

MAY 4th - 10th

FREE ACTIVITIES

MENTAL HEALTH WEEK

MONDAY MAY 4

Open Doors: Collaborative Art and Kickoff

Details: Join us as we kickoff Child and Youth Mental Health Week! Light refreshments provided. Draw for \$100 Gift Card!

Time: 4 pm - 7 pm

Location: Sudbury Youth Wellness Hub
65 Larch St, Unit 103B Sudbury, ON

WEAR GREEN FOR MENTAL HEALTH

TUESDAY MAY 5

Inspired Tots Drop-In

REGISTRATION REQUIRED

Details: Children's studio focusing on process art and open-ended play! Recommended ages 9 and under. Everyone must wear socks.

Time: 3 pm - 7 pm

Location: Inspired Tots
430 Westmount Ave, Unit O, Sudbury, ON

WEDNESDAY MAY 6

Movie Night

REGISTRATION REQUIRED

Details: Join us for a movie night featuring *Perks of Being a Wallflower!* Popcorn and pop included. PG-13.

Time: 6:30 pm

Location: Imagine Cinemas
40 Elm St Unit 108, Sudbury, ON

THURSDAY MAY 7

PJ Storytime

Details: Wear your jammies and listen to some stories. Limited quantity of free stuffies available.

Time: 6:30 pm

Location: South End Library
1991 Regent St, Sudbury, ON

FRIDAY MAY 8

Little World Play Café

REGISTRATION REQUIRED

Details: Join us at Sudbury's newest pretend play village where children can play, explore, and let their imagination take the lead. Recommended ages 0-10.

Time: 4 pm - 6 pm

Location: Little World Play Café
2924 Municipal Road 80, Unit 7, Val Caron, ON

SATURDAY MAY 9

Family Movie

Details: Join us for a morning featuring a family favourite film. Light refreshments provided. Guess the film for a chance to win a prize!

Time: 11 am

Location: Sudbury Indie Cinema
162 MacKenzie St, Sudbury, ON

Kivi Park

REGISTRATION REQUIRED

Details: Enjoy a free day of outdoor adventure and recreation. Use code **COMPASS-CYMHW2026** to redeem your free passes. Participants will be entered into a draw for a family Kivi Park annual pass!

Time: All day

Location: Kivi Park
4472 Long Lake Rd, Sudbury, ON

Sudbury Cyclones

REGISTRATION REQUIRED

Details: Watch our Sudbury Cyclones take on the visiting Sigma FC.

Time: 7 pm

Location: James Jerome Sports Complex
198 Centennial Dr #112, Sudbury, ON

AND MORE!

Breathing Activity Worksheet

Download worksheet online or visit Compass for a physical copy.

Mental Health Library

Visit your local Greater Sudbury Public Library and borrow a curated selection of mental health books.



Visit compassne.ca/cymhw2026 or scan for more details and registration information.



COMPASS
BOUSSOLE
AKII-IZHINOOGAN



Centre de
santé communautaire
du Grand Sudbury



Health Sciences North
Horizon Santé-Nord



NOUVELON



4 AU 10 MAI DE LA SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE

ACTIVITÉS GRATUITES ENFANTS + JEUNES

LUNDI 4 MAI

Portes ouvertes : art collaboratif et lancement

Détails: Joignez-vous à nous pour lancer la Semaine de la santé mentale des enfants et des jeunes! Collations légères offertes.

Heure: 16 h à 19 h

Lieu: Carrefour bien-être pour les jeunes de Sudbury
65, rue Larch, bureau 103B Sudbury (Ontario)

PORTEZ DU VERT POUR LA SANTÉ MENTALE

MARDI 5 MAI

Atelier libre chez Inspired Tots

Détails: Studio pour enfants axé sur l'art libre et le jeu ouvert! Recommandé pour les enfants de 9 ans et moins. Le port de chaussettes est obligatoire.

Heure: 15 h à 19 h

Lieu: Inspired Tots

430, avenue Westmount, bureau O, Sudbury (Ontario)

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

MERCREDI 6 MAI

Soirée cinéma

Détails: Joignez-vous à nous pour une projection de The Perks of Being a Wallflower! Mais soufflé et boissons inclus.

Classement : PG-13.

Heure: 18 h 30

Lieu: Imagine Cinemas

40, rue Elm, bureau 108, Sudbury (Ontario)

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

JEUDI 7 MAI

Heure du conte en pyjama

Détails: Enfilez votre pyjama et venez écouter des histoires. Quantité limitée de toutous gratuits.

Heure: 18 h 30

Lieu: Bibliothèque du Sud

1991, rue Regent, Sudbury (Ontario)

VENDREDI 8 MAI

Jeux au Little World Play Café

Détails: Venez découvrir le plus récent village de jeu imaginatif de Sudbury où les enfants peuvent jouer, explorer et laisser libre cours à leur imagination. Recommandé pour les 0 à 10 ans.

Heure: 16 h à 18 h

Lieu : Little World Play Café

2924, chemin Municipal 80, bureau 7, Val Caron (Ontario)

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

SAMEDI 9 MAI

Film en famille

Détails: Joignez-vous à nous pour une matinée de cinéma mettant en vedette un film familial apprécié. Collations légères offertes.

Heure: 11 h

Lieu: Sudbury Indie Cinema

162, rue MacKenzie, Sudbury (Ontario)

Kivi Park

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Détails : Profitez d'une journée gratuite d'activités de plein air. Utilisez le code **COMPASS-CYMHW2026** pour obtenir vos laissez-passer gratuits. Les participants courent la chance de gagner une passe familiale annuelle pour le parc Kivi!

Heure : Toute la journée

Lieu : Parc Kivi

4472, chemin Long Lake, Sudbury (Ontario)

Sudbury Cyclones

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Détails: Venez encourager les Sudbury Cyclones qui affrontent Sigma FC.

Heure: 19 h

Lieu: Complexe sportif James Jerome

198, promenade Centennial, bureau 112, Sudbury (Ontario)

AUTRES ACTIVITÉS

Fiche d'activité sur la respiration

Téléchargez la fiche en ligne ou procurez-vous une copie papier chez Boussole.

Bibliothèque santé mentale

Visitez votre bibliothèque publique du Grand Sudbury pour emprunter une sélection de livres sur la santé mentale.



Consultez compassne.ca/cymhw2026 ou numérisez le code pour plus de détails et pour vous inscrire.



**Veuillez noter : Toutes les activités se dérouleront en anglais.*



COMPASS
BOUSSOLE
AKII-IZHINOOGAN



Centre de
santé communautaire
du Grand Sudbury

Health Sciences North
Horizon Santé-Nord

