



Les moustiques ne sont pas qu'une gêne mais la **cause de problèmes sanitaires** car vecteurs de maladies (dengue, chykungunya, paludisme). Il existe diverses solutions anti-moustiques **pour les éloigner** (répulsifs) ou **pour les tuer** (insecticides) plus ou moins efficaces dans le commerce. Mais elles ne sont pas toujours saines comparées aux méthodes naturelles tout aussi efficaces pour s'en débarrasser.

Les méthodes naturelles

S'habiller anti-moustique

- ✔ Limitez la surface de peau accessible en portant des vêtements longs (couvrant les bras et les jambes), resserrés aux poignets et chevilles.
- ✔ Portez des vêtements clairs emmagasinant moins la chaleur à laquelle les moustiques sont
- ✔ Dans une zone à risque, imprégnez l'extérieur vos vêtements de répulsif

Avoir une odeur corporelle neutre

- Les moustiques sont attirés par les odeurs de transpiration et de parfum
- ✔ Après la douche, évitez les cosmétiques chimiques fortement parfumés

Du vent et de la fraîcheur !

- Les moustiques n'aimant ni le froid ni le vent, faites des courants d'air, allumez le climatiseur ou le ventilateur pour brasser l'air



Empêcher les femelles de pondre

- La femelle moustique pique pour s'alimenter et nourrir ses œufs avant chaque ponte ts les 3/4
- Elle peut piquer 6 à 7 personnes et donner naissance à 1500 moustiques.
- La femelle a besoin d'eau pour pondre :

- ✔ **Éliminez les zones d'eau stagnante** où les larves séjournent de 8 à 10 jours avant de devenir adultes : vases, soucoupes de pots, gouttières, mobiliers de jardin, arrosoirs, vieux pneus
- ✔ Bien fermer le récupérateur d'eau de pluie
- ✔ Mettre des poissons dans les bassins d'ornement : ils mangent les larves

No pasaran : empêchez-les d'approcher

- ✔ Installer des moustiquaires fixes aux fenêtres ou portes ; des souples au-dessus des lits, berceaux, landaus.



Les plantes anti-moustiques

Certaines plantes ont une réputation anti-moustiques mais **leur efficacité est toute relative en zone vraiment infestée.**

- ✔ Le **géranium odorant** ou Perlargonium (différent de celui que nous connaissons tous) répand, quand on froisse son feuillage, une odeur qui varie selon la variété : menthe, gingembre,
- ✔ Les moustiques détestent l'odeur de **citronnelle**. Frottez les mains, le cou, les bras, les jambes avec les feuilles de géranium à la citronnelle pour vous protéger avant le dîner ou le coucher par
- ✔ La **Plante de Neptune** est une curieuse plante aquatique qui a la réputation d'être un répulsif