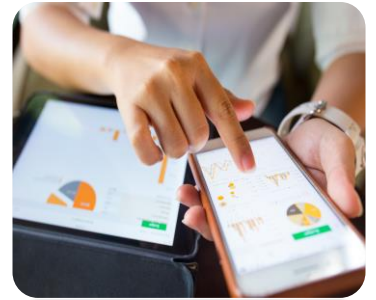


Un moment bien choisi pour songer à la planification financière

FP Canada^{MC} et l'Institut québécois de planification financière (IQPF) ont lancé la Semaine de la planification financière en novembre 2009, dans le cadre du Mois de la littératie financière, pour sensibiliser le public aux avantages de la planification financière. De plus, FP Canada^{MC} publie l'Indice de stress financier annuel pour déterminer ce qui cause du stress chez les Canadiens et comprendre comment les planificateurs financiers professionnels aident les Canadiens à atteindre le bien-être financier.



Si votre situation financière vous stresse, vous n'êtes pas seul

L'Indice de stress financier, FP Canada^{MC}, 2022 a fait état des résultats suivants :

- 38 % des Canadiens considèrent l'argent comme étant leur plus grande préoccupation, devant leur santé personnelle (21 %), le travail (19 %) et leurs relations personnelles (18 %)
- 39 % se sentent moins enthousiastes par rapport à leur avenir financier qu'il y a un an
- 35 % des Canadiens déclarent que le stress financier mène à l'anxiété, à la dépression ou à des enjeux de santé mentale.

Comment prendre en mains vos finances et réduire le stress financier ?

Une étape importante permettant d'atténuer le stress consiste à travailler avec un planificateur financier. Selon les résultats du sondage de 2022, lorsqu'on les compare à ceux et celles qui ne travaillent pas avec un planificateur financier, les gens qui collaborent avec un planificateur financier sont :

- beaucoup moins susceptibles de juger que l'argent constitue leur principal souci (15 % contre 39 %);
- moins susceptibles d'être aux prises avec l'anxiété, la dépression ou des problèmes de santé mentale en raison du stress financier (16 % contre 36 %);
- plus enthousiastes face à leur avenir financier qu'ils ne l'étaient il y a un an.

Voici certaines autres mesures que vous pouvez prendre :

- Payez-vous d'abord. Faites de vos épargnes-retraite et de vos autres objectifs un élément non négociable de votre budget.
- Payez toutes vos dettes et vos factures à temps et réglez d'abord les dettes à taux d'intérêt élevé (payez toujours plus que le minimum).
- Il peut s'avérer avantageux de consolider ses dettes à l'aide d'une ligne de crédit à un taux d'intérêt moins élevé.
- Protégez-vous et votre famille au moyen d'une assurance appropriée et d'un testament. Établissez un fonds d'urgence.
- Profitez des calculateurs financiers et des autres outils de planification que vous trouverez sur le site Web des participants à votre régime collectif.

Élaborez un plan financier avec l'aide d'un planificateur professionnel

Pour discuter de votre plan financier, communiquez avec l'équipe de professionnels autorisés de Reuter Benefits, au 1-800-666-0142 ou par courriel à retire@reuterbenefits.com. Vous pouvez aussi en apprendre davantage sur FP Canada^{MC} en consultant son site Web à www.fpcanada.ca, ou sur l'Institut québécois de planification financière (IQPF) à www.iqpf.org.