

2023

IFRC Centre Mondial de Référence des Premiers Secours

RCP - Vos deux mains peuvent sauver une vie



[JOURNÉE MONDIALE DE LA REANIMATION 2023]

Note d'instructions – événement en collaboration avec l'ILCOR



Centre Mondial
de Référence des
Premiers Secours

Table des matières

Pourquoi une journée mondiale de la réanimation ?.....**Error! Bookmark not defined.**

Quels sont les buts et priorités de la journée mondiale de la réanimation ?.....**Error! Bookmark not defined.**

«Réanimation cardio-pulmonaire - Vos deux mains peuvent sauver une vie ». **Error! Bookmark not defined.**

Quels outils sont disponibles pour les Sociétés nationales ?.....**Error! Bookmark not defined.**

Comment se préparer à la journée mondiale de la réanimation? 5

Quels liens avec les Conseils de Réanimation ?.....**Error! Bookmark not defined.**



La Croix-Rouge Serbe - Journée WRAH 2022

Pourquoi une journée mondiale de la réanimation ?

L'initiative européenne de la journée mondiale de la réanimation a été créée en 2013 par le Conseil européen de réanimation (ERC) avec le soutien du Parlement européen. À la suite de ce succès, l'International Liaison Committee on Resuscitation (ILCOR) a lancé en 2018 le premier événement sur le thème de l'arrêt cardiaque. Tous les 16 octobre et aux alentours de cette date, la journée mondiale de la réanimation a lieu pour sensibiliser et montrer aux populations que l'apprentissage de la réanimation cardio-respiratoire (RCP) est accessible à tous

Il est alarmant de constater que sur dix arrêts cardiaques qui se produisent en présence de témoins non professionnels de santé, **moins de 20 % d'entre eux finissent par apporter des premiers secours**¹. De plus, le taux de non professionnels pratiquant la réanimation diffère significativement à travers le monde, allant de 5% à 80%. Si ces statistiques pouvaient augmenter pour tous les pays dans le monde, des centaines de milliers de vies pourraient être sauvées tous les ans, à la suite d'un arrêt cardiaque en dehors d'un hôpital.²

La Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (FICR) est, depuis plus de 150 ans, le plus grand réseau de formateurs et de secouristes au monde. Ensemble, les Sociétés nationales de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (SN CR CR) forment chaque année plus de 23 millions de personnes aux premiers secours dans le monde. La RCP est enseignée par une grande majorité de SN. La IFRC, grâce au Centre Mondial de Référence des Premiers Secours (CMRPS), souhaite promouvoir une formation de qualité sur les premiers secours, fondée sur des preuves et des pratiques scientifiques. D'où ce partenariat avec l'ILCOR pour un événement d'une aussi grande ampleur. En plus d'ILCOR, l'initiative de la journée mondiale de la réanimation a le soutien du Conseil de Réanimation Européen. Celui-ci a pour but de préserver la vie humaine en rendant accessible des formations sur la réanimation de grande qualité, en organisant des événements et en proposant des recommandations, ainsi qu'en coordonnant le réseau européen.

S'appuyant sur le succès de la **Journée Mondiale des Premiers Secours (JMPS)**, déjà menée dans de nombreux pays, et grâce à sa collaboration efficace avec l'ILCOR, le CMRPS soutient la journée mondiale de la réanimation en proposant des outils, partagés avec les SN CR CR. Les SNs sont invitées également à se mettre en contact avec leurs Conseils de Réanimation nationaux ou régionaux, ou autres partenaires pour cet événement.

Cette note directive a pour but de présenter l'événement, les outils du CMRPS conçus, ainsi que de partager des conseils pour l'organisation de la journée mondiale de la réanimation, fondés sur l'expérience de la JMPS.

¹ Fédération Française de Cardiologie : https://www.ameli.fr/sites/default/files/Documents/5157/document/arret-cardiaque-bons-gestes_ffc.pdf

² ILCOR : https://www.ilcor.org/data/policiesandprocedures/WRAH_RESUS_201805.pdf

Quels sont les objectifs et les priorités de la journée mondiale de la réanimation ?

Chaque minute qui s'écoule avant l'arrivée des services d'urgence signifie 10 % de chances de survie en moins, sauf si un témoin apporte les premiers secours. A travers la journée WRAH, nous souhaitons atteindre les objectifs suivants :

⇒ **Faciliter l'apprentissage de la RPC pour un grand nombre de personnes :**

- Enseigner la réanimation cardio-pulmonaire, dès le plus jeune âge et tout au long de la vie.
- Assurer l'apprentissage tout au long de la vie en combinant :
 - la pratique du massage cardiaque par le biais d'une pédagogie en face à face utilisant des mannequins et des défibrillateurs externes automatisés (DEA), le cas échéant ;
 - l'apprentissage à distance, par le biais de différents formats (par exemple, l'apprentissage en ligne, les vidéos).

L'apprentissage tout au long de la vie accroît la confiance en soi des apprenants, ce qui leur permet d'agir lorsque c'est nécessaire, sans avoir peur de faire quelque chose de mal.

⇒ **Encourager les gens à apprendre la réanimation cardio-pulmonaire et les techniques de base pour sauver des vies :**

- De courtes formations de base aux premiers secours pendant la journée WRAH visent à motiver les personnes à s'engager dans une formation complète proposée par le SN.

⇒ **Plaidoyer :**

- S'engager dans l'apprentissage de la RCP tout au long de la vie dans leur pays, et plus particulièrement la promouvoir à l'école
- **Sensibiliser le grand public à la prévention des arrêts cardiaques**
 - La FICR est un partenaire clé pour promouvoir la prévention des arrêts cardiaques auprès des gouvernements et diffuser des messages dans le monde entier afin que les gens soient mieux informés sur la question et agissent.

Chaque minute qui passe avant l'arrivée des secours réduit de 10% les chances de survie de la victime, sauf si un témoin prodigue des gestes de premiers secours. Grâce à la journée mondiale de la réanimation, nous souhaitons atteindre les objectifs suivants :

⇒ **Faciliter l'apprentissage de la RCP pour un grand nombre de personnes :**

- Enseigner la RCP, en commençant dès le plus jeune âge et en continuant pendant toute la vie de la personne.
- Assurer une formation tout au long de la vie en combinant :
 - La pratique du massage cardiaque avec des formations en physique, en utilisant des mannequins et des défibrillateurs automatisés externes (DAE), si disponibles ;
 - Un apprentissage à distance, sur différents formats (par exemple en e-learning, via des vidéos...)

L'apprentissage en continu améliore la confiance en soi, ce qui permet aux apprenants d'agir quand il le faut, sans craindre de mal faire.

⇒ **Encourager les personnes à apprendre la RCP et les techniques de base du secourisme :**

- Les formations courtes aux premiers secours, organisées pendant la journée mondiale de la réanimation, ont pour but d'inciter les participants à s'engager dans une formation plus complète proposée par la SN.

⇒ **Recommander :**

- De s'engager dans un apprentissage tout au long de leur vie dans leur pays, et plus particulièrement de le promouvoir à l'école (voir l'initiative Kids Save Lives)³
- **Sensibiliser le grand public à la prévention des arrêts cardiaques**
 - La IFRC est un partenaire clé pour promouvoir la prévention de l'arrêt cardiaque aux gouvernements et pour porter des messages autour du monde. Elle souhaite informer au mieux les populations sur le problème et les manières d'agir.

"Réanimation cardio-pulmonaire - Vos deux mains peuvent sauver une vie"

La campagne mondiale de la journée mondiale de la réanimation a évolué de manière spectaculaire, passant d'une journée ciblée reconnue annuellement par certains pays à une initiative mondiale qui s'étend sur l'ensemble de l'année et couvre le monde entier. En 2023, l'évolution de la campagne se poursuit. Alors que chaque pays et chaque région ont leur propre objectif et domaine spécifique sur lesquels ils doivent se concentrer pour sauver des vies, le slogan de la journée de la réanimation 2023 est global - "Deux mains peuvent sauver une vie" - et peut toucher tout le monde dans toutes les parties du monde. C'est à votre tour de créer votre propre slogan et de l'adapter à vos communautés ! Chaque région identifiera ce qui la rend unique et adaptera sa campagne de manière à ce qu'elle ait un impact, dans le but ultime d'augmenter les taux de survie en cas d'arrêt cardiaque extrahospitalier.

La pandémie de COVID-19 a mis en lumière les disparités en termes de santé et les problèmes associés. C'est pourquoi, pendant les formations sur la RCP, le CMRPS recommande :

- Si chaque participant et chaque formateur sont équipés d'un mannequin de formation propre et désinfecté, l'apprentissage reste inchangé. Le formateur va ensuite s'assurer que chaque apprenant utilise le mannequin qui lui a été assigné.
- Si un seul mannequin de formation RCP est disponible pour 2 ou 3 apprenants, il ne sera pas possible de pratiquer la **ventilation artificielle**. Le formateur doit expliquer la technique, utiliser une aide visuelle (poster, diapositive ou vidéo) ou bien montrer la technique lui-même sur son propre mannequin. Seules les compressions sur le torse et la défibrillation peuvent être pratiquées sur le mannequin par les apprenants. Dans tous les cas, le mannequin sera nettoyé avant l'utilisation par un nouveau participant.
- Deux méthodes doivent être présentées, la procédure normale lorsqu'il n'y a pas d'épidémie, et la procédure à suivre pendant une épidémie. Cette dernière impose des contraintes pour libérer les voies aériennes et vérifier que la victime respire, et déconseille également la ventilation artificielle.

³ <https://www.erc.edu/projects/kids-save-lives>

En ce qui concerne la ventilation artificielle, le formateur rappellera aux élèves son importance en dehors d'une situation de Covid-19 et avec les enfants, surtout si elle n'est pas pratiquée lors de la formation.

Vous pouvez adapter cela en fonction de la situation dans votre pays et le taux de vaccination. Pour plus de détails, lisez le guide sur « [La Reprise des formations aux premiers secours](#) » fourni par le CMPRS en 6 langues.

Quels sont les matériels disponibles pour les SN ?

- ⇒ **Un pack d'outils spécifiques proposé par le CMRPS pour la journée mondiale de la réanimation 2023 est disponible en ligne sur notre plateforme.** Ces outils se concentrent sur la RCP. Les SNs peuvent les utiliser pour organiser leur événement public pour la journée mondiale de la réanimation.
- Cette note d'instructions sur l'événement.
 - L'affiche officielle pour 2023
 - Des ressources multimédias pour les réseaux sociaux
 - Filtre Instagram
 - Filtre en réalité augmentée pour pratiquer la réanimation cardio-pulmonaire - en partenariat avec [Snapchat](#)
 - Cadre photo
 - Dépliant expliquant comment pratiquer la réanimation cardio-pulmonaire
 - Activité de coloriage pour les enfants

– **Slogan : "RCP – Vos deux mains peuvent sauver une vie".**

Vous pouvez également trouver [ici](#) les documents de l'ILCOR de l'année dernière ainsi que les documents des conseils de réanimation nationaux et régionaux, tous disponibles en anglais et dans d'autres langues, classés par pays.

⇒ **Courtes formations de base aux premiers secours**

Les formations courtes aux premiers secours sont une activité phare idéale pour les événements de la journée mondiale de la réanimation. Nous encourageons les formateurs aux premiers secours à former un maximum de personnes, en roulement, via de courtes formations et en utilisant différentes méthodes d'enseignement (pratique sur mannequin, simulations, études de cas, jeu de rôles). Si applicable – en fonction des lois locales et du matériel disponible – l'enseignement de la défibrillation précoce peut également être inclus.

- ⇒ Pour plus de détails, référez-vous aux [Recommandations](#) de la IFRC et du CMRPS.

Comment se préparer à la journée mondiale de la réanimation?

⇒ **Votre équipe**

- Identifier un coordinateur local en charge de toute la coordination de l'opération et du suivi.
- Impliquer une équipe de bénévoles et d'employés avant l'événement dans la planification et la préparation, ainsi que pendant la journée mondiale de la réanimation pour ceux qui sont prêts à mener des formations courtes aux premiers secours.

- Désigner des points focaux à tous les niveaux (communication, sélection des bénévoles et suivi, formations, conception des outils, logistique)
- Anticiper plusieurs semaines avant la journée mondiale de la réanimation : quelles activités voulez-vous organiser ? Où ? Comment ? Avec quels outils ? Vos activités, locaux et outils sont-ils accessibles à tous ? Si non, comment mieux les adapter ?
- Encourager les nouvelles idées et points de vue ! Demander des idées à diverses personnes et utiliser les pour votre communication et pour concevoir vos outils d'activité. Sensibiliser le public aux différences culturelles qui pourraient limiter certaines catégories sociales dans la fourniture des premiers secours les rendent mal à l'aise. Cela peut vous mener à reconsidérer également vos propres manières de faire.
- S'assurer que la localisation de vos activités est accessible facilement à tous.
- Favoriser des activités en binôme : cela permettra aux participants d'interagir et d'apprendre de chacun d'entre eux.

En ce sens, un maximum de volontaires et une bonne coordination permettra d'assurer le succès de votre événement de la journée mondiale de la réanimation.

⇒ **Jour de l'événement de la journée mondiale de la réanimation**

- Même si le 16 octobre est la véritable date de la journée mondiale de la réanimation, certains choisissent d'organiser l'événement à une autre date proche ou pendant un weekend. Pour l'événement, il est également recommandé de choisir une localisation selon les habitudes locales – par exemple à l'école pendant une journée extrascolaire, dans un centre commercial pendant le weekend, lors une fête locale si cela est pertinent, etc.
- S'assurer d'être compris par tous : éviter les jargons ou langage trop familier, éviter les acronymes et abréviations, utiliser un langage clair autant que possible.
- Si besoin et si possible, adapter légèrement l'activité aux besoins de chacun sur place, de manière à ce que tous puissent participer.
- Encourager les participants à devenir bénévoles dans votre Société nationale.

⇒ **Couverture médiatique**

Votre événement doit être connu (media, réseaux sociaux...) pour augmenter le nombre de personnes sensibilisées et formées à la RCP. En ce qui concerne les réseaux sociaux, il est recommandé d'utiliser le **#worldrestartaheart** comme référence. **Il est important que les formateurs et responsables de formation collectent des données sur le nombre de personnes touchées, que ce soit les participants eux-mêmes ou les personnes atteintes via les réseaux sociaux.** Ces chiffres peuvent servir pour de futures campagnes de sensibilisation et pour faire le bilan de l'événement. Assurez-vous que la communication post-événement soit également accessible à tous et n'hésitez pas à envoyer des photos aux participants.

Les SNs sont invitées à contacter les media nationaux et locaux (presse, TV, web, radios) et à mentionner la collaboration entre la communauté de recherche scientifique (avec l'ILCOR) et la plus grande organisation humanitaire au monde (la IFRC).

Les campagnes de communication à l'échelle mondiale sont majoritairement gérées par l'ILCOR et sont relayées de manière active en Europe par le Conseil Européen de Réanimation (ERC). La IFRC et les SNs sont mentionnées en tant que partenaires de l'événement sur les pages dédiées.

⇒ **Jeux**

Suggestion de voyage autour de la RCP : vous trouverez plus bas un exemple d'organisation d'événement pour la journée mondiale de la réanimation incluant différents stands, pour vous aider dans la préparation de votre événement. Les SNs sont libres de choisir et d'adapter ces suggestions, ou d'en ajouter.

Un exemple d'activité

Durée : individuel ou en binôme : 55 minutes ; groupe de 4 personnes ou plus : 1h30

Localisation : espace public, le site doit remplir certains critères :

- **Eau et électricité** près du site avec accès WIFI / Connexion internet si possible
- **Visibilité** : un espace facile d'accès (même pour les personnes à mobilité réduite) avec un passage important (places de marché, rues piétonnes ou commerçantes, sites touristiques...)
- **Météo** : si l'événement a lieu en extérieur, prévoir un espace couvert en cas de pluie ou de forte chaleur
- **Parking** : prévoir des places de parking à proximité si possible
- **Sécurité** : contacter la mairie ou les autorités locales pour respecter les normes de sécurité et obtenir les autorisations nécessaires.

Matériel (quantité à définir) :

- Le pack outils imprimé
- Un haut-parleur
- Des micros
- Un ordinateur et un écran pour projeter des vidéos
- Un téléphone portable pour les filtres Snapchat
- Un appareil photo
- Des couvertures pour placer les mannequins et défibrillateurs sur le sol
- Du désinfectant pour le matériel utilisé
- Du gel hydroalcoolique
- Des mannequins et défibrillateurs
- Un mini diplôme avec une liste de stands
- Une liste de stands à visiter
- Des petits papiers à découper en cœur
- Des brochures de l'événement
- Des stylos

- D'autres petits cadeaux

Le principe, pour chaque participant, est de visiter chacun des stands en relation avec la RCP, proposés par la Croix-Rouge ou le Croissant-Rouge. Chaque stand est mené par un ou deux bénévoles ou employés. Le participant gagne des cœurs en papier (points de score) préalablement découpés et accordés selon sa réussite. Il est ensuite récompensé d'un mini diplôme à la fin de sa visite. Le but est de s'amuser et de sensibiliser les participants.

Etape 1 : Mot de bienvenue (5 minutes)

- ⇒ Donner la liste des stands à parcourir et terminer pour gagner les cadeaux et le mini diplôme
- ⇒ Récolter les noms et prénoms des participants
- ⇒ Présenter rapidement l'activité

Etape 2 : Les stands (75 minutes)

- Stand 1 : Regarder une vidéo sur la réanimation cardiopulmonaire (RCP) et le défibrillateur automatisé externe (DAE), en se référant à la brochure (5 minutes) – gain : 2 mini cœurs en papier
- Stand 2 : Courte formation sur la RCP menée par un formateur, avec des mannequins et l'utilisation de DEA (30 minutes) – gain : 4 mini cœurs en papier
- Stand 3 : Pratique de la RCP en musique : ensemble, nous allons rivaliser pour voir qui est le plus endurant ! (5 minutes) – gain : 1 mini cœur en papier
- Stand 4 : Proposer de pratiquer la RCP grâce à la Réalité Augmentée avec le filtre Snapchat de réanimation (5 à 15 minutes) – gain : 2 mini cœurs en papier
- Stand 5 : Une photo RCP avec un cadre photo dédié : souriez jusqu'aux oreilles pour partager ce souvenir sur les réseaux sociaux (5 minutes) – gain : 1 mini cœur en papier

Etape 3 : Attestation/récompenses et renseignements sur les activités de la Croix-Rouge/Croissant-Rouge (10 minutes)

- ⇒ Un animateur vérifie le nombre d'ateliers complétés par chaque participant et compte le nombre de mini cœurs en papier récoltés pour obtenir leur score (conseil : gardez les mini cœurs en papier pour les réutiliser)
- ⇒ L'animateur délivre une attestation et donne les récompenses
- ⇒ L'animateur propose aux participants de s'inscrire à une formation ou de devenir bénévole, en offrant une brochure ou l'adresse du site internet de la Société Nationale.

Selon la participation et le nombre de groupes sur place, les animateurs doivent être flexibles et savoir gérer une foule. C'est pourquoi il est recommandé d'avoir une personne volante sur le site pour évaluer les besoins de chaque groupe, surtout pour les événements dans l'espace public. L'événement peut également être organisé dans un lieu fermé comme une école, une maison de retraite, un centre social etc.

Quels liens avec les conseils de réanimation ?

Sur la [page de l'ILCOR](#), vous trouverez une liste des conseils de réanimation régionaux (1 par continent). Les SN sont invités à prendre contact avec ces entités ou avec leur conseil national de réanimation afin d'organiser des activités communes et d'avoir un impact plus important. Les conseils de réanimation peuvent également entrer en contact avec les membres nationaux ou locaux du CRCR afin de les inclure

dans leur événement. Si un pays ne dispose pas d'un conseil de réanimation, la Croix-Rouge ou le Croissant-Rouge national peut tout de même organiser l'événement et promouvoir le thème.

Vous pouvez trouver les canaux de médias sociaux d'ILCOR WRAH sur :

- Instagram: @worldrestartaheart
- Facebook: World Restart a Heart
- Twitter: @World_RAH
- LinkedIn: World Restart a Heart

Le CMRPS recueille des données sur la journée mondiale de la réanimation au moyen d'un questionnaire similaire au rapport JMPS envoyé aux SN.

Le CMRPS reste à votre disposition si vous avez besoin de conseils supplémentaires ou si vous souhaitez partager vos propres outils de la journée mondiale de la réanimation. Tous les commentaires, suggestions ou retours d'expérience visant à améliorer la pratique sont toujours très appréciés.

Centre mondial de référence pour les premiers secours
Fédération internationale des sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge
Croix-Rouge française
21 rue de la Vanne | 92120 | Montrouge | France
Tél. +33 (0)1 44 43 14 46 | Email first.aid@ifrc.org



<http://www.globalfirstaidcentre.org>