



MIDWEST PESTICIDE  
ACTION CENTER

# LISTE RECAPITULATIVE POUR LES LOCATAIRES

## Vous pensez avoir un problème de punaise, avez-vous...

- 1.) Remarquez des traces de morsures à votre réveil, généralement en ligne ou en cercle?
- 2.) Découvert des traces ou taches rouges sur vos draps, matelas, ou autres mobiliers proche de votre lit?
- 3.) Découvert des insectes, vivant ou morts, à l'aide d'une loupe, rampant dans votre logement?

**Si la réponse est oui à l'une des questions ci-dessus, vous avez peut être une infestation de punaise de lit. Utilisez la liste ci-dessous pour connaître les étapes à suivre.**

## QUE POUVEZ-VOUS FAIRE ?

### Immédiatement:

- Retirez votre lit du mur
- Séchez vos vêtements, draps et autres articles d'habillement au moins 20 minute à HAUTE TEMPERATURE
- Une fois que vous avez séché tout habits et draps, placez les dans un sac fermé de manière à ce que les insectes n'y reviennent pas
- Passez l'aspirateur de manière régulière. Placez le sac d'aspirateur dans un sac plastique fermé ou étanche, et débarrassez-vous du sac le plus rapidement possible.



### Les jours suivants :

- Achetez une housse spéciale anti-punaise pour matelas et/ou pour sommier
- Calfeutrez tous les craquements et crevasses le long du mur et autour des fenêtres
- Peindre et calfeutrer votre sommier, tête de lit et table de nuit
- Désencombrez au maximum votre chambre à coucher
- Ne rangez rien sous votre lit
- Passez l'aspirateur tous les jours
- Lavez vos vêtements et draps à la machine régulièrement

### Si le problème persiste :

- Utilisez une brosse/un balai à vapeur
- Utilisez les produits anti-punaises les moins toxiques
- Contactez votre élu local
- Parlez à votre voisinage et prévoyez une solution collective

## A FAIRE ET NE PAS FAIRE SI VOUS PENSEZ AVOIR DES PUNAISE DANS VOTRE

- Contactez votre propriétaire
- Contactez votre élu local
- Adressez vous aux personnes du département municipal ou gouvernemental de la santé publique
- Lisez et suivez toujours les instructions indiquées sur les pesticides
- Ne pas jeter vos meubles et autres biens personnels
- Ne pas paniquer
- Ne pas utiliser de bombe anti-insectes
- Ne pas utiliser de pesticides non approuvés pour le traitement des punaises
- Ne pas vaporiser de pesticides sur votre matelas ou sur vous-même si contre-indiqué sur le produit

Midwest Pesticide Action Center s'engage dans la réduction des risques sur la santé et de l'impact environnemental de l'utilisation de pesticides en promouvant de meilleures alternatives dans l'Illinois.

4611 N. Ravenswood Ave., Suite 107, Chicago, Illinois 60640 Tel: 773/878-PEST (7378) Fax: 773/878-8250 Web: [www.midwestpesticideaction.org](http://www.midwestpesticideaction.org)