

LE GUIDE DE la RUE

Le guide pour marcher moins #2



La galère n'est
pas sans issue



POUR L'HYGIÈNE
P.3 - 8



POUR LES AIDES
ALIMENTAIRES
P.9 - 14



POUR L'ACCÈS
AUX DROITS
P.15 - 23



POUR RESTER
CONNECTÉ.E
P.24 - 28



POUR LES AIDES
FINANCIÈRES
P.29 - 40



POUR SE
SOIGNER
P.41 - 45



POUR SON
ANIMAL
P.46 - 48



POUR SE CHANGER
LES IDÉES
P.49 - 53



POUR
S'Y RENDRE
P.54 - 60



1

POUR L'HYGIÈNE



LAVER LE LINGE GRATUITEMENT

ACCUEIL DE JOUR « CŒUR DU JOUR »



Lundi, mardi, jeudi, vendredi - de 8h30 à 12h



34 B bd Bouès - 3^e, RDC



Prendre RDV à l'accueil
Lessive fournie sur place

ACCUEIL DE JOUR BÉTHANIE



Lundi, mercredi, jeudi, vendredi - de 8h à 9h



11 rue Malaval - 2^e

Tirage au sort pour le lendemain, tous les jours
d'ouverture vers 9h



► *La personne qui a un RDV doit se présenter à 8 h,
au plus tard 9 h, afin que son linge soit sec*

ACCUEIL DE JOUR CRIMÉE



Du lundi au vendredi - de 8h30 à 16h30



54 A rue de Crimée - 3^e



Prendre RDV à l'accueil pour pouvoir utiliser la machine dans les 2-3 semaines

LAVER ET SÉCHER LE LINGE POUR 2€

LAVERIE SOCIALE DE L'ARS



Mardi et mercredi de 14h00 à 18h00



149 Boulevard de la Libération - 1^{er}



1 euro le lavage, 1 euro le séchage
Possibilité de rencontrer un.e travailleur.se social.e
Collation et boisson chaude offertes sur place

► *Sur orientation d'un travailleur.se. social.e via la plateforme partagée pour inscrire la personne*
Remise d'un bon à présenter lors de la venue



PRENDRE UNE DOUCHE

ACCUEIL DE JOUR « CŒUR DU JOUR »



Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 8h30 à 12h



Se présenter à l'accueil - Kit d'hygiène fourni sur place

ACCUEIL DE JOUR BÉTHANIE



Lundi, mercredi, jeudi, vendredi de 8h à 11h



11 rue Malaval - 2^e

Sur inscription à l'accueil de 8h à 10h45



On peut se brosser les dents aussi
Kit d'hygiène fourni

ACCUEIL DE JOUR CRIMÉE



Du lundi au vendredi - de 8h30 à 12h et de 13h à 16h



54 A rue de Crimée - 3^e



Se présenter à l'accueil, faire la queue.

La durée d'attente estimée : 2-3h.

Kit d'hygiène fourni.

BOUTIQUE SOLIDARITÉ ABBÉ PIERRE



Hommes : lundi, mardi, jeudi - de 9h à 12h

Femmes : mercredi - de 9h à 12h



16-20 rue Loubon - 3^e



Sur inscription la veille (pour les hommes seulement)

Il y a une douche pour les personnes à mobilité réduite

ACCUEIL DE JOUR CONSOLAT



Tous les jours de 8h30 à 11h30



34 boulevard Bouès - 3^e, 1^{er} étage



Il faut être suivi.e par l'accueil de jour

ACCUEIL DE JOUR MARCEAU



Lundi et mardi - de 7h30 à 12h

Jeudi, vendredi, samedi, dimanche - de 7h30 à 16h



5 place Marceau - 2^e



Venir tôt, se présenter à l'accueil pour s'inscrire



SE FAIRE COUPER LES CHEVEUX

ACCUEIL DE JOUR « CŒUR DU JOUR »



Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 8h30 à 12h



34 boulevard Bouès - 3^e, RDC



Prendre rendez-vous à l'accueil.



2

POUR LES AIDES
ALIMENTAIRES



COLIS ALIMENTAIRE POUR BÉBÉ

LA CROIX-ROUGE - Espace bébé parents (de 0 à 3 ans)



Colis composé d'une boîte de lait en poudre,
1 paquet de couches, 4 petits pots



5€ le colis - 1 fois par semaine



Lundi, mardi, jeudi - de 13h30 à 16h30
Mardi, vendredi de 9h00 à 12h00



64 Rue Clovis Hugues - 3^e



Pour les familles ayant de faibles ressources



Se rendre sur place pour une inscription



- Courrier d'un.e travailleur.se social.e
- Justificatif de ressources
- Justificatif de domicile ou domiciliation

COLIS ALIMENTAIRE

SOLIDAR'BUS ANTENNE MOBILE JEUNES



Participation de 2€



Pour les jeunes de 16 à 30 ans



• courrier d'un.e travailleur.se social.e (*si possible*)



Venir avec un sac pour récupérer le colis alimentaire

Attention : certaines permanences peuvent être suspendues pendant l'été et d'autres peuvent s'ajouter. Vous pouvez demander le planning mensuel par mail à solidarbus@spf13.org



Mercredi - de 17h30 à 19h30



• Le 1^{er} et 3^e mercredi du mois à St Charles
3 Rue Palestro ou 3 Bd Gustave Desplaces



M1 M2 arrêt St Charles

• Le 2^e et 4^e mercredi du mois à St Jérôme
Carrefour Rue Géranium / Traverse Charles Sussini
Bus 3 33 34 arrêt Géraniums

REPAS GRATUITS

MISSIONNAIRES DE LA CHARITÉ



Tous les jours sauf le jeudi - de 9h30 à 11h



11 avenue Alphée-Cartier - 3^e



Pour toutes les personnes majeures

ACCUEIL DE JOUR « CŒUR DU JOUR »



Brunch des Resto du cœur



Lundi, mardi, jeudi et vendredi - de 8h30 à 12h00



34 boulevard Bouès - 3^e, RDC



Pour tout le monde

« ON NE PEUT PAS, SOUS PRÉTEXTE QU'IL EST
IMPOSSIBLE DE TOUT FAIRE EN UN JOUR,
NE RIEN FAIRE DU TOUT. »

RESTAURANT NOGA



Repas chaud le midi sur place ou à emporter
+ panier repas le soir



Demande auprès de la MDS de secteur
ou autres structures sociales

74 Cours Julien - 6^e



Pour les personnes majeures, isolées ou familles
résidant dans le 1^{er}, 2^e, 3^e, 4^e, 5^e, 6^e, 7^e et 12^e



Etre sans ressources au moment de la demande ou
en rupture de ressources et le justifier ou avoir des
difficultés sociales exceptionnelles justifiées.

Possibilité de repas pour une semaine
renouvelable une fois.



- courrier d'un.e travailleur.se sociale
- justificatif de ressources

CHÈQUES ALIMENTAIRES PERSONNALISÉS

CCAS DU SECTEUR



50€ max/personne seule - 75€ max/couple

Attention : Disponibilité en fonction des stocks

Aide ponctuelle à vocation de dépannage
renouvelable 1 fois dans l'année civile



Pour les majeurs en rupture totale ou partielle de
ressources (dans l'attente d'en avoir prochainement)



Demande à l'accueil. Délai de 15 jours à un mois
Utilisables dans les supermarchés sauf Lidl et Aldi



CNI ou titre de séjour / justificatif de ressources
ou de rupture de ressources / justificatif de
domicile / courrier d'un.e travailleur.se social.e



3

POUR L'ACCÈS
AUX DROITS



CONSULTATIONS JURIDIQUES GRATUITES

CENTRE D'INFORMATION SUR LES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES (CIDFF)



Mardi - de 14h à 17h, mercredi et jeudi - de 9h à 12h
Permanences téléphoniques mercredi de 12h30 à 15h30



1 Rue de Forbin - 3^e



Pour tout le monde



Prendre rdv sur place ou au 04 96 11 07 99

CENTRE D'ACCÈS AUX DROITS DES ÉTRANGERS (CADE)



Lundi 10h et 14h, mercredi 10h



8 bd Dugommier - 1^{er}



Pour les étrangers en situation régulière ou irrégulière



Prendre rdv sur place - pas de rdv par téléphone

MAISON DE L'AVOCAT



Consultation avec un avocat, gratuite et anonyme



Du lundi au jeudi - de 8h30 à 12h30



56 rue Montgrand - 6^e



Pour tout le monde



Prendre RDV au 04 91 15 31 00 - entre 9h et 11h

CENTRE RÉGIONAL INFORMATION JEUNESSE (CRIJ)



Consultation avec un.e avocat.e, gratuite et anonyme
*Cette permanence est tenue par des professionnel.le.s,
désigné.e.s par l'Ordre des Avocats du département*



Mercredi - de 14h à 16h45



96 la Canebière - 1^{er}



Pour les 16-25 ans



Prendre rdv sur place ou au 04 91 24 33 50 de 13 à 18h

ECRIVAIN PUBLIC GRATUIT

L'ENCRE BLEUE



Permanence d'aide à la rédaction de documents administratifs, cv, lettres de motivation ou autre



Lundi, mercredi et vendredi - de 10h à 11h30
Mardi et jeudi - de 18h à 19h30



À la Cité des Associations - 93 La Canebière, 1^{er}



Pour tout le monde

CONSULTATIONS JURIDIQUES FEMMES

SOS FEMMES



Accueil, écoute et accompagnement des femmes victimes de violences pendant la vie commune ou après la séparation



Du lundi au vendredi - de 9h à 17h30
Permanence téléphonique au 04 91 24 61 50



10 avenue du Prado, 6^e



Pour les femmes majeures victimes
de violences conjugales

DOMICILIATION

CENTRE COMMUNAL D'ACTION
SOCIALE (CCAS)



Se présenter à l'accueil
Savoir justifier que vous dormez dans le secteur
*(les justificatifs ne sont pas obligatoires, il faut juste
préciser où vous dormez exactement).*

Attention : le service de domiciliation du CCAS Centre
est saturé, le temps d'attente y est beaucoup plus long
par rapport aux autres CCAS éloignés du centre-ville



Pour toute personne n'ayant pas d'adresse fixe

ACCUEIL DE JOUR CONSOLAT



Tous les jours sauf mardi
de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h



34 boulevard Bouès - 3^e, 1^{er} étage



Pour les personnes accompagnées par la structure



La structure accueille les personnes qui vivent à la rue
et leur propose l'accompagnement vers le logement et
l'insertion sociale.

- Amener un justificatif d'identité

ACCUEIL DE JOUR MARCEAU



Lundi et mardi - de 7h30 à 12h
Jeudi, vendredi, samedi, dimanche - de 7h30 à 16h



5A place Marceau - 2^e



Pour tout le monde



Se présenter à l'accueil avec un justificatif d'identité

ACCUEIL DE JOUR BÉTHANIE



Lundi, mercredi, jeudi, vendredi - de 8h à 11h



11 rue Malaval - 2^e



Pour les personnes n'ayant pas d'adresse fixe et orientées vers l'accueil de jour par leur référent.e social.e



Être orienté.e par son.sa référent.e social.e, car le nombre de boîtes aux lettres y est limité



POUR TROUVER UN TOIT

SERVICE NUITS +



10 nuits d'hôtel disponibles une fois par année civile



Les nuits sont à demander auprès des antennes de la Mission Locale

HÉBERGEMENT D'URGENCE



Appeler le **115** - **numéro gratuit** - pour demander une place, en précisant votre situation

Si vous avez besoin d'être accompagné.e dans cette démarche, veuillez-vous adresser aux accueils de jour

HÉBERGEMENT D'URGENCE POUR LES FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES

SOS FEMMES



Du lundi au vendredi - de 9h à 17h30
ou au 04 91 24 61 50 (aux mêmes horaires)



10 avenue du Prado, 6^e

STRUCTURES QUI ACCOMPAGNENT VERS LE LOGEMENT

AGENCE RÉGIONALE DE LA FONDATION ABBÉ PIERRE



16-20 rue Loubon - 3^e



Prendre RDV au 04 91 50 65 47 - le mardi matin

ACTION MÉDITERRANÉENNE POUR L'INSERTION PAR LE LOGEMENT (AMPIL)



Du lundi au vendredi - de 13h30 à 17h



6 Rue des Fabres - 1^{er} (à côté du Centre Bourse)

AGENCE DÉPARTEMENTALE D'INFORMATION SUR LE LOGEMENT (ADIL 13)



Lundi - de 14h à 17h30

Du mardi au vendredi - de 9h à 12h et de 14h à 17h30



15 avenue Robert Schuman - 2^e



4

POUR RESTER
CONNECTÉ.E



ACCÈS AU NUMÉRIQUE

EMMAÜS CONNECT



Mardi et mercredi - de 14h à 18h

Samedi - de 9h à 13h et de 14h à 18h



15 avenue Robert Schuman - 2^e

QUOI ?

- Recharges téléphoniques et internet à prix solidaires
- Smartphones, ordinateurs et téléphones à bas coûts
- Récupération de numéro en cas de perte
- Médiation avec les opérateurs en cas de problèmes ou de dettes



- Demander un bon d'orientation à un.e travailleur.se social.e
- Prendre RDV au 01 80 05 98 80, en précisant que vous êtes bien sur Marseille
- Conseil et médiation sont accessibles sans rdv, sur les horaires des permanences

CRIJ96 la Canebière - 1^{er}**QUOI ?**

- Ordinateurs et imprimantes en accès libre
- Aide à la recherche d'emploi en ligne
- Aide aux démarches administratives en ligne



Se présenter à l'accueil

ACCUEIL DE JOUR CRIMÉE

Tous les jours - de 8h30 à 10h et de 13 à 14h

54 A rue de Crimée - 3^e

Se présenter à l'accueil

QUOI ?

- Accès aux ordinateurs et au téléphone
- Impression des documents
- Aide aux démarches administratives en ligne

ACCUEIL DE JOUR « CŒUR DE JOUR »



Lundi, mardi, jeudi, vendredi - de 8h30 à 12h



34 boulevard Bouès - 3^e, RDC



Se présenter à l'accueil

QUOI ?

- Ordinateurs en accès libre
- Impression des documents
- Aide aux démarches administratives en ligne

CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE (CPAM)



Tous les jours - de 8h à 16h



164 la Canebière - 1^{er}



Se présenter à l'accueil

QUOI ?

- Accès aux sites ameli.fr, caf.fr, pole-emploi.fr, impots.gouv.fr etc. en libre-service
- Impression de justificatifs sécu, CAF, pôle-emploi, etc.
- Attention : pas d'imprimante sur place !

... ET SI JE SUIS MAL À L'AISE AVEC LE NUMÉRIQUE ?

FORMATIONS ET ATELIERS

EMMAÜS CONNECT : mardi et mercredi - à 9h et à 11h

CRIJ : le jeudi à 14h, sans rendez-vous

COOPÉRATION FÉMININE : horaires à venir

CIDFF : le mardi à 9h (niveau avancé)
et à 14h (niveau débutant)

ATELIERS POUR LES FEMMES



5

POUR LES AIDES
FINANCIÈRES

RÉGIE D'URGENCE



Aide ponctuelle d'urgence de **92€**, complétée éventuellement par une allocation mensuelle sur le mois suivant



Pour les 18-21 ans ou tout parent d'enfant mineur, sans ressources ou rencontrant des difficultés justifiées pouvant déséquilibrer le budget



Délai : immédiat

COMMENT ?

Se rendre à la MDS du secteur, demander d'être reçu.e par l'assistant.e social.e et lui faire une demande

Les 92€ en liquide sont à retirer à la régie



- CNI, titre de séjour ou justificatif de vol/perte
- Justificatif de domicile ou domiciliation
- Document justifiant l'absence ou la coupure de ressources : attestation CAF ou Pôle emploi, relevé de compte, factures et/ou amendes à payer

Avec un courrier de travailleur.euse social.e c'est plus facile, mais attention : ces aides sont accessibles suite à l'évaluation faite par l'assistant.e social.e de la MDS

SECOURS AUX ADULTES



Aide ponctuelle de **300€ par an**, dont 46€ payés en liquide et le reste en chèque de trésor public (peut être encaissé au service des impôts)



Toute personne de + 21 ans, isolée ou en couple, sans enfant mineur à charge. Il faut être en rupture de ressources, mais avoir la perspective d'en avoir prochainement, ou assumer une charge exceptionnelle qui déséquilibre totalement le budget. Les personnes en situation irrégulière peuvent également en bénéficier



Délai : jusqu'à 1 mois et demi

COMMENT ?

Se rendre à la MDS de secteur, demander d'être reçu.e par l'assistant.e social.e et lui faire une demande

Les 46 € en liquide sont à retirer à la régie



- CNI, titre de séjour ou justificatif de vol/perte
- Justificatif de domicile ou domiciliation
- Document justifiant l'absence ou la rupture de ressources : attestation CAF ou Pôle emploi, relevé de compte, factures et/ou amendes à payer

CHÈQUES D'ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ



Carnet de tickets échangeables contre des produits alimentaires /d'hygiène, d'un montant de :

30€ pour une personne seule,

60€ pour un couple sans enfants,

90€ pour un couple avec enfants mineurs

1 fois par mois maximum



Pour les majeurs en situation de rupture de ressources



Délai : immédiat

COMMENT ?

Se rendre à l'accueil du CCAS de secteur, demander à être reçu.e par l'assistant.e social.e et lui faire une demande



- CNI, titre de séjour ou justificatif de vol/perte
- Justificatif de domicile ou domiciliation
- Document justifiant l'absence ou la coupure de ressources : attestation CAF ou Pôle emploi, relevé de compte, factures et/ou amendes à payer

Avec un courrier de travailleur.euse social.e c'est plus facile

FONDS DE SOLIDARITÉ LOGEMENT (FSL) ENERGIE



Aide ponctuelle aux impayés d'énergie, d'un montant allant de 60 à 800€, selon le montant de la dette

1 fois par an maximum



Pour les majeurs qui ont des dettes auprès de leur fournisseur d'énergie (EDF ou ENGIE uniquement), ayant des ressources inférieures à 980€/mois pour personne seule



Délai : 1 à 2 mois

À partir du dépôt de la demande, plus de risque de coupure d'électricité

COMMENT ?

Ne pas avoir de dette antérieure non soldée suite à une précédente attribution de FSL Energie

Avoir payé 20% de la dette actuelle

Se rendre à l'accueil d'une MDS et remplir la formulaire avec l'assistant.e social.e sur place

Dette inférieure à 500€ : saisine directe possible via le formulaire à télécharger sur ampmetropole.fr

Dette supérieure à 500€ : prendre RDV avec un.e assistant.e social.e de la MDS



- CNI, titre de séjour ou justificatif de vol/perte
- Copie intégrale de la facture aux nom et prénom du demandeur
- Justificatif de ressources, de charges, de loyer...
- Justificatif de paiement de 20% de la dette
- Si dette importante : échéancier de paiement

FSL MAINTIEN & FSL CONCORDAT



Aides ponctuelles aux impayés de loyer, versées directement au bailleur

1 fois par an maximum



Pour les majeurs locataires, colocataires ou sous locataires qui éprouvent des difficultés à payer le loyer



Délai : 2 mois

COMMENT ?

Avoir une dette locative inférieure ou égale à 12 mois de loyer sur les 3 dernières années pour un FSL Maintien.

Au-delà de 12 mois de dettes, sur les 3 dernières années, il s'agira d'un FSL Concordat.

Avoir repris le paiement depuis 3 mois (6 mois pour un FSL Concordat)

Se rendre à l'accueil d'une MDS et monter le dossier avec le.la travailleur.se social.e sur place



- CNI, titre de séjour ou justificatif de vol/perte
- Copie du bail locatif
- Attestation d'assurance en cours de validité
- Justificatifs de ressources de l'ensemble du ménage
- RIB du bailleur

FAJ URGENCE



Aide maximale de **80€** en tickets-service

1 fois par an maximum



Pour les 18-25 ans, inscrit.e.s à la Mission Locale, sans ressources ou en rupture de ressources.



Délai : de 24h à 48h

COMMENT ?

En faire la demande au conseiller de la Mission locale

« QUE CEUX QUI ONT FAIM AIENT DU PAIN !
QUE CEUX QUI ONT DU PAIN AIENT FAIM
DE JUSTICE ET D'AMOUR. »



- CNI, titre de séjour ou justificatif de vol/perte
- Justificatif de domicile ou écrit daté, signé et tamponné par le conseiller indiquant que le jeune est sans domicile
- La lettre d'engagement signée par le ou la jeune

FAJ SUBSISTANCE



Aide maximale de **300€ (150€, si hébergé.e gratuitement)**
L'aide peut être versée directement sur le compte bancaire, par chèque ou en tickets-service.

3 fois par an maximum



Pour les 18-25 ans, inscrits à la Mission Locale, sans ressources ou en attente de rémunération



Délai : de 15 jours à 1 mois et demi

COMMENT ?

Être en contrat d'insertion et en faire la demande au.à la conseiller.ère de la Mission locale



- CNI, titre de séjour ou le justificatif de vol/perte
- Justificatif de domicile ou domiciliation
- Justificatif d'insertion sociale et professionnelle...
- Attestation de non-droit CAF

FAJ ATTENTE RÉMUNÉRATION



Aide maximale de **150€**, limitée à **2 fois par an**
Aide plafonnée à **200€** en cas de demande cumulée pour une aide à l'assurance auto/moto

Pour les jeunes en contrat d'insertion, montant maximal de **240€** le 1^{er} mois et de **150€** les 2 mois suivants



Pour les 18-25 ans, inscrit.e.s à la Mission Locale, en attente d'un premier salaire, d'une allocation chômage, d'une rémunération de formation ou d'une allocation Garantie Jeunes



Délai : de 15 jours à 1 mois et demi

COMMENT ?

En faire la demande au.à la conseiller.ère de la Mission locale



- CNI, titre de séjour ou justificatif de vol/perte



- Justificatif de domicile ou domiciliation
- Justificatifs de situation (contrat de travail ou de formation, CERFA Garantie Jeunes, CERFA PACEA, attestation Pôle emploi...)

FAJ RENOUVELLEMENT DE PAPIERS D'IDENTITÉ & PREMIER RENOUVELLEMENT DE TITRE DE SÉJOUR



Prise en charge des frais de renouvellement de la carte d'identité, du permis de conduire en cas de perte ou vol ou les frais du premier renouvellement de titre de séjour (timbres fiscaux + photos d'identité).

Montant maximal : CNI : **25€** - Permis de conduire : **25€**
Titre de séjour : **285 €**

Possibilité de rajouter **10 €** pour les photos d'identité.



18-25 ans, inscrit.e.s à la Mission Locale



Délai : de 15 jours à 1 mois et demi

COMMENT ?

En faire la demande au.à la conseiller.ère de la Mission locale



- Déclaration de vol ou de perte, faite au commissariat ou auprès de l'autorité compétente
- Pour le renouvellement de titre de séjour : récépissé de délivrance de titre de séjour en cours de fabrication

APPEL DE DÉTRESSE



Aide ponctuelle aux impayés de loyer, versée directement au bailleur, d'un montant maximal de **750€**



Agence régionale de la Fondation Abbé Pierre
16-20 rue Loubon - 3^e



Toute personne qui éprouve des difficultés à payer le loyer ou rencontre des problèmes vis-à-vis du logement (insalubrité, recherche d'un logement)



Délai : de 15 jours

COMMENT ?

Monter le dossier avec un.e assistant.e sociale



- CNI, titre de séjour ou justificatif de vol/perte
- Justificatif de domicile
- Tout papier justifiant vos difficultés



6

POUR SE
SOIGNER

MÉDECINS DU MONDE



Consultation de médecine générale
Constitution de dossiers médicaux



Tous les jours à 9h00



4 avenue Edmond Rostand - 3^e



Pour tout le monde

LE SPOT LONGCHAMP



Dépistage VIH et IST - Vaccination hépatites A/B et HPV
Accompagnement parcours de transition
Préservatifs et autre matériel de réduction des risques



Mardi de 16h à 19h30, mercredi/jeudi de 18h à 21h30
vendredi/samedi de 13h30 à 17h



3 boulevard Longchamp - 1^{er}



Pour tout le monde

ACCUEIL DE JOUR BÉTHANIE

▶ Consultation médecine générale
Podologue (soins des pieds) / Psychologue



Lundi, mercredi, jeudi, vendredi - de 8h à 11h



11 rue Malaval - 2^e



Pour les personnes sans couverture d'assurance
maladie, sans CSS* ni AME

HÔPITAL DE LA TIMONE

▶ Ouverture de droits santé (AME, CMU)
pour diverses consultations



264 rue St Pierre - 5^e



Pour les personnes sans couverture d'assurance maladie,
sans CSS* ni AME

**Attention, la CMU-C est remplacée par la CSS
(Complémentaire santé solidaire)*



PASS ADULTE :

mardi, jeudi et vendredi à 9h, sans rendez-vous

PASS MERE-ENFANT ET PASS DENTAIRE :

lundi et jeudi matin de 9h à 11h, sans rendez-vous

PASS URGENCES PEDIATRIQUES :

lundi, jeudi et vendredi matin de 9h, sans rendez-vous



Si possible : justificatif d'identité, justificatif de ressources, justificatif de domicile

HÔPITAL DE LA CONCEPTION

PASS CONCEPTION / PASS MATERNITÉ



Ouverture de droits santé (AME, CMU)
pour diverses consultations



147 bd Baille - 5^e



Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 9h00 à 12h00



Toute personne n'ayant pas de droits santé ouverts
**Toutes les femmes enceintes n'ayant pas
de droits santé ouverts**



Si possible : justificatif d'identité, justificatif de ressources, justificatif de domicile

PLANNING FAMILIAL

Accueil, écoute, et accompagnement sur les questions de vie affective, relationnelles et sexuelles (sexualités, contraception, interruption volontaire de grossesse (IVG), infections sexuellement transmissibles (IST), corps, violences, etc.)

Consultations de gynécologie, sans avance de frais, pour la prescription d'une contraception, pour un suivi gynécologique (frottis, prélèvements, etc.), pour les soins concernant la santé sexuelle



Permanences d'accueil, gratuites et confidentielles, du lundi au jeudi de 14h à 18h, le lundi matin de 10h à 12h, et le vendredi de 14h à 17h



106 bd National - 3^e



Pour tout le monde

« LE CONTRAIRE DE LA MISÈRE
CE N'EST PAS LA RICHESSE,
LE CONTRAIRE DE LA MISÈRE
C'EST LE PARTAGE. »



7

POUR SON
ANIMAL

SPA DISPENSAIRE



Consultation vétérinaire gratuite



19 rue d'Eguison - 10^e



Sur RDV uniquement



Pour tous les animaux



- Pièce d'identité (du maître ou de la maîtresse)
- Courrier d'un.e travailleur.se social.e

FONDATION D'ASSISTANCE AUX ANIMAUX



Consultation vétérinaire gratuite

Les soins peuvent être soumis à participation



11 rue Max Dormoy - 4^e



- Pièce d'identité (du maître ou de la maîtresse)
- Courrier d'un.e travailleur.se social.e

ACCUEIL DE JOUR « CŒUR DU JOUR »



Distribution de croquettes pour chiens dans une salle dédiée



Le lundi, mardi, jeudi, vendredi de 8h30 à 12h



34 boulevard Bouès - 3^e, RDC



Pour tous les chiens

« L'AMITIÉ, C'EST
CE QUI VIENT AU
CŒUR QUAND ON
FAIT ENSEMBLE DES
CHOSSES BELLES ET
DIFFICILES. »



8

POUR SE
CHANGER
LES IDÉES

BIBLIOTHÈQUE ALCAZAR



Films, BD, journaux, livres, espace de lecture, ordinateurs à disposition, wi-fi, espace médiatique, projections de films gratuites



Du mardi au samedi - de 11h à 19h



58 Cours Belsunce - 1^{er}

COMMENT ?

S'inscrire à l'accueil

Inscription gratuite pour les chômeurs, bénéficiaires du RSA, AAH, ASPA et toute personne non-imposable

Pièces à fournir :

Pièce d'identité, justificatif de domicile ou domiciliation
dernier avis d'impôts à 0€
ou attestation CAF/Pôle emploi

MUSÉES DE MARSEILLE



Accès gratuit le premier dimanche de mois

Billet gratuit à retirer à la caisse pour les chômeurs et bénéficiaires du RSA, sur présentation de justificatifs

ACCUEIL DE JOUR CRIMÉE



Cours de boxe gratuit



Mercredi et vendredi matin - de 8h30 à 12h00



Ateliers Cuisine



Lundi et jeudi - de 9h00 à 14h00



54 A rue de Crimée - 3^e



S'inscrire à l'accueil le lundi matin

AIRES SPORTIVES ET LUDIQUES



Parc Borely, 8^e

Bus **19** arrêt Hippodrome Plage

Parc balnéaire du Prado, 8^e

Bus **19**, **83** arrêt la Plage

Colline Saint-Joseph, 9^e

Bus **24**, **24B**, **24T**, **48**, **48T** arrêt le Fangas

Parc de Font Obscure, 13^e

Bus **27**, **32**, **33**, **33S**, **34** arrêt Centre commercial du Merlan

Parc Athena, 13^e

Bus **1**, **1S** arrêt Einstein Athena

Parc de l'Espérance, 14^e

Bus **89** arrêt Gibbes d'Artagnan

Parc de l'Oasis, 14^e

Bus **28**, **31** arrêt le Castellàs

Parc François Billoux, 15^e

Bus **82**, **25**, **36**, **36B**, **70** arrêt Billoux Mairie 15 et 16^e

BOUTIQUE SOLIDARITÉ ABBÉ PIERRE



Tables de ping-pong et différents jeux : dominos, scrabble, échecs, dames...



Venir sur place - tous les jours de 9h à 12h



Ateliers Musique et Art thérapie



Venir sur place vers 9h :
mardi et mercredi pour l'atelier de musique
mardi pour l'atelier art-thérapie



16-20 rue Loubon - 3^e

« LA JOIE EMPLIT LE CŒUR
LORSQU'ON A RENCONTRÉ
LA CERTITUDE QUE LA VIE
N'EST PAS UN CHEMIN
QUI NE VA VERS RIEN. »



9

POUR S'Y
RENDRE

ACCUEIL DE JOUR BÉTHANIE - 11 rue Malaval - 2^e

Bus 31, 32, 40, 70, 89 arrêt Paris Forbin, M2, T2, T3 arrêt Joliette

ACCUEIL DE JOUR CONSOLAT - 34 boulevard Bouès - 3^e, 1^{er} étage

Bus 31, 32 arrêt Loubon Barbini, bus 33, 33S, 34 arrêt Clovis Hugues

ACCUEIL DE JOUR « CŒUR DU JOUR » - 34B bd Boues - 3^e, RDC

Bus 31, 32 arrêt Loubon Barbini, bus 33, 33S, 34 arrêt Clovis Hugues

ACCUEIL DE JOUR CRIMÉE - 54 A rue de Crimée - 3^e

Bus 33, 33S, 34 arrêt National Belle de Mai, M1, M2 arrêt St Charles

ACCUEIL DE JOUR MARCEAU - 5 place Marceau - 2^e

Bus 31, 32, 40, 70, 89 arrêt Paris Forbin

ADIL 13 - 15 avenue Robert Schuman - 2^e

T2, T3, bus 55 arrêt Sadi Carnot

AGENCE RÉGIONALE DE LA FONDATION ABBÉ PIERRE

BOUTIQUE SOLIDARITÉ ABBÉ PIERRE - 16-20 rue Loubon - 3^e

Bus 31, 32, 89 arrêt National Loubon, bus 88 arrêt Belle vue Loubon
M2 arrêt National

AMPIL - 6 Rue des Fabres - 1^e (à côté du Centre Bourse)

M1 arrêt Colbert ou Vieux-Port, T2, T3 arrêt Belsunce Alcazar

BIBLIOTHÈQUE ALCAZAR - 58 Cours Belsunce - 1^{er}

T2, T3 arrêt Belsunce Alcazar, M1, M2 arrêt Colbert ou Vieux-Port

CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE (CPAM)

- 164 la Canebière - 1^{er}

M1, T2 arrêt Réformés Canebière

CENTRE D'ACCÈS AUX DROITS DES ÉTRANGERS (CADE)

- 8 bd Dugommier - 1^{er}

T2 arrêt Canebière Garibaldi, M2, T1 arrêt Noailles,

M1, M2 arrêt St Charles

CENTRES COMMUNAUX D'ACTION SOCIALE (CCAS) DU SECTEUR

CCAS Centre - 1^{er}, 2^e, 3^e et 7^e - 62 rue de l'Évêché - 2^e

T2 T3 , bus 55 arrêt Sadi Carnot

CCAS Est - 4^e, 5^e, 6^e et 12^e - 36 bd de la Fédération - 4^e

M1 arrêt Chartreux

CENTRE D'INFORMATION SUR LES DROITS DES FEMMES

ET DES FAMILLES (CIDFF) - 1 Rue de Forbin - 3^e

T2, T3 arrêt Joliette, M2 arrêt Notre Dame du Mont



Pour trouver une permanence
de proximité, veuillez appeler
au 04 96 11 07 99 ou consulter
bouchesdurhone-phocean.cidff.info

CENTRE RÉGIONAL INFORMATION JEUNESSE (CRIJ) - 96 la Canebière - 1^{er}
M1 arrêt Réformés Canebière, T2 arrêt Canebière Garibaldi,
bus 81 arrêt Noailles

COOPÉRATION FÉMININE - 10 rue St Jacques, 6^e
M1 Estrangin, T3 Rome Dragon

LA CROIX-ROUGE - 64 Rue Clovis Hugues - 3^e
Bus 56, 33 arrêt Clovis Hugues

EMMAÜS CONNECT - 10 Bd National - 1^{er}
M1 arrêt Réformés Canebière ou Saint-Charles, M2 arrêt Saint- Charles,
T2 arrêt National

L'ENCRE BLEUE À la Cité des Associations - 93 La Canebière, 1^{er}
M2, T1 arrêt Noailles, T2 arrêt Canebière Garibaldi

FONDATION D'ASSISTANCE AUX ANIMAUX - 11 rue Max Dormoy - 4^e
 Bus 6, 7, 42 arrêt Cinq Avenues Chartreux, bus 81 arrêt Libération
 Dormoy, M1 arrêt Cinq Avenues Longchamp, T2 arrêt Cinq avenues

MISSIONNAIRES DE LA CHARITÉ - 11 avenue Alphée-Cartier - 3^e
 Bus 89 arrêt National Pyat, M2 arrêt National

MAISON DE L'AVOCAT - 56 rue Montgrand - 6^e
 M1 arrêt Estrangin

MAISON DÉPARTEMENTALE DE LA SOLIDARITÉS (MDS)

MDS - 1^{er} : 15 place de la Joliette - 2^e

T2, T3, M2 arrêt Joliette

MDS - 2^e : 18 Avenue Robert Schuman - 2^e

T2, T3, bus 55 arrêt Sadi Carnot

MDS - 3^e : 24 rue Jobin - 3^e

Bus 49 arrêt Belle de Mai la Friche

MDS - 4^e & 12^e : 21 Rue Pierre Roche - 4^e

M1 arrêt Chartreux

MDS 5^e, 6^e & 7^e : 66 rue Saint Sébastien - 6^e

M1, M2 arrêt Castellane



Pour trouver la MDS de son secteur :
<https://www.departement13.fr/nos-actions/sante/les-lieux/les-maisons-departementales-de-la-solidarite>

MÉDECINS DU MONDE - 4 avenue Edmond Rostand - 3^e
 Bus 31, 32, 33, 34 arrêt Loubon

MISSION LOCALE VIEUX-PORT - 1^{er}, 2^e, 3^e & 7^e - 19 rue Vacon - 1^e
 T1, M2 arrêt Noailles, M1 arrêt Vieux-Port,
 T3 arrêt Cours Saint Louis

MISSION LOCALE CASTELLANE - 4^e, 5^e, 6^e & 8^e - 67 avenue de Toulon - 6^e
 M1, M2 arrêt Castellane



Pour trouver la Mission Locale de son secteur :
<https://www.mission-locale.fr/annuaire/agence/mission-locale-de-marseille>

PASS : HÔPITAL DE LA CONCEPTION - 147 bd Baille - 5^e
 M1 arrêt Baille, bus 54 arrêt Conception

PASS : HÔPITAL DE LA TIMONE - 264 rue St Pierre - 5^e

M1 arrêt La Timone, bus 59, 91 arrêt La Timone

PLANNING FAMILIAL - 106 bd National - 3^e

T2 arrêt National ou Réformés-Canebière,
bus 49, 33, 34 arrêt Réformés-Canebière

RESTAURANT NOGA - 74 Cours Julien - 6^e

M2 arrêt Notre Dame du Mont

SOS FEMMES - 10 avenue du Prado - 6^e

M1 M2 , bus 41, 73, 74 arrêt Castellane

SPA DISPENSAIRE - 19 rue d'Eguison - 10^e

Bus 18 arrêt Toulon Galinat, bus 72 arrêt Place de Pologne

LE SPOT LONGCHAMP - 3 boulevard Longchamp - 1^{er}

T2 arrêt National ou Réformés-Canebière,
bus 49, 33, 34, arrêt Réformés-Canebière

« L'ESPRIT NE PEUT ÊTRE LIBRE S'IL
N'EST DÉGAGÉ DE L'ANGOISSE
DE LA FAIM. »

Toutes les citations sont de l'Abbé Pierre

Graphisme : Béryl Walther - walther.beryl@gmail.com

Notre démarche : nous sommes un groupe de jeunes (18-30 ans) accompagnés par l'association Gépji. Suite au besoin de réactualiser le guide paru en 2016, nous avons souhaité nous réunir pour proposer un outil accessible à tou-te-s.

Ce petit livre est la preuve de notre résistance, une preuve d'espoir. Ce guide est mis à jour au 31 mars 2020, les aides et les démarches sont susceptibles d'être modifiées par les institutions.

Bonne route à tou-te-s !



« Avec ce guide, on donne des informations concrètes et dont on a besoin, à tous les jeunes en galère. »

« On décrit les erreurs à ne pas commettre, les pièges à éviter. »