

# RCR à mains seules\*

## Trois étapes faciles à suivre



**Composez le 9-1-1  
et demandez  
un DEA.**



**Appuyez vite  
et fort au milieu  
du thorax.**



**Utilisez le DEA  
dès que vous  
l'obtenez.**

Si vous voyez quelqu'un perdre subitement conscience ou une personne inconsciente, vous pourriez lui sauver la vie en utilisant votre téléphone et vos mains.

**N'hésitez pas. Vous ne pouvez pas lui faire mal. Vous ne pouvez que l'aider.**

**[coeuretavc.ca/rcr](http://coeuretavc.ca/rcr)**

\*À mains seules est une marque de service de l'American Heart Association, Inc. utilisée sous licence.

℠ Licône du cœur et de la / et les mots servant de marque Cœur + AVC sont des marques de commerce de la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada.

