

À l'usage de La Cantine du Midi

À l'usage de La Cantine du Midi



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

Conçu et réalisé par
QX1 Welcome Map



Légende



Accueil de Jour / Day shelters
استقبال نهارى



Accompagnement social / Social support
دعم اجتماعى



Droits, Papiers / Rights, papers
حقوق



Soutien juridique / Legal support
دعم قانونى



Vêtements / Clothes / ملابس



Aliments / Food / مواد غذائية



Colis alimentaire / Food-parcels
قفف تغذية



Centres de Santé / Health center
مركز صحى



Infirmiers / Nurses / تمريض



Ordinateurs / Computers
كمبيوتر وانترنت



Bricolage / DIY (Do It Yourself)
أعمال يدوية بسيطة لصيانة الأشياء وتصليح البيت



Prises / Sockets / وصل بالكهرباء



Douches / Showers / حمامات



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 juin 2026 par l'association QX1
Il est soumis à Licence Creative Commons BY-NC-SA

Dessins en couverture
Lénaïg Le Touze



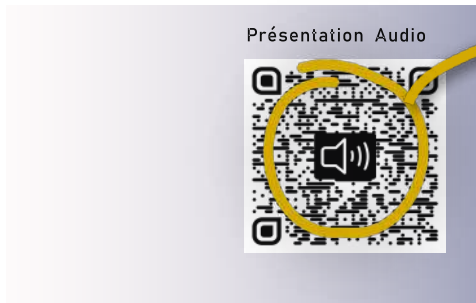
Version 1.0

Guide pratique à l'usage de la Cantine du Midi
Structures à moins de 20 minutes de marche

Guide to help people at La Cantine du Midi
Structures within a 20-minute walk

دليل لمساعدة ناس مقصف وقت الغداء La Cantine du Midi
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



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

Accueil de Jour Femme et Enfant



Lun-Dim : 8h-16h



Fermé le mercredi
et le mardi après-
midi

Accueil inconditionnel pour les femmes et leurs enfants : repas, douche, lessive, soins, domiciliation, ateliers collectifs, cuisine partagée...

Unconditional welcome for women and their children: meals, showers, laundry, care, address registration, group workshops, shared kitchen...

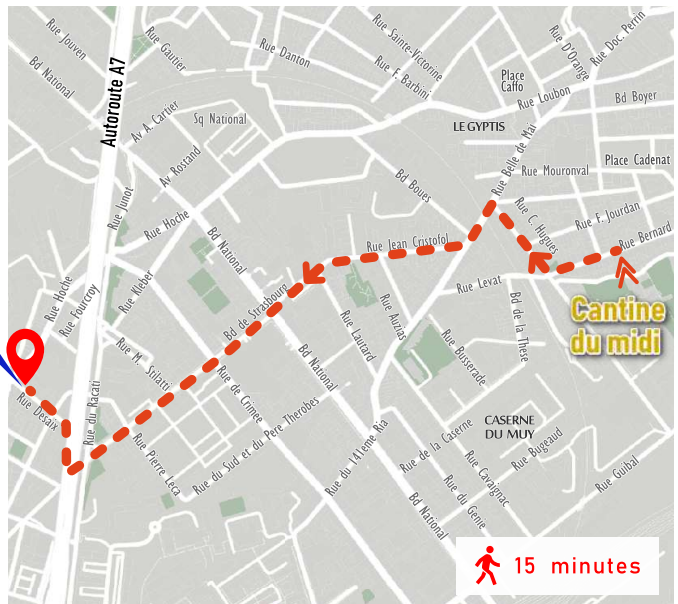


+33 4 91 84 09 60



8 Rue Desaix

استقبال بدون شروط للنساء وأطفالهن : وجبات، استحمام، غسل الملابس، علاج، عنوان إداري، ورش جماعية، مطبخ مشترك.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Accueil de Jour Bouès



Lun-Dim : 8h-16h

☑ Fermé le mercredi
et le mardi après-
midi

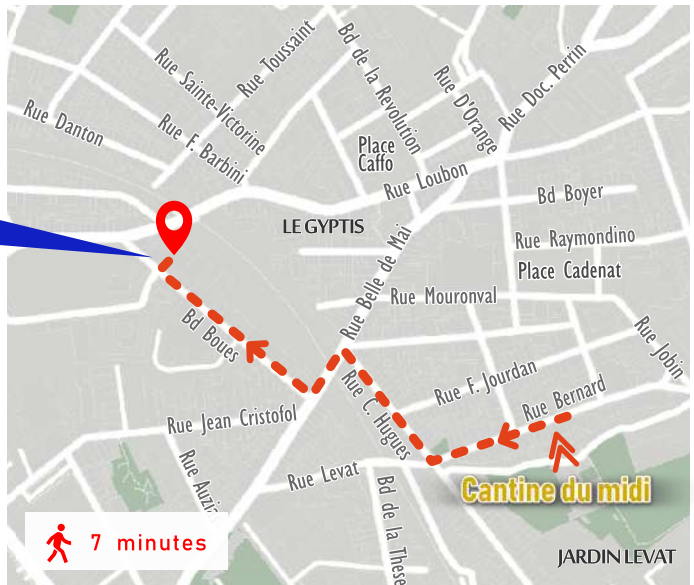
L'Accueil de jour (ADJ) est un lieu de répit qui permet aux sans-domicile de se poser pour quelques heures : douche, café, domiciliation, aide pour les démarches, infirmerie...

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.

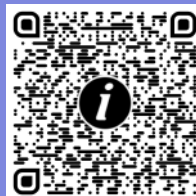
☎ +33 4 91 84 09 60

📍 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...



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...

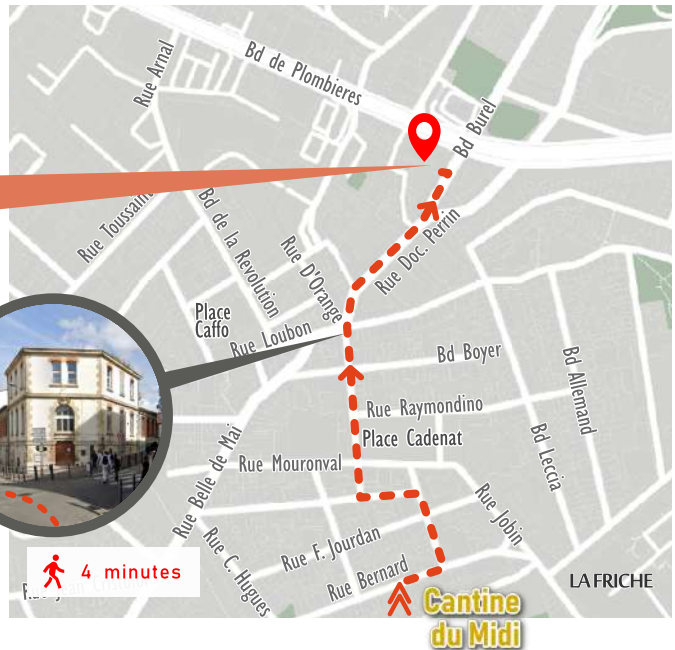


+33 4 91 62 28 09



7, Boulevard Burel

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



4 minutes

Cantine
du Midi

LA FRICHE

Horaires et Contacts



Présentation Audio



+ d'infos sur QX1.org

Centre Social Belle de Mai



Activités sportives et culturelles pour les enfants et la famille, permanences d'accompagnement social et juridique, soutien psychologique, cours de français, atelier bricolage...

Sports and cultural activities for children and families, social and legal support services, psychological support, French lessons, DIY workshops, etc.

1

أنشطة رياضية وثقافية للأطفال والعائلات، مداومات
لمساعدتكم في الإجراءات الاجتماعية والقانونية، دعم
نفسي، دروس لغة فرنسية، ورشات بريكولاج (أعمال يدوية
بسيطة لتصليح الأشياء أو صيانة البيت).



Horaires et Contacts



Présentation Audio



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



Lun, Mar et Jeu :
9h-12h30 / 13h30-16h30
Mer et Ven :
9h-12h30



Sans RDV les lundis
Avec RDV les autres
jours



+33 4 91 95 66 70

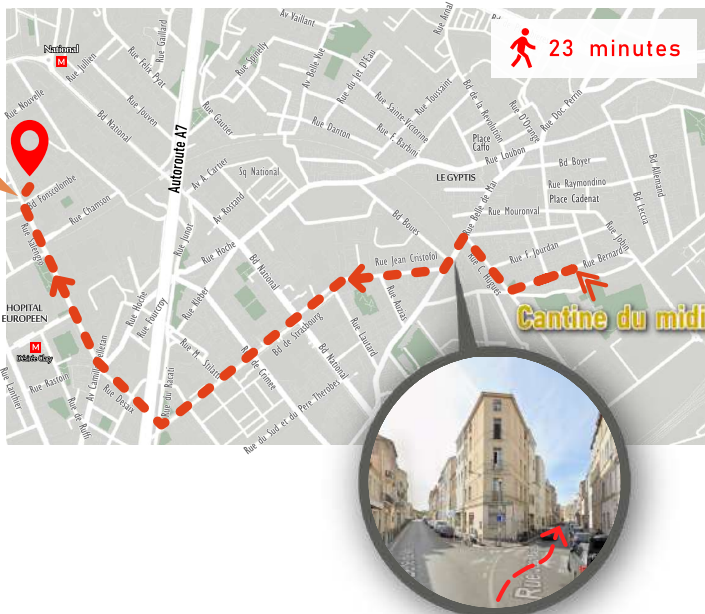


74, Av. R. Salengro

Association qui aide aux primo-arrivants et personnes en situation de précarité à construire un parcours d'insertion, d'apprentissage et promotion sociale.

Association that helps newcomers and people in precarious situations to build a path to integration, learning, and social advancement.

جمعية تساعد الوافدين الجدد والأشخاص الذين يعيشون في ظروف صعبة على بناء مسار للإندماج والتعلم والتقدم الاجتماعي.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Médiane 13



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

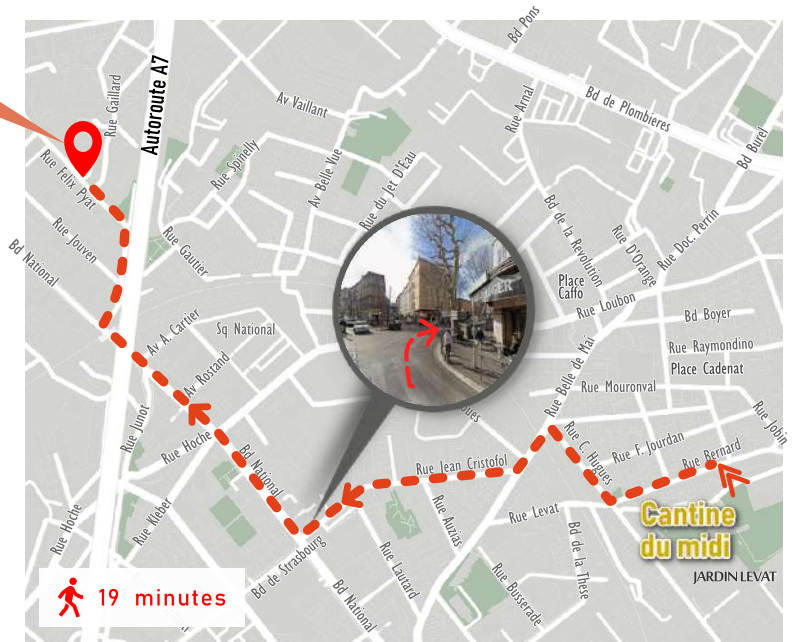
☎ +33 4 91 95 36 03

📍 50, Rue Félix Pyat

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).

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



+ d'infos sur QX1.org

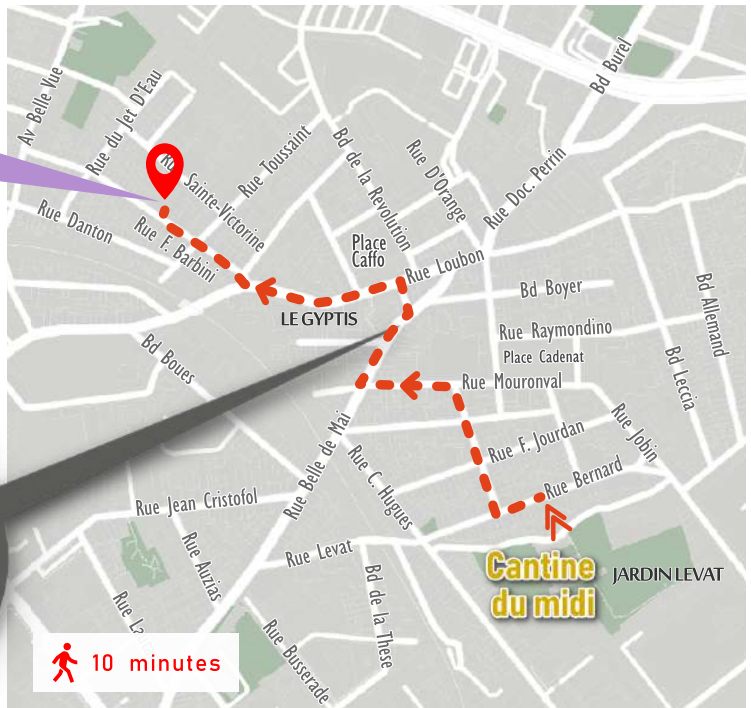
Horaires et Contacts



Présentation Audio



توزيع القفف الغذائية بدون شروط. يلزم التسجيل.



Colis Solidaire Gibbes (Vendredi 13)



Mar, Jeu et Ven :

13h30-15h30

Mer :

10h-11h30 / 12h30-15h30

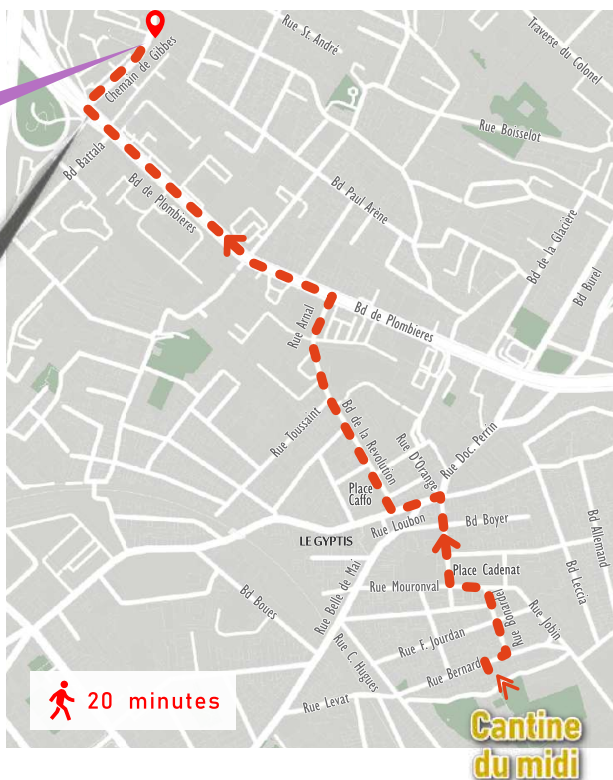


30, Chemin des
Gibbes

Distribution de colis alimentaires à bas prix, sur
orientation d'un travailleur social.

Distribution of low-cost food parcels, on referral
from a social worker.

توزيع طرود غذائية بأسعار منخفضة، بناءً على
توجيه من عامل اجتماعي.



**Cantine
du midi**



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Epicerie Solidaire Racines



☑ Lun: 13h-15
Mardi: 10h-12
Merc: 10h-12

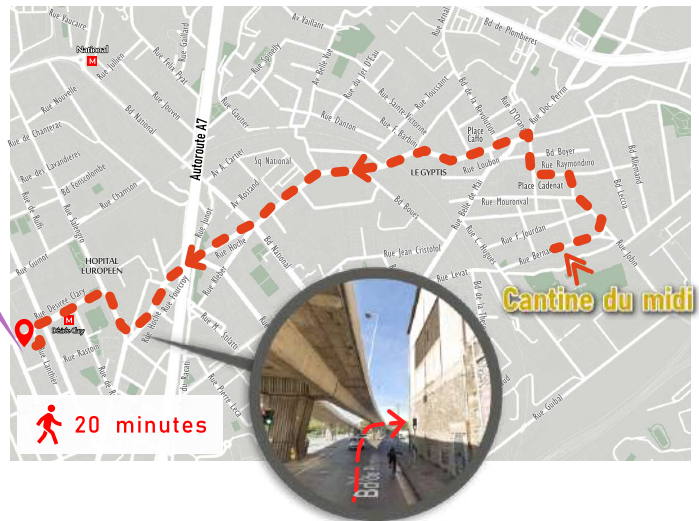
L'épicerie solidaire propose des produits à bas prix - notamment des produits dits "exotiques" - aux personnes en situation de précarité, en particulier aux personnes exilées.

The solidarity grocery shop offers low-cost products - in particular so-called "exotic" products - to people in precarious situations, particularly exiles.

☎ +33 6 44 77 14 80

📍 35, Rue Lanthier

يقدم متجر البقالة التضامني منتجات منخفضة السعر - بما في ذلك ما يسمى بالمنتجات "الاستوائية" - للأشخاص الذين يعيشون في ظروف محفوفة بالمخاطر، وخاصة المنفيين.



🚶 20 minutes

Cantine du midi



+ d'infos sur QX1.org

Horaires et Contacts



Présentation Audio



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



🕒 Lun-Ven : 9h-17h

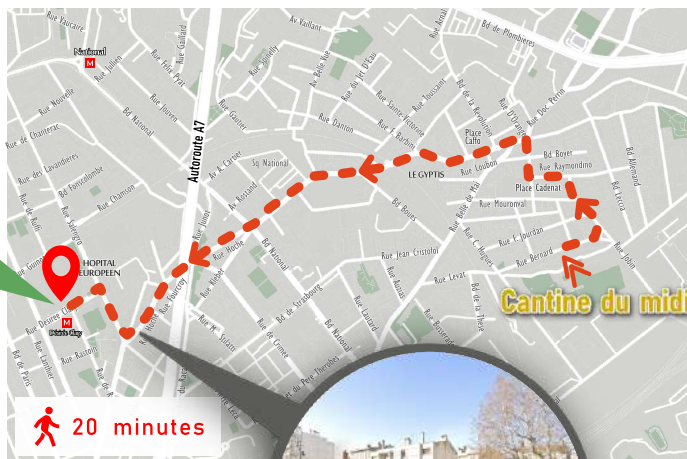
Accès aux soins pour adultes sans droits à la santé et accompagnement dans les démarches pour activer une couverture santé.

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



Mot à mot



Inscriptions

Lun: 14h-16h

Ecrivain public

Lun: 9h-11h30



+33 7 82 13 67 17

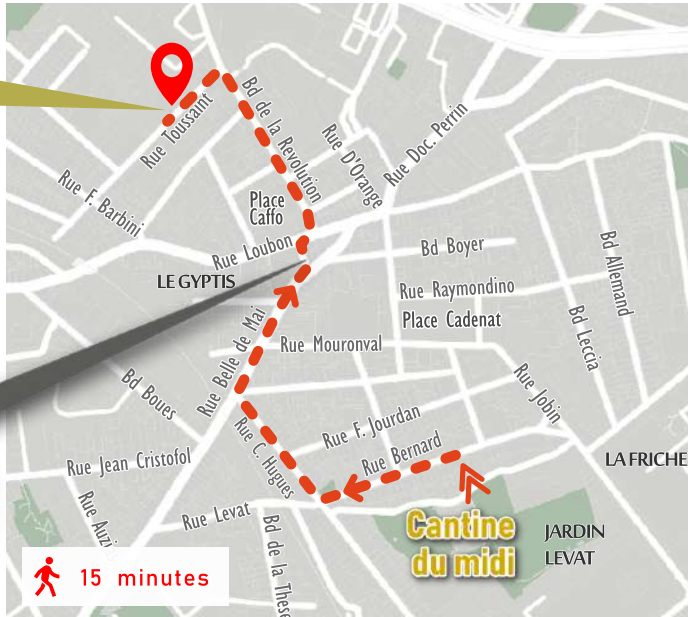


58, rue Toussaint

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.



15 minutes

Cantine
du midi

JARDIN
LEVAT



+ d'infos sur QX1.org

Horaires et Contacts



Présentation Audio



Notes

A blank sheet of lined paper with a yellow border and 15 horizontal dashed lines for writing. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page.

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 la Cantine du Midi sur le site **QX1.org** :

Cantine du Midi



Horaires et Contacts



Présentation Audio

