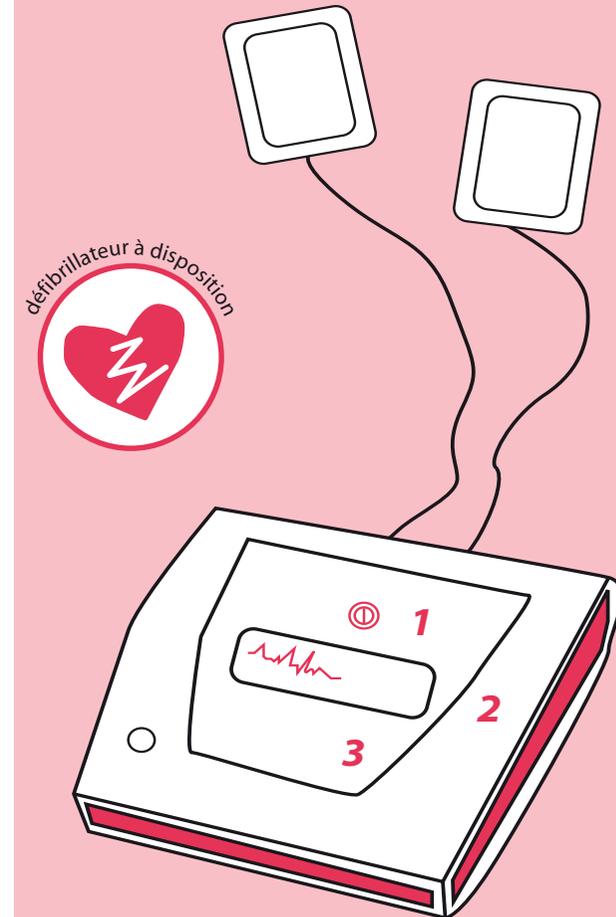


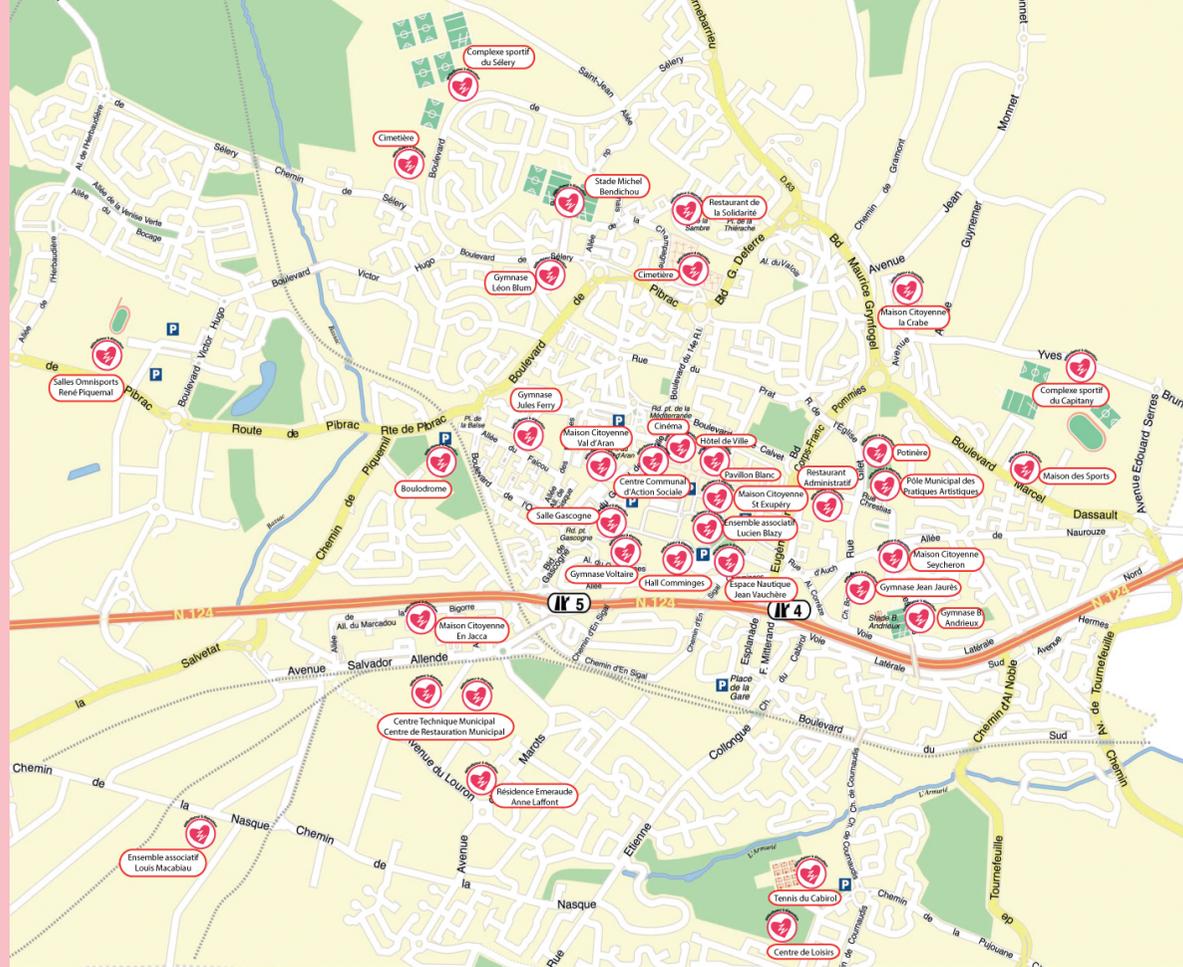
Colomiers s'équipe de  
**36 défibrillateurs**  
 automatiques  
 pour sauver des vies



défibrillateur à disposition

1 place Alex Raymond  
 BP 30 330  
 31776 COLOMIERS CEDEX

Tél. : 05 61 15 22 22 - Fax : 05 61 15 22 00  
 www.ville-colomiers.fr



Sites pour la mise en place des  
**36 défibrillateurs sur la Commune**

- Hôtel de Ville
- Cimetière
- Cimetière du Bassac
- Hall Comminges
- Salle Gascogne
- Centre Technique Municipal
- Centre Restauration Municipale
- Restaurant Administratif
- Stade Michel Bendichou
- Gymnase Bertrand Andrieux
- Gymnase Jean Jaurès
- Gymnase Léon Blum
- Gymnase Voltaire
- Gymnase Jules Ferry
- Salles Omnisports R. Piquemal
- Complexe Sportif Capitany
- Complexe Sportif du Sélery
- Maison des sports
- Ensemble associatif des Pratiques Artistiques (PMPA)
- Centre de Loisirs du Cabriol
- Résidence Emeraude EHPAD Anne Laffont
- Restaurant de la Solidarité
- Boulodrome Municipal
- Ensemble associatif L.Mocabiau
- Ensemble associatif L. Blazy
- Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)
- Espace Nautique Jean Vauchère
- Tennis du Cabriol
- Potinière Parc Duroch
- Maison Citoyenne En Jacca
- Maison Citoyenne Seycheron
- Maison Citoyenne la Crabe
- Maison Citoyenne St Exupéry
- Maison Citoyenne du Val d'Arac
- Cinéma
- Pavillon Blanc

# Informez-vous !

Tout citoyen est invité à se former au gestes de survie.

Lors d'un arrêt cardiaque, il est vital d'alerter les secours et d'entamer les premiers gestes de survie les plus rapidement possible.

1 minute sans soins = 10% de chances de survie en moins.

Partenaires :  
 Croix Rouge Française de Colomiers, SAMU, Pompiers, Fédération Française de Cardiologie.



# Sauvez des vies

Les gestes de premier secours réalisés le plus tôt possible augmentent les chances de survie. **Si vous êtes témoin d'un arrêt cardiaque, déclenchez la chaîne de survie.**

**Appelez le : 15** [SAMU]

pour prévenir  
les secours **18** [Pompiers]

**112** [numéro unique en Europe]

- ☎ décrivez l'état de la victime
- ☎ donnez l'adresse précise du lieu où se trouve la victime
- ☎ ne raccrochez que si la personne du SAMU vous le dit

## Appelez le 15



**Tout citoyen est invité à se former aux gestes de survie.**

En France, l'arrêt cardiaque fait 50 000 victimes par an. La majorité des cas surviennent dans la rue, chez soi ou dans des lieux publics ... Nous pouvons augmenter le taux actuel de survie de 3 % à 45 % en utilisant le défibrillateur.

### Qu'est-ce qu'un arrêt cardiaque ?

L'arrêt cardiaque est un dysfonctionnement de l'activité du cœur.

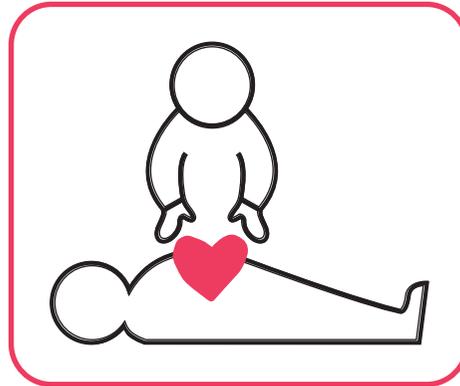
**La victime perd connaissance, tombe, elle ne réagit pas** quand on lui parle, **cesse de respirer** (sa poitrine ne se soulève pas) et elle n'a **plus de pouls**.

L'arrêt cardiaque peut être précédé de **palpitations** ou d'un **malaise général**, mais il peut aussi **survenir brutalement**.

## Commencez le massage cardiaque

- ☎ les mains l'une sur l'autre, au milieu de la poitrine, faites 100 compressions par minute.
- ☎ si vous savez le faire, pratiquez aussi le bouche-à-bouche, 30 compressions / 2 insufflation jusqu'à l'arrivée des secours.

## Massez



### Quelle est la cause de l'arrêt cardiaque ?

90% des arrêts cardiaques sont d'origine cardiovasculaire. La victime a des contractions rapides, irrégulières des ventricules du cœur.

Il existe d'autres causes de l'arrêt cardiaque : noyade, électrisation, intoxication, hypothermie, overdose, insuffisance respiratoire, stress...

**Les gestes élémentaires de survie doivent être faits dans les 4 premières minutes.** Chaque minute perdue diminue les chances de survie de la victime.

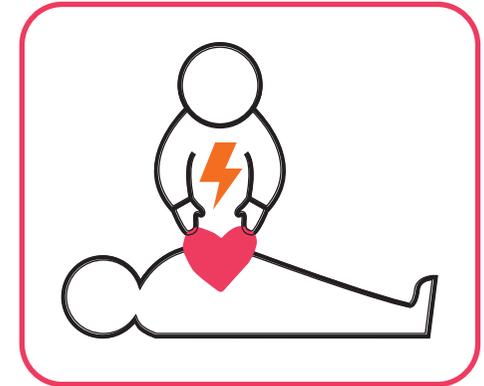
### Comment prévenir l'arrêt cardiaque ?

Ne pas fumer, éviter l'alcool, manger équilibré, pratiquer une activité physique régulière (demander l'avis du médecin).

## Défibrillez

- ☎ utilisez un défibrillateur automatique si un appareil est disponible à proximité.
- ☎ laissez vous guider par l'appareil. Il vous guide vocalement, étape par étape. **L'appareil est très simple d'utilisation et sans risque. Il déclenche un choc électrique que si nécessaire.**

## Défibrillez



### En quoi consiste la défibrillation ?

La défibrillation est un choc électrique qui retablit l'activité du cœur. Le défibrillateur analyse le rythme cardiaque de la victime et délivre un choc si nécessaire.

Son utilisation est simple :

- ☎ allumez l'appareil
- ☎ placez les électrodes sur la poitrine de la victime
- ☎ suivez les instructions orales et les indications écrites sur l'appareil.

**Objectif :** maintenir la victime en vie jusqu'à l'arrivée des secours.

**Tout citoyen peut utiliser le défibrillateur automatique sans risque ou responsabilité de sa part** [Décret du 4 mai 2007]