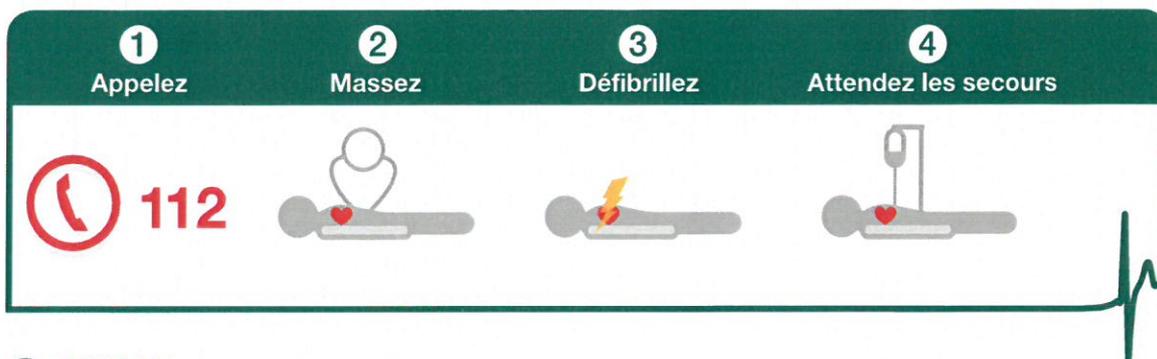


AGIR

LA CHAÎNE DE SURVIE

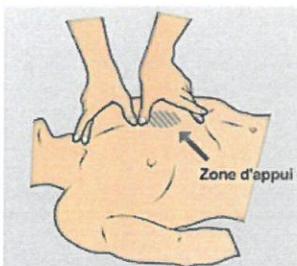


1 APPELEZ

Dès que vous avez constaté que la victime est inconsciente et ne respire pas, vous devez **appeler les secours en composant le 112** (numéro européen).

2 MASSEZ

- La victime doit être allongée sur le dos sur un plan dur.
- Agenouillez-vous à ses côtés et posez les mains l'une sur l'autre en appuyant avec le talon de la main sur le sternum au milieu de la poitrine, bras tendus.
- Vos épaules doivent être dans l'alignement de vos mains.
- Effectuez des compressions à la fréquence de 100 à 120 par minute, en utilisant votre poids de façon à enfoncer le sternum de 5 à 6 cm.



3 DÉFIBRILLEZ

Dès l'arrivée d'un défibrillateur automatisé externe (DAE), ouvrez-le, mettez en place les électrodes sur le thorax de la victime à même la peau et suivez les instructions vocales.

L'utilisation d'un DAE ne nécessite aucune formation, c'est un appareil très simple à utiliser et sans aucun danger pour vous ou la victime.

Associée au massage cardiaque, l'utilisation d'un défibrillateur multiplie par 10 la probabilité de sauver la victime.

4 ATTENDEZ LES SECOURS

Laissez les électrodes en place et continuez le massage cardiaque si nécessaire en attendant l'arrivée des secours.