



Journal des retraités CIBC

Édition en ligne 2018



Vos contributions font une grande différence!

Campagne 2018 de dons auprès des retraités

La Banque CIBC a lancé une nouvelle marque mondiale d'investissement communautaire, Un pour tous. La nouvelle marque a été inspirée par la passion débordante dont l'Équipe CIBC fait preuve pour redonner à nos collectivités au moyen d'heures de bénévolat et de collectes de fonds.

**un pour
tous**

Donner fait partie intégrante de notre identité et votre engagement ainsi que vos contributions continus à l'égard de notre campagne de dons auprès des retraités sont la force motrice qui fait la particularité de notre culture. En tant que retraité, vous avez joué un rôle important pour établir notre banque et solidifier nos collectivités. Que ce soit en donnant du temps ou de l'argent, en tant qu'ambassadeurs CIBC, le rôle que vous jouez est également essentiel à la prospérité de nos collectivités.

Nous sommes vraiment fiers de la générosité de nos retraités CIBC. L'année passée, leurs contributions ont atteint un chiffre record de 810 000 \$! Et, dans son ensemble, l'Équipe CIBC a atteint un record de 15 millions de \$ amassés pour appuyer les œuvres de bienfaisance de nos collectivités.

Et nous espérons que vous continuerez à redonner à nos collectivités en participant à nos campagnes et nos programmes de charité au moyen de notre site Web de dons [Spark \(https://cibc.benevity.org\)](https://cibc.benevity.org) où il vous est possible d'appuyer Centraide ou tout autre organisme de bienfaisance canadien enregistré de votre choix par le biais de déductions uniques ou continues sur votre régime de retraite, carte de crédit ou compte PayPal.

Ensemble, créons un impact durable dans nos collectivités!



Victor G. Dodig
Président et chef de la direction, Banque CIBC



Richard Venn
Ancien employé et président de la campagne Un pour tous des retraités CIBC, Banque CIBC

Explorez vos ressources en ligne

Tous les retraités et futurs retraités de la Banque CIBC ont accès à deux ressources en ligne bilingues qui sont accessibles en tout temps, partout dans le monde. Ces sites vous procurent un accès facile à une large variété de renseignements et de services destinés aux retraités, pour vous aider à garder le contact et à être au courant.

Groupe des retraités CIBC sur Facebook

Le site du groupe des retraités CIBC sur [Facebook](#) contient les renseignements suivants :



- Comités des loisirs et activités
- Offres bancaires aux employés
- Départs à la retraite et décès
- Articles sur la santé et le bien-être
- Programmes de bénévolat et de dons des retraités
- Amis ou collègues, zones où rédiger un commentaire, poser une question, partager une histoire ou publier une photo

Vous pouvez joindre le groupe, même si vous ne souhaitez pas remplir un profil complet sur Facebook. Toutes les demandes d'adhésion sont examinées, et seuls les retraités de la Banque CIBC actuels et futurs, y compris les anciens employés, sont admis. Pour obtenir de plus amples renseignements, vous pouvez accéder au groupe Facebook CIBC en passant par le site www.cibcretirees.com puis en sélectionnant le lien menant à la fiche conseils sous l'icône Facebook.

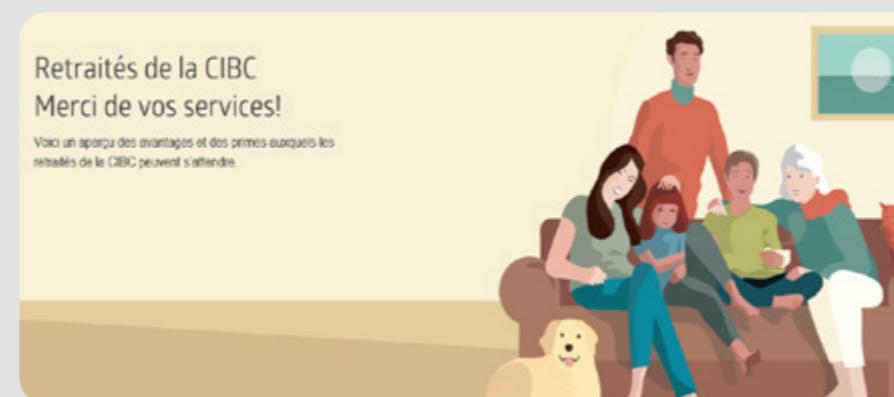


Page Web des retraités CIBC

Aucune ouverture de session n'est requise! Consultez le site www.cibcretirees.com pour :



- faire une recherche sur CIBC.com/francais ou ouvrir une session pour effectuer vos opérations bancaires en ligne;
- obtenir les coordonnées de la Banque CIBC;
- utiliser le lien vers mesRH pour obtenir des renseignements sur le régime de retraite et les avantages sociaux;
- lire les communiqués de la Banque CIBC;
- utiliser le lien vers la Financière Sun Life pour vos demandes de règlement des frais médicaux ou dentaires et assurance vie;
- obtenir les coordonnées de l'assurance frais médicaux en voyage, du Programme d'aide aux employés et à leur famille de la CIBC et de Wellness Checkpoint;
- profiter de rabais intéressants offerts par La Personnelle, compagnie d'assurances et Avantages WorkPerks;
- ouvrir une session sur Benevity pour gérer vos dons ou vos heures de bénévolat.



Donnez-nous votre adresse de courriel!

Vous souhaitez connaître les dernières nouvelles destinées aux retraités? Mettez à jour votre adresse de courriel dans [mesAvantages](#).

Voici comment :

1. Aller à mesAvantages
2. Dans le menu supérieur, sélectionnez « Votre dossier personnel »
3. Sélectionnez « Renseignements personnels » dans le menu déroulant
4. Localisez la section « Adresse de courriel », puis sélectionnez « Changement »
5. Ajoutez ou modifiez votre adresse de courriel et cochez la case « De préférence »
6. Cliquez sur « Sauvegarder et retourner ».

Vous pouvez aussi appeler le Centre d'information RH au 1 800 668-0918.



Actualités 2018 concernant le régime de pension

Notre banque s'est engagée à préserver la stabilité financière du Régime de pension CIBC (le « Régime ») et à vous tenir informé de toute modification ou mise à jour. Cette année encore, en date du 31 octobre 2017, le Régime était entièrement capitalisé à long terme et affichait un excédent d'environ 1,2 milliard de dollars. Nous pouvons attribuer cette stabilité financière au solide rendement des placements en ce qui a trait aux fonds du Régime. De plus, au cours des cinq dernières années, la Banque CIBC a versé d'importantes cotisations au Régime. Le total s'élève à 986 millions de dollars, ce qui inclut notamment une cotisation de 184 millions de dollars en 2017.

Distribution des relevés de pension annuels et du rapport annuel du Régime

Comme l'an dernier, tous les participants, soit les retraités, les bénéficiaires et les anciens participants ayant laissé leurs prestations de retraite dans le Régime, ont reçu un relevé de pension annuel personnalisé avec le Rapport annuel du Régime de pension CIBC. Ces documents ont été envoyés par la poste à leur domicile à la fin du mois d'avril 2018. Comme toujours, vos commentaires sont très appréciés. Grâce à vos précieux commentaires, nous avons remanié les relevés de manière à présenter les renseignements selon une structure simple, claire et facile à comprendre. Nous continuerons de vous fournir ces documents chaque année, la prochaine distribution étant prévue en avril 2019.

Vérification des renseignements du retraité

Chaque année, nous procédons à une vérification des documents de pension au dossier afin de nous assurer qu'ils sont à jour et exacts. Un groupe d'employés retraités et de conjoints survivants d'employés retraités sélectionnés au hasard reçoivent par la poste un Formulaire de vérification des renseignements du retraité qu'ils doivent remplir et retourner. Si vous avez reçu ce formulaire, veuillez le remplir et le retourner sans délai pour éviter toute interruption de vos prestations de retraite.

Programme d'aide financière aux retraités de la Banque CIBC

Les retraités de la Banque CIBC peuvent être admissibles à une aide financière par l'intermédiaire du Programme d'aide financière aux retraités de la Banque CIBC. Ce programme est conçu pour les retraités qui comptent de nombreuses années de service à la banque, qui éprouvent de graves difficultés et qui sont incapables de payer les dépenses liées à la nourriture, au logement et aux traitements médicaux. Le programme permet à ces retraités de répondre à leurs besoins, et ce, sans les empêcher de jouir pleinement et convenablement des programmes d'aide et gouvernementaux. Si vous avez accumulé au moins 25 années de service continu ouvrant droit à pension à la Banque CIBC et que votre rente CIBC totale au moment de votre retraite est inférieure à 17 000 \$ par année, vous pourriez être admissible à ce programme. Pour en savoir plus, appelez le Centre d'information Ressources humaines au 1 800 668 0918.

Rappels

Maximum viager de frais médicaux : Tous les retraités peuvent vérifier à quel point ils se rapprochent du maximum viager de frais médicaux en ligne au www.masunlife.ca ou en appelant au 1 877 790-0294.

Paiements directs (cession des prestations) : Toutes les demandes de règlement de frais dentaires ou paramédicaux que vos fournisseurs transmettent par voie électronique à la Financière Sun Life leur seront payées directement pour toute partie admissible de votre demande. Demandez à votre fournisseur s'il a pris des dispositions pour s'inscrire à la soumission

Programme d'aide aux employés et à leur famille (PAEF)

Profitez d'une large gamme de services confidentiels de soutien pour vous et vos proches

Même si nous attendons avec impatience la retraite, et qu'en général, cette période est très positive, pour certains, elle peut être une source de stress. Le Programme d'aide aux employés et à leur famille (PAEF) est là pour vous aider. Il offre un certain nombre de ressources facilement accessibles en ligne ou par téléphone.

Si vous cherchez de meilleures solutions aux problèmes de votre vie, le PAEF peut vous aider. Il s'agit d'un service confidentiel gratuit pour vous et votre famille proche, qui offre du soutien à l'égard des problèmes personnels et relationnels, un encadrement de la santé, des consultations en nutrition, des conseils juridiques et de l'information sur les soins aux aînés. Les services sont assurés par Morneau Shepell, une entreprise indépendante qui compte plus de 1000 conseillers professionnels partout au Canada. Tous les services dispensés directement sont payés par la Banque CIBC. Si du soutien à long terme ou des soins spécialisés sont nécessaires, Morneau Shepell vous orientera vers des ressources communautaires abordables et vous devrez alors assumer les frais qui ne sont pas couverts par votre programme d'avantages sociaux ou votre régime d'assurance-maladie provincial.

Le PAEF est à votre disposition 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 :

- Service en français : 1 800 361-5676
- Service en anglais : 1 800 387-4765
- ATME (malentendants seulement) : 1 877 338-0275

- Le programme est aussi accessible en ligne, à l'adresse www.travailsantevie.com/cibc.
- Pour accéder au site, vous devrez créer un compte. Sélectionnez « S'inscrire » en haut de l'écran puis remplissez les champs obligatoires.
- Si vous avez déjà un compte, cliquez sur « Ouvrir une session », puis entrez votre adresse de courriel et votre mot de passe.

Le saviez-vous?

Vous avez accès à de l'encadrement en santé personnalisé en fonction de votre problème de santé précis. L'encadrement commence par une évaluation téléphonique et un examen de vos antécédents médicaux, suivi d'une planification des objectifs et de la création d'un plan d'action. Le soutien téléphonique est assuré par des infirmières autorisées et des infirmières en santé au travail qui vous aideront à atteindre vos objectifs.

Vous pouvez demander une liste des ressources communautaires qui peuvent vous aider ou aider un proche à composer avec la maladie d'Alzheimer ou un autre problème de santé lié à l'âge. Tous les renseignements fournis seront approuvés par les experts de Morneau et adaptés à vos besoins.

directe. Dès qu'il sera inscrit, vous n'aurez à payer que la différence de votre coassurance ou le maximum en vertu du régime. Demandez à votre fournisseur de communiquer avec la Financière Sun Life au www.masunlife.ca ou au 1 877 790-0294 pour toute question. Si votre fournisseur n'est pas inscrit à la soumission des demandes de règlement par voie électronique ou n'accepte pas la cession des prestations, vous pouvez continuer de soumettre vos demandes de règlement en ligne au www.masunlife.ca pour être remboursé plus rapidement.

Bénéficiaires : Passez en revue l'information sur vos bénéficiaires de l'assurance vie et des prestations de retraite pour en confirmer l'exactitude et y apporter toute modification requise. De plus, si vous avez changé d'adresse domiciliaire, vous devez en informer le Service des régimes de pension CIBC (et non seulement votre centre bancaire local). Vous pouvez signaler les changements en ligne, dans mesAvantages, au www.rhcibc.com, ou en appelant le Centre d'information Ressources humaines, au 1 800 668-0918.

La planification successorale avec Jamie Golombek

Bien que le terme « planification successorale » fasse surgir une image de riche philanthrope qui passe sa retraite sur une île tropicale tout en gérant des fiducies familiales et, peut-être même, une fondation privée, la vérité est que la planification successorale est importante pour tout le monde, peu importe la fortune que l'on a.

Il vous faut un plan successoral afin que vos actifs puissent être transférés de façon efficace aux personnes et aux causes qui vous tiennent à cœur, à la fois durant vos années de retraite et par l'intermédiaire de votre héritage.

Voici dix étapes pour élaborer un plan successoral efficace :

1. **Désignez une équipe de professionnels**
Vous n'avez pas à faire le travail tout seul! Consultez votre spécialiste en services financiers CIBC, votre avocat ou votre comptable-fiscaliste pour élaborer un plan qui sera à la fois légal et avantageux du point de vue fiscal.
2. **Dressez un bilan personnel**
Faire votre bilan personnel vous donnera une vue d'ensemble de votre situation financière. Voilà un bon point de départ pour vous assurer de n'avoir rien oublié.
3. **Établissez vos besoins d'assurance vie**
L'assurance vie peut jouer un rôle essentiel dans une planification successorale, en prévoyant des fonds supplémentaires pour prendre soin de vos proches, payer l'impôt ou les frais d'homologation à votre décès ou simplement laisser un plus gros héritage.
4. **Rédigez votre testament**
Le testament ne constitue qu'une étape du processus de la planification successorale, mais c'est une étape importante. Si vous décédez sans testament, la loi provinciale désignera la personne qui héritera de vos biens à votre décès, ce qui peut ne pas correspondre à vos volontés.
5. **Songez à une procuration relative aux biens**
Une procuration relative aux biens donne à une autre personne la capacité juridique de s'occuper de vos affaires selon les modalités qui y figurent, et pourrait demeurer valide advenant votre inaptitude. Au Québec, la procuration est aussi appelée « mandat » et le fondé de pouvoir est un « mandataire ».
6. **Songez à une procuration relative aux soins personnels**
Cette procuration autorise une personne à prendre en votre nom des décisions personnelles ou des décisions relatives à votre santé ou aux soins médicaux à vous donner si vous êtes dans l'incapacité de le faire. Une procuration relative au soin de la personne peut aussi être appelée un testament biologique, une directive en matière de soins de santé ou une convention de représentation, selon la province. Au Québec, un mandat en cas d'inaptitude peut porter à la fois sur les soins personnels et les biens.
7. **Réduisez au minimum les impôts et autres frais**
Un fiscaliste peut vous renseigner sur les avantages fiscaux de léguer certains actifs à certaines personnes en particulier. Par exemple, il est possible de laisser des titres à valeur accrue à un organisme de bienfaisance sans avoir à payer de l'impôt sur les gains en capital, tandis que d'autres biens ainsi que vos REER et vos FERR peuvent être légués à votre conjoint au moyen d'un transfert avec report d'impôt.
8. **Suivez vos comptes et consignez vos renseignements importants**
Dressez une liste de vos renseignements personnels essentiels, de vos conseillers, de vos documents importants (et de l'endroit où ils se trouvent), de vos comptes, de vos autres actifs financiers et de vos mots de passe informatiques, et mettez cette liste en lieu sûr pour que votre exécuteur testamentaire ou liquidateur puisse facilement la consulter.
9. **Revoyez votre planification successorale et mettez-la régulièrement à jour**
Revoyez votre planification successorale et mettez-la régulièrement à jour. Les événements importants de la vie sont une bonne occasion de mettre votre planification successorale à jour. Par exemple, la naissance d'un enfant ou d'un petit-enfant, un départ à la retraite, une séparation ou un divorce peuvent tous avoir une incidence sur votre planification successorale initiale.
10. **Informez vos proches**
Même si cela est souvent la tâche la plus difficile, c'est généralement une bonne idée de faire connaître à votre famille quelles sont vos volontés successorales, surtout si vous planifiez faire des choix qui pourraient sembler « injustes » pour certains de vos bénéficiaires. De cette façon, vous pouvez réduire les conflits familiaux au minimum si chacun de vos héritiers comprend les raisons qui motivent vos décisions.

- Jamie Golombek, CA, CPA, CFP, CLU, TEP est directeur gestionnaire, Planification fiscale et successorale pour Planification financière et conseils CIBC, à Toronto.

Services de planification financière CIBC

La Banque CIBC offre aux retraités une vaste gamme de services de planification financière personnalisés, dont les suivants :

- Des conseils personnalisés concernant l'établissement d'un budget, les comptes, les prêts, les placements, et plus encore. Prenez rendez-vous avec un spécialiste en visitant le www.cibc.com ou en appelant au 1 800 465-2422.
- L'élaboration d'une stratégie financière exhaustive. Votre conseiller professionnel peut vous aider à gérer votre argent aujourd'hui, à élaborer une solide stratégie financière pour l'avenir et à revoir le tout lorsque vos priorités changent.

Pour en savoir plus, allez au www.cibc.com, sélectionnez « Faire affaire avec nous », puis « Faites connaissance avec nos conseillers » sous « Experts en services aux particuliers » au bas de la page.



Assurance frais médicaux en voyage

Nous avons tous hâte aux vacances! Que vous vous rendiez dans un autre pays, dans le sud ou partiez en croisière, il est essentiel d'avoir une assurance frais médicaux en voyage suffisante pour faire le meilleur voyage possible. Avant de vous lancer dans votre prochaine aventure, il est important de comprendre votre assurance.

Protection de base

Les retraités admissibles* de la Banque CIBC et leurs personnes à charge admissibles sont couverts en cas d'urgence (p. ex., maladie ou blessure qui se produit de façon soudaine et inattendue et qui exige un examen, un traitement ou des soins médicaux immédiats) par une assurance frais médicaux d'urgence en voyage de base, sous réserve d'un maximum viager d'un million de dollars par personne assurée pour des services d'urgence et d'hospitalisation. Cette assurance payée par la Banque CIBC couvre aussi un état de santé préexistant et vous protège pour :

- un nombre illimité de voyages d'une durée illimitée au Canada. C'est particulièrement important si vous voyagez dans une autre province, car les régimes d'assurance-maladie provinciaux imposent des limites de remboursement quant aux dépenses engagées dans d'autres provinces, par exemple, pour le transport par ambulance ou les soins dentaires d'urgence;
- les huit premiers jours (192 heures) de tout voyage à l'extérieur du Canada, à compter de l'heure et de la date de votre départ. Une assurance complémentaire vous est offerte pour les voyages à l'extérieur du Canada qui dépassent la durée maximale de l'assurance de base.

Assurance complémentaire sur mesure

Les retraités admissibles* de la Banque CIBC peuvent souscrire une assurance complémentaire qui s'appliquera à compter du neuvième jour de leur voyage, par le truchement du régime d'assurance frais médicaux en voyage pour les retraités CIBC qui est administré par Allianz Global Assistance. Conformément aux ententes négociées par la Banque CIBC, le taux de prime privilégié de 40 % inférieur aux taux de prime ordinaires s'appliquera à l'assurance facultative frais médicaux en voyage à l'extérieur du Canada. Les questions médicales sont posées par téléphone, ce qui vous permet de recevoir une décision rapidement. Vous pouvez communiquer avec Allianz Global Assistance pour demander une copie du questionnaire avant de consulter votre médecin. La présentation de la police écrite est conçue pour vous aider à comprendre les situations où chaque type de protection s'applique. Les renseignements sur les documents de la police sont classés par catégories afin de vous présenter de façon détaillée la protection et les avantages.

* Admissibilité à l'assurance frais médicaux en voyage : Programme d'avantages sociaux des retraités CIBC (pour les employés qui ont pris leur retraite avant 2009) – Les retraités sont admissibles à la protection de base et aux taux de prime privilégiés sur l'assurance complémentaire. Programme d'avantages sociaux flexibles CIBC à l'intention des retraités (pour les employés qui ont pris leur retraite en 2009 ou plus tard) – Les retraités qui ont accumulé plus de 10 années de service et qui ont choisi une formule du régime de soins médicaux ou dentaires sont admissibles à la protection de base et aux taux de prime privilégiés sur l'assurance complémentaire. Les retraités qui ont accumulé de 2 à 10 années de service et qui ont choisi une formule du régime de soins médicaux ou dentaires sont admissibles à la protection de base et peuvent souscrire l'assurance complémentaire, mais n'ont pas droit aux taux de prime privilégiés sur l'assurance complémentaire. Pour obtenir plus de renseignements ou une soumission, appelez Allianz Global Assistance au 1 800 513-5934. L'assurance voyage est souscrite par Co-operators, Compagnie d'assurance-vie et administrée par Allianz Global Assistance, qui est une dénomination commerciale enregistrée de Services AZGA Canada Inc.

Avant de partir en voyage, lisez la brochure Vos avantages CIBC sur la protection de base et les polices complémentaires que vous avez souscrites pour vous assurer de bien comprendre :

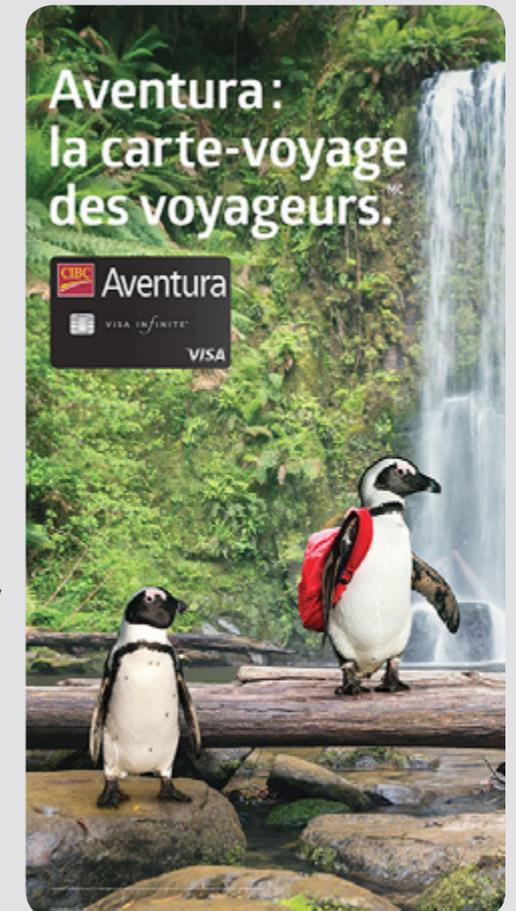
- quels sont vos protections et ce qui n'en fait pas partie;
- comment communiquer avec Allianz Global Assistance en cas d'urgence.

Pour connaître toutes les modalités, notamment les restrictions et exclusions, lisez la brochure Vos avantages CIBC, accessibles dans mesAvantages au www.rhcibc.com. Après avoir ouvert une session, sélectionnez l'onglet « Centre du savoir » puis sélectionnez « Renseignements sur le régime et les formulaires ». Consultez la page 11 pour obtenir les instructions d'inscription à mesAvantages et des renseignements sur les autres outils électroniques offerts sur le site.

Les retraités CIBC ne paient plus les frais annuels de la carte Aventura

Nos employés et nos retraités sont les clients et les ambassadeurs les plus précieux de notre banque. Nous cherchons donc toujours des façons d'améliorer notre offre bancaire aux employés afin qu'ils obtiennent le meilleur de notre banque.

Nous sommes heureux de vous annoncer que, depuis le 1er septembre 2018, nous avons éliminé les frais annuels de nos cartes de crédit haut de gamme Aventura pour les employés et retraités CIBC admissibles. Pendant que nous réorientons nos efforts sur la promotion de la carte Aventura comme un de nos produits de premier plan, nous voulons qu'il vous soit encore plus facile de profiter de tous les avantages intéressants associés à la carte Aventura. De plus, l'annulation des frais s'applique aussi aux cartes d'utilisateur autorisé pour les membres de votre famille, ce qui vous aidera à obtenir plus de points et à voyager plus tôt que vous ne l'auriez prévu. L'exemption des frais s'applique aux cartes (nouvelles et actuelles) Aventura Or CIBC VISA* et Aventura CIBC Visa Infinite ainsi qu'aux cartes actuelles Aventura CIBC World Mastercard et Aventura CIBC World Elite Mastercard (les nouvelles demandes ne sont plus autorisées). En plus, nous avons déjà retiré les frais annuels associés à la carte Aventura Or CIBC Visa en dollars US.



Cette offre pour les cartes Aventura CIBC assorties de primes voyages vous permet d'échanger vos points pour vous envoler à bord de n'importe quel transporteur aérien et obtenir n'importe quel siège, sans aucune expiration de points. Vous profitez également de l'accès exclusif à l'assistant de voyage Aventura qui vous aidera à planifier votre voyage de rêve, et ce, sans frais de réservation. Pour en savoir plus, visitez la [page Web d'Aventura](http://www.rhcibc.com/francais) sur cibc.com/francais.

Pour en savoir plus sur l'offre bancaire aux employés :

- Consultez l'Aperçu de l'offre bancaire aux employés dans le Centre du savoir sur mesAvantages (<http://www.rhcibc.com>)
- Visitez l'un de nos centres bancaires CIBC pour parler à un conseiller CIBC
- Appelez le Centre de contact, Services bancaires aux employés au 1 877 610-2422
- Envoyez un courriel à Mailbox.EmployeeBankingOffer@cibc.com

Comment passer un excellent voyage : planifiez et planifiez bien

Que votre idée d'une excellente expérience de voyage soit de vous détendre sur la plage ou de partir à la recherche de votre prochaine aventure trépidante, un peu de préparation peut grandement vous aider à vivre vos vacances de rêve. La prochaine fois que vous voudrez vous évader, suivez les conseils suivants avant de partir pour faire passer votre voyage de « bien » à « génial ».

Passez en revue votre assurance voyage administrée par Allianz Global Assistance

 L'assurance voyage est conçue pour vous aider à planifier l'imprévu. Lire votre police – surtout en ce qui touche les avantages, les limitations et les exclusions – vous aidera à mieux comprendre votre protection et le soutien qui vous est offert en cas d'urgence. Il s'agit également d'une occasion de poser des questions sur votre protection avant de partir. Voici quelques points à retenir :

- **Faites des recherches sur votre destination**

Les sites de voyage en ligne constituent un excellent point de départ lorsqu'il s'agit de planifier un voyage. Pour obtenir de précieux renseignements sur la façon de profiter d'un voyage sécuritaire et agréable, consultez également le site Web Voyage et tourisme du gouvernement du Canada au <https://voyage.gc.ca/>.



- **Consultez votre médecin, votre pharmacien et votre dentiste**

Pour profiter pleinement de votre voyage, consultez vos professionnels de la santé au moins six à huit semaines avant de partir pour discuter de vos plans et confirmer que vous êtes en bonne santé. Il s'agit également d'une occasion de discuter des vaccins dont vous pourriez avoir besoin; certains vaccins pourraient exiger l'administration de doses multiples réparties sur plusieurs semaines. Renouvelez toutes vos ordonnances et assurez-vous d'avoir assez de médicaments pour ne pas en manquer pendant votre voyage.



- **Faites part de votre itinéraire**

Communiquez les renseignements sur votre voyage aux membres de votre famille (ceux qui voyagent avec vous et ceux qui ne vous accompagnent pas) afin que ces derniers sachent exactement où vous serez et comment vous joindre pendant votre voyage. Songez aussi à leur fournir une photocopie de votre passeport (prenez une photo du passeport et envoyez-vous une copie par courriel, juste au cas), et inscrivez-vous au service Inscription des Canadiens à l'étranger au <https://voyage.gc.ca/voyager/inscription> ou en personne à votre destination afin qu'il soit possible de communiquer avec vous en cas d'urgence.



- **Faites vos valises à l'avance**

Il semble toujours y avoir tant de choses à faire avant de partir. Mettez vos vêtements et les autres objets que vous souhaitez apporter dans votre valise bien à l'avance, y compris des adaptateurs pour des pays étrangers, un portefeuille pouvant contenir vos espèces en devises et une tenue de voyage confortable.



- **Faites un achat**

Si vous quittez votre province de résidence en voiture, réglez un petit achat au moyen de votre carte de crédit le jour avant votre départ et conservez le reçu. Ce dernier peut servir de preuve de départ, et vous pourriez en avoir besoin pour faire une demande de règlement.



- **Faites appel à un gardien**

Si vous demandez à votre voisin, à un membre de votre famille ou à un ami de surveiller votre maison, de ramasser votre courrier ou de s'occuper de votre animal de compagnie pendant votre absence, il pourrait être plus facile pour vous de demeurer dans l'instant présent et de vous amuser, sachant que vous n'avez pas à vous soucier des responsabilités qui vous attendent à la maison. En guise de remerciement, offrez au gardien de lui rendre la pareille lors de son prochain voyage.



- **Téléchargez l'appli d'assistance voyage TripWise**

L'application est offerte sur le site www.allianz-assistance.ca, et vous pouvez la personnaliser en y ajoutant les numéros de téléphone du Service d'assistance en cas d'urgence ouvert en tout temps, lesquels sont indiqués dans vos documents d'assurance voyage. De plus, si vous avez besoin d'aide en cas d'urgence pendant votre voyage, vous pouvez utiliser l'appli pour trouver rapidement des hôpitaux, des médicaments sur ordonnance, des termes liés aux premiers soins et plus encore.



Le saviez-vous?

Vous devriez imprimer une copie de votre Carte de régime de base des retraités CIBC pour souscrire une assurance frais médicaux en voyage, qui se trouve à la section « Renseignements sur le régime et les formulaires » du site mesAvantages, à l'onglet « Centre du savoir ». Cette carte renferme les numéros de téléphone en cas d'urgence que vous devriez porter sur vous quand vous voyagez.

Pour présenter une demande de règlement pour des frais médicaux d'urgence en voyage auprès d'Alliance Global Assist, vous devez fournir l'ID RH qui figure sur votre carte-médicaments de la Sun Life. Si vous avez égaré cette carte, vous pouvez imprimer une carte temporaire en ouvrant une session sur masunlife.ca et en cliquant sur « Imprimer une carte-médicaments » à l'onglet « Info sur la couverture ».

Communiquez avec Allianz Global Assistance avant de suivre un traitement. Le plus rapidement vous communiquez avec nous en cas d'urgence, mieux nous pourrions être en mesure de trouver pour vous un établissement médical de qualité dans votre région qui pourra prendre soin de vous, d'en établir le mode de facturation et plus encore.



Tarifs de groupe exclusifs. Exclusivement pour vous en tant que retraité de la CIBC.

Obtenez une soumission et économisez
1 888 476-8737
lapersonnelle.com/cibc

laPersonnelle
 Assurer de groupe auto et habitation
 Tarifs de groupe. Service unique.



Saviez-vous que nous déplaçons notre base d'attache?

Voici la Place de la Banque CIBC

Le nouveau siège social mondial de notre banque ouvrira ses portes en 2020. Située au centre-ville de Toronto, la Place de la Banque CIBC est plus qu'un immeuble – elle fait partie d'une transformation mondiale visant à mettre le client au centre de notre façon de travailler. Nous concevons un milieu de travail flexible et moderne qui favorise la création d'un sentiment d'appartenance et qui permet aux membres de notre équipe de rester en contact au moyen d'un agencement axé sur la collaboration et de technologies modernes.

Voici un aperçu de certaines des caractéristiques de notre prochain milieu de travail :



Nous regroupons
environ 13 500
employés qui collaboreront
en vue d'offrir des solutions
aux clients

Nous profitons d'un
écosystème de travail de

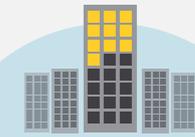
 **3**
étages



Nous installons un réseau Wi-Fi
à haute densité de
1,7 million de
pièds carrés
pour nos employés,
clients et invités



Nous éliminons
environ 10 000
 tiroirs de papier en mettant
davantage l'accent sur les
solutions numériques



Nous réduisons notre présence
dans la région de Toronto
et banlieue
de 22 à 10 bureaux



Nous avons mené des
sondages auprès
d'environ 6 000
membres de l'équipe pour
façonner notre nouveau
milieu de travail



Nous disposons
d'environ 200 000
pièds carrés
d'espaces spécialisés pour
organiser des activités
extraordinaires



Nous mettons en place un
centre bancaire de
30 000
pièds carrés
pour offrir la meilleure
expérience client qui soit

*Bienvenue à la Place
de la Banque CIBC*

parc d'un acre



Dr Brown : Restez éveillé et actif tout en profitant de votre retraite

La retraite vous a toujours semblé si lointaine jusqu'à ce que, du jour au lendemain, vous voici rendu à cette étape de votre vie. Que faire maintenant? Entre la planification, les célébrations et le nouveau temps libre qui s'offre à vous, ce moment est une excellente occasion d'évaluer votre santé.

Au début de votre retraite, il y a une période de réorientation pouvant durer quelques mois ou même quelques années. Je vous recommande d'utiliser ce moment pour faire un bilan de santé et réfléchir à l'état de santé que vous aimeriez avoir plus tard. Si vous êtes comme moi, vous avez probablement quelques lacunes à ce chapitre, d'où l'importance d'élaborer un plan qui vous permettra d'atteindre vos objectifs de santé. Même si vous êtes retraité depuis longtemps, il n'est jamais trop tard pour vous fixer de nouveaux objectifs et pour apporter des changements à votre style de vie dès aujourd'hui. Prenez un moment pour dresser la liste des choses que vous aimez faire, puis notez (sans tricher) celles que vous n'aimez pas faire. Ensuite, examinez objectivement ces listes et élaborer un plan qui vous permettra d'atteindre vos objectifs.

En faisant votre bilan et en fixant vos objectifs, tenez compte des points suivants :

1. **Garder le contact avec votre communauté :**
Avec l'âge, faire partie d'une plus grande communauté (de préférence une communauté où vous rencontrez les gens en personne, mais cela peut aussi être en ligne ou par téléphone) est essentiel à votre bien-être. C'est ce qui vous permet de rester sain, sur le plan mental et émotionnel, d'être mobilisé et plus heureux que si vous étiez isolé. Ainsi, vous partagez activement les joies et les difficultés de vos amis du club de quilles, du club du midi, du cours de danse, du cours de yoga, de votre église ou de tout autre groupe qui correspond à vos intérêts.
2. **Faire de l'exercice :**
Vous et moi n'avons peut-être plus 20 ans, mais nous devons malgré tout faire de l'exercice tous les jours en choisissant ce qui convient le mieux à nos capacités et à notre style de vie. La marche, si vous en êtes capable, peut être très bénéfique. Par exemple, essayez de marcher 30 minutes à l'air frais. Vous pouvez aussi vous porter volontaire pour promener Fido ou, si vous n'avez pas de chien, vous pouvez faire une promenade avec un ami, si possible.
3. **Faire preuve de générosité :**
Partager est une récompense en soi et, en plus, c'est bon pour le cœur. Vous disposez maintenant de plus de temps qu'avant et vous pouvez aider votre communauté et votre famille en leur consacrant un peu de temps. Votre participation peut se résumer à quelques heures de bénévolat dans votre centre communautaire ou votre hôpital, et les services d'assistance téléphonique sont toujours à la recherche de personnes avec une expérience de vie. Les gains pour votre santé et votre bien-être pourraient être immenses.
4. **Apprendre des compétences :**
Quiconque a dit qu'on n'apprend pas à un vieux singe à faire la grimace avait tort. Suivez des cours d'arts ou de photographie à votre collège communautaire ou optez pour des cours gratuits en ligne. En apprenant de nouvelles compétences, vous enrichissez votre esprit, ce qui vous fera sentir encore jeune.
5. **Pour terminer, voici les conseils habituels :**
mangez bien, buvez beaucoup d'eau, dormez bien et... n'oubliez pas de consulter votre médecin de temps à autre.

- Dr. Brown



Le service Wellness Checkpoint

Le programme Wellness Checkpoint est l'une des principales initiatives de la Banque axée sur la santé et le mieux-être de ses retraités. Il s'agit d'un site Web confidentiel qui vous aide à identifier et à gérer tout risque de santé possible.

Vous y trouverez les outils suivants :

- Un outil d'évaluation du mieux-être – questionnaire confidentiel sur votre santé et votre bien-être permettant d'établir un profil personnalisé de votre état de santé;
- Votre profil de santé personnalisé – une évaluation réaliste de vos facteurs de risque possibles, comme le stress, le milieu de vie ou de travail, la pression artérielle, l'alimentation, l'exercice et le taux de cholestérol. Vous pouvez également en imprimer une copie pour en discuter avec votre médecin.

De plus, ce site contient de nombreux liens menant à des sites sur la santé et à d'autres ressources. Vous pouvez le consulter à l'adresse your.wellnesscheckpoint.com. Vous tirerez le maximum de votre évaluation du mieux-être si vous connaissez déjà votre pression artérielle, votre taille, votre poids et votre taux de cholestérol.



Profil des retraités



Gordon Paulley

Services bancaires personnels et PME (retraité) – Carlyle, Saskatchewan

« Chez moi, je suis connu sous le nom de « M. CIBC », probablement parce que je travaille dans cette banque depuis 43 ans. Au cours des dernières années, chaque fois que je participe à des activités sociales de la Banque, c'est ainsi que les gens m'appellent! Je ne doute pas qu'il y ait d'autres M. et Mme CIBC dans les petits quartiers partout au pays.

J'ai passé 32 ans dans ce centre bancaire de Carlyle. C'est une bonne ville. Chaque fois que je suis allé à des fêtes de départ à la retraite, on m'a dit : « Vous le saurez quand ce sera le moment de prendre votre retraite; cela vous frappera ». Quand j'ai eu 60 ans, je l'ai senti, et au mois de juillet de cette année, je pris ma retraite. Mes collègues et mes clients vont me manquer, mais je sais que le moment est venu.

Il y a environ 1 800 personnes qui vivent ici, et je connais bon nombre d'entre eux – plusieurs sont mes clients aussi – et parce que je travaille ici depuis très longtemps, je voulais que ma collectivité soit au courant de mon départ à la retraite. J'ai fait affaire avec des clients pendant très longtemps, et dans certains cas, ce sont plusieurs générations d'une même famille qui m'ont fait confiance. Lorsque l'annonce de mon départ à la retraite a été publiée dans un journal local, le Carlyle Observer, vous n'imaginez pas le nombre de courriels, de lettres et d'appels téléphoniques que j'ai reçus.

J'ai toujours su que je voulais faire carrière dans le secteur bancaire parce que j'étais bon en mathématiques et que j'aimais travailler avec les gens. Lorsque j'ai eu mon premier chèque de paie, j'étais au septième ciel. Mais je dois dire que l'un des grands moments de ma carrière a été sans aucun doute la remise d'une carte de départ à la retraite rédigée par Christina Kramer, première vice-présidente à la direction et chef de groupe, Services bancaires personnels et PME, disant 'J'ai lu votre histoire dans le journal' et me remerciant pour mes 43 ans de service! »

Aimez-vous les aubaines? Essayez les avantages WorkPerks

Avantages indirects WorkPerks à la Banque CIBC est un programme de rabais en ligne qui offre aux retraités au Canada et aux membres de leur famille immédiate des rabais sur des centaines de produits et services allant d'ordinateurs et de vêtements jusqu'à des événements sportifs et des voyages. Ce programme est exploité par Venngo, le principal tiers fournisseur de programmes de rabais impartis au Canada depuis plus de 10 ans. Accessible à l'adresse <https://cibc.venngo.com> le programme vous donne accès à plus de 2 000 offres de rabais nationaux et locaux visant à vous aider à économiser.

Chaque avantage est assorti de directives d'utilisation et peut être obtenu par Internet, par téléphone ou en magasin. Certains avantages exigent une preuve d'affiliation à la Banque CIBC. Vous pouvez présenter votre carte du programme d'avantages sociaux de la Financière Sun Life avec votre nom et le logo CIBC ou une copie de votre relevé T4 de votre pension de la Banque CIBC.

L'inscription est maintenant plus facile. Pour commencer à économiser, vous n'avez besoin que de votre ID RH et d'une adresse de courriel personnelle. Pour savoir comment vous inscrire au programme, visitez le site www.cibcretirees.com, sélectionnez l'icône « Workperks » et suivez les instructions.

Si vous avez de la difficulté à vous inscrire, à accéder à un avantage ou à convertir un avantage, ou encore, si vous devez réinitialiser votre mot de passe, veuillez communiquer avec Venngo au 1 866 383-6646 ou écrivez à membersupport@venngo.com.

Devenez un ambassadeur de la CIBC dans le cadre du Programme Faire ce qu'il faut!

Avez-vous déjà entendu un ami ou un membre de la famille parler d'un problème de nature bancaire qu'il avait au sujet de son expérience avec la CIBC? Une personne vous a fait part d'une préoccupation lors d'une fête ou d'une activité? Vous avez vous-même eu un problème avec la CIBC et n'avez pas su comment le résoudre? Vous êtes déjà un retraité et un client de la CIBC, et vous pouvez être aussi un ambassadeur de la banque! Grâce au Programme Faire ce qu'il faut, vous avez une occasion d'aider à résoudre des problèmes des clients ou à répondre à leurs préoccupations en suivant quatre étapes simples :

- 1. Remercier et présenter vos excuses** – Remerciez le client d'avoir porté la situation à votre attention et présentez-lui des excuses sincères au nom de la CIBC.
- 2. Écouter et comprendre** – Assurez-vous de bien comprendre le problème : écoutez activement, posez des questions, résumez le problème. Plus vous obtiendrez de détails, mieux nous comprendrons le problème.
- 3. Agir immédiatement** – Demandez au client s'il est à l'aise que vous soumettiez le problème en son nom. Expliquez-lui que vous n'aurez pas accès à ses renseignements bancaires et que le représentant du Service à la clientèle chargé d'examiner son problème le contactera. Si le client accepte, transmettez son nom, ses coordonnées et un résumé du problème par courriel à Mailbox.fairecequiltfaut@cibc.com. Si le client préfère signaler lui-même son problème, invitez-le à écrire un courriel à Mailbox.fairecequiltfaut@cibc.com ou à communiquer avec son centre bancaire ou avec son directeur relationnel ou son conseiller.
- 4. Assurer un suivi (important!)** – Assurez un suivi auprès du client pour confirmer qu'un représentant l'a bel et bien contacté et qu'il s'occupe de la résolution du problème.

N'oubliez pas, vous n'êtes pas uniquement un retraité de la CIBC, mais aussi un client important et un ambassadeur de la banque!

Envoyez vos questions ou préoccupations au sujet du programme à Mailbox.fairecequiltfaut@cibc.com. Jetez un coup d'œil à la [foire aux questions](#) ainsi qu'à quelques [conseils](#).

Faire ce qu'il faut



Le Comité consultatif des retraités

Le Comité consultatif des retraités a vu le jour en 1998 et en est à sa 20e année d'existence! Les membres du Comité se rencontrent régulièrement afin d'examiner et d'analyser des questions d'intérêt pour les retraités CIBC. Ils présentent les opinions des retraités relativement à des sujets importants et agissent pour vous à titre d'ambassadeurs locaux. Au fil des ans, la volonté des membres du Comité de travailler ensemble pour éliminer les problèmes et les inquiétudes des retraités s'est traduite par de nombreux changements positifs pour les retraités CIBC.

Depuis juin 2018, l'équipe de direction du Comité est composé de Bob Bickerton (Manitoba), président et Larry Billings (Alberta), vice-président. À l'heure actuelle, les membres du Comité sont nommés pour quatre ans. Lorsque les membres terminent leur mandat au sein du Comité, de nouveaux membres sont choisis en fonction de leurs aptitudes à représenter l'ensemble des retraités.

Si vous avez des questions, des préoccupations ou des suggestions, ou si vous souhaitez devenir membre du Comité, communiquez avec votre représentant local du Comité.

Membres du Comité 2018-2019

Bienvenue à Marc Bousquet (Québec), Mike McKim (Nouvelle-Écosse) et Cheryl Zankl (Saskatchewan), qui se sont joints au Comité en 2018.



De gauche à droite – rangée du haut : Larry Billings, Bob Bickerton, Cheryl Zankl, Jim Keegan, Ross Cunningham, Brian Rombough, Marc Bousquet.

Rangée du bas : Jo Treflin, Mike McKim, Sue Lattik, Jim Campbell, Marcia Ball

Comités des loisirs des retraités CIBC

Les retraités CIBC ont formé des comités dans tout le Canada afin de garder le contact et de se rencontrer à l'occasion d'activités sociales, comme des dîners, des sorties de golf et d'autres rassemblements. Tous les retraités CIBC et leurs conjoints survivants peuvent créer un comité. Le comité doit compter un minimum de cinq membres et il n'y a aucun maximum. La Banque CIBC parraine les activités des comités en accordant un financement annuel de 25 \$ par membre en avril, tous les ans, et chaque comité détermine la façon dont les fonds seront dépensés. Vous trouverez la liste des comités des loisirs de votre région, ainsi que les instructions à suivre pour créer un groupe, à la page du groupe des retraités CIBC sur Facebook.

Coordonnées des membres du Comité

Brian Rombough bgrombo@hotmail.com (403) 241-9201	Larry Billings (Vice Chair) larrybillings@shaw.ca (780) 707-7169	Sue Lattik lattiks@gmail.com (416) 523-5467	Ross Cunningham rosscunningham@hotmail.ca (905) 892-3567	
		Marcia Ball mball@corpfinance.ca (416) 233-1840	Jim Campbell pjcpc2014@icloud.com (289) 897-8786	
Jo Treflin Jo@treflin.ca (604) 868-7104	Jim Keegan jim.r.keegan@gmail.com (604) 924-1084			
		Bob Bickerton (Chair) bobbickee@outlook.com (204) 782-3411		
		Cheryl Zankl chezankl@accesscomm.ca (306) 543-0598		
		Marc Bousquet mbousquet007@gmail.com (514) 937-1295		
		Mike McKim mike.mckim@bellaliant.net (902) 466-7410		

Programmes de bénévolat des retraités CIBC

Merci à tous les retraités CIBC!

Votre dévouement et votre générosité ne sont pas passés inaperçus! Les retraités CIBC font preuve d'altruisme en participant à nos campagnes de dons et de bénévolat, et nous ne pourrions jamais assez les remercier! Nous sommes heureux d'annoncer que les retraités ont consigné plus de 80 000 heures de bénévolat au cours des trois dernières années! En 2017 uniquement, plus de 160 retraités ont consigné 35 000 heures! L'année 2018 connaît aussi un excellent départ; en date de octobre, vous avez consigné plus de 10 073 heures.

Voici la répartition de vos heures de bénévolat :



Comment fonctionne le Programme de bénévolat des retraités?

Vous êtes admissible à 12,50 \$ en dollars de récompense CIBC pour chaque heure de bénévolat, et ce, jusqu'à concurrence de 500 \$ par année civile. Nous ne vous enverrons plus de chèques destinés aux organismes de bienfaisance par la poste. Vous consignerez plutôt vos heures en ligne, et les fonds seront transférés à votre compte « Mon compte de bienfaisance » dans le système Spark de Benevity. Vous pourrez ensuite remettre ces fonds à l'organisme de bienfaisance de votre choix.

À titre de rappel, vos heures de bénévolat sont comptabilisées par année civile, ce qui signifie que vous devez consigner vos heures en temps réel. Par exemple, vous ne pouvez pas consigner vos heures de 2018 en 2019.

Qui y est admissible?

Pour être admissible au Programme de bénévolat des retraités, vous devez être un ancien employé de la Banque CIBC qui a commencé de recevoir des prestations de retraite du Régime de pension CIBC dès votre départ à la retraite, non différées. Pour en savoir plus sur le programme, visitez le site cibcretirees.com.



Avez-vous essayé Spark de Benevity?

Entrez vos heures de bénévolat et faites des dons en ligne

En novembre 2017, la Banque CIBC a lancé Spark de Benevity, un nouvel outil en ligne simple et sécurisé vous permettant de consigner vos heures de bénévolat et de faire des dons* à partir d'un même endroit. Cet outil est accessible tout au long de l'année afin que vous puissiez suivre vos heures de bénévolat et faire des dons personnels quand vous le voulez.

* Offert uniquement aux employés retraités canadiens.

Ouverture de session

Vous pouvez accéder à Spark de Benevity sur le site <https://cibc.benevity.org>. Le site Web remplace notre ancienne formule de demande de don et notre ancien outil en ligne.

Création d'un profil :

- Votre nom d'utilisateur est votre ID RH, qui se trouve sur votre carte-médicaments de la Financière Sun Life. Si vous avez besoin d'aide pour trouver votre ID RH ou si vous n'avez pas de carte-médicaments de la Financière Sun Life, vous pouvez aussi appeler le Centre d'information Ressources humaines au 1 800 668-0918.
- Pour obtenir votre mot de passe ou demander de l'aide en ce qui touche l'ouverture de session, communiquez avec nous à Mailbox.CommunityInvestment@CIBC.com ou appelez-nous au 416 304-2486.

Pour en savoir plus

- Vous trouverez ci-dessous des directives détaillées sur la manière d'utiliser le nouvel outil. Vous pouvez également consulter les directives par l'intermédiaire du groupe Facebook des retraités CIBC ou du site www.cibcretirees.com.
- Si vous avez des questions sur l'un ou l'autre des programmes, écrivez à Mailbox.CommunityInvestment@CIBC.com.
- Si vous avez besoin d'un soutien technique concernant l'outil après l'attribution de votre mot de passe unique, écrivez à support@benevity.com.



Sécurité sur Internet

Presque tout le monde passe beaucoup de temps en ligne, et cela n'a rien de surprenant, mais saviez-vous que les personnes âgées de 65 ans ou plus forment l'un des groupes de technophiles qui grandissent le plus rapidement? Bien que l'on se réjouisse de pouvoir ainsi garder contact avec sa famille et ses amis, il est important de se tenir au courant et à jour en ce qui concerne la sécurité sur Internet.

Voici certaines des arnaques les plus courantes dont il faut se méfier :

1. **Vol d'identité** : Quelqu'un utilise votre identité pour obtenir un prêt ou un prêt hypothécaire sur votre maison, ou encore une carte de crédit. Ne gardez pas votre numéro d'assurance sociale (NAS) sur vous et ne donnez jamais vos renseignements personnels, à moins d'avoir vous-même amorcé la communication. N'oubliez pas de choisir des mots ou des phrases de passe sûrs qui contiennent des lettres, des chiffres et des symboles. Modifiez-les souvent.
2. **Agence du revenu du Canada (ARC)** : Vous recevez des appels téléphoniques menaçants affirmant que vous avez des impôts impayés et devez les payer immédiatement en virant de l'argent ou en achetant des cartes-cadeaux prépayées. C'est une arnaque. L'ARC ne fait jamais d'appels ni de demandes de cette nature.
3. **Arnaques sentimentales** : Un fraudeur utilise une fausse identité sur un site de rencontre en ligne afin d'établir une relation amoureuse et tente de vous soutirer de l'argent. N'envoyez jamais d'argent à une personne que vous n'avez jamais rencontrée.
4. **Vérification bancaire** : Un courriel vous demande de « confirmer » vos renseignements de sécurité et le logo semble authentique. N'entrez aucun renseignement bancaire et n'ouvrez aucune pièce jointe.

5. **Faux gains de loterie ou faux héritages** : Des appels ou courriels vous informent que vous avez gagné une loterie ou reçu un héritage, généralement à l'étranger, mais que vous devez d'abord envoyer de l'argent pour régler les impôts ou les frais juridiques.
6. **Arnaque des grands-parents** : Vous recevez un appel téléphonique ou un courriel d'un présumé petit-enfant qui vous demande de lui virer de l'argent parce qu'il a eu un accident. Ne le faites pas.
7. **Données Facebook** : Sachez avec qui vous partagez vos données Facebook en vérifiant vos paramètres sur l'application. Ouvrez une session Facebook dans le navigateur de votre ordinateur, puis sélectionnez l'icône en forme de point d'interrogation qui se trouve dans le coin supérieur droit. Choisissez « Paramètres » dans le menu contextuel. Vous pouvez facilement configurer vos paramètres depuis cette page.
* Veuillez noter que, si vous utilisez un téléphone ou un iPad pour accéder à Facebook, il se peut que vous ayez à sélectionner une autre icône pour consulter vos paramètres.

En bref

Bref, n'y répondez pas! Faites preuve de vigilance et, si une chose vous semble anormale, il est probable qu'elle le soit. Pour signaler une fraude, appelez le Centre antifraude du Canada au 1 888 495-8501 ou visitez le site <http://www.antifraudcentre-centreantifraude.ca/index-fra.htm>. Vous pouvez aussi communiquer avec votre service de police local, votre banque ou la société émettrice de votre carte de crédit.



Accès aux renseignements à partir de mesAvantages

mesAvantages au www.rhcibc.com

Tous les retraités peuvent obtenir des renseignements sur leurs avantages et leur pension en tout temps par l'intermédiaire du site Web mesAvantages. Pour vous inscrire, allez à www.cibchr.com et suivez ces étapes :

1. Sélectionnez « Inscription en tant que nouvel utilisateur ».
2. Entrez votre ID HR et votre date de naissance, puis sélectionnez « Continuer ».
3. Suivez les directives pour créer un code d'utilisateur et un mot de passe, puis sélectionnez « Continuer ».
4. Choisissez vos cinq questions de sécurité avec leurs réponses et sélectionnez « Sauvegarder les questions » et « Continuer ».
5. Lorsque le message « Ouvrir une session – Opération réussie » s'affiche, sélectionnez « Continuer » pour aller à la page d'accueil.
6. Assurez-vous de mettre à jour votre profil, y compris votre adresse de courriel personnelle – sélectionnez le lien « Votre dossier personnel » dans la partie supérieure de votre écran.

Vous avez également accès à une aide sur les avantages sociaux par clavardage pendant les heures d'ouverture du Centre d'information Ressources humaines, ainsi qu'à l'outil de gestion des demandes en direct eService accessible en tout temps. Vous trouverez les deux outils en sélectionnant le lien « Communiquer avec nous » en haut de l'écran mesAvantages.

Coordonnées importantes

Numéros sans frais et sites Web

Voici quelques renseignements importants à garder à portée de main.

Centre d'information Ressources humaines CIBC

1 800 668-0918 www.rhcibc.com

Renseignez-vous sur les régimes de retraite ou d'avantages sociaux, signalez un changement d'adresse, présentez une demande de modifications fiscales ou déclarez un décès.

Offre bancaire aux employés CIBC

1 877 610-2422

Profitez de tarifs concurrentiels et de rabais offerts aux employés et aux retraités de la Banque CIBC.

Services bancaires téléphoniques CIBC et CIBC en direct

1 800 465-2422 www.cibc.com/francais

Accédez à des services bancaires par téléphone ou par Internet.

Programme d'aide aux employés et à leur famille

1 800 387-4765 www.travailsantevie.com/cibc

[Appareil de télécommunications pour malentendants au 1 877 338-0275]

Obtenez des services de consultation confidentiels et professionnels conçus pour vous aider à régler divers problèmes personnels.

Avantages WorkPerks à la CIBC

<https://cibc.venngo.com>

Accédez à des rabais intéressants de sociétés bien connues et d'entreprises régionales.

Programme Wellness Checkpoint CIBC

<https://your.wellnesscheckpoint.com>

Pour obtenir un bilan de santé personnalisé et d'autres renseignements qui concernent votre santé et votre bien-être.

Financière Sun Life

1 877 790-0294 www.masunlife.ca

Pour des demandes de règlement des frais médicaux ou dentaires collectifs, et une protection d'assurance vie.

Assurance médicale de voyage Allianz Global Assistance pour retraités CIBC

1 800 513-5934

Pour tout renseignement ou pour souscrire une assurance frais médicaux en voyage pour les séjours à l'extérieur du Canada.

Service téléphonique jour et nuit d'Allianz Global Assistance

1 800 995-1662 (Amérique du Nord); ailleurs, faites un appel à frais virés au 416 340-0049, pour signaler une urgence médicale en voyage.

La Personnelle

1 888 476-8737 www.lapersonnelle.com/cibc

Pour obtenir des renseignements sur l'assurance auto et habitation de groupe.

La Personnelle

1 855 343-9385 www.lapersonnelle.com/animauxcie

Pour obtenir des renseignements sur l'assurance de groupe pour votre animal de compagnie.

Profil des retraités



Maureen Phelan

Services bancaires personnels et PME (retraîtée) – Toronto, Ontario

année en tant que RSC à Montréal, ma supérieure m'a fortement recommandé de cotiser à un REER. Je ne comprenais pas vraiment le fonctionnement d'un REER, mais étrangement, je trouvais cette femme un peu intimidante, alors j'ai suivi son conseil. Lorsque nous nous sommes mariés, mon mari et moi avons commencé à épargner de façon très disciplinée : nous avons profité des régimes d'achat d'actions de nos employeurs, avons maximisé les occasions de mettre nos placements à l'abri de l'impôt et nous sommes concentrés sur le remboursement de notre prêt hypothécaire. J'ai suivi mon plan, et j'ai constaté que je pouvais me permettre de prendre ma retraite et de m'offrir la vie pour laquelle j'épargnais depuis tant d'années.

Quel conseil ai-je à vous donner? Pour commencer, aimez votre travail. Je suis restée à la CIBC pendant 38 ans parce que j'aimais être affectée à différents postes dans différentes villes et continuer à apprendre de tant de personnes incroyables. Ensuite, établissez votre plan, et incluez-y tous les avantages intéressants qu'offre la CIBC : des taux privilégiés, des frais de service peu élevés ou supprimés, un régime d'achat d'actions par les employés et, sans doute le plus important, des conseils avisés de professionnels des services financiers. Si vous n'avez pas déjà l'aide d'un conseiller pour bâtir votre plan, n'attendez plus! »

« Les gens me disent sans cesse que je suis chanceuse d'être à la retraite, et ils ont raison! Habituellement, ils poursuivent en ajoutant « quel conseil me donnerais-tu? », ou « je n'aurai jamais les moyens de prendre ma retraite ». Je réponds toujours la même chose, et mon conseil peut s'appliquer à tout objectif, que ce soit la retraite, l'achat d'une maison ou un voyage autour du monde. En fait, ça n'a pas besoin d'être compliqué, mais il faut un plan.

Il n'est pas nécessaire de rédiger un document de 47 pages. Il suffit d'avoir un engagement écrit envers vous-même qui vous aidera à accorder la priorité à l'épargne pour atteindre votre objectif et à voir les avantages qu'il y a à épargner dès maintenant.

En ce qui me concerne, j'ai commencé à épargner tôt un peu par hasard. Pendant ma première

Centre d'information Ressources humaines

1 800 668-0918

Les représentants peuvent :

- vous aider à utiliser le site mesAvantages, notamment à vous y inscrire et à apporter des modifications à vos renseignements personnels à l'aide du lien « Votre dossier personnel »;
- répondre à vos questions sur les régimes d'avantages sociaux et de retraite de la Banque CIBC;
- apporter des modifications à vos renseignements (p. ex., adresse domiciliaire, compte de banque);
- traiter les modifications autorisées à vos avantages sociaux;
- noter vos commentaires sur le Journal des retraités CIBC;
- voir au versement des montants payables au titre des régimes de pension et d'avantages sociaux en cas de décès d'un retraité ou de son conjoint.

L'appelant doit avoir en main les renseignements suivants, selon le cas :

- le numéro d'employé (inscrit sur la carte-médicaments Sun Life);
- les renseignements sur le compte du retraité, s'il y a lieu (requis lorsque le plus proche parent communique avec la Banque relativement au décès d'un retraité CIBC). Le service est offert en français et en anglais, et les heures d'ouverture sont du lundi au vendredi de 8 h à 21 h, HE.

Nous sommes fiers de faire partie de la Banque CIBC

La Banque CIBC continue d'être reconnue comme une banque centrée sur le client, un employeur de choix et une entreprise citoyenne de premier plan



Meilleur pointage des services bancaires mobiles et en direct



Prix de diamant pour la stratégie en matière de satisfaction des clients



L'une des 100 entreprises les plus durables au monde



Meilleure stratégie de succursale



Une culture d'entreprise très admirée



L'un des 50 milieux de travail les plus engagés



L'une des 50 meilleures entreprises citoyennes



Les cadres de la CIBC figurent parmi les femmes les plus influentes du Canada



L'un des 100 meilleurs employeurs au Canada



L'un des meilleurs employeurs pour les jeunes Canadiens



L'un des meilleurs employeurs pour la diversité



Indice d'égalité des genres Bloomberg



Incluse dans l'indice nord-américain de durabilité Dow Jones



Figure sur la liste du FTSE4Good Index



Un membre du Jantzi Social Index



Un membre du réseau CDP