

CLUB DE CURLING DE KAPUSKASING CURLING CLUB

68, chemin Brunelle Road North

Kapuskasing ON

P5N 2L8

Telephone / Téléphone (705-335-8842)

Internet : www.kapcurlingclub.ca / admin@kapcurlingclub.ca



COMMOTION CÉRÉBRALE : CODE DE CONDUITE POUR ATHLÈTES ET PARENTS/TUTEURS LÉGAUX (pour athlètes de moins de 18 ans)

J'aiderai à prévenir les commotions cérébrales en :

- Portant l'équipement approprié pour mon sport et le porter correctement.
- Développant mes compétences et ma force afin que je puisse participer au mieux de mes capacités.
- Respectant les règles de mon sport ou de mon activité.
- M'engageant au franc-jeu et au respect de tous (respect des autres athlètes, entraîneurs, entraîneurs d'équipe et officiels).

Je vais prendre soin de ma santé et de ma sécurité en prenant les commotions cérébrales au sérieux, et je comprends que :

- Une commotion cérébrale est une lésion cérébrale qui peut avoir des effets à court et à long terme.
- Un coup à la tête, au visage ou au cou, ou un coup au corps qui fait bouger le cerveau à l'intérieur du crâne peut provoquer une commotion cérébrale.
- Je n'ai pas besoin de perdre connaissance pour avoir eu une commotion cérébrale.
- Je m'engage à reconnaître et à signaler les commotions cérébrales, y compris l'autodéclaration des commotions cérébrales possibles et à les signaler à une personne désignée lorsque je soupçonne qu'une autre personne peut avoir subi une commotion cérébrale. (Signification : Si je pense que je pourrais avoir une commotion cérébrale, je devrais **immédiatement** cesser de participer à un entraînement, à une pratique ou à une compétition, ou dire à un adulte si je pense qu'un autre athlète a une commotion cérébrale).
- Continuer à participer à une formation continue, à la pratique ou à la compétition avec une commotion cérébrale possible augmente mon risque de symptômes plus graves et plus durables et augmente mon risque d'autres blessures.