



GUIDE DES RESSOURCES DU 3^E ARRONDISSEMENT

Au départ de : Plateau Sportif de St. Mauront



Une initiative du
Collectif d'Accès aux Droits du 3^e

Conçu et réalisé par
QX1 Welcome Map



Légende



Accompagnement social / Social support / دعم اجتماعي



Droits, Papiers / Rights, papers / حقوق



Soutien juridique / Legal support / دعم قانوني



Accueil de Jour / Day shelters / استقبال نهاري



Solidarité, soutien / Solidarity, migrants support / تضامن, دعم المهاجرين



Vêtements / Clothes / ملابس



Aliments / Food / مواد غذائية



Centres de Santé / Health centers / مركز صحي



Infirmiers / Nurses / تمريض



Prises / Sockets / وصل بالكهرباء



Douches / Showers / حمامات



Ordinateurs / Computers / كمبيوتر وانترنت



Travail / Work / عمل



Manger / Eating / وجبات



Logement, habitat / Housing / إسكان



Lieux de rencontre / Meeting Places / أماكن لقاء



Loisirs / Leisure / ترفيه



Cours de langue / French courses / دروس لغة

Ce guide a été réalisé en dec2025 par l'association QX1
Il est soumis à Licence Creative Commons BY-NC-SA

Dessins en couverture
Lénaïg Le Touze



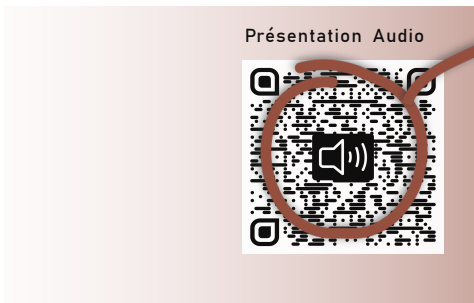
Version 1.0

Guide pratique pour les personnes du Plateau Sportif de St. Mauront
Structures à moins de 15 minutes de marche

Guide to help people at the Plateau Sportif de St. Mauront
Structures within a 15-minute walk

دليل لمساعدة ناس مركز "لا بال دو ماي" الإجتماعي Plateau Sportif de St. Mauront
جمعيات وجماعات التي لا تبعد أكثر من 15 دقيقة مشي

Écoutez les présentations des différents lieux **en plusieurs langues !**
Listen to presentations of the various places in several languages!
استمع الى التسجيلات التي تقدم الأماكن بمختلف اللغات



Deul Bambara (بامبارا)
Urdu (أرْدُو) English
Taqbaylit Español الْعَرَبِيَّةُ Dari (دري)
Kurdi Sonjke Kurdi (كوردی)
Русский Manjaque
Românește Comorien (Shikomori)
Pachtoun (پښتو)

Accueil de Jour Bouès



Lun-Dim : 8h-16h
Fermé le mercredi
et le mardi après-
midi



+33 4 91 84 09 60

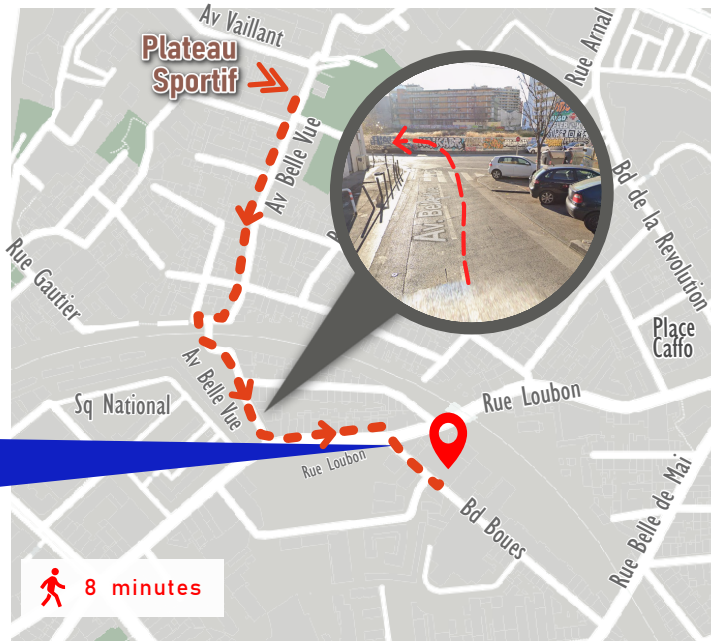


34, Bd. Bouès

L'Accueil de jour (ADJ) est un lieu de répit qui permet aux sans-domicile de se poser pour quelques heures : douche, café, domiciliation, aide pour les démarches, infirmerie...

The Day Centre (ADJ) is a place where homeless people can take a break for a few hours and enjoy a shower, a cup of coffee, a home address, help with administrative formalities, nursery, etc.

مركز النهار (ADJ) هو مكان للراحة يسمح للمشردين بالاستقرار لبضع ساعات. يوفر عنوانًا إداريًا ، يمكنك الاستحمام هناك وشرب القهوة وطلب المساعدة والإرشاد لإجراءاتك المختلفة...



Horaires et Contacts



Présentation Audio



La Fraternité de la Belle de Mai



🕒 Lun-Ven : 9h-17h
Fermé le Mercredi

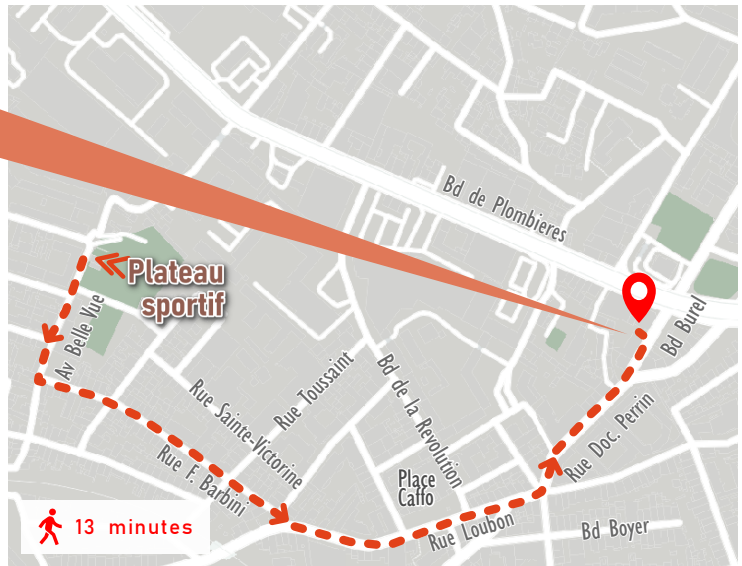
Braderie, écrivain public, cours de français (FLE/Alpha), repas à très bas prix...

Flea market, public letter-writing, French lessons (FLE/Alpha), meals at very low prices...

☎ +33 4 91 62 28 09

📍 7, Boulevard Burel

مساعدة في الإجراءات الإدارية. ورشات مختلفة : لغة فرنسية، معلوماتيات، طبخ، بستنة... بيع أشياء بأسعار منخفضة. وجبات تضامنية...



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Médiance 13



☑ Lun-Jeu :
8h45 - 12h15
13h30 - 17h
Ven : 8h45 - 12h15

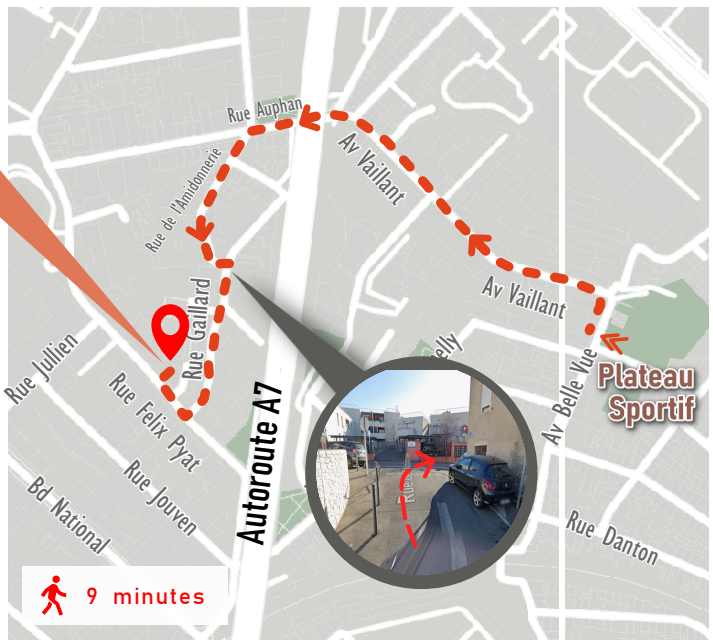
Permanence d'accès aux droits (CAF, impôts, état civil, retraite, santé).

Assistance service for accessing social and administrative rights (CAF, taxes, civil status, retirement, health).

☎ +33 4 91 95 36 03

📍 50, Rue Félix Pyat

مكتب استقبال للمساعدة في تحصيل الحقوق الإجتماعية مثل صندوق مساعدة العائلات (CAF) والضرائب والحالة المدنية والتقاعد والصحة.



🚶 9 minutes

Horaires et Contacts



Présentation Audio



+ d'infos sur QX1.org

Centre Social Saint-Mauront



🕒 Lun-Ven: 9:00-12:30
13:30-19:00

Centre social proposant des activités pour les enfants, les familles, ainsi que des permanences sociales et juridiques en droit des étrangers, du soutien psychologique, des cours de français...

A social center offering activities for children and families, as well as social and legal support for immigrants, psychological support, French language courses, and more.

📞 04 95 04 31 90

📍 77, Rue Félix Pyat

مركز اجتماعي يقدم نشاطات للأطفال والعائلات، كما يمكن الحصول فيه على إرشاد قانوني أو إداري للمهاجرين، ورعاية نفسية، أو دروس في اللغة الفرنسية، إلخ.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Centre d'Animation et Loisirs de Saint-Mauront



🕒 Lun - Ven : 07:30 - 18:30

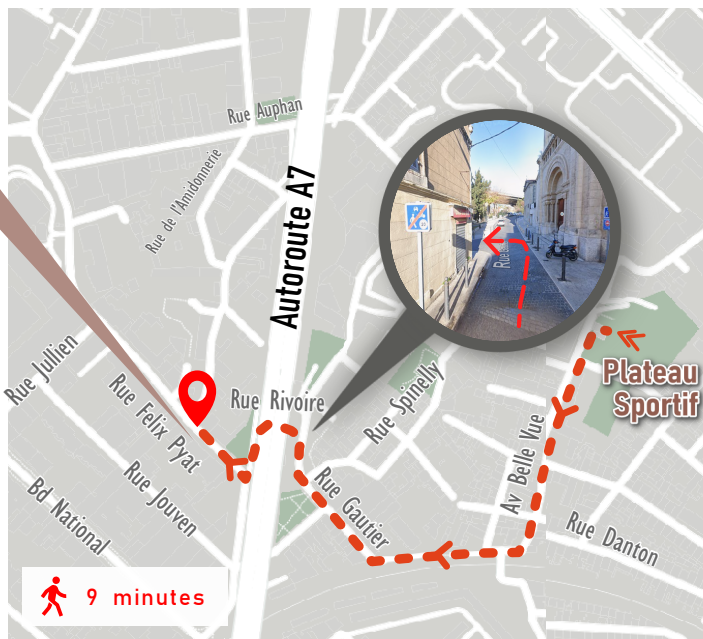
Centre d'animation et loisirs de quartier proposant des aides aux familles et des activités pour les enfants et les jeunes.

☎ +33 4 91 50 89 32

A neighborhood recreation and activity center offering assistance to families and activities and workshops for children and young people. .

📍 26, rue Félix Pyat

مركز ترفيهي على مستوى الحي ويقدم المساعدة للعائلات ونشاطات للأطفال والشباب.



+ d'infos sur QX1.org

Horaires et Contacts



Présentation Audio



PASS de Ville - Rosiers



🕒 Mar : 14h-16h30

Aide à l'ouverture des droits et orientation vers un médecin / dentiste dans l'attente d'une couverture maladie.

Assistance in opening an account to obtain healthcare rights and referral to general practitioners or dentists while awaiting health coverage.

☎ +33 613 04 16 91

📍 21, Traverse des Rosiers

المساعدة لفتح حساب للحصول على الحقوق الصحية والتوجيه نحو الطب العام أو طب الأسنان، في إنتظار الحصول على التغطية الصحية.



+ d'infos sur QX1.org

Horaires et Contacts



Présentation Audio



A voix haute (Saint-Mauront)



🕒 Inscriptions:
Jeu 11:00-11:30

A VOIX HAUTE propose des ateliers socio-linguistiques pour favoriser l'autonomie et des formations à destination des bénévoles œuvrant dans ce champs.

☎ +33 7 64 06 11 56

A VOIX HAUTE offers socio-linguistic workshops to promote autonomy, as well as training programs for volunteers working in this field.

📍 143, Rue Félix Pyat
Bâtiment A6

Dans le local de
Pamplemousse
Enflammé

تقدم A voix haute ورشات لغوية مرتبطة بالواقع الاجتماعي لتسهيل استقلالية الناس كما تقوم بتدريب المتطوعين العاملين في هذا المجال.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



La Cuisine du 101



🕒 Mar, Jeu et Ven :
11h - 17h30

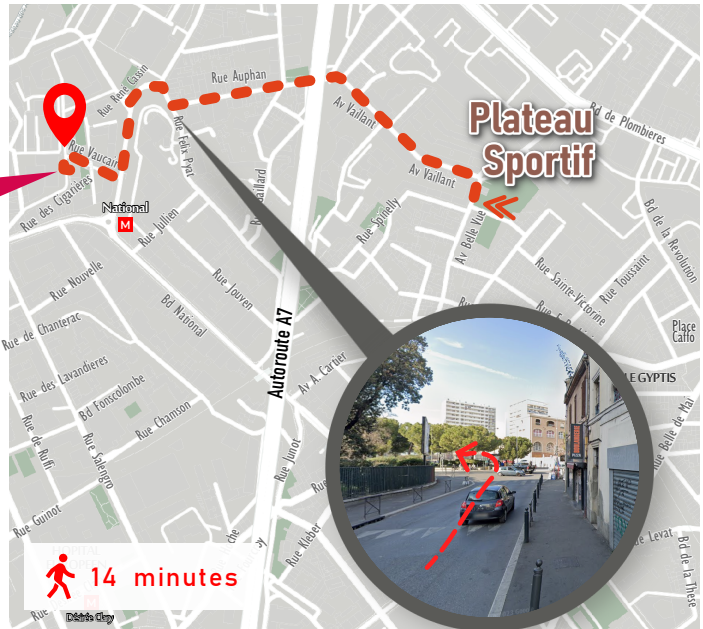
Une cuisine équipée qui permet, aux personnes n'ayant pas accès à une cuisine, de préparer leur repas avec leurs propres ingrédients et de l'emporter ou de le déguster sur place.

A fully equipped kitchen that allows people who do not have access to a kitchen to prepare their own meals with their own ingredients and take them away or enjoy them on the spot.

☎ +33491957616

📍 12, Rue des
Cigarières

هو مطبخ مجهز يمكن الأشخاص الذين لا مطبخ لهم من الولوجية للطبخ، من أجل تحضير وجباتهم بمكوناتهم التي يمكن أن يحضروها للمحل، وأيضا التذوق في عين المكان.



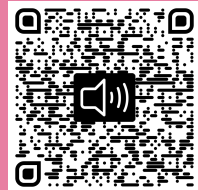
🚶 14 minutes



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Missionnaires de la Charité



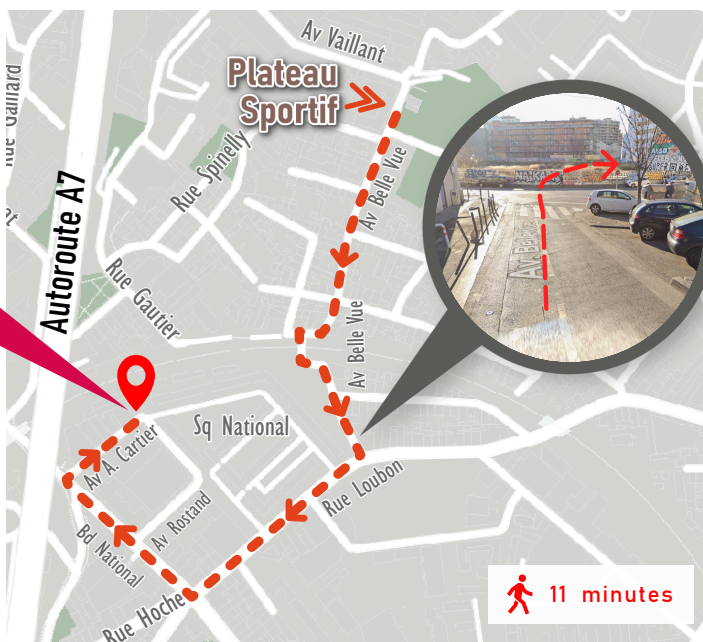
🕒 Tous les jours
9h30 - 11h
Fermé le Jeudi

Repas de midi gratuits, 6 jours par semaine.

Free midday meals, 6 days a week.

يقدم دعاة الأعمال الخيرية وجبات غداء مجانية، 6 أيام في الأسبوع.

📍 11, Avenue Cartier



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Restos du Coeur Belle de Mai



🕒 Mar-Ven :
9h30 - 12h
13h-16h30

Colis Alimentaire et vêtements distribués sans conditions, sous inscription.

Distribution of food baskets without conditions. Registration is required.

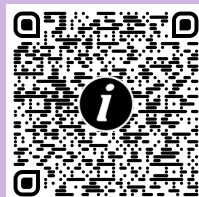
☎ +33 4 9190 2108

📍 14 Rue François Barbini

توزيع القفف الغذائية بدون شروط. يلزم التسجيل.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Antenne de Prévention des expulsions locatives (APEL)



🕒 Jeu : 14h-17h

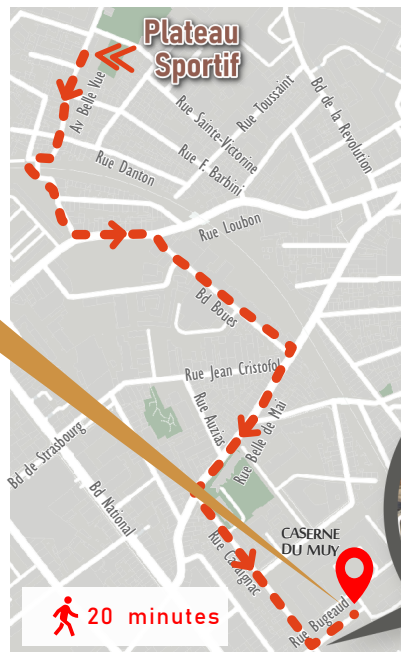
Permanence de soutien juridique pour les locataires en situation ou à risque d'expulsion, proposée par l'AMPIL en partenariat avec les Avocats du Barreau de Marseille.

Legal support desk for tenants facing or at risk of eviction, offered by AMPIL in partnership with lawyers from the Marseilles Bar.

☎ +33 7 82 19 12 90

📍 21, Rue Litim

مكتب دعم قانوني للمستأجرين الذين تعرضوا للطرد من سكنهم أو يخشون ذلك. تقدم هذه الخدمة جمعية أمپيل (AMPIL) في التنسيق مع نقابة المحامين.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



+ d'infos sur QX1.org

Notes

A large rectangular box with rounded corners and a dark red border, designed for taking notes. It contains 15 horizontal dashed lines for writing.

Cette brochure est une initiative du **Collectif d'Accès aux Droits**, un réseau composé d'associations, de collectifs et habitant·es mobilisé·es depuis 2019 pour permettre aux habitant·es du 3^e arrondissement de mieux connaître et faire valoir leurs droits.

L'objectif de ce Guide est de recenser et de valoriser les nombreux lieux de nos quartiers qui proposent des ressources, un accompagnement et des solutions dans divers domaines : droits sociaux, aides alimentaires, santé, apprentissage de la langue française, droits des locataires, etc.

Des QR-code permettent d'accéder à plus d'informations sur le site QX1.org, notamment à des **présentations des différents lieux à écouter en plusieurs langues**.

Retrouvez les informations de contact et la présentation audio du **Plateau Sportif** sur le site **QX1.org** :

Plateau Sportif de St. Mauront



Horaires et Contacts



Présentation Audio

