



Pour éviter de vous faire piquer par des moustiques :

- Portez des pantalons, un haut à manches longues, et des bas;
- Portez des vêtements lâches de couleurs pâles et tissés serrés; les moustiques sont attirés par les couleurs foncées et peuvent piquer à travers des vêtements plus minces qui repose contre la peau;
- Installez une moustiquaire sur le porte-bébé;
- Si vous devez sortir à l'aube ou au crépuscule, veillez à utiliser un insectifuge et des vêtements de protection entre la tombée de la nuit et le lever du soleil, soit la période où les moustiques sont le plus actifs; et en tout temps dans les zones ombragées et boisées; sinon, envisagez de rester à l'intérieur durant ces périodes;
- Vérifiez les moustiquaires pour l'ajustement et des trous et évitez de garder les portes et fenêtres non munies d'une moustiquaire ouvertes lorsque les moustiques sont actifs;
- Utilisez un insectifuge contenant du « DEET » ou « icaridine ». Lisez et suivez toujours les instructions que l'on trouve sur l'étiquette.

Réduisez les populations de moustiques :

Éliminez les eaux stagnantes au moins une fois par semaine afin d'éviter que des sites de ponte des moustiques s'y développent. Videz l'eau des pots de fleurs, toiles de piscines, bacs et barils;

- Renversez les pataugeoires en plastique et les brouettes lorsqu'elles ne servent pas;
- Nettoyez régulièrement les gouttières engorgées;
- Débarrassez-vous des articles inutilisés (p. ex., les pneus) où l'eau peut s'accumuler;
- Changez l'eau des bains d'oiseaux au moins une fois par semaine;
- Couvrez toutes les ouvertures de barils de récupération des eaux de pluie d'une moustiquaire;
- Utilisez un aérateur dans l'étang de jardin pour que l'eau de surface soit en mouvement ou traitez-les avec un larvicide de moustique approuvé tel comme Bti s'ils ne s'écoulent pas dans les eaux naturelles.

Pour en savoir plus, appelez Santé publique Ottawa au **613-580-6744** ou visitez le site SantePubliqueOttawa.ca/virusduniloccidental

05/2018