



RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



# Lutter ensemble contre les nuisibles

## **Infos & conseils**



@CrousToulouse | [crous-toulouse.fr](https://www.crous-toulouse.fr)



## **Le Crous de Toulouse-Occitanie, engagé avec vous dans la lutte contre les nuisibles**

Le Crous de Toulouse-Occitanie se dote de moyens de lutte spécifiques contre les nuisibles (punaises de lits, cafards...).

Leur efficacité dépend de la vigilance et de l'implication de toutes et tous.

Ce livret délivre infos, conseils et bons gestes pour éviter toute propagation de nuisibles au sein de la résidence.

En cas de problème ou de doute > prendre contact et faire un signalement à l'accueil de la résidence, afin de déclencher une intervention.

# Les punaises de lit



## Qu'est-ce qu'une punaise de lit ?

- La punaise apprécie la pénombre, la chaleur et l'humidité corporelle. Ce  
sont des insectes nocturnes, mais lorsque la population augmente fortement, elles peuvent se promener même le jour.
- Les punaises de lit ne sont ni porteuses ni transmetteuses de maladie.
- Pour se nourrir, les punaises piquent les humains et sucent leur sang.
- Ces insectes sont de couleur brun-rouge, de forme ovale et aplatie. Elles ressemblent à des lentilles ou des pépins de pomme. Elles ne sautent pas et ne volent pas.
- L'œuf, de couleur blanche, mesure environ 1 mm.
- Il n'y a aucun lien avec l'hygiène de la personne ou du logement. Tout le monde peut être impacté.
- Une punaise de lit a une durée de vie d'environ 9 mois mais elle peut également vivre jusqu'à 18 mois et sans se nourrir ! Les femelles adultes pondent de 3 à 8 œufs par jour, jusqu'à 500 durant toute leur vie.

## Comment les reconnaître ?



Si vous présentez un ou plusieurs signes suivants :

### Sur le corps

- Démangeaisons incommodes
- Piqûres rouges indolores
- Boursouffures rouges

### Dans le lit (draps, oreillers, coutures de matelas, sommier)

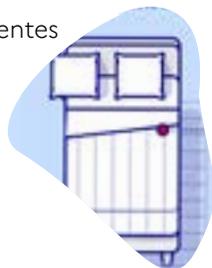
- Traces de sang
- Points noirs ou bruns.

## Où se cachent-elles ?

**La chambre est leur espace préféré.**

On les trouve en grande majorité :

- dans les matelas et sommiers
- derrière les cadres, sous les meubles,
- dans les plinthes, sous les prises électriques
- dans les fissures et les fentes de parquets
- dans les canapés, sous les tapis.



## Comment les éviter ?

La punaise de lit peut être introduite par les objets que l'on transporte (linge de lit, valise, sac, vêtements, meubles, livres...).

- Limitez l'encombrement de votre logement et pratiquez un **ménage régulier**. Cela permet de prévenir le risque d'infestation.
- Évitez de récupérer les objets d'occasion et de les installer dans votre logement. Ou lavez bien les vêtements à 60°C et nettoyez les meubles récupérés.
- Lors de vos retours de voyages, soyez vigilants : ne posez pas votre bagage sur ou sous le lit et contrôlez minutieusement vos vêtements, affaires et valises.
- Aérez quotidiennement votre logement et laissez entrer la lumière, même en cas d'absence

## Dans quel cas prévenir l'accueil de votre résidence ?

- Si vous avez des piqûres et/ou des zones de démangeaison.
- Si vous trouvez des traces de sang sur les draps.
- Si vous apercevez des traces noires sur le bois du lit, sur le matelas ou sur la housse de matelas.
- **Dès que vous avez le moindre doute.**

## Comment se signaler ?

- Vous devez prévenir immédiatement l'accueil de votre résidence pour demander un traitement.
- Ne déplacez pas vos affaires personnelles dans un autre lieu sans l'accord de l'administration (y compris bagages, sacs à mains, vêtements ou autre textile...)
- **Ne tentez pas de régler le problème par vous-même.** N'utilisez pas de produits insecticides. Le traitement doit être géré par la résidence pour éviter toute propagation.

## Après signalement, quelle est la procédure ?

**Les agents du Crous vous accompagnent pendant toute la procédure et vous donnent des consignes à suivre.**

- Ils vous transmettront le protocole détaillé pour le bon déroulement du traitement de votre logement et de vos affaires personnelles.
- Pendant toute la durée du protocole, évitez de vous rendre dans le logement d'un autre résident au risque de transporter avec vous ces nuisibles.

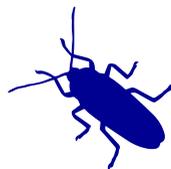


### Traitement

préparation de votre logement  
+ traitement de votre logement  
+ traitement de vos effets personnels  
= zéro punaise



# Les cafards/blattes



## Qu'est-ce qu'un cafard ?

- Les cafards ou blattes sont des insectes assez grands dont la longueur peut atteindre 9 cm. Mais certaines espèces sont minuscules puisqu'elles ne dépassent pas quelques millimètres de long.
- La plupart des cafards sont ailés et de couleur noirâtre ou brunâtre. Ils possèdent un long corps aplati de forme ovale, portent de longues antennes.
- Ces nuisibles sont omnivores. Ils mangent absolument tout ce qu'ils trouvent, que ce soit d'origine végétale ou d'origine animale. Ils se dévorent entre eux, mangent les cheveux humains, les cartons décomposés, et consomment tout aussi bien les matières plastiques. Tout peut donc les attirer dans nos habitations : le sucre, les féculents, les viandes, les produits gras, le dentifrice, la colle, les cheveux, les débris en tout genre...
- Certes ces grands insectes ne piquent pas mais ils sont vecteurs de maladies.

## Où se cachent-ils ?

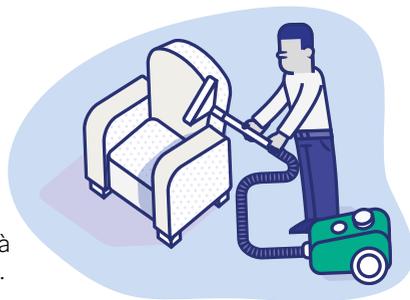


- Ils affectionnent particulièrement les environnements humides. C'est pourquoi on les trouve plus fréquemment dans la salle de bain et la cuisine.
- Leur présence peut être décelée par des traînées noires sur les murs et les sols, les excréments qu'ils laissent sur leur passage.

## Comment les éviter ?

**Les cafards peuvent proliférer rapidement. Des gestes sont à adopter pour l'éviter !**

- Le conseil numéro 1, c'est le **ménage**. Vous devez entretenir votre logement régulièrement balai, aspirateur, serpillère,...
- Ne laissez pas votre vaisselle sale dans l'évier.
- Déposez vos poubelles dans les conteneurs mis à votre disposition (chaque semaine au minimum). Ne les laissez pas traîner sur les paliers.
- Évitez de laisser à l'air libre de la nourriture. Conservez vos denrées alimentaires dans des boîtes hermétiquement fermées.
- Aérez quotidiennement votre logement et laissez entrer la lumière, même en cas d'absence.



> Ces consignes s'appliquent pour votre logement et pour les cuisines communes !



Dans toutes les résidences du Crous de Toulouse-Occitanie, des traitements préventifs sont réalisés plusieurs fois dans l'année.

Des traitements supplémentaires peuvent être réalisés en cas de présence de ces nuisibles.

## Dans quel cas prévenir votre résidence ?

- Dès que vous en repérez dans votre logement ou dans les parties communes.



Ne jamais écraser une blatte vivante, car elle est souvent remplie d'oeufs et vous risquez de les déposer dans tout votre logement sous vos chaussures.

## Que faire ?

- Signalez-vous immédiatement à l'accueil de votre résidence pour demander un traitement.
- Ne déplacez pas vos affaires personnelles dans un autre lieu sans l'accord de l'administration (y compris bagages, sacs à mains, vêtements ou autre textile...)
- **Ne tentez pas de régler le problème par vous-même.** N'utilisez pas de produits insecticides. Le traitement doit être géré par la résidence pour éviter toute propagation.
- Les agents du Crous vous accompagnent pendant toute la procédure et vous donnent des consignes à suivre.

## À retenir !

ménage régulier  
+ traitement préventif  
= zéro cafard



Pensez à vos voisins, respectez au mieux les consignes d'hygiène pour éviter toute prolifération.

## Contacts de vos résidences, consignes et infos :

