



## PLAN D'ACTION

POUR LA PRÉVENTION ET LA GESTION  
DES **COMMOTIONS CÉRÉBRALES**  
LIÉES À LA PRATIQUE D'ACTIVITÉS  
RÉCRÉATIVES ET SPORTIVES

### Publication réalisée par

le ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche

### Coordination et rédaction

Direction de la promotion de la sécurité  
Secteur du loisir et du sport

### Pour toute information

Renseignements généraux  
Direction des communications  
Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche  
1035, rue De La Chevrotière, 28<sup>e</sup> étage  
Québec (Québec) G1R 5A5  
Téléphone: 418 643-7095  
Ligne sans frais: 1 866 747-6626

Le présent document peut être consulté sur le site Web du Ministère :  
[www.education.gouv.qc.ca](http://www.education.gouv.qc.ca).

© Gouvernement du Québec  
Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, 2015  
ISBN 978-2-550-74243-2 (version imprimée)  
ISBN 978-2-550-74244-9 (PDF)

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2015

# INTRODUCTION

Le ministre de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche est chargé de veiller à ce que la sécurité et l'intégrité des personnes dans les sports soient assurées.

En ces matières, les interventions du ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche (MEESR) concernent l'ensemble de la population, mais plus directement les sportifs et les sportives, les adeptes des loisirs actifs, les intervenants et les intervenantes travaillant dans ces milieux ainsi que les organismes sportifs.

L'adoption de saines habitudes de vie et, plus particulièrement, d'un mode de vie physiquement actif a des effets salutaires sur la condition physique, la santé physique et mentale ainsi que sur la réussite scolaire. La pratique d'activités physiques et sportives est aussi associée à la persévérance scolaire, au bien-être et à une amélioration de la qualité de vie.

Toutefois, la pratique de certaines activités récréatives ou sportives comporte des risques plus élevés de subir une blessure, notamment une commotion cérébrale. Les nouvelles connaissances médicales au sujet de leurs répercussions sur la santé amènent le gouvernement à accroître ses efforts en matière de prévention et de gestion des commotions cérébrales dans le sport. Le Ministère a d'ailleurs créé le Groupe de travail sur les commotions cérébrales (GTCC) afin qu'il examine la question. Au cours de l'année 2015, le GTCC a remis au ministre son rapport final.

Le présent plan d'action est composé des dispositions que le gouvernement entend mettre en œuvre en collaboration étroite avec le MEESR et le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), ainsi que les acteurs concernés des milieux scolaire et sportif.

Les mesures contenues dans le plan visent une trentaine de sports où le risque de subir une commotion cérébrale est documenté ou appréhendé. Puisque le risque varie en fonction des types d'activités et du niveau de performance, les mesures peuvent être appliquées de façon modulée, à la suite de l'analyse de l'état de situation dans chaque sport. Ceux où l'on estime que le niveau de risque est plus élevé seront traités en priorité.

# AXE 1

## PRÉVENTION

Pour contribuer à la réduction du nombre de commotions cérébrales survenant dans le cadre d'activités récréatives et sportives, le ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche verra à réaliser les actions suivantes :

	MESURE	ACTEUR CONCERNÉ	ÉCHÉANCIER
1.1	Documenter la prévalence des commotions cérébrales ainsi que les circonstances dans lesquelles elles surviennent.	MEESR Fédérations sportives visées	Dès maintenant
1.2	Assurer un soutien technique et professionnel aux fédérations sportives dans l'analyse des éléments de prévention (environnement, encadrement, équipement et comportement).	MEESR Fédérations sportives	Dès maintenant
1.3	S'assurer que des sanctions sévères sont imposées aux personnes qui posent des gestes dangereux ou violents.	Fédérations sportives visées MEESR	Dès maintenant



**MESURE**

**ACTEUR  
CONCERNÉ**

**ÉCHÉANCIER**

**1.4**

Apporter les modifications requises aux règlements de sécurité et en assurer la concordance avec les règles de jeu en vigueur.

Les règlements de sécurité devront être approuvés par le ministre, comme le prévoit la Loi sur la sécurité dans les sports.

Fédérations sportives visées  
MEESR

Sports les plus à risque :  
Automne 2016

Autres sports :  
Automne 2017

**1.5**

Soutenir les fédérations sportives pour la désignation de ressources dans chaque équipe pour la surveillance, la détection et la gestion des commotions cérébrales.

MEESR  
Fédérations sportives

Hiver 2016

**1.6**

S'assurer que les athlètes apprennent mieux les techniques qui leur permettront de se protéger adéquatement dans les sports les plus à risque.

Fédérations sportives  
MEESR

Automne 2016

# AXE 2

## SENSIBILISATION

Pour renforcer la connaissance et la prise en considération des commotions cérébrales survenant dans le cadre d'activités récréatives et sportives, le ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche mettra en œuvre les mesures de sensibilisation suivantes :

	MESURE	PUBLIC	ÉCHÉANCIER
2.1	Organiser, en collaboration avec le ministère de la Santé et des Services sociaux, une campagne de sensibilisation sur la gestion efficace des commotions cérébrales.	Parents	Printemps 2016
2.2	Mettre en ligne, sur le site du ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, une section consacrée aux commotions cérébrales liées à la pratique d'activités récréatives et sportives.	Population	Dès maintenant
2.3	Produire un outil de sensibilisation expliquant pourquoi, dans le domaine du sport, les commotions cérébrales sont si préoccupantes.	Entraîneurs et entraîneuses, officiels et officielles, administrateurs et administratrices	Été 2016

**MESURE****PUBLIC****ÉCHÉANCIER****2.4**

Produire un outil de sensibilisation expliquant l'importance d'un retour progressif à l'apprentissage dans le cas des commotions cérébrales.

Directeurs et directrices d'établissements scolaires, éducateurs et éducatrices physiques et personnel enseignant

Été 2016

**2.5**

Produire un outil de sensibilisation insistant sur le rôle du parent dans la transmission de l'information à l'équipe sportive et à l'école en ce qui concerne les commotions cérébrales.

Parents

Été 2016

**2.6**

Produire un outil de sensibilisation permettant aux sportifs et aux sportives de reconnaître les symptômes d'une commotion cérébrale.

Sportifs et sportives

Été 2016

# AXE 3

## GESTION

Pour permettre le déploiement harmonisé des actions visant la prise en charge des commotions cérébrales survenant dans le cadre d'activités récréatives et sportives, le ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, avec le concours du ministère de la Santé et des Services sociaux, annonce les mesures de gestion suivantes :

	MESURE	ACTEUR CONCERNÉ	ÉCHÉANCIER
3.1	<p>Diffuser une directive initiale incitant minimalement à l'adoption des mesures suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• retirer immédiatement du jeu ou de l'entraînement toute personne que l'on croit avoir subi une commotion cérébrale;</li> <li>• interdire le retour au jeu ou à l'entraînement la même journée, même si les symptômes ont disparu;</li> <li>• ne pas laisser seule une personne que l'on croit avoir subi une commotion cérébrale;</li> <li>• informer le parent de tout incident laissant croire qu'une personne d'âge mineur pourrait avoir subi une commotion cérébrale.</li> </ul>	<p>Fédérations sportives</p> <p>MEESR</p>	<p>Dès maintenant</p>
3.2	<p>Constituer un groupe de concertation qui a pour mandat de favoriser le dialogue et la collaboration entre les divers secteurs d'intervention pour que puissent être élaborés un protocole de gestion des commotions cérébrales ainsi que les différents outils nécessaires à son utilisation.</p>	<p>MEESR</p> <p>Milieux sportif et scolaire</p> <p>MSSS</p>	<p>Dès maintenant</p>



**MESURE****ACTEUR  
CONCERNÉ****ÉCHÉANCIER****3.3**

Doter les organismes sportifs d'un protocole de gestion des commotions cérébrales.

MEESR  
MSSS  
Fédérations sportives

Printemps 2016

**3.4**

Prêter un concours technique et professionnel aux fédérations sportives ainsi qu'aux établissements scolaires pour l'implantation des outils de gestion dans leur réseau.

MEESR  
Fédérations sportives  
Milieu scolaire

Printemps 2016

**3.5**

Intégrer, dans le plan de travail de l'entente de complémentarité conclue entre le ministère de la Santé et des Services sociaux et le ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, des dispositions relatives aux commotions cérébrales.

MEESR  
MSSS

Printemps 2016

**3.6**

Veiller à ce qu'une personne responsable de l'application du Protocole de gestion des commotions cérébrales soit nommée dans chaque établissement scolaire.

MEESR  
Milieu scolaire

Printemps 2016

**3.7**

Élaborer et offrir un programme de formation à l'intention des ressources désignées pour prendre en charge la situation lorsque l'on croit qu'une personne a subi une commotion cérébrale.

MEESR  
Milieux sportif et scolaire  
MSSS

Printemps 2016





