



Check-list Préparation – Punaises de lit

Nuisibles France – Paris & Île-de-France

1. Linge & textiles

- Mettre le linge par pièce dans des sacs hermétiques (sac congélation/PCV épais).
- Laver à 60°C un cycle complet OU sécher en tambour \geq 45 min (programme chaud).
- Textiles fragiles : congeler à -20°C pendant 72 h (ne pas ouvrir avant fin du délai).
- Après traitement, stocker propre dans des sacs fermés jusqu'à la fin du protocole.

2. Lit & chambre

- Éloigner le lit de 10–15 cm des murs et dégager l'espace sous le lit.
- Retirer cache-sommiers, rideaux en contact direct, ciels de lit, jupe de lit.
- Installer une housse anti-punaises certifiée sur le matelas et le sommier si possible.
- Placer des intercepteurs/monitoring sous chaque pied de lit après le passage.

3. Désencombrement raisonné

- Désencombrer autour des zones de couchage et de repos pour faciliter l'accès.
- Ne pas déplacer d'objets vers d'autres pièces : traiter par lots et rester dans la pièce.
- Mettre petits objets/textiles en sacs fermés et étiquetés (pièce + contenu).

4. Aspiration & nettoyage

- Aspirer LENTEMENT coutures du matelas, lattes/structure, plinthes, fissures.
- Jeter immédiatement le sac d'aspirateur dans un sac poubelle fermé à l'extérieur.
- Nettoyer la cuve/embout (aspirateur sans sac) à l'eau chaude savonneuse.

5. Accès pour le technicien

- Dégager 30–40 cm le long des plinthes et autour des meubles ciblés.
- Débrancher/retirer provisoirement caches et trappes accessibles si demandé.

- Signaler toutes les zones piquées, traces noires, œufs, mues observées.

6. À NE PAS FAIRE

- Ne pas utiliser de bombes 'foggers' : elles dispersent les punaises.
- Ne pas dormir chez des proches (risque d'exporter l'infestation).
- Ne pas prêter/partager aspirateur ou linge avec d'autres logements.
- Ne pas jeter le matelas sauf avis du technicien.

7. Après le passage

- Respecter les délais de réentrée et d'aération indiqués par le technicien.
- Ne pas laver/lessiver les zones traitées avant la date conseillée.
- Planifier et maintenir les contrôles J+15 et J+30 avec le professionnel.

Conseil : gardez un sac dédié pour l'aspirateur et étiquetez tous les sacs de linge par pièce.