

# COVID-19 : Conseils pour prendre soin de sa santé financière



Alors que les conséquences de la COVID-19 continuent de se faire sentir au-delà de la maladie elle-même, nombreux sont ceux\* qui sont confrontés à des difficultés financières, car de nombreuses entreprises non essentielles ont dû fermer temporairement leurs portes et mettre à pied des employés. De plus, des industries axées sur les services, celles des voyages ou de la préparation des aliments par exemple, ont réduit leurs activités, tout comme celles de la fabrication et de la construction. Certaines ont dû cesser complètement leurs activités afin de réduire le risque d'infection.

Par conséquent, plusieurs s'inquiètent de leur situation financière et se demandent de quels types d'aide ils pourraient actuellement bénéficier. Voici quelques suggestions susceptibles de vous aider à gérer votre santé financière pendant la pandémie :

1. Examinez votre plan financier. Si vous n'avez pas de plan, c'est le bon moment d'en élaboration un.

2. Examinez votre budget. Recherchez les dépenses non essentielles que vous pourriez éliminer afin d'affecter les fonds dégagés à d'autres éléments de votre budget.
3. Si vous êtes temporairement mis à pied ou si vous avez subi une réduction salariale, accordez la priorité à vos dépenses de première nécessité comme le logement et la nourriture. La vitesse de votre connexion peut être une priorité supplémentaire si l'accès au téléphone et à Internet constituent des exigences professionnelles.
4. Gestion des dettes. Dressez la liste de vos dettes et vérifiez le montant du paiement mensuel minimum de chacune d'elle nécessaire pour vous maintenir en règle. Dressez également la liste de leur taux d'intérêt et utilisez-la pour prioriser les dettes à payer en premier. Rappelez-vous que les nécessités passent avant le superflu. Si vous pensez devoir sauter certains paiements, parlez-en d'abord à votre créancier.

## Besoin de plus amples renseignements ou d'assistance ?

Tous les appels sont confidentiels.

1 888 707-2115 | ATS : 1 866 433-3305

Appels internationaux (frais virés acceptés) : 778 372-7546

[Homeweb.ca/Equitable](http://Homeweb.ca/Equitable)

  
Assurance vie  
Équitable du Canada™  
Tout à fait pour moi.™

  
**Homewood**  
Santé | Health

## COVID-19 : Conseils pour prendre soin de sa santé financière

5. Si vous détenez des placements, demandez-vous s'ils sont bien répartis dans les circonstances. Pourriez-vous les repositionner en vue d'un rebond potentiel des marchés boursiers?
6. Si vous êtes en début de carrière, le temps est de votre côté. Si vous êtes en milieu de carrière, pensez aux types d'investissements qui vous conviennent le mieux, à votre tolérance au risque ainsi qu'aux rendements nécessaires pour atteindre vos objectifs. Si vous êtes en fin de carrière, vous devrez peut-être prendre des décisions difficiles au sujet de la pertinence de vos placements et de ce que le marché actuel signifie pour vous et pour vos objectifs financiers.
7. Demandez conseil à un professionnel financier compétent afin de déterminer ce que vous pourriez faire pour vous-même et pour votre famille.

8. Profitez de cette période pour vous renseigner sur des questions de finances personnelles. Assistez à des webinaires, lisez des livres, renseignez-vous auprès de spécialistes.

Le gouvernement du Canada a mis en place des programmes d'aide financière à l'intention de ses citoyens en ces temps difficiles, notamment la Prestation canadienne d'urgence (PCU).

La PCU soutient les Canadiens en apportant une aide financière aux salariés et aux travailleurs indépendants qui sont directement touchés par la COVID-19. Le lien suivant fournit de l'information sur cette prestation et des instructions sur la façon de la demander :

<https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations/faire-demande-pcu-aupres-arc.html#qui>



### Besoin de plus amples renseignements ou d'assistance ?

Tous les appels sont confidentiels.

1 888 707-2115 | ATS : 1 866 433-3305

Appels internationaux (frais virés acceptés) : 778 372-7546

[Homeweb.ca/Equitable](https://www.homeweb.ca/Equitable)

© Homewood Santé<sup>MC</sup> 2020 | EQ\_COVID-19 Financial tips financial health\_FR\_April 13\_20 | \* Dans ce document, le masculin est employé comme genre neutre.

  
Assurance vie  
Equitable du Canada<sup>\*</sup>  
Tout à fait pour moi.<sup>™</sup>

  
**Homewood**  
Santé | Health