



## Vivre vieux et en santé, sans être cassé

3 janvier 2014

### Résolutions 2014 : seulement ¼ des Québécois prévoient mieux s'occuper de leurs finances pour la nouvelle année

MONTREAL, le 3 janv. 2014 /CNW Telbec/ - En ce début d'année 2014, les Québécois sont plus enclins à prendre des résolutions comparativement à 2013 et, à ce chapitre, ils souhaitent clairement mettre leurs efforts dans l'amélioration de leur santé et de leur mieux-être. Les résolutions entourant la gestion des finances personnelles ont cependant connu une croissance importante, avec 26% de Québécois qui prendront des résolutions en ce sens en 2014, par rapport à 15% en 2013.

Le sondage CROP indique que les Québécois entrevoient comme suit leurs résolutions de 2014 :

- 46 % désirent faire davantage d'exercice (en hausse de 19 % par rapport à 2013)
- 34 % prévoient mieux manger (en hausse de 11 % par rapport à 2013)
- 27 % envisagent prendre plus de temps pour eux (en hausse de 8 % par rapport à 2013)
- 26 % veulent mieux s'occuper de leurs finances (en hausse de 15 % par rapport à 2013)

### Plus sensibles à leur santé qu'à leurs finances

Les résolutions entourant le patrimoine des Québécois arrivent au quatrième rang, alors que celles entourant leur santé et leur mieux-être occupent les trois premières places. Toutefois, bien que les Québécois semblent moins portés vers l'amélioration de la santé de leurs finances personnelles, on observe une croissance importante dans l'intention de prendre de bonnes habitudes en gestion de ses finances par rapport à l'année précédente. Plus de 25% des Québécois souhaitent cette année se donner cette priorité par rapport à 11% l'an dernier.

« L'intérêt accru de la population pour leurs finances personnelles est très intéressant et encourageant. Tout comme les Québécois se soucient de leur santé physique, leur santé financière doit aussi être prise en compte s'ils veulent vieillir non seulement en bonne santé physique mais aussi en bonne santé financière », résume Guylaine Dufresne *Pl. fin.*, Directrice principale, Investissement, pour la Banque Laurentienne.

Parmi les répondants ayant affirmé avoir pris comme résolution en 2013 de mieux gérer leurs finances en 2013, les trois quarts (75 %) d'entre eux disent l'avoir maintenue tout au long de l'année dernière, souligne le sondage. 25 % n'ont cependant pas réussi à suivre leur résolution en matière de finances personnelles. Ces derniers ont indiqué qu'avoir plus de volonté (29 %), établir un budget (28 %) et établir un plan financier (19 %) faisaient partie des éléments qui auraient pu les aider à atteindre leur objectif.

« Il y a plusieurs astuces pour mieux s'occuper de ses finances et bien prévoir sa retraite. Une des meilleures façons est de procéder à une épargne systématique, tant pour ses REER que pour ses projets. Ainsi, en prévoyant un montant périodique et régulier d'épargne, il est plus facile de l'intégrer à même son budget », ajoute Guylaine Dufresne. « Également, prévoir en début d'année un rendez-vous avec son conseiller financier afin de faire le point sur sa situation globale mais aussi pour faire et maintenir à jour son profil d'investisseur est également de mise », précise madame Dufresne.

Le sondage a été réalisé par CROP à l'aide d'un panel web de 1000 Québécois du 4 au 9 décembre 2013.

### À propos de la Banque Laurentienne

La Banque Laurentienne du Canada est une institution bancaire dont les activités s'étendent à la grandeur



du Canada. Reconnue pour l'excellence de son service, sa proximité et sa simplicité, la Banque sert un million et demi de clients à travers le pays. Fondée en 1846, elle emploie 4000 personnes qui font d'elle un joueur solide dans plusieurs segments de marché. Elle gère un actif au bilan de 34 milliards \$, de même que des actifs administrés de plus de 37 milliards \$.

La Banque se démarque par l'excellence de son exécution et son agilité. Ainsi, elle dessert les particuliers, tant par l'entremise de ses services en succursale que par une offre virtuelle en évolution constante. Elle jouit également d'une solide réputation auprès des PME, des entreprises et des promoteurs immobiliers, grâce à sa présence grandissante à travers le Canada et ses solides équipes situées en Ontario, au Québec, en Alberta et en Colombie-Britannique. Sa filiale B2B Banque est quant à elle un leader canadien dans la fourniture de produits et services bancaires et d'investissements aux conseillers financiers et aux courtiers, tandis que l'expertise et l'efficacité des services de courtage de Valeurs mobilières Banque Laurentienne sont largement reconnues à la grandeur du pays.

SOURCE Banque Laurentienne du Canada

Pour plus de renseignements:

**Mary-Claude Tardif**

Conseillère,

Relations publiques

514 284-4500, poste 4695

[mary-claude.tardif@banquelaurentienne.ca](mailto:mary-claude.tardif@banquelaurentienne.ca)