



La version française suit [ici](#).

Concussion Awareness Week 2025 – Resource and Participation Guide

As your trusted partner in sport knowledge, SIRC is proud to support you with the latest research and resources to help you promote and enhance athlete safety—especially around concussion safety. We’re inviting you to join the national conversation during **Concussion Awareness Week**, happening from **September 21st to 27th**.

For many years, SIRC has led this initiative across Canada with the [We Are Headstrong](#) campaign. This year is no different and to support you, we’ve compiled **ready-to-use resources and communications** materials that you can share with your members and audiences. You can also participate by resharing content and resources shared by SIRC on [Instagram](#), [LinkedIn](#), [X](#), and [Facebook](#).

Key Messages

- Concussion Awareness Week promotes continued education in prevention, detection and management of concussions in Canadian sport.
- The research that informs concussions policies, protocols and best practices is changing quickly continued learning is required for all sport participants
- Having up-to-date concussion policies and protocols is critical to support athlete safety.

Call to Action

Help build concussion awareness in your sport community by implementing and sharing the [12 Rs of Concussion Safety](#).

What’s Inside this Guide:

1. **Best practices and leading research** in concussion safety for sport ([Pg. 2](#)).
2. **Key resources** for sport participants at all levels in a variety of formats ([Pg. 2](#)).
3. **Ways to share your perspective** on concussion safety in sport ([Pg. 2](#)).
4. **New resources** from SIRC for Concussion Awareness Week 2025 ([Pg. 3](#)).
5. **Communications materials**, including:
 - Templated emails and newsletter inserts ([Pg. 4](#)).
 - Ready-to-use social media overlays and graphic templates ([Pg. 4](#)).

Leading Practices in Concussion Prevention and Management

The most current best practices in concussion prevention and management are guided by the [Amsterdam International Consensus Statement](#) (2023). SIRC has aligned its resources with this global standard to support Canadian sport organizations in implementing effective concussion safety strategies:

- For Everyone: [12 Rs of Concussion Safety](#) – Extending the 4 Rs (Recognize, Remove, Refer, Return).
- For Everyone: The [Canadian Guideline on Concussion in Sport](#).
- For Sport Participants: The Concussion Recognition Tool ([CRT-6](#)).
- For Medical Professionals: The Sport Concussion Assessment Tool ([SCAT-6](#)).
- For Sport Leaders: The Canadian harmonized sport concussion protocol [template](#) and [checklist](#).



In Canada, we are fortunate to have guidelines that are updated regularly as we learn more:

- [Living Concussion Guidelines for Adults](#)
- [Living Guideline for Pediatric Concussion](#)

Key Resources for Sport Participants

We participate in sport in many ways for many reasons, and concussion safety is critical in all contexts of participation. Below are tailored resources to support athletes, coaches, parents, and administrators:

For the Athlete and Sport Participant

 Watch: [The Hard-Hitting Truth: Lessons Learn from Concussions & the Importance of Awareness](#)

As the Team Canada Rugby 7s Captain for Rio 2016, Jen Kish experienced several diagnosed and undiagnosed concussions during her career. In 2024, Jen joined the [Concussion in Sport Symposium](#) to share her personal experiences with concussions during and after her rugby career.

For the Coach

 Learn: [NCCP Making Head Way in Sport](#) is a free online training tool offered by the Coaching Association of Canada. By completing the module, coaches will understand more how to prevent concussions, recognize the signs and symptoms, and what to do when a concussion happens!

For the Community Sport Parents and Volunteers

 **Read:** In youth sport, parents and caregivers, who also often take on the role of team volunteers, look to the sport organization to inform them on concussion safety. By providing the Concussion [Guide for Parents and Caregivers](#) from Parachute Canada, families can feel better equipped with the knowledge to recognize and manage concussions.

For Sport Leaders and Administrators

 **Create and update:** In recent years of concussion research and with an emphasis on sport safety, SIRC worked in partnership with Parachute Canada to create and share the Canadian Harmonized Sport Concussion Protocol [Template](#) and [Checklist](#) which can be used by sport organizations to support their concussion policies and protocols. These resources allow for consistencies across sport from coast-to-coast-to-coast.

Share Your Perspective on Concussion Safety in Sport

Whether you're an athlete, coach, official, parent, or administrator, your voice matters. **Take 5 to 10 minutes** to complete SIRC's new **Concussion in Sport Survey**. Your responses will contribute to a collective report that reflects the current landscape of concussion knowledge across the Canadian sport system.

Complete the full survey and you'll be entered to win **one of fifty \$25 dollar gift cards** as a thank-you for your time! [Share your perspective now.](#)

SIRC encourages sport organizations to share this survey widely with their members to capture diverse perspectives and strengthen concussion safety across all levels of sport.

New Resources from SIRC for Concussion Awareness Week 2025

To support your concussion awareness efforts, SIRC has developed and curated a range of **new resources** available in multiple formats. The materials are designed to engage participants at all levels and will be released leading up to and during Concussion Awareness Week 2025:

Two New Podcast Episodes



What: What's the latest research saying and where do we go from here?

Who: [Dr. Keith Yeates](#) (EN)

When: Wednesday, August 27

Where: [Sport Intelligence: The Canadian Perspective](#)

In French, a new episode featuring Dr. Miriam Beauchamp will be available on September 10.

New SIRC Feature Article

- What: Concussion symptom reporting and removal from play in youth sport
- Who: [Dr. Alison Doherty](#), et al.
- When: Wednesday, September 24

Updated Research Infographics

- [What do we know about sport-related concussions in people with disabilities?](#)
- [What is the role of education in sport-related concussions?](#)
- [Can protective equipment prevent sport-related concussions?](#)
- [Are sport-related concussions different in male and female athletes?](#)
- [Can neck strengthening reduce sport-related concussion risk?](#)

Ready-to-Use Email and Newsletter Templates

Email Template: Encouraging Concussion Awareness Week Participation

From September 21 to 27, we're proud to participate in **Concussion Awareness Week**, and we're inviting you to be part of the conversation! This national initiative shines a spotlight on the importance of concussion education for athlete safety.

We know that not all athletes, coaches, and families may not feel fully confident in recognizing a concussion or knowing what steps to take. You can help change that!

Equip your teams with the leading knowledge!

You may already be familiar with the 4s of concussion (recognize, remove, refer, return), but did you know there's a lot more to it than that? The latest research tells us there are [12 Rs of Concussion Safety](#). This infographic is among the many best-in-class resources curated by the Sport Information Resource Centre (SIRC) that are available for free.

Resources on [SIRC's Concussion Hub](#) are suited for all sport participants and supporters, (including, but not limited to, sport leaders, coaches, officials, parents and athletes), ensuring everyone in the Canadian sport system has access to trusted, up-to-date information.



Get Involved

Throughout Concussion Awareness Week, SIRC will be sharing expert insights and practical tools on social media and in the [Canadian Sport Daily](#). You can also follow along and join the conversation on [Instagram](#), [LinkedIn](#), [X](#), and [Facebook](#).

Want to join the conversation and you're not sure where to start? SIRC's [Concussion Awareness Week Participation Guide](#) is your go-to resource for ways to engage and share throughout the week.

In the meantime, here are some great resources to share with your members:

1. For Sport Leaders: Canadian Harmonized Sport Concussion Protocol [Template](#) and [Checklist](#)
2. For Coaches: [NCCP's Making Head Way in Sport Online Training Module](#)
3. For Parents: [Fact or Myth: A bilingual short-form video series by SIRC](#)
4. For Athletes: [The Hard-Hitting Truth: Lessons Learned from Jen Kish's Concussions](#)

Be sure to visit [SIRC's Concussion Hub](#) to find out more for Concussion Awareness Week!

Looking for More?

SIRC is Canada's central hub for the latest resources and information for sport organizations and leaders – not just for concussion safety. [Subscribe to the Canadian Sport Daily](#) to be the first to know about new resources and research in sport.

Newsletter Insert: Encouraging Concussion Awareness Week Participation

Not everyone feels confident recognizing a concussion or knowing what to do next — and that's okay. You can help change that! From **September 21 to 27**, we're joining **Concussion Awareness Week** to highlight the importance of concussion awareness and education in sport. Whether you're an athlete, coach, parent, or sport leader, your voice matters in creating safer environments for everyone.

Follow along with us and the [Sport Information Resource Centre](#) (SIRC) to hear the latest when it comes to concussion safety in sport – and find out how you can help. SIRC's [Concussion Awareness Week Participation Guide](#) shares leading resources and opportunities to participate all week long.

Ready-to-Use Social Media Templates and Overlays

Social Media Tips and Tricks

- Tag the SIRC in your posts on [X](#), [LinkedIn](#), [Instagram](#), and [Facebook](#)!
- Use the hashtag **#ConcussionAwarenessWeek** in your posts!

Social Media Graphics and Overlays

This year, we've created Canva templates that you can download as is or customize to feature your own photos and content. These are available in both official languages in a variety of formats:

- Canva Templates: [1080 x 1350](#) | [1200 x 627](#) | [1080 x 1920](#)

Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales 2025 – Guide de ressources et de participation

En tant que partenaire de la connaissance sportive, SIRC est fier de vous soutenir en vous fournissant les dernières recherches et ressources pour vous aider à promouvoir et à améliorer la sécurité des athlètes, en particulier en matière de commotions cérébrales. Nous vous invitons à participer à la conversation nationale pendant la **Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales**, qui se déroulera du **21 au 27 septembre**.

Depuis de nombreuses années, SIRC mène cette initiative à travers le Canada avec la campagne « [Tenons tête](#) ». Cette année ne fait pas exception et, pour vous aider, nous avons compilé **des ressources et du matériel de communication prêts à l'emploi** que vous pouvez partager avec vos membres et votre public. Vous pouvez également participer en partageant le contenu et les ressources publiés par SIRC sur [Instagram](#), [LinkedIn](#), [X](#) et [Facebook](#).

Messages clés

- La Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales encourage la formation continue en matière de prévention, de détection et de gestion des commotions cérébrales dans le sport canadien.
- Les recherches qui éclairent les politiques, les protocoles et les meilleures pratiques en matière de commotions cérébrales évoluent rapidement ; un apprentissage continu est nécessaire pour tous les participants au sport.
- Il est essentiel de mettre en place des politiques et des protocoles actualisés en matière de commotions cérébrales afin de garantir la sécurité des athlètes.

Appel à l'action

Contribuez à sensibiliser votre communauté sportive aux commotions cérébrales en mettant en œuvre et en partageant les [12 R de la gestion des commotions cérébrales](#).

Contenu de ce guide :

1. **Meilleures pratiques et recherches de pointe** sur les commotions cérébrales dans le sport ([p. 6](#)).
2. **Ressources clés** pour les sportifs de tous niveaux, sous divers formats ([p. 6](#)).
3. **Façons de partager votre avis** sur la sécurité relative aux commotions cérébrales dans le sport ([p. 7](#)).
4. **Nouvelles ressources** du SIRC pour la Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales ([p. 7](#)).
5. **Matériel de communication**, notamment :
 - Modèles d'e-mails et d'encarts pour bulletins d'information ([p. 8](#)).
 - Des superpositions pour les réseaux sociaux et des modèles graphiques prêts à l'emploi ([p. 9](#)).

Pratiques exemplaires en matière de prévention et de gestion des commotions cérébrales

Les meilleures pratiques actuelles en matière de prévention et de gestion des commotions cérébrales sont guidées par la [Déclaration de consensus internationale d'Amsterdam](#) (2023). SIRC a aligné ses ressources sur cette norme mondiale afin d'aider les organisations sportives canadiennes à mettre en œuvre des stratégies efficaces de sécurité en matière de commotions cérébrales :

- **Pour tous** : Les [12 R de la gestion des commotions cérébrales](#) – Extension des 4 R (reconnaître, retirer, référer, retourner).
- **Pour tous** : Lignes [directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport](#).
- **Pour les participants sportifs** : l'outil de reconnaissance des commotions cérébrales ([CRT-6](#)).
- **Pour les professionnels de la santé** : l'outil d'évaluation des commotions cérébrales dans le sport ([SCAT-6](#)).
- Pour les dirigeants sportifs : [Modèle](#) et [liste de vérification](#) harmonisés canadiens pour le protocole relatif aux commotions cérébrales dans le sport.

Au Canada, nous avons la chance de disposer de lignes directrices qui sont régulièrement mises à jour à mesure que nous en apprenons davantage :

- [Lignes directrices évolutives sur les commotions cérébrales chez les adultes](#)
- [Lignes directrices évolutives pour les commotions cérébrales chez les enfants](#)

Ressources clés pour les participants sportifs

Nous pratiquons le sport de nombreuses façons et pour diverses raisons, et la sécurité en matière de commotions cérébrales est essentielle dans tous les contextes de participation. Vous trouverez ci-dessous des ressources adaptées pour soutenir les athlètes, ceux qui entraînent, les parents et les administrateurs :

Pour les athlètes et les sportifs

 **À voir** : [La vérité qui frappe : les leçons tirées des commotions cérébrales de Jen Kish](#)

En tant que capitaine de l'équipe canadienne de rugby sept pour les Jeux olympiques de Rio en 2016, Jen Kish a subi plusieurs commotions cérébrales diagnostiquées et non diagnostiquées au cours de sa carrière. En 2024, Jen a participé au [Symposium sur les commotions cérébrales dans le sport](#) afin de partager ses expériences personnelles en matière de commotions cérébrales pendant et après sa carrière de rugby.

Pour entraîner

 Apprenez : [Le programme « Prendre une tête d'avance en sport » du PNCE](#) est un outil de formation en ligne gratuit proposé par l'Association canadienne des entraîneurs. En suivant ce module, les entraîneurs comprendront mieux comment prévenir les commotions cérébrales, en reconnaître les signes et les symptômes, et savoir quoi faire en cas de commotion cérébrale !

Pour les parents et les bénévoles du sport communautaire

 **À lire** : Dans le sport chez les jeunes, les parents et les tuteurs, qui assument souvent le rôle de bénévoles au sein des équipes, se tournent vers les organisations sportives pour obtenir des informations sur la prévention des commotions cérébrales. Grâce au [Guide sur les commotions](#)

[cérébrales pour les parents et fournisseurs de soins](#) publié par Parachute Canada, les familles peuvent se sentir mieux armées pour reconnaître et gérer les commotions cérébrales.

Pour les dirigeants et les administrateurs sportifs

 **Créer et mettre à jour** : Au cours des dernières années, dans le cadre de ses recherches sur les commotions cérébrales et en mettant l'accent sur la sécurité dans le sport, SIRC a travaillé en partenariat avec Parachute Canada pour créer et partager [le modèle](#) et [la liste de vérification](#) harmonisés canadiens pour les commotions cérébrales dans le sport, qui peuvent être utilisés par les organisations sportives pour soutenir leurs politiques et protocoles en matière de commotions cérébrales. Ces ressources permettent d'assurer la cohérence dans tous les sports, d'un océan à l'autre.

[Partagez votre avis sur la sécurité en matière de commotions cérébrales dans le sport](#)

Que vous soyez athlète, entraîneur, officiel, parent ou administrateur, votre opinion compte. **Prenez 5 à 10 minutes** pour répondre **au questionnaire** du SIRC **sur les commotions cérébrales dans le sport**. Vos réponses contribueront à un rapport collectif qui reflète l'état actuel des connaissances sur les commotions cérébrales dans le système sportif au Canada.

Répondez au questionnaire dans son intégralité et vous serez inscrit pour gagner **l'une des cinquante cartes-cadeaux de 25 \$** en guise de remerciement pour votre temps ! [Partagez votre point de vue dès maintenant.](#)

SIRC encourage les organisations sportives à diffuser largement la questionnaire auprès de leurs membres afin de recueillir des points de vue diversifiés et de renforcer la sécurité en matière de commotions cérébrales à tous les niveaux du sport.

[Nouvelles ressources du SIRC pour la Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales 2025](#)

Afin de soutenir vos efforts de sensibilisation aux commotions cérébrales, SIRC a développé et sélectionné une série de **nouvelles ressources** disponibles en plusieurs formats. Ces ressources sont conçues pour impliquer les participants à tous les niveaux et seront publiées avant et pendant la Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales 2025 :

Deux nouveaux épisodes de podcast



Quoi : Que disent les dernières recherches et quelle est la prochaine étape ?

Qui : [Dre Miriam Beauchamp](#)

Quand : Mercredi 10 septembre

Où : [Intelligence sportive : la perspective canadienne.](#)

En anglais, un nouvel épisode avec le [Dr Keith Yeates](#) sera disponible le 27 août.

Nouvel article vedette du SIRC

- **Quoi** : Signalement des commotions cérébrales et retrait du jeu dans le sport chez les jeunes
- **Qui** : [Dre Alison Doherty](#), et al.
- **Quand** : Mercredi 24 septembre

Infographies de recherche mises à jour

- [Que savons-nous à propos des commotions cérébrales liées au sport touchant les personnes en situation de handicap ?](#)
- [Quel est le rôle de l'éducation dans les commotions cérébrales?](#)
- [Les équipements de protection peuvent-ils prévenir les commotions cérébrales liées au sport ?](#)
- [Les commotions cérébrales liées au sport sont-elles différentes entre les athlètes masculins et féminins?](#)
- [Le renforcement du cou peut-il réduire le risque de commotion cérébrale lié au sport ?](#)

Modèles de courriels et de newsletters prêts à l'emploi

Modèle de courriel : Encourager la participation à la semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales

Du 21 au 27 septembre, nous sommes fiers de participer à la **Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales**, et nous vous invitons à vous joindre à la conversation ! Cette initiative nationale met en lumière l'importance de l'éducation sur les commotions cérébrales pour la sécurité des athlètes.

Nous savons que tous les athlètes, entraîneurs et familles ne se sentent pas forcément à l'aise pour reconnaître une commotion cérébrale ou savoir quelles mesures prendre. Vous pouvez contribuer à changer cela !

Dotez vos équipes des meilleures connaissances !

Vous connaissez peut-être déjà les 4 étapes à suivre en cas de commotion cérébrale (reconnaître, retirer, référer, retourner), mais saviez-vous qu'il y a beaucoup plus que cela ? Les dernières recherches nous indiquent qu'il existe [12 étapes à suivre pour assurer la sécurité en cas de commotion cérébrale](#). Cette infographie fait partie des nombreuses ressources de premier ordre sélectionnées par le Centre de documentation pour le sport (SIRC) et disponibles gratuitement.

Les ressources du [portail sur les commotions cérébrales du SIRC](#) sont adaptées à tous les participants et supporters sportifs (y compris, mais sans s'y limiter, les dirigeants sportifs, les entraîneurs, les officiels, les parents et les athlètes), garantissant ainsi à tous les acteurs du système sportif canadien l'accès à des informations fiables et actualisées.

Participez

Tout au long de la Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales, SIRC partagera des avis d'experts et des outils pratiques sur les réseaux sociaux et dans le [Quotidien sportif canadien](#). Vous pouvez également suivre et participer à la conversation sur [Instagram](#), [LinkedIn](#), [X](#) et [Facebook](#).

Vous souhaitez participer à la conversation, mais vous ne savez pas par où commencer ? [Le guide de participation à la Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales](#) du SIRC est la ressource idéale pour trouver des moyens de vous impliquer et de partager tout au long de la semaine.

En attendant, voici quelques ressources intéressantes à partager avec vos membres :

5. Pour les dirigeants sportifs : [Modèle](#) et [liste de contrôle](#) du protocole harmonisé canadien sur les commotions cérébrales dans le sport
6. Pour entraîner : [Le programme « Prendre une tête d'avance en sport » du PNCE](#)
7. Pour les parents : [Fait or mythe : une série de courtes vidéos bilingues du SIRC](#)



8. Pour les athlètes : [La vérité qui frappe : les leçons tirées des commotions cérébrales de Jen Kish](#)

N'oubliez pas de visiter le [portail sur les commotions cérébrales du SIRC](#) pour en savoir plus sur la Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales !

Vous en voulez plus ?

SIRC est la plateforme centrale canadienne qui rassemble les dernières ressources et informations pour les organismes et les dirigeants sportifs, et pas seulement en matière de prévention des commotions cérébrales. [Abonnez-vous au Quotidien sportif canadien](#) pour être le premier informé des nouvelles ressources et recherches dans le domaine du sport.

Encadré dans le bulletin d'information : Encourager la participation à la Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales

Tout le monde ne se sent pas capable de reconnaître une commotion cérébrale ou de savoir quoi faire dans ce cas, et ce n'est pas grave. Vous pouvez contribuer à changer cela ! Du **21 au 27 septembre**, nous participons à la **Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales** afin de souligner l'importance de la sensibilisation et de l'éducation à ce sujet dans le domaine du sport. Que vous soyez athlète, entraîneur, parent ou dirigeant sportif, votre voix compte pour créer des environnements plus sûrs pour tous.

Suivez-nous ainsi que le [Centre documentation pour le sport](#) (SIRC) pour connaître les dernières nouvelles en matière de sécurité contre les commotions cérébrales dans le sport et découvrir comment vous pouvez aider. [Le guide de participation à la Semaine de sensibilisation aux commotions cérébrales](#) du SIRC partage les principales ressources et les possibilités de participation tout au long de la semaine.

Modèles et superpositions prêts à l'emploi pour les réseaux sociaux

Conseils et astuces pour les réseaux sociaux

- Taguez le SIRC dans vos publications sur [X](#), [LinkedIn](#), [Instagram](#) et [Facebook](#) !
- Utilisez le hashtag **#SemainesDeCommotionsCérébrales** dans vos publications !

Graphiques et superpositions pour les réseaux sociaux

Cette année, nous avons créé des modèles Canva que vous pouvez télécharger tels quels ou personnaliser avec vos propres photos et contenus. Ils sont disponibles dans les deux langues officielles et dans différents formats :

- Modèles Canva : [1080 x 1350](#) | [1200 x 627](#) | [1080 x 1920](#)