

jack[®]ride
2025

Guide de collecte de fonds

jack.org/ride
La course cycliste Canadienne
dédiée à la santé mentale des jeunes

jack.org
BANK OF AMERICA 

Un message de Vivien

Merci de participer à la Jack Ride, la course canadienne dédiée à la santé mentale des jeunes.

Votre engagement et votre dévouement permettent de faire de cet événement une réalité. Nous vous sommes infiniment reconnaissant.e.s pour votre soutien et votre détermination à améliorer la santé mentale des jeunes dans tout le pays. Les fonds recueillis grâce à la Jack Ride serviront à financer le travail essentiel de Jack.org, qui met en oeuvre des programmes transformateurs pour sensibiliser, éduquer et offrir un soutien aux communautés de toutes les provinces et territoires.

Je suis ravie d'être de retour cette année et j'ai hâte de vous retrouver pour cet événement inspirant.

Vivien Glencross (elle)

Présidente-directrice générale par intérim

Un message d'Eric

Bonjour à toute la communauté Jack.org,

Merci de faire partie de cette formidable aventure qu'est la Jack Ride, ainsi que de notre vaste réseau Jack.org. La Jack Ride est non seulement notre plus grand événement de collecte de fonds de l'année, mais elle représente également 20 % du financement des initiatives essentielles en santé mentale des jeunes à travers le Canada. Vous êtes au coeur de cette réussite.

La Jack Ride 2025 adopte un format hybride ! Cette année, la majorité des participant.e.s se rassembleront pour un événement en personne. Cependant, vous pouvez également choisir de participer de chez vous, où que vous soyez. Que vous préférerez rouler sur des routes locales, sur un vélo stationnaire, ou que vous décidiez de marcher, courir, randonner ou nager, toutes les formes de participation sont les bienvenues.

Même si nous ne serons pas tou.te.s réuni.e.s physiquement, cette communauté trouve toujours des moyens créatifs et significatifs de se rassembler. Merci de vous engager dans la Jack Ride et de permettre à Jack.org de continuer à offrir aux jeunes les ressources nécessaires pour prendre soin d'eux.elles-mêmes et se soutenir mutuellement. La santé mentale des jeunes n'a jamais été une priorité aussi cruciale.

Du fond du coeur, merci pour votre soutien indéfectible envers la Jack Ride et Jack.org.

Avec toute ma gratitude,

Eric Windeler (il)

Fondateur, Jack.org

À propos de Jack.org

Chaque jour, des milliers de jeunes Canadiens et Canadiennes portent en silence le poids de l'anxiété, de la dépression, du stress ou de la solitude. Ces luttes sont souvent invisibles, mais leur impact est immense, touchant des vies, des familles et des communautés. Chez Jack.org, nous refusons de détourner le regard. Notre mission est d'agir aux côtés de ces jeunes, dans chaque coin du pays, pour leur offrir les outils nécessaires à mieux comprendre leur santé mentale, briser les barrières de la stigmatisation et créer des connexions significatives entre pairs. Nous croyons qu'en s'entraidant, les jeunes peuvent non seulement apprivoiser leur propre parcours, mais aussi soutenir ceux qui les entourent.

Grâce à nos programmes mondialement reconnus comme les Présentations Jack, les Sections Jack et Être Là, nous permettons à chaque jeune d'avoir accès aux ressources essentielles pour prendre soin de leur bien-être mental et bâtir une communauté plus forte et plus résiliente.



Des questions ?

Vous n'êtes pas seul.e dans cette aventure.

Notre équipe est là pour vous soutenir, vous accompagner et répondre à toutes vos questions. N'hésitez pas à nous écrire.

Courriel :

ride@jack.org

Téléphone :

[\(416\) 425-2494](tel:(416)425-2494)

Visitez nos sites web :

jack.org/ride

jack.org

Visitez nos réseaux sociaux :

@jackdotorg



Prêt.e à commencer ?

La collecte de fonds n'est pas qu'un simple effort, elle peut être à la fois simple et agréable, enrichissante et stimulante. C'est une opportunité de faire la différence — une différence qui sauve des vies.

Cette année, des participant.e.s de partout au Canada, qu'il.elle.s soient sur place ou à distance, unissent leurs forces pour soutenir nos programmes de santé mentale dans chaque province et territoire. Vous n'êtes pas seul.e. Notre objectif est de faire en sorte que vous atteignez le vôtre (le minimum de 350 \$) de manière aussi satisfaisante que la course elle-même. Toute l'équipe de la Jack Ride est là pour vous aider, vous inspirer et vous guider vers une réussite éclatante. Ensemble, nous irons au-delà des attentes.

Pourquoi est-il important de collecter des fonds ?

Votre engagement est essentiel. Chaque dollar que vous collectez permet à Jack.org de poursuivre son travail vital auprès des jeunes. Ce travail garantit que, partout au Canada, les jeunes disposent des ressources et de l'éducation en santé mentale dont ils.elles ont besoin, surtout dans des moments aussi critiques que ceux que nous vivons aujourd'hui.

Nos programmes comme les Sections Jack, les Présentations Jack et Être Là changent des vies. Et ce sont les jeunes eux.elles-mêmes qui en parlent le mieux. En vous engageant à nos côtés, vous donnez à des milliers de jeunes la chance de se relever, de s'épanouir et de ne jamais se sentir seuls dans leur parcours.



5 étapes pour réussir votre collecte de fonds

1. Rendez-vous sur jack.org/ride et connectez-vous.

2. Personnalisez votre page personnelle.

Votre page de collecte de fonds contient déjà des informations de base, mais ajoutez-y une touche personnelle en intégrant des photos, vidéos ou textes pour expliquer à vos proches : Pourquoi la santé mentale des jeunes vous tient-elle à cœur ? Pour qui roulez-vous ?

3. Diffusez le lien de votre page.

Intégrez le lien à vos courriels, messages textes et publications sur les réseaux sociaux pour solliciter le soutien des autres. N'hésitez pas à l'ajouter à la bio de votre Instagram ! Vous serez surpris.e de voir qui décide de vous soutenir. Tout le monde a des problèmes de santé mentale, et les gens seront ravis que vous en parliez, surtout en ce moment.

4. Faites vos demandes de manière directe et personnalisée.

Envoyez vos demandes de dons en ligne de manière simple et efficace ! Que ce soit par courriel, texto, médias sociaux ou même via un appel vidéo, les messages personnalisés restent la meilleure façon de mobiliser vos amis et votre famille. Pour vous aider, votre Espace Participant.e met à votre disposition des gabarits de courriels prêts à être personnalisés et envoyés. Vous y trouverez notamment un gabarit intitulé « Parrainez-moi » pour démarrer. En complément, explorez nos modèles de communication narrative pour les médias sociaux, spécialement conçus pour Instagram et Facebook, afin de partager vos histoires de manière engageante et percutante.

5. Remerciez vos donateur.rice.s.

Un simple mot de remerciement peut faire toute la différence. Vous pouvez passer par votre Espace participant.e, sous l'onglet COURRIEL (EMAIL), puis dans la section « Gabarits de courriels de collecte de fonds » (Sample Fundraising Emails), pour envoyer un message pré-rédigé que vous pouvez personnaliser. Si vous préférez, envoyez directement votre propre courriel ou optez pour un TEXTE, un message privé sur les réseaux sociaux, une vidéo personnalisée, ou même un bon vieux coup de téléphone. Peu importe le moyen, l'essentiel est d'exprimer votre reconnaissance de manière sincère et personnelle.

Récompenses de collecte de fonds

Avec quelques actions ciblées et bien pensées, vous dépasserez rapidement le montant minimum de 350 \$. Prenez le temps de contacter directement vos proches qui ont exprimé leur intention de vous soutenir, mais qui n'ont pas encore effectué leur don – un petit rappel accompagné du lien vers votre page de collecte de fonds.

Si vous atteignez l'objectif minimum de 350 \$, vous recevrez un maillot personnalisé Jack Ride 2025, accompagné d'une bouteille d'eau et d'une paire de chaussettes. Si vous parvenez à collecter 1 000 \$ ou plus, vous pourrez compléter votre kit avec une paire de shorts personnalisés.



Idées pour réussir votre collecte de fonds

Lancez la dynamique

Soyez votre premier.ère donateur.rice !
Faites un don à votre propre page et invitez vos ami.e.s et votre famille à égaler votre générosité.

Contactez directement vos proches

Bien qu'une publication sur Facebook ou d'autres réseaux sociaux soit un bon point de départ, les messages personnalisés restent les plus efficaces. Prenez le temps d'envoyer des courriels ou des messages texte à vos ami.e.s, collègues et membres de votre famille. Expliquez-leur pourquoi cette cause vous tient à coeur et demandez leur soutien directement.

Votre Espace Participant.e dispose de gabarits de courriels prêts à l'emploi, dont l'un, « Parrainez-moi », pour vous guider dans la rédaction de vos messages.

Conseils pratiques pour vos courriels de collecte de fonds :

- Envoyez des courriels individuels plutôt qu'un envoi groupé avec CCI. Ce geste ajoute une touche plus personnelle.
- Utilisez leur prénom pour montrer que vous avez pensé spécifiquement à eux.elles.
- Incluez toujours le lien vers votre page de collecte pour faciliter les dons.

Offrez des petits « extras » à vos donateur.rice.s

Pour rendre votre collecte plus engageante, proposez des « avantages » amusants, par exemple :

- Pour chaque don de 25 \$, envoyez une note manuscrite mentionnant trois choses que vous appréciez chez le.la donateur.rice.
- Pour chaque don de 50 \$, partagez la recette secrète de famille des biscuits aux pépites de chocolat.
- Pour chaque don de 100 \$, proposez de leur faire livrer leur bouteille de vin préférée.

Soyez créatif ! Mentionnez ces petites attentions dans vos courriels ou sur votre page de collecte pour inciter les gens à faire des dons.

Tenez vos donateur.rice.s informé.e.s

Partagez avec vos donateur.rice.s les détails de votre préparation : entraînements, progrès, anecdotes. Publiez des mises à jour régulières sur les médias sociaux ou par courriel pour maintenir leur intérêt et leur engagement. N'oubliez pas de nous taguer avec #JackRide2025 pour que nous puissions suivre vos avancées !

Inspirez les autres participant.e.s

Si vous avez trouvé une idée originale ou particulièrement efficace pour collecter des fonds, partagez-la avec les autres coureur.euse.s de la Jack Ride. Vous pouvez publier vos astuces et expériences sur le club Jack.org Strava. En partageant vos succès, vous contribuez au succès de tou.te.s !

Une feuille de route pour arriver à bon port

Collectez 500 \$ en 5 étapes simples :

1. Faites un don à vous-même : 50 \$
2. Demandez à trois membres de votre famille d'égaliser votre don en contribuant chacun 50 \$
3. Sollicitez cinq ami.e.s proches pour un don de 25 \$ chacun.e.
4. Contactez trois collègues et expliquez-leur l'importance de soutenir les jeunes avec des ressources en santé mentale. Demandez-leur un don de 25 \$ chacun.e.
5. Demandez à cinq voisins ou connaissances de votre cercle élargi de faire un don de 20 \$. Partagez avec eux.elles votre engagement et dirigez-les vers le tout nouveau site web de Jack.org.

Montant total collecté : 50 \$

Montant total collecté : 200 \$

Montant total collecté : 325 \$

Montant total collecté :
400 \$

Montant total
collecté : 500 \$

Collecter des fonds peut être simple et motivant. Lorsque vous partagez avec votre entourage pourquoi la santé mentale des jeunes est importante pour vous, vous serez agréablement surpris.e par le nombre de personnes prêtes à soutenir cette cause. Non seulement vous faites une différence, mais chaque donateur.rice reçoit également un reçu fiscal pour sa contribution.

@jackdotorg

