

MAY 6-12

CHILD + YOUTH

MENTAL HEALTH WEEK

FREE ACTIVITIES

MON
MAY 6

Urban Air

- Deluxe Passes for the first 150 youth
- Socks not included

4 pm - 8 pm

Urban Air

1066 Barry Downe Rd, Sudbury, ON

TUE
MAY 7

Craft Day

- For youth 12-25
- Drop in to participate in a variety of craft activities

3 pm - 7 pm

Sudbury Youth Wellness Hub

140 Durham St. Sudbury, ON

WED
MAY 8

Inspired Tots Drop In

- For youth ages 9 and under
- Children must wear socks
- Registration required

Scan code to register



2 pm - 6:30 pm

Inspired Tots

430 Westmount Ave, Unit O, Sudbury, ON

THU
MAY 9

Ice Cream

- Free ice cream for the first 30 children, youth and families

11 am - 8 pm

3 Cows & a Cone

64 Meredith St E, Little Current, ON

FRI
MAY 10

safeTALK Training

- Suicide prevention workshop (Ages 15 & up)
- Registration required

Drop-In Swimming

- For youth and their families

Scan code to register



9 am - 12:30 pm

Cambrian College (Room 2259)

1400 Barry Downe Rd, Sudbury, ON

5 pm - 6:45 pm

Espanola Recreation Complex

175 Avery Dr. Espanola, ON

SAT
MAY 11

Drop-In Swimming

- For youth and their families
- If a child cannot swim, they must be with an adult within arm's reach at all times at a ratio of two kids to one adult

Bowling

- For children, youth and their families
- Registration required

Scan code to register



1 pm - 2 pm

YMCA Sudbury

140 Durham St Sudbury, ON

6:00 and 7:30 pm

Plaza Bowl

1799 Garden St, Sudbury, ON

SUN
MAY 12

Buy 1 Get 1 Free Ice Pops

- For children, youth and their families

11 am - 8 pm

Papaya Pops

9 Main St E, Chelmsford, ON

OTHER
ACTIVITIES

Art Contest and Sticker Contest

- Download instructions and guides at compassne.ca/cymhw2024 or visit Compass for a physical copy.

Wellness Kits

- Available for pick up at Compass' offices in Sudbury, Espanola and Little Current. Until supplies last.

Breathing Activity Worksheet

- Download worksheet at compassne.ca/cymhw2024 or visit Compass for a physical copy.



Visit compassne.ca/cymhw2024 for more information.

6 AU 12 MAI

SEMAINE
DE LA SANTÉ
MENTALE

ENFANTS + JEUNES

ACTIVITÉS GRATUITES

LUN 6 MAI	Urban Air - Laissez-passer de luxe pour les 150 premier jeunes - Bas non inclus	16 h à 20 h Urban Air 1066, ch. Barry Downe, Sudbury
MAR 7 MAI	Journée de bricolages - Pour les jeunes de 12 à 25 ans. - Prenez part aux activités sans rendez-vous	15 h à 19 h Carrefour bien-être des jeunes de Sudbury 140, rue Durham, Sudbury
MER 8 MAI	Séance libre chez Inspired Tots - Pour les jeunes de 9 ans et moins - Les enfants doivent porter des bas - Inscription nécessaire	Balayer le code pour s'inscrire  14 h à 18 h 30 Inspired Tots 430, avenue Westmount, Bureau O Sudbury, ON
JEU 9 MAI	Crème glacée Free ice cream for the first 30 children, youth and families	11 h à 20 h 3 Cows & a Cone 64, rue Meredith Est, Little Current, ON
VEN 10 MAI	Formation safeTALK - Atelier sur la prévention du suicide (15 ans et plus) - Inscription nécessaire Natation sans inscription - Pour les jeunes et leur famille	Balayer le code pour s'inscrire  9 h à 12 h 30 Cambrian College (salle 2259) 1400, ch. Barry Downe, Sudbury, ON 17 h à 18 h 45 Complexe récréatif d'Espanola 175, promenade Avery, Espanola, ON
SAM 11 MAI	Natation sans inscription - Pour les jeunes et leur famille - Si un enfant ne sait pas nager, il doit être à tout moment accompagné d'un adulte à portée de bras (1 adulte pour 2 enfants). Quilles - Pour les enfants, jeunes et familles - Inscription nécessaire	Balayer le code pour s'inscrire  13 h à 14 h YMCA Sudbury 140 rue Durham, Sudbury, ON 18 h et 19 h 30 Plaza Bowl 1799, rue Garden, Sudbury, ON
DIM 12 MAI	Pops glacés : Achetez-en 1 et obtenez-en 1 gratuit Pour les enfants, jeunes et familles	11 h à 20 h Papaya Pops 9, rue Main Est, Chelmsford, ON
AUTRES ACTIVITÉS	Concours d'art et concours d'autocollants - Téléchargez les instructions et les guides sur compassne.ca/ssmej2024 ou visitez Boussole pour obtenir une copie physique. Trousses de bien-être - Disponibles sur les lieux de Boussole à Sudbury, Espanola et Little Current. Jusqu'à épuisement des stocks. Feuille de travail sur la respiration - Téléchargez la feuille de travail sur compassne.ca/ssmej2024 ou visitez Boussole pour obtenir une copie physique.	



Visitez compassne.ca/ssmej2024 pour plus d'informations.