



Légende



Accompagnement social / Social support / دعم اجتماعي



Droits, Papiers / Rights, papers / حقوق



Accueil de Jour / Day shelters / استقبال نهاري



Vêtements / Clothes / ملابس



Santé / Health / صحة



Infirmiers / Nurses / تمريض



Prévention / Prevention / وقاية، حد مخاطر



Soutien psychologique / Psychological support / دعم نفسي



Prises / Sockets / وصل بالكهرباء



Douches / Showers / حمامات



Ordinateurs / Computers / كمبيوتر وانترنت



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



Manger / Eating / وجبات



Lieux de rencontre / Meeting Places / أماكن لقاء



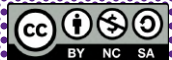
Cours de langue / French courses / دروس لغة



Logement / Housing / اسكان

Ce guide a été réalisé en août 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 du Plannig Familial Structures à moins de 20 minutes de marche

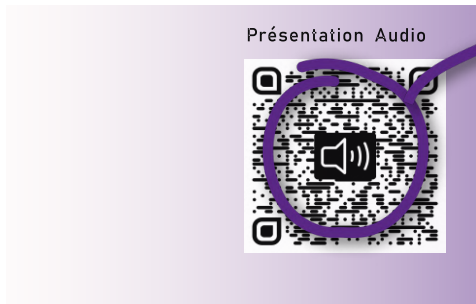
Guide to help people at Planning familial
Structures within a 20-minute walk

Planning Familial دليل لمساعدة ناس مركز
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 (دری)
Kurdi Sonjke Kurdî (کوردی)
Русский Manjaque
Românește Comorien (Shikomori)
Pachtoun (پښتو)

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



🕒 Lun-Ven : 9h-17h

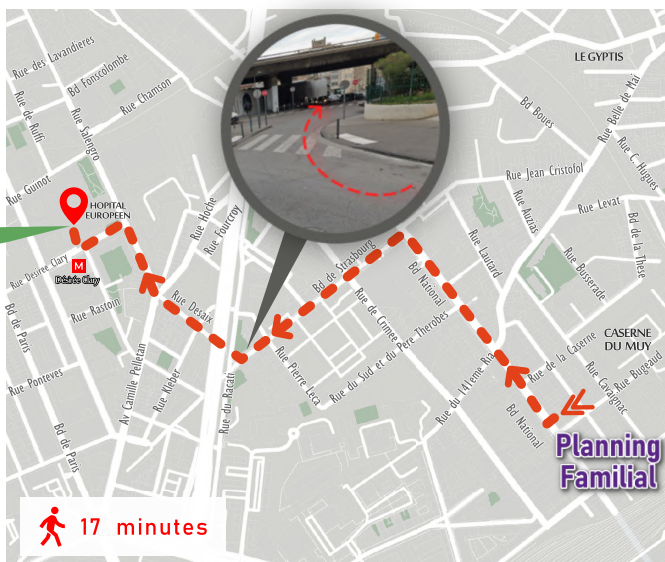
Accès aux soins pour adultes sans droits à la santé et accompagnement dans les démarches pour activer une couverture santé.

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

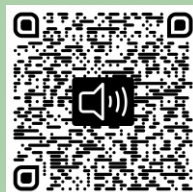
علاج مجاني للأشخاص الذين ليس لهم تأمين صحي والمساعدة في الإجراءات لتقديم طلب التأمين.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Le Spot Longchamp (CeGIDD)



Lun : 16h-19h30
Mar : 10h-17h
Mer : 10h-13h30
16h-19h30
Jeu : 10h-13h30
16h-19h30
Ven : 12h30-19h30
Sam : 13h30-17h



+33 4 91 14 05 15

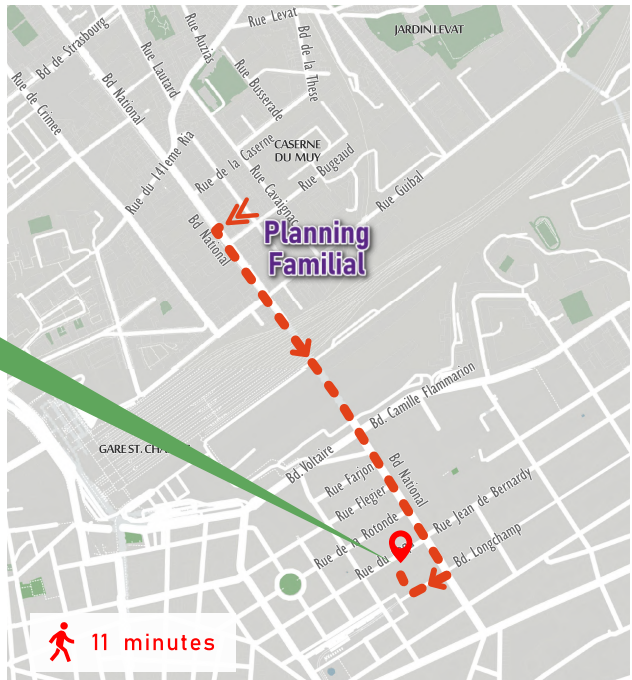


3, Bd. Longchamp, 13001

Centre de Santé Sexuelle porté par AIDES :
dépistage du VIH, des hépatites et IST, un
accompagnement dans le parcours de soins VIH et
des consultations d'accès aux droits sociaux.

Sexual Health Center, screening for HIV, hepatitis
and STIs, support for HIV care and consultations to
access social rights.

مركز الصحة الجنسية الذي تديره منظمة AIDES :
يقدم المركز فحوصات فيروس نقص المناعة البشرية
والتهاب الكبد والأمراض المنقولة جنسياً، بالإضافة
إلى الدعم طوال مسار رعاية فيروس نقص المناعة
البشرية وإمكانية الحصول على الاستشارات.



+ d'infos sur QX1.org

Horaires et Contacts



Présentation Audio



CeGIDD Colbert



Accueil sur RDV

Lun : 9h-12h
Mar : 12h-16h30
Mer : 14h-16h30
Jeu : 9h-12h
Ven : 14h-16h



Accueil sans RDV

Lun : 14h-16h30
Mer : 9h-12h
Jeu : 14h-16h30
Ven : 9h-12h



+33 4 13 31 69 14



16, Rue St-Barbe, 13002

CeGIDD propose des séances de vaccination ou de dépistage anonyme avec ou sans rendez vous, ainsi que des consultations psy, des traitements des IST gratuits...

CeGIDD offers anonymous vaccination and screening sessions, with or without an appointment, as well as free psychology consultations and STI treatments...

يقدم مركز CeGIDD جلسات تطعيم أو فحص مجهولة الهوية مع أو بدون موعد، بالإضافة إلى الاستشارات النفسية وعلاجات الأمراض المنقولة جنسياً المجانية.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



CPEF Colbert



☎ Lun-Ven : 9h-17h
(fermé le mardi
après-midi)

Le CPEF (Centre de Planification et d'Éducation Familiale) Colbert est un lieu d'accueil, d'information et d'accompagnement autour de la santé sexuelle et reproductive : la contraception, la vie affective et sexuelle et l'IVG.

The Colbert CPEF (Center for Family Planning and Education) is a place that offers support, information, and guidance on sexual and reproductive health, including contraception, emotional and sexual well-being, and abortion.

☎ +33 4 13 31 69 14

📍 16, Rue St-Barbe, 13002

يُعد مركز كولبر (CPEF) مساحة ترحيبية تقدم المعلومات والدعم فيما يتعلق بالصحة الجنسية والإنجابية: وسائل منع الحمل، والحياة العاطفية



Horaires et Contacts



Présentation Audio



CPEF Belle de Mai



☉ Lun-Ven : 9h-17h
(fermé le mardi
après-midi)

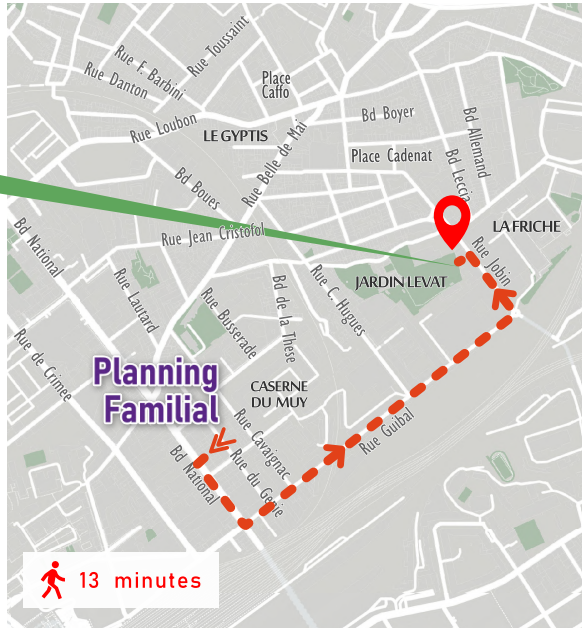
Le CPEF (Centre de Planification et d'Éducation Familiale) Belle de Mai est un lieu d'accueil, d'information et d'accompagnement autour de la santé sexuelle et reproductive : la contraception, la vie affective et sexuelle et l'IVG.

The Belle de Mai CPEF (Center for Family Planning and Education) is a place that offers support, information, and guidance on sexual and reproductive health, including contraception, emotional and sexual well-being, and abortion.

☎ +33 4 13 31 65 40

📍 24, Rue Jobin

يُعد مركز بيل دو ماي (CPEF) مساحة ترحيبية تقدم المعلومات والدعم فيما يتعلق بالصحة الجنسية والإنجابية: وسائل منع الحمل، والحياة العاطفية والجنسية، والإجهاض.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Pharmacie Nationale



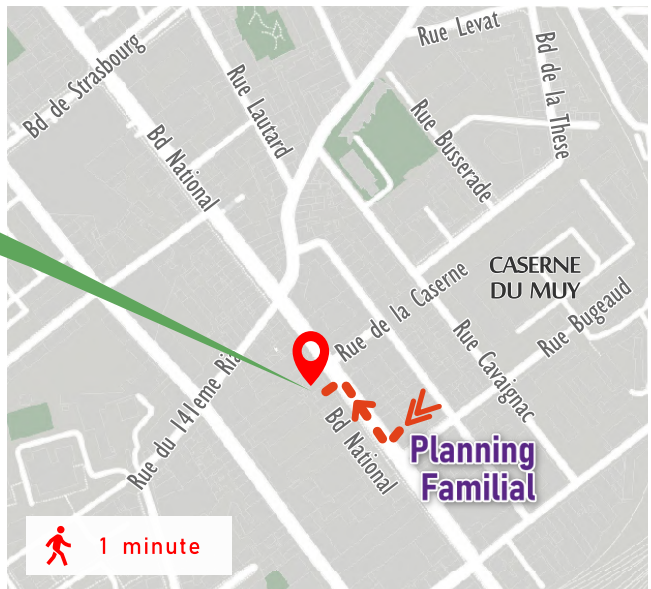
🕒 Lun-Sam : 9h30-19h30

La Pharmacie Nationale propose des conseils pharmaceutiques ainsi que différents services de santé, notamment la vaccination contre la diphtérie, le tétanos et la poliomyélite (DTP), ainsi que la vaccination contre le papillomavirus humain (HPV).

The National Pharmacy offers pharmaceutical advice as well as various health services, including vaccinations against diphtheria, tetanus, and polio (DTP), as well as the human papillomavirus (HPV) vaccine.

تقدم الصيدلية الوطنية نصائح صيدلانية بالإضافة إلى خدمات صحية متنوعة، بما في ذلك التطعيم ضد الخناق والكزاز وشلل الأطفال (DTP)، بالإضافة إلى التطعيم ضد فيروس الورم الحليمي البشري (HPV).

📍 117, Bd. National



Labratoire Cerbaillance National



🕒 Lun-Ven : 7h-18h
Samedi : 7h-12h

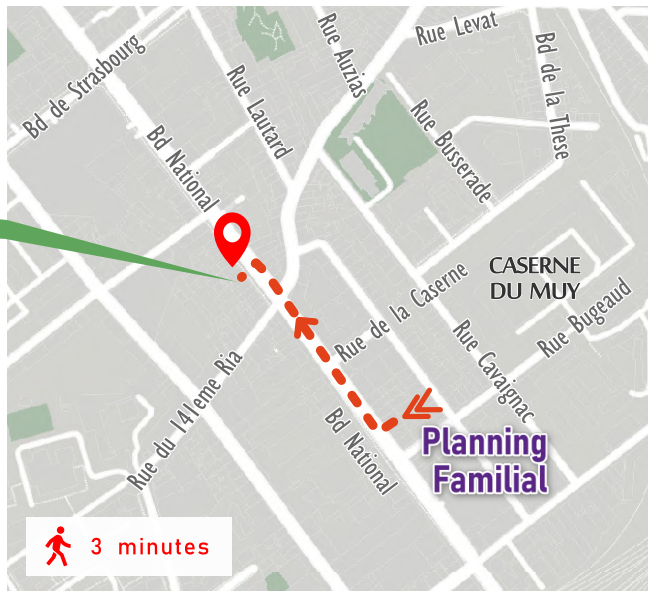
Laboratoire d'analyses proposant des tests de dépistage des infections sexuellement transmissibles (IST) aux personnes de plus de 16 ans.

Laboratory offering screening tests for sexually transmitted infections (STIs) to individuals over the age of 16.

☎ +33 4 91 62 02 41

📍 145, Bd. Nationale

مختبر يقدم فحوصات الكشف عن الأمراض المنقولة جنسياً للأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 16 عاماً.



Horaires et Contacts



Présentation Audio



Accueil de Jour Femme et Enfant



Lun-Dim : 8h-16h

☑ Fermé le mercredi
et le mardi après-
midi

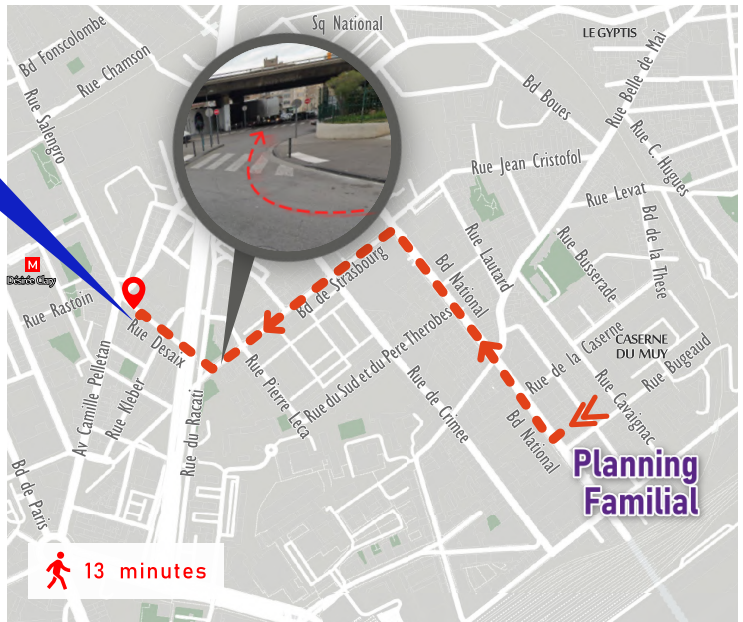
Accueil inconditionnel pour les femmes et leurs enfants : repas, douche, lessive, soins, domiciliation, ateliers collectifs, cuisine partagée...

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



Centre Social Belle de Mai

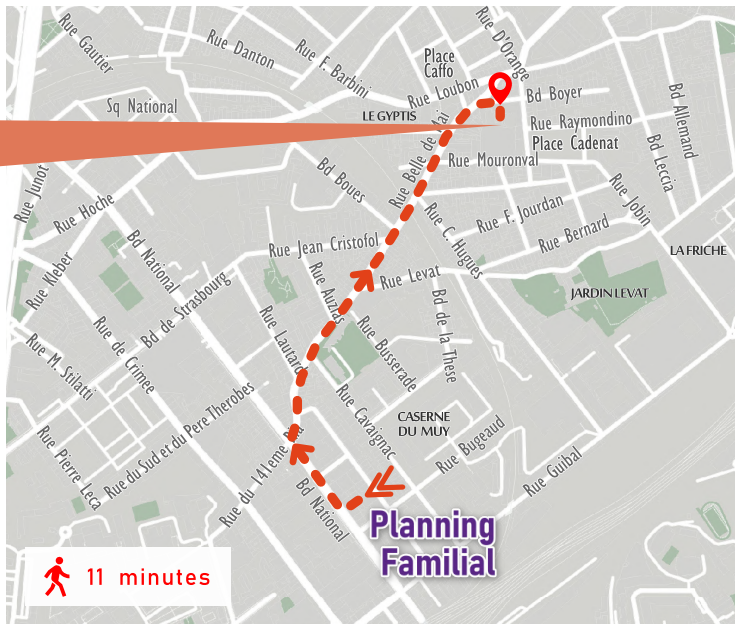


Activités sportives et culturelles pour les enfants et la famille, permanences d'accompagnement social et juridique, soutien psychologique, cours de français, atelier bricolage...

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

[

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



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

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



7, Bd. Burel



15 minutes

Planning
Familial

Horaires et Contacts

Présentation Audio



+ d'infos sur QX1.org

MDS Belle de Mai



Lun-Mer-Jeu-Ven:
8h30-12h
13h30-17h
Mar: 8h30-12h

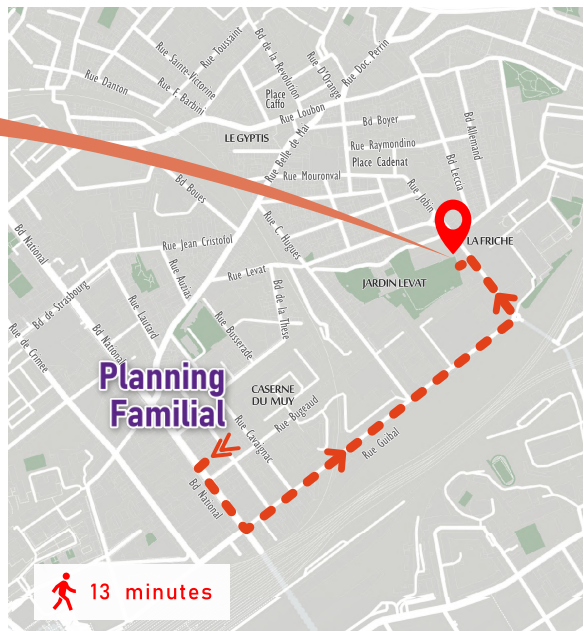
La Maison Départementale de la Solidarité vous accueille, vous conseille et vous oriente, notamment sur les dispositifs d'accès aux droits.

The Departmental Center for Social Services is here to welcome you, offer advice, and provide guidance, particularly regarding programs that help you access your rights.

☎ +33 4 13 31 65 10

📍 24, Rue Jobin

يرحب بكم بيت التضامن الإفريقي، ويقدم لكم المشورة والإرشاد، لا سيما فيما يتعلق بآليات الوصول إلى الحقوق.



Notes

A large rectangular box with rounded corners and a purple 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 **Planning Familial** sur le site **QX1.org** :

Planning Familial



Horaires et Contacts



Présentation Audio

