



Centre Mondial
de Référence des
Premiers Secours

Note d'orientation

Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque 2025

Autour du 16 Octobre

RCP - DEUX MAINS PEUVENT SAUVER UNE VIE

#WorldRestartAHeart



Table des matières

Pourquoi la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque ?.....	2
Quels sont les objectifs et les priorités de la journée mondiale de réanimation ?.....	3
RCP – Deux mains peuvent sauver une vie ?.....	4
Quels sont les supports disponibles pour les SN ?.....	5
Conseils et suggestions d'activités :.....	6
Comment se préparer pour la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque?.....	8
Quels liens avec les Conseils de réanimation ?.....	10



(Croissant -Rouge Qatari)



(Croix Rouge Vietnamienne)



(Croix-Rouge Moldavienne)



(Croissant-Rouge Turc)

Pourquoi la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque ?

L'initiative de la Journée européenne de la réanimation a été lancée en 2013 par le **Conseil européen de la réanimation (ERC)**, avec le soutien du Parlement européen. En 2018, le **Comité international de liaison sur la réanimation (ILCOR)** a étendu cette initiative avec la création de la **Journée mondiale de la réanimation (WRAH)**, visant à sensibiliser le public à l'importance de l'apprentissage des gestes de réanimation cardio-respiratoire (RCP). Cet événement a lieu chaque année **autour du 16 octobre** et a pour objectif de démontrer que l'apprentissage de la RCP est accessible à tous et peut sauver des vies.

L'arrêt cardiaque constitue un enjeu majeur de santé publique mondiale, représentant **environ 15 à 20 % des décès à l'échelle internationale**. Chaque année, plus de 700 000 personnes décèdent d'un arrêt cardiaque en Europe et aux États-Unis, malgré l'intervention des services d'urgence¹. Dans plus de la moitié des cas, un témoin est présent au moment de l'effondrement de la victime. Cela signifie que former les citoyens à la réanimation cardio-pulmonaire est une stratégie cruciale pour doubler, voire quadrupler, les taux de survie. Ainsi, chaque année, **il est possible de sauver jusqu'à 200 000 vies grâce une RCP** pratiquée immédiatement par un témoin².

Depuis 163 ans, la **Fédération Internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (FICR)** est le plus grand réseau mondial de sauveteurs et de formateurs en premiers secours. Chaque année, les **Sociétés nationales de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (SN CR CR)** forment des millions de personnes aux premiers secours dans le monde entier, avec la RCP comme élément central de ces formations. La FICR, à travers son **Centre Mondial de Référence des Premiers Secours (CMRPS)**, s'engage à promouvoir des formations en premiers secours de haute qualité, fondées sur des données probantes et des pratiques scientifiques.

Le partenariat avec l'ILCOR est donc essentiel pour la réussite de cet événement d'envergure mondiale. En plus de l'ILCOR, le Conseil européen de la réanimation soutient activement la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque, en travaillant à rendre les formations accessibles à tous, en organisant des événements et en diffusant des recommandations, tout en coordonnant le réseau européen.

Cette note d'orientation a pour objectif de présenter la **Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque 2025**, de partager les outils du **CMRPS** conçus pour les SN CR CR en collaboration avec l'ILCOR, et de fournir des conseils pratiques pour l'organisation de cette journée. Les Sociétés nationales sont également invitées à se rapprocher de leurs **Conseils de réanimation nationaux ou régionaux** ainsi que d'autres partenaires actifs dans le cadre de cet événement.

¹ ILCOR : https://www.ilcor.org/data/policiesandprocedures/WRAH_RESUS_201805.pdf

² ILCOR : <https://ilcor.org/wrah>

Quels sont les objectifs et les priorités de la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque ?

Il est crucial de rappeler que **chaque minute qui passe** avant l'arrivée des secours réduit de **10 %** les chances de survie d'une victime d'arrêt cardiaque. Cependant, lorsqu'un témoin administre des gestes de premiers secours, ces chances peuvent être considérablement améliorées. Ainsi, l'objectif principal est d'augmenter significativement le taux de RCP pratiquée par les non-professionnels, qui varie aujourd'hui de 5 % à 80 % selon les pays. Si tous les pays atteignent des taux plus élevés, des centaines de milliers de vies pourraient être sauvées chaque année.

Voici les principaux objectifs de la **Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque**:

→ Faciliter l'apprentissage de la RCP pour un large public

- ◆ **Introduire la RCP dès le plus jeune âge** et la maintenir tout au long de la vie. Cette approche continue permet à chacun d'acquérir une maîtrise progressive et de se sentir prêt à intervenir, quelle que soit la situation.
- ◆ **Combiner les formations pratiques et numériques :**
 - **Pratique en présentiel** : Massages cardiaques et utilisation de défibrillateurs automatisés externes (DAE), avec des mannequins si disponibles.
 - **Apprentissage en ligne** : Modules interactifs, vidéos didactiques, et autres ressources numériques accessibles pour encourager l'auto-apprentissage à distance.

Cet apprentissage continu renforce non seulement la confiance des individus, mais leur permet aussi d'agir en toute sérénité, sans crainte de commettre des erreurs.

→ Encourager l'acquisition de compétences en RCP et premiers secours

- ◆ **Les formations courtes proposées** lors de la Journée mondiale de la réanimation cardiaque ont pour objectif d'inciter les participants à poursuivre leur apprentissage par le biais de formations complètes offertes par les **Sociétés nationales**. Ce premier contact avec les gestes de secours les incite à approfondir leurs connaissances, voire à devenir formateurs à leur tour.

→ Plaidoyer pour l'apprentissage de la RCP tout au long de la vie

- ◆ **Cibler les communautés, en particulier les écoles** : Une composante clé de la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque est le programme "[KIDS SAVE LIVES](#)", qui promeut l'enseignement de la RCP dès le plus jeune âge. Recommandé par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) depuis 2015, ce programme s'avère particulièrement efficace : les enfants formés peuvent ensuite transmettre ces compétences à leur entourage, ce qui est crucial puisque plus de **60 % des arrêts**

cardiaques surviennent à domicile.

- ◆ **Sensibiliser le grand public à la prévention de l'arrêt cardiaque** : Mieux informer, sensibiliser et éduquer sur les gestes qui sauvent est fondamental pour créer un impact global.

RCP – Deux mains peuvent sauver une vie ?

La **Journée mondiale de la réanimation cardiaque** a connu une croissance impressionnante depuis sa création. Ce qui était à l'origine une journée symbolique, célébrée ponctuellement dans quelques pays, est devenu aujourd'hui une **initiative mondiale continue**, portée tout au long de l'année par des millions de personnes sur tous les continents.

→ Un message simple et universel

Deux ans après son lancement, le slogan « **Deux mains peuvent sauver une vie** » reste le cœur de notre campagne. Il incarne l'idée que nous pouvons tous, avec des gestes simples et accessibles, devenir un maillon essentiel de la chaîne de survie.

→ Des campagnes locales qui reflètent la diversité du monde

Pour renforcer l'impact de la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque 2025, les Sociétés nationales de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge sont invitées à adapter ce message mondial à leur propre réalité :

- ◆ En développant un **slogan local**, plus proche de leur culture et de leur langue ;
- ◆ En tenant compte des besoins spécifiques et des défis propres à chaque communauté.

Cette approche permet à chaque région de s'approprier pleinement la campagne, tout en participant à un effort global pour améliorer les taux de survie en cas d'arrêt cardiaque extrahospitalier.

Former les citoyens à intervenir face à un arrêt cardiaque, c'est leur donner **le pouvoir d'agir, sans peur, avec confiance**. Cette année encore, nous invitons les formateurs, les volontaires, les institutions et les partenaires à se mobiliser pour faire de la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque 2025 **un moment d'engagement collectif et de transmission de savoirs vitaux**.

Parce que deux mains peuvent sauver une vie, rejoignez le mouvement de la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque (WRAH) 2025. Apprenez, agissez, partagez.

Quels sont les supports disponibles pour les SN ?

Le CMRPS a créé une trousse d'outils spécifique pour la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque 2025. Cette trousse d'outils est disponible sur notre plateforme et met l'accent sur la RCP. Les SN peuvent l'utiliser pour organiser leur événement public lors de la Journée Mondiale ou lors de leur campagne en ligne.

Pour la journée mondiale de la réanimation 2025, la trousse d'outils comprend :

- Note d'orientation sur la journée mondiale de la réanimation 2025
- L'affiche officielle 2025
- Vidéo : « Réanimation cardiaque: Brisons les idées reçues, sauvons des vies »
- Jeu de l'oie : « La course aux bons gestes »
- Jeu de la roulette : « La Roue de la RCP »
- Feuille d'activité pour les plus jeunes : « Héros en action : entourez le matériel nécessaire pour une réanimation réussie »
- Infographie : « Comprendre la RCP à travers les chiffres »
- L'application Universelle de Premiers Secours

SLOGAN: « Deux mains peuvent sauver une vie »

En outre, le CMRPS vous invite à retrouver tous les outils développés lors des éditions précédentes sur notre [site internet](#). Ces ressources sont d'ores et déjà disponibles en français, anglais, arabe et espagnol, n'hésitez pas à y jeter un coup d'œil et à vous en servir.

Coordonnée par l'ILCOR, l'initiative JMRC est ouverte à tous les Conseils nationaux de réanimation, qui peuvent adapter leur approche localement. L'ILCOR fournit un appui via des **kits médias, des documents types pour les écoles**, et des exemples de bonnes pratiques, [disponibles ici](#).

Conseils et suggestions d'activités :

→ Jeu de rôle sur la RCP et l'alerte

Nous vous proposons d'organiser une activité de jeu de rôle autour des gestes qui sauvent, et en particulier de la réanimation cardio-pulmonaire. L'objectif est de créer un moment de partage ludique et pédagogique, tout en renforçant les connaissances des participant·es sur les bons réflexes à adopter en cas d'urgence cardiaque.

Cette activité s'appuie sur deux bandes dessinées (BD) produites par le CMRPS :

- [l'une sur la RCP](#)
- [l'autre sur l'alerte](#)

Le principe est simple : chaque participant choisit un personnage dans l'une des deux BD et joue son rôle, en adaptant les dialogues et les situations si besoin. Cela permet à tout le monde de se mettre dans la peau d'un sauveur ou d'une sauveuse et de mieux comprendre l'importance des gestes de RCP.

Les deux BD sont disponibles en français, anglais, espagnol et arabe. N'hésitez pas à en imprimer plusieurs exemplaires pour que les participant·es puissent les emporter chez eux, les relire, et continuer d'apprendre les gestes qui sauvent même après l'activité.

Pour animer cette activité, il vous suffira de :

- *Plusieurs exemplaires imprimés des BD*
- *Un espace où les participant·es peuvent se déplacer et interagir*
- *Un animateur pour guider le jeu et encourager la participation*

Cette activité est idéale pour petits et grands, et ne nécessite aucune connaissance préalable en premiers secours.

→ Concours de dessins "Dessine moi un héros"

Nous vous proposons d'organiser un concours de dessin pour les enfants autour du thème de la réanimation cardio-pulmonaire. L'objectif est de sensibiliser les plus jeunes aux gestes qui sauvent tout en leur laissant un espace pour développer leur créativité. Invitez-les à représenter un héros ou une héroïne en train de sauver une vie (cela peut être une personne réelle comme un parent, un camarade, un secouriste, ou bien un personnage tout droit sorti de leur imagination).

Pour réaliser cette activité vous aurez simplement besoin de mettre à disposition des enfants :

- *Des crayons de couleurs et / ou des feutres*
- *Des feuilles*

Le concours de dessins peut aussi être adapté en activité de coloriages ludique et éducative sur le thème de la RCP. En coloriant, ils assimilent les étapes successives de la RCP. Cette approche interactive permet non seulement de transmettre des connaissances essentielles, mais aussi de leur

donner un sentiment de confiance, les préparant ainsi à faire face à des situations d'urgence. Pour cela nous vous proposons une activité de coloriage [disponible ici](#).

N'hésitez pas à nous envoyer des photos des dessins et coloriages réalisés par les enfants ! Une sélection de ces œuvres sera partagée sur nos canaux de communication afin de valoriser leur participation.

→ Formations courtes aux premiers secours

La formation courte aux premiers secours est une activité phare idéale pour les événements de la journée mondiale de la réanimation cardiaque. Nous encourageons les formateurs de 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, [filtre snapchat RCP](#)). Si applicable – en fonction des lois locales et du matériel disponible – l'enseignement de la défibrillation précoce peut également être inclus. De plus, nous vous invitons à distribuer des prospectus sur les techniques de RCP aux participants à la fin des formations premiers secours. La distribution de ces prospectus permet d'encourager les participants à actualiser leurs connaissances dans une logique de formation continue et de les inviter à suivre une formation plus longue et complète en premiers secours. Vous pouvez retrouver des prospectus que nous avons développés les années précédentes directement dans [l'onglet ressource de notre site internet](#). Pour plus de détails sur l'organisation des formations courtes, voir les [Directives FICR CMRPS](#).

→ Voici quelques conseils pour organiser chacune de ses activités :

Lieu / Espace public : Le site choisi doit répondre aux critères suivants :

- ◆ Commodités : Accès à l'eau et à l'électricité à proximité, avec une connexion WIFI/Internet si possible.
- ◆ Visibilité : Espace facilement accessible (y compris pour les personnes à mobilité réduite) et susceptible d'attirer une forte affluence (places de marché, rues piétonnes ou commerçantes, sites touristiques, etc.).
- ◆ Météo : Si l'événement a lieu en extérieur, prévoyez un espace couvert en cas de pluie ou de forte chaleur.
- ◆ Stationnement : Prévoyez un espace pour se garer, si possible.
- ◆ Sécurité : Contactez la mairie ou les autorités locales pour respecter les normes de sécurité et obtenir les autorisations nécessaires.

Le CMRPS reste à votre disposition si vous désirez des conseils supplémentaires ou si vous désirez partager vos propres outils pour la journée mondiale de la réanimation cardiaque. Tous vos commentaires, suggestions ou réactions qui amélioreraient la pratique sont toujours les bienvenus.

Comment se préparer pour la Journée Mondiale de la Réanimation Cardiaque?

→ Mobiliser votre équipe

- ◆ Désigner un coordinateur local, chargé de la coordination générale de l'événement et de son suivi.
- ◆ Impliquer une équipe de bénévoles et de salariés, dès la phase de planification et de préparation, et pendant l'événement, en particulier pour celles et ceux qui sont prêts à animer des formations courtes aux premiers secours.
- ◆ Nommer des points focaux par domaine : communication, sélection et encadrement des bénévoles, formation, conception des outils pédagogiques, logistique, etc.

→ Anticiper l'organisation

Commencez la préparation plusieurs semaines à l'avance en vous posant les bonnes questions :

- ◆ *Quelles activités souhaitez-vous organiser ?*
- ◆ *Où auront-elles lieu ?*
- ◆ *Avec quels outils ou supports ?*
- ◆ *Vos activités, lieux et outils sont-ils accessibles à toutes et à tous ? Si ce n'est pas le cas, comment pouvez-vous les adapter ?*

→ Favoriser la diversité et l'inclusion

- ◆ Encouragez les idées nouvelles : sollicitez des suggestions auprès de personnes aux profils variés et intégrez-les à votre communication ou dans la conception de vos outils.
- ◆ Soyez attentif aux différences culturelles et sociales : Certaines personnes peuvent se sentir mal à l'aise ou rencontrer des obstacles lors de la réalisation des gestes de premiers secours en raison de différences culturelles. Cela peut être l'occasion d'adapter les pratiques pour les rendre plus inclusives et accessibles, tout en enrichissant l'expérience de chacun.
- ◆ Choisissez des lieux facilement accessibles à tous les publics.
- ◆ Proposez des activités en binôme, favorisant l'apprentissage mutuel et renforçant la participation.

Une large mobilisation de volontaires et une coordination efficace sont les clés du succès de votre événement pour la Journée mondiale de la réanimation cardiaque.

→ Quand organiser votre événement ?

- ◆ Même si la **date officielle est le 16 octobre**, vous pouvez organiser votre événement à une date proche avant ou après, notamment en fin de semaine ou lors d'un moment plus favorable pour votre public cible.
- ◆ Choisissez un lieu en fonction des habitudes locales :
 - dans une école, lors d'une journée extrascolaire
 - dans un centre commercial en week-end,
 - ou encore pendant une fête locale si cela est pertinent.

→ Assurer la clarté et l'accessibilité de votre communication

- ◆ Utilisez un langage simple et compréhensible par tous. Évitez le jargon, les acronymes et les formulations trop techniques ou familières.
- ◆ Si possible, adaptez les activités aux besoins des participants afin que chacun-e puisse y prendre part activement.
- ◆ Profitez de l'événement pour inviter les participants à s'engager comme bénévoles au sein de votre Société nationale.

→ Couverture médiatique

Le succès de la journée repose sur le nombre de personnes formées à la RCP – au minimum à la technique de compression thoracique – et sur l'ampleur de la couverture médiatique, notamment via les réseaux sociaux. Ces indicateurs permettront d'évaluer l'impact global et d'identifier les bonnes pratiques à reproduire et à adapter lors des futures éditions.

Ainsi, il est essentiel que votre événement soit largement connu (médias, réseaux sociaux, etc.) afin d'augmenter le nombre de personnes sensibilisées et formées à la RCP. Pour les réseaux sociaux, il est recommandé d'utiliser le hashtag **#WorldRestartAHeart** comme référence.

Il est essentiel que les formateurs et les responsables de formation collectent des données précises sur l'impact de l'événement, notamment le nombre de personnes sensibilisées, qu'il s'agisse des participants directs ou de celles touchées via les réseaux sociaux. Il est également recommandé de recenser le nombre de volontaires mobilisés pour l'encadrement, ainsi que d'indiquer les outils du CMRPS utilisés le jour J, en précisant lesquels. Ces informations seront précieuses pour remplir le formulaire d'évaluation que le CMRPS vous adressera à l'issue de la Journée mondiale de la réanimation cardiaque. Répondre à ce formulaire est essentiel pour que nous puissions rédiger un rapport sur le rayonnement mondial de cet événement, et pour mettre à l'honneur les bonnes pratiques et les expériences des Sociétés Nationales de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge.

Veillez à ce que la communication post-événement soit accessible à tous et n'hésitez pas à envoyer des photos aux participants.

Les Sociétés Nationales (SN) sont encouragées à **contacter les médias nationaux et locaux** (presse, télévision, web, radio) pour faire connaître l'événement et mettre en avant la collaboration entre la communauté de recherche scientifique (en partenariat avec l'ILCOR) et la plus grande organisation humanitaire au monde, la Fédération Internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (IFRC).

Les campagnes de communication mondiales sont principalement gérées par l'ILCOR et relayées de manière active en Europe par le Conseil Européen de Réanimation (ERC). L'IFRC et les SN sont mentionnées en tant que partenaires de l'événement sur les pages dédiées.

Quels liens avec les Conseils de réanimation ?

Sur le site internet de [l'ILCOR](#), vous trouverez une liste des Conseils de Réanimation régionaux. Il est recommandé aux Sociétés Nationales (SN) de prendre contact avec ces entités ou avec leur Conseil national de réanimation afin d'organiser des activités communes et d'amplifier l'impact de leurs actions. Les Conseils de Réanimation peuvent également se rapprocher des membres nationaux ou locaux du CRCR pour les inclure dans leurs événements. Dans les pays ne disposant pas de 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 réseaux sociaux World Restart A Heart de l'ILCOR sur :

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

Pour rappel, le CMRPS recueille des données sur la journée mondiale de la réanimation au moyen d'un questionnaire similaire au rapport de la Journée Mondiale des Premiers Secours 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 cardiaque. Tous les commentaires, suggestions ou retours d'expérience visant à améliorer la pratique sont toujours très appréciés.

*Si vous avez des questions ou des commentaires, n'hésitez pas à nous contacter à
l'adresse suivante : first.aid@ifrc.org*

**Centre Mondial de Référence des 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>