

GUIDE DES RESSOURCES DU 3^E ARRONDISSEMENT

À l'usage de La Source



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

Conçu et réalisé par
QX1 Welcome Map



Légende



Accompagnement social / Social support / دعم اجتماعي



Permis de séjour / Residence permits / بطاقة اقامة



Droits, Papiers / Rights, papers / حقوق



Soutien juridique / Legal support / دعم قانوني



Accueil de Jour / Day shelters / استقبال يومي



Vêtements / Clothes / ملابس



Aliments / Food / مواد غذائية



Centres de Santé / Health centers / مركز صحي



Infirmiers / Nurses / تمريض



Prévention / Prevention / وقاية، حد مخاطر



Prises / Sockets / وصل بالكهرباء



Douches / Showers / حمامات



Ordinateurs / Computers / كمبيوتر وانترنت



Manger / Eating / وجبات



Lieux de rencontre / Meeting Places / أماكن لقاء



Loisirs / Leisure / ترفيه



Cours de langue / French courses / دروس لغة

Ce guide a été réalisé en mai 2026 par l'association QX1
Il est soumis à Licence Creative Commons BY-NC-SA

Dessins en couverture
Lénaïg Le Touze



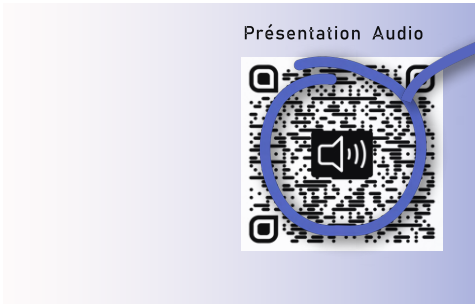
Version 1.0

Guide pratique à l'usage de La Source
Structures à moins de 20 minutes de marche

Guide to help people at La Source
Structures within a 20-minute walk

دليل لمساعدة ناس مركز La Source
جمعيات وجماعات التي لا تبعد أكثر من 20 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



Peul Bambara (بامبارا)
Urdu (أرْدُو) English
Taqbaylit Español الْعَرَبِيَّةُ Dari (دری)
Kurdi Soranké Kurîsh (کوردي)
русский Manjaque
Românește Comorien (Shikomori)
Pachtoun (پښتو)

Accueil de Jour-Espace Crimée



Lun : 9h-12h
Mar-Ven : 9h-16

Lieu d'accueil inconditionnel pour les personnes vulnérables majeures sans domicile, pour se reposer en sécurité et prendre soin de soi.

An unconditional shelter for vulnerable homeless adults to rest in safety and take care of themselves

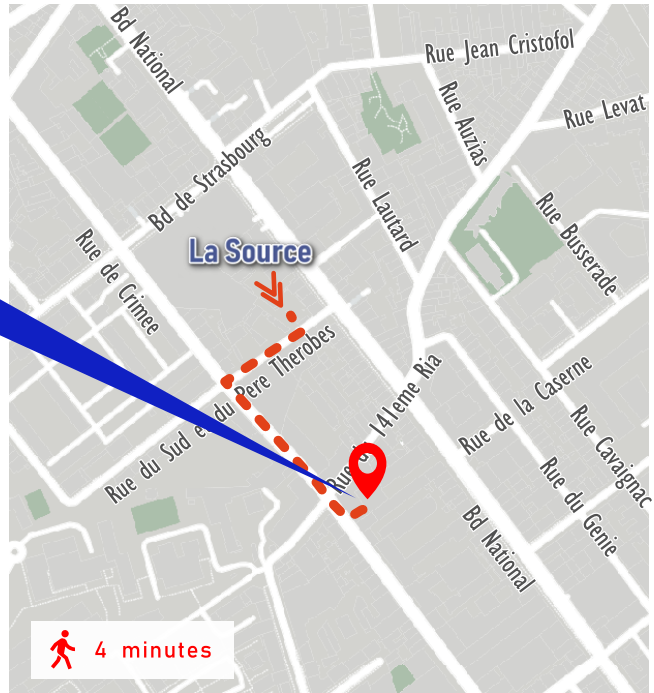


+33 4 91 84 42 43



54A, Rue de Crimée

مكان للاستقبال النهاري غير المشروط للأشخاص البالغين في وضعية صعبة وبدون سكن، مكان للراحة وللاعتناء بالنفس في مامن.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Action Solidarité Marseille



🕒 Lun-Ven:
9h-13h30/14h-16h30

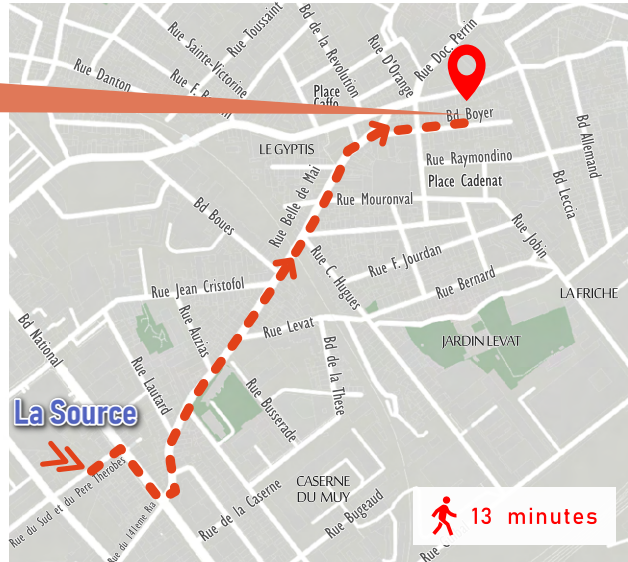
Association comorienne : permanences en droit des étrangers (séjour, DCEM...), aide administrative, sensibilisation en santé sexuelle (VIH), ateliers numériques.

Comorian association : drop-in centers for foreigners' rights (residence, DCEM...), administrative assistance, sexual health awareness (HIV), digital workshops.

☎ +33 4 91 64 99 09

📍 12, Bd. Boyer

جمعية جزر قُمرية: مكتب مساعدة في حقوق الأجانب (إقامة ووثائق سفر للأطفال) وفي الاجراءات الإدارية العامة (مساعدات الدولة) وفي التوعية اتجاه الأمراض الجنسية كما تقدم دورات في استعمال الحاسوب والانترنت



Horaires et Contacts



Présentation Audio



La Marmotte de Marseille 13



☉ Mar: 16h-18
Mer-Jeu-Ven: 11h-13h30
Sam: 11h-13h

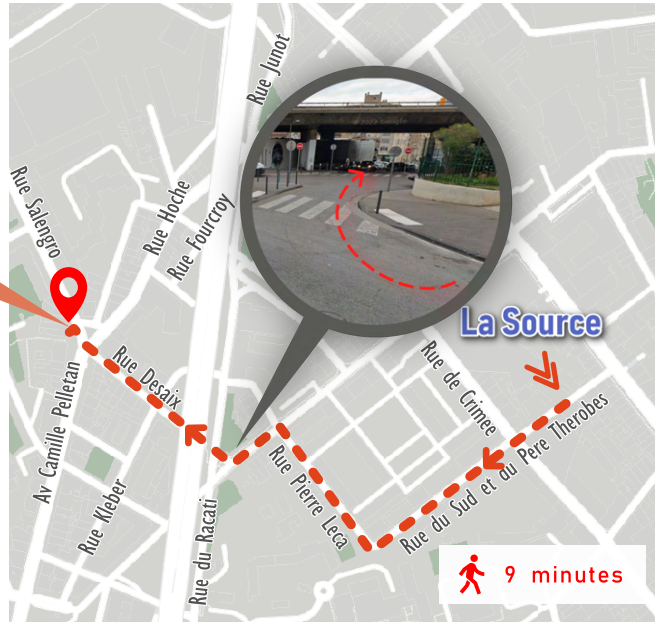
La Marmotte de Marseille 13 est une association qui accompagne les personnes dans leurs démarches administratives et lutte contre la précarité alimentaire.

La Marmotte de Marseille 13 is a nonprofit organization that assists people with administrative procedures and works to combat food insecurity.

☎ +33 6 99 76 02 67

جمعية "لا مارموت دو مارسيليا 13" هي جمعية تدعم الناس في إجراءاتهم الإدارية وتكافح انعدام الأمن الغذائي.

📍 171, Av. Camille Pelletan



Horaires et Contacts



Présentation Audio



PASS Hôpital Européen (Permanence d'Accès aux Soins de Santé)



🕒 Lun-Ven : 9h-17h

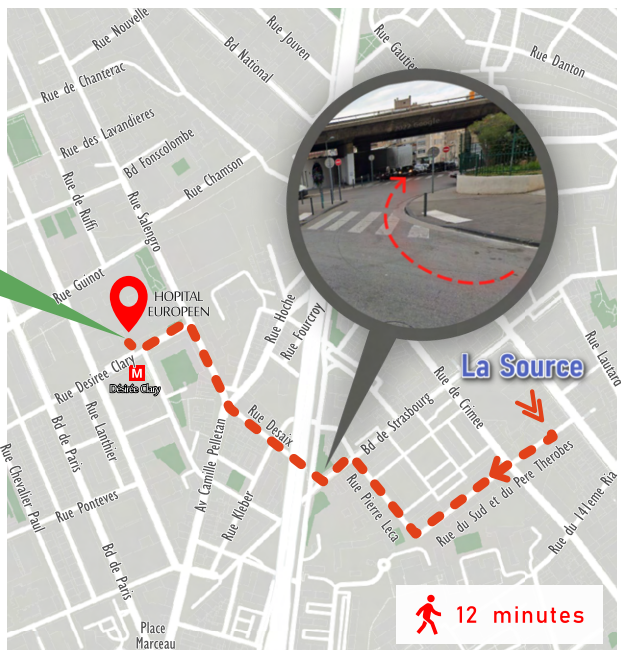
Accès aux soins pour adultes sans droits à la santé et accompagnement dans les démarches pour activer une couverture santé.

Access to healthcare for adults with no entitlement to health care and support in activating health coverage.

☎ +33 4 13 42 83 87

📍 6, Rue Désirée Clary

علاج مجاني للأشخاص الذين ليس لهم تأمين صحي والمساعدة في الإجراءات لتقديم طلب التأمين.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Missionnaires de la Charité



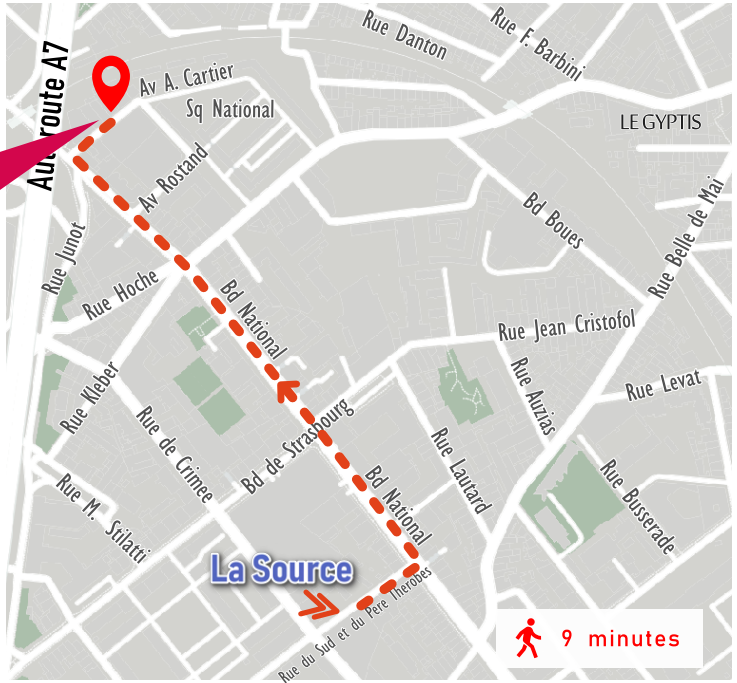
☑ Tous les jours
9h30 - 11h
Fermé le Jeudi

Repas de midi gratuits, 6 jours par semaine.

Free midday meals, 6 days a week.

📍 11, Avenue Cartier

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



Horaires et Contacts



Présentation Audio



La Cuisine du 101



🕒 Mar, Jeu et Ven :
11h - 17h30

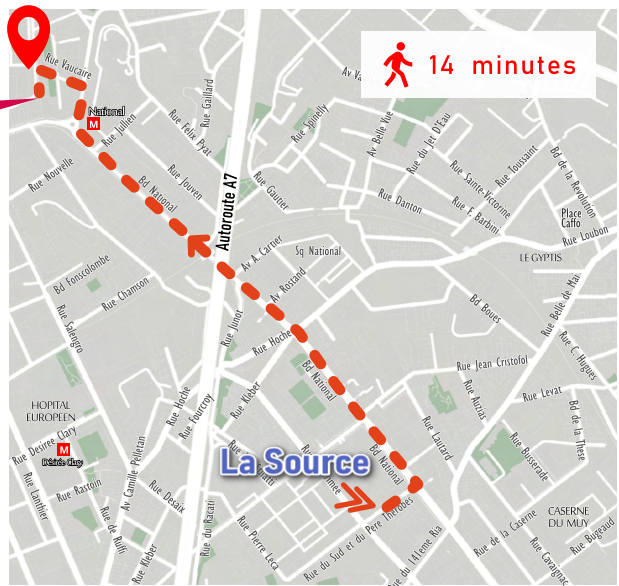
Une cuisine équipée qui permet, aux personnes n'ayant pas accès à une cuisine, de préparer leur repas avec leurs propres ingrédients et de l'emporter ou de le déguster sur place.

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.

📞 +33 4 91 95 76 16

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.

📍 12, Rue des Cigarières



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Cantine du midi



Cantine

Lun-Ven

Repas : 12h-14h

🕒 Bénévolat : 8h30-15h

Café Causé

Mar et Sam : 9h-12h

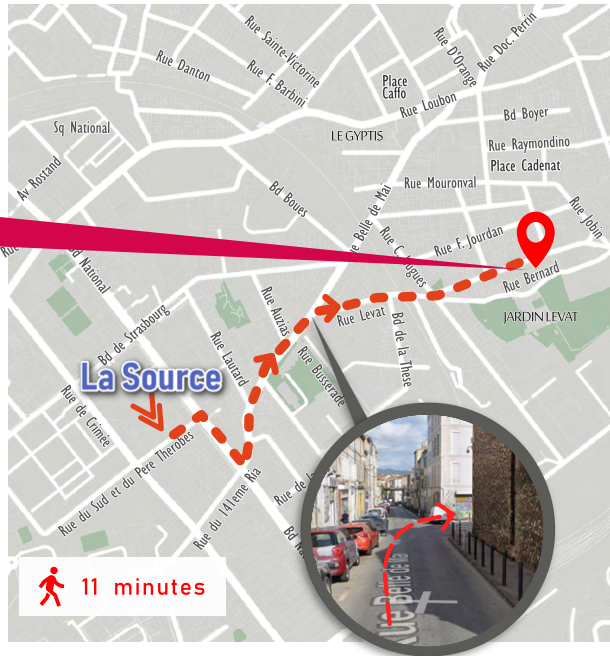
Cantine associative à prix raisonnables faisant partie de l'association En Chantier, tout comme l'épicerie participative la Drogheria, le Café Causé, la boulangerie et les ateliers maraichage.

Reasonably priced canteen belonging to the En Chantier association, as well as the participative grocery store la Drogheria, the Café Causé, the bakery and the gardening workshops.

📞 +33 4 91 05 97 03

📍 36, Rue Bernard

مطعم جماعي بأسعار معقولة. نفس الجمعية التي تعتمد على عمل المتطوعين تقدم خدمات أخرى: بقالية، مقهى، مخبزة، ورشات بستنة.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Mot à Mot



Inscriptions

Lun: 14h-16h

Ecrivain public

Lun: 9h-11h30



+33 7 82 13 67 17

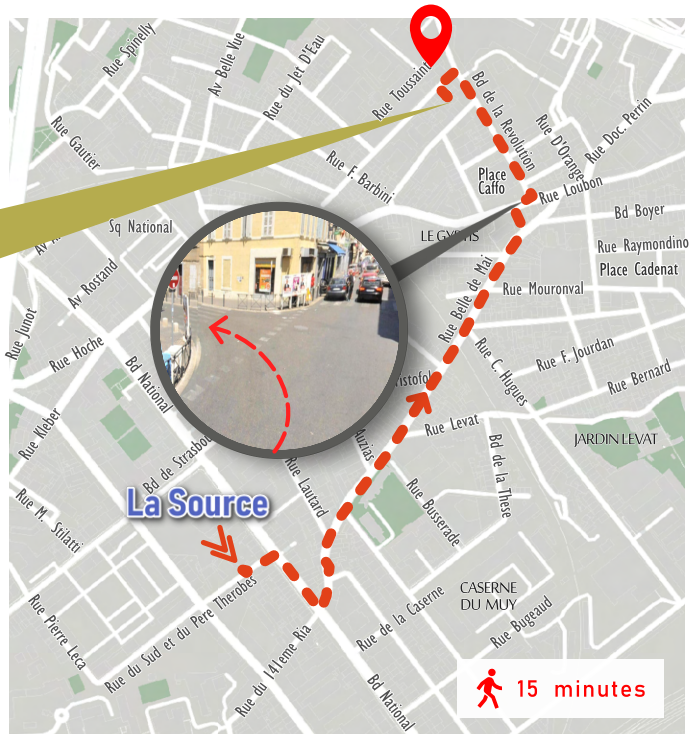


58, rue Toussaint

Cours de FLE et alphabétisation, gratuits, pour tous niveaux. Accueil inconditionnel, sur inscription.

Free FLE and literacy courses for all levels. Unconditional admission, on registration.

دروس لغة فرنسية وتعليم الكتابة والقراءة. مجانية ولجميع المستويات. استقبال غير مشروط تحت شرط التسجيل.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



+ d'infos sur QX1.org

QX1
QX1

Emmaüs Connect



🕒 Mar, Mer, Jeu et Ven :
14h-17h

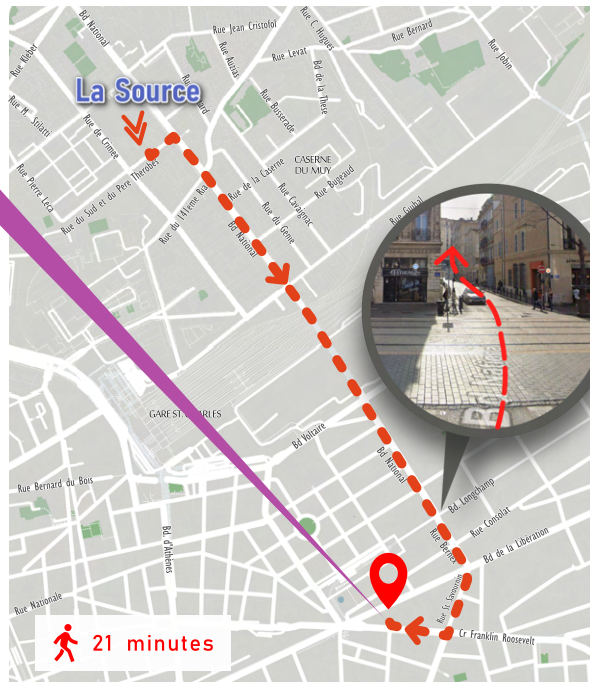
Formations au numérique, accès aux outils numériques à prix solidaire (smartphone, recharges de crédit téléphonique...).

Digital training, access to digital tools at solidarity prices (smartphones, mobile phone top-ups, etc.).

📞 +33 1 80 05 98 80

دورات تكوينية في المعلوماتيات. تسهيل الحصول على أجهزة إلكترونية بأسعار زهيدة (هواتف ذكية، شرائح تلفون مدفوعة مسبقا).

📍 11, Cours F. Roosevelt



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Notes

A large rounded rectangle with a blue border and 15 horizontal dashed blue lines inside, serving as a template for notes.

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 La Source** sur le site **QX1.org** :

La Source



Horaires et Contacts



Présentation Audio

