

📧 Newsletter gratuite IzilyFinance du 14 mars 2026

Newsletter gratuite sponsorisée :

🔗 Ouvrez une assurance vie ou un PER avec **LINXEA** : 50€ offerts avec le lien

✓ <https://linxea.mention-me.com/m/ode/wu7ry-4a0b808166>

🔗 Investissez dans l'immobilier via des SCPI avec **LOUVEINVEST** : Jusqu'à 75€ offerts avec le lien :

✓ <https://app.louveinvest.com/signup?promoCode=xpJR1q>

🔗 Investissez en bourse avec **Trade Republic** : Jusqu'à 25€ en action offerts avec le lien :

✓ <https://refnocode.trade.re/rzzzthsk>

🌟 Rejoignez notre **Abonnement Premium** au prix de 9,99 € / mois ou 99,99 € / an

✓ <https://izilyfinance.fr/formations>





1. Le déroulement de la semaine



a) Les indices - actions



Les États-Unis

La semaine aura été dominée par une volatilité macro-géopolitique élevée, alimentée par la remontée du pétrole et par les craintes d'un retour de l'inflation énergétique. Le marché américain a d'abord tenté un rebond technique en début de semaine avant de céder sous la pression des secteurs cycliques et industriels.

- Le **S&P 500** termine la semaine en baisse modérée d'environ **-1,01%**. La correction reste contenue grâce à la résilience des grandes capitalisations technologiques et des valeurs liées à l'énergie, qui profitent de la remontée du pétrole. Les investisseurs restent toutefois prudents face au risque de **stagflation importée** via l'énergie.
- Le **Nasdaq Composite** recule légèrement d'environ **-0,2%**, une performance trompeuse car la dispersion sectorielle a été très forte. Les **semi-conducteurs et logiciels** ont subi des prises de profits importantes tandis que les valeurs liées à l'IA et au cloud ont limité la baisse.
- Le **Dow Jones Industrial Average** accuse le coup autour de **-0,91%**, pénalisé par les valeurs industrielles, du transport et les compagnies aériennes. Ces secteurs anticipent déjà une **hausse structurelle des coûts énergétiques** qui pourrait rogner les marges dans les prochains trimestres.



Lecture macro US

Le marché américain reste dans une logique claire : une croissance toujours solide mais un **risque inflationniste en hausse via le pétrole**, ce qui rend toute baisse rapide des taux par la Fed moins probable.



L'Europe

Les marchés européens bien que nettement plus fragiles que Wall Street ont offert une belle résistance cette semaine. Néanmoins, la dépendance énergétique et la sensibilité au commerce mondial restent 2 préoccupations majeures.

- Le **CAC 40 (+1,30%)** bien que résistant, est affecté par les secteurs de l'automobile, bancaire, touristique et des industries exportatrices. Le luxe, habituellement défensif dans les phases de ralentissement, montre lui aussi des signes de fatigue.
- Le **DAX allemand (+1,95%)** signe une bonne performance. Néanmoins les investisseurs craignent une dégradation de la compétitivité industrielle si les prix de l'énergie continuent de monter.
- L'**Euro Stoxx 50 (+1,13%)** offre une performance hebdomadaire en trompe l'oeil dans un contexte de sortie partielle des capitaux internationaux vers les actifs américains et les valeurs énergétiques.



Lecture européenne

L'Europe reste la **zone la plus vulnérable** en cas de choc énergétique prolongé. 3 raisons structurelles : Sa dépendance aux importations d'énergie, sa croissance économique faible et son industrie fortement cyclique.


L'Asie & les pays émergents

La performance asiatique a été contrastée.

- Le **Nikkei 225** recule d'environ **-1,44%** sur la semaine, après plusieurs mois d'euphorie boursière. Le marché japonais reste très exposé au commerce international, aux importations d'énergie et aux fluctuations du yen.
- La **Chine** a montré une relative stabilité. Le **Shanghai Composite** affiche une performance proche de l'équilibre (**-0,08%**). Les investisseurs continuent de parier sur un soutien budgétaire de Pékin, une politique monétaire accommodante et une reprise progressive de la consommation domestique.


b) Devises – Forex

Les marchés de change ont clairement reflété une logique de recherche de sécurité. Le **Dollar américain** s'est apprécié face aux principales devises.

- L'indice **DXY progresse sur la semaine**, soutenu par la hausse des taux réels, le statut de refuge mondial du dollar et les flux vers les obligations américaines. **La paire EUR/USD recule vers 1,15**, illustrant la perte de confiance relative envers l'économie européenne.
- Le **Yen japonais** reste sous pression malgré les turbulences mondiales. La Banque du Japon continue de maintenir une politique monétaire très accommodante, ce qui empêche le yen de jouer pleinement son rôle d'actif refuge.
-  **Lecture Forex** : Le marché des changes reflète une hiérarchie claire :
 - 1 Dollar américain (refuge dominant)
 - 2 Franc suisse
 - 3 Or
 - 4 Cryptoactifs

c) Matières premières

Énergie

- **Le pétrole a été le véritable catalyseur de la semaine**. Le **Brent** termine autour de **103/104\$ dollars**, en hausse notable. Cette progression est alimentée par les tensions géopolitiques au Moyen-Orient, la réduction de l'offre de certains producteurs et l'anticipation d'une demande toujours solide.
-  **Lecture énergétique** : **Le pétrole redevient un facteur macro central**. Une hausse durable au-delà de 90\$ pourrait provoquer un retour rapide de l'inflation et un ralentissement économique global.


Métaux précieux

L'or poursuit son rallye spectaculaire. Le métal jaune finit la semaine autour des **5 000 à 5100 \$** porté par l'incertitude géopolitique, la demande des banques centrales et la diversification des réserves internationales.

L'or ne reflète plus seulement l'inflation mais **une défiance systémique vis-à-vis des monnaies fiduciaires**

🇧🇪 d) Cryptomonnaies

- Le marché crypto a montré une **résilience remarquable**. Le **Bitcoin** évolue dans une zone de consolidation autour de **60 000 à 62 000 \$**. Après l'euphorie du cycle haussier précédent, le marché entre dans une phase de digestion. Le **Bitcoin** semble désormais agir comme un actif hybride à mi-chemin entre actif technologique et réserve de valeur.
- L'**Ethereum** reste plus volatil mais bénéficie d'un flux constant d'innovation dans la tokenisation d'actifs, la finance décentralisée et les infrastructures blockchain. Il est également en phase de digestion entre **1800 et 1900 \$**.

 **Lecture crypto** : On observe une évolution importante. Contrairement aux crises précédentes, les cryptoactifs ne sont plus systématiquement liquidés pour couvrir les pertes du marché actions.

Le **Bitcoin** devient progressivement un **actif alternatif crédible dans la gestion de portefeuille**.

2. Thèmes & forces motrices de la semaine

◇ **Le retour du risque énergétique**

La hausse du pétrole rappelle brutalement que l'économie mondiale reste **extrêmement dépendante des hydrocarbures**. Un choc énergétique pourrait relancer l'inflation globale.

◇ **Le dilemme des banques centrales**









Les banques centrales sont coincées entre deux scénarios : soutenir la croissance ou lutter contre l'inflation énergétique. Une baisse rapide des taux devient donc **moins probable en 2026**.

◇ **La rotation vers les actifs défensifs**

On observe une rotation claire vers l'or, les valeurs énergétiques et les secteurs défensifs au détriment des valeurs technologiques, des valeurs cycliques et des petites capitalisations.


3. Performance par indices principaux (données du 14 mars 2026)

Selon le tableau hebdomadaire des indices :

Zones	Indices	Performances hebdo
USA	S&P 500	 -1,01%
USA	Dow Jones	 -0,91%
USA	Nasdaq Composite	 -0,20%
France	CAC 40	 +1,30%
Europe	Euro Stoxx 50	 +1,13%
Allemagne	DAX	 +1,95%
Japon	NIKKEI 225	 -1,44%
Chine	Shanghai Composite	 -0,08%

Synthèse – Analyse du moment

Le sentiment de marché est celui d'un **équilibre fragile**. Les investisseurs ne sont pas encore dans une panique globale, mais plusieurs signaux montrent que le cycle économique entre dans une phase plus complexe.

 **Le constat** : Le marché mondial passe d'un cycle dominé par la désinflation et de baisses de taux à un cycle potentiellement dominé par les tensions géopolitiques, les matières premières et les contraintes énergétiques.

🔗 **Conséquence pour les investisseurs** La gestion de portefeuille devient plus défensive avec une augmentation du cash, une diversification vers l'or et une exposition accrue aux matières premières.

🔗 **Perspective** : La volatilité restera élevée dans les prochains mois. Le marché ne craint pas encore une récession immédiate, mais il commence à intégrer un scénario plus complexe :

Croissance modérée + inflation énergétique persistante.

🔍 4. La tendance des marchés depuis le 1^{er} janvier

🔗 **Les marchés actions Monde :**



🔍 Globalement, tous les indices continuent de corriger cette semaine et grignotent les gains engrangés depuis le début de l'année.

🔗 **Les marchés actions Europe :**



🔍 La situation au Moyen-Orient continue d'affecter les marchés européens.

🔗 **Les marchés actions USA :**

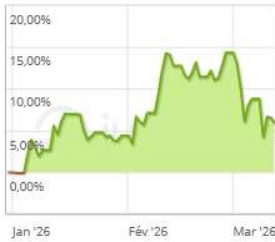


🔍 Les marchés US repartent à la baisse et semblent comprendre que le conflit au Moyen-Orient pourrait avoir des répercussions durables.

🔗 Les marchés actions Asie / Pacifique :

MSCI Japan

2026: +6,54%



MSCI AC Asia ex Japan

2026: +8,78%



MSCI AC Asia Pacific ex Japan

2026: +8,88%



MSCI Pacific ex Japan

2026: +9,21%



🗨 L'Asie/Pacifique est également lourdement impacté par la situation géopolitique actuelle mais offre une belle résilience en limitant ses pertes.

🔗 Les marchés actions Pays Emergents :

MSCI Emerging Markets

2026: +8,83%



MSCI Emerging Markets Asia

2026: +8,99%



MSCI China

2026: -1,99%



MSCI Emerging Markets Latin Ameri...

2026: +15,78%



🗨 Sur les marchés émergents, le marché Chinois semble être le plus impacté par la situation actuelle du fait de sa proximité avec l'Iran et de sa forte dépendance envers son pétrole.

🔗 Les marchés Cryptomonnaies :

Bitcoin

2026: -18,94%



Ethereum

2026: -29,91%



Solana

2026: -29,69%



Ripple (XRP)

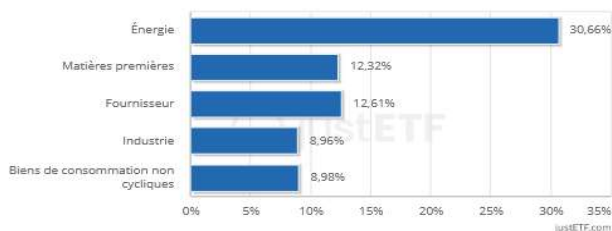
2026: -24,87%



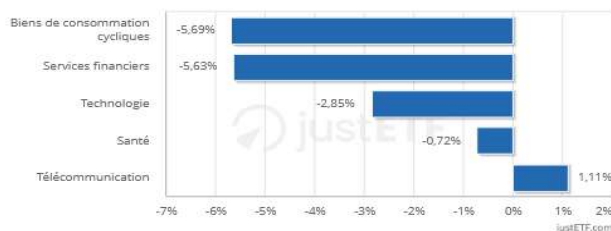
🗨 Le marché crypto moribond depuis le début de l'année semble jouer un rôle d'amortisseur sans pour autant repartir à la hausse.

📍 Les performances par secteur depuis le 1er janvier :

Best Sectors World 2026



Worst Sectors World 2026



🎯 Comme les semaines précédentes, le secteur de l'énergie caracole en tête depuis le début de l'année très loin devant celui des matières premières. En revanche, en queue de peloton, les secteurs des biens de consommations cycliques et les services financiers continuent de s'enfoncer.

📍 5. Les Top et Flop de la semaine:

✅ Les bonnes surprises de la semaine :

📍 **SOITEC (Ticker SOI)** : Soitec n'en finit plus de surprendre. Le titre continue son très beau parcours entamé depuis le début de l'année. Il cumule encore près de 41% cette semaine et plus de 154% depuis le début de l'année.

📍 **DASSAULT AVIATION (Ticker AM)** : Boosté par la présentation de son nouvel avion d'affaires le Falcon 10X et ses commandes records pour son avion de chasse Rafale, le titre continue de progresser. Il enregistre de belles performances de plus de 4,5% cette semaine et de plus de 27% depuis le début de l'année.

❌ Le gadin de la semaine :

📍 **TELEPERFORMANCE (Ticker TEP)** : Ce titre, qui était pourtant la coqueluche du CAC40 il y a encore quelques années, poursuit sa lente descente aux enfers et n'arrive pas à se reprendre malgré les annonces et l'énergie déployée par la direction pour rassurer. Le titre abandonne encore -10% cette semaine et plus de -17% depuis le début de l'année.

📺 6. Les vidéos et analyses IzilyBourse de la semaine :

📍 L'Oréal : [ICI](#)

📍 Equasens : [ICI](#)

📍 TOP 3 Opportunités PEA – Mars 2026 : [ICI](#)



7. L'article de la semaine : (tiré du journal Investir)

Guerre au Moyen-Orient

Or noir, les économies sous haute tension

Pétrole Les tensions au Moyen-Orient bouleversent les marchés de l'énergie. Le prix du pétrole a connu des variations spectaculaires. Les experts anticipent un choc durable sur les prix, avec des répercussions différenciées selon les pays.

Le conflit au Moyen-Orient prend la forme la plus sombre des scénarios imaginés la semaine passée. Au moins, à court terme. La violence des fluctuations des cours de l'or noir et des cours du gaz observée cette semaine sur les marchés est, en effet, rarissime. Selon le consensus des experts, le prix du pétrole est voué à rester durablement cher. Peu importe le niveau au jour le jour, le choc est bien là et il va durer.

Le premier effet est déjà présent, les prix du carburant à la pompe ont augmenté partout dans le monde : en Asie, aux États-Unis et en Europe. La prochaine étape sera la transmission aux autres prix de l'énergie : gaz et électricité pour les ménages et les entreprises. Les gouvernements vont lutter contre ces chocs par différents procédés : blocage de prix, subventions ou baisse de la fiscalité.

Le recours aux réserves stratégiques est aussi un élément clé. L'Agence internationale de l'énergie (AIE) a décidé d'y puiser 400 millions de barils pour compenser les volumes bloqués dans le détroit d'Ormuz. Vu le blocage, les pays du Golfe ont décidé de réduire leur production pétrolière d'au moins 10 millions de barils par jour, grevant l'offre mondiale de 25 %.

Si puiser dans les réserves n'était pas efficace et si le baril de Brent s'établissait en moyenne autour de 140 \$ pendant deux mois, la croissance du PIB mondial serait réduite de 0,7 point de pourcentage fin 2026, selon les experts d'Oxford Economics. L'expansion ne serait que de 2,4 % pour l'ensemble des économies, 2,1 % pour les États-Unis, 0,4 % pour la zone euro et 3,9 % pour les pays émergents, dont 4,5 % pour la Chine. La récession serait, malgré tout, évitée. Pourquoi ? Parce que la dépendance des éco-

nomies à l'or noir s'est amenée au cours des décennies passées. Un choc pétrolier aujourd'hui n'aurait pas le même effet que dans les années 1970 ou 1980.

DES CHOCs DIFFÉRENCIÉS

Toutefois, chaque pays est différent. Cette évidence est particulièrement vraie dans le cas de la sensibilité au choc pétrolier. Les pays émergents sont plus dépendants des hydrocarbures, tout comme certains pays industrialisés. Globalement, plus les importations nettes sont importantes et le poids de l'énergie élevé dans l'indice des prix, plus le pays est exposé.

L'Inde sera plus affectée que la Chine. Cette dernière dispose de 1,2 milliard de barils de pétrole en stock alors que l'Inde est peu dotée. Elle s'est, certes, tournée vers la Russie, qui sera le grand vainqueur de la crise. Cela sera insuffisant. Pour le gaz, le Qatar est l'un des plus grands producteurs mondiaux de gaz naturel liquéfié (GNL), avec 20 % de la production mondiale. « C'est un fournisseur clé pour l'Asie », relèvent les experts de BNP Paribas dans une récente note d'analyse, mais sa production transite par le détroit d'Ormuz !

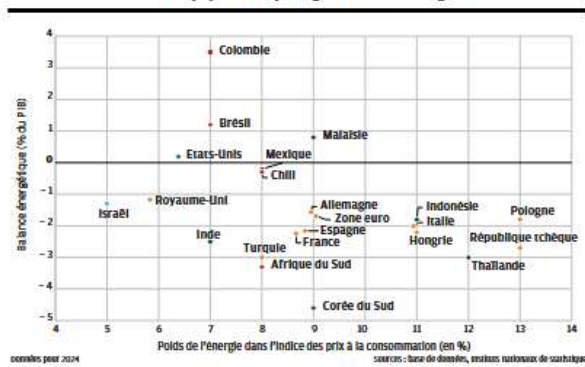
Ce GNL représente la moitié des importations indiennes. La sécurité énergétique de ce pays est clairement en jeu. La Chine, elle, peut se reporter sur d'autres sources d'approvisionnement, par gazoduc notamment. Les États-Unis sont dans une situation relativement favorable, car ils sont excédentaires. Mais « le point clé est la capacité des entreprises à répercuter le renchérissement des coûts, voire à en profiter pour étendre leurs marges. C'est ce qui s'est passé en 2022. La demande d'un peu près tous les biens et services était en plein boom, ce qui donnait aux entreprises beaucoup de pricing power. La situation présente est différente. Les ménages sont plus contraints. Le choc d'offre pourrait bien peser sur les marges des firmes d'abord, sur l'emploi ensuite », explique Bruno Cavalier, chef économiste d'Oddo BHF. La zone euro est dans une position intermédiaire, mais certains pays européens sont plus dépendants, comme la Pologne.

— PHILIPPE WENGER

Les banques centrales vont-elles surréagir ?

Il est des erreurs qu'il ne faut jamais répéter. La hausse des taux directeurs, par exemple, pour contrer une inflation future liée à un choc pétrolier est une parfaite illustration. Or la flambée des cours de l'or noir, ces derniers jours, a donné l'idée à certains spécialistes des marchés que les banques centrales seraient condamnées à relever leurs taux dans l'année pour lutter contre l'inflation. Des calculs fondés sur les swaps de taux permettent d'anticiper deux hausses de 25 points de base par la BCE cette année, contre une seule prévue vendredi 6 mars. Un premier relèvement aurait lieu d'ici à juin. De même, la probabilité d'une hausse des taux de la Banque d'Angleterre d'ici à la fin de l'année était calculée à 70 %, contre une baisse la semaine dernière. Une telle politique serait une erreur. Non seulement cela ne réduirait pas le rythme de l'augmentation des prix, liée à un phénomène exogène et non à une logique d'emballlement de la demande. Bien au contraire, le choc pétrolier fera reculer la consommation des ménages et les investissements des entreprises. Le renchérissement du coût des crédits bancaires favoriserait alors cette tendance négative. D'ailleurs, des membres influents de l'institution monétaire ont appelé à la raison. Le président de la banque centrale de Lituanie, Gediminas Simkus, a fait savoir, non sans humour : « Si vous commencez à réfléchir à la politique monétaire le matin, vous risquez d'avoir une opinion très différente le soir venu ! » Tous n'ont pas le même sentiment. Pour Peter Kazimir, membre de la BCE, « le risque inflationniste est désormais orienté à la hausse et une réaction de la banque centrale pourrait intervenir plus tôt que beaucoup ne l'imaginent. » Une chose est certaine, la BCE est vigilante. — P. W.

Tous les pays ne sont pas logés à la même enseigne

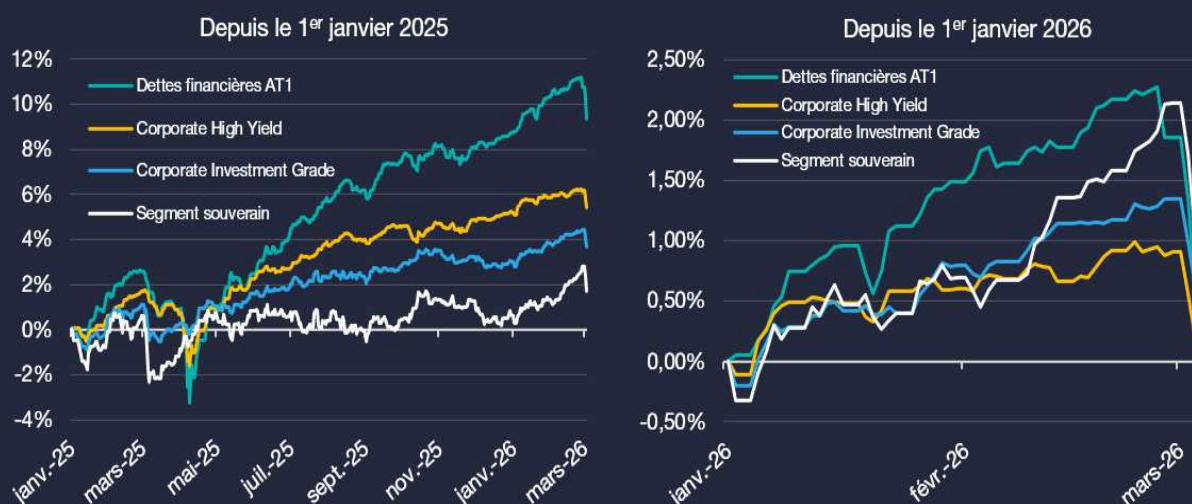


8. Le graphique de la semaine

🔍 L'intervention militaire en Iran a eu un impact notable sur l'ensemble des marchés, y compris sur les marchés de taux.

👉 Tous les segments du marché obligataire européen ont ainsi connu un repli simultané en début de semaine en raison de la hausse des taux et de l'écartement des spreads.

Performances des principaux segments du marché obligataire de la zone euro



9. Le chiffre de la semaine

💡 **Le télétravail reste massivement prisé par les entreprises employant des cadres**

En 2025, seules 9% des entreprises employant au moins un cadre ont réduit leur nombre de jours de télétravail et 2% les ont carrément supprimés, selon une étude de l'APEC. En 2026, elles devraient être encore moins nombreuses.

10. Le livre de la semaine

📖 À lire : « *Investir en Bourse avec les ETF - Le livre best-seller sur les ETF* » — Le Prince des ETF.

📖 Pourquoi ce livre ?

Pour les investisseurs débutants, ce livre est l'un des meilleurs pour commencer à investir en Bourse. L'auteur aborde notamment le sujet des ETF, qui sont une vraie révolution pour les particuliers.

🎯 11. Ton Défi de la Semaine : **L'Architecte d'Actifs**

🏗️ Construisez des revenus qui ne dorment jamais

🔑 **Objectif** : Identifier et amorcer un actif qui génère de la valeur sans votre présence physique. On passe du statut de "salarié de son propre argent" à celui de "propriétaire de systèmes".

✅ **L'Audit de votre "Valeur Horaire" (20 min)**

Le premier investissement, c'est votre temps. Si vous passez 10h par mois à gratter 5 € de coupons de réduction, vous perdez de l'argent.

- **Calculez votre Taux Horaire Net** : Revenu annuel total ÷ 1800 heures. C'est votre "prix de base".

- **Identifiez les "Tâches à Faible Rendement"** : Quelles activités financières ou domestiques vous coûtent plus cher en temps qu'elles ne vous rapportent ? (Ex : Gérer manuellement ses virements).
- **La Règle de l'Automatisation** : Tout ce qui peut être délégué à un algorithme ou à une machine doit l'être cette semaine.

☑ **La Stratégie du "Barbell" (Haltère) (30 min)**

Un analyste chevronné utilise la stratégie de Nassim Taleb : 90 % de sécurité totale + 10 % de risque massif (pour un gain explosif).

1. **Le Bloc de Granit (90 %)** : Vérifiez que votre socle est sur des actifs "ennuyeux" mais solides (Immobilier, ETF Monde). C'est votre assurance de ne jamais finir à zéro.
2. **L'Option de Croissance (10 %)** : C'est ici que l'originalité paye. Quelle "petite mise" peut faire x10 ou x20 ? (Micro-caps, crypto-actifs émergents, financement participatif de startups).
3. **L'Élimination du "Milieu Mou"** : Vendez les placements qui rapportent peu (4-5 %) mais qui vous stressent autant que des placements risqués.

☑ **Les 4 Piliers de l'Architecture**

Niveau	Type d'Actif	Effort Initial	Effet de Levier
1	Le Dividende	Faible (Achat d'actions)	Capital (Les intérêts composés)
2	L'Immobilier	Moyen (Recherche/Crédit)	Banque (L'argent des autres)
3	Le Digital	Élevé (Création de contenu/outil)	Code/Média (Réplication infinie à coût 0)
4	Le Privé	Moyen (Analyse de projet)	Expertise (Prendre des parts dans une PME)

🚀 **Vos actions prioritaires pour cette semaine**

1. **Lancez une "Sonde"** : Investissez une somme symbolique (ex: 100 €) dans un domaine que vous ne maîtrisez pas encore mais qui vous intrigue (ex: l'art fractionné, le crowd-lending). L'apprentissage est le premier dividende.
2. **Analysez votre Fiscalité** : Un euro économisé en impôt est un euro gagné sans risque. Vérifiez si vous utilisez bien les enveloppes fiscales optimales (PEA, PER, Assurance Vie).
3. **Le "Clean-up" des Frais** : Appelez votre banque ou courtier. Si vos frais de courtage sont supérieurs à 0,5 % par transaction, changez de plateforme. C'est un gain immédiat de performance.

💡 **L'erreur à éviter : Le perfectionnisme analytique**

Ne passez pas la semaine à comparer 50 fonds différents. **"Done is better than perfect."** La différence de performance entre deux bons ETF est marginale par rapport au coût de ne pas être investi du tout.

🕒 **Le rituel du dimanche (5 min)**

Le Bilan de l'Asymétrie : Posez-vous cette question : "Si cet investissement échoue, est-ce que ma vie change ? Non. S'il réussit, est-ce que ma vie change ? Oui."

☞ C'est la définition d'un bon pari financier.

🧠 **La richesse n'est pas le solde de votre compte, c'est le nombre de jours où vous pouvez vivre selon vos propres termes sans travailler.**

12. La citation de la semaine

👉 "L'investissement est un pari, mais ne pas investir est un pari encore plus grand." - Robert Arnott

☑ En résumé : **Ne pas investir est un pari encore plus grand** : garder son argent sans l'investir (par exemple sur un compte peu rémunéré) peut vous faire **perdre du pouvoir d'achat en raison de l'inflation** et peut vous empêcher de profiter de la croissance économique.

Restons connectés

Pour un accès complet à tous mes portefeuilles boursiers et SCPI, à mes watchlists, à mes analyses de titres et de secteur et à tous les guides et Ebooks :

👉 Prenez en main votre avenir avec notre **Abonnement Premium** au prix exceptionnel de **9,99 € / mois ou 99,99 € / an (2 mois gratuits)** : <https://izilyfinance.fr/formations>

👉 Rejoignez la chaîne Youtube **Izilybourse** pour vous informer.

Avertissement / Disclaimer

✓ Les informations présentées dans cette newsletter sont fournies à titre informatif et éducatif uniquement. Elles ne constituent ni des conseils financiers, ni des recommandations d'investissement, ni une incitation à l'achat ou à la vente de titres financiers.

✓ Izily Finance n'est pas un conseiller financier agréé. Chacun reste seul responsable de ses décisions d'investissement. Avant toute opération, il est recommandé de consulter un professionnel qualifié.



<https://izilyfinance.fr>