

Plan de retour à l'école: informations pour les parents et personnes tutrices

Ce modèle a pour but de fournir des renseignements aux parents et personnes tutrices afin de les aider à comprendre le plan de retour à l'école et leur rôle dans la réussite de leur enfant/pupille.

Le **plan de retour à l'école** vise à encadrer le retour individuel et progressif aux études (RAE) et à l'activité physique (RAAP) de l'élève. Il ne remplace pas les conseils d'ordre médical.

1. Comment puis-je suivre les progrès de mon enfant/pupille dans le cadre du plan de retour à l'école?

Utilisez le formulaire approuvé par le conseil scolaire ou le [Modèle de plan de retour à l'école – formulaire pour les étapes 1 à 3](#) et le [Modèle de plan de retour à l'école – formulaire pour les étapes 4 à 6](#) pour suivre les progrès. Ces outils fournissent des renseignements sur les éléments suivants :

- les activités autorisées à chaque **étape du RAE** et du **RAAP**;
- le moment où l'enfant peut passer à l'étape suivante;
- le moment où une autorisation médicale est nécessaire.

2. Combien de temps doit être passé à chaque étape par mon enfant/pupille?

La progression à chaque étape est individuelle. Bien que chaque étape doive durer au moins 24 heures, le temps nécessaire à chaque étape varie en fonction de la gravité de la commotion cérébrale et des progrès de l'élève.

- **L'étape 1 (Activités de la vie quotidienne et repos relatif)** est la même pour le **retour aux études** et le **retour à l'activité physique**. Elle doit commencer en même temps dans les deux cas et ne devrait pas durer plus d'un ou deux jours.

- Il est courant et normal que la progression vers les autres étapes du RAE et du RAAP se fasse à des rythmes différents.

3. Que dois-je faire si les symptômes de mon enfant/pupille réapparaissent ou s'aggravent?

Au cours des étapes 1 à 3 (avant l'autorisation médicale) :

- Il est courant et normal que les symptômes de l'élève **réapparaissent ou s'aggravent légèrement et brièvement**, à condition qu'ils ne durent pas plus d'une heure et que l'élève puisse les tolérer.
- Si les symptômes durent plus d'une heure ou si l'élève ne peut pas les tolérer, alors :
 - Pour **le retour aux études** : l'élève doit faire une pause et les activités doivent être adaptées.
 - Pour **le retour à l'activité physique** : l'élève doit arrêter l'activité et réessayer le lendemain à la même étape.

Au cours des étapes 4 à 6 (après autorisation médicale) : Les symptômes liés à la commotion cérébrale ne doivent pas réapparaître. Le cas échéant, l'élève doit revenir à **l'étape 3 du retour à l'activité physique** (c'est-à-dire éviter toute activité qui l'expose à un risque de chute ou à un autre choc à la tête, au cou ou au corps) et se faire réévaluer par un médecin ou un membre du personnel infirmier praticien.

4. À quel moment le retour à l'école est-il possible pour mon enfant/pupille?

Après **l'étape 1**, l'élève doit **retourner à l'école** dès qu'il lui est possible de tolérer l'environnement scolaire, même si des symptômes sont toujours présents. (Cela peut être dès **l'étape 2** et ne doit pas être plus tard que **l'étape 3**.)

5. What do I do when my child/ward is ready to return to school?

Lorsque votre enfant/pupille peut retourner à l'école, communiquez-le à la direction de l'école ou à la personne désignée. Vous pouvez le faire à l'aide d'un formulaire approuvé par l'école ou en utilisant le **Modèle de plan de retour à l'école – formulaire pour les étapes 1 à 3**. La direction de l'école ou à la personne désignée organisera une réunion visant à faciliter la transition de l'élève vers le retour à l'école. Cette réunion rassemble souvent des membres du personnel scolaire, les parents ou personnes tutrices, l'élève (le cas

échéant) et d'autres personnes si nécessaire.

Remarque : une autorisation médicale n'est pas requise pour que votre enfant/pupille puisse retourner à l'école.

6. Une fois que mon enfant/pupille aura repris l'école, comment saurai-je qu'il lui est possible de passer à l'étape suivante du plan de retour aux études et de retour à l'activité physique?

À chaque étape, les parents ou personnes tutrices et l'école (membre du personnel enseignant/personnel enseignant désigné) suivront les progrès de l'élève. Lorsque votre enfant/pupille est en mesure de passer à l'étape suivante, vous (parents/personnes tutrices) ou l'école (personnel enseignant/personnel désigné) devez communiquer que l'enfant peut passer à l'étape suivante (à l'aide du formulaire approuvé par le conseil scolaire ou du Modèle de plan de retour à l'école – formulaire pour les étapes 1 à 3 et du Modèle de plan de retour à l'école – formulaire pour les étapes 4 à 6).

7. À quel moment faut-il que mon enfant/pupille obtienne une autorisation médicale?

Votre enfant/pupille continue de progresser à **l'étape 3** jusqu'à ce que :

- plus aucun symptôme lié à la commotion cérébrale ne soit ressenti au repos et à l'effort physique maximal;
- les étapes du plan du **retour aux études** soient terminées.

Pour passer à **l'étape 4 du RAAP**, une autorisation médicale écrite d'un médecin ou d'un membre du personnel infirmier praticien est requise (par exemple, le formulaire approuvé par le conseil scolaire ou le Modèle de formulaire d'autorisation médicale à la suite d'une commotion cérébrale).

8. Que dois-je faire si mon enfant/pupille présente des symptômes de commotion cérébrale après avoir obtenu une autorisation médicale?

Si votre enfant/pupille présente des symptômes de commotion cérébrale après avoir reçu une autorisation médicale :

- **Pour le RAE** : Vous devez demander une réévaluation médicale.

- **Pour le RAAP** : Votre enfant/pupille doit retourner à **l'étape 3 du RAAP** jusqu'à ce que les symptômes disparaissent. Votre enfant/pupille devra se faire réévaluer par un médecin ou un membre du personnel infirmier praticien avant de passer à **l'étape 4 du RAAP**.

9. À quel moment les plans de retour aux études et de retour à l'activité physique de mon enfant/pupille sont-ils terminés?

Votre enfant/pupille terminera ses **plans de RAE** et de **RAAP** après avoir accompli avec succès :

- **L'étape 4 du RAE** : Si l'élève ne participe à aucune activité physique à l'école. Remarque : Il n'est pas nécessaire de suivre les étapes du RAAP.
- **L'étape 4 du RAE et l'étape 5 du RAAP** : Si l'élève participe seulement à des activités physiques scolaires et intra-muros.
- **L'étape 4 du RAE et l'étape 6 du RAAP** : Si l'élève participe à des activités sportives interscolaires.