

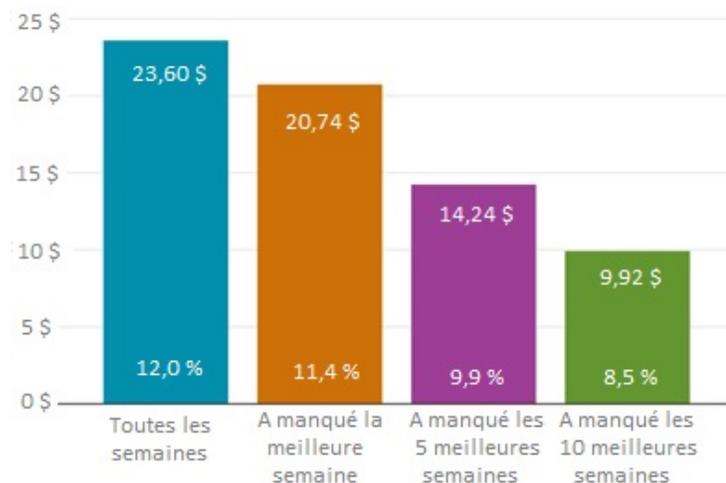
Le marché des valeurs mobilières vous fait perdre le sommeil?

Vous avez de l'épargne-retraite. Vous avez investi dans le marché boursier afin de faire progresser votre épargne.

Faire face aux hauts et aux bas réguliers du marché peut parfois avoir un impact sur votre tranquillité d'esprit. Ajoutez-y le stress accru causé par des événements tels que le COVID-19, et vous risquez de perdre le sommeil parce que vous vous inquiétez pour vos placements.

Bien que votre première réaction soit peut-être que le moment est venu de vendre, le plus souvent, la meilleure chose à faire est de garder la tête froide et de **garder le cap**.

Bien que les marchés puissent connaître une mauvaise journée, une mauvaise semaine, un mauvais mois ou même une mauvaise année, l'histoire suggère que vous êtes plus susceptible d'atteindre vos objectifs à long terme si vous restez investi. De plus, lorsque vous retirez votre argent d'un placement et que vous manquez ensuite les semaines les plus performantes du rebond de ce placement, cela peut sérieusement affecter votre épargne. Considérez le diagramme suivant :



Source : Morneau Shepell, 2019

Pourquoi le rendement des placements a-t-il fluctué ?

De nombreux facteurs ont rendu le rendement des investissements volatil en 2020. Voici certaines des raisons pour lesquelles nous constatons des rendements négatifs :



Impact mondial sans précédent du COVID-19



Bataille pour le contrôle du marché mondial du pétrole

Vous pouvez prendre des mesures pour réduire les risques

S'il est presque impossible de prédire le marché...

... la **diversification** est une technique utile qui peut vous aider à gérer les risques.

« Diversifier un portefeuille », c'est investir dans différents types d'actifs tels que des actions et des obligations, afin d'avoir un mélange de risques et de rendements potentiels. Lorsque vos actions affichent de mauvaises performances, vos obligations devraient compenser l'impact, et vice versa.

Bien que des hauts et des bas soient normaux en matière d'investissement, en particulier à court terme, il est important de revoir vos investissements de temps à autre, afin de vous assurer que vous êtes confortable avec vos choix. Pour ce faire, connectez-vous à votre compte du Programme de placements de la Financière des avocates et avocats et accédez à votre outil de répartition des risques. Une fois que vous avez trouvé une stratégie qui répond à vos besoins et à votre confort face aux risques, respectez-la.

Si vous souhaitez discuter de votre plan financier, sans frais supplémentaires, n'hésitez pas à contacter votre conseiller ou à contacter le centre d'appels du Programme de placements de la Financière des avocates et avocats au 1-866-497-9091 (du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h HNE).