par les parents/tuteurs et les écoles pour communiquer la progression du rétablissement d'un élève diagnostiqué avec une commotion cérébrale. Ce formulaire dûment rempli doit être photocopié et l'original doit être classé au dossier scolaire de l'élève. Remettez la copie au parent/tuteur.

Chaque étape de la **Stratégie de retour à l'école** doit durer au minimum 24 heures. **En cas de réapparition des symptômes ou si l'élève est incapable de tolérer les activités d'une étape, il doit retourner à l'étape précédente pour au moins 24 heures.** Il se peut que l'élève retourne plus d'une fois à l'étape précédente durant le processus de récupération.

Date de l'incident _____ Date du diagnostic _____

Repos

- Étape à effectuer à la maison.
- Le repos est pour une durée de 24 à 48 heures au maximum.
- **Le repos cognitif** signifie s'abstenir de toute activité qui nécessite de la concentration et de l'attention (ex. : lecture, messages textes, télévision, ordinateur, jeux vidéo ou électroniques).
- **Le repos physique** signifie s'abstenir de toute activité qui nécessite de l'effort physique (entraînement, sports, activités récréatives)
- **Le repos social** signifie limiter les visites sociales qui pourraient causer de l'anxiété, de la nervosité, de l'irritabilité, etc.
- Rappel : le parent/tuteur doit informer la direction de l'école des résultats de l'examen médical.
- Les symptômes de l'élève se sont suffisamment améliorés à l'intérieur d'une période de 24 heures. L'élève peut passer à l'étape A – Activités quotidiennes à la maison.*
- L'élève a été au repos pour un maximum de deux jours. L'élève peut passer à l'étape A – Activités quotidiennes à la maison.*

Date _____

ÉTAPE A - Activités quotidiennes à la maison

- L'élève peut augmenter graduellement la durée de l'activité cognitive jusqu'à 30 minutes. L'élève doit prendre des pauses au besoin. (p. ex. : lecture, mots croisés, bricolage, dessins, jeux de société, etc.)
- L'élève peut tolérer 30 minutes d'activité cognitive sans repos. L'élève peut passer à l'étape B – Travail scolaire à la maison.*

Date _____

ÉTAPE B – Travail scolaire à la maison

- Vous pouvez augmenter graduellement la durée et/ou le nombre d'activités cognitives en fonction de ce qui est toléré (ex. : 2 sessions de 30 minutes ou 4 sessions de 15 minutes).
- Le parent/tuteur doit communiquer avec le directeur de l'école/gestion des cas de commotion afin de discuter du plan de retour à l'école.
- L'élève peut retourner à l'école à temps partiel avec des accommodations et d'une durée de temps basée sur les symptômes. Suite à l'avis d'un professionnel de la santé, l'élève doit passer à l'étape C – Retour à l'école à temps partiel en tant qu'observateur.*
- L'élève peut retourner à l'école à temps partiel avec des accommodations et d'une durée de temps basée sur les symptômes. À moins d'en être avisé autrement, l'élève peut passer directement à l'étape D – Retour à l'école à temps partiel.*

Date _____

Remettre une copie de ce document au directeur de l'école/gestion des cas de commotion une fois que l'élève retourne à l'école.

Signature du parent/tuteur _____ Date _____

Étape C – Retour à l'école à temps partiel en tant qu'observateur

- L'élève peut retourner à l'école à temps partiel en tant qu'observateur.
 - En classe, l'élève a besoin d'une utilisation maximale des accommodations personnalisées qui permettront d'augmenter progressivement l'activité cognitive (ex. : éviter les espaces bruyants, modifier l'éclairage, répéter les consignes, etc.)
 - Pas de cours de musique, d'évaluation en salle de classe ou de devoirs à la maison.
- L'élève peut tolérer une demi-journée d'activités cognitives à l'école en tant qu'observateur pendant des sessions de 30-45 minutes. L'élève peut passer à l'étape 4 – Retour à l'école à temps partiel.*

Date _____

Étape D – Retour à l'école à temps partiel

- Une demi-journée à l'école avec réintroduction progressive des activités d'apprentissage.
 - L'élève a besoin d'une utilisation modérée des accommodations personnalisées de retour à l'apprentissage selon la tolérance (commencer avec des blocs de 45 minutes, réduire la charge de travail, allouer plus de temps pour accomplir les tâches, diviser la matière en plus courts segments).
 - Jusqu'à 30 minutes de devoirs par jour, selon la tolérance.
- L'élève peut tolérer des activités cognitives pendant des sessions de 45-60 minutes. Suite à l'avis d'un professionnel de la santé, l'élève doit passer à l'étape E – Élimination graduelle des accommodations.*
- L'élève peut tolérer des activités cognitives pendant des sessions de 45-60 minutes. À moins d'en être avisé autrement, l'élève peut passer directement à l'étape F – Retour à l'école à temps plein.*

Date _____

Étape E – Élimination graduelle des accommodations

- Pleine journée à l'école avec une utilisation minimale des accommodations personnalisées.
 - Les évaluations adaptées sont permises.
 - Prolongement des devoirs jusqu'à 1 heure par jour, selon la tolérance.
- L'élève peut tolérer l'école à temps plein avec une utilisation minimale des accommodations de retour à l'apprentissage. L'élève peut passer à l'étape F – Retour à l'école à temps plein.*

Date _____

Étape F – Retour à l'école à temps plein

- L'élève reprend les activités d'apprentissage normales à l'école, sans accommodations personnalisées.
- L'élève peut compléter une pleine charge de travail cognitif à l'école et à la maison. L'élève poursuivra ses efforts pour terminer les étapes restantes de la stratégie de retour au sport/activité physique.*

Date _____

CONFIRMATION DE LA SURVEILLANCE MÉDICALE

Comme parent/tuteur, je reconnais que mon enfant ne pourra pas participer pleinement au cours d'éducation physique, aux activités intramurales et/ou aux activités interscolaires régulières qui impliquent de l'entraînement avec contact ou du jeu sans contact sans aviser l'école au préalable du résultat de l'évaluation médicale.

Signature du parent/tuteur _____ Date _____