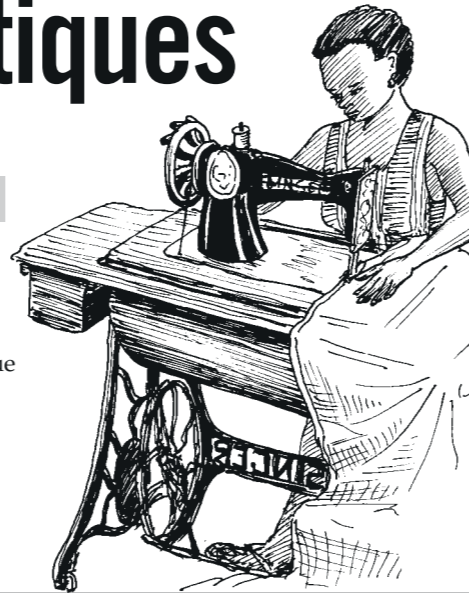


# Se protéger des moustiques

compilé par Uzo Okoli, Rod Mill et Isabel Carter

**EMPECHER LES MOUSTIQUES** d'entrer chez vous est ce qu'il y a de plus important à faire pour protéger votre famille du paludisme et d'autres maladies transmises par les moustiques. Voici une série de mesures pratiques que vous pouvez prendre.

L'importance du traitement des moustiquaires de lits et des rideaux pour vous protéger des piqûres de moustiques est expliquée en pages 3 et 4. Rappelez-vous que tous les rideaux et moustiquaires sont beaucoup plus efficaces une fois traités aux insecticides. Les rideaux traités aux insecticides et placés aux portes et fenêtres empêcheront les moustiques d'entrer chez vous et tueront tous ceux qui les touchent.

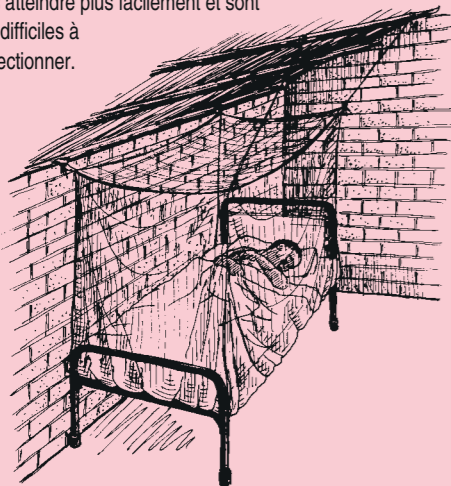


## La confection de moustiquaires

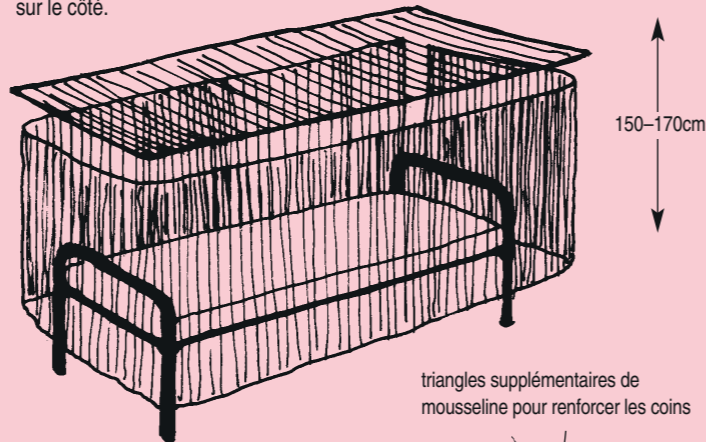
Il revient beaucoup moins cher d'acheter de la mousseline ou de la gaze en gros pour confectionner vous-même vos moustiquaires. Le programme «Preventive Health» en Sierra Leone, géré par EFSL, a enseigné aux tailleurs locaux à fabriquer des moustiquaires et à les vendre à un prix subventionné. (Les informations AHRTAG à la page 14 donnent des renseignements pour acheter de la mousseline et des produits chimiques en gros.) Les tailleurs pouvaient confectionner 15 moustiquaires par jour et les gens les préféreraient aux moustiquaires importées. Celles faites de mousseline épaisse (100 ou 75 deniers) sont plus efficaces car elles sont beaucoup plus solides et risquent moins de se déchirer. Elles coûtaient 5 dollars américains pour une moustiquaire double si la mousseline est achetée en grosse quantité.

Les moustiquaires carrées sont plus faciles à coudre, offrent une plus grande protection et sont plus utiles quand plusieurs personnes les partagent.

Les moustiquaires circulaires utilisent moins de mousseline et sont plus faciles à suspendre, mais elles permettent aux moustiques de vous atteindre plus facilement et sont plus difficiles à confectionner.



**1** Coupez deux morceaux de mousseline. Mesurez d'abord le tour du lit et coupez le morceau suivant: (longueur + largeur) x 2, + 20cm pour l'ourlet. Comptez très amplement la profondeur de la moustiquaire pour pouvoir la border facilement. Si les gens dorment sur des nattes posées sur le plancher, les moustiquaires devront être plus longues. Cousez la couture sur le côté.

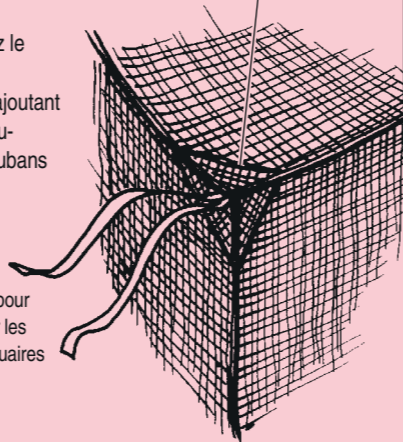


triangles supplémentaires de mousseline pour renforcer les coins

**2** Mesurez ensuite la surface du lit et coupez le morceau qui constituera le haut de la moustiquaire. Cousez-le à l'autre morceau en ajoutant des renforts (triangles de mousseline cousus au-dessus des quatre coins) et mettez aussi des rubans aux quatre coins. Ourlez si nécessaire.



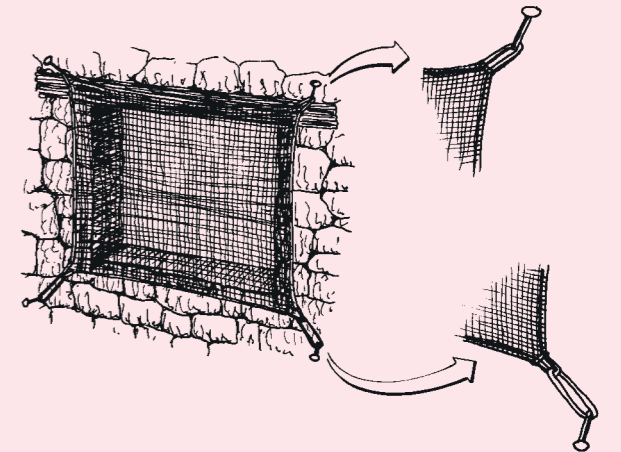
rubans pour attacher les moustiquaires



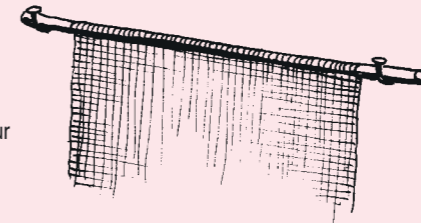
## Portes, fenêtres et toits

**1** Si possible, faites des cadres à la mesure de chaque fenêtre et porte, et fixez-y du grillage antimoustique.

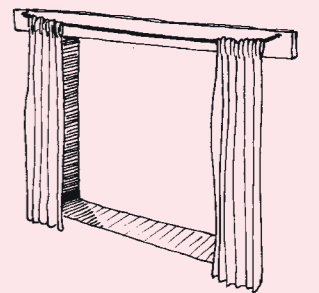
**2** Si les filets et les grillages sont trop chers, envisagez la fixation de mousseline contre les fenêtres et les portes. Ourlez un morceau de mousseline, faites passer une cordelette dans l'ourlet (utilisez une épingle à nourrice pour la faire passer) et fixez la mousseline en l'accrochant à des clous.



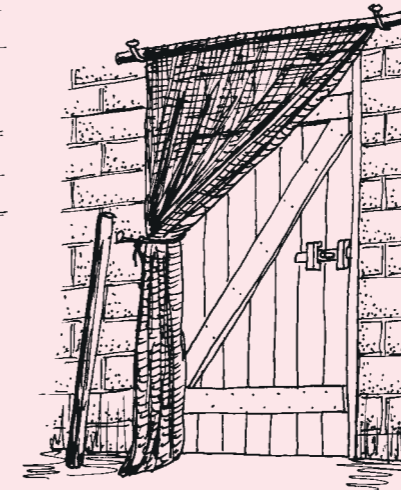
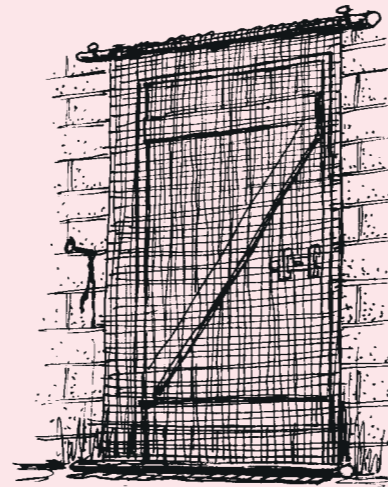
**3** Sinon, si vous voulez pouvoir retirer la mousseline rapidement tous les jours, faites un ourlet en haut et en bas de la pièce de mousseline et enfitez-y une baguette de bois. Suspendez-la en haut sur des crochets ou des clous tordus. Le poids du bois permettra à cette mousseline de tomber bien droit devant la fenêtre et il sera facile de la décrocher et de la remettre sur ses clous.



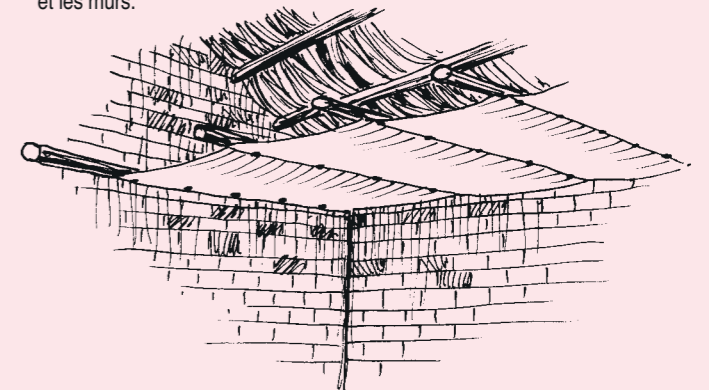
**4** Si vous avez déjà des rideaux ordinaires, traitez-les avec un insecticide.



**5** Confectionnez des rideaux pour les portes en procédant de la même façon, en ourlant le haut pour les suspendre. La nuit, utilisez un bâton de bois pour maintenir le rideau en place. Pendant la journée, attachez le rideau sur le côté de la porte afin de ne pas l'abîmer.



**6** Si les poutres sont apparentes à l'intérieur de la maison, les moustiques entreront facilement. Fabriquez donc des cadres de bois léger et recouvrez-les d'un matériau local, comme des nattes par exemple, qui créeront ainsi un faux plafond peu coûteux mais réel. Vérifiez qu'il n'y a pas de trous ou bouchez-les avec des restes de mousseline. Sinon, suspendez des mousselines traitées pour couvrir les espaces entre le toit et les murs.



## Autres idées...

■ Faites brûler des pelures d'oranges séchées, de l'herbe citronnée, ou des feuilles de menthe dans un pot. Ces procédés sont censés endormir les moustiques. L'huile de menthe poivrée, la citronnelle et l'huile de géranium sont également assez efficaces.



■ Répandez des feuilles d'azadina sur le plancher. Existe-t-il des feuilles d'arbres locaux qui chassent les moustiques dans votre région?

■ Fermez portes, fenêtres et volets avant le coucher du soleil pour éviter que de nombreux moustiques entrent dans la maison.

■ Nettoyez bien les parages de la maison pour éviter les nids de moustiques et leur prolifération.

■ Videz l'eau stagnante de récipients tels que les vieilles boîtes, pneus, etc., car même 1 cm d'eau est suffisant pour que les larves y grandissent.

■ Bouchez les fossés ou les trous autour de chez vous pour que les moustiques ne puissent pas s'y loger. S'il reste encore de l'eau stagnante quelque part (citerne à eau de pluie, puits, etc) ajoutez-y un peu d'huile de cuisine. Celle-ci flottera à la surface et empêchera les larves de moustiques de respirer.