

	<p align="center"><b>9. REGLES FEDERALES FFR EN SECTEUR AMATEUR POUR UN JOUEUR COMMOTIONNE</b></p> <p align="center"><b>JOUEUR DE PLUS DE 18 ANS (référence date de naissance)</b></p> <p align="center"><b>1<sup>ère</sup> commotion cérébrale dans les 12 derniers mois</b></p>
<p><b>Arrêt de l'activité RUGBY COMPETITION (= blocage licence)</b></p>	<p align="center"><b>10 JOURS minimum</b> (pas de requalification possible avant d'avoir laissé passé un we)</p>
<p><b>Durée effective d'arrêt du sport avec contact</b></p>	<p align="center"><b>Les 10 jours d'arrêt de compétition correspondent à 10 jours d'arrêt de l'activité sportive avec contact (y compris à l'entraînement)**</b></p>
<p><b>Protocole de reprise du Rugby</b></p>	<p>1/ 48 heures de repos complet (physique).</p> <p>2/ A partir de J3** et si disparition des symptômes de commotion cérébrale, reprise progressive de l'activité physique sans contact (protocole PRJ* : si réapparition des symptômes, arrêt du pallier en cours et nouvel essai 24h après).</p> <p>3/ lorsque le joueur est parvenu au pallier 4 du PRJ* sans réapparition des symptômes : <b>Avis médical obligatoire</b> (généraliste ou med du sport). <b>Objectif = vérification de la récupération de la commotion.</b> Si celle-ci est constatée, le médecin délivre un <b>certificat de non contre-indication à la reprise du rugby en compétition.</b></p> <p><b>NB :</b> Le médecin consulté doit donc :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vérifier la disparition des symptômes initiaux de la commotion</li> <li>- Vérifier la non ré-apparition des symptômes à l'effort (au cours des palliers du PRJ*)</li> <li>- Vérifier que le reste de l'examen médical est normal.</li> <li>- Valider la possibilité de reprise du rugby avec contact à l'entraînement (= pallier 5 du PRJ*), à partir de J10 post-commotion.</li> </ul> <p>4/ Reprise du rugby <u>avec contact</u> est donc possible si et seulement si :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Disparition totale de symptômes de commotion et non réapparition à l'effort lors des paliers du PRJ*</li> <li>- Joueur au-delà de J10**</li> <li>- <b>Présentation d'un certificat de non contre-indication à la reprise du rugby en compétition</b></li> </ul> <p><b>NB :</b> La reprise du rugby en match après une première commotion ne peut donc pas se faire le week-end suivant mais celui d'après.</p>
<p><b>Suivi médical</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consultation médicale obligatoire pour délivrance du certificat médical de non contre indication à la reprise de l'activité rugby en compétition,</li> <li>- Durant la 1ere semaine : Informer le joueur et sa famille de consulter immédiatement le médecin ou un service d'urgences si aggravation des symptômes entre la commotion et l'avis médical prévu.</li> <li>- Au-delà de 10 jours : Si persistance des symptômes, prendre un avis médical.</li> </ul>

	<b>9. REGLES FEDERALES FFR EN SECTEUR AMATEUR POUR UN JOUEUR COMMOTIONNE</b>
	<b>JOUEUR DE PLUS DE 18 ANS (référence date de naissance)</b>
	<b>2ème commotion cérébrale dans les 12 derniers mois</b>
<b>Arrêt de l'activité RUGBY COMPETITION (= blocage licence)</b>	<b>21 JOURS minimum (pas de requalification possible avant le 22e jour post-commotion)</b>
<b>Durée effective d'arrêt du sport avec contact</b>	<b>Les 21 jours d'arrêt de compétition correspondent à 21 jours d'arrêt de l'activité sportive avec contact (y compris à l'entraînement)**</b>
<b>Protocole de reprise du Rugby</b>	<p>1/ Une semaine de repos complet (physique).</p> <p>2/ A partir de J8** et si disparition des symptômes de commotion cérébrale, reprise progressive de l'activité physique sans contact (protocole PRJ* : si réapparition des symptômes, arrêt du pallier en cours et nouvel essai 24h après).</p> <p>3/ Lorsque le joueur est parvenu au pallier 4 du PRJ sans réapparition des symptômes : <b>Avis médical obligatoire</b> (Généraliste ou médecin du sport). <b>Objectif = vérification de la récupération de la commotion.</b> Si celle-ci est constatée, le médecin délivre un <b>certificat de non contre-indication à la reprise du rugby en compétition.</b></p> <p><b>NB</b> : Le médecin consulté doit donc :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vérifier la disparition des symptômes initiaux de la commotion</li> <li>- Vérifier la non ré-apparition des symptômes à l'effort (au cours des palliers du PRJ*)</li> <li>- Vérifier que le reste de l'examen médical est normal.</li> <li>- Valider la possibilité de reprise du rugby avec contact à l'entraînement (= pallier 5 du PRJ*), à partir de <b>J22</b> post-commotion.</li> </ul> <p>4/ Reprise du rugby <u>en compétition</u> est donc possible si et seulement si :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Disparition totale de symptômes de commotion et non réapparition à l'effort lors des paliers du PRJ*</li> <li>- Jouer au-delà de J21</li> <li>- <b>Présentation d'un certificat de non contre-indication à la reprise du rugby en compétition.</b></li> </ul> <p><b>NB</b> : La répétition des commotions impose ce délai de 21 jours sans reprise de la compétition, quelle que soit la gravité des commotions. Donc au mieux match le 4e week-end après la commotion.</p>
<b>Suivi médical</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consultation médicale obligatoire pour délivrance du certificat médical de non contre indication à la reprise de l'activité rugby en compétition.</li> <li>- Durant la 1ere semaine : Informer le joueur et sa famille de consulter immédiatement le médecin ou un service d'urgences si aggravation des symptômes entre la commotion et l'avis médical prévu.</li> <li>- Au-delà de <b>10</b> jours : Si persistance des symptômes, prendre un avis médical.</li> </ul>

	<b>9. REGLES FEDERALES FFR EN SECTEUR AMATEUR POUR UN JOUEUR COMMOTIONNE</b>
	<b>JOUEUR DE PLUS DE 18 ANS (référence date de naissance)</b>
	<b>3ème commotion cérébrale dans les 12 derniers mois :</b>
<b>Arrêt de l'activité RUGBY COMPETITION (= blocage licence)</b>	<b>90 JOURS</b> (pas de requalification possible avant le 91ème jour post-commotion)
<b>Durée effective d'arrêt du sport avec contact</b>	<b>Les 90 jours d'arrêt de compétition correspondent à 90 jours d'arrêt de l'activité sportive avec contact (y compris à l'entraînement)**</b>
<b>Protocole de reprise du Rugby</b>	<p>1/ Une semaine de repos complet (physique)</p> <p>2/ A partir de J8 et si disparition des symptômes de commotion cérébrale, reprise progressive de l'activité physique sans contact (protocole PRJ : si réapparition des symptômes, arrêt du pallier en cours et nouvel essai 24h après).</p> <p>3/ Lorsque le joueur est au pallier 4 du PRJ* sans ré-apparition des symptômes:  <b>Avis spécialisé avant de reprendre l'activité rugby sans contact.</b></p>
<b>Suivi médical</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consultation obligatoire non urgente auprès d'un médecin spécialiste en commotion cérébrale pour délivrance du certificat médical de non contre indication à la reprise de l'activité rugby en compétition.</li> <li>- Durant la 1ere semaine : Informer le joueur et sa famille de consulter immédiatement le médecin ou un service d'urgences si aggravation des symptômes entre la commotion et l'avis médical prévu.</li> <li>- Au-delà de 10 jours : Si persistance des symptômes, prendre un avis médical.</li> </ul>
	Le présent document est à votre disposition sur le site de la FFR
	La licence est bloquée dès la saisie du CARTON BLEU sur OVAL-E 2 par l'arbitre.
	Le déblocage de la licence se fera par la commission médicale de la Ligue Régionale après dépôt par le joueur du certificat médical de non contre indication à la pratique du rugby en compétition auprès de la commission médicale de la Ligue Régionale.
	*PRJ : Protocole de Retour au Jeu (Cf annexe)
	**Tous les délais sont calculés en prenant comme point de départ J0 = jour de la commotion