

DEVENEZ / UN

HÉROS

EN **30** MINUTES
CHRONO!

SUIVEZ LA FORMATION DE 30 MINUTES
HÉROS EN TRENTE® ET VOUS
APPRENDREZ LES GESTES ESSENTIELS
(RCR SANS VENTILATION) POUR
SAUVER UNE VIE.

POUR PLUS D'INFORMATION :
msss.gouv.qc.ca/heros-en-trente
fmcoeur.qc.ca



**HÉ
ROS**
en
trente



FONDATION^{MC}
DES MALADIES
DU CŒUR
DU QUÉBEC

Québec 

• Ministère de la Santé et des Services sociaux
• Urgences-santé