

VIE SAINE AU GRAND AIR

# GARE AUX TIQUES



New  Nouveau  
**Brunswick**

# Conseils pour un terrain sans tique

Les tiques à pattes noires abondent dans les milieux humides et ombragés. Elles ne survivent pas longtemps dans les zones sèches et ensoleillées.

A

Des bordures en copeaux de bois, en paillis ou en gravier d'une largeur d'au moins un mètre entre la pelouse et les boisés aident à réduire le nombre de tiques dans la pelouse. Bouchez les trous dans les murs de pierres, où les souris, qui transportent souvent des tiques, peuvent s'abriter.

B

Gardez les arbres taillés, le gazon tondu et le terrain exempt de broussailles.

C

Placez les modules et les aires de jeu loin des boisés et des broussailles.

D

Gardez les piles de bois loin de la maison et exemptes de broussailles.

E

Vérifiez régulièrement vos animaux de compagnie après qu'ils sont allés dehors. Les animaux de compagnie peuvent transporter les tiques dans les maisons et sur les terrains.

F

Restreignez l'utilisation de plantes couvre-sol comme la fougère et le genévrier (deux plantes envahissantes à pousse basse) dans les endroits les plus souvent fréquentés. Les plantes peuvent être taillées pour laisser un espace libre entre le sol et leur base. La minimisation des zones d'ombre permet de créer un habitat moins invitant pour les tiques.

## PRÉVENTION CONTRE LES TIQUES

Il est possible que les changements dans l'aménagement paysager ne suffisent pas pour éliminer complètement le risque de rencontrer des tiques. Lorsque vous êtes dans une région où des tiques sont présentes :

- Utilisez les sentiers, autant que possible, et restez au centre de ceux-ci.
  - Portez des chaussures à bout fermé, des chandails à manches longues et des pantalons.
  - Glissez le bas de vos pantalons dans vos bas.
  - Portez des vêtements de couleur pâle.
- Utilisez un insectifuge approprié (contenant du DEET ou de l'icaridine) sur les vêtements et la peau exposée, conformément aux instructions de l'étiquette

Après avoir passé du temps à l'extérieur, examinez votre corps et celui de vos enfants et de vos animaux de compagnie pour déceler la présence de tiques. Si vous en trouvez, retirez-les le plus rapidement possible. La prise d'un bain ou d'une douche peu de temps après les activités à l'extérieur est une bonne façon de trouver les tiques.