



Ressource alternative  
en santé mentale

546, rue Sydney  
Lachute QC J8H 1L1

☎ 450-562-0673

📘 [centreauxsources](#)



## UN LIEU POUR :

*Briser l'isolement*

*Échanger*

*S'entraider*

*Reprendre confiance*

*Créer des liens*

*Améliorer sa qualité de vie*

## NOS VALEURS

**Entraide, solidarité, démocratie,  
autonomie et respect**

L'espoir est un ingrédient essentiel à toutes démarches d'entraide autant pour la personne que pour les intervenant.es. Le respect du rythme de chacun et le droit à la confidentialité font partie intégrante de nos valeurs.

546, rue Sydney, Lachute QC J8H 1L1

☎ 450-562-0673 | 📘 [centreauxsources](#)



## NOTRE MISSION

Briser l'isolement en offrant un lieu où les membres peuvent se rencontrer pour différentes activités, comme l'expression artistique, les repas communautaires ou les sorties de groupe.

Offrir un endroit où les personnes peuvent s'informer et suivre divers ateliers pour améliorer leur qualité de vie.

Favoriser l'implication de nos membres dans la vie associative du Centre aux Sources.

Promouvoir le développement d'un sentiment d'appartenance.

## À QUI S'ADRESSE-T-ON ?

À toutes personnes adultes ayant ou ayant eu une problématique en santé mentale, demeurant dans la MRC d'Argenteuil.

La participation est libre et volontaire.

## POUR PARTICIPER

Pour participer à nos activités, il suffit de téléphoner au 450 562-0673.