

# Luttons ensemble contre les punaises de lit!

Les punaises de lit se développent rapidement en Ile-de-France, quels que soient les quartiers ou les types d'habitation.

**Ensemble, agissons  
pour stopper leur  
prolifération!**



## Qu'est-ce qu'une punaise de lit?



La punaise de lit adulte est un insecte de la taille et de la couleur **d'un pépin de pomme**.



**Pique** les êtres humains **la nuit** pour se nourrir de leur sang. Ne vole pas et ne saute pas sur les gens.



Fuit la lumière et se cache dans des **endroits sombres et étroits** (coutures de matelas, fentes de canapé, prises électriques, fentes, plinthes etc.).

Ne transmet **pas de maladie**



Leurs piqûres (jusqu'à 90/nuit) peuvent provoquer des **infections de la peau et des démangeaisons**.



Elles peuvent être la cause d'un sommeil perturbé, d'anxiété et d'isolement social.



## Quelles conséquences?

## Comment les détecter?



Elles sont difficiles à observer. Vérifiez les indices suivants :

- **Piqûres sur la peau** et démangeaisons
- **Petites taches noires** sur les coutures du matelas = déjections d'insectes
- **Petites taches de sang** sur les draps = insectes écrasés

Ne **récupérez jamais de matelas ou de meubles** laissés sur le trottoir même en bon état.

Si vous vous procurez des meubles d'occasion, **inspectez-les et nettoyez-les bien** avant de les introduire chez vous.



## Comment prévenir les infections ?

Si vous achetez des vêtements d'occasion, placez-les dans un sac plastique scellé avant de les introduire chez vous, puis videz le contenu **directement dans le lave linge et lavez à 60°**. Jetez le sac vide aux ordures à l'extérieur. Les petits objets peuvent être **congelés à -20°** pendant au moins 72h.



Au retour de voyages ou déplacements, lavez le linge à 60°C et désinsectisez la valise.



Maintenez une **bonne hygiène corporelle** et un **environnement propre, aéré, lumineux et désencombré**.



N'essayez pas de régler vous même le problème. N'utilisez pas d'insecticides vendus dans le commerce. Ils peuvent nuire à votre santé et rendre les punaises plus difficiles à éliminer.

## Que faire en cas d'infection ?

Prévenez immédiatement **votre gardien ou votre agence**. Colombes Habitat Public enverra une entreprise spécialisée qui procédera au traitement contre les punaises. Un SMS vous sera envoyé pour convenir d'un rendez-vous. **L'entreprise interviendra deux fois sur une période de 21 jours**.



Pour diminuer le nombre d'insectes et **garantir le succès du traitement**:

## Préparer l'intervention



**Videz les placards**, mettez les vêtements, la literie et les rideaux dans le lave linge et **passez au cycle le plus chaud**. Puis placez le tout dans des sacs hermétiques.



Nettoyez les recoins et tissus d'ameublement, ainsi que les sommiers et matelas **à la vapeur à 120°**. **Passez l'aspirateur** partout (y compris placards, plinthes, sous les meubles etc.). Videz le contenu de l'aspirateur dans un sac plastique scellé et jetez le sac aux ordures à l'extérieur.



**Jetez les meubles infestés**, rendez-les inutilisables en les déchirant ou en les détruisant avant de les entreposer à l'extérieur. Prenez **rendez-vous pour un enlèvement** par le Service Municipal de Propreté en téléphonant gratuitement au **0800 892 700**.



Dégagez les espaces: **décolliez les meubles des murs** et décrochez les cadres et tableaux. Placez le matelas et le sommier debout en cathédrale.



**IMPORTANT**: Libérez le logement 4h minimum après le passage du technicien et davantage pour les femmes enceintes ou les personnes fragiles.

En cas d'absence, laissez vos clés à votre gardien ou un voisin.



### POUR RAPPEL :

- **AGENCE CENTRE-VILLE:** 01 47 86 15 40
- **AGENCE FOSSES-JEAN:** 01 47 86 08 46
- **AGENCE PETIT COLOMBES:** 01 47 82 08 53