



Agir ✓

**face aux
punaises
de lit** 🔍

Guide

habitant



**Astuces et conseils
pour un foyer
sans punaises de lit**



Crédits :

Rédaction : C. Thénoz, E. Vandenbroucke, M. de Angelis.

Conception et relecture : I. Riom, E. Martinez, L. Bonniel, M. Chapelle, M. Berlioz, C. de Chambrun, N. Thomas, les salariés de l'EBE Spactions, C. Thénoz, D. Rincon, E. Vandenbroucke, L. Voiturier, A. Moncamp, M. de Angelis.

Graphisme et illustrations : C. de Chambrun.

Remerciements : ABC HLM, Alliade Habitat, ARS Auvergne-Rhône-Alpes, Brossup, CAF du Rhône, Conseils Locaux de Santé Mentale, Emerjean, Fondation Abbé Pierre, Fondation de France Centre-Est, Grand Lyon Habitat, Groupe GEIM, Le Centsept, Métropole de Lyon, Pacte des Solidarités, Préfecture du Rhône, Régie AMIR, SFAIRE, Société Lyonnaise de Détection Canine, SPactions, Une Biche, Union Européenne, Ville de Lyon.

Les punaises c'est une course de fond !



Page 4
Introduction au projet
Punaise de lit et
prévention



Page 16
L'auto-diagnostic
J'ai des doutes



Page 34
Débuter le traitement seul
Je veux m'en débarrasser



Page 60
Le traitement par un pro
Comment choisir
un professionnel ?

P.X



Ce document est interactif :

cliquez sur la pagination du document à tout moment pour retourner au sommaire principal. Cliquez sur les numéro de page dans le texte pour vous y rendre (ex. : "se rendre sur la page B") puis sur la mention "**❗ Document interactif : retourner page A.**" en bas de page pour retourner sur la page sur laquelle vous étiez avant. Bonne navigation !

Des solutions existent



Habitants, bailleurs, propriétaires, mairies, pouvoirs publics, associations... Tout le monde à son rôle à jouer !

Ce livret vise à **accompagner** les habitants dans **toutes les étapes** de la **gestion d'une infestation** :



- ✓ **éviter** les infestations de punaises de lit ;
- ✓ **détecter** au plus tôt l'arrivée des punaises ;
- ✓ les **éliminer** avant qu'elles prolifèrent ;
- ✓ bien **choisir** les professionnels.

4



oh!
Punaises?!

Le projet Oh Punaises



Depuis 2022, le Centsept mobilise les acteurs de la région lyonnaise autour du projet d'innovation sociale Oh Punaises.

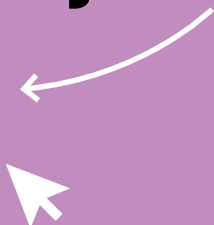
Grâce à la **coopération** entre plusieurs acteurs du **territoire**, nous voulons rendre chacun plus **autonome** pour lutter contre les punaises de lit, à travers des **actions de prévention**.

Chacun a sa
place pour
limiter la
propagation des
punaises de lit !

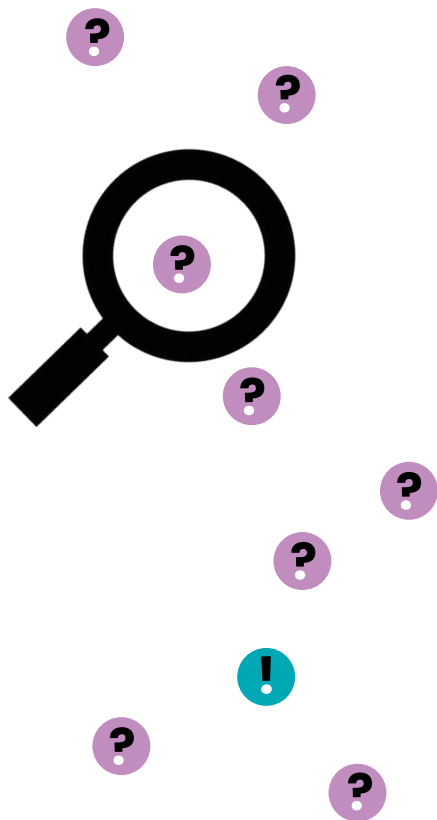


5

Retrouvez toutes les infos sur le projet **ici**



Je suis fréquemment confondue !



Insecte A



Insecte D

Où suis-je ?



Un petit jeu, **saurez-vous retrouver** la punaise de lit au milieu de tous ces insectes ?



Insecte B



Insecte C



Insecte E

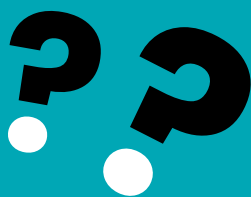


Insecte F

Solution :

A : Larve d'anthrène ; B : Anthrène ; C : Punaise de lit ; D : Vrilllette ; E : Lepisme ; F : Blatte de jardin.

Punaise de lit qui es-tu ?



À QUOI JE
RESSEMBLE ?

OÙ ET
COMMENT
JE VIS ?

JE ME DÉPLACE
EN MARCHANT,
JE NE SAUTE PAS,
JE NE VOLE PAS.

J'ADORE LES
COINS SOMBRES,
JE DÉTESTE LA
LUMIÈRE!

JE CRÉE
MA MAISON DANS
LES PETITS TROUS,
FISSURES, ET
AUTRES!

JE SUIS OVALE
ET JE MESURE
ENTRE 5 ET 8MM
À L'ÂGE ADULTE.

AU DÉBUT JE BOUGE
PEU, JE M'INSTALLE
PLUTÔT PRÈS DE VOS
ENDROITS DE REPOS
(LITIÈRES, CANAPÉS,
FAUTEUILS).

LE CHAUD :
JE NE SURVIS
PAS AU DESSUS
DE 60°C.

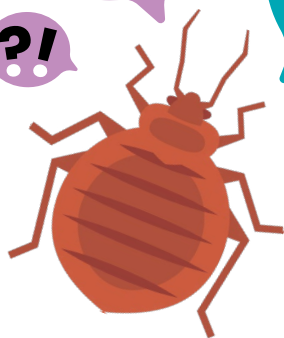
MES ŒUFS
RESSEMBLENT À
DES GRAINS DE RIZ
COUPÉS DE 1MM
DE LONG.

MES CACHETTES
SONT IDENTIFIABLES
GRÂCE AUX TRACES
DE MES DÉJECTIONS
DEVANT MON NID.

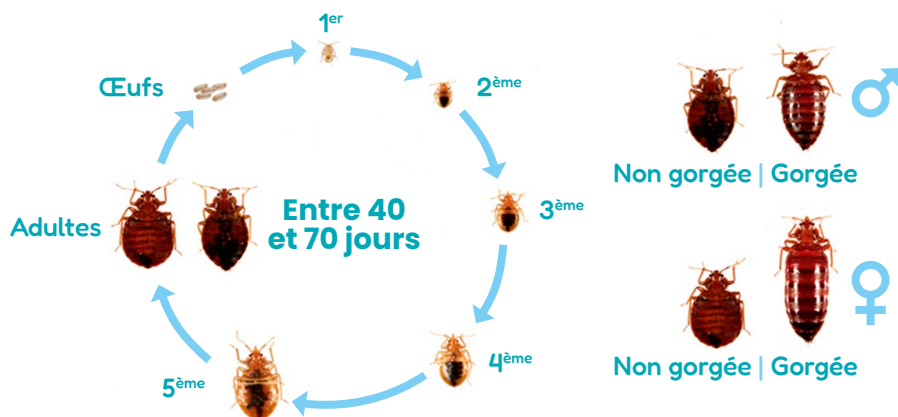
MES POINTS
FAIBLES !

LE FROID :
JE MEURS SI
JE PASSE PLUS
DE 3 JOURS
À -19°C.

MA CARAPACE ET
MES PIÈDS : ON PEUT ME
TENDRE DES PIÈGES SUR MON
PARCOURS POUR LIMITER
MES DÉPLACEMENTS
OU RAYER MA
CARAPACE...

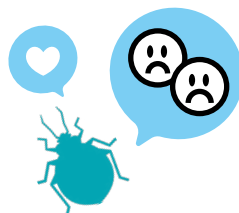


Cycle biologique œuf à œuf



Un parasite humain

La punaise se nourrit de sang humain (on dit qu'elle est hématophage).



Elle se développe là où les humains sont, peu importe le niveau d'hygiène de l'habitat.

Mais aussi un parasite de l'habitat

Elle ne restepas sur leur hôte (contrairement aux poux).



Elle est principalement véhiculée par le déplacement d'objets contaminés (meublier, valises, vêtements...).

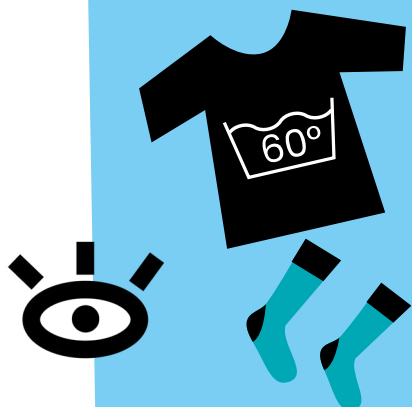
Prévention ne pas en avoir à la maison



Les bons réflexes

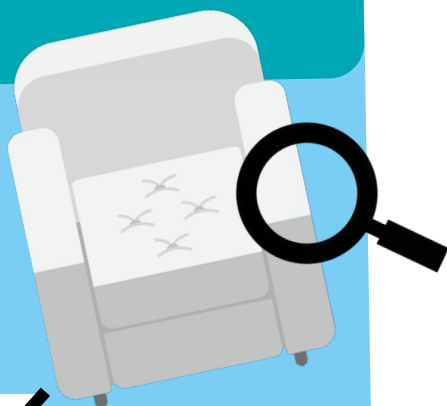
Les objets (vêtements, bagages...) sont les véhicules des punaises, soyez vigilants à bien inspecter les objets entrants.

En cas d'exposition accidentelle lors d'un voyage ou d'achats de textiles d'occasion :



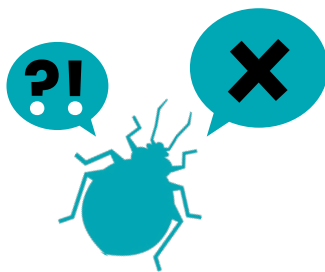
✓ Laver à 60°
ou
congeler à -18°C
pendant 72h

En cas d'importation d'un meuble d'occasion :



✓ Inspectez-le bien (page 22),
au moindre doute réalisez un traitement à la vapeur
ou
ne l'importez pas à la maison

La bonne habitude

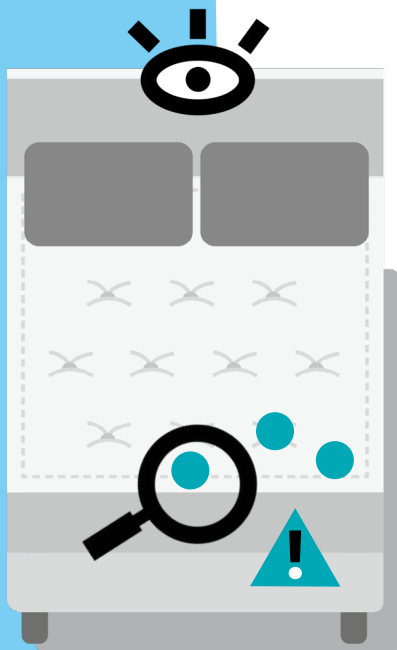


Les punaises de lit sont courantes, détectée précocement, les traitements restent simples.

Il n'est pas nécessaire d'être angoissé et de réaliser des actions complexes systématiquement pour s'en prémunir.



Vérifiez simplement vos draps et matelas lors de vos changements de draps. Poussez l'inspection plus loin en cas de piqûres ou d'indices suspects (pages de 18 à 29).



Prévention ne pas en avoir en voyage

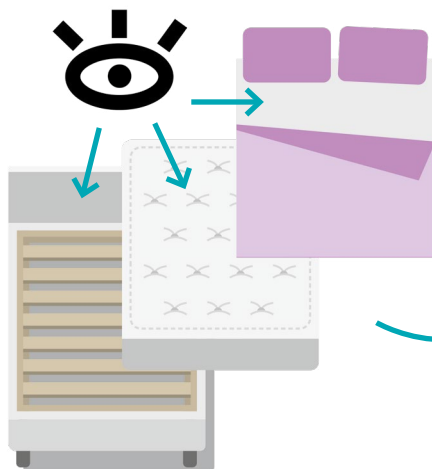


1. L'inspection

Assurez-vous que votre lieu de repos n'a pas de punaises.

Prenez **5 minutes** pour inspecter :

- ✓ le **lit**,
- ✓ le **matelas**,
- ✓ les **draps**.



Si vous trouvez des punaises **avertissez la réception** et **changez de chambre** ou de lieu d'accueil.



?!
..

Voir plus d'informations sur l'inspection page 22.

2. Les bagages



Ils peuvent être le véhicule
des punaises de lit.
Pour **limiter les chances de
transport** :

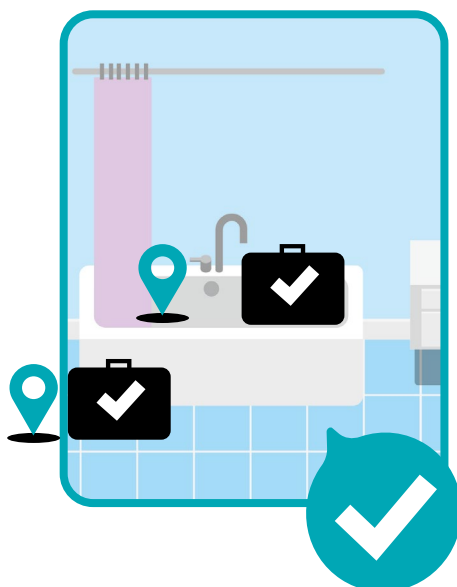
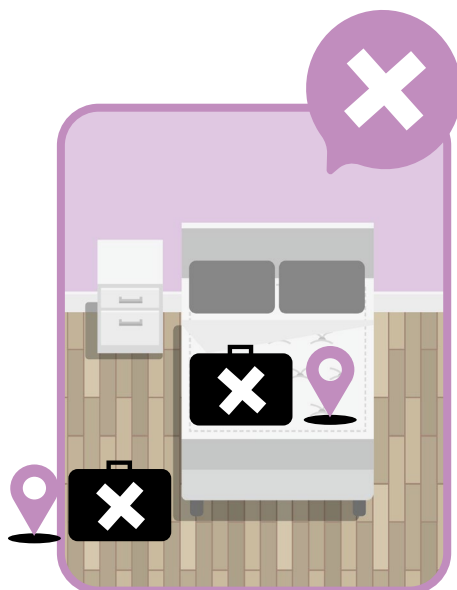
✓ **Ne déballez
pas vos
affaires dans
la chambre, les
 tiroirs...**

✓ **Placez vos
bagages loin du
lit.**

✓ **En règle
générale, placez
vos bagages
dans la salle de
bain.**



Si vous pensez **avoir été
piqué**, ou **en contact** avec
des punaises de lit, isolez
vos bagages dans un sac
hermétique et lavez les
textiles (voir page 49).



Réflexes anti-punaises



- Je **vérifie** ma literie à chaque changement de draps.
- J'**examine** les objets qui rentrent chez moi, en particulier la **seconde main**.
- En voyage, je **pose** mes valises dans la **salle de bain**.
- Si j'ai un doute : j'**examine**, je **lave** à **60°C** ou je **congèle**.
- Si un voisin a des punaises, je ne panique pas et je lui **donne les informations** présentes dans ce livret.



Focus voyage

- Je suis **attentif** au lieu où je dors.
- Je peux mettre mes valises plutôt **éloignées du lit** pour ne pas tenter d'éventuelles punaises de s'y glisser (dans la salle de bain).
- Je ne mets pas **mes affaires** dans la penderie.
- Je ne laisse pas traîner **mes vêtements sales**, je les emballe et les remets dans ma valise.

Je pense à partager les bons gestes et les bons réflexes autour de moi, c'est important d'en parler.

L'infestation démarre généralement sur le lieu de votre repos principal (votre lit, canapé, fauteuil...).

Je me concentre sur ces lieux pour réaliser une inspection minutieuse.

15



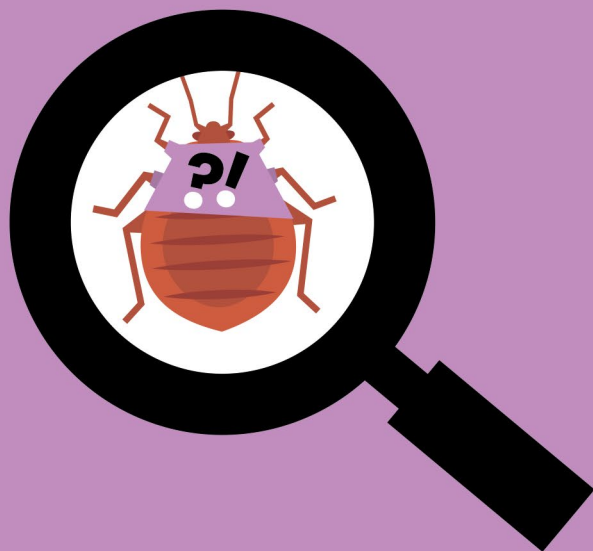
Et surtout
je n'arrête pas de vivre et je ne bascule pas dans la peur !

L'auto- diagnostic

J'ai des doutes.



Comment les identifier les punaises de lit,
inspecter mon logement et agir ?



De quoi j'ai besoin ?



- 1 Une loupe
pour repérer
les plus petits
indices.



- 2 Une lampe
pour chercher
dans les
coins les plus
inaccessibles.



- 3 Quelques
outils si
jamais je dois
démonter
le lit.



- 4 Un appareil
photo ou un
flacon pour
montrer à
un spécialiste
si j'ai des
doutes.



Ce qu'il faut chercher : les indices de sa présence !



5 millimètres



Punaises adultes taille réelle

Œuf 1 mm



Photographies © SLDC

i Document interactif : retourner page 11.

Les indices qui peuvent me mettre la puce à l'oreille !

Je regarde si je trouve l'un de ces indices :



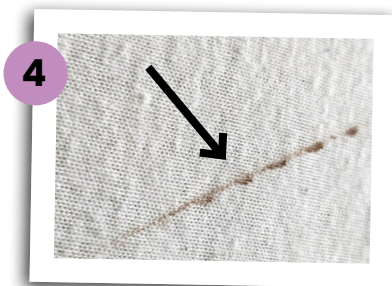
- ✓ Les premières nuisances constatées sont **les piqûres** qui sont fréquemment **alignées ou en courbes**. Voir en détail à la page 20.



- ✓ Je retrouve une **punaise de lit**.



- ✓ En cas de **piqûres suspectes**, les déjections des punaises de lit doivent être recherchées : petits points noirs de 1 à 2 mm de diamètre qui s'étalent au frottement d'un coton tige humide. Voir en détail page 23.



- ✓ Lors de vos mouvements nocturnes, vous pouvez accidentellement écraser une punaise de lit et retrouver ce type de traces.

Les indices des photographies 1 et 4 sont insuffisants pour un diagnostic de certitude. 



De nombreuses erreurs sur les piqûres

Les piqûres de punaises sont localisées sur les zones découvertes du corps pendant la nuit.



La règle est simple :
Les piqûres à elles seules, même caractéristiques, ne sont pas un critère de diagnostic suffisant pour déclencher un traitement.
C'est un signal d'alerte qui doit inciter à la vigilance et aux investigations.

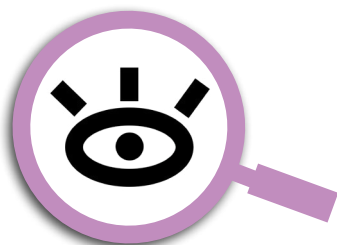
Photographies © SLDC



J'ai
un doute

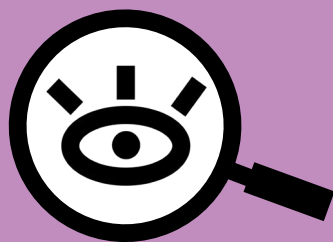
=

je me lance dans
l'inspection.



Commencez toujours
par le lieu de repos
dans lequel vous
pensez avoir subi des
piqûres !

L'inspection étape par étape



Comment faire une **inspection** ?
Procédez méthodiquement
et **par étapes** :

1

Draps
et matelas

2

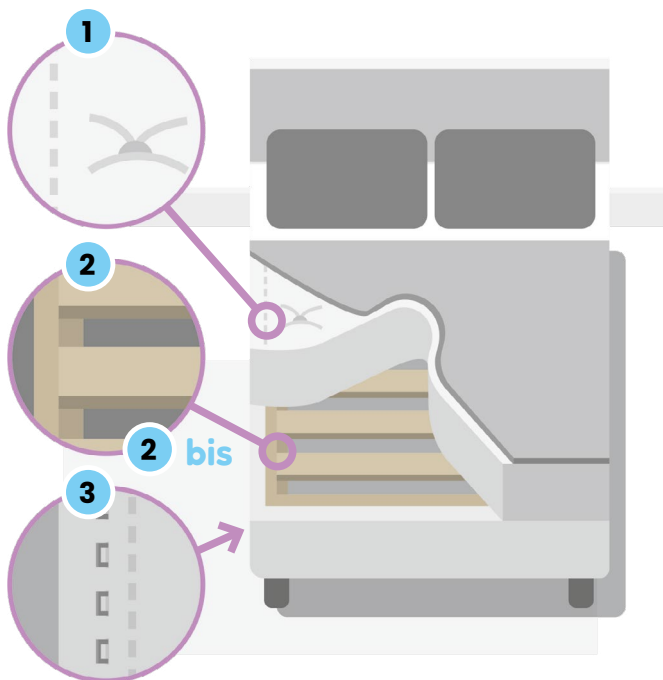
Sommier

2 bis

Démontage

3

Encadrement

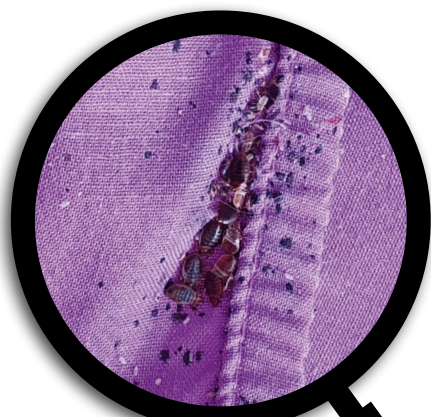


Vous ne pouvez pas réaliser l'inspection ?
Voir "**J'ai besoin d'aide**" page 31.



1 Inspection Draps et matelas

Les **punaises de lit** ne creusent pas, elles restent en surface et sont donc bien visibles lorsqu'elles s'installent dans ces recoins.



Inspectez vos draps, notamment au niveau des coutures des alèses, des oreillers, traversins, couettes, draps housses.

23



Observez les coutures situées sur la périphérie du matelas et l'intérieur des poignées de portage.

Si vous ne trouvez rien, retirez les draps et le matelas mais laissez-les dans la pièce pour le moment.

Photographies © SLDC



2

Inspection Sommier

Si vous avez
un sommier à
latte, recherchez
les traces de
déjections au
niveau des
emboîtements
(points noirs).



24



Sur un sommier
tapissier ou
sur un canapé,
retournez-les et
regardez dessous,
notamment
au niveau des
agrafages de
toiles.



J'ai un doute sur une trace



Erreur fréquente

Traces de déjections de mouches sur une plinthe et/ou un encadrement de fenêtre en pleine lumière.



Trace de punaises

Petits points noirs d'environ 1 à 2mm de diamètres.

Généralement localisées à l'abri de la lumière, devant une fissure, un emboîtement de lattes, un trou de vis, etc.

25

Soyez attentif !



Soufflez dessus :

Si elle s'envole, pas de panique c'est une poussière.

Si elle reste :

Prenez un coton tige humide et frottez délicatement la tâche :

- Si elle ne bouge pas, pas de panique, c'est probablement une inclusion dans le bois !
- Si au frottement elle bave, vous avez probablement trouvé une déjection de punaises de lit.

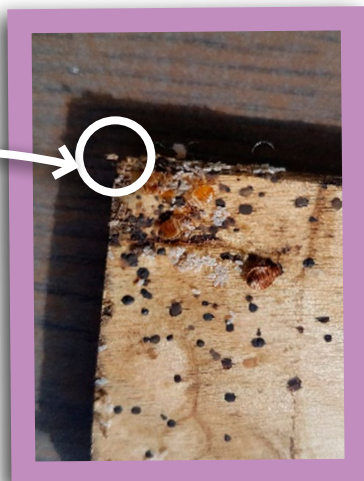




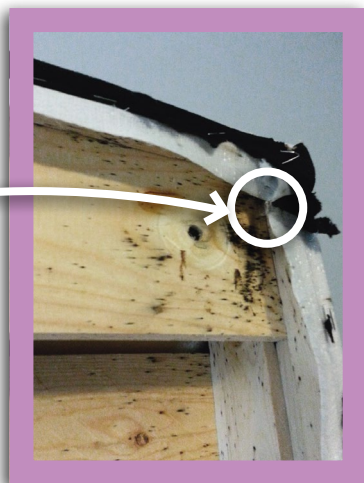
2
bis

Inspection Démontage

Toutes **traces suspectes**
doivent inciter au démontage !



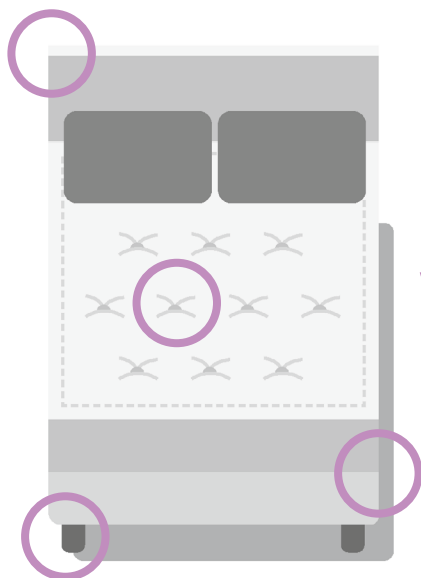
avant / après





3

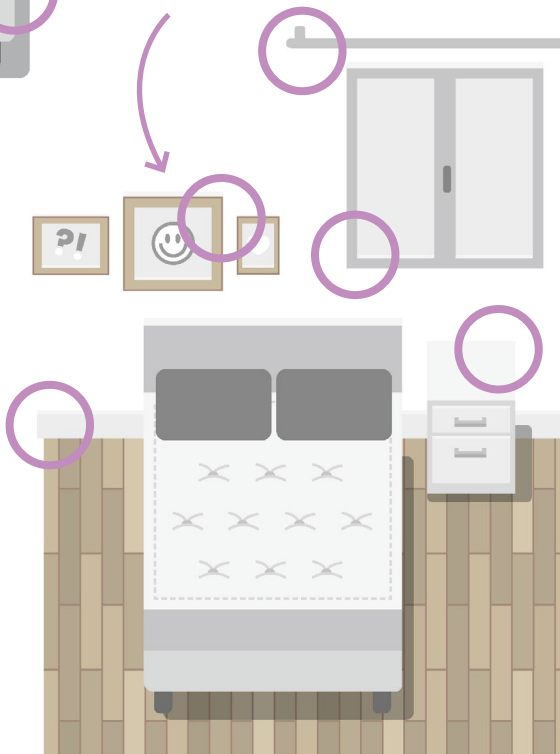
Inspection Encadrement du lit du lit



Autour des **pieds de lit**, sous les supports latéraux de **sommier**, derrière les **têtes de lit**, derrière les boutons des **matelassages** ...

Je ne trouve rien mais je suis bien piqué, **que faire ?**

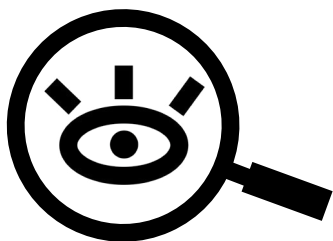
Poursuivez votre recherche sur la périphérie immédiate de la zone que vous inspectez, regardez la **plinthe** derrière la literie, derrière la **table de chevet**, la **tringle à rideau** au-dessus du lit, l'encadrement de **fenêtre** au-dessus du lit, le **tableau** au-dessus du lit, etc.





+

Inspection Repérer une cachette



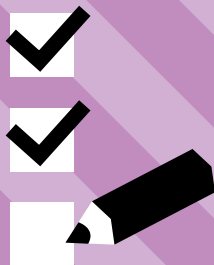
Elles peuvent être
présentes dans
toutes les fentes
d'une épaisseur
supérieure à
celle d'une **carte**
bancaire.



Mais
concentrez-vous
sur la literie, elles
y sont toujours !

synthèse

Détecter les punaises !



■ **1. Le réflexe :**
regarder sa
literie chaque
semaine au
moment du
changement
de drap.



29

■ **2. Des piqûres ?**
J'inspecte.

■ **3. J'inspecte :**
draps, matelas,
sommier et
alentours.

■ **4. Si j'ai des
punaises de lit :**
j'appelle mon
propriétaire /
bailleur, et ...

■ **5. ... je commence
l'auto-
traitement.**



L'inspection est finie



**Je n'ai pas trouvé
de punaises
de lit.**



**Je reste
vigilant.**

**J'ai trouvé
des punaises
de lit.**



**Je passe à
l'auto-traitement.**



**Retrouvez "Débuter le
traitement seul" page 34.**

J'ai besoin d'aide

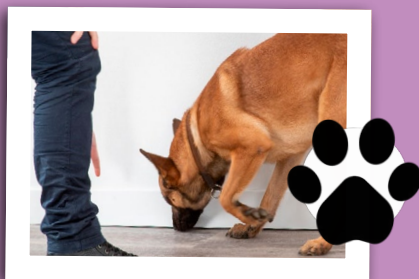


Je fais appel à un **professionnel**,
deux techniques :



✓ Inspection visuelle

L'inspection peut également être réalisée par un professionnel.



✓ Inspection canine

Plus rapide qu'une inspection visuelle !

31

Bon à savoir

- ★ Les professionnels peuvent avoir besoin de démonter le sommier pour être surs.
- ★ Dans un premier temps, il doit vous orienter vers des techniques d'auto-traitement simples et sans produits chimique (voir suite de ce livret).

Retrouvez les professionnels sur :

Stop Punaises
www.stop-punaises.gouv.fr



Syndicat des experts
de détection canine
de punaises de lit
www.sedcpl.fr



Chambre
syndicale 3D
www.cs3d.fr



Photographies © SLDC

Conclusion de l'auto-diagnostic



Je n'ai pas trouvé de traces de punaises de lit, j'ai un doute.



Je maintiens ma vigilance pendant un mois :

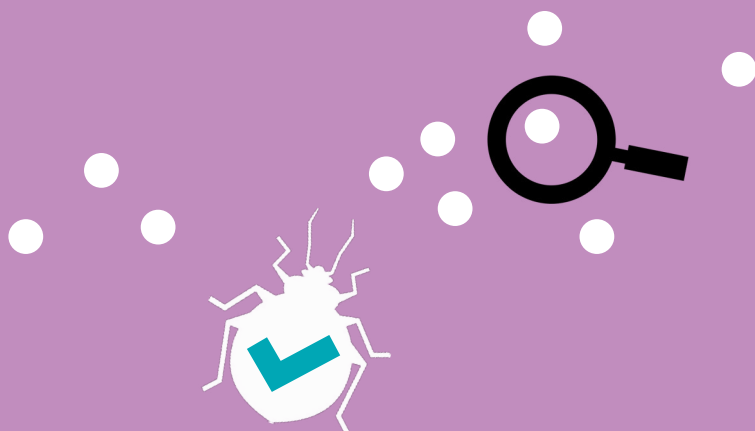
32



1. Je note la date de chaque session de piqûres.

2. J'inspecte tous les 7 jours ma literie et /ou mon canapé (lieux des piqûres suspectés).

→ Si les sessions de piqûres augmentent en intensité et si je ne retrouve pas d'indices suspects lors de mes inspections, je prends contact avec le propriétaire de mon logement.



→ **Je suis sûr d'avoir des punaises de lit.**



J'appelle le propriétaire de mon logement (ou bailleur).



Je regarde les conseils dans la section suivante.



Débuter le traitement seul



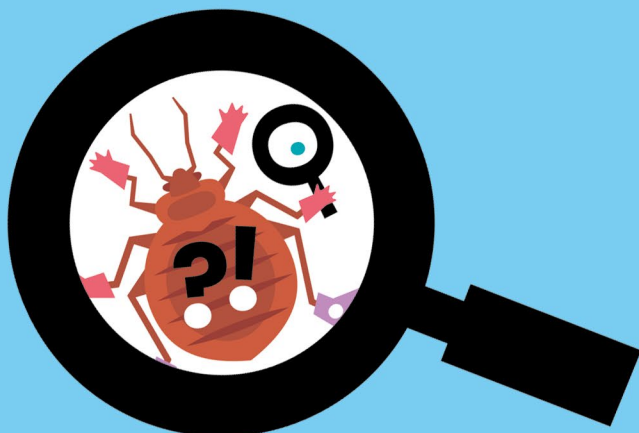
1. J'ai trouvé des punaises de lit
ou des traces de leur présence



2. J'ai prévenu
mon bailleur



3. J'évalue le niveau de mon
infestation



Il est indispensable d'évaluer le niveau de l'infestation pour faire le tri entre :



Ce que
je peux
faire
moi.

Lavage des textiles ; vapeur, aspirateur, remise en état et entretien de mon logement font partie intégrante de la lutte et sont des actions indispensables !



Ce que je
peux faire
en lien avec
un pro.

Le traitement chimique de mon logement s'il est nécessaire, le suivi de mon infestation sur le long terme.



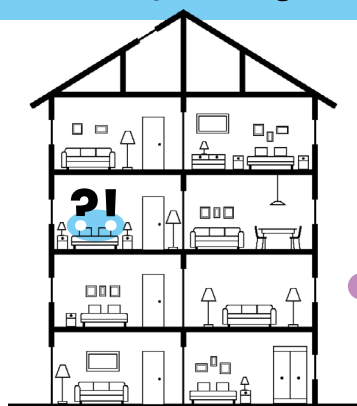
Ce qu'il
ne faut
jamais
faire.

Lutter sans en informer son bailleur.
Faire un traitement chimique seul.
Jeter son mobilier (c'est souvent inutile).

Où sont les punaises de lit ?

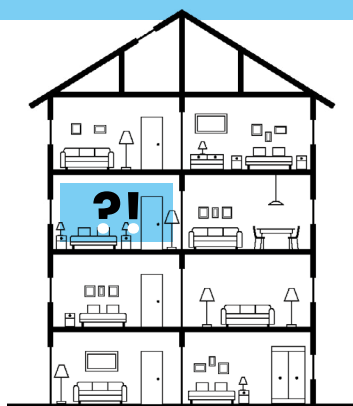
Niveau d'infestation

Déplacement de l'insecte et développement de l'infestation
(échelle du Pr JM Berenger) :



Stade 1

Autour de **mon lit**.



Stade 2

Dans **la pièce**.



Stade 3

J'en ai trouvé **hors de ma chambre**.

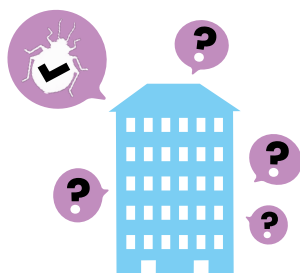


Stade 4

Plusieurs **appartements** de l'immeuble
ont des punaises de lit.

Cette évaluation vous permet d'adapter la lutte !

	votre propriétaire Contacter	Commencez le traitement	Gérer les textiles	un professionnel Contacter
Stade 1-2	 	 		
Stade 3-4	 	 	 	 



Si vous trouvez des punaises de lit, **parlez-en à vos voisins.**

S'ils sont infestés, une **gestion collective et synchronisée** est **impérative** pour vous débarrasser tous ensemble des punaises.

Suivant votre lieu de résidence, des aides peuvent être disponibles



Signalez votre infestation sur le site du Gouvernement :
<https://stop-punaises.beta.gouv.fr>



De nombreux bailleurs et propriétaires vous accompagnent dans vos démarches :

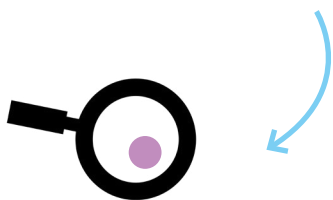
Pour en savoir plus, **contactez sans attendre votre bailleur, propriétaire ou syndic** pour connaître les modalités de prise en charge.



Sur la région lyonnaise, faites appel à **Oh Punaises ?!**

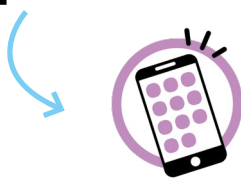


Des **médiateurs punaises de lit** sont à votre écoute pour vous :



✓ **Apprendre** à détecter les punaises de lit.

✓ **Éviter** d'en ramener chez vous.



✓ **Orienter** vers les bonnes personnes en cas d'infestation.

✓ **Conseiller** sur l'éradication des punaises de lit.

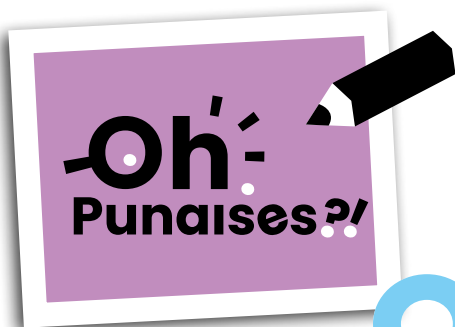


Oh
Punaises?!

Je prépare mon matériel avec Oh Punaises?!

?!

Des nettoyeurs
vapeur
professionnels
sont disponibles
à la location et
pour un tarif
très avantageux
auprès des
antennes Oh
Punaises.



Présents à :

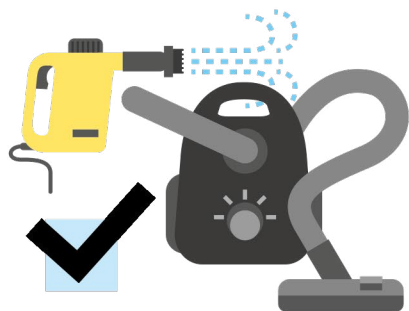
📍 Lyon 8,
📍 Saint Fons,
📍 Villeurbanne,
📍 Rillieux.

ohpunaises.lyon@gmail.com

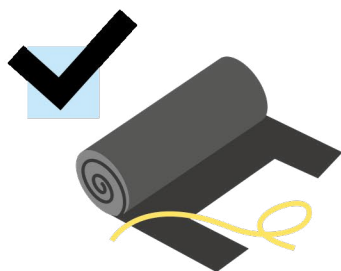


Source photographie : www.polti.fr

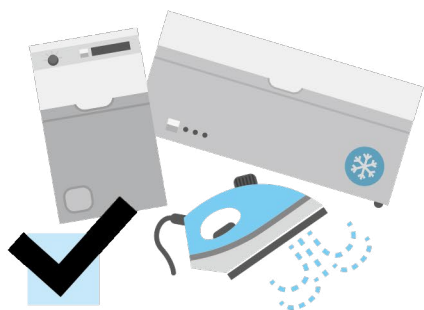
Débuter la préparation : s'organiser !



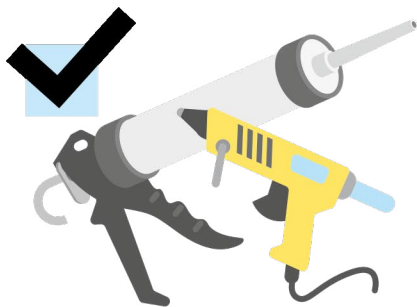
Aspirateur et/ou nettoyeur vapeur pour retirer les punaises de lit !



Sacs poubelles pour transporter et protéger les textiles !



Lave-linge et/ou centrale vapeur et/ou congélateur pour traiter les textiles !



Pistolet à silicone pour supprimer les cachettes après traitement !

Les endroits où
je peux **la trouver**.



42

**Commencer
toujours par **le lieu
de repos** dans lequel
vous pensez subir
des piqûres !**

Plan d'action étape 1



**Isoler
la pièce**

1



**Ne pas
se déplacer**



**Gérer
ses textiles**



**Préparer
son logement**



**Reboucher
les trous**

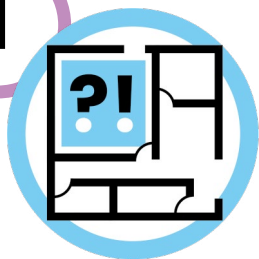


**Une chose
après l'autre**





1



Isoler la pièce

J'isole la pièce concernée.

Les punaises ne sont pas forcément dans toutes les pièces ; pour qu'elles restent au même endroit, je limite leurs possibilités de "sortir".



Je **limite leurs déplacements** avec du scotch double face de qualité !



Je **gère les textiles** de la pièce infestée séparément !



Plan d'action étape 2



**Isoler
la pièce**



**Ne pas
se déplacer**

2



**Gérer
ses textiles**



**Préparer
son logement**



**Reboucher
les trous**



**Une chose
après l'autre**



2



Ne pas se déplacer

Si je n'ai pas de contre-indications médicales, **j'évite de fuir la pièce** sinon elles me suivront.
Par exemple : si je fuis la chambre infestée et que je pars dormir au salon, **je risque l'infestation du salon**.



Pour **éviter les piqûres** je peux utiliser une moustiquaire de ce type (laver le linge de lit à 60°C avant la mise en place dans la tente).

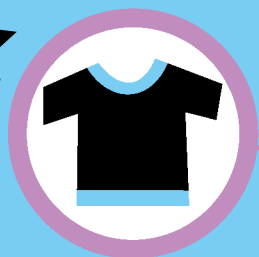
Plan d'action étape 3



**Isoler
la pièce**



**Ne pas
se déplacer**



**Gérer
ses textiles**

3



**Préparer
son logement**



**Reboucher
les trous**



**Une chose
après l'autre**



3



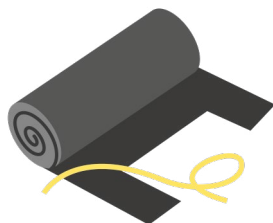
Gérer ses textiles

Gestion d'une infestation de **niveau** **1 et 2 :**

Sur un début d'infestation très localisé, le parcours des textiles n'est fréquemment pas encore touché, il n'est donc **pas nécessaire de les prendre en charge**.

Cette préparation sera réservée :

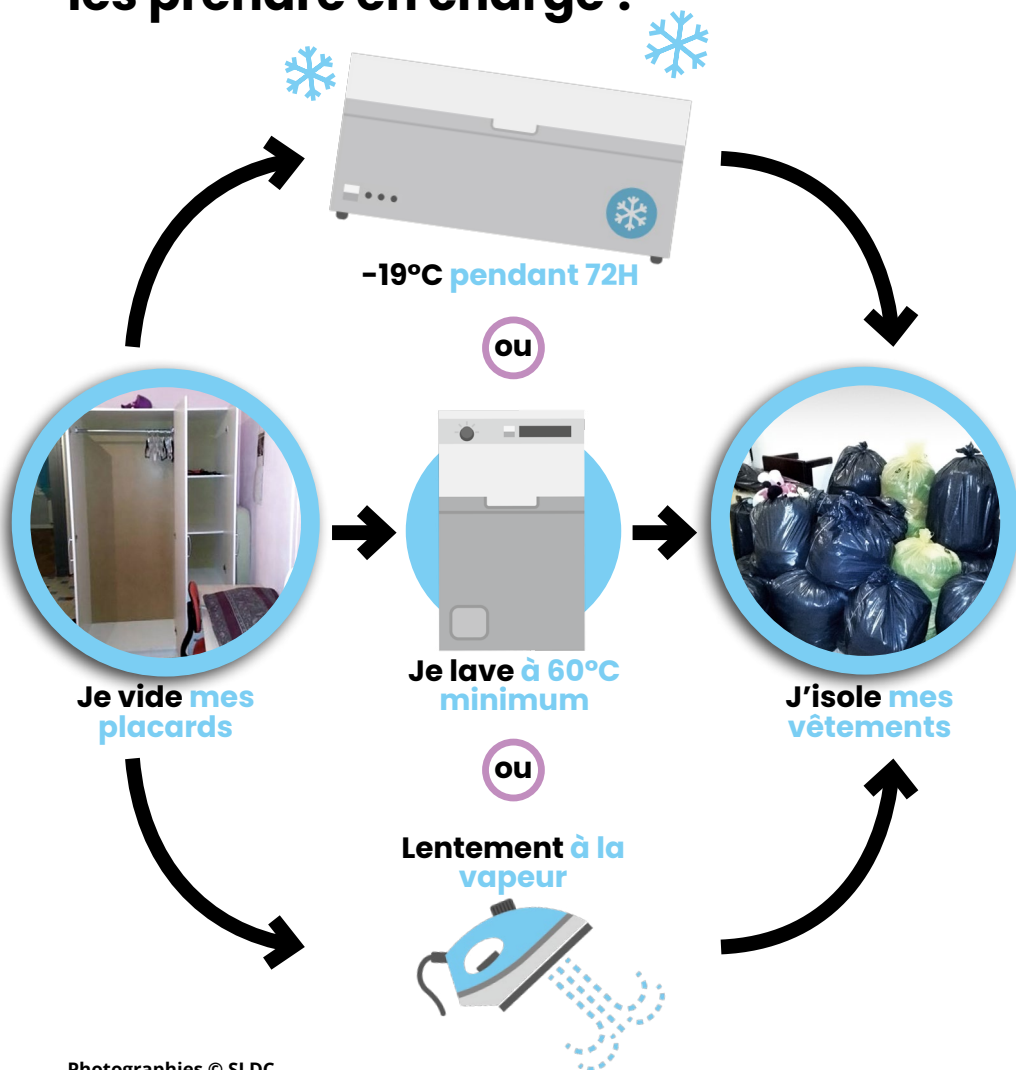
- ✓ En cas de traitement chimique.
- ✓ En cas d'échecs répétés.
- ✓ En cas de débordement sur d'autres pièces pendant vos traitements.
- ✓ Aux stades 3 et 4.





Niveau 3 et 4 :

Dans la maison, les textiles sont les voitures des punaises de lit, une fois touchés, il faut absolument les prendre en charge !



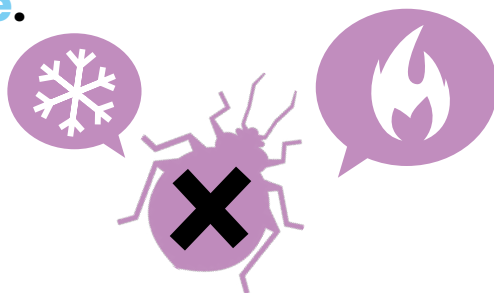


3



Gérer ses textiles

Il existe des techniques professionnelles de traitement thermique par **congélation** ou par **étuvage**.



	Congélateur industriel : -19°C pendant 72h	N'endommage pas les affaires qui ne se lavent pas à 60°C. Réalisable à la maison dans son congélateur.	Technique assez longue. Non adapté au matériel électronique. Peu d'entreprises proposent ce service.
	Etuves "spéciales punaises de lit" : air pulsé à 60°C	Très fiable et rapide, n'endommage pas les affaires qui ne se lavent pas à 60°C.	Peu d'entreprises proposent ce service.

Plan d'action étape 4



**Isoler
la pièce**

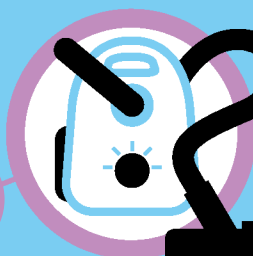


**Ne pas
se déplacer**



**Gérer
ses textiles**

4



**Préparer
son logement**



**Reboucher
les trous**



**Une chose
après l'autre**



4



Préparer son logement

Pour éliminer les punaises dans
votre logement, vos deux meilleurs
alliés sont l'**aspirateur** et le
nettoyeur vapeur. ♥



Nettoyeur
vapeur

&

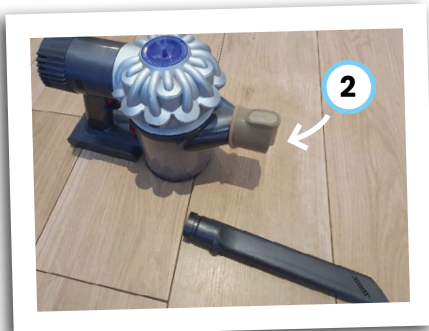
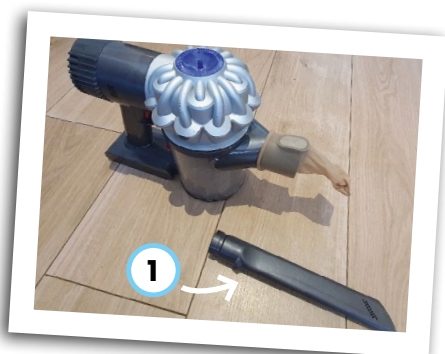


Aspirateur équipé
d'une chaussette



L'aspi, un super outil !!!

Votre **aspirateur** est un outil redoutable, il a juste besoin que vous l'équipiez !



Retirez l'embout suceur de votre aspirateur (1) et **insérez une chaussette en Nylon** (2) pour faire un filtre ! **Replacez** l'embout (3).



Une fois que vous avez aspiré les punaises de lit, **retirez** la chaussette et **faites un nœud** (4).

4



Préparer son logement

**Donc sur une
surface dégagée**



**Méticuleusement à
l'aspirateur chaussette !**



Pas de nettoyeur vapeur.



**La vapeur est un
excellent outil
pour les zones
inaccessibles,
mais sur les
zones dégagées,
avec la forte
pression
qu'elle génère,
elle risque de
projeter les
punaises de lit
plus loin sans
les tuer...**

**La règle c'est donc :
Si je les aperçois : **aspirateur** !
Sinon : **vapeur** !!**

La **vapeur**, un super outil !!!



Le **nettoyeur vapeur** pour les **petites cachettes difficiles d'accès !!**

Il n'est pas nécessaire
d'utiliser un nettoyeur
vapeur professionnel
onéreux !

Un nettoyeur vapeur du
commerce est largement
suffisant.

Si vous avez une antenne
Oh punaises près de chez
vous, elles peuvent vous
louer des nettoyeurs
vapeur professionnels à
prix solidaires.



**Idéal pour
les sommiers
à lattes !**

55



**Idéal pour
les trous de
visserie !**



**Et aussi
pour
les plinthes !**



4



Préparer son logement

Pour traiter les **literies** :



Pour traiter les **plinthes** :



Plan d'action étape 5



**Isoler
la pièce**



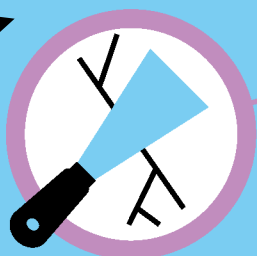
**Ne pas
se déplacer**



**Gérer
ses textiles**



**Préparer
son logement**



**Reboucher
les trous**

5



**Une chose
après l'autre**





5



Reboucher les trous

Reboucher les trous fait
partie de **la lutte** et vous
aide à avancer !

1



1

Je traite

2

Je sèche

3

Je rebouche

3



2



**Plus
besoin de
revenir
sur cette
zone !!**

**Bravo ! Vous avez fini
le protocole !**

**Restons
attentifs**

**les récidives sont
fréquentes !**



**Les punaises
sont toujours
là, ou j'ai
un doute.**



**J'appelle le
propriétaire de mon
logement (ou mon
bailleur).**



**Je n'ai plus
de punaises
de lit.**



**Je reste attentif
pendant 2 mois,
j'inspecte mes lieux
de repos une fois par
semaine**

Le traitement par un pro



**Quand faire appel
à un professionnel ?**



**Comment choisir
un professionnel ?**



Quand faire appel à un pro ?



Stade 1-2

- ✓ J'ai déjà tenté les techniques alternatives évoquées dans le livret et j'ai toujours des punaises.
- ✓ Je n'ai pas la capacité d'appliquer ce protocole.

Stade 3-4

- ✓ Je fait appel à un pro, je dois **tout de même réaliser la préparation de mon logement** (voir page 34).
- ✓ Si je ne suis pas en capacité de préparer mon logement, le professionnel doit proposer des alternatives d'accompagnement.

61



Photographie © SLDC

L'efficacité du traitement professionnel dépend de la **bonne préparation du logement.**

Comment choisir un professionnel ?



**Retrouvez
les professionnels
sur :**

Stop Punaises
www.stop-punaises.gouv.fr



Syndicat des experts
de détection canine
de punaises de lit
www.sedcpl.fr



Chambre
syndicale 3D
www.cs3d.fr



Bonnes pratiques

Une **visite préalable** est fortement recommandée
Le professionnel doit vous expliquer le protocole de préparation de votre logement

Le professionnel doit vous proposer un traitement thermique / mécanique en 1^{er} lieu pour éviter le recours aux insecticides.

Si vous n'êtes pas en capacité, il doit vous proposer des alternatives d'accompagnement.

Il doit être transparent sur : les produits utilisés et les tarifs pratiqués.



Pourquoi seuls les professionnels peuvent utiliser la lutte chimique :

maîtrise de l'exposition, des temps minimum de ventilation avant le retour dans le logement, équipement de protection adapté etc.

La lutte "chimique"

Suite à l'ensemble des actions que vous avez réalisées, un traitement par un professionnel peut se mettre en place en cas d'échecs.

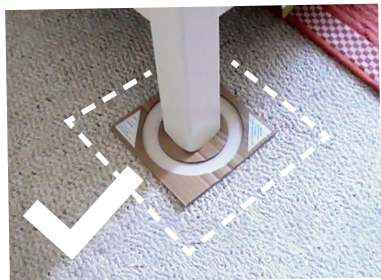
L'efficacité de ce traitement dépend directement des actions que vous aurez réalisées avant !



N'utilisez pas les produits chimiques seuls, ils sont responsables de nombreux accidents domestiques.

Les produits disponibles dans le commerce sont rarement suffisant pour éradiquer une infestation, ne prenez pas ce risque !

Que puis-je acheter dans le commerce ?



Évitez les pièges élaborés qui ne fonctionnent généralement pas et qui sont onéreux.
Privilégiez les pièges avec plaque de glu qui restent simples, fiables et peu coûteux.

Il est recommandé de privilégier la lutte physique et thermique et de contacter des professionnels certifiés en cas d'infestation persistante.

Privilégiez les produits à base de terre de diatomée en spray pour éviter de respirer les poussières. Ce produit blesse l'insecte sans risque de résistance !



Attention aux produits interdits



SNIPER est un produit **hautement toxique** vendu illégalement sur les marchés, bazars, plateformes de commerce électronique et réseaux sociaux, ciblant les infestations de punaises de lit et de cafards.

Depuis 2018, son utilisation a provoqué plus de **160 cas d'intoxications graves et 3 décès**.

Les punaises ont aujourd'hui développé une résistance à ce produit, le rendant **inefficace**.



N'achetez pas de produits chimiques dans le commerce, ils sont dangereux s'ils sont mal appliqués et très souvent inefficaces.

**Pour
en savoir
plus !**



**Numéro vert
0806 706 806**



66

**Un
webinaire
utile**



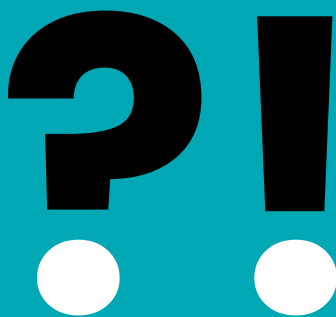
**[https://www.youtube.com/
watch?v=Oh3SeugyQBM&t=1s](https://www.youtube.com/watch?v=Oh3SeugyQBM&t=1s)**

**Lien
vers**

**Oh
Punaises?!**



Oh Punaises?!



Partenaires opérationnels et financiers :

Alliade Habitat
Groupe ActionLogement

GRAND LYON
HABITAT

ABC Hlm
Rhône
Métropole de Lyon
Association régionale AURA Hlm

lecentsept

Spactions
entreprise solidaire

SOCIÉTÉ LYONNAISE
de DÉTECTION CANINE

Fondation
de France
Centre-Est

L'EUROPE S'ENGAGE
en région
Auvergne-Rhône-Alpes
avec le FEDER

UNION EUROPÉENNE

UNE
BICHE

FONDATION
Abbé Pierre

PREFÈTE
DU RHÔNE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars
Agence Régionale de Santé
Auvergne-Rhône-Alpes

ALLOCATIONS
FAMILIALES
Caf du Rhône

MÉTROPOLE
GRAND LYON

VILLE DE
LYON

AMIR
RÉGIE DE QUARTIER

geim
L'ÉCONOMIE
SOLIDAIRE & DURABLE

SFAIRE
Santé, Énergie, emploi, grand public

EmerJean

Bross'
Chaque fois ensemble pour l'emploi

CLSM 3°, 6°, 8°
Clermont Lycaons de Saint-Maurice
CLSM LE VIVANT

Oh!
Punaises?!