

Printemps-Été 2022

# Gardons le contact

BULLETIN DES RETRAITÉS DE RBC

## Dans ce numéro

- 2 Un message de l'équipe de Gardons le contact
- 3 Pourquoi l'histoire est importante pour une entreprise tournée vers l'avenir
- 5 RBC facilite le partage de l'addition avec sa nouvelle fonction Partager entre amis
- 6 Voyage multigénérationnel: 8 conseils pour de bonnes vacances en famille (prolongées)
- 7 Non, ce message demandant vos informations de connexion ne provient pas de votre banque
- 8 Comprendre l'inflation : Moteurs et points importants pour les investisseurs
- 10 Revue des dix principes de base en matière d'investissement
- 12 Cuisiner avec peu : sept repas moins coûteux qu'un latté
- 13 Bienvenue au Programme Privilège de Rogers pour les retraités de la Rbc



# Un message de l'équipe de Gardons le contact

Voici le numéro Printemps-été 2022 de *Gardons le contact*.

Vous y trouverez des articles de RBC qui, nous l'espérons, vous intéresseront.

Rappel : Le bulletin *Gardons le contact* est publié en ligne deux fois par année. Il y a un numéro Printemps-été et un autre Automne-hiver. Les avis de départs à la retraite et de décès sont publiés chaque trimestre (en mars, juin, septembre et décembre). Vous pouvez consulter toutes les éditions précédentes à l'adresse <https://www.rbc.com/retraite/keepetouch/index.html>.

Nous vous invitons à nous faire parvenir vos histoires ou idées d'histoires à [keepingintoucheditor@rbc.com](mailto:keepingintoucheditor@rbc.com).

Nous vous souhaitons un très bel été.

L'équipe de *Gardons le contact*



## Les retraités de RBC sur Facebook

Le groupe Facebook privé pour les retraités de RBC poursuit sa croissance, comptant aujourd'hui plus de 3 000 membres. Ce groupe Facebook offre une tribune aux retraités de RBC, qui peuvent partager entre eux des histoires et des photos, notamment des témoignages sur leur carrière à RBC, l'histoire de RBC, leurs collègues et leur vie après RBC. Toute information relative à la retraite est aussi un sujet d'intérêt.

Pour en savoir plus sur le groupe Facebook des retraités de RBC, consultez la page suivante : <https://www.facebook.com/groups/247261009880101/>

**Note de la rédaction :** Le groupe Facebook des retraités de RBC n'est pas rattaché à RBC ni à *Gardons le contact*.

## Nous voulons lire vos témoignages.

Vous avez une histoire ou une idée susceptible d'intéresser d'autres retraités – emplois pour retraités, passe-temps, activités bénévoles, etc. ?

Soumettez votre histoire ou votre idée (ou celle d'une personne que vous connaissez) par courriel à [keepingintoucheditor@rbc.com](mailto:keepingintoucheditor@rbc.com), et nous communiquerons avec vous.

**Déni de responsabilité :** Tous les articles et témoignages publiés dans *Gardons le contact* visent à offrir des renseignements généraux seulement et n'ont pas pour objet de fournir des conseils juridiques ou financiers, ni d'autres conseils professionnels. Veuillez consulter un conseiller professionnel en ce qui concerne votre situation particulière. Les renseignements présentés sont réputés être factuels et à jour, mais nous ne garantissons pas leur exactitude et ils ne doivent pas être considérés comme une analyse exhaustive des sujets abordés. Les opinions exprimées reflètent le jugement des auteurs à la date de publication et peuvent changer. Banque Royale du Canada et ses entités ne font pas la promotion, explicitement ou implicitement, des conseils, des avis, des renseignements, des produits ou des services de tiers.

**Gardons  
le contact**

Voici comment  
nous joindre :

Équipe *Gardons le contact*, à l'attention de Retraite et avantages sociaux  
200 Bay Street North Tower, 11th Floor, Toronto (Ontario) M5J 2J5

Par courrier interne dans n'importe quelle succursale RBC : unité 7201  
Courriel : [keepingintoucheditor@rbc.com](mailto:keepingintoucheditor@rbc.com)

*Gardons le contact* est publié pour tous les retraités canadiens de RBC.  
Vous le trouverez aussi sur Internet à l'adresse [rbc.com/retraite/keepetouch](https://www.rbc.com/retraite/keepetouch)

© Marque déposée de la Banque Royale du Canada.

‡ Toutes les autres marques de commerce appartiennent à leur propriétaire respectif.



# Pourquoi l'histoire est importante pour une entreprise tournée vers l'avenir

(Suite)

## Promouvoir l'inclusion

RBC s'est toujours efforcée de créer un environnement accueillant pour les nouveaux arrivants.

« Dans les années 1940, RBC a produit, dans une demi-douzaine de langues, des cartes qu'on pouvait sélectionner afin d'indiquer à un employé de succursale dans quelle langue on désirait communiquer, dit M<sup>me</sup> Court. C'est souvent ainsi que s'amorçait la relation avec la Banque, et cela permettait aux nouveaux arrivants d'ouvrir un compte d'épargne, étape cruciale de leur établissement dans leur pays d'adoption. »

RBC offre maintenant un service téléphonique multilingue qui offre aux Canadiens une aide dans plus de 150 langues.

Aujourd'hui, et grâce à l'appli et à la plateforme de contenu [Arrive](#), qui est accessible par l'intermédiaire de RBC Projet Entreprise, les nouveaux arrivants peuvent accéder à des outils, à des ressources et à des modules d'apprentissage personnalisés. La plateforme de contenu Arrive propose aussi des ateliers et des séminaires sur des sujets comme la recherche d'emploi, le logement et l'accès aux soins de santé, afin de préparer les nouveaux arrivants à la vie au Canada. En moyenne, en 2021, plus de 87 000 nouveaux arrivants ont accédé chaque mois à la plateforme Arrive, ce qui montre l'importance du besoin d'information pertinente et de soutien en cette période d'incertitude.

## Les idées prennent vie ici

Depuis longtemps, RBC s'emploie à trouver des façons de créer plus de valeur pour les gens qu'elle sert, et cet effort a toujours comme point de départ ce que le chef de la direction actuel décrit comme la merveilleuse créativité des employés.

« Dans les années 1980, RBC a créé le Programme de suggestions du personnel afin d'inviter ses employés à soumettre des idées d'améliorations, sachant que même de légers changements peuvent avoir une incidence importante », dit M<sup>me</sup> Court.

Aujourd'hui, la Banque continue de se transformer en s'appuyant sur la force des [idées](#). Le dialogue actuel portant sur des idées a un effet de catalyseur sur la compétitivité de RBC et aide celle-ci à gagner,

à croître et à changer les choses au nom des clients et des collectivités qu'elle sert. Mentionnons à titre d'exemple que différentes méthodes de consultation (dont des groupes de discussion, des sondages d'opinion et un sondage général annuel sur la mobilisation) ont permis à la Banque de mieux comprendre les besoins, les préférences et les styles de travail de ses employés et de ses unités dans le monde entier. Ces dernières années, de telles initiatives ont aidé RBC à créer des programmes et des ressources ayant pour objet de soutenir ses employés dans un monde du travail en pleine évolution, et cela en accordant une attention particulière à la dimension de la santé mentale.

## Réinventer l'avenir en mettant le cap sur la durabilité

Cette série de livrets – créée aux environs des années 1950 – fait partie des initiatives lancées par la Banque dans le but de susciter des discussions à l'échelle nationale sur des questions d'importance pour la prospérité future du Canada. Plusieurs des livrets avaient trait à l'environnement et abordaient des thèmes liés à la conservation, par exemple « *Making Money by Saving Soil* » (protéger les sols, c'est payant).

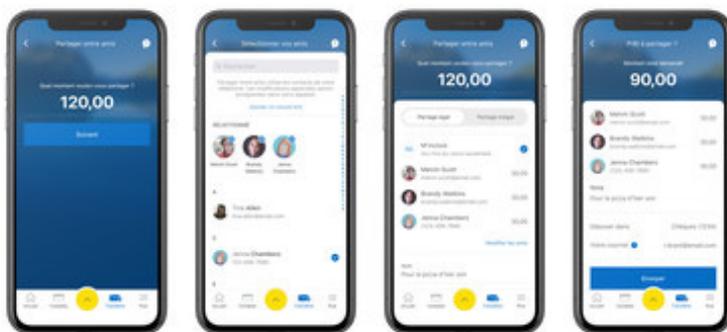
On pourrait avoir l'impression que ces livrets de « service public » portaient sur des sujets n'ayant qu'un faible lien avec les services bancaires. Cependant, comme on l'indiquait dans l'introduction de l'un d'eux, ces aspects sont « à la base de toute possibilité de prospérité et de bonheur ».

À l'heure actuelle, RBC tire parti de sa taille et de son envergure afin d'harmoniser ses activités avec de nouveaux objectifs mondiaux ambitieux dans la lutte contre les [changements climatiques](#). Elle compte notamment atteindre d'ici 2050 un bilan de zéro émission nette découlant de ses activités de prêt et aider activement les gouvernements et la société en général à atteindre les objectifs de l'Accord de Paris. RBC continue en outre d'agir comme catalyseur afin de favoriser le dialogue public. Dans un [rapport](#) récent, elle propose six parcours pour changer notre façon de vivre, de voyager, de croître et d'alimenter nos vies en énergie sans sacrifier emplois, collectivités et entreprises.

Source: [Salle de presse - RBC](#)

# RBC facilite le partage de l'addition avec sa nouvelle fonction Partager entre amis

Accessible dans l'appli Mobile RBC, cette nouvelle fonction aide les Canadiens à simplifier l'expérience de gestion et de règlement des dépenses de groupe



RBC a lancé aujourd'hui *Partager entre amis*, une nouvelle fonction qui permet aux clients de RBC de simplifier et de gérer facilement leurs dépenses de groupe. Une première pour une banque canadienne, la fonction *Partager entre amis*, est offerte dans l'appli Mobile RBC et permet aux clients de diviser le coût d'une dépense entre plusieurs contacts, de demander l'argent et de faire le suivi des personnes qui ont payé.

La pandémie a changé la façon dont les Canadiens transfèrent de l'argent, et de plus en plus d'entre eux choisissent de gérer leurs finances sur leur appareil mobile. Depuis janvier 2020, RBC a enregistré une augmentation de 23 % du nombre d'utilisateurs mobiles actifs et 87 % de ses clients<sup>1</sup> sont maintenant actifs numériquement. Le volume mensuel de téléversements envoyés par les clients de RBC a atteint un niveau sans précédent de 74 % depuis le début de la pandémie.

« Au cours des deux dernières années, nous avons constaté une croissance rapide du nombre de clients qui envoient et demandent de l'argent par l'entremise de notre appli Mobile RBC », a déclaré Peter Tilton, premier vice-président, Numérique à RBC. « L'ajout de *Partager entre amis* à notre liste croissante de solutions de paiement mobile est très intéressant, car la fonction offre à nos clients un moyen rapide, pratique et sûr de gérer leurs dépenses de groupe, ce qui atténue les frictions. »

Maintenant, les clients de RBC peuvent utiliser *Partager entre amis* dans l'appli Mobile RBC en suivant trois étapes faciles :

Entrer un montant à diviser :

Sélectionner les bénéficiaires ; et

Envoyer la demande.

« Nous sommes heureux d'offrir *Partager entre amis*, une nouvelle innovation numérique et le plus récent avantage ajouté à RBC Proximité, notre forfait de services bancaires courants le plus complet », a déclaré Sean Amato-Gauci, vice-président directeur, Cartes, paiements et services bancaires, RBC. « Nous avons tous connu les inconvénients liés au partage de l'addition et des dépenses pour des voyages ou des repas de groupe. Cette fonction témoigne des avantages importants auxquels les clients peuvent avoir accès lorsqu'ils font affaire avec RBC. »

Puisque la fonction est intégrée à l'appli Mobile RBC, les clients peuvent profiter des outils de sécurité numérique de premier ordre de RBC, comme la vérification en deux étapes, les alertes bidirectionnelles à la fraude, la surveillance antifraude et la [Garantie de sécurité des Services bancaires numériques RBC](#).

La fonction *Partager entre amis* a été développée en fonction de la rétroaction obtenue grâce à Primeurs RBC, l'application d'innovation bêta de RBC, qui offre aux clients l'occasion d'essayer de nouvelles caractéristiques numériques et novatrices avant leur lancement dans l'appli Mobile RBC. Elle représente l'une des nombreuses façons dont RBC continue d'établir des expériences numériques de confiance, conviviales et personnalisées que les Canadiens apprécient.

Cette nouvelle capacité numérique témoigne de l'engagement continu de RBC à ajouter de la valeur et à assurer la tranquillité d'esprit des clients qui gèrent leurs finances de façon numérique.

Pour en savoir plus, allez à [rbc.com](http://rbc.com) ou téléchargez l'appli Mobile RBC.

Source: [Salle de presse - RBC](#)

<sup>1</sup> Clients actifs de RBC ayant utilisé l'un des six modes de prestation de RBC (Banque en direct, appli Mobile RBC, réponse vocale interactive, Centre de conseils, succursale, GAB) sur une période de 90 jours.



# Voyage multigénérationnel: 8 conseils pour de bonnes vacances en famille (prolongées)

Par Diane Amato

Les voyages multigénérationnels deviennent de plus en plus populaires, car les familles vivent plus loin et les grands-parents actifs sont prêts pour une aventure familiale amusante. Étant donné que chaque génération a des goûts, des capacités et des intérêts différents, un voyage réussi nécessite une certaine planification et une conversation initiale.

Prêt à vous rendre aux États-Unis pour vous amuser et prendre le soleil avec la famille élargie? Nous avons huit conseils pour créer des vacances en famille multigénérationnelles que tout le monde adorera.

## 1. Impliquez tout le monde dans la planification

Certains membres de votre famille peuvent être du genre à prendre les choses en main, et d'autres peuvent dire qu'ils ne se soucient pas de l'endroit où ils vont ou de ce qu'ils font... tant que vous êtes tous ensemble. Le fait est qu'une fois que vous arrivez à destination, tout le monde aura une opinion. À cette fin, assurez-vous que tout le monde a une voix dans les étapes de planification en demandant à chaque membre de la famille – y compris les enfants – de dire une ou deux choses qu'il aimerait faire ou voir pendant ses vacances.

## 2. Assigner une personne pour prendre la relève

Ce membre de la famille qui prend les choses en main? Il est maintenant temps pour eux de briller. Une fois que tout le monde a exprimé ses intérêts et ses préférences, confiez la planification à une seule personne – après tout, la planification de voyage peut se dérouler beaucoup plus facilement avec une seule personne gérant les détails. Une fois qu'ils ont recueilli les commentaires de chacun, ils peuvent élaborer un itinéraire suggéré - y compris les vols, les visites, l'hébergement, les sites - et le partager avec le groupe pour un sceau d'approbation.

## 3. Discutez des mesures d'adaptation

L'un des éléments clés d'un voyage en famille réussi est de donner de l'espace à tout le monde. Essayer d'entasser trop de gens ensemble a tendance à mettre tout le monde mal à l'aise. Pour beaucoup, la location d'une maison ou d'une villa fonctionne bien car elle peut donner à chacun une intimité tout en fournissant des espaces communs pour se réunir et une cuisine pour préparer les repas. Pour d'autres, un complexe ou un hôtel avec des chambres adjacentes est la meilleure façon de procéder. Parlez de ce qui est le mieux pour votre équipage et réservez en conséquence.

## 4. Rendre les activités facultatives

Les membres de la famille ont chacun leurs propres intérêts et niveaux d'énergie, donc au lieu de forcer tout le monde à se serrer les coudes pour chaque activité, c'est une bonne idée de se séparer parfois. Par exemple, alors que certains membres de la famille font du vélo ou traînent à la plage, d'autres peuvent préférer faire une partie de golf ou visiter un musée. Des activités séparées peuvent également réduire l'épuisement familial et aider à faire en sorte que chaque voyageur tire le meilleur parti de ses vacances.

## 5. Discutez de l'argent à l'avance

Est-ce qu'un parti paie la facture? Êtes-vous en train de diviser les choses au milieu? Comment allez-vous régler les repas de famille, les courses, les frais d'admission, etc.? Avoir un plan à l'avance peut réduire les tensions liées à l'argent pendant vos vacances. Si vous divisez le coût, pensez à garder un décompte courant de qui paie pour quoi afin que vous puissiez facilement vous installer à la fin.

## 6. Rappelez-vous, les grands-parents ne sont pas des baby-sitters intégrés

Amener les jeunes enfants et les grands-parents pour un grand voyage en famille peut être une merveilleuse façon de garder les familles connectées. Et bien que les grands-parents puissent être prêts à garder des enfants pour que vous et votre partenaire ayez du temps en couple, rappelez-vous que ce sont aussi leurs vacances! Essayez de planifier certains jours où vous emmènerez les enfants afin que ce soit plus égal.

## 7. Planifiez les repas à l'avance

Lorsque vous voyagez en groupe, trouver un endroit où manger pour accueillir tout le monde n'est pas toujours simple. Bien que vous n'ayez pas nécessairement besoin de faire des réservations pour chaque repas, il est judicieux de planifier quand et où vous voulez manger. Planifier à l'avance peut aussi aider tout le monde sur la même longueur d'onde... la dernière chose que vous voulez, c'est un argument « pizza contre salades » sur le trottoir quand tout le monde a faim.

## 8. Ne pas trop planifier

Une chose que toutes les générations auront en commun est le besoin de temps d'arrêt. Les grands-parents ne sont peut-être pas habitués à être en déplacement tous les jours et les enfants peuvent se fatiguer rapidement, tout comme les parents de jeunes enfants. Pensez à planifier une activité principale par jour plus beaucoup de temps d'arrêt. Les pauses de l'après-midi vous donnent le temps de discuter et de réfléchir à ce que vous avez vu ce jour-là, tout en planifiant la prochaine aventure.

Voyager avec plusieurs générations de famille peut être une merveilleuse occasion de se connecter en tant que groupe, de partager des expériences et de créer des souvenirs qui peuvent durer toute une vie. Que votre famille choisisse une plage, une station de ski ou un parc à thème, gardez à l'esprit qu'une bonne planification et une conversation ouverte aideront à assurer un voyage mémorable pour tous.

Source: [Découverte et apprentissage – RBC Banque Royale](#)



# Non, ce message demandant vos informations de connexion ne provient pas de votre banque

Par Dan Sullivan

Les banques conçoivent des systèmes pour protéger vos comptes, de sorte que les escrocs essaieront de vous tromper en leur donnant les informations de votre compte. Voici comment les escrocs peuvent essayer d'obtenir vos informations bancaires.

Les escrocs sont créatifs – ils trouvent des moyens d'essayer d'obtenir vos renseignements bancaires ou d'autres renseignements personnels. Ils peuvent utiliser les médias sociaux, le courrier électronique, les SMS pour prendre contact et essayer de vous convaincre de partager les informations de votre compte. Bien sûr, leur but ultime est le gain financier, mais d'abord, ils doivent vous convaincre qu'ils sont quelqu'un en qui vous pouvez avoir confiance. C'est là que le phishing et le smishing entrent en jeu.

L'hameçonnage et le smishing sont des escroqueries visant à vous amener à révéler des informations personnelles à l'aide d'e-mails et de messages texte frauduleux. Par exemple, vous pouvez recevoir un message électronique d'une personne prétendant travailler dans la division de détection des fraudes de votre banque.

L'escroc vous demandera l'accès à votre compte, ce qui nécessite votre nom d'utilisateur et votre mot de passe. Sans aucun doute, ce message ne vient pas de votre banque.

Comment les escrocs tentent d'obtenir vos informations bancaires

## 1. Gagnez votre confiance

Tout d'abord, un escroc veut gagner votre confiance en prétendant être quelqu'un d'une organisation en laquelle vous avez déjà confiance, comme votre banque. La gestion de l'argent est importante, de sorte qu'un message de votre banque sur une fraude possible est susceptible d'attirer l'attention de la plupart des gens. Si vous êtes convaincu que votre banque vous contacte au sujet d'un problème avec vos comptes, l'escroc a réussi le premier défi majeur d'une arnaque.

## 2. Utilisez des tactiques de peur

Les escrocs ne veulent pas que vous pensiez à leur message. Ils utilisent des phrases pour vous effrayer ou vous intimider. Des SMS ou des e-mails tels que: « Votre carte de crédit a été désactivée » ou « ont détecté une activité inhabituelle sur votre compte et souhaitent vérifier que vous avez effectué plusieurs transactions ».

Ils essaient de vous faire croire que vous devez répondre immédiatement. Les banques n'envoient pas de messages comme ça.

## 3. Demandez les informations de votre compte

Une fois qu'ils ont votre confiance, maintenant l'escroc veut accéder à vos comptes. Les escrocs comptent sur le fait que la plupart des gens ne sont pas familiers avec le

fonctionnement des systèmes informatiques bancaires. Puisque vous accédez à votre compte avec un nom d'utilisateur et un mot de passe, vous pourriez penser que les gens d'une banque le feraient aussi.

*Non, ce message vous demandant vos informations de connexion ne provient pas de votre banque :*

- Votre nom d'utilisateur et votre mot de passe sont votre moyen d'accéder à vos comptes, à ceux de personne d'autre.
- Votre banque ne vous demandera jamais votre mot de passe.
- Les banques ont leurs propres moyens sécurisés d'accéder aux informations de votre compte si nécessaire.
- Plusieurs contrôles sont en place pour protéger vos données, notamment en ayant des moyens bien définis pour les employés de banque d'accéder à vos données.

## 4. Accédez à votre compte

Une fois qu'un escroc a votre nom d'utilisateur et votre mot de passe, il peut faire les mêmes choses que vous pouvez faire avec votre compte, comme transférer de l'argent ou accéder à des cartes de crédit.

Rappelez-vous: Les employés de la banque sont limités dans ce qu'ils peuvent faire en fonction de leur rôle et de leur responsabilité à la banque. Un vrai employé de banque enquêtant sur une fraude ne sera pas en mesure de transférer des fonds de votre épargne vers votre compte courant. Les employés de banque sont limités dans ce qu'ils peuvent faire.

Les banques conçoivent des systèmes pour protéger vos comptes, de sorte que les escrocs essaieront de vous inciter à divulguer les informations de votre compte. Pour les escrocs, ils n'ont pas besoin de tromper tout le monde avec succès, leur taux de rendement peut être assez élevé même s'ils ne trompent qu'un petit nombre de personnes.

Les escrocs essaieront de nouvelles façons de vous tromper, mais un œil attentif pour les messages frauduleux et la compréhension que les banques ne demanderont jamais d'informations personnelles dans un e-mail ou un message texte.

Si vous recevez un courriel ou un texto de RBC que vous jugez suspect, ne cliquez pas dessus. Posez-vous ces questions et transmettez-les à [phishing@rbc.com](mailto:phishing@rbc.com), puis supprimez-les. Et voici [comment communiquer avec RBC en toute sécurité](#).

# Comprendre l'inflation : Moteurs et points importants pour les investisseurs

Par RBC

Ce guide vous explique les forces qui sous-tendent l'inflation et montre comment la diversification peut vous aider à protéger la valeur de votre argent.

## Principaux points à retenir

- L'inflation représente la hausse graduelle des prix au fil du temps. Elle diminue le pouvoir d'achat.
- Un portefeuille diversifié d'actions et d'obligations peut contribuer à atténuer le risque lié à l'inflation.
- Les revenus et les bénéfices des sociétés augmentent souvent plus rapidement que l'inflation au fil du temps. Les obligations peuvent apporter une certaine stabilité en période de volatilité des marchés boursiers.

Si vous épargnez en vue d'un objectif lointain, comme la retraite ou des études, il est important que vous fassiez attention au risque lié à l'inflation, c'est-à-dire au risque que l'inflation réduise la valeur de vos placements à long terme. Ce guide vous explique les forces qui sous-tendent l'inflation et montre comment la diversification peut vous aider à protéger la valeur de votre argent.

## Qu'est-ce que l'inflation ?

En termes simples, l'inflation correspond à l'augmentation des prix au fil du temps. Le taux d'inflation mesure l'évolution des prix sur une période donnée.

À mesure que l'inflation augmente, votre [pouvoir d'achat](#) diminue. Autrement dit, votre argent dure moins longtemps et ne vous permet pas d'acheter autant de choses qu'avant la hausse des prix. L'inflation a une incidence sur tous les aspects de l'économie, qu'il s'agisse des dépenses de consommation, des investissements des entreprises, des politiques d'État ou des taux d'intérêt.

Coût d'une douzaine d'œufs au fil des ans



1. Sources : Statistique Canada, Banque du Canada.  
2. Sources : Statistique Canada, Banque du Canada.  
3. Calculé en fonction d'une inflation annuelle prévue de 2 %.



## Comment mesure-t-on l'inflation ?

Les gouvernements utilisent diverses mesures pour prendre le pouls de l'économie et ajuster leurs politiques. L'indice des prix à la consommation (IPC) est l'une des mesures les plus couramment citées dans de nombreux pays. Bien que l'IPC soit habituellement exprimé selon un taux simple, son calcul est très complexe.

- Aux États-Unis, l'IPC représente un panier de 80 000 articles répartis dans plus de 200 catégories de produits appartenant à huit grands groupes.
- Pour garder le panier à jour, 24 000 familles sont interrogées tous les deux ans afin que l'on puisse avoir une idée de ce qu'elles achètent réellement. De plus, 12 000 familles tiennent un journal de leurs habitudes de consommation.
- Chaque mois, les prix des 80 000 articles sont recensés. Le niveau général moyen des prix est ensuite publié sous la forme de l'IPC. Cette valeur sert à calculer les taux d'inflation annuels et mensuels.

L'indice a commencé à un niveau de référence de 100 en 1982. Lorsque l'IPC a atteint 200 en avril 2006, cela signifiait que les prix avaient globalement augmenté de 100 % depuis le début des années 1980. En juin 2021, ce pourcentage avoisinait 172 %.

Voici d'autres mesures de l'inflation dont on parle souvent :

- L'inflation de base correspond à l'IPC, mais exclut les catégories de prix les plus volatiles (aliments et énergie).
- L'indice de prix des dépenses personnelles de consommation (DPC) tient compte de l'évolution des préférences des consommateurs. Parfois, les gens délaissent certains biens et services afin d'en privilégier d'autres. Par exemple, si le prix du poulet augmente de façon inattendue, les consommateurs peuvent acheter du porc. Les DPC sont la mesure privilégiée par la Réserve fédérale américaine.

(Suite)

# Comprendre l'inflation : Moteurs et points importants pour les investisseurs

(Suite)

## Qu'est-ce qui cause l'inflation ?

- Il existe deux grandes théories : La **théorie de l'inflation par les coûts** soutient qu'une augmentation du coût de la main-d'œuvre et des matériaux (et, en fait, de tout ce qui est nécessaire pour mettre les produits sur les tablettes) fait grimper les prix des biens et des services.
- La **théorie de l'inflation par la demande** affirme que l'inflation monte quand les consommateurs ont beaucoup d'argent à dépenser, mais qu'il n'y a pas assez de biens à vendre. De ce cas, ce ne sont pas les matières premières qui causent l'augmentation des prix, mais la demande de produits finis.

D'un point de vue économique, les facteurs de l'inflation par les coûts peuvent être plus préoccupants. Ils témoignent de problèmes quant à l'offre de biens et de services. L'inflation par la demande est plus positive, puisqu'elle se produit quand les gens ont en moyenne plus d'argent à dépenser. La demande accrue se traduit par une hausse des prix – un signe d'une économie forte et en expansion.

## Pourquoi l'inflation est-elle un problème ?

Habituellement, un niveau modéré d'inflation (environ 2 %) est considéré comme un signal positif, parce qu'on l'associe à une croissance de l'économie. En revanche, un niveau élevé d'inflation est souvent perçu comme un signal négatif, car il laisse entendre que l'économie pourrait être en proie à la surchauffe. Il s'ensuivrait un recul économique, dont certaines entreprises pâtiraient plus que d'autres. Les pressions inflationnistes peuvent faire monter les prix. Or, si les prix augmentent plus rapidement que les salaires, alors les revenus réels baissent. Finalement, l'inflation risque aussi d'entraîner un accroissement des dépenses publiques, car elle se répercute sur le coût des programmes.

## Comment pouvez-vous protéger votre portefeuille contre les conséquences de la hausse de l'inflation ?

L'inflation peut se répercuter plus fortement sur certaines catégories d'actifs. Lorsque l'inflation augmente et que les conditions du marché changent, il est important de surveiller de près la composition de l'actif de votre portefeuille.

Les **actions** tendent à offrir une meilleure protection contre l'inflation. Les revenus des sociétés, et donc les bénéfiques, peuvent augmenter plus

rapidement que l'inflation au fil du temps. Au cours des 20 dernières années, les actions ont produit des rendements supérieurs d'environ 6 % au taux d'inflation.

[La diversification est essentielle.](#) Par exemple, il peut s'avérer bénéfique d'accroître l'exposition à des sociétés ayant des liens avec les marchandises ou l'immobilier, ou à des entreprises capables de répercuter les hausses de prix sur leurs clients sans nuire à la demande.

Les investisseurs en **titres à revenu fixe** sont souvent attirés par le revenu stable que procurent les obligations. Cependant, l'inflation et les taux d'intérêt ont tendance à évoluer en sens contraire des prix des obligations. Lorsque les taux d'intérêt augmentent, la valeur de vos placements en obligations peut diminuer.

Bien qu'à court terme, l'inflation puisse plomber certains secteurs du marché obligataire, les obligations jouent un rôle important dans la diversification des portefeuilles, en procurant une certaine stabilité lors des épisodes de volatilité des marchés boursiers. Diversifiez vos obligations en fonction de différentes caractéristiques, comme l'échéance et le niveau de risque, et selon les secteurs, comme les obligations d'État et de sociétés, à la fois canadiennes et mondiales.

Si vous notez que l'inflation commence à nuire à votre portefeuille, n'oubliez pas : tout est question d'équilibre.

- Si la proportion d'actions que contient votre portefeuille s'accroît, sa valeur pourrait bien fluctuer davantage. Il est donc important que vous teniez compte de votre [tolérance au risque](#) lorsque vous envisagez de modifier votre portefeuille.
- Les titres à revenu fixe continuent de jouer un rôle important au sein d'un portefeuille équilibré et diversifié. Ils peuvent contribuer à une expérience de placement plus uniforme et vous aider à respecter votre plan de placements. [Explorez les différents segments du marché obligataire.](#)

L'inflation n'est qu'une des nombreuses forces économiques susceptibles d'influer sur vos placements. La clé réside dans le fait de choisir ses placements avec soin et d'appliquer des stratégies tenant compte de l'inflation.

# Revue des dix principes de base en matière d'investissement

Par Sarah Riopelle, vice-présidente et première gestionnaire de portefeuille, RBC GMA



Les premiers mois de 2022 ont été difficiles pour les investisseurs. J'ai traversé un certain nombre de périodes comme celle-ci au cours de ma carrière et les investisseurs me demandent souvent des conseils sur ce qu'ils auraient dû faire dans cette situation. En fait, on m'a posé cette question si souvent dans le passé que j'ai écrit un article au début de 2020 sur les [Dix principes de base en matière d'investissement](#) que j'ai appris en tant qu'investisseur professionnel. Ils ont souligné l'importance de la diversification, maintenir le cap sur une échéance éloignée et d'investir à long terme plutôt que d'essayer d'anticiper le marché.

Avec la hausse récente de la volatilité du marché, je discutais de nouveau de ces vérités d'investissement avec mon équipe. Nous avons décidé qu'il serait peut-être temps d'actualiser la liste. Bien que ma [liste originale](#) soit toujours valable, je pense que de nouvelles vérités se sont insérées parmi les dix premières au cours des dernières années.

## Les dix principes de base de Sarah en matière d'investissement

- 1 La diversification est la meilleure stratégie de placement.
- 2 Investir à long terme plutôt que d'essayer d'anticiper le marché !
- 3 Le portefeuille du voisin rapporte toujours plus que le nôtre (du moins selon ses dires).
- 4 Les marchés traversent des cycles haussiers et baissiers, mais ils ont affiché une tendance à la hausse à long terme.
- 5 Les marchés sont imprévisibles, alors concentrez-vous sur ce que vous pouvez contrôler.
- 6 L'important, ce n'est pas le comportement des marchés, c'est la façon dont nous y réagissons.
- 7 Plus longtemps vous maintenez vos placements et plus la volatilité diminue.
- 8 Plus nous vérifions souvent la valeur de notre portefeuille, plus elle paraît varier.
- 9 Le risque ne ressemble pas à un risque lorsqu'il génère un rendement – gérez le risque, ne l'évitez pas.
- 10 Les médias sont habituellement truffés d'informations sensationnelles, d'anecdotes et de mauvaises nouvelles, autrement dit d'éléments qui importent peu aux investisseurs.

## 1. La diversification est la meilleure stratégie de placement.

Celle-ci était et est toujours en haut de ma liste ! Si l'histoire récente nous a montré quelque chose, c'est que la [diversification](#) demeure l'un des meilleurs moyens de gérer la volatilité de votre portefeuille. Les différentes catégories de titres et les différents marchés fluctuent avec le temps, de sorte que les combiner dans un portefeuille bien diversifié

uniformise les rendements des placements au fil du temps. Cela peut vous aider à gérer les marchés volatils comme celui que nous avons connu jusqu'à maintenant en 2022. Il vous aidera également à respecter votre plan de placement à terme à long terme.

## 2. Investir à long terme plutôt que d'essayer d'anticiper le marché !

J'ai appris une chose : il est extrêmement difficile d'anticiper avec succès le marché. Pour ce faire, il faut prendre deux décisions : quand vendre et quand racheter. Même si vous sortez du marché au bon moment, vous n'aurez probablement pas la même chance quand il s'agira d'y revenir. Aussi difficile que le repli du marché ait été en mars 2020, en restant sur la touche, vous avez probablement manqué quelques gains impressionnants qui ont suivi peu après le creux. Le fait de manquer même quelques-uns des jours les plus exceptionnels sur le marché peut avoir une incidence importante sur vos rendements globaux de placement.

## 3. Le portefeuille du voisin rapporte toujours plus que le nôtre (du moins selon ses dires).

Les gens raconteront toujours des histoires d'actions vedettes ou de conseils d'investissement qui leur ont rapporté de l'argent. Les actions mêmes, les bitcoins et les jetons non fongibles viennent tous à l'esprit. Lorsqu'on parle du rendement d'un placement, il faut forcément tenir compte du niveau de risque qui y est associé. Pour obtenir des rendements plus élevés, vous devez accepter davantage de risque ou de volatilité. Ainsi, ceux qui se vantent de leur réussite en matière de placement pourraient avoir une tolérance au risque ou un horizon temporel très différent de vous, ou ils pourraient simplement exagérer leurs résultats. Quoi qu'il en soit, vous ne devez pas considérer cela comme une indication que votre portefeuille de placements est inférieur ou que vous pourriez rater une occasion.

(Suite)

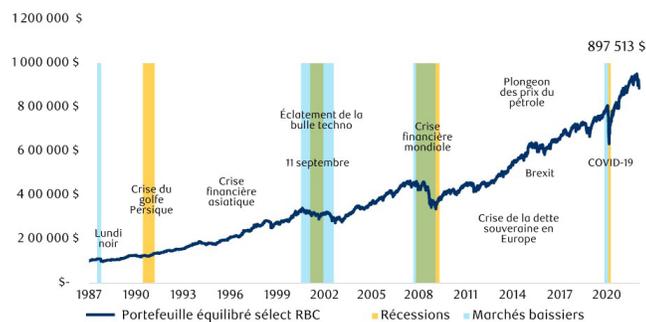
# Revue des dix principes de base en matière d'investissement

(Suite)

## 4. Les marchés traversent des cycles haussiers et baissiers, mais ils ont affiché une tendance à la hausse à long terme.

Au fil du temps, le marché ne fait pas que progresser en ligne droite. Il connaît de nombreux hauts et des bas, engendrés par une foule de facteurs différents. Certains sont relativement peu marqués et sont absorbés rapidement ; d'autres afficheront une plus grande amplitude et peuvent prendre plus de temps à absorber pour les marchés. Il est important de se rappeler que les replis ont déjà eu lieu et se produiront à nouveau, mais qu'ils ne sont pas une raison de paniquer. Par le passé, les marchés ont toujours repris de la vigueur et ont affiché une tendance à la hausse à long terme.

Les marchés ont toujours évolué à la hausse au fil du temps  
Portefeuille équilibré sélect RBC – Croissance de 100 000 \$



Sources : RBC GMA et Bloomberg. Les rendements sont ceux des parts de série A du 1er janvier 1987 au 28 février 2022; 1 an : 3,5 %, 3 ans : 7,4 %, 5 ans : 6,0 %, 10 ans : 7,0 %. Date de création : 31 décembre 1986. Un marché baissier commence lorsque l'indice clôture en baisse d'au moins 20 % par rapport à son sommet précédent. Une récession commence lorsque le PIB recule pendant deux trimestres d'affilée.

## 5. Les marchés sont imprévisibles, alors concentrez-vous sur ce que vous pouvez contrôler.

Les replis des marchés peuvent être douloureux, surtout lorsqu'ils suivent une période de fortes hausses et de volatilité relativement faible comme nous l'avons vu en 2021. Mais vous n'avez aucune influence sur l'évolution du marché, alors dans des périodes comme celle-ci, il est important de se concentrer sur ce que vous pouvez contrôler. Cela comprend la [maîtrise de vos émotions](#), le maintien de vos placements et ne pas perdre de vue vos objectifs financiers. À long terme, le succès des placements est moins lié aux fluctuations des marchés qu'à la façon dont vous réagissez à cette volatilité.

## 6. L'important, ce n'est pas le comportement des marchés, c'est la façon dont nous y réagissons.

Celle-ci est une extension du point 5, mais elle mérite d'être soulignée. Savoir [comment vos émotions peuvent influencer vos décisions de placement](#) en période de volatilité peut vous aider à éviter de

modifier votre portefeuille à un moment inopportun (voir le point 2). Cependant, même les investisseurs professionnels n'y arrivent pas toujours. Il est essentiel de ne pas tenir compte des turbulences passagères sur les marchés. Il en va de même pour le plan financier solide que vous avez établi avec votre conseiller. C'est ce que vous faites – ou plutôt ce que vous ne faites pas – en ces temps de volatilité qui peut faire toute la différence.

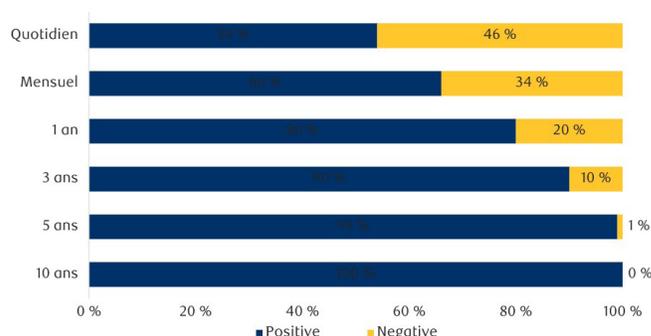
## 7. Plus longtemps vous maintenez vos placements et plus la volatilité diminue.

Tous les placements comportent un certain degré de risque. Si vous voulez obtenir un rendement plus élevé sur votre placement, vous devez être prêt à accepter un risque ou une volatilité accrue. Si votre tolérance au risque est faible, alors vous devrez renoncer à une partie des rendements. [Comprendre cette relation](#) est un élément fondamental des placements. Cela dit, la volatilité qui découle d'accepter un risque accru dans votre portefeuille tend à diminuer au fil du temps... surtout si vous investissez dans un portefeuille bien diversifié (voir #1).

## 8. Plus nous vérifions souvent la valeur de notre portefeuille, plus elle paraît varier.

Il n'a jamais été aussi facile d'obtenir des renseignements à jour sur l'état de votre portefeuille. Mais il faut aussi se rappeler que plus on la vérifie, plus il semble volatil. C'est parce qu'au quotidien, il y a de 50 à 50 chances qu'il affiche un rendement positif ou négatif. Ainsi, en regardant votre portefeuille chaque jour, vous pouvez penser que vos placements sont plus risqués qu'ils ne le sont réellement. Restez plutôt concentré sur vos objectifs de placement à long terme et examinez votre portefeuille moins souvent. Cette approche peut contribuer à accroître la probabilité d'un rendement positif au fil du temps. Cela me rappelle une vieille publicité télévisée : "Just set it, and forget it" (on le règle puis on l'oublie) !

La probabilité historique de rendement positif augmente avec le temps



Sources : Morningstar et RBC GMA. Portefeuille équilibré sélect RBC, série A. Les rendements quotidiens s'appliquent à la période du 1er janvier 2000 au 31 mars 2022. Les rendements sur les autres périodes sont établis d'après les données mensuelles allant du 1er janvier 1987 au 31 mars 2022. Rendement du Portefeuille équilibré sélect RBC, série A, au 31 mars 2022; 1 an : 2,4 %, 3 ans : 6,5 %, 5 ans : 5,7 %, 10 ans : 6,9 %. Date de création : 31 décembre 1986. Les rendements antérieurs ne sont pas garantis des résultats futurs.



## Cuisiner avec peu : sept repas moins coûteux qu'un latté

Par Bonny Reichert

**Avec le prix des aliments qui grimpe en flèche, il faut plus que jamais se montrer économe dans nos habitudes regardant la cuisine. Voici comment dépenser moins sans sacrifier de délicieuses saveurs**

Certains lundis soir, ma sœur et moi jouons à un jeu : *Cuisiner avec peu*. Quelles sont les règles ? Concocter un plat avec ce qui reste dans le frigo et les placards à moitié vides. « Qu'est-ce que tu as trouvé ? » me demandera ma sœur au téléphone pendant que je suis en train de brasser un risotto de légumes amochés.

« Tu ne vas pas croire ce que j'ai fait ! », me dira-t-elle la semaine d'après, alors qu'elle verse de la soupe aux restants de poulet et de pâtes dans des bols. Nous venons d'une famille qui travaillait dans le domaine de la restauration et où la question du gaspillage alimentaire ne se posait tout simplement pas. Cuisiner avec peu, voilà qui est dans nos veines.

Devenir chef a ancré encore davantage mes habitudes frugales. Je n'oublierai jamais quand le chef qui nous formait m'a réprimandée devant toute la classe pour avoir laissé de la pâte à choux après avoir vidé le bol sans passer la spatule. « Cette pâte aurait pu servir à faire toute une profiterole ! », rugissait-il.

Comme le prix des produits d'épicerie grimpe en flèche partout au Canada, il faut plus que jamais se montrer économe dans nos habitudes regardant la cuisine. Selon Statistique Canada, au mois de mars, les Canadiens ont payé 8,7 % de plus pour leurs aliments achetés en magasin que l'année dernière. Ils ont payé 17,8 % de plus pour les pâtes alimentaires et 8,5 % de plus pour les produits laitiers et les œufs. S'il faut faire attention et bien peser ses gestes autant à l'épicerie que dans la cuisine, c'est bien maintenant !

Et un peu de frugalité n'enlève pas le plaisir de cuisiner et de se délecter de délicieuses saveurs. De nombreux ingrédients essentiels coûtent souvent moins cher qu'on le penserait. Comme ils se conservent bien, on peut en acheter à souhait quand ils sont en solde et avoir de quoi faire de nombreux repas. Voici sept plats nutritifs et équilibrés à cuisiner qui vous coûteront moins cher qu'un super latté\* :

(Suite)

\* par personne, approximativement. Les prix exacts varient selon la région et le moment

## Cuisiner avec peu : sept repas moins coûteux qu'un latté

(Suite)

**Farro aux œufs frits et aux échalotes croquantes :** pendant que le farro, composé de grains entiers riches en protéines, cuit dans l'eau (ou dans le bouillon de poulet pour plus de saveur), trancher finement quelques échalotes. Faire chauffer quelques cuillerées d'huile végétale dans une poêle à feu moyen. Faire cuire les échalotes jusqu'à la consistance désirée et les retirer avec une cuillère à rainures. Faire frire un œuf, ou deux à la fois, dans la même huile. Servir le farro dans des bols avec un filet d'huile et de vinaigre de vin, du sel et du poivre, un œuf par personne et quelques échalotes. Une poignée de roquette agrémentera ce plat.

**Bouillon de parmesan avec du citron et de l'orzo :** préparer un bouillon de légumes riche avec des croûtes de parmesan que vous aurez ramassé (de 225 g à 454 g ou de 1/2 lb à 1 lb). Dans une grande casserole, faire revenir un oignon coupé en deux dans l'huile jusqu'à ce qu'il soit légèrement coloré. Ajoutez les croûtes de parmesan, un morceau d'écorce de citron, deux gousses d'ail entières et 1,5 l d'eau. Laisser mijoter pendant une heure ; filtrer et jeter les parties solides. Assaisonner le bouillon de sel et de poivre. Y presser le citron un bon coup et ajouter l'orzo cuit. Accompagner ce plat d'épinards frais sur le dessus, au goût.

**Ragoût de haricots à la tomate :** cuire légèrement deux gousses d'ail tranchées dans un peu d'huile à feu moyen. Ajouter une boîte de conserve de tomates à l'étuvée, coupées, 375 ml (1,5 t) de bouillon et une boîte de conserve de haricots blancs égouttés et rincés (n'importe quel type). Laisser mijoter 10 min. Retirer la viande du boyau d'une saucisse italienne et roulez-la en boulettes. Ajouter au plat de cuisson, avec les légumes verts hachés comme le chou frisé, et faire cuire 10 min de plus, ou jusqu'à ce qu'ils soient bien cuits.

**Fondant au thon :** vous vous souvenez de cette préparation pour dépanner ? Garnir de gruyère et servir avec une salade de tomate et féta.

**Bolognaise au poulet éclair :** enrober le fond d'une casserole avec un peu d'huile végétale. Ajouter 454 g (1 lb) de poulet haché. Assaisonner et faire dorer légèrement la viande. Incorporer une sauce de tomates cerises italiennes de bonne qualité et poursuivre la cuisson à feu doux jusqu'à ce que le mélange soit homogène ; environ 30 minutes. Ajouter les fines herbes fraîches ou séchées, au goût, et servir sur des pâtes fraîchement cuites.

**Patates de luxe :** faire cuire de grosses pommes de terre avec la peau. Écraser à la fourchette et servir avec différentes garnitures : fromage râpé, crème sûre ou yogourt grec, bœuf haché sauté ou saucisse, morceau de broccolini rôtis, etc.

**Tofu et pois sugar snap :** sécher un bloc de tofu ferme avec une serviette de cuisine. Couper en cubes et assaisonner avec de la sauce soya et de l'huile de sésame. Ajouter une cuillerée de légumes dans une poêle antiadhésive et faire chauffer à feu moyen élevé. Nettoyer les pois et les faire sauter jusqu'à ce qu'ils deviennent bombés et brunissent par endroits – quelques minutes. Retirer les pois, ajouter plus d'huile, au besoin, et faire frire le tofu jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Remettre les pois dans la poêle jusqu'à ce qu'ils soient bien chauds. Accompagnez ce plat de sauce sriracha et de graines de sésame.

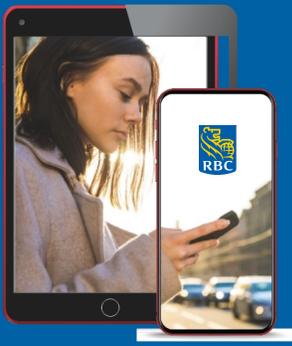
### Cinq autres conseils

**Faites-le vous-même :** les aliments déjà assaisonnés ou les plats cuisinés sont chers. Planifiez et occupez-vous de faire décongeler, de trancher et de couper.

**Surveillez vos déchets :** faites une liste et évitez les achats impulsifs. Si vous ne savez pas ce que vous ferez d'un chou-fleur, il finira au compost.

**Nettoyez votre frigo :** comme ma sœur et moi, prévoyez de cuisiner à partir de ce qui est déjà dans votre réfrigérateur au moins une fois par semaine. Croyez-moi, c'est très satisfaisant.

**Faites de réserves :** la viande, en particulier, se gèle bien et il y a toujours différentes coupes en solde.



# Bienvenue au Programme Privilège de Rogers pour les retraités de la RBC

## Bonne nouvelle pour les retraités de la RBC!

Vous avez maintenant accès au Programme Privilège de Rogers. En tant que retraité de la RBC, vous êtes éligibles à des offres exclusives sur les forfaits cellulaires, les téléphones intelligents et les tablettes, le tout sur le réseau 5G le plus vaste et le plus fiable au Canada\* disponible via **RogersDirect!**

## Profitez de ces offres incroyables

- ✓ **Economisez 25\$ par mois** sur les forfaits Infini de Rogers sans frais de dépassement de données.
- ✓ Économisez sur chaque ligne supplémentaire ajoutée, **avec un maximum de 9 lignes par compte.**
- ✓ Profitez **d'économies exclusives** à l'achat de tout téléphone intelligent ou de toute tablette et obtenez vos appareils à 0 \$ d'acompte et 0 % d'intérêt avec un financement sur les forfaits **Infini de Rogers**<sup>MC</sup>.
- ✓ Livraison **gratuite** partout au Canada avec **RogersDirect**

## Fonctionnement

Réservez en ligne pour parler avec l'un de nos représentants et connaître toutes les plus récentes offres promotionnelles! Placer votre commande en ligne ou par téléphone.

**Vous avez des questions?** Les retraités de la RBC ont accès à cette offre en contactant **RogersDirect** au numéro ci-dessous.

### Contactez-nous:

Lundi à vendredi 8h 30 à 20h

Samedi 10h à 15h



Pour vous inscrire et commander en ligne:

Visiter [www.rogersidv.ca](http://www.rogersidv.ca)

Inscrivez-vous avec le code de votre entreprise: **RBCBYDIDV**

Réservation en ligne:

Pour planifier un rappel avec l'un de nos représentants, cliquez sur le lien ou scannez ce code QR:



Contactez-nous:

Tél. 1-844-403-5909

Courriel: [rdidv@rogersdirect.ca](mailto:rdidv@rogersdirect.ca)

Voici ce que vous devez avoir en main :



Une (1) preuve d'affiliation:

- Documentation du statut de retraité de la RBC



- Numéro de membre/employé

Contactez-nous pour de l'assistance ou pour toutes questions supplémentaires.

**Nous sommes ici pour vous aider!**