

Réduisez votre stress financier en ce temps des fêtes

Selon l'indice de stress financier FP Canada^{MC} 2022, en tout 38 % des Canadiens considèrent l'argent comme étant leur plus grande source de stress, devant leur santé personnelle (21 %), le travail (19 %) et leurs relations personnelles (18 %). Il est important de ne pas ajouter à ce stress en évitant de dépenser de manière excessive pendant le temps des fêtes qui s'amorce. Voici ci-dessous quelques stratégies simples pouvant vous aider à maintenir un bon contrôle financier.

- **Ne compromettez pas vos objectifs d'épargne à long terme**

Demeurez fidèle à votre stratégie d'épargnes-retraite en continuant de cotiser au régime de retraite de votre entreprise. Cette stratégie « Payez-vous en premier » est une forme d'épargne forcée qui peut s'avérer un outil très efficace pour l'atteinte de vos objectifs d'épargne-retraite. Votre budget de dépenses des Fêtes doit s'inspirer de vos engagements en matière d'épargne et non pas l'inverse.

- **Créez un budget de dépenses des Fêtes**

Décidez d'un budget que vous pouvez vous accorder et répartissez-le entre les personnes pour qui vous achetez. Dressez une liste des articles que vous comptez acheter. Tenez-vous-en à votre liste et suivez vos progrès pour vous assurer de ne pas déroger à votre plan.

- **Recherchez les aubaines et évitez les achats impulsifs**

Dans votre recherche d'articles, tentez de dénicher les meilleurs prix, mais ne laissez pas les aubaines vous inciter à trop dépenser. Les achats impulsifs peuvent rapidement grever votre budget.

- **Payez comptant**

La plupart des gens arrivent à mieux contrôler leurs dépenses lorsqu'ils paient comptant. Le règlement par carte de crédit vous permet de reporter le paiement, mais vous aurez ainsi tendance à un peu trop dépenser.

- **Envisagez un échange de cadeaux plutôt que d'acheter pour tout le monde**

Songez à réduire le temps et l'argent que vous consacrerez à l'achat de cadeaux. Plutôt que de donner un présent à tout le monde, pourquoi ne pas organiser un échange de cadeaux où chacun est censé acheter un cadeau à une seule personne.



Communiquez avec Reuter Benefits pour obtenir de l'aide avec votre plan financier

L'équipe de Reuter Benefits est composée de conseillers/conseillères financiers titulaires d'un permis, notamment des planificateurs financiers agréés. Nous vous encourageons à communiquer avec nous pour discuter de la façon dont un plan financier peut vous aider à contrôler vos dettes et à atteindre vos objectifs d'épargne à court terme et à long terme.

Vous pouvez joindre Reuter Benefits sans frais au 1-800-666-0142 ou par courriel à retire@reuterbenefits.com.