



# FOND DE L'HISTOIRE<sup>MD</sup>

MARS 2018



**MÉGACRÉDIT, PRÊTS HYPOTHÉCAIRES ÉNORMES  
ET ABSENCE DE BUDGET... BONJOUR LE STRESS!**

**PAGE 2**

## **NOUVEAUTÉS**

Les franchises seront réduites ou éliminées dans le régime Fair PharmaCare de la Colombie-Britannique

De nouvelles lignes directrices concernant la marijuana thérapeutique soulignent la nécessité de preuves scientifiques solides

Mise à jour du guide des tarifs de soins dentaires de l'Alberta

Gagnante du grand prix Changerpurlavie<sup>MD</sup>

**PAGE 9**





# MÉGACRÉDIT, PRÊTS HYPOTHÉCAIRES ÉNORMES ET ABSENCE DE BUDGET... **BONJOUR LE STRESS!**

## LA SANTÉ FINANCIÈRE A UNE GRANDE INCIDENCE SUR LA SANTÉ GLOBALE

C'est une histoire typiquement canadienne. L'année 2018 est amorcée depuis un petit moment, mais nos relevés de carte de crédit portent encore les traces de nos dépenses et réjouissances des Fêtes, et la plupart d'entre nous tremblent juste à penser à leur solde bancaire. C'est aussi le moment de l'année où nous perdons de vue nos résolutions du jour de l'An... qui consistent habituellement à manger moins et à bouger plus. Cependant, que dire de l'incidence – de l'incidence *considérable* – de la santé financière sur la santé globale? Faites de 2018 l'année où vous incitez les membres de votre régime à intégrer le bien-être financier à leurs objectifs de gestion de la santé. Voici pourquoi.

### La santé financière est l'une des principales sources de stress

Dans le numéro de septembre 2016 du bulletin *Le fond de l'histoire*, lorsque nous avons présenté les données obtenues à partir des réponses au questionnaire d'évaluation des risques pour la santé Changerpoulavie<sup>MD</sup>, vous avez peut-être été aussi surpris que nous d'apprendre que plus de 40 % des membres du régime qui sont stressés ont désigné la santé financière comme étant la source de leur stress. À titre de membres du régime, la plupart de ces personnes *ont un emploi*. Par conséquent, nous avons supposé que le stress financier ne ressortirait pas des données comme un élément aussi important. Un an plus tard, à la lumière des données actualisées du rapport sur l'évaluation des risques pour la santé Changerpoulavie, il est clair que la santé financière a une grande importance : parmi les répondants qui ont affirmé avoir un stress modéré ou élevé, 50 % en ont attribué la cause au stress financier.

## LES DONNÉES DU RAPPORT SUR L'ÉVALUATION DES RISQUES POUR LA SANTÉ INDIQUENT DES NIVEAUX DE STRESS ÉLEVÉS, SURTOUT CHEZ LES FEMMES



- Plus de 45 % des membres du régime affirment être modérément ou grandement stressés.
- Et parmi ceux qui affirment être modérément ou grandement stressés, 50 % en attribuent la cause à des problèmes financiers – au deuxième rang derrière le stress lié au travail.
- Si l'on considère le stress comme un facteur de risque pour le développement de maladies chroniques, 47 % des membres du régime présentent un risque élevé lié au stress et 42 % présentent un risque élevé expressément lié au stress financier.

Non seulement les niveaux de stress sont-ils élevés – et en grande partie attribuables au stress financier, mais les femmes sont plus stressées que les hommes. Et plus de femmes que d'hommes sont particulièrement stressées au sujet des finances.

Par chance, le stress financier est considéré comme un facteur de risque modifiable – ce qui signifie que les membres du régime ont la possibilité de le réduire – et, par ricochet, de réduire leur risque de développer une maladie chronique. Toutefois, des 17 outils de suivi de l'état de santé offerts en ligne sur le portail Changerpoulavie, c'est l'outil de suivi des économies que les membres utilisent le moins – en fait, ils ne l'utilisent à peu près pas!

Bien sûr, de telles données ont déclenché une avalanche d'études. Nous avons été très occupés à passer en revue les dernières découvertes sur la santé financière des Canadiens pour déterminer comment aider les membres du régime à gérer le stress financier – et idéalement à le prévenir à la source. Et nous avons réalisé qu'il ne fallait pas se surprendre que tant de membres du régime se sentent dépassés par leurs finances, étant donné l'état actuel de la santé financière au Canada.

## Mauvaise santé financière

Les statistiques révèlent que, de plus en plus, tous les éléments sont réunis pour que les Canadiens soient en mauvaise santé financière :



→ **Vivre d'une paie à l'autre** : Un sondage des employés canadiens mené en 2017 par l'Association canadienne de la paie (ACP) indique que 47 % des répondants vivent d'une paie à l'autre. Ce pourcentage grimpe à 51 % chez les membres de la génération X (ceux qui sont nés entre 1965 et 1984) et à 55 % chez les membres de la génération Y (ceux qui sont nés entre 1982 et 2004). De plus, 41 % des répondants au sondage affirment dépenser toute leur paie nette – voire davantage<sup>1</sup>. De même, selon un sondage effectué par Ipsos en 2017, plus de la moitié des répondants étaient chaque mois à 200 \$ de ne pouvoir payer toutes leurs factures ou honorer leurs dettes<sup>2</sup>.



→ **Niveau d'endettement élevé** : En 2016, Statistique Canada signalait que le niveau d'endettement au Canada était le plus élevé de tous les pays du G7<sup>3</sup>. Dans le récent sondage de l'ACP, 93 % des employés déclaraient avoir des dettes et 31 % affirmaient que leurs dettes s'étaient accrues l'an dernier<sup>4</sup>. Pour mettre les choses en perspective, au chapitre du niveau d'endettement individuel, un rapport publié en 2016 par Equifax – une agence d'évaluation du crédit à la consommation – a établi que le Canadien moyen avait 22 081 \$ de dettes à la consommation, ce qui n'inclut pas les prêts hypothécaires. Et, en moyenne, ce sont les personnes de 46 à 55 ans qui sont les plus endettées – et celles qui ont des dettes sont celles qui empruntent de plus en plus<sup>5</sup>.



→ **Recours au crédit** : Un sondage mené en 2014 par l'Agence de la consommation en matière financière du Canada (ACFC) indique que 30 % des consommateurs canadiens peinent à couvrir leurs dépenses courantes. De ce nombre, environ la moitié dépend d'une forme de crédit pour joindre les deux bouts<sup>6</sup>.



→ **Recours au prêt sur salaire** : En 2016, l'ACFC signalait que la proportion de Canadiens ayant recours aux prêts sur salaire avait récemment doublé pour toucher plus de 4 % des foyers<sup>7</sup>.



## LE PIÈGE DU PRÊT SUR SALAIRE...

Il vous faut 300 \$ pour faire réparer votre voiture. Vous obtenez un prêt sur salaire de 300 \$ pour deux semaines.

Sur deux semaines, vous paierez (à titre d'exemple, selon l'endroit où vous habitez) 63 \$ de frais. Vous devez donc maintenant 363 \$.

**C'est l'équivalent d'un taux d'intérêt annuel de 546 %. Oui, vous avez bien lu, 546 %!**

Si vous ne faites pas votre paiement, vous écopez (selon l'endroit où vous habitez) d'une pénalité de 40 \$. Vous devez donc maintenant 403 \$.

À l'origine, il vous manquait 300 \$, et vous devez maintenant 403 \$, que vous n'avez probablement pas<sup>11</sup>.

Qu'allez-vous faire? Si vous ne remboursez pas votre emprunt à la date d'échéance, vous continuez d'accumuler des intérêts.

Et il pourrait y avoir d'autres conséquences sérieuses : le prêteur sur salaire pourrait appeler vos amis, votre famille ou votre employeur pour tenter de récupérer son argent. Il pourrait vous poursuivre ou céder le prêt à une agence de recouvrement, ce qui affecterait votre cote de crédit. En outre, le prêteur ou l'agence de recouvrement pourrait saisir votre propriété ou prélever des fonds directement sur votre chèque de paie.

Si vous avez besoin de fonds sur-le-champ, l'Agence de la consommation en matière financière du Canada vous recommande de chercher des solutions d'emprunt plus économiques. Par exemple, un prêt d'un membre de la famille ou d'un ami, une avance de fonds sur une carte de crédit, un prêt personnel ou une marge de crédit de votre institution financière.



→ **Peu d'épargne** : D'autre part, 47 % des employés répondant à la récente étude de l'ACP affirmaient n'être en mesure d'épargner que 5 % – ou moins – de leur revenu. Résultat : ils ne sont pas préparés à faire face à des situations d'urgence imprévues. En ce qui concerne l'épargne-retraite, près des trois quarts des répondants déclarent n'avoir épargné que 25 % ou moins de la somme dont ils s'attendent à avoir besoin pour prendre leur retraite<sup>8</sup>.

Tout ce pessimisme entraîne un stress financier pour les Canadiens – y compris les membres du régime. Par exemple, à l'instar du rapport sur l'évaluation des risques pour la santé Changerpoulavie, le récent sondage de l'ACP a révélé que 39 % des employés interrogés se sentaient dépassés par leur niveau d'endettement. De plus, près de la moitié d'entre eux regrettaient d'avoir accumulé autant de dettes, près de 40 % regrettaient les dettes accumulées au cours de la dernière année<sup>9</sup>. Ainsi, en plus d'être stressés, bon nombre d'entre eux se sentent honteux et embarrassés par rapport à leurs finances. Il y a de quoi être morose, en effet. Mais comment en sommes-nous arrivés là?

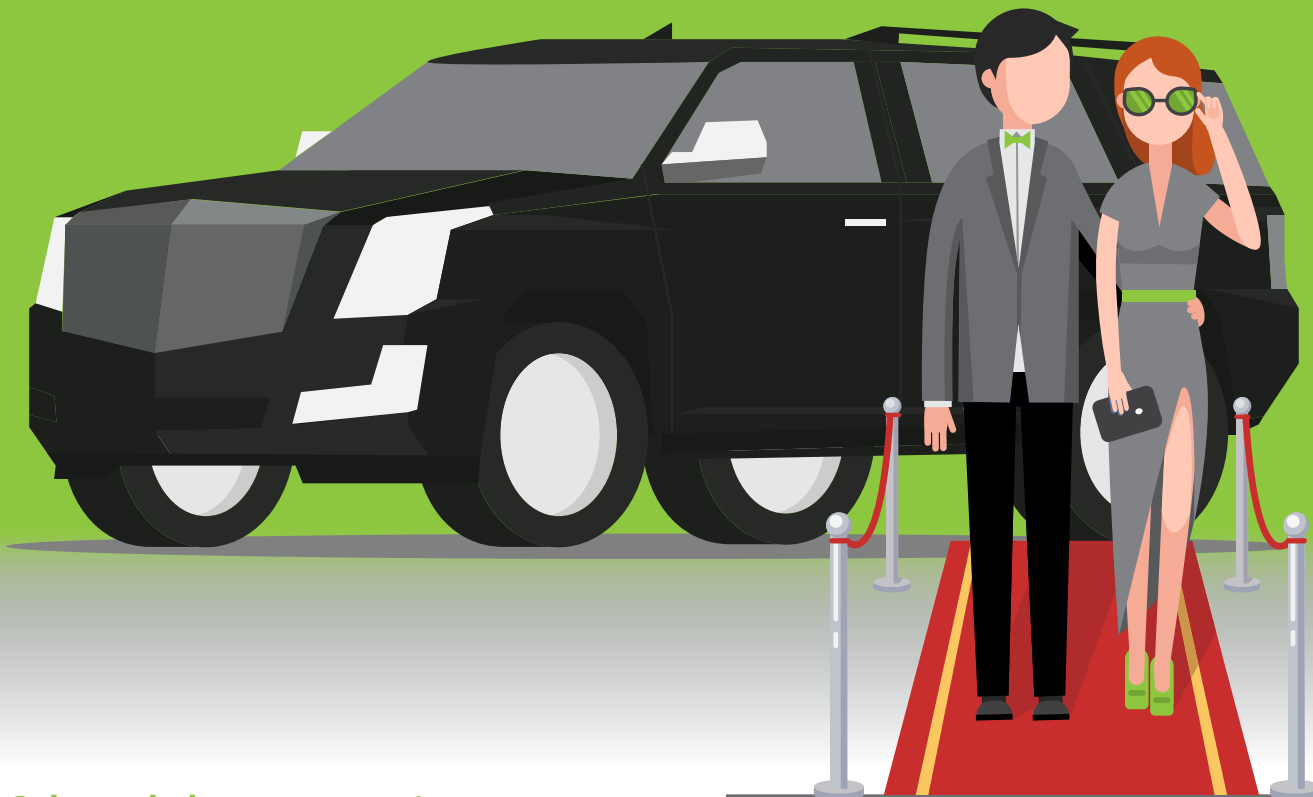


### Qu'est-ce qui contribue à ces tendances financières malsaines?

Pourquoi donc les Canadiens sont-ils de plus en plus près de la faillite que de la stabilité financière? Comment se fait-il que – comme en faisait état un sondage de la CIBC en 2016 – chez les personnes qui contractent de nouvelles dettes, 32 % mentionnent la gestion de leurs dépenses courantes au-delà de leur revenu mensuel comme étant la principale raison d'accumuler davantage de dettes<sup>10</sup>?

Jusqu'à un certain point, la mauvaise santé financière de nombreux Canadiens – et le stress financier élevé qui l'accompagne – peut être attribuée à des éléments hors de notre contrôle. Des facteurs tels que les conditions économiques incertaines après la récente crise financière mondiale et, dans certaines régions du Canada, la hausse fulgurante du prix des maisons et des loyers. Par exemple, dans la plupart des cas, les hausses salariales ont été modestes, voire inexistantes. En outre, de plus en plus de milieux de travail optent pour des modèles d'emploi non traditionnels, dont le travail temporaire, contractuel, à temps partiel ou à la pige; autant de formules offrant moins de sécurité d'emploi que le traditionnel boulot de neuf à cinq.

Cela dit, si une partie du stress financier est attribuable à des facteurs indépendants de notre volonté, un grand nombre de nos problèmes financiers dépendent de nous – et sont même auto-infligés.



## Culture de la consommation

Des maisons de plus en plus grandes, toujours plus de vêtements, des voitures haut de gamme et des vacances de rêve : nous voulons tout avoir. Puis nous voulons en avoir encore plus. Mais qu'est-ce qui provoque cette compulsion à dépenser encore et encore? Les recherches indiquent qu'il ne s'agit pas de combler les besoins de base, mais plutôt de remplir le vide de nos vies, et que la publicité exerce une grande influence. Or la publicité est plus puissante que jamais : non seulement le cyberespace a-t-il multiplié le nombre de tentations hors budget auxquelles nous sommes exposés, mais il permet de cibler très précisément des acheteurs potentiels particuliers.

Et il faut aussi tenir compte du problème des médias sociaux, autre source de dérapage des dépenses pour tous ceux qui souhaitent rivaliser avec leurs voisins (ou avec les Kardashian). Par exemple, une étude américaine a révélé qu'un Américain sur huit était prêt à s'endetter de 1 000 \$ ou plus pour acheter des choses qui l'aideraient à projeter l'image de quelqu'un qui a un mode de vie extravagant<sup>12</sup>.

Une autre étude semble démontrer à la fois l'incidence d'une plus grande exposition aux annonces publicitaires et une pression sociale accrue à ne pas être en reste avec l'image de ses pairs sur Internet. Dans cinq expériences, des chercheurs ont découvert que cinq minutes de furetage sur Facebook suffisaient à réduire sur-le-champ la maîtrise de soi sur le plan des décisions d'achat – cinq minutes à peine! Dans l'ensemble, les internautes qui passent des périodes de temps relativement longues sur Facebook – et qui ont de vastes réseaux sociaux en ligne – sont susceptibles d'afficher une cote de crédit inférieure et un endettement sur carte de crédit supérieur à ceux des personnes qui fréquentent moins Facebook et ont des réseaux plus modestes<sup>13</sup>.

## LES SEPT PRINCIPAUX MOTIFS DES DIFFICULTÉS FINANCIÈRES SELON LA CREDIT COUNSELLING SOCIETY

Fait intéressant, les numéros deux et quatre dépendent particulièrement de nous.

1. Chômage et sous-emploi
- 2. Recours excessif au crédit ou utilisation du crédit pour les dépenses courantes**
3. Blessure ou maladie
- 4. Absence de budget ou manque d'éducation financière**
5. Séparation, divorce et dépenses familiales
6. Faillite commerciale ou recours au crédit pour les dépenses d'entreprise
7. Coût du logement élevé

## Attiré par les faibles taux d'intérêt... et maintenant pris au piège par leur hausse

Le contexte de faibles taux d'intérêt, qui se maintient depuis plusieurs années, a facilité l'endettement des Canadiens, alors qu'ils auraient mieux fait de s'abstenir. Par exemple, bien que le coût du logement soit extrêmement élevé dans certains marchés, des consommateurs ont contracté des prêts hypothécaires exagérément élevés pour acquérir la maison ou l'immeuble de placement de leurs rêves. Le dépassement des limites a aussi été observé dans les prêts à la consommation, puisqu'il semblerait que tout le monde ait « besoin » d'une voiture haut de gamme tape-à-l'œil. Ce qui aggrave le problème de l'endettement élevé, c'est que les taux d'intérêt ont commencé à grimper. D'où des paiements hypothécaires encore plus élevés. Comment les gens composeront-ils avec des paiements accrus? Des avances de fonds sur carte de crédit? Des prêts sur salaire? Des paiements par carte de crédit appliqués aux versements hypothécaires? De toute évidence, il s'agit d'un cycle infernal de pression financière croissante et de bien-être financier en déclin.

### Une culture financière limitée

Bien que les gens puissent être stressés par leurs finances, ils ne savent peut-être pas comment améliorer leur situation ni vers où se tourner pour obtenir de l'aide. Par exemple, selon le récent sondage de l'ACP, 26 % des répondants croyaient que le fait de gagner davantage était le meilleur moyen d'améliorer son bien-être financier, alors qu'à peine 19 % considéraient que la solution consistait à dépenser moins<sup>14</sup>. Ces résultats pourraient refléter l'ignorance des autres solutions possibles, parmi lesquelles l'établissement d'un budget.

Le fait d'établir un budget est un élément de base de la culture financière; des études américaines ont révélé qu'un budget aidait à prioriser les dépenses et se révélait particulièrement utile aux personnes vivant un stress financier<sup>15</sup>. Toutefois, un sondage effectué par l'ACFC en 2014 a montré que seulement 46 % des Canadiens avaient établi un budget<sup>16</sup>. Et un sondage de la CIBC avançait un chiffre encore plus bas en 2016 : à peine 26 % des répondants envisageaient réellement de créer un budget du ménage<sup>17</sup>.

Autre constat inquiétant : dans un sondage Ipsos mené en 2017, environ 60 % des répondants déclaraient ne pas comprendre tout à fait de quelle manière les taux d'intérêt affectaient le remboursement des dettes<sup>18</sup>. C'est ce manque de culture financière qui peut engendrer de plus en plus d'endettement à coût élevé.

Alors, que faut-il retenir en ce qui concerne le stress financier? L'issue est la même que pour les autres formes de stress – un stress élevé est un facteur de risque pour les problèmes de santé mentale aussi bien que physique.

## DÉFINIR LA CULTURE FINANCIÈRE

L'ACFC décrit la culture financière comme le fait de disposer des connaissances, des compétences et de la confiance en soi nécessaires pour prendre des décisions financières responsables.

- « Dans cette définition, **connaissances** fait référence à la capacité de comprendre les questions financières personnelles et celles qui ont une ampleur plus générale;
- **compétences** fait référence à la capacité d'appliquer les connaissances financières dans la vie de tous les jours;
- **confiance en soi** évoque l'assurance avec laquelle on prend des décisions importantes; et
- **décisions financières responsables** fait allusion à la capacité de l'individu de se servir des connaissances, des compétences et de la confiance en soi qu'il a acquises pour faire des choix qui conviennent à sa situation<sup>21</sup>. »

Des recherches indiquent que les personnes possédant une meilleure culture financière sont plus susceptibles d'accumuler des richesses et d'économiser en vue de la retraite, de même que d'éviter les emprunts à coût élevé. Alors, comment se porte notre culture financière? Lors d'un sondage mené en 2017 par les Autorités canadiennes en valeurs mobilières, 51 % des répondants ont échoué au test des connaissances générales en investissement<sup>22</sup>.

## Un cercle vicieux

Comme c'est le cas de toute forme de stress, lorsque le stress financier devient chronique, il représente un problème sérieux. Par exemple, une étude finlandaise ayant passé en revue 33 recherches évaluées par les pairs a conclu que « l'endettement a de graves effets sur la santé »<sup>19</sup>. Ce constat est partagé par une étude canadienne et une étude américaine, qui ont révélé qu'un taux d'endettement élevé par rapport à la valeur des actifs est associé à un sentiment de stress et de dépression plus prononcé, à une plus mauvaise autoévaluation de la santé globale et à une pression artérielle diastolique plus élevée<sup>20</sup>. Peter Gove, responsable de l'innovation en gestion de la santé de GSC, précise : « Le stress attribuable à des préoccupations financières peut nous entraîner dans un engrenage d'anxiété et de dépression croissantes, assorties de graves sentiments d'impuissance et de désespoir. Et il est très difficile de remédier à une dépression lorsqu'on est aux prises avec de sérieuses difficultés financières. »

Pour mieux comprendre les conséquences du stress financier, nous avons communiqué avec Cynthia Hastings-James, cofondatrice de BestLifeRewarded Innovations, qui fournit la technologie sous-jacente au portail Changerpouurlavie. Cynthia explique : « Si vos finances sont en pleine déroute, il est extrêmement difficile de vous concentrer sur l'amélioration des autres aspects de votre santé. Vous êtes probablement dépassé et préoccupé au point où vos problèmes financiers éclipsent toutes les autres dimensions de votre vie. » Les autres problèmes de santé sont négligés, de même que le travail : dans le récent sondage de l'ACP, 50 % des employés déclaraient avoir l'impression que le stress financier affectait leur rendement au travail<sup>23</sup>. Évidemment, nous devons aider les membres du régime à prendre en main leur santé financière, mais comment?

## La bonne forme physique et la bonne forme financière ont beaucoup en commun

S'attaquer au stress financier, c'est comme s'attaquer aux autres aspects de la santé : ça demande un changement de comportement. Comme l'indique Cynthia : « Tout comme lorsqu'on aide les membres du régime à adopter un mode de vie sain, il est important que les initiatives de modification du comportement misent sur une approche personnalisée en adaptant les stratégies à la situation financière particulière et aux facteurs de motivation propres à chacun des membres du régime. »

En outre, Cynthia insiste sur la nécessité de procéder par petites étapes. « Par exemple, si un médecin annonce à une patiente qu'elle doit perdre 50 livres sans quoi elle risque une crise cardiaque, il se peut que ça la paralyse ou qu'elle se croie à l'abri du danger par simple pensée magique. De même, en ce qui concerne la mauvaise santé financière, une personne qui se fait dire qu'elle risque de perdre sa maison si elle ne rembourse pas ses dettes pourrait figer encore davantage. Nous devons faire en sorte que les ressources visant le bien-être financier soient attrayantes, offertes au moment opportun et accessibles. »



## DES RESSOURCES ET DES OUTILS POUR LES MEMBRES DU RÉGIME

Encouragez les membres de votre régime à prendre leur santé financière en main en allant jeter un coup d'œil sur les derniers ajouts au portail Changerpouurlavie effectués en mars, dont les suivants :

- Autoévaluation des difficultés financières
- Bilan personnalisé et plan d'action
- Des ressources comme « Twelve ways to get out of debt » (12 façons de régler ses dettes - en anglais seulement), « Eight debt control options » (Huit options de consolidation des dettes - en anglais seulement) et « How to fix and re-establish your credit for free » (Comment rétablir gratuitement votre crédit - en anglais seulement)
- Des outils tels que l'outil de suivi des économies et même des webinaires

Les organismes suivants proposent aussi une gamme de solutions gratuites afin que les membres du régime améliorent leur culture financière et agissent pour régler leurs problèmes d'ordre financier :

- Agence de la consommation en matière financière du Canada
- Credit Counselling Services of Atlantic Canada Inc.
- The Credit Counselling Society
- Prospérité Canada

Nous avons donc demandé à Cynthia des exemples de petites étapes susceptibles de contribuer à réduire le stress financier. « Vous les aidez à faire de petits pas en tirant parti de modèles comportementaux éprouvés et en fournissant des plans d'action ciblés et basés sur des récompenses. Veillez à couvrir les notions de base, comme l'établissement d'un budget et l'importance d'économiser en prévision de temps plus difficiles. Lorsque les gens possèdent les bases, il leur semble beaucoup plus envisageable de passer à l'action. Et, comme c'est le cas pour tout problème de santé, la prévention doit être abordée. L'idée, c'est " tâchons d'abord de vous sortir de l'endettement, puis cherchons des moyens de vous permettre d'économiser afin de prendre une longueur d'avance ". Bien sûr, le fait de récompenser les gens lorsqu'ils se servent de ces outils ne peut pas nuire. »

## Parlant d'outils et de ressources...

Incitez les membres de votre régime à jeter un coup d'œil sur les nouveaux modules sur le bien-être financier du portail Changerpurlavie. En espérant que les membres de votre régime ajouteront le bien-être financier à leurs objectifs de gestion de la santé cette année!

## Sources

- <sup>1,4,8,9,14,23</sup> « Sondage : La moitié des travailleurs affirment que le stress financier nuit à leur rendement au travail », Association canadienne de la paie, le 6 novembre 2017. Consulté en décembre 2017 : [www.payroll.ca/PDF/News/2017/FLM2017EN.aspx](http://www.payroll.ca/PDF/News/2017/FLM2017EN.aspx) et "Here Is When Each Generation Begins and Ends, According to Facts" (Voici où commence et se termine chaque génération, selon les faits) [en anglais seulement], Philip Bump, *The Atlantic*, le 25 mars 2014. Consulté en décembre 2017 : <https://www.theatlantic.com/national/archive/2014/03/here-is-when-each-generation-begins-and-ends-according-to-facts/359589/>.
- <sup>2,18</sup> "Over half of Canadians are \$200 or less away from not being able to pay bills" (Plus de la moitié des Canadiens sont à 200 \$ ou moins de ne pouvoir payer leurs factures) [en anglais seulement], Erica Alini, *Global News*, le 8 mai 2017. Consulté en décembre 2017 : <https://globalnews.ca/news/3434447/over-half-of-canadians-are-200-or-less-away-from-not-being-able-to-pay-bills/>.
- <sup>3</sup> "Canada's economic growth has come at a price – its debt level is now highest in the developed world" (Un prix à payer pour la croissance économique du Canada : le taux d'endettement est maintenant le plus élevé des pays industrialisés) [en anglais seulement], Geoff Zochodne, *The Financial Post*, le 23 novembre 2017. Consulté en décembre 2017 : [business.financialpost.com/business/canadas-economic-growth-has-come-at-a-price-its-debt-level-is-now-highest-in-the-developed-world](http://business.financialpost.com/business/canadas-economic-growth-has-come-at-a-price-its-debt-level-is-now-highest-in-the-developed-world).
- <sup>5</sup> "Canadians' average debt load now up to \$22,081, 3.6 % rise since last year, Total consumer debt load now at more than \$1.7 trillion" (L'endettement moyen des Canadiens s'établit maintenant à 22 081 \$, en hausse de 3,6 % depuis l'an dernier; le montant total de la dette à la consommation atteint plus de 1,7 billion de dollars) [en anglais seulement], Pete Evans, *CBC News*, le 7 décembre 2016. Consulté le 17 décembre 2017 : [www.cbc.ca/news/business/equifax-debt-loads-1.3884993](http://www.cbc.ca/news/business/equifax-debt-loads-1.3884993).
- <sup>6,15,16</sup> Promouvoir l'établissement d'un budget chez les personnes qui n'en ont pas : Projet pilote sur la littératie financière réalisé au moyen des technologies mobiles, Marcie McLean-McKay et Josh Leigh-Mossley, Agence de la consommation en matière financière du Canada, site Web du gouvernement du Canada, avril 2017. Consulté en décembre 2017 : <https://www.canada.ca/fr/agence-consommation-matiere-financiere/programmes/recherche/projet-pilote-technologies-mobiles.html>.
- <sup>7</sup> Prêts sur salaire : tendances du marché, Agence de la consommation en matière financière du Canada, le 26 octobre 2016. Consulté en décembre 2017 : <https://www.canada.ca/fr/agence-consommation-matiere-financiere/programmes/recherche/prets-salaire-tendances-marche.html>.
- <sup>10,17</sup> "Paying down debt remains No. 1 priority for Canadians heading into 2017: CIBC Poll" (Sondage de la Banque CIBC : Le remboursement des dettes demeure la principale priorité des Canadiens à l'approche de 2017), Canada Newswire, le 29 décembre 2016. Consulté en décembre 2017 : <https://www.newswire.ca/fr/news-releases/sondage-de-la-banque-cibc--le-remboursement-des-dettes-demeure-la-principale-priorite-des-canadiens-a-lapproche-de-2017-608583635.html>.
- <sup>11</sup> Prêts sur salaire, page Web de l'Agence de la consommation en matière financière du Canada, consultée en décembre 2017 : <https://www.canada.ca/fr/agence-consommation-matiere-financiere/services/prets/prets-sur-salaire.html>
- <sup>12</sup> "Americans in debt trying to project luxe life" (Les Américains endettés tentent de projeter l'image d'une vie de luxe) [en anglais seulement], Jessica Dickler, *CNBC*, le 25 avril 2016. Consulté en décembre 2017 : <https://www.cnn.com/2016/04/25/americans-in-debt-trying-to-project-luxe-life.html>.
- <sup>13</sup> Indice ACVM des investisseurs 2017, Autorités canadiennes en valeurs mobilières, le 23 novembre 2017. Consulté en décembre 2017 : [https://www.autorites-valeurs-mobilieres.ca/uploadedFiles/Investor\\_Tools/1711-001\\_CSA\\_Investor\\_Index\\_2017\\_24-11-17\\_Fv2.pdf](https://www.autorites-valeurs-mobilieres.ca/uploadedFiles/Investor_Tools/1711-001_CSA_Investor_Index_2017_24-11-17_Fv2.pdf).
- <sup>19,20</sup> "Debt stress affects health, fuels depression" (Le stress de l'endettement affecte la santé et alimente la dépression) [en anglais seulement], *CBC News*, juin 2008. Consulté en décembre 2017 : <http://www.cbc.ca/news/health/debt-stress-affects-health-fuels-depression-1.3082449>.
- <sup>21</sup> Contexte de la littératie financière, Agence de la consommation en matière financière du Canada, site Web du gouvernement du Canada. Consulté en décembre 2017 : <https://www.canada.ca/fr/agence-consommation-matiere-financiere/programmes/litteratie-financiere/litteratie-financiere-historique.html>.
- <sup>22</sup> Indice ACVM des investisseurs 2017, Autorités canadiennes en valeurs mobilières, le 23 novembre 2017. Consulté en décembre 2017 : [https://www.autorites-valeurs-mobilieres.ca/uploadedFiles/Investor\\_Tools/1711-001\\_CSA\\_Investor\\_Index\\_2017\\_24-11-17\\_Fv2.pdf](https://www.autorites-valeurs-mobilieres.ca/uploadedFiles/Investor_Tools/1711-001_CSA_Investor_Index_2017_24-11-17_Fv2.pdf).



# NOUVEAUTÉS

## LES FRANCHISES SERONT RÉDUITES OU ÉLIMINÉES DANS LE RÉGIME FAIR PHARMACARE DE LA COLOMBIE-BRITANNIQUE

Le régime Fair PharmaCare de la Colombie-Britannique aide les Britanno-Colombiens – en fonction de leur revenu – à assumer les frais des médicaments sur ordonnance admissibles, de même que de certaines fournitures médicales et de services pharmaceutiques. Fair PharmaCare a annoncé son intention de réduire ou d'éliminer les franchises. À compter de janvier 2019, les familles ayant un revenu annuel net compris entre 15 000 \$ et 30 000 \$ n'auront aucune franchise à payer pour les médicaments sur ordonnance. De plus, les familles dont le revenu net est de moins de 45 000 \$ bénéficieront d'une réduction de franchise. Le gouvernement élimine aussi la coassurance pour les familles dont l'un des membres, âgé de 79 ans ou plus, perçoit un revenu net inférieur à 13 750 \$. Idéalement, les changements apportés au Fair PharmaCare aideront les familles à faible revenu à obtenir les médicaments dont elles ont besoin, ce qui devrait aussi produire de meilleurs résultats en matière de santé.

Si des membres de votre régime se trouvent en Colombie-Britannique, votre régime GSC rembourse les médicaments admissibles jusqu'à concurrence du montant de la franchise du régime Fair PharmaCare pour les dépenses liées aux médicaments d'ordonnance admissibles. Une fois la franchise satisfaite, Fair PharmaCare paie une partie ou la totalité des dépenses pour le reste de l'année. En l'absence de franchise, GSC ne couvre que les sommes admissibles non entièrement couvertes par Fair PharmaCare.

**Qu'est-ce que cela signifie pour votre régime?** Les promoteurs de régime qui ont des membres en Colombie-Britannique pourraient constater des économies, surtout s'ils couvrent des retraités. Autrement, il ne devrait pas y avoir d'impact sur la plupart des régimes de GSC, puisque la majorité des membres de notre régime se situent en dehors des seuils de revenu familial net ciblés.

Pour en savoir plus, consultez <https://news.gov.bc.ca/releases/2018HLTH0011-000186> (en anglais seulement).

---

## DE NOUVELLES LIGNES DIRECTRICES CONCERNANT LA MARIJUANA THÉRAPEUTIQUE SOULIGNENT LA NÉCESSITÉ DE PREUVES SCIENTIFIQUES SOLIDES

De nouvelles lignes directrices – *Lignes directrices simplifiées en matière de prescription de cannabinoïdes médicaux en soins de première ligne* – font état d'un nombre limité de recherches scientifiques sur le recours à la marijuana thérapeutique pour certains problèmes de santé, dont les névralgies, les douleurs liées au cancer en phase palliative, la spasticité causée par la sclérose en plaques ou une lésion de la moelle épinière, ainsi que la nausée et les vomissements causés par la chimiothérapie. Cependant, l'étude affirme aussi que « les données relatives aux cannabinoïdes thérapeutiques sont malheureusement rares dans de nombreux domaines et très souvent déclassées par de graves distorsions, ce qui limite la possibilité d'émettre des orientations claires ».

Du point de vue médical, cela signifie que les médecins traitants devraient s'abstenir de les prescrire dans le cas de problèmes de santé pour lesquels les données ne sont pas encore concluantes. En outre, bien que les lignes directrices fassent état de données limitées à l'appui de l'utilisation de la marijuana thérapeutique, elles décrivent certains effets secondaires courants et constants, y compris la sédation, les étourdissements et la confusion.

Pour élaborer les lignes directrices, un comité de 10 personnes a procédé à un examen approfondi d'essais cliniques impliquant la marijuana thérapeutique. Les lignes directrices, qui ont également fait l'objet d'une évaluation par les pairs, ont été examinées par 40 personnes, dont des médecins, pharmaciens, infirmiers et patients. Dans la plupart des cas, le nombre d'études à répartition aléatoire impliquant la marijuana thérapeutique est extrêmement faible. Et, lorsque des études existent, elles sont souvent de piètre qualité au chapitre de la portée ou de la réalisation.

Dans l'ensemble, le comité est d'avis que des études plus rigoureuses sont nécessaires. Par « études plus rigoureuses », on entend des essais contrôlés à répartition aléatoire qui suivent un grand nombre de patients pendant de plus longues périodes – de telles données scientifiques solides sont essentielles pour déterminer de quelle manière la communauté médicale doit aborder la marijuana thérapeutique et formuler ses recommandations.

**Qu'est-ce que cela signifie pour votre régime?** Dans l'édition de décembre 2017 de *Perspective sur les prescriptions*<sup>MD</sup>, GSC annonçait qu'elle couvrirait la marijuana thérapeutique pour la douleur neuropathique chronique, la spasticité causée par la sclérose en plaques ainsi que les nausées et les vomissements causés par la chimiothérapie contre le cancer. Il s'agira d'une garantie indépendante qui requerra une autorisation préalable pour toutes les demandes de règlement. Comme toujours, nous avons élaboré notre nouvelle approche de la marijuana thérapeutique en nous fondant sur les meilleures données scientifiques disponibles. Ne manquez pas le numéro de mars 2018 de *L'avantage*<sup>MD</sup> pour obtenir plus de renseignements.

Pour en savoir plus, consultez les lignes directrices à <http://www.cfp.ca/content/64/2/e64>.

---

## MISE À JOUR DU GUIDE DES TARIFS DE SOINS DENTAIRES DE L'ALBERTA

Comme il était indiqué dans le numéro de décembre 2017 du bulletin *Le fond de l'histoire*, l'Alberta Dental Association and College a publié un nouveau guide des tarifs dentaires qui entrera en vigueur le 1<sup>er</sup> janvier 2018. Depuis, le College a aussi publié un guide des tarifs pour les praticiens spécialistes.

Une analyse de haut niveau effectuée par l'Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes indique que les tarifs des praticiens spécialistes sont près de 19,5 % plus élevés que ceux des praticiens généralistes en Alberta. Comme il fallait s'y attendre, GSC adoptera ce guide des tarifs pour les praticiens spécialistes, comme elle le fait pour toutes les autres provinces, considérant que les tarifs des praticiens spécialistes sont généralement 20 % plus élevés que ceux des praticiens généralistes.

---

## ET LA GAGNANTE EST...

Félicitations à Sheri Hermary de Parkland Fuel Corporation de Calgary, en Alberta! Sheri est la gagnante d'un forfait pleine conscience de 5 000 \$, remis dans le cadre du concours annuel Changerpourlavie. Le grand prix sera livré chez elle.

Pour être admissible à gagner le prix, Sheri a participé au nouveau Programme de pleine conscience de GSC. Nous lui avons demandé ce qu'elle en pensait. Voici ce qu'elle nous a répondu :

*« J'étais plutôt sceptique au départ, mais j'ai retiré de nombreux bienfaits de ce programme. Ce sont les questions posées à la fin des séances qui m'ont le plus aidée, quand des liens étaient faits entre tous les éléments. Lire les questions et y répondre ont été les moments les plus révélateurs pour moi. »*

Nous vous avons entendue, Sheri! Vous étiez peut-être sceptique à propos de la pleine conscience, mais nous avons fait nos devoirs en créant le Programme de pleine conscience, et nous croyons fermement aux bienfaits qu'il procure aux membres de notre régime.

Vous aimeriez promouvoir le Programme de pleine conscience de GSC dans votre entreprise? Parfait! Nous avons créé ce pratique **site Web** qui contient tout le matériel promotionnel ayant trait au programme.

Même si le tirage de notre grand prix n'a lieu qu'une fois par année, n'oubliez pas que les participants au programme Changerpourlavie peuvent gagner des milliers de dollars en récompenses chaque mois, tout simplement en prenant les mesures nécessaires pour améliorer leur santé.

# CHEZ VOUS ET AILLEURS ... *Des événements à ne pas manquer*

## Conférence régionale de l'Ouest 2018 de l'Institut canadien de la retraite et des avantages sociaux

Du 11 au 13 avril 2018 – Hôtel Rimrock Resort, Banff (Alberta)

[www.cpbi-icra.ca/Events/Details/Southern-Alberta/2018/04-11-CPBI-Western-Regional-Conference-2018](http://www.cpbi-icra.ca/Events/Details/Southern-Alberta/2018/04-11-CPBI-Western-Regional-Conference-2018)

**Leila Mandlsohn**, consultante en stratégie pharmaceutique chez GSC, donnera une présentation sur les idées qui sous-tendent les services pharmaceutiques axés sur la valeur.

## Benefits and Pension Summit de 2018 de Benefits Canada

Les 16 et 17 avril – Hôtel Ritz-Carlton, Toronto (Ontario)

<http://www.benefitscanada.com/conferences/benefits-and-pension-summit>

**Ned Pojskic**, responsable des services pharmaceutiques et relations avec les professionnels de la santé de GSC, participera à une discussion sur la marijuana thérapeutique.

## GAGNANT DU TIRAGE D'UN FITBIT

Toutes nos félicitations à **M. FORTUNATO, STONEY CREEK (ONTARIO)**, gagnant de notre tirage mensuel d'un Fitbit. Dans le cadre de ce concours, le nom d'un membre sera tiré au sort parmi les membres du régime qui se sont inscrits aux Services en ligne des membres du régime.



[greenshield.ca](http://greenshield.ca)

<b>Windsor</b>	1.800.265.5615	<b>Vancouver</b>	1.800.665.1494
<b>London</b>	1.800.265.4429	<b>Montréal</b>	1.855.789.9214
<b>Toronto</b>	1.800.268.6613	<b>Atlantique</b>	1.844.666.0667
<b>Calgary</b>	1.888.962.8533	<b>Service à la clientèle</b>	1.888.711.1119