



GUIDE DES RESSOURCES DU 3^E ARRONDISSEMENT

Au départ de : Mot à Mot



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



Soutien psy. / Psychological support / دعم نفسي



Droits, Papiers / Rights, papers / حقوق



Prises / Sockets / وصل بالكهرباء



Soutien juridique / Legal support / دعم قانوني



Douches / Showers / حمامات



Permis de séjour / Residence permits / بطاقة اقامة



Ordinateurs / Computers / كمبيوتر وانترنت



Accueil de Jour / Day shelters / استقبال نهاري



Manger / Eating / وجبات



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



Cuisine partagée / Shared kitchen / مطبخ مشترك



Vêtements / Clothes / ملابس



Logement, habitat / Housing / إسكان



Prévention / Prevention / وقاية, حد مخاطر



Lieux de rencontre / Meeting Places / أماكن لقاء



Centres de Santé / Health centers / مركز صحي



Cours de langue / French courses / دروس لغة



Infirmiers / Nurses / تمريض



Scolarisation / School enrolling / تدرّس

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



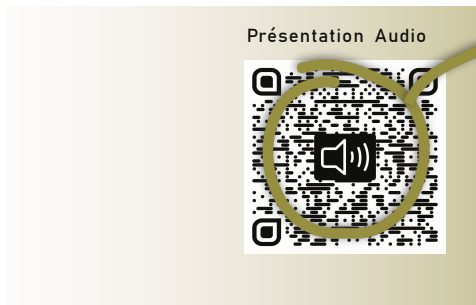
Version 1.0

Guide pratique pour les personnes de Mot à Mot
Structures à moins de 15 minutes de marche

Guide to help people at Mot à Mot
Structures within a 15-minute walk

دليل لمساعدة ناس مركز "لا بال دو ماي" الإجتماعي Mot à Mot
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 (دری)
Kurdi Sonjke Kurdi (کوردي)
Русский Manjaque
Românește Comorien (Shikomori)
Pachtoun (پښتو)

Accueil de Jour Bouès



Lun-Dim : 8h-16h



Fermé le mercredi
et le mardi après-
midi

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.

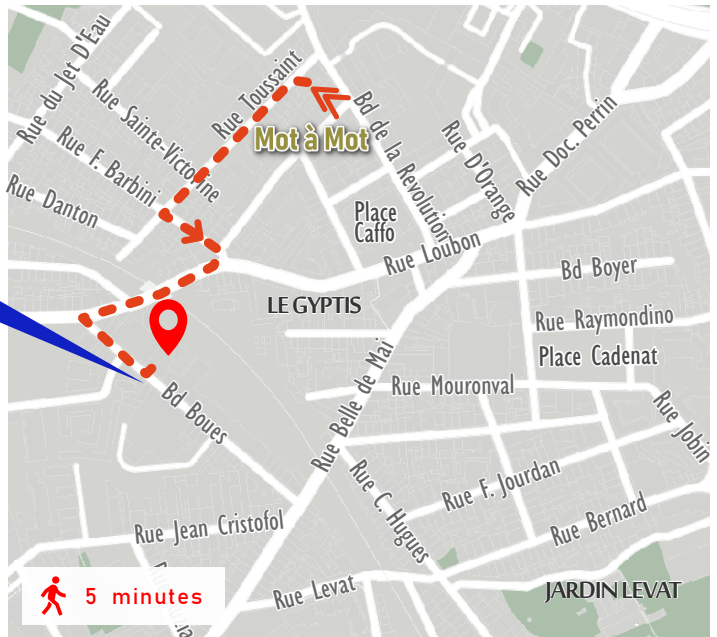


+33 4 9184 09 60



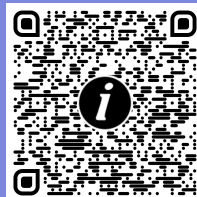
34, Bd. Bouès

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



5 minutes

Horaires et Contacts



Présentation Audio



+ d'infos sur QX1.org

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...

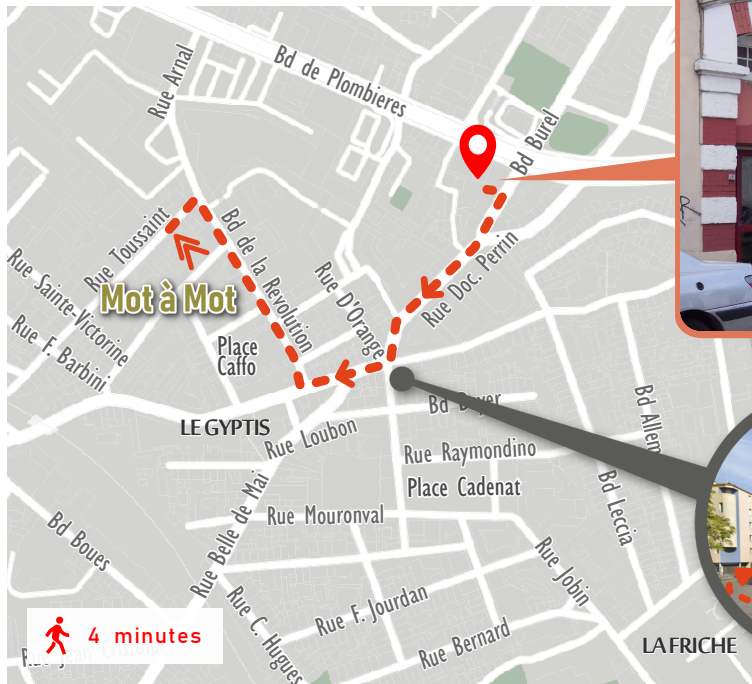


+33 4 91 62 28 09



7, Boulevard Burel

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



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Médiane 13



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

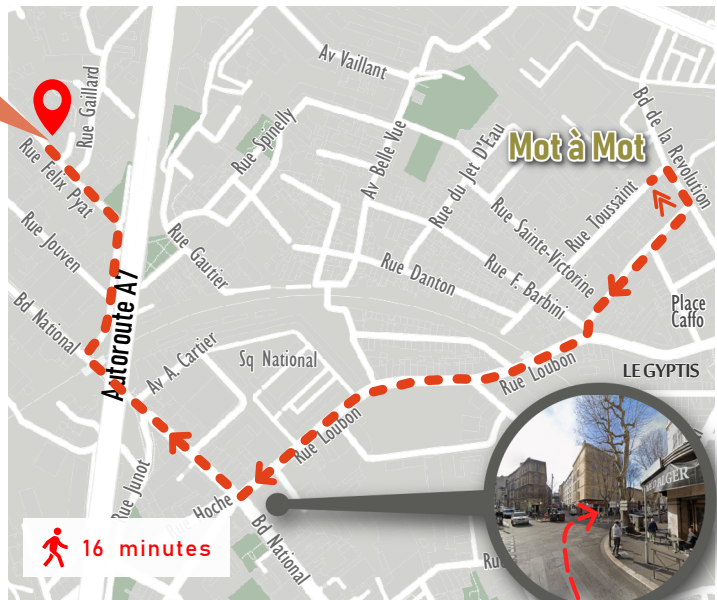
Permanence d'accès aux droits (CAF, impôts, état civil, retraite, santé).

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 الحصول على الحقوق الاجتماعية مثل صندوق مساعدة العائلات (CAF) والضرائب والحالة المدنية والتقاعد والصحة.



+ d'infos sur QX1.org

Horaires et Contacts



Présentation Audio



Association d'Aide aux populations précaires et immigrés(AAPPI)



Lun /Mard/Jeu :
9h-12h30 / 13h30-16h30
Mer /Vend :
9h-12h30



Sans RDV les lundis
Avec RDV les autres
jours



+33491956670

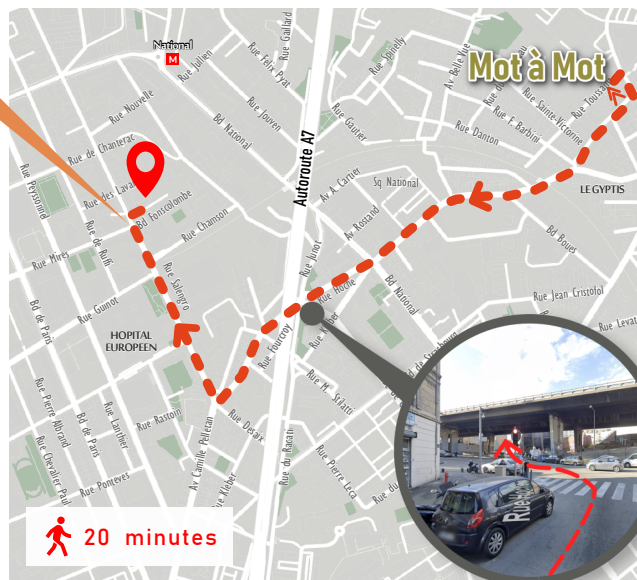


74 Av. Roger Salengro

Association proposant un accompagnement
social aux primo-arrivants.

Association offering social support to newly
arrived migrants

جمعية تساعد في متابعة الملفات الاجتماعية للمهاجرين.



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 0416 91

📍 21, Traverse des Rosiers

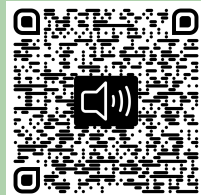
المساعدة لفتح حساب للحصول على الحقوق الصحية والتوجيه نحو الطب العام أو طب الأسنان، في إنتظار الحصول على التغطية الصحية.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Planning Familial



Lun et Jeu (sur rdv) :
13h-17h15

☉ Mar et Mer : 14h-18h

Dépistages rapides
Ven : 14h-17h

Permanences confidentielles : la sexualité, le corps, la contraception, les méthodes d'interruption volontaire de grossesse (IVG), les infections sexuellement transmissibles (IST), les violences.

Confidential advice centres: sexuality, the body, contraception, voluntary interruption of pregnancy (abortion), sexually transmitted infections ("STDs"), violence.

📞 +33 4 91 91 09 39

📍 106, Bd. National

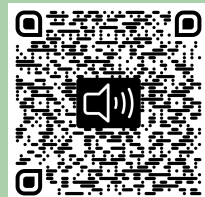
الاستقبال هنا مجاني ويحافظ على خصوصية الناس. الاختصاص في ما يتعلق بالحياة الجنسية والجسد، موانع الحمل، الإجهاض القسدي، الأمراض المنقولة جنسيا، والوقاية من مختلف أشكال العنف.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



La Cuisine du 101



🕒 Mar, Jeu et Ven :
11h - 17h30

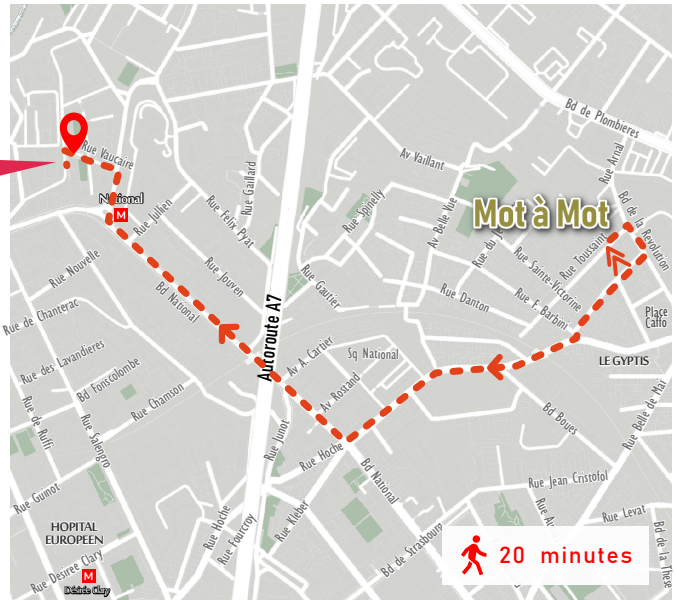
Une cuisine équipée qui permet, aux personnes n'ayant pas accès à une cuisine, de préparer leur repas avec leurs propres ingrédients et de l'emporter ou de le déguster sur place.

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

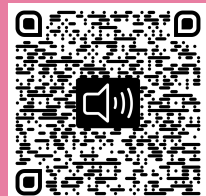
هو مطبخ مجهز يمكن الأشخاص الذين لا مطبخ لهم من الوجبة للطبخ، من أجل تحضير وجباتهم بمكوناتهم التي يمكن أن يحضروها للمحل، وأيضا التذوق في عين المكان.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



+ d'infos sur QX1.org

Missionnaires de la Charité



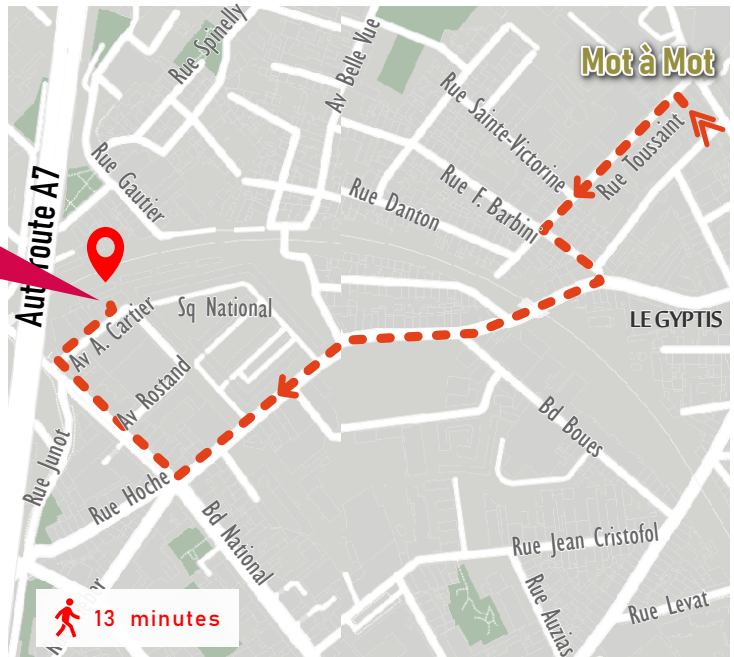
☑ Tous les jours
9h30 - 11h
Fermé le Jeudi

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



+ d'infos sur QX1.org

Horaires et Contacts



Présentation Audio



Centre Social Saint-Mauront



🕒 Lun-Ven : 9:00-12:30
13:30-19:00

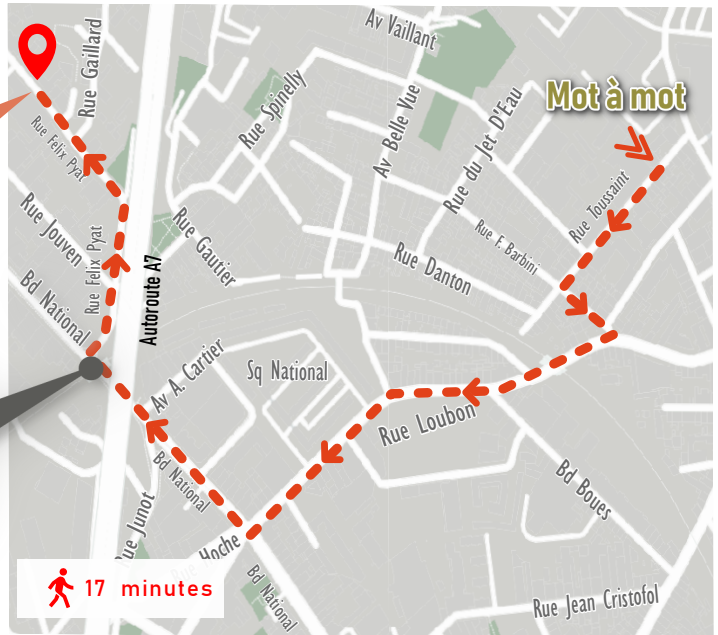
Centre social proposant des activités pour les enfants, les familles, ainsi que des permanences sociales et juridiques en droit des étrangers, du soutien psychologique, des cours de français...

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.



Mot à mot

🚶 17 minutes

Horaires et Contacts



Présentation Audio



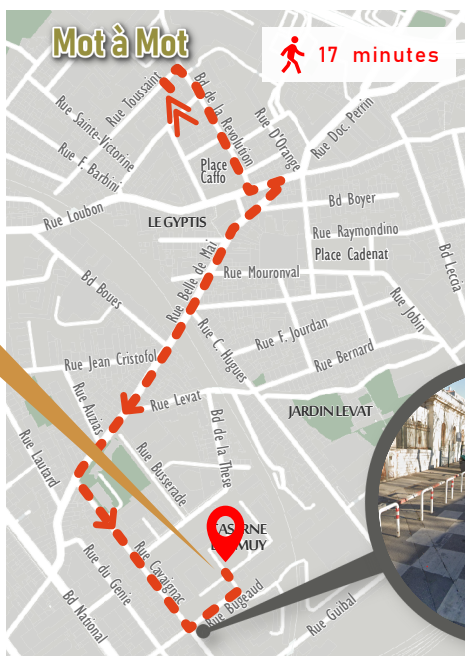
+ d'infos sur QX1.org

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.

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

A photograph of the main entrance to the University of Granada. In the foreground, a green metal gate stands partially open, flanked by a low wall and some potted plants. Beyond the gate is a paved plaza with a few trees and a small fountain. In the background, the main building of the University of Granada is visible, featuring a large central dome and classical architectural details. The sky is clear and blue.



Notes

A large rectangular box with rounded corners and a thin gold 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 de l'**association Mot à Mot** sur le site **QX1.org** :

Mot à mot



Horaires et Contacts



Présentation Audio

