

# Holiday Newsletter

## About the Yellow Door

The Yellow Door, founded in 1904, has evolved and changed many times over the past 114 years. What started as a religious group for young men at McGill University, is now an intergenerational organization running programs for the entire community. The Yellow Door's adaptability has been the key to our success over the past century. As the neighborhood around us changed, the Yellow Door's staff and directors had the insight to adapt our programming to meet the needs of the community. Recently, we have taken the time to restructure our programs, making necessary changes to better serve our community. Our four programs, although different in scope and size, all add value and serve to fulfill our mission.

We spent the past year focused on perfecting the details of our core programs. We are proud to be intergenerational, meaning people of all ages can interact and come together, especially young adults and the elderly. We promote a holistic wellbeing, recognizing that physical and mental health are interrelated and equally important. We continue to keep our programs accessible, running them for free or at a reduced cost so that everyone can participate. We do this to address urban social isolation, to help prevent depression, and to empower the young and old to initiate and engage in their community and spark positive societal change.

## 2018 Highlights

### Our two biggest programs, the Generations Program and the Intergenerational Wellness Groups, continued to grow this year.

We added new senior members to our service list, provided helpful training to our volunteers, and grew participation rates at our weekly activities. Throughout the year, in addition to the regular busy schedule, we also hosted various special events, including: presentations on travel and geography; workshops on healthy aging; trips to museums and parks; a gala celebrating our volunteers; and two annual socials for our members. We also hosted an event at the Village au Pied-du-Courant this summer, where individuals could learn the arts of knitting and woodcarving in a beautiful outdoor community space. It was a unique event that allowed our members to visit a space they normally would not, plus we were able to meet new faces and extend our reach into other neighborhoods. This fall we also had the opportunity to partner with CJLO (Concordia University's non-profit radio station) for an on-air exchange between our youth volunteers and senior members. Participants were given the chance to have their voices heard by their community and give their opinions on topics such as intergenerational relationships, stress management, and friendship- and the pertinent role that social media and technology play in these domains. The program aired in October, as a celebration of National Seniors Day, and can be found online in the CJLO Soundcloud archives.

## How we serve the community



### Generations Program

By respecting our elders,  
by valuing our youth



### Intergenerational Wellness Groups

By promoting a holistic well-being



### Rabbit Hole Cafe

By serving healthy food



### Coffeehouse

By offering space for emerging artists

# Annual Donation Drive

At the end of every year we ask all friends of the Yellow Door to offer their support. As always, we accept donations of any amount- truly, every dollar counts.

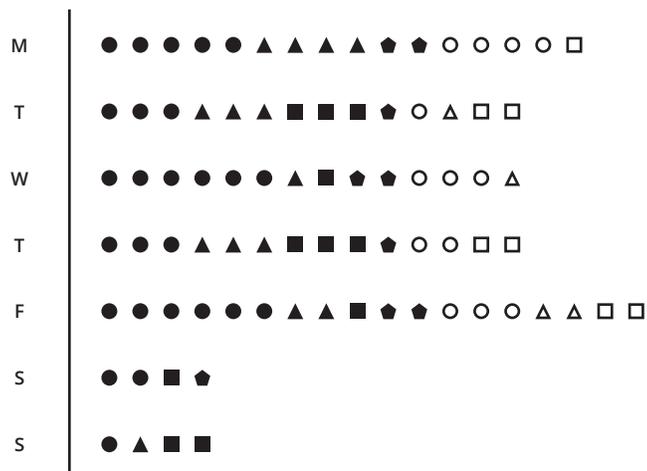
We encourage you to give generously, whatever that may mean to you. We rely on donations from small local foundations and individuals like you to help grow our programs and services.

To those of you who donate to us every year - *thank you!* If you have never donated or not done so recently, now is the time to become part of a dedicated group that keep the Yellow Door going year after year. It is with your help that we can continue the legacy of this historic organization with its unique ability to meet the current needs of the community around it.

To make a donation you can stop by the Yellow Door Office during business hours or you can send a cheque in the mail (made out to The Yellow Door) along with the enclosed donation form. You can also securely use your credit card online through our website. You can be sure that 100% of the proceeds from this donation drive are put back into our programs helping to ensure that 2019 will be a successful year for all of our members, volunteers, and other participants. Thank you for your generous support.

## Volunteer Service per week

Each data point represents 1 volunteer service, lasting on average 2 - 5 hours each. Meaning YD volunteers are giving between 168 - 420 hours of their time *each & every week!*



- FRIENDLY VISITS
- ▲ ACCOMPANIMENTS
- FRIENDLY ERRANDS
- ◆ TECHNOLOGICAL HELP
- ACTIVITIES
- △ EVENTS
- ADMIN / PROFESSIONAL SERVICES

## How you can help!

**\$20+** 

**General Donation**  
Every act of generosity helps keep our organization running. Through general donations we are able to spend money where it is most needed and continue to offer necessary services to the community.

**\$50** 

**Support an Activity**  
Funds one weekly Intergenerational Wellness group activity- offered by us for free (including all materials) to participants of all ages.

**\$135** 

**Sponsor a Senior**  
Provides volunteer-based services for one senior member for the entire year, including friendly home visits, accompaniments to medical appointments, errands services, and technological help.

**\$250** 

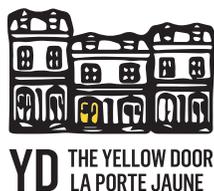
**Volunteer Recognition**  
Provides 3 months of funding for support and recognition of our 290+ dedicated youth volunteers.

## The Heart of the Yellow Door

We would like to say a very special thank you to all of the dedicated volunteers who make the Yellow Door what it is today. As we are a small staff of four, we completely rely on volunteers to help run our programs, to assist with administrative work, to provide professional services, to fundraise through events, and to serve on our board of directors. At any given time throughout the week, a YD volunteer is working to better our community- if you total the volunteer hours in a month, it would be equivalent to our volunteers working round the clock, 24/7! In 2019 you will be able to meet some of our dedicated volunteers through our monthly Volunteer Spotlight (check our website/social media). We are grateful for your dedication and commitment to making our community a better, more welcoming place.

Wishing all of our members, volunteers, donors, and other supporters a warm and happy holiday season.

- *the yellow door staff*



YD THE YELLOW DOOR  
LA PORTE JAUNE

# Bulletin des fêtes

## À propos de La Porte Jaune

La Porte Jaune, fondée en 1904 a évolué et changé à maintes reprises au cours des 114 dernières années. Ce qui a débuté comme un groupe religieux pour les jeunes hommes de l'Université McGill est maintenant une organisation intergénérationnelle qui offre des programmes disponibles pour toute la communauté. L'adaptabilité de La Porte Jaune a été la clé de notre succès au cours du dernier siècle. Étant donné que la communauté autour de nous a changé, le personnel et la direction de La Porte Jaune ont eu l'idée d'adapter les programmes pour répondre aux besoins de la communauté. Au cours des dernières années, nous avons pris le temps de restructurer nos programmes en faisant des modifications nécessaires pour mieux servir la communauté. Nos quatre programmes, même s'ils ne sont pas identiques en portée et en taille, ils ajoutent tous de la valeur et aident à remplir notre mission.

Nous avons consacré la dernière année à perfectionner les détails de ces quatre programmes de base. Nous sommes fiers d'être intergénérationnelles : ce qui veut dire que les gens de tous les âges puissent interagir et se rencontrer, particulièrement les jeunes adultes et les personnes âgées.

Nous nous intéressons à la promotion du bien-être global en reconnaissant le fait que la santé physique et la santé mentale sont toutes les deux interreliées et toutes les deux importantes. Nous continuons d'offrir nos programmes gratuitement ou à des prix abordables pour permettre à tout le monde de participer. Nous le faisons ainsi afin de lutter contre l'isolement social et urbain, pour aider à prévenir la dépression et pour stimuler les jeunes et les personnes âgées à s'initier et à s'engager dans leurs communautés et à provoquer des changements sociaux.

## Moments marquants de 2018

### Nos deux plus grands programmes, le programme Générations et nos Groupes de bien-être intergénérationnels ont continué à grandir cette année.

Nous avons ajouté de nouveaux cadres supérieurs à notre liste de services, nous avons aussi offert des formations utiles pour nos bénévoles et nous avons agrandi nos taux de participation à nos activités hebdomadaires. Au cours de l'année, en plus de l'horaire régulier et chargé, nous avons aussi animé divers événements spéciaux, notamment : des présentations sur le voyage et la géographie, des ateliers sur le vieillissement en santé, des sorties aux musées et aux parcs, un gala pour célébrer nos bénévoles et deux rencontres sociales annuelles pour nos membres. Nous avons aussi animé cet été un événement au Village-au-Pied-du-Courant où des personnes ont pu apprendre l'art du tricot et de la sculpture sur bois dans un bel espace communautaire extérieur. C'était un événement unique en son genre où nos membres ont pu visiter un endroit qu'ils n'ont jamais visité auparavant, de plus, nous avons pu rencontrer de nouveaux visages et étendre notre portée dans d'autres quartiers. Cet automne, nous avons aussi eu la chance de travailler en partenariat avec la station de radio CJLO (la station de radio sans but lucratif de l'Université Concordia) pour un échange en ondes entre nos jeunes bénévoles et les membres âgés. Les participants ont eu la chance de faire valoir leurs opinions et leurs préoccupations et de se faire entendre par leur communauté sur des sujets comme les relations intergénérationnelles, la gestion du stress, l'amitié ainsi que le rôle que jouent les médias sociaux et la technologie dans ces domaines. Le programme a été diffusé en Octobre à l'approche de la journée nationale des aînés et peut être écouté en ligne dans les archives Soundcloud du CJLO.

## Comment servons-nous la communauté?



### Programme Générations

En respectant nos personnes âgées et en valorisant nos jeunes



### Groupes de bien-être intergénérationnels

En promouvant un bien-être global



### Café Rabbit Hole

En offrant des aliments sains



### Coffeehouse

En offrant de l'espace pour nos artistes émergents

# Campagne annuelle de levée de fonds

À la fin de chaque année, nous effectuons des appels à tous les amis de la Porte Jaune pour ramasser des dons.

Comme toujours, nous acceptons tous les dons de n'importe quels montants — vraiment, chaque dollar compte.

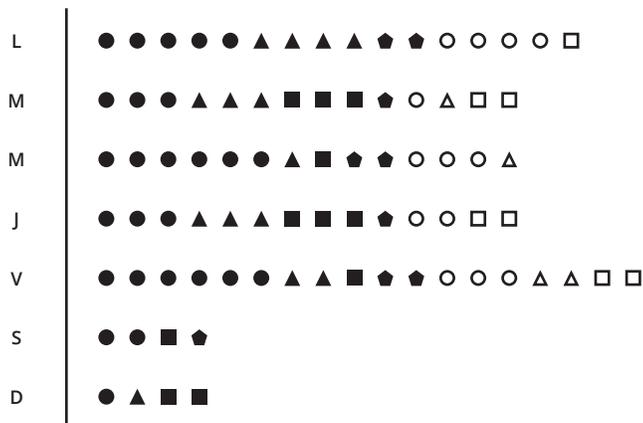
Nous vous encourageons à donner généreusement, peu importe ce que cela signifie pour vous. Nous dépendons sur les dons qui viennent de petites fondations locales et des personnes comme vous pour faire grandir nos programmes et services.

À ceux d'entre vous qui nous font un don chaque année — merci! Si vous n'avez jamais fait un don auparavant ou vous n'en avez pas fait un récemment, il est maintenant le temps de faire partie d'un groupe de personnes et d'organismes dévoués qui permettent à La Porte Jaune d'offrir ces services année après année. C'est grâce à votre soutien que nous pouvons continuer à préserver le patrimoine de cet organisme historique avec sa capacité unique à répondre aux besoins actuels de la communauté qui l'entoure.

Pour faire un don, vous pouvez vous rendre au bureau de La Porte Jaune pendant les heures d'ouverture ou vous pouvez poster un chèque libellé à l'ordre de La Porte Jaune avec le formulaire attaché. Vous pouvez aussi payer avec votre carte de crédit de façon sécuritaire sur notre site Web. Vous pouvez être certain que 100 % des produits de cette collecte de dons seront réinvestis dans nos programmes afin de s'assurer que l'année 2019 sera une année réussie pour tous nos membres, nos bénévoles et nos autres participants. Merci pour votre générosité.

## Services de bénévoles par semaine

Chaque donnée représente un service de bénévole d'une durée de 2 à 5 heures chaque. Ce qui veut dire que les bénévoles de la Porte Jaune donnent entre 168 à 420 heures de leurs temps à chaque semaine!



- VISITES AMICALES
- ▲ ACCOMPAGNEMENTS
- COURSES AMICALES
- AIDE TECHNOLOGIQUE
- ACTIVITÉS
- ▲ ÉVÈNEMENTS
- SERVICES PROFESSIONNELS / ADMINISTRATIFS

## Comment puis-je aider?

20\$+



### Don général

Chaque acte de générosité aide notre organisation à continuer à fonctionner. À travers des dons général nous sommes capable de financer ce qui est plus important et continuer à offrir des services nécessaires à notre communauté.

50\$



### Supporter une activité

Finance une activité de groupe hebdomadaire de notre programme de bien-être intergénérationnels - offert par nous gratuitement à des participants de toutes âges.

135\$



### Parraîner un aîné

Fournis des services par nos bénévoles à un membre aîné pour une année entière, incluant des visites amicales, des accompagnements à des rendez-vous médicaux, des courses amicales, et de l'aide technologique.

250\$



### Reconnaître nos bénévoles

Fournis 3 mois de financement pour supporter et reconnaître nos plus de 290 jeunes bénévoles.

## Le cœur de La Porte Jaune

Nous aimerons remercier tout spécialement nos bénévoles dévoués qui font de La Porte Jaune ce qu'elle est aujourd'hui. Puisque notre personnel est composé de quatre personnes, nous dépendons entièrement sur des bénévoles pour nous aider à gérer nos programmes, pour nous soutenir dans le travail administratif, pour ramasser des dons par le biais d'événements et pour siéger à notre conseil d'administration. À n'importe quel moment de la semaine, un bénévole de La Porte Jaune travail à améliorer notre communauté. Si vous additionnez toutes les heures « travaillées » par nos bénévoles en un mois et étalez les heures sur le mois, ce serait l'équivalent de nos bénévoles qui travaillent 24 heures par jour, 7 jours par semaine. En 2019, vous aurez la possibilité de rencontrer certains de nos bénévoles dévoués grâce à notre projection mensuelle sur les bénévoles. (Visitez notre site Web ou notre page sur Facebook.) Nous sommes reconnaissants de votre dévouement et de votre engagement à rendre notre communauté soit un endroit meilleur et très accueillant.

Nous aimerons souhaiter à nos membres, nos bénévoles, nos donateurs ainsi qu'à nos autres partenaires un joyeux Noël et bonne année.

— le personnel de La Porte Jaune