

# Punaises de lit : les réflexes qui changent tout

Comment les reconnaître, réagir  
et connaître vos droits



Identifier



Réagir



Éviter



Vos droits

# Tout le monde peut être touché

**1 foyer sur 10**

a été confronté aux punaises de lit en France

**+65 %**

d'augmentation des signalements en 5 ans

**0 lien**

avec le manque d'hygiène



Retour de voyage (hôtels, locations)



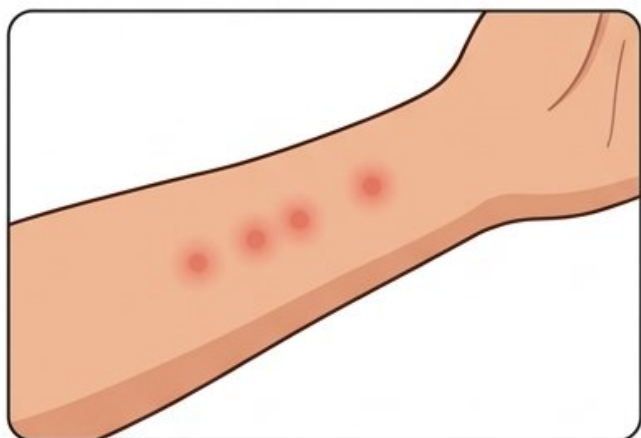
Achat de meubles ou vêtements d'occasion



Voisinage en immeuble collectif

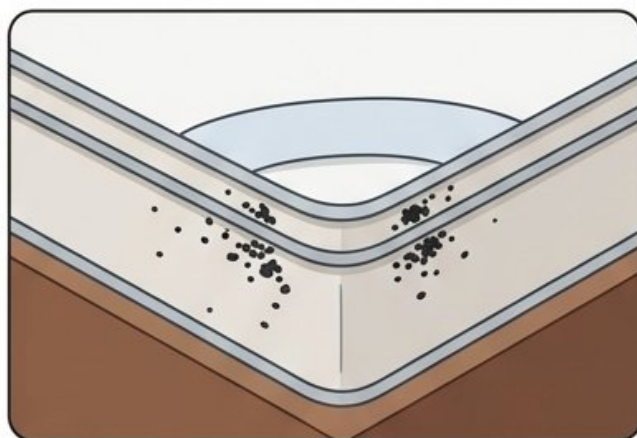


# Comment savoir si vous êtes infesté ?



## Piqûres alignées

Boutons rouges en ligne sur les zones découvertes (bras, jambes, dos). Démangeaisons quelques heures après le réveil.



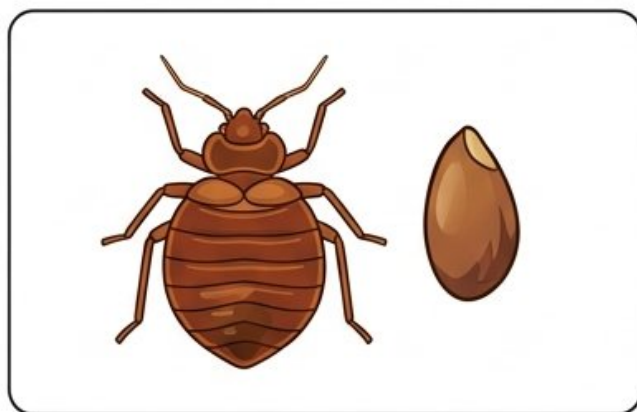
## Traces noires

Petits points noirs (déjections) sur les coutures du matelas, le sommier ou les plinthes.



## Traces de sang

Petites taches de sang sur les draps, causées par l'écrasement d'une punaise pendant le sommeil.



## L'insecte

Brun, ovale, aplati, 5 à 7 mm. Forme de pépin de pomme. Ne vole pas, ne saute pas.

Les punaises de lit restent au début à proximité du lit. Concentrez votre inspection sur la literie et le mobilier autour.

# Les bons réflexes face à une infestation

## À FAIRE ✓

- ✓ **Inspectez la literie à la lampe torche** : coutures, sommier, tête de lit, plinthes
- ✓ **Lavez tout le linge à 60°C** minimum ou congelez 72h à -20°C
- ✓ **Aspirez** tous les recoins et jetez le sac dans un sachet plastique fermé
- ✓ **Faites appel à un professionnel certifié Certibiocide**

## À NE PAS FAIRE ✗

- ✗ **Jeter le matelas** : il peut être traité. Le transporter contamine l'escalier
- ✗ **Dormir dans une autre pièce** : les punaises vous suivront
- ✗ **Utiliser des fumigènes du commerce** : ça les disperse chez les voisins
- ✗ **Acheter des produits interdits** : dangereux pour la santé

J'appelle un pro Certibiocide



**Plus vous agissez tôt, plus le traitement sera simple et rapide.**

# Locataire, propriétaire : connaissez vos droits



## Le propriétaire paie le traitement

La loi ELAN (2018) l'oblige à fournir un logement décent, sans nuisibles. Il prend en charge la désinsectisation professionnelle, sauf s'il prouve que le locataire a introduit l'infestation. (locataire en place depuis longtemps).



## Le locataire signale et coopère

Prévenez rapidement votre propriétaire. Facilitez l'accès au logement et suivez le protocole de préparation.



## En copropriété : traitement collectif

Si plusieurs logements sont touchés, le syndic doit organiser un traitement global. Un traitement isolé peut être insuffisant.

## Des aides financières existent

**CAF** : jusqu'à 600 € .

Renseignements :

[stop-punaises.gouv.fr](http://stop-punaises.gouv.fr)

