

My name is **Shanif** and my 12-year-old daughter sustained a concussion while playing in our community soccer league. She experienced several weeks of headaches, fatigue and had trouble concentrating. She was unable to attend school, play sports or socialize with her friends without making her symptoms worse. She just wasn't the same.

Our occupational therapist:

- **Took the time** to find out what activities were most important to my daughter and our family.
- **Helped her to plan** her days so that she was able to rest appropriately and avoid doing too much too soon.
- **Worked with us** to figure out how best she could return to her daily activities (school, sports, social life, etc.) safely and in a way that would allow her to recover from her concussion in the best way possible.

The occupational therapist helped my daughter get back to doing all of the things she needs, wants and loves to do.

Because of occupational therapy,  
we have our daughter back!



Je m'appelle **Shanif** et ma fille de 12 ans a eu une commotion cérébrale alors qu'elle jouait au soccer dans la ligue communautaire. Pendant plusieurs semaines, elle a eu des maux de tête, des symptômes de fatigue et de la difficulté à se concentrer. Elle était incapable d'aller à l'école, de faire du sport ou de socialiser avec ses amis sans que ses symptômes ne s'aggravent. Elle n'était plus la même.

Notre ergothérapeute :

- **a pris le temps** de déterminer les activités qui étaient les plus importantes pour ma fille et pour notre famille.
- **l'a aidée à planifier** ses journées pour qu'elle puisse se reposer adéquatement et éviter d'en faire trop, trop tôt.
- **a travaillé avec nous** pour déterminer comment notre fille pourrait reprendre ses activités quotidiennes (école, sports, vie sociale, etc.) en toute sécurité et se rétablir de sa commotion de la meilleure façon possible.

L'ergothérapeute a aidé ma fille à recommencer à faire toutes les choses qu'elle doit, veut et aime faire.

Grâce à l'ergothérapie, nous avons  
retrouvé notre fille!