



Passer le mot sur la RCR pratiquée par des secouristes non professionnels

Un mouvement social visant à sauver la vie de personnes en arrêt cardiaque

Joignez-vous à un mouvement mondial annuel ayant pour but de transmettre de l'information sur les manœuvres de RCR et l'utilisation du DEA par des secouristes non professionnels. Les médias sociaux sont la plate-forme idéale pour toucher un large public, promouvoir votre engagement à sauver des vies, et sensibiliser la population aux manœuvres de RCR à mains seules et à l'utilisation du DEA.

Cette trousse à outils vous fournit des conseils et des ressources à utiliser pour vos communications sociales et numériques.

Facebook, Twitter, Instagram... Peu importe les types de médias sociaux que vous utilisez, il s'agit d'une excellente façon de transmettre votre engagement à augmenter les chances de survie à un arrêt cardiaque. Nous espérons que vous trouverez ces outils utiles!

Mot-clic officiel de la Journée mondiale pour réanimer un cœur

#WorldRestartAHeart

Utilisez ce mot-clic dans toutes vos publications sur les médias sociaux, en plus de tout autre mot-clic pertinent à votre travail ou organisme.

L'International Liaison Committee on Resuscitation (comité de liaison international sur la réanimation [ILCOR]) et d'autres comités de réanimation dans le monde se serviront de ce mot-clic pour lier et faire le suivi des publications Facebook, Twitter, Instagram et LinkedIn.

Qu'est-ce que la Journée mondiale pour réanimer un cœur?

Le 16 octobre, nous célébrerons la Journée mondiale pour réanimer un cœur. Des activités auront lieu partout dans le monde à cette occasion.

Les sept comités membres de l'ILCOR soutiennent une initiative mondiale : sensibiliser la population à l'importance des manœuvres de RCR pratiquées par des secouristes non professionnels et ainsi augmenter les taux d'intervention. Visitez le www.ilcor.org/wrah.



#WorldRestartAHeart

Comment créer du contenu sur les médias sociaux

Joignez vos abonnés et sensibilisez-les aux manœuvres de RCR et à l'utilisation du DEA par des secouristes non professionnels. Vous pouvez vous servir des publications prérédigées suivantes ou les modifier afin de vous exprimer dans vos propres mots ou de refléter les buts de votre organisme.

Vous trouverez le lien vers le contenu téléchargeable à la page 4.

Facebook – Exemples de publications

- Au pays, un arrêt cardiaque survient toutes les 15 minutes.¹ #WorldRestartAHeart est un mouvement mondial pour sauver des vies. Cœur + AVC aide la population à apprendre à aider des personnes en arrêt cardiaque. Suivez la Journée mondiale pour réanimer un cœur dès aujourd'hui.
- N'importe qui, n'importe où, peu importe son âge, peut subir un arrêt cardiaque. Une intervention rapide maximise les chances de survie de la personne en détresse. Cette Journée mondiale pour réanimer un cœur, joignez-vous au mouvement et changez les choses en apprenant les manœuvres de RCR et l'utilisation d'un DEA. #WorldRestartAHeart

Twitter – Exemples de publications

- Connaissez-vous la RCR? Si vous voyez quelqu'un s'effondrer brusquement, intervenez rapidement pour lui sauver la vie. Apprenez les 3 étapes de la #RCR en 90 secondes. Regardez la vidéo de @coeuretavc et partagez-la à vos proches. #WorldRestartAHeart

- Petit appareil simple à utiliser, le défibrillateur (ou DEA) permet de sauver des vies. Un choc ne sera administré qu'en cas de nécessité; il s'agit donc d'une méthode sûre. Regardez la vidéo de @coeuretavc et partagez-la à vos proches. #WorldRestartAHeart
- Chaque année, plus d'un demi-million de personnes de partout au pays apprennent les manœuvres de #RCR et l'utilisation du DEA dans le cadre des programmes de @coeuretavc. Merci aux plus de 10 000 instructeurs pour leur contribution! #WorldRestartAHeart
- Au pays, un arrêt cardiaque survient toutes les 15 minutes¹, au travail, dans des lieux publics et à la maison. Apprenez les manœuvres de #RCR et l'utilisation du DEA pour être préparé à toute éventualité. #WorldRestartAHeart
- Selon @coeuretavc, la majorité des arrêts cardiaques surviennent hors de l'hôpital.² Une formation sur les manœuvres de #RCR et l'utilisation du DEA peut vous aider à sauver la vie d'un collègue ou d'un proche. #WorldRestartAHeart

Instagram – Exemple de publication

- Au pays, un arrêt cardiaque survient toutes les 15 minutes.¹ Si vous en êtes témoin, vous représentez la seule chance de survie de la personne. Soyez prêt à agir en apprenant les étapes faciles de la RCR à mains seules lors de la Journée pour réanimer un cœur. Partagez cette vidéo de @coeuretavc à vos proches en les identifiant ci-dessous. #WorldRestartAHeart

#WorldRestartAHeart

Trousse à outils et ressources

Pour donner de la vie à vos publications, ajoutez une des images, vidéos ou ressources suivantes.

[Visualisez et téléchargez les images ci-contre ici.](#)

Liens

[Notions de base : qu'est-ce qu'un arrêt cardiaque?](#)

[En savoir plus sur la RCR et le DEA](#)

[Page de la Journée mondiale pour réanimer un cœur \(en anglais\)](#)

Histoire d'une survivante

[Un arrêt cardiaque à la piscine](#)

Affiche

[Affiche téléchargeable à imprimer sur la RCR à mains seules](#)



La Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada vous accorde une licence limitée, révoicable, non transférable et non exclusive permettant de télécharger ou d'afficher ce contenu, selon le cas, à des fins non commerciales et non lucratives seulement, à la condition de ne pas en modifier le contenu et de n'enlever ni de modifier aucune identification, marque, avis ou limitation de responsabilité, visible ou non visible. **LES VIDÉOS NE PEUVENT ÊTRE UTILISÉES QUE DANS LES MÉDIAS SOCIAUX.** Pas pour diffusion.

#WorldRestartAHeart

Images de la Journée mondiale pour réanimer un cœur



Images de la RCR à mains seules (Facebook, Twitter et Instagram)

RCR à mains seules

 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.
---	--	---

© 2018 Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada

RCR à mains seules

Trois étapes faciles à suivre

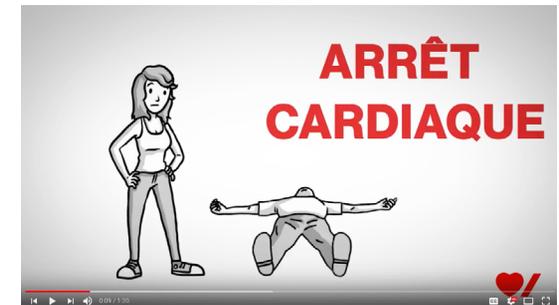
 Composez le 9-1-1 et demandez un DEA.	 Appuyez vite et fort au milieu du thorax.	 Utilisez le DEA dès que vous l'obtenez.
---	--	---

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.

© 2018 Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada

Vidéos



[Cliquez sur l'image pour visionner la vidéo.](#)



[Cliquez sur l'image pour visionner la vidéo.](#)

Conseils pour les médias sociaux

Twitter

Utilisez un langage naturel, comme si vous vous adressiez à un ami. Vos abonnés constateront votre authenticité.

Invitez-les clairement à agir : « cliquez », « apprenez », « regardez », etc.

Évitez les phrases ou les mots tronqués. Une bonne orthographe et des formulations grammaticales justes augmentent les chances que votre publication soit partagée.

Vous pouvez créer vos propres gazouillis, utiliser ceux fournis dans ce document ou en partager d'autres à propos de la Journée mondiale pour réanimer un cœur – dans ce dernier cas, n'oubliez pas d'ajouter un commentaire sur la publication originale. Suivez d'autres organismes impliqués dans ce mouvement et relayez leurs messages pour montrer à vos abonnés que vous militez pour une cause importante.

Assurez-vous d'identifier @coeuretavc dans vos gazouillis pour que nous puissions interagir avec vous en ligne. Vous pouvez faire l'identification « @ » dans l'image pour économiser de l'espace dans votre gazouillis.

Allez à l'essentiel en étant clair et concis. Même si Twitter a récemment changé le nombre maximal de caractères, il est préférable d'utiliser un maximum de 140 caractères (incluant les espaces).

Insérez le mot-clic officiel (#WorldRestartAHeart) et ceux que vous utilisez habituellement pour parler de la RCR (comme #RCR), mais limitez-vous à deux par gazouillis. Essayez d'inclure vos mots-clics dans vos phrases au lieu de les ajouter à la fin. Les mots-clics permettront à vos abonnés de suivre d'autres utilisateurs qui publient des messages à propos de ce sujet important.

N'oubliez pas les supports visuels! Vos gazouillis seront plus attrayants s'ils comprennent des images et des vidéos.

Facebook

Entamez la conversation : encouragez les autres à commenter votre publication. Posez des questions et incitez les gens à partager votre publication.

Vous pouvez utiliser nos exemples ou créer votre propre publication. Assurez-vous que le sujet principal du message est le recours aux manœuvres de RCR et l'utilisation du DEA par des secouristes non professionnels.

Indiquez le lien d'autres sources d'information pertinentes. La plate-forme de Facebook vous permet de rediriger le public vers votre site Web (ou à coeuretavc.ca/rcr ou tout autre site connexe) pour en apprendre plus sur le sujet.

Les histoires personnelles fonctionnent à merveille sur Facebook. Si vous connaissez quelqu'un qui a déjà subi un arrêt cardiaque ou qui a réanimé une personne en détresse, faites connaître leur histoire (avec leur permission, bien sûr).

Les éléments visuels de bonne qualité sont attrayants. Vous pouvez vous servir de vos propres vidéos, mots-clics ou graphiques, ou bien de ceux fournis dans cette trousse. Facebook vous simplifie la tâche.

Essayez de publier vos messages à différents moments de la journée. Vous pourrez ainsi joindre de nouvelles personnes, qui pourront possiblement aimer votre page.

Instagram

Instagram représente le moment présent – c'est un média personnel et visuel qui attire les abonnés par des images authentiques.

Les utilisateurs d'Instagram aiment être impliqués. Posez des questions, demandez l'avis de vos abonnés ou testez leurs connaissances.

Assurez-vous d'identifier @heartandstroke dans votre photo ou message pour que nous puissions interagir avec vous en ligne.

LinkedIn

Il s'agit d'un excellent moyen de joindre des professionnels des domaines de la santé, de la réanimation et des services d'urgence pour leur montrer votre appui à la Journée mondiale pour réanimer un cœur et les encourager à faire de même.

#WorldRestartAHeart



Merci de votre appui à la Journée mondiale pour réanimer un cœur!

Ensemble, nous améliorerons les taux d'intervention par des secouristes non professionnels ainsi que les chances de survie à un arrêt cardiaque.

Pour en savoir plus :

couretavc.ca/rcr

ilcor.org/wrah