

# Le Solidaire

BULLETIN D'INFORMATION AUX ÂÎNÉS



## CET HIVER :

> INTELLIGENCE  
ARTIFICIELLE

> ÂÎNÉS LOCATAIRES

> MALTRAITANCE

> CYBERFRAUDE



Chers lecteurs et chères lectrices,

C'est avec beaucoup de fierté et d'enthousiasme que je vous présente la nouvelle édition du Solidaire, qui fait écho à un moment marquant de notre année : le *Séminaire Intersection / MSP 2025*, consacré entièrement à la réalité des aînés et dont nous avons été l'hôte cette année.

Cette rencontre, qui rassemblait nos partenaires policiers à travers le Québec et qui a rayonné partout dans la francophonie, fut l'occasion d'échanger sur des enjeux bien réels, vécus chaque jour par plusieurs d'entre vous.

Nous avons eu le privilège d'entendre des conférenciers passionnés et engagés. Parmi eux, Mme Nadia Naffi, venue nous parler des outils permettant aux aînés de mieux naviguer dans le monde numérique et dans l'univers grandissant de l'intelligence artificielle. Nous avons aussi accueilli des représentants du



réseau de la Santé et des Services sociaux de la Montérégie, qui nous ont présenté le programme *Ce n'est pas correct!*, une démarche essentielle qui vise à outiller les témoins de situations de maltraitance envers les aînés. Mme Valérie Bourgeois-Guérin (UQAM) nous a quant à elle sensibilisés aux défis des personnes âgées en situation d'itinérance avec sa conférence *Vieillir dans la rue*. Et pour clore le tout, l'animateur François Charron nous a offert une présentation des plus utiles sur la protection contre la fraude — un sujet préoccupant, mais essentiel.

Dans ce bulletin, nous vous proposons un survol de certaines conférences ayant suscité un vif intérêt. Nous espérons que ces contenus sauront vous informer, vous soutenir et, surtout, vous accompagner dans votre quotidien.

Bonne lecture à tous! Santé et bonheur pour l'année 2026!

**Agent Éric Boulianne**

*Policier sociocommunautaire, Responsable du volet des aînés*

**Vous avez des questions ? Vous voulez planifier une conférence avec moi ?**

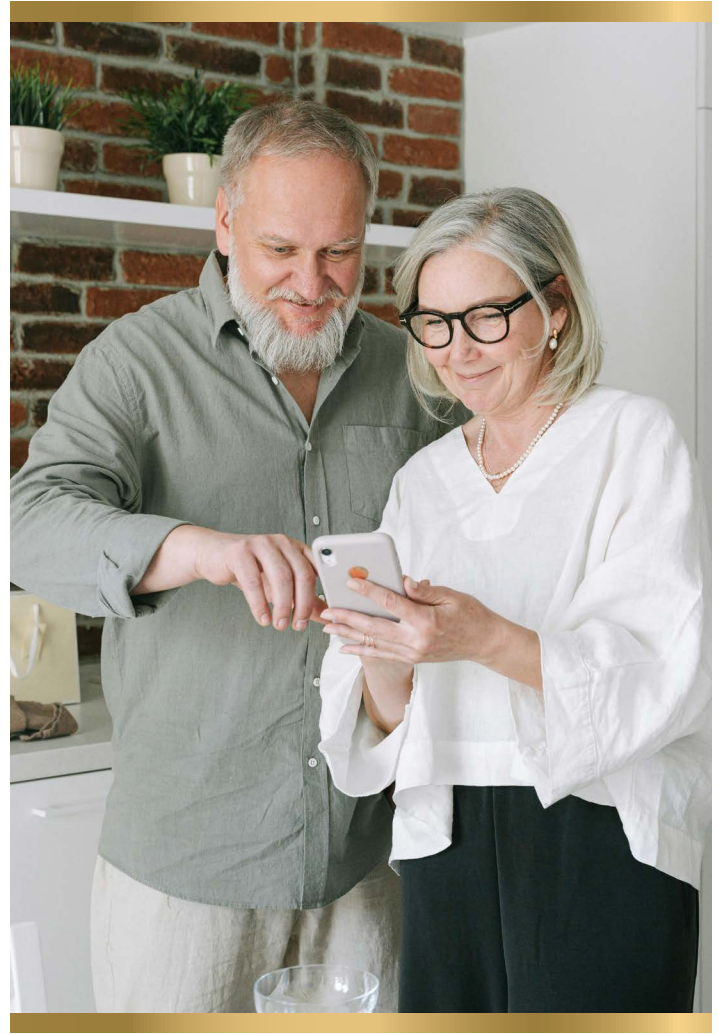
**La façon la plus simple de me contacter :**

**[sociocommunautaire@police-rsl.qc.ca](mailto:sociocommunautaire@police-rsl.qc.ca)**

### COMMENT DISTINGUER LE VRAI DU FAUX ?

Aujourd'hui, la technologie évolue rapidement et transforme nos façons de communiquer, de s'informer et même d'apprendre. Dans ce monde numérique en constante mutation, certaines réalités touchent particulièrement les personnes âgées. Les arnaques émotionnelles, les usurpations d'identité numérique et les manipulations de confiance se multiplient et deviennent de plus en plus difficiles à détecter. Des individus mal intentionnés imitent des voix, des images ou des messages avec une aisance nouvelle, rendant l'illusion plus convaincante que jamais.

Cependant, l'intelligence artificielle n'est pas uniquement une menace. Utilisée avec prudence, elle peut aussi devenir un outil précieux : elle permet de rester en contact avec la famille, d'apprendre à son rythme, de faciliter certaines tâches du quotidien et même de réduire l'isolement. Les technologies actuelles peuvent soutenir l'autonomie, offrir des occasions d'explorer, d'apprendre et de demeurer engagés dans la communauté.



Pour naviguer avec plus de confiance dans cet univers numérique, voici quelques repères simples :

- > **Se méfier des messages trop urgents ou trop beaux pour être vrais**
- > **Vérifier l'identité d'un contact avant de répondre ou d'envoyer de l'argent**
- > **Ne pas partager de renseignements personnels par courriel ou par téléphone**
- > **Demander conseil à un proche ou à un organisme avant d'agir**

En restant curieux, prudent et bien entouré, il est tout à fait possible de profiter du numérique en toute sécurité.

> Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes en Montérégie :

*Insatisfactions dans le réseau de la santé, problématique avec le bail dans les RPA, etc.*

Téléphone : 1 800 263-0670

Site web : [caapmonteregie.ca](https://caapmonteregie.ca) 

> Aînés locataires :

*Toutes les informations sur vos droits à JURIDIQC*

Site : <https://bit.ly/3XG3ScV> 



### SAISON DES RENOUVELLEMENTS DE BAUX

La saison des renouvellements de baux approche et il est important de connaître vos droits !

Si vous recevez un avis d'augmentation de loyer et que vous souhaitez le contester, vous êtes en droit de le faire. Il est normal d'avoir des questions et parfois un peu d'inquiétude, mais des ressources sont là pour vous accompagner. Ne restez pas seul : des conseils et de l'aide sont disponibles afin que votre logement reste un lieu sûr et confortable.

Pour obtenir plus d'informations ou du soutien, vous pouvez contacter l'organisme CAAP Montérégie au 1 800-263-0670 ou visiter [caapmonteregie.ca](https://caapmonteregie.ca). N'hésitez pas : un simple appel peut vous apporter beaucoup de clarté et de sérénité.

### VOS DROITS CONCERNANT L'ÉVICTION LORS DE RÉNOVATIONS

Vous êtes un aîné et vous avez reçu un avis d'éviction dans lequel votre propriétaire vous informe que vous devez quitter votre logement pour procéder à des rénovations ? Avant d'y répondre, assurez-vous de bien connaître vos droits et les protections particulières qui existent pour les aînés de 65 ans et plus.

**La plupart des évictions sont interdites au Québec jusqu'au 6 juin 2027.**

Le propriétaire qui souhaite procéder à une éviction doit remplir 3 conditions :

- 1) **Avoir un motif d'éviction prévu par la loi ;**
- 2) **Envoyer un avis au locataire dans les délais prévus ;**
- 3) **Offrir une indemnité financière au locataire.**

Si l'une de ces conditions n'est pas remplie, vous pouvez refuser l'éviction en envoyant une réponse indiquant votre refus à votre propriétaire. Si vous ne donnez pas de réponse dans le mois suivant la réception de l'avis, la loi considérera que vous avez refusé l'éviction.

Des conseils, des ressources et du soutien sont disponibles pour vous accompagner pas à pas : [caapmonteregie.ca](https://caapmonteregie.ca) ou 1 800 263-0670.



Le programme ***Ce n'est pas correct! Voisins, amis et familles présents pour les personnes âgées*** s'adresse aux proches qui sont souvent les premiers témoins d'une situation de maltraitance envers un aîné.

Le programme vise à présenter les indices de maltraitance envers un aîné et aide l'entourage à poser des gestes simples et concrets pour l'aider à se sortir de ce mauvais pas.

> Visitez leur site web : <https://cenestpascorrectqc.org> ↗

La **Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés (LAMAA)** est une ligne provinciale d'écoute, de référence et d'accompagnement spécialisée en matière de maltraitance envers les personnes âgées et les adultes en situation de vulnérabilité.



**Ligne Aide  
Maltraitance  
Adultes Aînés**

7j / 7, 8h à 20h  
**1 888 489-2287**

> Visitez leur site web : [www.lignemaltraitance.ca](http://www.lignemaltraitance.ca) ↗

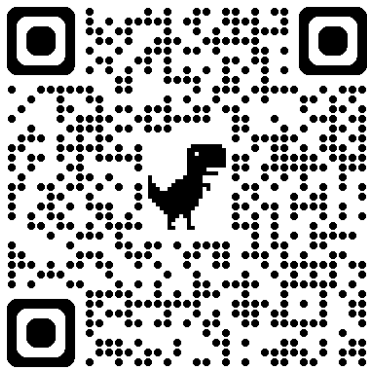




François Charron en conférence au Séminaire Intersection / MSP 2025

### UN OUTIL POUR SE PROTÉGER DE LA FRAUDE

Animateur, chroniqueur et entrepreneur, François Charron est le fondateur du site [francoischarron.com](http://francoischarron.com), une référence incontournable pour aider les Québécois à mieux comprendre la techno, la cybersécurité et la consommation numérique. L'animateur parcourt actuellement le Québec avec une conférence portant sur la fraude Web, pour sensibiliser la population aux pièges et arnaques en ligne.



Scannez ce code pour avoir accès à l'outil pour se protéger de la fraude

Il a d'ailleurs développé un outil gratuit pour se protéger de la fraude en 3 étapes. Pour avoir accès à cet outil, il suffit de scanner le Code QR.

### L'IMPORTANCE DE CHOISIR DE BONS MOTS DE PASSE

Un mot de passe fort est la première ligne de défense contre la cyberfraude. Il doit être long, unique et combiner lettres, chiffres et symboles, plutôt que d'utiliser des informations faciles à deviner comme votre date de naissance.

Pour ne pas avoir à retenir plusieurs mots de passe complexes, pensez à utiliser un gestionnaire de mots de passe. Cet outil sécurise vos codes et vous permet de vous connecter facilement à tous vos comptes, tout en réduisant les risques de piratage.

En adoptant ces simples précautions, vous naviguez sur Internet avec plus de sécurité et de tranquillité d'esprit.

Source : François Charron  
[Fraudes & arnaques](#) ↗

### > QUELS SONT LES 10 PIRES MOTS DE PASSE LES PLUS UTILISÉS EN 2025 AU CANADA ?

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 1. admin      | 6. 12345678  |
| 2. 123456     | 7. 123456789 |
| 3. gallant123 | 8. ZZZzzz111 |
| 4. password   | 9. 12345     |
| 5. 1hateyou   | 10. Password |

# À IMPRIMER

Un outil pratique à imprimer, remplir et afficher sur votre frigo !





## InfoAîné(e)s

**CONTACTS D'URGENCE POUR 9-1-1**

*Formulaire à remplir et à afficher bien en vue dans votre résidence*

**Votre identification (telle qu'inscrite sur vos documents officiels)**

Nom : \_\_\_\_\_ Naissance : \_\_\_\_\_

**Votre famille immédiate**

Nom : \_\_\_\_\_  
Adresse : \_\_\_\_\_  
Téléphone : \_\_\_\_\_  
Courriel : \_\_\_\_\_

**Contacts en cas d'urgence**

| Contact 1 en cas d'urgence | Contact 2 en cas d'urgence |
|----------------------------|----------------------------|
| Prénom : _____             | Prénom : _____             |
| Nom : _____                | Nom : _____                |
| Téléphone : _____          | Téléphone : _____          |

**Informations importantes**

Médecin traitant : \_\_\_\_\_  
No assurance maladie RAMQ : \_\_\_\_\_  
Intervenant/travailleur social : \_\_\_\_\_  
Si mesures de protection en place, nom du curateur public ou représentant légal : \_\_\_\_\_  
Centre hospitalier fréquenté : \_\_\_\_\_  
Votre institution bancaire : \_\_\_\_\_  
Votre notaire : \_\_\_\_\_





# POLICE

**RICHELIEU-SAINT-LAURENT**

[www.police-rsl.q.ca](http://www.police-rsl.q.ca)

**1 888 678-7000**



# Le Solidaire

BULLETIN D'INFORMATION AUX ÂÎNÉS



# POLICE

RICHELIEU-SAINT-LAURENT

## NOUS JOINDRE :

Téléphone sans frais : 1 888 678-7000  
Pour toute urgence, composez le 911

[police-rsl.qc.ca](http://police-rsl.qc.ca)

333, rue Hertel  
Beloeil (Québec) J3G 3N3  
Téléphone : 450 536-3333

1578, chemin du Fer-à-Cheval  
Sainte-Julie (Québec) J3E 0A2  
Téléphone: 450 922-7001