

À l'aise...chez soi

LA VÉRITABLE COULEUR DE L'ARGENT

Les vacances sont terminées, le camp est fini et vos enfants ont acheté tout ce qu'il leur faut pour la rentrée scolaire. Comme vos ressources financières en ont subi le contrecoup, il est grand temps de reprendre vos finances en mains.

Faites le point !

La première étape d'une bonne gestion financière est de faire le bilan de vos finances. Posez-vous les questions suivantes :

1. Êtes-vous plus à l'aise financièrement que l'an dernier ? Examinez vos actifs et passifs.
2. Faites-vous des économies ? Examinez vos revenus et dépenses.

Êtes-vous plus à l'aise financièrement que l'an dernier ?

Notez, dans un tableau comme celui-ci, ce que vous possédez et ce que vous devez maintenant et ce que vous possédiez et deviez l'an dernier. Il est relativement facile de procéder par estimations, et d'utiliser ensuite l'hypothèque, les cartes de crédit, les comptes bancaires, les relevés de pension et d'investissement pour combler les lacunes.

| Ce que je possède | Valeur actuelle | Valeur l'an dernier | Variation |
|-------------------------|-----------------|---------------------|--------------------------|
| Maison | 321 000 | 300 000 | En hausse |
| Voiture | 10 000 | 15 000 | En baisse |
| Pension/investissements | 55 000 | 45 000 | En hausse |
| Total des actifs | 386 000 | 360 000 | +26 000 en hausse de 7 % |

| Ce que je dois | Dettes actuelle | Dettes l'an dernier | Variation |
|-------------------|-----------------|---------------------|-------------------------|
| Hypothèque | 236 330 | 240 000 | En baisse |
| Prêt-auto | 10 345 | 15 000 | En baisse |
| Cartes de crédit | 3 000 | 1 800 | En hausse |
| Total des passifs | 249 675 | 256 800 | -7 125 en baisse de 3 % |

| | | | |
|------------------|----------------|----------------|----------------------------------|
| Avoir net | 136 325 | 103 200 | +33 125 en hausse de 32 % |
|------------------|----------------|----------------|----------------------------------|



LA VÉRITABLE COULEUR DE L'ARGENT (SUITE AU VERSO)

Dans ce numéro... • Retour vers le futur • Rôle parental • La vie commence à 40 ans

fgi world

Pour un nouveau regard sur la santé au travail.

Téléphonez au PAE de FGIworld pour de plus amples informations et des services de counseling. Des spécialistes peuvent vous aider à mieux concilier votre travail et votre vie privée ainsi qu'à régler une foule de problèmes, notamment la dépression, les problèmes professionnels et ceux qui ont trait aux dépendances ou à la vie conjugale et familiale.

Ce service vous est offert gratuitement car c'est votre employeur qui en assume le coût.

Composez le 1 800 363-3872.

Volume neuf • Visitez notre site Web au www.fgiworldmembers.com pour des renseignements complémentaires.

Sachez où va votre argent

- Les quatre prochaines semaines, utilisez un cahier pour noter chaque petite chose pour laquelle vous sortez de l'argent. Comptez tout : magazines, journaux, café, boissons gazeuses, train ou autobus, repas à l'extérieur, argent de poche pour les enfants, épicerie, essence... tout !
- Ajoutez les dépenses mensuelles : loyer ou hypothèque, services publics, abonnements, emprunts, etc.
- Chaque fois que vous payez quelque chose comptant (café, location de vidéo, stationnement, essence, etc.), demandez le reçu. Additionnez les reçus à la fin du mois. Vous aurez une bonne idée du chemin que prend votre argent, et où vous pouvez réduire vos dépenses.
- Utilisez une carte de débit au lieu d'argent comptant. Ainsi, votre relevé mensuel vous indiquera où va votre argent.

Sachez où vous pouvez économiser

- Le secret, pour trouver où économiser, c'est de commencer par regarder aux bons endroits. Par exemple, toutes les dépenses sont soit fixes, soit variables. C'est souvent dans les dépenses variables que vous trouvez où réaliser des économies. Les dépenses fixes sont plus difficiles à comprimer.
- Séparez les dépenses variables en « désirs » et en « besoins ». Les « besoins » comprennent la nourriture, les vêtements, etc. , les « désirs », les divertissements, les voyages, les revues, les loisirs, etc.
- Jetez un coup d'œil à ces « désirs » pour trouver vos épargnes. Avez-vous vraiment besoin d'un cappuccino tous les matins ? Pourriez-vous vous passer de cette revue ? Est-il nécessaire d'avoir la télé par satellite ? Avez-vous vraiment besoin d'aller au restaurant aussi souvent ?
- Fixez-vous des cibles réalistes qui permettent de petites douceurs. Si votre budget est trop strict, vous allez probablement l'abandonner.
- Lorsque vous avez fait vos compressions, additionnez les économies réalisées. Selon vos objectifs, allouez une partie de cet « argent trouvé » pour réduire votre dette. S'il vous reste quelque argent, examinez la possibilité de le déposer dans un compte d'épargne.
- N'utilisez plus de cartes de crédit, mais plutôt une carte de débit. Ramenez le nombre de vos cartes de crédit à une seule carte que vous gardez en réserve pour les urgences.
- Débarrassez-vous de vos fortes dettes. Considérez payer vos cartes de crédit en passant à une dette à moins de frais comme votre marge de crédit.

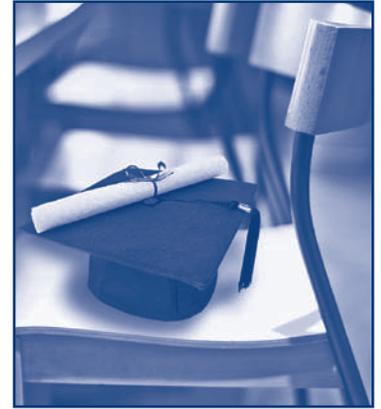


Si vous croulez sous les dettes ou avez besoin d'aide financière, communiquez avec le service de conseils financiers de FGIworld, qui fait partie de votre Programme d'aide aux employés (PAE). Ce service fournit du soutien et des services consultatifs en matière de dettes et autres questions financières et recommande des ressources communautaires pour aider les gens à reprendre en main leurs finances personnelles. Vous ne pouvez faire appel au PAE pour emprunter de l'argent. Cependant, vous pourrez y obtenir des renseignements sur les budgets personnels, le remboursement des dettes, les régimes de retraite ou de cessation d'emploi, les REER et REEE, la planification de la retraite, la gestion des liquidités, les aspects financiers du divorce et les mécanismes de protection à utiliser si le/la conjoint(e) a contracté des dettes liées à une dépendance ou un problème de compulsions au jeu.

RETOUR VERS LE FUTUR

Pour les enfants et les jeunes, l'automne est le début d'une nouvelle année scolaire. C'est une période à la fois excitante et stressante, notamment pour les adolescents et leurs parents qui sont sur le point de faire une demande d'admission aux études postsecondaires. Stressante à cause de l'embarras du choix et les multiples questions, alors que les enjeux sont énormes. Quelle université ou quel collège représente le meilleur choix ? L'ado est-il admissible à un programme d'aide financière ? En quoi consiste le processus d'inscription ?

Votre ado s'attend que vous l'aidiez à se retrouver dans ce processus complexe. Mais à qui pourriez-vous faire appel vous-même pour obtenir conseil ? À notre Programme d'aide à la réussite des études postsecondaires, bien sûr !



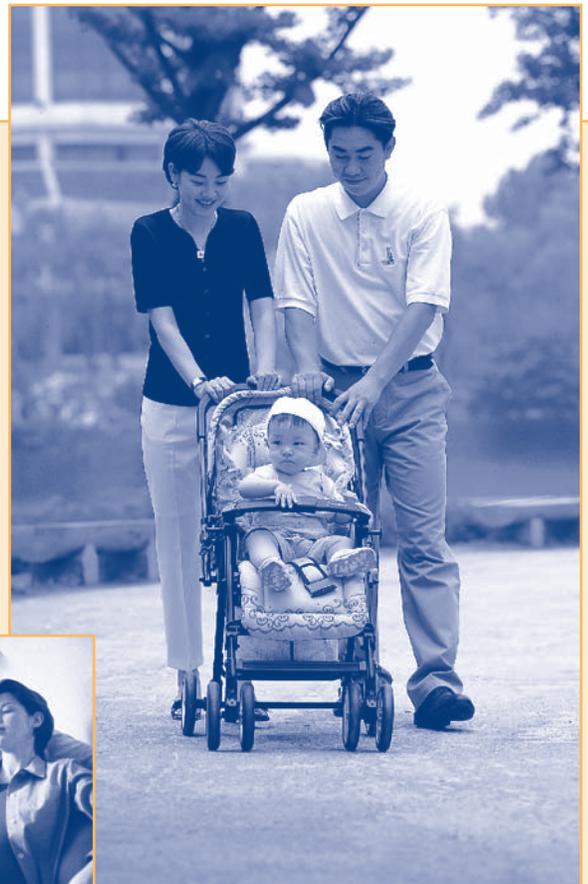
Il suffit d'un simple appel pour fixer une consultation téléphonique qui vous permettra, à vous et votre ado, de discuter de vos besoins et des questions qui se présentent au cours du processus d'inscription et de planification des études. Si nécessaire, votre adolescent aura la possibilité de prendre rendez-vous avec un conseiller en orientation professionnelle. Nos services en orientation professionnelle comprennent d'habitude de trois à quatre consultations téléphoniques, y compris des tests interactifs de choix de carrière et des services d'aide à l'autoévaluation, à l'établissement des objectifs de carrière et à la collecte de renseignements.

RÔLE PARENTAL

Pour d'autres couples, la planification des études postsecondaires n'est encore qu'un projet d'avenir, parce qu'ils commencent seulement à se préparer à la vie familiale.

La naissance d'un enfant est un événement merveilleux mais stressant, car élever un enfant est sans doute la tâche la plus importante qui s'impose à un couple et qu'on ne veut pas faire d'erreur. Chez FGIworld, les futurs et nouveaux parents peuvent compter sur le soutien du Programme de congé parental avant et pendant leur congé. Appelez votre PAE et demandez notre trousse du congé parental. Vous y trouverez toutes sortes de renseignements et de ressources utiles, notamment le livre *Bébé est arrivé*, un guide pratique volumineux pour vous accompagner au cours de la première année. Vous recevrez également les services de soutien d'un de nos spécialistes en soins aux enfants, qui vous aidera à vous adapter au rôle parental dans votre vie personnelle et professionnelle.

Appelez-nous pour vous épargner des soucis et mieux profiter de chaque minute passée avec votre nouveau-né.



À l'aise...chez soi

LA VIE COMMENCE À 40 ANS

Des nouveau-nés, une nouvelle année scolaire et un nouveau plan financier... mais qu'en est-il de votre carrière ? Votre travail vous satisfait-il ? Aimerez-vous vivre de nouvelles expériences ? La plupart des gens ayant dépassé la quarantaine ont renoncé à rendre leur vie professionnelle plus satisfaisante. Pour certains, c'est la peur de l'inconnu. D'autres se disent que leur âge les empêche d'obtenir une promotion, de participer à un programme de perfectionnement professionnel ou de changer de carrière au sein de leur organisation.

Évidemment, la discrimination fondée sur l'âge existe, mais ça ne signifie pas qu'une carrière se termine à 40 ans. Au contraire, la période entre 40 et 50 ans est le moment idéal pour se mettre à planifier l'étape suivante de sa vie professionnelle. Si vous désirez donner un nouveau souffle à votre carrière, commencez par les trois étapes suivantes :

1. Ayez une bonne compréhension de vos habiletés et de votre expérience

Avant de rencontrer votre superviseur, dressez une liste des éléments suivants :

- Vos principaux accomplissements professionnels
- Vos habiletés et compétences (ne pensez pas qu'elles vont de soi)
- Les compétences que vous aimez utiliser le plus
- Autres aptitudes et réalisations
- Qualifications, formation et affiliation aux associations professionnelles.

2. Réévaluez votre expérience, vos forces et capacités

Les employés plus âgés ont beaucoup à offrir à leur employeur, notamment une vaste expérience et la maturité. Il importe alors de bien comprendre ce que vous apportez à l'organisation. Votre contribution comporte trois aspects :

- Compétences – Avez-vous besoin d'actualiser vos compétences ?
- Expérience – Notez votre expérience et réalisations professionnelles et mettez-les en rapport avec les besoins et activités organisationnels.
- Maturité/sagesse – Les employés possédant l'expérience de la vie sont d'habitude sollicités pour donner leur opinion et des conseils judicieux. Notez de quelles façons vous avez appliqué vos connaissances et votre expérience aux projets, tâches et situations de travail.

3. Faites un plan de carrière

Votre plan de carrière doit tenir compte de ce qui est possible au sein de l'organisation. Afin de mettre en valeur votre contribution, préparez un dossier d'analyse en vous basant sur vos compétences et capacités particulières et vos expériences actuelles et passées. Si vous pensez qu'une formation ou une mise à jour de vos compétences vous sera utile, préparez un dossier qui appuie vos besoins et montre pourquoi ce serait un investissement profitable à l'organisation. Rencontrez votre superviseur pour discuter de vos idées.

Fixez-vous des objectifs et des échéances, et n'en déviez pas.

Enfin, et c'est sans doute la chose la plus importante, il ne faut pas oublier que l'attitude à l'égard des travailleurs plus âgés est en train de changer. Les baby-boomers (nés entre 1946 et 1966) dominent encore le marché du travail, mais dans les vingt prochaines années, des millions d'entre eux le quitteront, et les employés plus jeunes ne seront pas assez nombreux pour combler le vide. Par conséquent, les organisations averties commencent à chercher des façons d'attirer et de retenir les travailleurs plus âgés et plus expérimentés.

Le début de la quarantaine ne marque pas la fin de la carrière. Au contraire. Le meilleur reste à venir, et il devrait en être ainsi.



Pour d'autres renseignements ou des services de counseling ou des Solutions Travail-Famille, appelez votre programme d'aide aux employés (PAE). Ce service confidentiel est gratuit pour vous et votre famille.

En français : 1 800 363-3872

ATS : 1 800 263-8035

(Personnes malentendantes)

In English call: 1 800 268-5211

TTY: 1 800 363-6270

(Hearing Impaired)

Visitez aussi notre site Web à

www.fgiworldmembers.com

pour d'autres renseignements et ressources.

Vos suggestions de sujets à couvrir dans *À l'aise... chez soi* sont les bienvenues.

Communiquez avec **Barbara Jaworski**, directrice des Solutions Travail-Famille et

Mieux-être, par courriel à

bjaworski@fgiworld.com, par la poste à l'adresse ci-dessous ou par téléphone au

1 800 263-4533.

FGIworld

10 Commerce Valley Drive East

Suite 200

Thornhill ON L3T 7N7

fgiworld

*Pour un
nouveau regard
sur la santé au travail.*