PRÉPARER VOTRE LOGEMENT AVANT L'INTERVENTION D'UN PROFESSIONNEL

Lit

- **Mettre** le matelas à nu. Enlever le dessus de lit, les draps, les couvertures, la couette, l'alèse
- **Coller** du scotch double-face autour du sommier et sur les pieds du lit afin de détecter la présence de punaises. Ecarter votre sommier du mur.

Meubles

- **Enlever** tous les objets accrochés au mur (tableaux, miroirs, posters, etc
- **Ne pas transporter** ces objets dans une autre pièce et ne pas déposer sur le lit ou le canapé.
- **Installer** des «boudins» en bas de chaque porte des pièces atteintes, afin de limiter la propagation dans votre appartement.

Murs

- **Déplacer l**es meubles à 80 cm du mur pour permettre aux professionnels d'effectuer le traitement. Vider entièrement les meubles pour qu'ils puissent être traités. Mettez le linge dans des sacs hydrosolubles.

Le sac hydrosoluble est destiné au lavage du linge contaminé et peut être mis directement dans la machine. Vous n'avez pas à sortir le linge du sac pour le mettre en machine, ce qui permet d'éviter tout risque de contamination liée à la manipulation.

COMMENT EVITER LES PUNAISES DE LIT ?

CHEZ VOUS :

- **Eviter** d'accumuler des objets dans votre logement. Ainsi, vous diminuez le nombre d'endroits où les punaises peuvent se cacher
- **Inspecter** systématiquement les meubles d'occasion (sommier, fauteuil...) et nettoyez-les minutieusement avant de les installer chez vous et, si possible traitez-les avec un appareil spécialisé à vapeur chaude.
- **Eviter** de récupérer matelas, sommier ou autres meubles et textiles jetés aux encombrants
- De la même façon, si vous achetez des vêtements d'occasion, **inspectez-les et transportez-les** dans un sac fermé hermétiquement et lavez-les au moins 1h à 60°C ou placez-les au sèchez-linge au cycle le plus chaud durant au moins 1h30 ou congelez-les pendant 72h sans oublier de les mettre dans un sac hermétique vidé de son air.

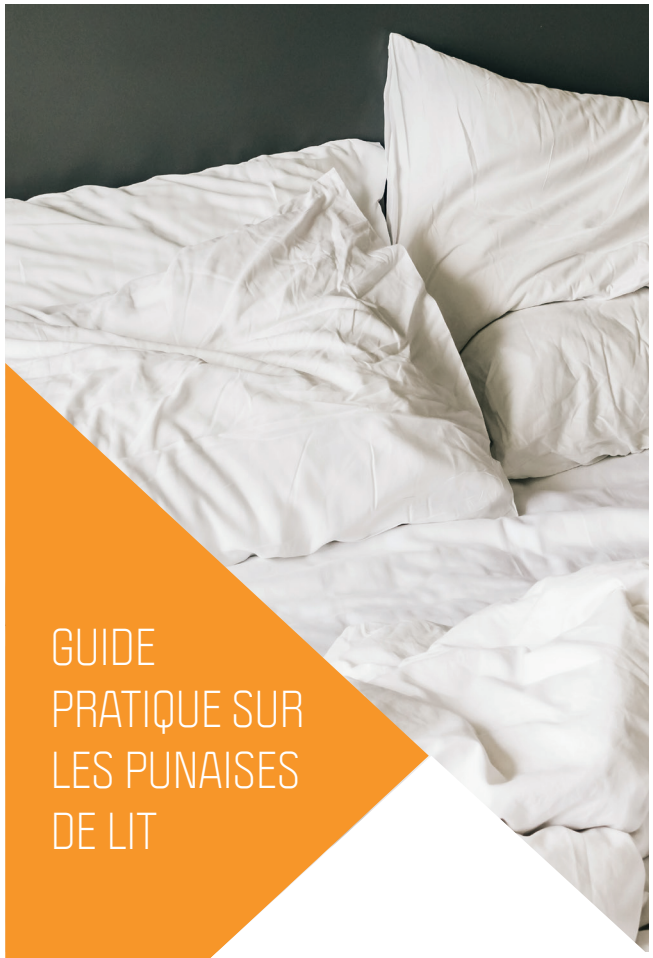
PENDANT ET APRÈS UN VOYAGE :

- Lorsque vous séjournez dans un hôtel, une cabine de train... **inspectez** la chambre, les placards et le lit
- **Ne déposez jamais** vos bagages sur le lit et encore moins dessous
- A votre retour, **vérifiez** que ces insectes ne se trouvent pas dans vos bagages ou sur vos vêtements. Si vous soupçonnez leur présence, traitez vos affaires.

IDF Habitat
59, avenue Carnot
94507 Champigny-sur-Marne cedex
www.idfhabitat.fr

idf Habitat UN LOGEMENT POUR TOUS

quali'hlm La qualité de service en actions et en preuves



GUIDE PRATIQUE SUR LES PUNAISES DE LIT

Punaise de lit :

Comment les éviter et s'en débarasser ?

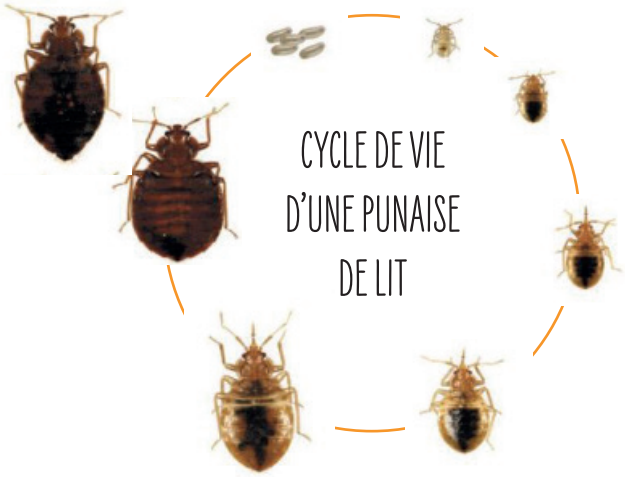
idf Habitat UN LOGEMENT POUR TOUS

Les punaises de lit sont en pleine recrudescence et colonisent de plus en plus de logements. L' arrivée de ces insectes n'est pas lié à un manque d'hygiène ou de propreté. Ils peuvent se loger partout, et tout le monde peut en être victime. L'important en cas d'infestation, est de réagir vite en prévenant IDF Habitat et en appliquant des mesures strictes pour limiter leur prolifération jusqu'à élimination.

COMMENT RECONNAÎTRE UNE PUNAISE DE LIT ?

Les punaises de lit sont de petits insectes visibles à l'oeil nu (dimension d'un pépin de pomme, entre 5 et 7 mm) de couleur marron ou brunâtre. Elles ne sautent pas et ne volent pas, et se nourrissent de sang humain la nuit.

Les punaises de lit fuient la lumière et se réfugient dans les endroits sombres. On peut donc aussi en trouver dans les fissures de murs, les fentes de parquet, derrière les cadres, etc.



QUELS BONS GESTES ADOPTER ?

1 DÉTECTER

SUR SA PEAU

Les piqûres provoquent des boutons rouges semblables à ceux des moustiques, et des démangeaisons. Elles peuvent se regrouper par 3 ou 4 sur la peau, parfois en ligne, et sont généralement situées sur les parties découvertes du corps (visage, mains, bras, jambes). Elles ne transmettent pas de maladie.

CHEZ SOI

Munissez-vous d'une lampe de poche et inspectez soigneusement votre literie. Des concentrations de leurs déjections (des petits points noirs) peuvent être observées sur les matelas, lattes ou fentes du sommier, bois du lit, plinthes, angles des murs...

2 LUTTER

SI VOUS SUSPECTEZ D'AVOIR DES PUNAISES DE LIT DANS VOTRE LOGEMENT, INFORMEZ IDF HABITAT AU PLUS VITE.

Nous mettrons en place avec notre prestataire spécialisé dans ce type d'intervention un plan de traitement selon un protocole bien défini. Le respect du protocole établi permet d'obtenir de bons résultats.

CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE EN ATTENDANT L'ARRIVÉE D'UN PROFESSIONNEL

Aspirateur / nettoyeur vapeur

Passer 2 fois par jour l'aspirateur ou le nettoyeur vapeur dans les pièces et les meubles vidés pour éliminer les punaises et les oeufs.

Après chaque passage, jeter le sac dans un sac poubelle hermétiquement fermé. Pour les aspirateurs sans sac, pratiquer de la même manière et nettoyer le contenant après chaque utilisation. Nettoyer également le conduit de l'appareil.

Textile

Par mesure de précaution, les textiles (vêtements, linge de maison, rideaux, tapis, housses de canapé, etc.) doivent être :

- soit lavés à au moins 60°
- soit chauffés au minimum 1h30 à 60° dans un sèche-linge
- soit congelés à -20° durant au moins 72 heures (Mettez vos textiles dans un sac hermétique en supprimant l'air pour éviter les problèmes de moisissure lors de la décongélation).

Pour éviter la diffusion des punaises dans d'autres pièces ou en cas de nettoyage dans une laverie, veillez à placer vos textiles dans un sac hermétique voire hydrosoluble. Ne secouez pas vos vêtements ni votre literie par la fenêtre.

Une fois le linge traité, le mettre dans un sac plastique hermétiquement fermé. il pourra être à nouveau rangé dans les meubles si aucune punaise n'a été repérée 15 jours ou 1 mois après le traitement.