

● ● ●
Évènement

TIQUES & VOUS

Semaine de
sensibilisation

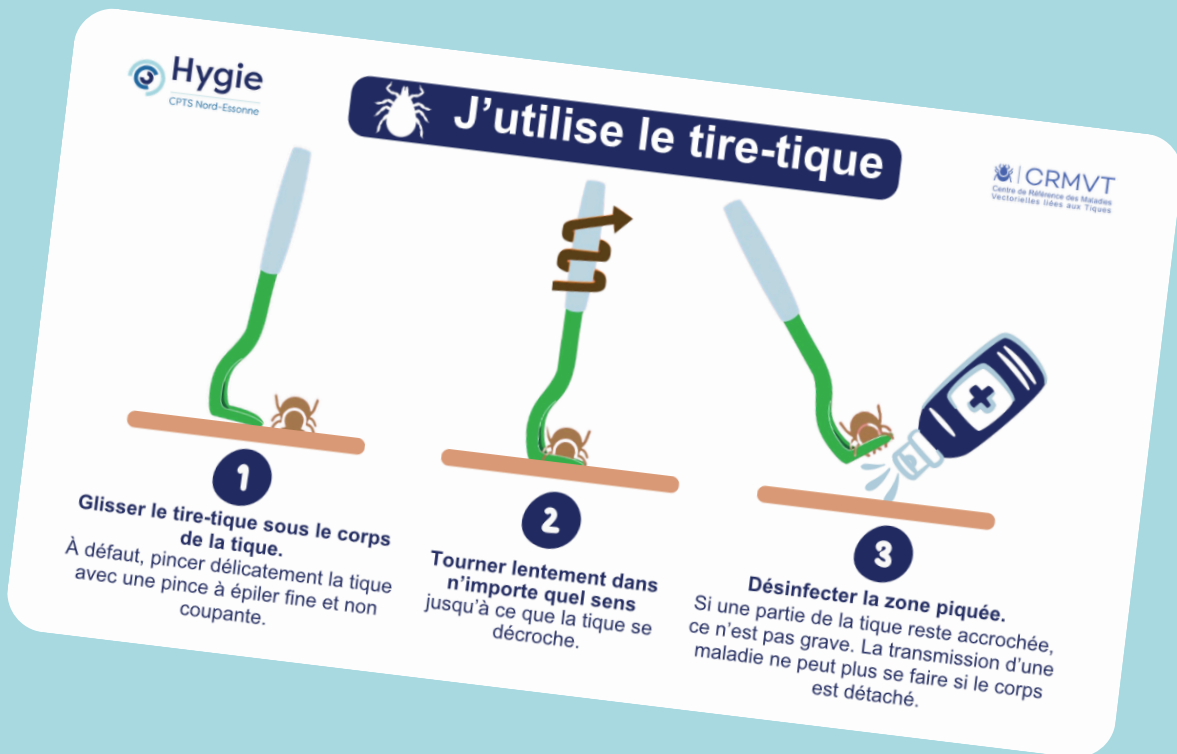


Du 25 au 31 mai 2026



Les outils de sensibilisation mis à votre disposition !

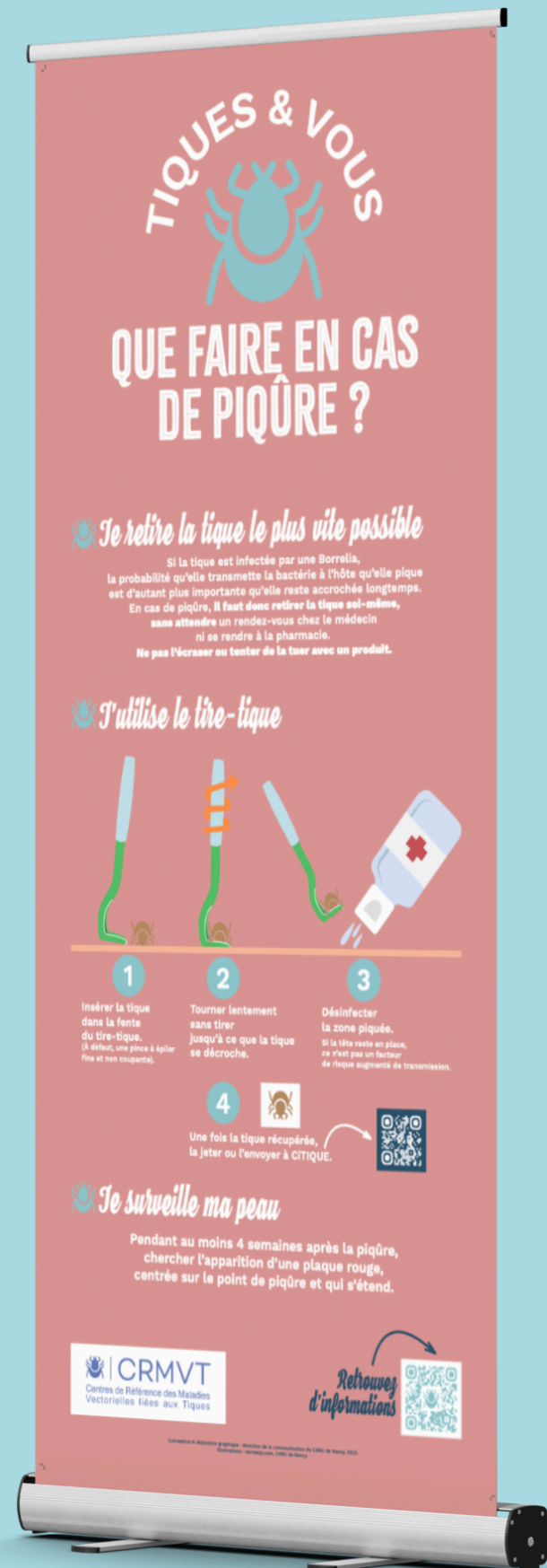
Cartes de visite à distribuer



Carnet d'activité ludique à destination des enfants



Livret des messages clés à retenir et partager



Des Roll-up pour animer vos espaces d'accueil !



La mise à disposition de tire-tique à distribuer gratuitement !

Une vidéo de sensibilisation à diffuser



Des flyers de sensibilisation à distribuer

J'identifie les situations à risque

• OÙ TROUVE-T-ON LES TIQUES ?
Les tiques sont répandues partout en France, surtout en dessous de 1500 m d'altitude. Elles vivent dans des zones boisées et humides, les herbes hautes des prairies, les jardins et les parcs forestiers ou urbains.

• QUI SONT LES PERSONNES LES PLUS EXPOSÉES ?
Les professionnels qui travaillent dans la nature : bûcherons, sylviculteurs, gardes forestiers, gardes-chasse, gardes-pêche, jardiniers, etc.
Les amateurs d'activités « nature » : promeneurs et randonneurs en forêt, campeurs, chasseurs, ramasseurs de champignons, etc.

• À QUELLE PÉRIODE DE L'ANNÉE LE RISQUE EST-IL MAXIMUM ?
Les tiques sont plus actives entre avril et novembre.

Ce qu'il faut retenir

Les maladies vectorielles sont des maladies infectieuses transmises par des vecteurs. Les moustiques sont les vecteurs les plus connus, mais il en existe d'autres comme les tiques, les mouches, les puces, etc.

POUR SE PROTÉGER DE LA MALADIE DE LYME :

- Avant et pendant une activité nature :
Je couvre mes bras et mes jambes avec des vêtements longs. Je reste sur les chemins, j'évite les broussailles, les tougères et les hautes herbes. Je pense à prendre avec moi un tire-tique.
- Après une activité dans la nature :
J'inspecte soigneusement mon corps.
- Après avoir été piqué par une tique :
Je surveille la zone piquée pendant un mois. Si une plaque rouge et ronde s'étend en cercle à partir de la zone de piqûre, je dois consulter un médecin rapidement. Je consulte également en cas de symptômes grippaux, de paralysie faciale ou de fatigue inhabituelle.
La maladie de Lyme n'est pas contagieuse.

En cas de doute, parlez-en à votre médecin ou demandez conseil à votre pharmacien.

MALADIES VECTORIELLES

Les connaître pour se protéger

MALADIE DE LYME

ET PRÉVENTION DES PIQÛRES DE TIQUES

Des affiches à exposer

LES CONSEILS DE PRUDENCE, LA TACTIQUE ANTI-TIQUES

- 1 Couvre-toi**
Porte des vêtements de couleur claire à manches longues, un pantalon à glisser dans des chaussures hautes et un chapeau.
- 2 Utilise des répulsifs**
Laisse un adulte t'appliquer un répulsif en respectant les indications notées sur le produit.
- 3 Évite les herbes hautes et les feuilles mortes**
Quand tu te promènes, reste au centre des chemins, loin des arbustes. Ne t'accroche pas ou ne t'allonge pas directement sur le sol.
- 4 Examine-toi**
Regarde attentivement - tout particulièrement - sur ton corps et tes vêtements pour les chercher. Si tu t'adresses pas tout seul, demande à quelqu'un de t'aider. La tique apparaît comme un petit point en relief. **N'essaie pas de l'enlever tout seul !**
- 5 Fais retirer la tique**
Demande à un adulte de t'enlever la tique à l'aide d'un crochet à tiques, sans t'écarter. Plus vite elle sera retirée, mieux c'est ! Fais désinfecter la piqûre par un adulte et demande à d'inscrire la date et le lieu de la piqûre dans ton carnet de santé.
- 6 Surveille la zone où tu as été piqué**
Au cours des mois qui suivent la piqûre, si tu vois une rougeur apparaître sur ton corps, ou si tu ne te sens pas bien, parles-en à tes parents pour qu'ils t'aident à consulter un médecin. Si besoin il pourra te donner un traitement adapté.

Qu'est-ce qu'une tique ?
C'est une petite bête qui vit dans la nature. Normalement elle pique les animaux sauvages et domestiques pour se nourrir mais elle peut également piquer des humains qui passent à proximité.

Pourquoi éviter les piqûres de tiques ?
Une piqûre de tique ne fait pas mal. Mais certaines tiques transportent des microbes qui peuvent provoquer des maladies en piquant. Tu peux être piqué par une tique dans les jardins, les parcs, en forêt... surtout où il y a de l'herbe et des feuilles mortes. Après la douche, ne remets pas les vêtements que tu as portés dehors, une tique peut s'y cacher ! Papa ou Maman les lavera à au moins 60°.

POUR ÉVITER D'AVOIR UNE MALADIE, LA TIQUE DOIT ÊTRE ENLEVÉE LE PLUS VITE POSSIBLE.

Pour plus d'information :
<http://social-sante.pour.fr/soins-et-maladies/maladies-infectieuses/maladie-de-lyme>
www.npsaisance.org/le-tique-et-nature/
www.ctique.fr/signalement-tique/

Une **application ludique**
pour apprendre



Des jeux de société
*(escape game,
memory, 7 familles)*
**animé par un
professionnel de
santé**

**Contactez la CPTS pour
recevoir les supports de
votre choix !**

06 30 10 90 40
contact@hygie-cpts.org