

# PROTOCOLE

## DE LUTTE CONTRE **LES PUNAISES DE LIT**



# QU'EST-CE QU'UNE PUNAISE DE LIT ?

---

Les punaises sont des insectes nocturnes, piqueurs et suceurs. Elles se nourrissent de sang, sont de couleur brune, de forme aplatie et mesurent entre 6 mm et 8 mm. Elles peuvent s'insérer dans les coutures de matelas. Elles se cachent pendant la journée et attaquent la nuit.



Une punaise de lit devient adulte après être passée par le stade d'œuf et de nymphe. Elle vit de six mois à un an. La femelle pond environ 150 à 300 œufs au cours de sa vie, à raison de quatre œufs par jour. Les œufs éclosent entre 7 à 14 jours et deviennent adultes en trois à quatre semaines.

Lorsque les conditions sont mauvaises (température, nourriture...), **un adulte peut survivre durant un an sans repas.**

**Il est donc indispensable de nettoyer correctement TOUTE votre literie, vos vêtements et vos sacs de transport pour éliminer tous les œufs. En cas d'aspiration, jetez le sac d'aspirateur !**

Personne n'est à l'abri de cet insecte et il est très facile d'en ramener chez soi à son insu. Il suffit d'être en contact avec une personne infestée (lieu public ou même les transports en commun) et en quelques semaines, les punaises peuvent proliférer.

**Leur présence n'est donc pas liée à la propreté du logement.**

## TRAITEMENTS ?

---

Le Crous fait appel à une entreprise de désinsectisation industriel spécialisée. Cette prestation coûte environ 130 € par logement.

L'éradication des punaises de lits s'effectue avec des produits très puissants (en deux traitements, à quinze jours d'intervalle). Toutefois, l'étudiant sera relogé de la veille du traitement à 48h après, lors des 2 traitements.

En parallèle un protocole sera transmis et expliqué par l'administration.

**La société de désinsectisation utilise le produit le plus adapté à votre situation :**

Phobi punaises, Mythic 10SC, Biopren

# QUE FAIRE ?

---

## ÉTAPE 1 : Vous constatez la présence de punaises de lit

- **Sur le corps** : démangeaisons, rougeurs et/ou boursouflures (toujours plusieurs piqûres côte à côte)
- **Sur les draps** : traces de sang ou traces noires (excréments de punaises).

## ÉTAPE 2 : Informer l'administration de la résidence

**Informez l'administration de votre résidence le plus tôt possible. Vous pouvez envoyer une photo à : [residence-cezeaux@crous-clermont.fr](mailto:residence-cezeaux@crous-clermont.fr)**  
Vous serez reçu auprès de la référente hygiène pour la mise en place du protocole.

## ÉTAPE 3 : Nettoyage préalable au passage de l'entreprise

Avant le passage de l'entreprise, vous devez effectuer **UN GRAND NETTOYAGE** car c'est un insecte très difficile à exterminer :

- **lavez vos vêtements et votre literie à plus de 60°C**. C'est le plus efficace pour tuer les œufs et les nymphes,
- **débarassez totalement les étagères** à proximité du lit et les tiroirs sous le lit,
- vous pouvez mettre vos chaussures dans un sac poubelle pour le traitement,
- vous pouvez pulvériser sur vos vêtements délicats et sur vos sacs de transport, un aérosol adapté disponible en grande surface,
- ce qui ne peut pas être lavé à plus de 60 C°, peut être mis dans un congélateur à -25 C° pendant 72 heures. Pour accéder au congélateur, adressez-vous à l'accueil de la résidence.

## ÉTAPE 4 : Intervention de l'entreprise

L'intervention se déroulera avec 2 traitements à 15 jours d'intervalle.  
Bien préparer le logement avant l'intervention selon le protocole de la résidence.  
Ne pas laver le sol à proximité des plinthes avant 3 ou 4 jours suivant le traitement.

## À RETENIR

- Videz entièrement votre chambre et nettoyez toutes les surfaces.
- Lavez tout votre linge et votre literie à plus de 60°C.
- Pour les vêtements délicats et tout autre linge ne pouvant être lavé à 60°C (sac de voyage, bagage...), traitez-les par aspersion à l'aide d'une bombe anti-insecte. Enfermez les vêtements dans un sac pendant 72 heures minimum. Et les mettre au congélateur pendant 72 heures minimum (voir avec votre résidence). Attendre quelques heures après la sortie du congélateur avant de laver en machine.
- Stockez les vêtements en attente de nettoyage dans un sac plastique et le fermer.

## CONTACTS UTILES

### Administration de la Résidence des Cézeaux :

Résidence Universitaire des Cézeaux  
35 rue Roche-Genès  
63170 Aubière  
☎ 04 73 28 89 00  
[residence-cezeaux@crous-clermont.fr](mailto:residence-cezeaux@crous-clermont.fr)

Horaires d'ouverture :  
du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

### Service de Santé Universitaire : (Dolet - Bâtiment B)

25 rue Etienne Dolet  
63037 Clermont-Ferrand  
☎ 04 73 34 97 20

Horaires d'ouverture :  
du lundi au vendredi de 8h30 à 17h  
<https://sante.clermont-universite.fr>

Consultation gratuite  
(se munir de sa carte étudiante)