

# Instructions pour se préparer à un traitement contre les punaises de lit



Les instructions sont aussi disponibles en vidéo :  
[www.omhm.qc.ca/fr/punaises](http://www.omhm.qc.ca/fr/punaises)



## Suivez les étapes!

1

### Trier et **sortir** tous les tissus (vêtements, draps, serviettes...)



Sortez **tous** vos vêtements.



Videz le contenu des tiroirs de la chambre à coucher sur la commode.



Mettez les vêtements et les tissus dans un sac.

# 2

## Faire la trousse de vêtements

Choisissez des vêtements pour 7 jours.

Le traitement peut durer plusieurs semaines.



### L'essentiel

- Un ensemble de draps
- 2 serviettes
- 4 débarbouillettes
- Une couverture chaude (duvet ou autre pour la saison froide)
- 4 linges à vaisselle
- Sous-vêtements pour 7 jours
- 7 paires de bas
- 1-2 pyjamas



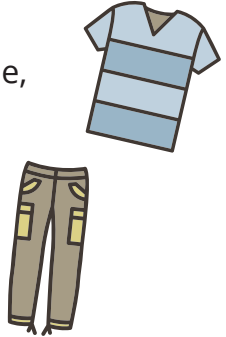
### Vêtements et chaussures (de saison)

- 7 chandails
- 7 shorts, pantalons ou jupes



### Vêtements extérieurs

- Un manteau chaud ou un imperméable, selon la saison
- Une veste
- Un foulard
- Une tuque
- Des gants ou mitaines



# 3

## Sécher tous vos tissus (vêtements, draps, serviettes...)



Séchez-les au cycle le plus chaud pendant 30 minutes.



Fermez le sac vide avec un nœud et jetez-le à la poubelle.



Jetez la mousse de la sécheuse à la poubelle.



À la fin du cycle, mettez vos vêtements dans un **nouveau** sac. N'utilisez **pas** un sac déchiré, usé, en tissu ou un panier à linge.



# 4

## Faire de la place pour l'exterminateur



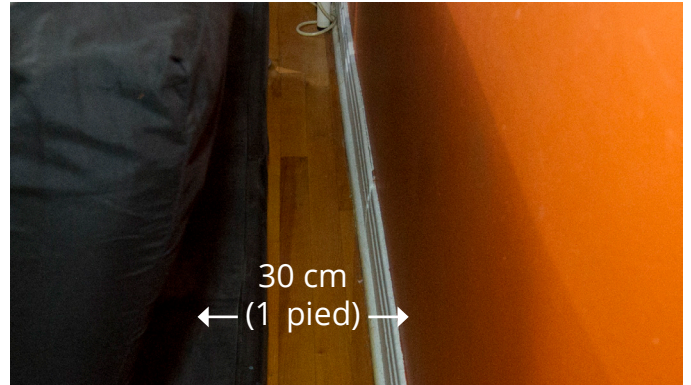
Videz les tables de chevet.



Enlevez les draps du lit et séchez-les à haute température pendant 30 minutes.



Videz tous les garde-robes.



Dégagez les bords des murs sur environ 30 cm (1 pied). Ne déplacez pas vos électroménagers (cuisinière, réfrigérateur, etc.).



Mettez les sacs au milieu de la pièce. Au besoin, vous pouvez mettre les sacs dans la baignoire.



Lavez les bords des murs.

**Vous êtes prêt pour le traitement.**  
Ouvrez la porte à l'exterminateur. Puis quittez votre logement.

# 5

## Sortir du logement



### 6 heures pour :

toutes les personnes, sans exception.



### 8 heures pour :

- les personnes ayant des problèmes respiratoires (asthme, etc.)
- les personnes ayant des allergies aux produits utilisés;
- les enfants de moins de 5 ans;
- les femmes qui allaitent;
- les animaux.



### 12 heures pour :

- les jeunes enfants qui ne marchent pas encore;
- les femmes enceintes.



N'utilisez pas d'eau de javel, de produits javellisant, de bicarbonate de soude et d'insecticides.



Ne jetez pas vos meubles et matelas. Ils peuvent être traités. Demandez à l'exterminateur.

## Merci de votre collaboration!



Office municipal  
d'habitation  
de Montréal

L'OMHM est là pour vous aider.  
Vous avez des questions?

**Appelez-nous au 514 872-6646.**