

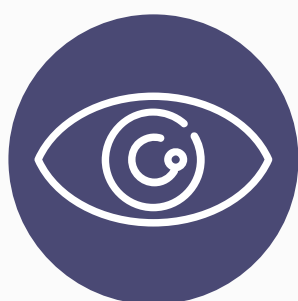
PROGRAMME DE RETOUR EN CLASSE ET PROGRAMME DE BASE LARGI

COMMOTION CÉRÉBRALE ET VISION



COMMOTION CÉRÉBRALE

Une commotion cérébrale est une blessure au cerveau qui entraîne une secousse ou un battage soudain à l'intérieur de la boîte crânienne.



SYMPTÔMES VISUELS

Une commotion cérébrale a des conséquences sur la vision, telles qu'une vision embrouillée, des mouvements involontaires des yeux, la sensibilité à la lumière, etc. Ces symptômes peuvent être difficiles à percevoir chez les athlètes présentant déjà ce genre de symptômes à cause de leur handicap visuel.

VOUS AVEZ UNE COMMOTION CÉRÉBRALE? QUELLES SONT LES ÉVALUATIONS OFFERTES?

Les élèves aveugles ou malvoyants peuvent profiter d'une réhabilitation supplémentaire telle que :

- Évaluation de l'orientation et de la mobilité
- Évaluation de la vision fonctionnelle
- Thérapie de la vision
- Évaluation vestibulaire et oculomotrice

Assurez-vous que les évaluations sont effectuées par un professionnel accrédité

QUAND PUIS-JE ENTREPRENDRE UN RETOUR EN CLASSE?



CONSEILS DU MÉDECIN

Il est important de respecter le protocole de retour en classe selon les instructions du professionnel de la santé qui traite votre commotion cérébrale



PÉRIODE DE REPOS INITIALE

Il faut d'abord respecter une période de repos initiale de 48 heures afin que votre cerveau puisse se reposer avant que vous ne repreniez vos activités



QU'EST-CE QUE LE PBE?

Le PBE est une série de concepts et d'habiletés spécialisés enseignés aux élèves ayant un handicap visuel par des enseignants travaillant avec des élèves ayant des handicaps visuels.



DOMAINES D'INTERVENTION DU PBE

Le PBE propose 9 domaines d'intervention pour compenser les occasions réduites d'apprentissage accessoire associées à un handicap visuel complet ou partiel

Le guide ci-dessous indique les symptômes de commotion cérébrale pouvant être constatés et les modifications possibles à apporter pour chaque élément

1

HABILETÉS D'INTERACTION SOCIALE

SYMPTÔMES D'UNE COMMOTION CÉRÉBRALE

Difficulté à se concentrer ou à se rappeler, se sentir émotif ou irritable, répondre de manière inappropriée, débordement sensoriel

MODIFICATIONS POSSIBLES

Vérification de routine, éviter la lumière vive/reflets, utiliser un casque d'écoute qui élimine le bruit, éviter les environnements offrant trop de stimulation, travailler en plus petits groupes

2

HABILETÉS DE LOISIRS

SYMPTÔMES D'UNE COMMOTION CÉRÉBRALE

Vérification de routine, éviter la lumière vive/reflets, utiliser un casque d'écoute qui élimine le bruit, éviter les environnements offrant trop de stimulation, travailler en plus petits groupes

MODIFICATIONS POSSIBLES

Adapter la lumière et le bruit, prévoir une autre activité, éviter les environnements offrant trop de stimulation

3

HABILETÉS D'EFFICACITÉ SENSORIELLE

SYMPTÔMES D'UNE COMMOTION CÉRÉBRALE

Sensibilité accrue à la lumière, aux sons et aux odeurs, maux de tête, nausées, étourdissements, irritabilité, confusion, problèmes d'équilibre, désorientation, difficulté à se rappeler, vision fonctionnelle réduite

MODIFICATIONS POSSIBLES

Adapter l'imprimerie et la technologie, réduire la tâche en éléments plus petits, proposer un autre espace de travail, adapter la lumière et le bruit

4

HABILETÉS COMPENSATOIRES

SYMPTÔMES D'UNE COMMOTION CÉRÉBRALE

Difficulté à se concentrer, à se rappeler et à effectuer plusieurs choses à la fois, prendre du retard dans son travail scolaire, devenir facilement dépassé, angoisse, fatigue ou faible niveau d'énergie, manque de motivation

MODIFICATIONS POSSIBLES

Adapter la lumière et le bruit, réduire la durée ou l'intensité de la tâche, soutien grâce à des activités exigeant de la planification et de l'organisation

5

HABILETÉS D'ACCÈS À LA TECHNOLOGIE

SYMPTÔMES D'UNE COMMOTION CÉRÉBRALE

Maux de tête, étourdissements, fatigue oculaire, difficulté d'organisation et de fonctionnement exécutif (planification, réflexion critique), débordement sensoriel

MODIFICATIONS POSSIBLES

Adapter la lumière et le bruit, adapter la technologie (lumière bleue, brillance, réglages d'accès), réduction de la durée et de l'intensité de la tâche

6

HABILETÉS D'ORIENTATION ET DE MOBILITÉ

SYMPTÔMES D'UNE COMMOTION CÉRÉBRALE

Angoisse, problèmes d'équilibre, étourdissements, maladresse accrue ou difficulté d'orientation spatiale, changements dans la démarche/stabilité, vision fonctionnelle réduite, difficulté à se rappeler et à distinguer les sons

MODIFICATIONS POSSIBLES

Recours à un guide voyant et voyager avec un pair, adapter la lumière et le bruit, créer un plan de relèvement pour les moments où l'élève éprouve des difficultés lorsqu'il voyage seul, utiliser une carte tactile

7

HABILETÉS D'AUTODÉTERMINATION

SYMPTÔMES D'UNE COMMOTION CÉRÉBRALE

Manque de motivation ou sentiment d'isolement, sentiments de deuil et de conscience de soi, tristesse ou colère, difficulté à se concentrer ou à se rappeler, angoisse

MODIFICATIONS POSSIBLES

Avoir un système de soutien en place, utiliser des techniques de conscience de soi pour réduire l'angoisse, encourager l'élève à expliquer ses symptômes et ce dont il a besoin

8

HABILETÉS À VIVRE DE FAÇON AUTONOME

SYMPTÔMES D'UNE COMMOTION CÉRÉBRALE

Angoisse, difficulté d'organisation et de fonctionnement exécutif (planification, réflexion critique), irritabilité, manque de motivation, sentiment de deuil, difficulté à dormir, épuisement psychologique et physique

MODIFICATIONS POSSIBLES

Établir un rythme convenable pour les activités, créer des listes ou des rappels des habitudes quotidiennes, avoir un système de soutien en place, utiliser des techniques de conscience de soi pour réduire l'angoisse

9

HABILETÉS DE CARRIÈRE ET PROFESSIONNELLES

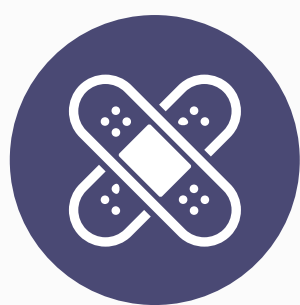
SYMPTÔMES D'UNE COMMOTION CÉRÉBRALE

Difficulté à se concentrer, à se rappeler et à effectuer plusieurs choses à la fois, irritabilité, angoisse, fatigue ou faible niveau d'énergie, difficulté d'organisation et de prise de décision, se sentir dépassé

MODIFICATIONS POSSIBLES

Établir des attentes saines et réalistes, prévoir un autre espace de travail, adapter la lumière et le bruit, diviser la tâche en éléments plus petits

EXAMINER



LE RÉTABLISSEMENT

Chacun se remet différemment d'une commotion cérébrale. Ce qui fonctionne pour un élève pourrait ne pas fonctionner pour un autre élève. Soyez patient et soyez à l'écoute des besoins de tous les élèves.

POUR EN SAVOIR PLUS :

- Pour plus de directives et de protocoles sur les commotions cérébrales, rendez-vous sur le site parachute.ca
- Pour plus d'informations sur les commotions cérébrales, rendez-vous sur le site catonline.com.
- Pour plus de renseignements sur les athlètes aveugles ou malvoyants, rendez-vous sur le site Canadianblindsports.ca
- Pour plus de renseignements sur le PBE et les élèves ayant un handicap visuel, rendez-vous sur le site prcvi.org