

thinkfirst



pensez d'abord
CANADA
thinkfirst.ca

Ondes Cérébrales

PENSEZ D'ABORD CANADA

Une oeuvre de bienfaisance consacrée à la prévention des traumatismes crâniens et médullaires

TD Pensez d'Abord les enfants

Nous sommes ravis de constater qu'un si grand nombre d'écoles, d'un océan à l'autre, ont permis la diffusion en salle de classe des renseignements vitaux sur la prévention des traumatismes de Pensez d'Abord Canada. **TD Pensez d'Abord les enfants** reste le plus ancien et le plus primé des programmes axés sur l'école

à l'intention des élèves de la maternelle à la 8^e année. Le programme enseigne aux écoliers à penser *d'abord* et à jouer en toute sécurité afin d'éviter les traumatismes crâniens et médullaires. En établissant des liens entre la neuroanatomie fondamentale et des leçons relatives à la sécurité en véhicule, à pied, en vélo ou sur le terrain de jeu, TD Pensez d'Abord les enfants enseigne aux élèves l'importance de la pensée critique et de la gestion des risques. En 2011, déclarée année mondiale de la sécurité routière, ces leçons deviendront d'autant plus pertinentes.

Grâce à ce programme, les écoliers se sentent prédisposés à se servir de leur matière grise pour protéger leur corps tout en approfondissant les conséquences désastreuses que peut entraîner un traumatisme crânien et un traumatisme médullaire sur la vie d'une personne, de sa famille et de sa collectivité.



C'est avec joie que TD et Pensez d'Abord présentent le concours Je pense d'abord... Dans le cadre de notre partenariat de longue date avec TD, nous avons pu promouvoir la sécurité de l'enfant un peu partout au Canada grâce à la diffusion de notre programme axé sur l'école. En nous fondant sur la connaissance qu'ont les élèves du TD Pensez d'Abord les enfants, nous aimerions inviter les jeunes des quatre coins du Canada à nous confier les raisons pour lesquelles ils *pensent d'abord*.

Nous invitons les élèves et les étudiants (des Canadiens âgés de moins de 18 ans) à soumettre des projets d'activité créative leur permettant, en leurs propres mots, d'expliquer de quelle façon et pour quelles raisons ils *pensent d'abord*. Ces projets artistiques peuvent prendre la forme de photographies, de peintures, de vidéos, de poèmes, d'affiches, d'histoires courtes, de chansons ou de collages. Ces

témoignages sous la forme de projets d'activité créative illustreront on ne peut mieux l'importance de la prévention des traumatismes crâniens et médullaires qui prendra la vedette sur le site Web de Pensez d'Abord, sur des sites de réseaux sociaux pour les élèves du secondaire et dans des communiqués de presse. Par exemple, les étudiants pourront soumettre des vidéoclips illustrant l'utilisation appropriée d'un casque protecteur tel qu'énoncé dans les plans de leçon de TD Pensez d'Abord les enfants.

En soumettant un projet d'activité créative, les participants courent la chance de se mériter des casques pour eux-mêmes ou pour tous les élèves de

leur classe. Nous croyons que cette campagne de sensibilisation et ce concours aideront à faire en sorte qu'aux yeux des Canadiens, les blessures infligées aux enfants redeviennent une préoccupation de premier ordre. Ce concours vise à favoriser l'adoption de saines et actives habitudes de vie tout en servant de contexte apte à renseigner les enfants, les familles et les collectivités sur la participation en toute sécurité aux activités récréatives et sportives, comme en ce qui a trait au port du casque. Tapez <http://thinkfirst.ca/thinkfirst/index.aspx> pour obtenir les détails du concours.

Annonce du concours: Je pense d'abord!

ThinkFirst Canada / Pensez d'Abord Canada

750 Dundas Street West, bureau 3-314, Toronto (ON) M6J 3S3 Téléphone : 1-800-335-6076 Téléc. : 416-603-7795 thinkfirst.ca
No d'enregistrement d'organisme de bienfaisance : 13927-4302-RR0001

“ Je pense d’abord!” annonce du concours



Soumettez votre :

- image
- vidéo
- poème
- courte histoire
- photographie
- chanson ou musique
- affiche
- collage

Chez Pensez d’Abord Canada, nous sommes emballés de constater que TD Pensez d’Abord les enfants a fait sa marque dans les écoles un peu partout au Canada. Nous voulons savoir ce que vous faites pour demeurer en sécurité.

Dites-nous comment vous pensez d’abord à l’école, à la maison et sur la route.

Envoyez-nous vos projets créatifs et vous pourriez gagner des casques pour l’ensemble des élèves de votre classe.

Visitez pensezdabord.ca pour règlements officiels.



Un message de la directrice administrative



Code de la sécurité routière et à respecter les usagers de la route vulnérables.

Notre vision se résume à aider chaque enfant et famille à mettre au point et à conserver de saines habitudes en matière de sécurité qui minimiseront chez eux le risque d'être blessé, y compris de subir un grave traumatisme crânien ou médullaire. Chez Pensez d'Abord Canada, nous croyons que la prévention constitue la meilleure forme de défense contre les traumatismes. Mais cela n'est pas synonyme d'hibernation. **Cela signifie opter pour des moyens de transport sains et actifs, incluant l'obtention d'une formation, le port du matériel et le fait de faire preuve de sagesse pour naviguer entre les risques.**

Les élèves exposés au programme TD Pensez d'Abord les enfants se trouvent habilités à utiliser leur tête pour protéger leur corps, tout en devenant conscients des terribles conséquences vitales occasionnées par de graves traumatismes crâniens et médullaires sur la vie d'une personne, sur sa famille et sur sa collectivité. Nous nous

efforçons de rendre amusant et significatif l'apprentissage de TD Pensez d'Abord les enfants. Voilà pourquoi une composante de ce programme éducatif suppose la participation des parents et des fournisseurs de soins. En aidant les enfants à rester en sécurité et à sopeser leur mise en application des renseignements relatifs à la sécurité, vous contribuerez à vous assurer que votre enfant développe de saines habitudes qu'il conservera toute sa vie. La diffusion de ce programme est rendue possible par le généreux soutien accordé par le Groupe financier Banque TD. Pour en apprendre davantage au sujet de notre vision, de nos programmes et de nos activités communautaires dans votre région, veuillez visiter notre site Web en tapant thinkfirst.ca.

Rebecca Nesdale-Tucker, B.A., M.S.W.
Directrice administrative, Pensez d'Abord

Au Canada, il y a épidémie de traumatismes, la principale cause de décès des jeunes gens. De surcroît, la recherche nous indique que jusqu'à 90 % des blessures sont prévisibles et évitables. Au-delà des coûts élevés que cela occasionne à nos systèmes de soins de santé et de services sociaux, le fardeau émotionnel que cela impose aux familles demeure incommensurable. Les incidents associés au transport restent la principale cause des décès attribuables à des traumatismes chez les enfants et les jeunes. Le traumatisme crânien majeur se présente comme la cause la plus fréquente des décès inhérents aux accidents de la route. **Un traumatisme crânien peut modifier de façon permanente la façon dont un enfant ou un adulte parle, marche, apprend, travaille et interagit avec les autres.**

2011 a été déclarée l'Année mondiale de la sécurité routière et nous encourageons les Canadiens à souscrire aux règles du

Personnel de Pensez d'Abord Canada

Greer Brabazon	Assistant Program Coordinator
Deirdre Dimitroff	National Program Coordinator
Midori Miyamoto	Manager, Communications & Administration
Rebecca Nesdale-Tucker	Executive Director
Paula Tymchyshyn	National Program Coordinator
Amy Wang	Bookkeeper

Pour obtenir des renseignements sur nos sections et les membres du conseil, tapez thinkfirst.ca.

NOUS REMERCIONS TOUS NOS SYMPATISANTS, INCLUANT :

Groupe financier Banque TD
Fondation Krembil
Fondation Foster Hewitt
Hockey Canada
Compagnie pétrolière Impériale Itée
Fondation Medtronic
Fondation MLSE Team Up
Fondation ontarienne de neurotraumatologie
Dr. Pashby Sports Safety Fund
Reebok – CCM
Œuvre des manoirs Ronald McDonald
Tridel
Banque Scotia

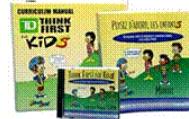
Un merci tout particulier à M. Fred Roberts, directeur artistique chez McDonnell Haynes, pour le nouveau visage d'Ondes cérébrales.

Le programme TD Pensez d'Abord les enfants, axé sur le programme d'enseignement, a connu une forte réussite au niveau de sa diffusion un peu partout au pays. Les enseignants, les travailleurs du domaine de la santé publique et les autres organismes de prévention continuent de solliciter la ressource et de nous présenter des commentaires positifs.

Par exemple, plus de cent ensembles de programmes bilingues ont été mis à la poste au cours du dernier mois et notre message de prévention des blessures continue de s'accroître. De Fort St. James en Colombie-Britannique à Charlottetown à l'Î.-P.-É., les enfants, tout comme leurs enthousiastes directeurs d'école, professeurs et parents, apprécient la mise en lumière interactive qu'offre le programme...

«Ce programme est vraiment formidable. Lorsque j'ai effectué la présentation, j'ai obtenu une réaction extrêmement positive

TD Pensez d'Abord les enfants— diffusion



de la part des élèves. Les activités se sont déroulées à merveille et les enfants ont adoré la vidéo. De plus, je veux souligner le soutien obtenu des autres enseignants et du directeur de l'école; non seulement ont-ils adoré voir les enfants s'efforcer de participer mais, en outre, ils ont activement soutenu le programme ».

- M.C., Northern Brain Injury Association

Veillez nous faire connaître les résultats obtenus dans votre région.

Restez à l'écoute...

Dans le cadre du programme TD Pensez d'Abord les enfants, nous travaillons avec

des travailleurs d'approche en santé publique et des groupes de soutien axés sur les besoins des enfants pour créer un guide de trucs utiles TD Pensez d'Abord les enfants. Celui-ci accompagnera tous les ensembles du programme, peu importe le groupe d'âges, à titre d'aide-mémoire permettant facilement d'établir un lien avec les leçons primordiales et les activités à succès à l'intention des utilisateurs, de telle sorte que les éléments principaux du programme coïncident avec les besoins et les objectifs du groupe visé. Le guide des trucs utiles aidera tant les enseignants que les organismes à inciter les enfants de leurs collectivités à *penser d'abord*, à demeurer en sécurité et à s'amuser.

Pour commander votre trousse TD Pensez d'Abord les enfants...

Les agences de santé publique et les enseignants peuvent se procurer sans frais le programme TD Pensez d'Abord les enfants. Pour commander votre exemplaire, veuillez nous rendre visite en ligne ou communiquer avec nous en tapant admin@thinkfirst.ca.

Voici certaines autres ressources que vous pouvez vous procurer :

- Le DVD Du hockey intelligent
- Le DVD Observe, relaxe, respecte: Pensez d'Abord
- Du soccer intelligent: guide d'information
- Les casques pour oeufs
- Le moule de cerveau en gélatine
- Les fiches d'ajustement du casque 2V1
- Quel casque pour quel sport
- Les cartes postales – "Think about all

- that goes into a helmet"
- Des autocollants
- Des tatouages à sec
- Des affiches de taille moyenne (30,5 cm x 45,7 cm)
- Des affiches de grande taille (45,7 cm x 61 cm)

Suivez-nous!

Ayant à cœur de tenir nos étoiles, nos sympathisants, nos donateurs et nos adeptes du Penser d'abord au courant des plus récentes réalisations chez Pensez d'Abord, nous avons ouvert un canal de communication sur YouTube et avons joint les rangs des « journalistes » de Twitter. Si vous souhaitez être de la fête, lire ou

consulter des mises à jour sur ce qui se passe dans l'univers de la prévention des blessures, tapez <http://www.youtube.com/user/ThinkFirstCa> pour vous brancher à notre canal YouTube ou <http://twitter.com/ThinkFirstCa> pour participer à notre « gazouillement » collectif. Vous n'avez pas le temps de visiter notre page Web au jour le jour? Alors, Twitter est la solution qu'il vous faut. Vous ne recevrez en temps réel que des nouvelles sur les renseignements

les plus récents. Vous souhaitez un environnement un peu plus visuel? Alors, vous adorerez les babillards vidéo accessibles par l'entremise de notre compte YouTube. N'oubliez pas, il n'est jamais trop tard pour vous joindre aux réseaux sociaux, il vous suffit d'en parler à vos petits-enfants. Faites-nous part de vos commentaires sur ces sites à l'adresse national@thinkfirst.ca.



TD Pensez d'Abord les Enfants: Mise à jour du contenu

À la fin de 2008, grâce au généreux financement consenti par le groupe financier Banque TD, le contenu des manuels Visionnaires de TD Pensez d'Abord les enfants de maternelle et Découvreurs pour ceux de 1^{ère}, 2^e et 3^e années, ont fait l'objet d'une mise à jour afin de tenir compte des changements apportés au Canada aux dispositions législatives relatives aux sièges d'appoint. Après des années de pression exercées par Pensez d'Abord Canada et par nos collègues en matière de prévention des blessures, un raz-de-marée de changements législatifs est finalement intervenu qui a

considérablement modifié le paysage de plusieurs enjeux relatifs à la prévention des traumatismes. Parmi ceux-ci, notons tout particulièrement les nouvelles lois adoptées sur les sièges d'appoint dans des provinces à l'échelle du Canada, incluant la Colombie-Britannique, l'Ontario, le Québec, Terre-Neuve et Labrador, le Nouveau-Brunswick, la Nouvelle-Écosse et l'Île-du-Prince-Édouard. Les lois provinciales rendent les sièges d'appoint obligatoires pour les enfants d'âge scolaire qui sont rendus trop grands pour leur siège d'auto mais qui demeurent insuffisamment protégés lorsqu'ils ne sont retenus que par leur ceinture de sécurité. Tant notre programme pour la maternelle que celui pour le premier cycle du primaire comportent maintenant des renseignements sur les sièges

d'appoint; en outre, nous avons aussi rafraîchi les pratiques exemplaires entourant la sécurité sur les terrains de jeux et nous avons amélioré le programme en ajoutant une nouvelle unité éducative sur la sécurité en vélo au programme éducatif en maternelle intitulé « Les têtes dures ». C'est avec joie que Pensez d'Abord annonce que des versions sur cédérom, contenant les mises à jour sur les changements législatifs, ont été distribuées à toutes les écoles et à tous les services de santé publique qui ont commandé la ressource au cours de 2007 et 2008, afin de s'assurer qu'ils disposent de l'information la plus à jour qui soit. Pour des renseignements importants concernant les changements apportés au programme, veuillez poursuivre votre lecture.

Pourquoi des sièges d'appoint / d'auto et pas seulement des ceintures de sécurité?

- Les sièges d'auto peuvent diminuer, dans une proportion de 71 %, le risque de décès pour les nourrissons de moins d'un an et de 54 % pour les enfants âgés d'un à quatre ans.
- Les sièges d'auto diminuent, dans une proportion de 67 %, le risque d'une hospitalisation chez les enfants âgés de quatre ans ou moins au moment d'un impact ou d'une collision.
- Les sièges d'appoint offrent une protection qui est supérieure à 59 % à celle fournie uniquement par les ceintures de sécurité.
- Les sièges d'auto doivent en tout temps être installés convenablement et utilisés correctement : selon les évaluations, 44 à 81 % des sièges d'appoint / d'auto ne seraient pas correctement utilisés, ce qui expose les enfants à des dangers.

À quel moment faut-il fournir un siège d'appoint à un enfant?

À quel moment faut-il fournir un siège d'appoint à un enfant?

- Lorsque le poids ou la taille d'un enfant excède la limite de son siège d'auto faisant face vers l'avant.
- Lorsqu'un enfant atteint un poids d'au moins 18 kg (40 lb).
- Jusqu'à ce que la ceinture de sécurité convienne correctement à un enfant, soit vers l'âge de neuf ans.

Exemples de dispositions législatives

Mesure législative sur le siège d'appoint de la Nouvelle-Écosse

À compter du 1^{er} janvier 2007, les enfants de plus de 18 kg (40 lb) doivent occuper un siège d'appoint en déplacement et ce, jusqu'à ce qu'ils soient âgés de neuf ans OU jusqu'à ce que leur taille atteigne 145 cm (4 pi 9 po). Pour plus de renseignements sur cette loi, veuillez taper http://www.gov.ns.ca/tran/roadsafety/brochure/road_safety-fr.pdf.

Mesure législative sur le siège d'appoint de la Colombie-Britannique

À compter du 1^{er} juillet 2008, les enfants doivent occuper un siège d'appoint en déplacement jusqu'à ce qu'ils soient au moins âgés de neuf ans OU jusqu'à ce que leur taille atteigne 145 cm (4 pi 9 po).

Pour plus de renseignements sur les sièges d'appoint :

AORP : www.boosterseats.ca (anglais seulement);
NITSA (É.-U.) : <http://www.nhtsa.dot.gov/> (anglais seulement);
PCPO : <http://www.ccmta.ca/french/committees/rsrp/norp/norp.cfm>.
SJC : www.safekidsCanada.ca.
Transports Canada : <http://www.tc.gc.ca/fral/securiteroutiere/conducteurssecuiritaires-securitedesenfants-voiture-en-voiture-phase3-231.htm>.

La sécurité sur le terrain de jeu

Pour jouer en toute sécurité sur les structures de jeux, on devrait **enlever** les lacets de serrage des vêtements des enfants. Ce faisant, on diminue le danger de strangulation.

Aucun casque ne devrait jamais être porté sur les structures de jeu étant donné qu'il peut se retrouver matériellement coincé ce

qui fait courir un risque de strangulation aux enfants.

La recherche nous démontre que, si nous voulons promouvoir la sécurité de l'enfant, les terrains de jeux devraient être construits et entretenus conformément à la norme nationale rendue publique par l'Association canadienne de normalisation. Parmi les

principales caractéristiques, on retrouve la prévention des chutes et l'adoption de surfaces molles (comme la poudrette de caoutchouc, le sable ou les copeaux de bois) comme amortisseurs en cas de chute.

Les enfants devraient utiliser une structure convenant à leur groupe d'âges. Pour obtenir des renseignements sur les normes de l'ACNOR, veuillez taper www.csa.ca.

Les têtes dures

L'unité éducative « Les têtes dures » s'apparente à un « enrichissement » du volet Visionnaires de la maternelle du programme TD Pensez d'Abord les enfants, apporté par le *Island Network for Injury prevention* et ThinkFirst Î.-P.-É. Ce programme sur la sécurité offerte par le casque de vélo enseigne aux jeunes l'importance qu'il y a à se protéger la tête en vélo. Selon les données, chaque année, 50 000 enfants sont blessés lors d'incidents à vélo. Voici maintenant la bonne nouvelle : **les casques de vélo, lorsqu'ils sont utilisés convenablement, peuvent empêcher jusqu'à 88 % des traumatismes crâniens.**

L'objectif visé par le programme « Les têtes dures » consiste à renseigner les écoliers de la maternelle sur l'importance du cerveau et de la moelle épinière, tout en leur apprenant les principes relatifs au fait de Pensez d'Abord lorsqu'ils font du vélo. Ces leçons aident les enfants à développer des habitudes positives en matière de sécurité qu'ils cultiveront durant toute leur vie.

Présenté à plus de 1 200 écoliers de l'Île-du-Prince-Édouard par des enseignants à la maternelle depuis son lancement en 2005,



le programme « Les têtes dures » a récemment été évalué dans le cadre d'une étude de recherche dirigée par le Dr Michael Cusimano de l'Hôpital St. Michael's de Toronto. Dans le cadre de cette étude, on a découvert que les connaissances augmentaient substantiellement entre les tests antérieurs et ceux effectués immédiatement à la suite de la dispensation du programme, et que ces connaissances demeuraient présentes durant au moins un mois suivant l'enseignement. Les conclusions de cette recherche ont été

présentées lors de congrès canadiens et internationaux sur la prévention des blessures.

Grâce à une diffusion nationale, Pensez d'Abord multiplier les possibilités d'évaluation du programme « Les têtes dures ». Cela permettra à Pensez d'Abord d'acquérir de précieuses connaissances perceptuelles sur les modalités d'utilisation du programme, ce qui lui permettra, à l'avenir, d'en conserver la pertinence et la durabilité. Dans la mesure où « Les têtes dures » deviendraient un programme national, nous pourrions consacrer notre savoir-faire à la poursuite de

sa mise en œuvre et de sa promotion au niveau des conseils scolaires et des unités de santé publique aux quatre coins du Canada. Cette importante unité éducative sera offerte en ligne en tant que rehaussement au programme éducatif *TD Pensez d'Abord les enfants*. Pour un exemplaire gratuit, veuillez communiquer avec nous à l'adresse admin@thinkfirst.ca.



Fonds de développement de programmation et d'instauration de conférences Dr Charles Tator Pensez d'Abord Canada

Au Canada, Pensez d'Abord est reconnu comme un chef de file en matière de prévention des traumatismes. Nous favorisons le jeu en toute sécurité et la pratique sécuritaire du sport, effectuons des recherches sur la prévention des blessures et alimentons la sensibilisation du grand public au sujet de la sécurité. Grâce à la passion, au dévouement et à l'engagement souscrit par notre personnel, par les membres actuels et anciens du conseil et aussi par notre armée de bénévoles, nos efforts ont porté fruits.

Mais le travail de Pensez d'Abord n'est pas terminé; les traumatismes demeurent la principale cause de décès chez les jeunes au Canada.

En 2008, le conseil d'administration a fait honneur à la contribution du Dr Tator en matière de prévention des traumatismes en créant le *Dr. Charles Tator ThinkFirst Canada Lectureship and Program Development Fund* (Fonds de développement de programmation et d'instauration de conférences Dr Charles Tator Pensez d'Abord Canada). Notre objectif consiste à recueillir 500 000 \$ pour financer la tenue d'une conférence publique annuelle pour poursuivre nos programmes novateurs. Portant principalement sur les recherches les plus récentes en matière de prévention des blessures, les conférences viseront à augmenter la compréhension que nourrit le public à l'égard des conséquences importantes de la prévention des traumatismes : **les traumatismes crâniens et médullaires représentent 50 % de toutes les blessures mortelles**. Le fonds soutiendra le maintien de l'élaboration et de la diffusion des programmes de pointe de nature communautaires et axés sur le milieu scolaire de Pensez d'Abord en matière de prévention des blessures.

Nous serions excessivement ravis si vous acceptiez de participer à ce projet méritoire. Nous avons obtenu des résultats probants au niveau de la diminution des décès et de la prévention des incapacités chez les enfants et les jeunes et, avec votre aide, nous pouvons faire davantage. **La meilleure défense contre les traumatismes demeure la prévention; c'est le seul remède.**

Oui, je veux apporter ma contribution à la campagne de financement

Nom du donateur (tel qu'il devrait apparaître sur un reçu officiel aux fins de l'impôt pour activités de bienfaisance) :

Adresse: _____

Ville: _____ Province: _____ Code postal: _____

Téléphone: _____ Courriel: _____

J'aimerais que mon don demeure anonyme.

Donation:

500\$ 1000\$ 1500\$ Autre _____*

*Un reçu sera envoyé pour tout don de 20 \$ ou plus.

Mode de paiement:

Don en ligne sécurisé par l'entremise de www.CanadaHelps.org, incluant le don de valeurs.

Par chèque fait à l'ordre de La Fondation canadienne Pensez d'Abord

Par la carte VISA n° _____, Date d'expiration _____/_____/_____

Cardholder's Name _____

Je me réserve le droit de renégocier les conditions de cette promesse de don dans l'éventualité où les circonstances ne seraient plus les mêmes. Advenant que cela se produise, j'en informerai la Fondation canadienne Pensez d'Abord par écrit

Signature: _____ Date: _____

Veillez détacher la portion inférieure et retourner le formulaire rempli à :
La Fondation canadienne Pensez d'Abord, 750 Dundas St. W, bureau 3-314, Toronto (ON) M6J 3S3
No d'enregistrement d'organisme de bienfaisance : 13927-4302-RR0001

Nous remercions tous nos donateurs,
nos sympathisants, nos
participants, nos partenaires et nos
bénévoles qui ont contribué à
faire du Canada un lieu plus sûr
grâce à la prévention des blessures.



Si vous désirez verser un don pour aider à faire du Canada un lieu plus sûr, veuillez taper thinkfirst.ca et cliquez sur « Donner maintenant ». Par ailleurs, un chèque peut être libellé à l'ordre de la Fondation canadienne Penser d'abord :

750 Dundas St West, bureau 3-314
Toronto (ON) M6J 3S3

No d'enregistrement d'organisme de bienfaisance : 13927-4302-RR0001