

10 étapes pour Voyager sans Punaises de Lit



1. Préparer son Voyage

- **Recherchez votre hébergement** : Consultez les avis en ligne (Google, TripAdvisor) et des registres spécialisés (Bedbug Registry) pour repérer des signalements de punaises. Évitez les établissements avec des antécédents récents.

2. Inspecter la Chambre à l'Arrivée

- **Utilisez une lampe torche et une carte** : Vérifiez matelas, sommiers, têtes de lit, meubles et rideaux. Cherchez des taches noires (excréments), des œufs ou des insectes vivants. Changez de chambre ou d'hôtel si vous trouvez des traces.

3. Surélever les Bagages

- **Évitez le sol et le lit** : Utilisez un porte-bagages métallique. Gardez vos valises fermées et éloignées des murs. Optez pour des valises rigides, plus difficiles à infiltrer.

4. Isoler les Vêtements

- **Sacs plastiques ou à compression** : Rangez vos affaires dans des sacs hermétiques. Évitez de les ranger dans les commodes ou placards de l'hébergement.

5. Prévenir les Transferts

- **Vêtements de voyage dédiés** : Portez des tenues simples à laver. Enlevez-les dès votre retour et isolez-les avant le lavage.

6. Nettoyer à la Chaleur au Retour

- **Lavage et séchage à haute température** : Lavez et séchez vos vêtements (30+ minutes à 60°C). Utilisez un sèche-linge même pour les articles non lavés (ex. chaussures).

7. Inspecter et Désinfecter les Valises

- **Aspirateur et chiffon alcoolisé** : Passez l'aspirateur dans les coins, puis nettoyez avec un chiffon humide. Pour les valises en tissu, utilisez un vaporisateur vapeur.

8. Protéger son Domicile

- **Conservez les valises à l'extérieur** : Stockez-les dans un garage ou un sac plastique scellé pendant quelques jours après le voyage.

9. Éviter les Objets d'Occasion

- **Méfiez-vous des souvenirs textiles** : Ne rapportez pas de meubles, vêtements ou tapis achetés durant le voyage sans inspection minutieuse.

10. Rester Informé et Vigilant

- **Formez-vous aux signes d'infestation** : Apprenez à identifier les punaises (forme aplatie, 5 mm, couleur brun-roux) et leurs traces. Partagez ces bonnes pratiques avec vos proches.