

# Comment ne pas ramener des punaises de lit

## « BALADEUSES » CHEZ VOUS

IL ARRIVE PARFOIS que des gens ramènent à la maison des punaises de lit après avoir visité des clients ou des amis, ou effectué une réparation ou un dépannage à domicile dans un endroit où il y a eu une infestation de punaises de lit. Personne ne veut ramasser ces « passagers » indésirables et les ramener à la maison (ou ailleurs)!

Les punaises de lit peuvent pénétrer dans votre maison ou appartement par la migration, qui peut se faire de deux façons. Les punaises de lit peuvent passer d'un logement à un autre par les couloirs, la plomberie, les fils électriques et d'autres façons. Elles peuvent aussi grimper dans vos bagages, vêtements ou autres possessions, et parvenir ainsi à se réinstaller chez vous.

### VOICI QUELQUES RENSEIGNEMENTS À PROPOS DE LA BIOLOGIE DES PUNAISES DE LIT :

- Les punaises de lit se nourrissent habituellement la nuit et ont tendance à se cacher le jour (elles passent la majorité de leur vie dans leurs cachettes).
- Les punaises de lit préfèrent les endroits sombres.
- Les punaises de lit ont tendance à se cacher près du lit où de l'endroit où une personne a l'habitude de dormir.
- Les punaises de lit sont normalement inactives durant la journée sauf si elles cherchent à se nourrir.
- Les punaises de lit sont visibles à l'œil nu (les insectes adultes mesurent environ 6 mm).
- Les punaises ne peuvent ni voler, ni sauter.



TAILLE RÉELLE  
(adulte non nourrie)



Vue agrandie

### LES PRATIQUES SUIVANTES VOUS AIDERONT À ÉVITER TOUTE INFESTATION DE PUNAISES DE LIT CHEZ VOUS :

- Apprenez à reconnaître les punaises de lit (voir photo).
- Lorsque vous rendez visite à quelqu'un, n'y apportez que les articles personnels dont vous avez besoin et évitez de placer des sacs près des murs ou des meubles (au minimum, placez-les sur une surface dure).
- Restez debout, si possible, ou évitez de vous asseoir sur des meubles recouverts de tissu (choisissez de préférence une chaise en bois ou métal).
- Inspectez vos chaussures, vêtements et autres articles personnels une fois parti.
- Si vous trouvez des punaises de lit, tuez-les immédiatement.
- Dès que vous rentrez à la maison, mettez vos vêtements de travail dans la sècheuse (température moyenne à chaude) pendant au moins 15 ou 20 minutes.
- Envisagez d'utiliser des vêtements protecteurs, tels des couvre-chaussures et des combinaisons.

Pour plus d'information, composez le **1.855.3MB.BUGS** (1 855 362 2847),  
envoyez un courriel à [bedbugs@gov.mb.ca](mailto:bedbugs@gov.mb.ca) ou visitez le site Web à  
[www.gov.mb.ca/bedbugs/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/bedbugs/index.fr.html)

**Manitoba** 