

Je pense que je suis assez solide, mais
je ne suis pas INVINCIBLE.



Pendant l'entraînement, j'ai trébuché sur un coéquipier qui venait de plonger et je me suis frappé la tête contre la bande.

Mes souvenirs sont confus, mais je me souviens très bien du médecin me disant :
« Tu as subi une commotion ! »



Mes maux de tête étaient super douloureux. Je ne pouvais plus lire de phrases faciles ou compter jusqu'à dix. Je portais des lunettes de soleil et je ne pouvais plus regarder la télé. Lorsque mes chiens jappaient, je criais tellement cela me faisait mal aux oreilles.

Ça fait neuf mois et **je me sens enfin moi-même**. J'ai recommencé à lire des livres et je commence même à patiner !

Les commotions cérébrales,
ne les découvrez pas
à vos dépens.

Sachez quoi faire
et gardez l'esprit
au jeu.

Pour plus d'information, visitez www.partnerurl.com

Nathan Fraser

Une initiative conjointe de

**CENTRE CANADIEN
POUR L'ÉTHIQUE DANS LE SPORT**

coach.ca
VISER PLUS HAUT

CANADA

Parachute
PRÉVENIR LES BLESSURES. SAUVEZ DES VIES.