



Des gens sauvés — Des vies touchées

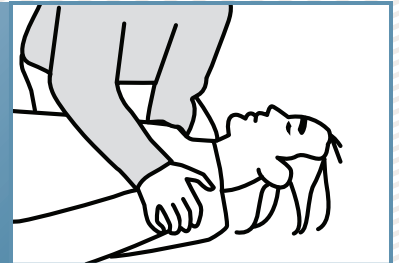
www.fondationact.ca

# Le Programme de RCR et de DEA au secondaire

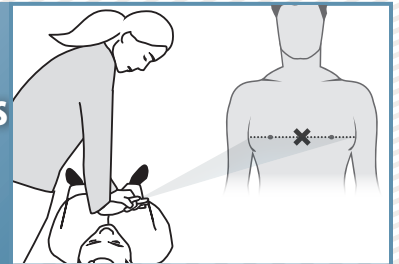
REVUE DES ÉTAPES

**1** N'oublie pas, dis-toi :  
**« J'ai été formé. Je peux le faire. »**<sup>®</sup>  
Prends les choses en main et vérifie si les lieux sont sûrs.

**2** Aucune réaction? La victime ne respire plus  
(ou a le souffle coupé)?  
Appelle le 911 et demande que l'on apporte un DEA.



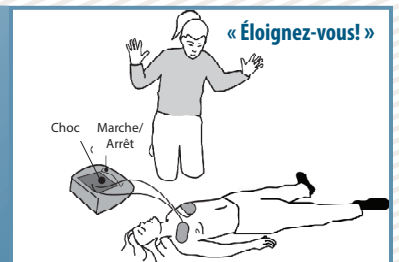
**3** Fais 30 compressions. Exerce une pression ferme et rapide au centre de la poitrine, entre les deux mamelons (fais des compressions thoraciques d'au moins 5 cm, à raison d'au moins 100 à la minute).



**4** Ouvre les voies respiratoires (bascule la tête, soulève le menton). Donne 2 insufflations.  
Continue la RCR avec 30 compressions / 2 insufflation jusqu'à ce qu'un DEA rendu sur place ou SMU prend la relève.



**5** Lorsque le défibrillateur est arrivé, mets-le en marche.  
Pose les coussinets sur la poitrine nue de la victime.  
Suis les commandes vocales.



La Fondation ACT est l'organisme caritatif national qui met sur pied des programmes de formation en RCR et en défibrillation dans les écoles secondaires de partout au Canada. AstraZeneca Canada, Pfizer Canada et Sanofi sont ses partenaires du secteur de la santé à l'échelle nationale.

[www.fondationact.ca](http://www.fondationact.ca) • [act@fondationact.ca](mailto:act@fondationact.ca) • (800) 465-5553

[Twitter.com/actfoundation](https://twitter.com/actfoundation) • [Facebook.com/lafondationact](https://facebook.com/lafondationact) • [Youtube.com/actfoundation](https://youtube.com/actfoundation)

Les étapes de la RCR sont basées sur les lignes directrices de 2010 de la Fondation des maladies du cœur et de l'AHA en matière de RCR et de SUC.