



**R**egroupement pour le **T**ravail, la **M**ixité et la **F**amille  
Association Loi 1901 - SIRET : 348 548 777 000 13

Siège social : 18, avenue Léon BLUM - 93 140 Bondy

Siège permanent : 37, rue Louis-Auguste BLANQUI - 93 140 Bondy

# Arrêt cardio-respiratoire

## Formation sur les gestes d'urgence

### Définition

L'arrêt cardio-respiratoire est la cessation de l'activité mécanique du cœur. Il est confirmé par l'absence de pouls (battement de cœur) et un arrêt respiratoire.

### Quelques chiffres

Chaque année 50 000 personnes meurent prématurément d'arrêt cardiaque.  
Sans prise en charge immédiate plus de 90% des situations d'arrêt cardiaque sont fatales.  
Sept cas sur dix surviennent devant un témoin.  
Quatre victimes sur cinq qui ont survécu à un arrêt cardiaque ont bénéficié des gestes du premier secours.

### Objectifs

Former un maximum d'adhérent(e)s de l'association aux gestes de premier secours à partir de 10 ans.  
Informé sur les signes qui doivent alerter et l'attitude à adopter face à un arrêt cardiaque.

### Intervenant(e)s :

- Madame LORET Alice
- Madame TOURÉ Yakalé

### Déroulement de la formation

La formation va se dérouler en deux temps :

1. Distribution d'un quiz et correction collective
2. Pratique du massage cardiaque chez l'adulte ; questions ouvertes.

*Prenez soin de votre* 