

Outdoor School & Bed Bugs: Packing for Prevention

Attending outdoor school is an exciting time for children. Making new friends, exploring nature, and trying new things are all part of the outdoor school experience and create memories that will last a lifetime. However, along with all the good parts of outdoor school, a pesky little bug can also be part of the experience. In recent years, bed bugs have increased greatly in North America. They are often found in hotels, multi-unit dwellings, and other structures that house people for short periods of time. While bed bugs may be a nuisance, they do not transmit disease to people. The good news is that there are simple steps that can be taken to help ensure that children do not bring bed bugs to outdoor school or back home. Although we only have a few cases a year among the more than 5000 students attending, we want to suggest some steps you can take to reduce that number to zero. We're doing our part to eliminate this pest here; please help us by following the packing advice given below:

PACKING FOR OUTDOOR SCHOOL

- √ **Visually inspect items for bugs.** Take sleeping bags, blankets, and luggage out of storage, place them outdoors, and inspect them carefully for any signs of bugs or eggs.
- √ **Tumble bedding and luggage in clothes dryer.** Place bedding or luggage in the clothes dryer and tumble them on a high heat setting for 30 minutes. The heat from the dryer kills bed bugs and eggs. For items that cannot be placed in a dryer, vacuuming or cleaning with soap and water or alcohol based cleaning products will kill bed bugs.
- √ **Use a heavy gauge garbage bag as a liner in luggage.** Place all clothing inside the liner and tightly twist and knot to seal. This will help keep bed bugs out of clothing. In addition, place bedding in a separate garbage bag. Duffle bags are recommended as they can be placed in a dryer, unlike suitcases.
- √ **Pack extra garbage bags.** Be sure to pack two extra garbage bags for your child. One bag will be used for all dirty clothing and the other will be used for dirty bedding. **Label these** with your child's name.
- √ **Repellents.** Children may use insect repellent during the day to protect against mosquitoes and ticks. Repellents should not be used while sleeping. To protect a child's belongings from bed bugs, products containing permethrin which are labeled for use on fabrics can be applied to backpacks, duffle bags, and the outside of sleeping bags. Always follow the label directions when applying permethrin products.

COMING HOME FROM OUTDOOR SCHOOL

- √ **Inspect items before you bring them indoors.** Inspect items that cannot be placed in a washer/dryer for evidence of bed bugs outdoors and clean if necessary before bringing them indoors. Place bedding and clothes stored in garbage bags directly into the washer/dryer. Dispose of the plastic bag outdoors.
- √ **Clean all items returned from outdoor school.** For items that can be laundered, use a hot water setting and tumble dry on high heat for at least 30 minutes. For items that cannot be laundered, such as suitcases, vacuuming or cleaning with soap and water or alcohol based cleaning products are other options.
- √ **Wipe off shoes.** Use rubbing alcohol or soap and water to wipe off the bottoms of shoes.

If you have any questions, please feel free to contact us at 209-532-6673.
More at <http://www.extension.umn.edu/distribution/housingandclothing/dk1022.html>

Escuela Al Aire Libre & Chinchas: Empacar para la Prevención

Asistir a la escuela al aire libre es una oportunidad muy emocionante para los niños. Hacer nuevas amistades, explorar la naturaleza e intentar nuevas cosas son parte de la experiencia en la escuela al aire libre y crean memorias que perdurarán por toda la vida. Sin embargo, junto con las partes buenas de la escuela al aire libre, también los chinchas pueden ser parte de la experiencia. En recientes años, los chinchas han aumentado en gran manera en America del norte. A menudo se encuentran en hoteles, apartamentos y otras estructuras donde viven personas por plazos de tiempo cortos. Aunque los chinchas son una gran molestia, no transmiten enfermedad a otras personas. Lo bueno es que hay pasos sencillos que se pueden tomar para asegurar que los niños no traigan los chinchas a la escuela al aire libre o los lleven de regreso a sus hogares. Aunque solo hay unos pocos casos cada año entre más de 5000 estudiantes que asisten, queremos sugerir algunos pasos que usted puede tomar para reducir este número a cero. Estamos haciendo nuestra parte para eliminar los chinchas aquí; favor de ayudarnos, siguiendo los consejos para empacar que hemos dado abajo:

EMPACAR PARA LA ESCUELA AL AIRE LIBRE

✓ **Inspeccione los ítems visualmente para ver si hay chinchas.** Saquen los sacos de dormir, las cobijas y el equipaje del almacén; póngalos afuera e inspecciónelos cuidadosamente para ver si se encuentran chinchas o los huevos de chinchas.

✓ **Ponga todo lo de dormir y el equipaje en la secadora.** Ponga el saco de dormir, la ropa de cama o el equipaje en la secadora por 30 minutos en la posición alta. El calor de la secadora matará los chinchas y los huevos. Los ítems que no caben en la secadora se pueden limpiar con la aspiradora o con jabón y agua o con productos de limpieza que tienen una base de alcohol y estos matarán a los chinchas.

✓ **Use una bolsa para la basura de calibre pesado para forrar el equipaje.** Coloque toda la ropa dentro de la bolsa y retuércelo apretadamente y haga un nudo para sellarlo. Esto impedirá a los chinchas de entrar en la ropa. Además, coloque la ropa de cama y el saco de dormir en una bolsa de basura separada. Se recomienda usar una talega de lona en vez de una maleta porque se puede colocar en una secadora.

✓ **Empaque bolsas de basura extra.** Asegúrese de empacar dos bolsas extra para su niño/a. Una bolsa se usará para toda la ropa sucia y la otra se usará para la ropa de cama y el saco de dormir que está sucio.

Etiquete a todas estas cosas con el nombre de su niño/a.

✓ **Repelentes.** Los niños pueden usar repelente de insectos durante el día para protegerse de los zancudos y las garrapatas. Los repelentes no se deben de usar mientras están durmiendo. Para proteger a las pertenencias de los niños de los chinchas, productos que contienen *permethrin*, que están etiquetados para uso en telas se pueden aplicar a las mochilas, las talegas de lona y la parte de afuera de los sacos de dormir. Asegúrese de siempre seguir las direcciones etiquetadas cuando esté aplicando los productos de *permethrin*.

REGRESAR A CASA DE LA ESCUELA AL AIRE LIBRE

✓ **Inspeccione los ítems antes de traerlos adentro.** Inspeccione los ítems que no se pueden meter en la lavadora/secadora mientras todavía afuera de la casa para ver si hay evidencia de chinchas y límpielos si sea necesario antes de traerlos adentro. Coloque la ropa de cama y la ropa del niño que se trajo en la bolsa directamente en la lavadora/secadora. Elimine la bolsa afuera.

✓ **Limpie todos los ítems que regresan de la escuela al aire libre.** Para los ítems que se pueden lavar, use la posición más caliente en la lavadora y la más caliente en la secadora por 30 minutos a lo mínimo. Para los ítems que no se pueden lavar en la lavadora, tal como las maletas, se pueden limpiar con la aspiradora, con jabón y agua o con productos de limpieza que tienen una base de alcohol u otras opciones.

✓ **Limpie los zapatos.** Use alcohol o jabón y agua para limpiar la suela de los zapatos.

Si tiene alguna pregunta, favor de contactarnos al 209-532-6673.

Más al <http://www.extension.umn.edu/distribution/housingandclothing/dk1022.html>