

# VOTRE ANNUAIRE du temps libre

- Vos adresses utiles  
Bouches-du-Rhône

## ORGANISMES SOCIAUX

### Carsat Sud-Est (CAISSE D'ASSURANCE RETRAITE ET DE LA SANTE AU TRAVAIL)

35 rue George  
13386 MARSEILLE cedex 20 39 60  
[www.carsat-sudest.fr](http://www.carsat-sudest.fr)  
Aides à domicile et amélioration de l'habitat 39 60  
Service Social 36 46

### CPAM DES BOUCHES DU RHONE (CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE)

ADRESSE UNIQUE POUR ECRIRE :  
CPAM 13  
13421 MARSEILLE CEDEX 20 36 46  
Liste des points d'accueil sur le site :  
[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

### ARS (AGENCE REGIONALE DE SANTE)

Chargée d'organiser le système de soins en région. Oriente vers un professionnel de la santé, un établissement médical ou autre.  
Les usagers ont la possibilité de faire exprimer leurs droits et d'être accompagnés dans leurs démarches (indemnisation par exemple).  
Délégation Départementale des Bouches-du-Rhône  
132 bd de Paris  
CS 50039  
13331 MARSEILLE CEDEX 03 04 13 55 80 10  
[www.ars.paca.sante.fr](http://www.ars.paca.sante.fr)

### CICAS (CENTRE D'INFORMATION CONSEIL ET ACCUEIL DES SALARIES)

Permanences pour accueillir les futurs retraités et les aider à constituer leur dossier de retraite complémentaire (Arrco, Agirc y compris l'Ircantec)  
2 quai d'Arenc  
Immeuble le Balthazar  
13002 MARSEILLE 08 20 20 01 89  
De 8h30 à 18h sans interruption  
[www.agirc-arrco.fr/particuliers](http://www.agirc-arrco.fr/particuliers)

### URSSAF PACA (UNION RECOUVREMENT COTISATIONS SECURITE SOCIALE ET ALLOCATIONS FAMILIALES)

Siège social, Site des Bouches-du-Rhône  
20 avenue Viton  
13009 MARSEILLE 39 57  
[www.urssaf.fr](http://www.urssaf.fr)

### MSA BOUCHES DU RHONE

152 av de Hambourg  
13008 MARSEILLE 04 94 60 38 38  
Assistance Internet 09 69 39 22 87  
[www.msaprovenceazur.fr](http://www.msaprovenceazur.fr)

### CAF DES BOUCHES DU RHONE (CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES)

Par courrier, ADRESSE UNIQUE :  
CAF DES BOUCHES-DU-RHONE  
Service courrier  
13348 MARSEILLE CEDEX 20  
Par téléphone : 08 10 25 13 10  
Liste des points d'accueil et des bornes interactives sur le site :  
[www.caf.fr](http://www.caf.fr)

## CCAS DANS LES BOUCHES DU RHÔNE (CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE)

### CCAS MARSEILLE :

CENTRE 1°, 2°, 3°, 7° ards  
62 rue de l'Evêché  
13002 MARSEILLE 04 91 99 14 60  
EST 4°, 5°, 6°, 12° ards  
6 bd de la Fédération  
13004 MARSEILLE 04 91 43 93 43  
SUD 8°, 9°, 10°, 11° ards  
11 rue Borde  
13008 MARSEILLE 04 86 94 40 30  
MAZARGUES 9°  
61-63 bd de la Concorde  
13009 MARSEILLE 04 91 40 35 11  
NORD 13°, 14°, 15°, 16° ards  
151 bd Danielle Casanova  
13014 MARSEILLE 04 84 52 51 61

### CCAS HORS MARSEILLE :

Le Ligourès  
Place Romée de Villeneuve  
BP 563  
13092 AIX EN PROVENCE 04 42 17 99 99  
2 rue Aristide Briand  
13200 ARLES 04 90 18 46 80  
Av Antide Boyer  
Immeuble Les Marronniers  
13400 AUBAGNE 04 42 18 19 54  
75 chemin Fontaine de Guigue  
13270 FOS SUR MER 04 42 47 71 00  
18 av Aristide Briand  
13800 ISTRES 04 42 55 51 00  
Mairie de La Ciotat  
Rond-Point des messageries maritimes  
13600 LA CIOTAT 04 42 08 88 39  
Centre Commercial Le Village  
1 av de Plan de Campagne  
13170 LES PENNES MIRABEAU 04 91 67 17 37  
4 rue de Verdun  
13700 MARIIGNANE 04 42 31 11 31  
Hôtel de ville - 1er étage  
Av Louis Sammut  
13500 MARTIGUES Pôle social 04 42 44 31 90  
144 bd Lamartine Accueil 04 90 56 88 66  
13300 SALON DE PROVENCE Sce Animation 04 90 56 88 72

### PÔLE INFOS SENIORS 13 (ANCIENS CLIC)

Département des Bouches-du-Rhône  
4 quai d'Arenc  
CS 70095  
13304 Marseille cedex 02  
**MARSEILLE :**  
**Marseille Nord** 13 - 14 - 15 et 16è  
3 bd Basile Barrelier  
13014 Marseille 04 91 60 37 16  
[contact@gerontonord.com](mailto:contact@gerontonord.com)  
**Marseille Centre** 1 - 2 - 3 - 5 - 6 et 7è  
64 rue Longue des Capucins  
13001 Marseille 04 91 90 56 22  
[clic.marseillecentre@entraide.asso.fr](mailto:clic.marseillecentre@entraide.asso.fr)  
**Marseille 4 - 12** 4 et 12è  
176 av de Montolivet  
Pavillon Garlaban  
13012 Marseille 04 91 34 96 73  
[clic.estgeronto@laposte.net](mailto:clic.estgeronto@laposte.net)

<b>Marseille Sud Est</b>	8 - 9 - 10 et 11è
11 rue Borde Bât E	
13008 Marseille	04 86 94 40 46
<a href="mailto:p.rossell@ccas-marseille.fr">p.rossell@ccas-marseille.fr</a>	
<b>HORS MARSEILLE :</b>	
<b>Garlaban Calanques</b>	
Allauch, Aubagne, Auriol, Carnoux, Cassis, Ceyreste, Cuges les Pins, Gémenos, La Ciotat, La Penne sur Huveaune, Plan de Cuques, Roquefort la Bédoule, Roquevaire	
Pôle seniors Aubagne	
1 bd Jean Jaurès	
13400 Aubagne	04 42 18 19 05
CH Allauch - Ch des Milles Ecus	
13190 Allauch	04 91 10 46 83
Rond point messageries maritimes	
13600 La Ciotat	04 42 83 35 90
<b>Pays d'Aix</b>	
Villa Rambot	
32 av Sainte Victoire	
13100 AIX EN PROVENCE	04 42 99 23 80
<b>Pays de Martigues</b>	
Martigues, Port de Bouc, St Mitre les Remparts	
Av Paul Eluard	
Canto Perdrix Est	
13500 Martigues	04 42 41 18 47
<b>Pays Salonais</b>	
Alleins, Aureille, Aurons, Berre, Charleval, Cornillon Confoux, Eyguières...	
39 rue Saint François	
13300 Salon de Pce	04 90 44 13 17
<b>Pays d'Arles</b>	
2 rue Aristid Briand	
13200 Arles	04 90 49 47 84
<b>Durance Alpilles</b>	
Barbentane, Boulbon, Cabannes, Châteaurenard, Eygalières, Eyrargues...	
Espace Reva	
2 allée Josime Martin	
13160 Châteaurenard	04 90 92 60 05

## TEMPS LIBRE - RENCONTRES - ROLES

## ORGANISMES CULTURELS

<b>OFFICE DU TOURISME</b>	
300 av Giuseppe Verdi (Face à la fontaine de la rotonde)	
13100 AIX EN PROVENCE	04 42 16 11 61
Place Frédéric Mistral	
13190 ALLAUCH	04 91 10 49 20
Esplanade Charles de Gaulle	
Bd des Lices	
13200 ARLES	04 90 18 41 20
8 cours Barthélémy	
13400 AUBAGNE	04 42 03 49 98
Bd Anatole France	
13600 LA CIOTAT	04 42 08 61 32
30 allée Jean Jaurès	
13800 ISTRES	04 42 81 76 00
Cours Mirabeau (En face de la mairie)	
13700 MARIIGNANE	04 42 31 12 97
11 La Canebière	
13001 MARSEILLE	08 26 50 05 00
Rond-Point de l'Hôtel de Ville	
13500 MARTIGUES	04 42 42 31 10

249 place Jules Morgan	
13300 SALON DE PROVENCE	04 90 56 27 60
Av Camille Pelletan (Vieux Village)	04 42 77 90 27
Place de l'Hôtel de Ville (Centre)	04 42 77 90 88
13127 VITROLLES	
Syndicat d'initiatives	35 bis av Victor Hugo
13170 LES PENNES MIRABEAU	04 42 02 55 14

## UTL (UNIVERSITE DU TEMPS LIBRE) / UTD (U. TEMPS DISPONIBLE)

Espace René Cassin (RDC Gauche)	
3 av Robert Schuman	
13100 AIX EN PROVENCE	UTL 04 86 91 42 60/61
<a href="http://utl.univ-amu.fr">http://utl.univ-amu.fr</a>	
UPOP'Arles	
Maison de la Vie associative	
3 boulevard des Lices	
13200 ARLES	04 90 93 49 60
<a href="http://www.upoparles.org">www.upoparles.org</a>	On peut s'inscrire sur le site
Centre de Congrès Agora	
ZI les Paluds - BP 1303	
13784 AUBAGNE Cedex	UTL 04 42 18 08 06
<a href="http://www.aubagne.fr/fr/services/sortir-se-cultiver/utl.html">www.aubagne.fr/fr/services/sortir-se-cultiver/utl.html</a>	
Mairie de La Ciotat	
Service de la culture	UTD
13600 LA CIOTAT	Poste 4036 04 42 08 88 67
<a href="http://www.mairie-laciotat.fr">www.mairie-laciotat.fr</a>	
53/55 av Jean Mermoz	
Espace St Exupéry	
13700 MARIIGNANE	UTD 04 42 10 14 67
11 rue Edmond Rostand	
13006 MARSEILLE	UTL 04 91 36 57 20/22
<a href="http://utl.univ-amu.fr/coordonnees-luniversite-du-temps-libre-a-marseille">http://utl.univ-amu.fr/coordonnees-luniversite-du-temps-libre-a-marseille</a>	
9 rue de l'Étang - Jonquières	
13500 MARTIGUES	UTL 04 42 80 01 67
<a href="http://www.umtl.fr">www.umtl.fr</a>	
L'Atrium	
89 bd Aristide Briand	
13300 SALON	UTD 04 90 57 71 15
<a href="http://www.utd-salondeprovence.com">www.utd-salondeprovence.com</a>	
Passerelle des savoirs, Médiathèque La Passerelle	
Place de la Liberté	
13127 VITROLLES	UTD 04 42 43 58 04
<a href="http://www.vitrolles13.fr/s-enrichir/universite-du-temps-disponible/">http://www.vitrolles13.fr/s-enrichir/universite-du-temps-disponible/</a>	

## BIBLIOTHEQUE DEPARTEMENTALE DES BOUCHES DU RHÔNE

20 rue Mirès	
13003 MARSEILLE	04 13 31 83 08 04 13 31 82 00
<a href="http://www.biblio13.fr">www.biblio13.fr</a>	
<a href="mailto:biblio13@cg13.fr">biblio13@cg13.fr</a>	
19 avenue Albin Gilles	
ZA de la Gare	
13210 SAINT REMY DE PROVENCE	04 13 31 63 70

## BIBLIOTHEQUES DANS ET HORS DU RESEAU DE LA BIBLIOTHEQUE DEPARTEMENTALE DES BDR

<b>Aix :</b>	
Bibliothèque de la Halle-aux-Grains	04 42 91 93 29
Bibliothèque Les Deux Ormes	04 42 59 08 15
Bibliothèque (Hors réseau)	04 42 91 98 88
Médiabus :	04 42 91 98 77
<a href="http://www.citedulivre-aix.com">www.citedulivre-aix.com</a>	(catalogue disponible en ligne)
<a href="mailto:Vious@mairie-aixenprovence.fr">Vious@mairie-aixenprovence.fr</a>	

**Allauch :**

Bibliothèque municipale 04 91 10 49 30  
<http://biblio.allauch.com>

**Arles :**

Bibliothèque annexe de Barriol 04 90 49 37 71  
 Médiathèque d'Arles (Hors réseau) 06 70 20 39 94  
[www.ville-arles.fr](http://www.ville-arles.fr) (catalogue disponible en ligne)  
[mediatheque@ville-arles.fr](mailto:mediatheque@ville-arles.fr)

**Aubagne :**

Médiathèque Marcel Pagnol (Hors réseau) 04 42 18 19 90  
[www.aubagne.com](http://www.aubagne.com)  
[mediatheque@mairie-aubagne.com](mailto:mediatheque@mairie-aubagne.com)

**La Ciotat :**

Bibliothèque municipale Romain Rolland 04 42 08 13 18  
[www.mairie-laciotat.fr](http://www.mairie-laciotat.fr)

**Marignane :**

Bibliothèque municipale Jean d'Ormesson 04 42 31 12 40  
[bibliotheque@ville-marignane.fr](mailto:bibliotheque@ville-marignane.fr)

**Marseille :**

Alcazar - Biblio Municipale à Vocation Régionale (Hors réseau)  
 58 cours Belsunce 04 91 55 90 00  
[www.bmvr.marseille.fr](http://www.bmvr.marseille.fr) (catalogue disponible en ligne)  
[accueil-bmvr@mairie-marseille.fr](mailto:accueil-bmvr@mairie-marseille.fr)  
 Bibliothèques du réseau :  
 Bonneveine 04 91 25 10 10  
 Castellane 04 91 42 92 09  
 La Grogarde 04 91 89 57 04  
 Saint-André 04 91 03 72 72  
 Les Cinq-Avenues 04 91 49 42 36 / 04 91 43 19 72  
 Le Merlan 04 91 12 93 60  
 Le Panier 04 91 91 20 50  
[www.bmvr.mairie-marseille.fr](http://www.bmvr.mairie-marseille.fr) (catalogue disponible en ligne)

**Martigues :**

Bibliothèque Annexe de Canto-Perdrix 04 42 80 29 67  
 Bibliothèque Annexe de Jonquières 04 42 43 18 23  
 Médiathèque municipale Louis Aragon 04 42 80 27 97  
[www.mediathèque-martigues.fr](http://www.mediathèque-martigues.fr)

**Salon de Provence :**

Bibliothèque municipale (Hors réseau) 04 90 56 74 16

**Tarascon :**

Bibliothèque municipale 04 90 91 51 52  
[www.tarascon.org](http://www.tarascon.org)  
[bibliotheque@mairie-tarascon13.fr](mailto:bibliotheque@mairie-tarascon13.fr)

**Vitrolles :**

Médiathèque Georges Brassens 04 42 77 95 30  
 Médiathèque La Passerelle 04 42 77 91 00  
[www.vitrolles13.fr](http://www.vitrolles13.fr)

**BIBLIOTHEQUE SONORE**

Service de prêt gratuit aux personnes souffrant d'un handicap les empêchant de lire. Livres sonores, audiorevues, enregistrés sur CD, carte SD, clé USB

**Association des Donneurs de Voix**

[www.bibliotheques-sonores.org](http://www.bibliotheques-sonores.org)  
 21 bis cours St Louis  
 13100 AIX EN PROVENCE 04 42 63 06 65  
 Résidence SOLEÍADO - Bât G  
 Prendre l'avenue de Hambourg (15 rue de Verviers)  
 13200 ARLES 04 90 96 65 00  
[www.bibson-paysdarles.com](http://www.bibson-paysdarles.com)  
 71 rue Sylvabelle  
 13006 MARSEILLE 04 91 81 57 20  
<http://bibliotheque-sonore-marseille.com/>  
 Maison des associations  
 55 rue André Marie Ampère  
 13300 SALON DE PROVENCE 04 42 56 44 28

**Les Cannes Blanches**

Siège à Paris 06 63 17 41 35 01 40 62 69 50  
 FAF-UPAA (Union Provençale des Aveugles)  
 "Les Cannes Blanches"  
 9 rue Edouard Mossé  
 13013 MARSEILLE 04 96 12 20 79  
 Antennes sur Aubagne et Aix en Provence  
[www.upa13.fr](http://www.upa13.fr)  
[uprova@faf-upaa.fr](mailto:uprova@faf-upaa.fr)

**L'Alcazar Bibliothèque Municipale****Département "Lire autrement"**

58 cours Belsunce  
 13001 MARSEILLE 04 91 55 90 00  
[www.bmvr.marseille.fr](http://www.bmvr.marseille.fr)  
**Comité Valentin Haüy des Bouches du Rhône**  
 72 rue Saint Suffren  
 13006 MARSEILLE 04 91 37 47 90  
 Bibliothèque sonore les mardis et vendredis après-midis  
<http://marseille.avh.asso.fr/node/75>

**ACCES AUX VACANCES POUR TOUS****ANCV (AGENCE NATIONALE POUR LES CHEQUES VACANCES)**

Dites "Séniors en Vacances" (prix appel local) : 3240  
[www.ancv.com/seniors-en-vacances](http://www.ancv.com/seniors-en-vacances) 01 34 29 51 00

**AVF (ACCUEIL VILLES FRANCAISES)**

Cité des associations - BAL 445  
 93 La Canebière  
 13001 MARSEILLE 09 70 44 82 16  
 Permanence les 2è et 4è jeudis de chaque mois, de 16h00 à 19h00  
<http://www.avf-marseille.com/>  
[contact@avf-marseille.com](mailto:contact@avf-marseille.com)  
 Cité du Livre  
 8/10 rue des Allumettes  
 13090 AIX EN PROVENCE 04 42 38 49 83  
<http://avf.asso.fr/aix-en-provence>  
 19 rue du Rocher  
 13600 LA CIOTAT 04 42 71 71 32  
<http://avf.asso.fr/la-ciotat>  
 123 rue de Bucarest  
 13300 SALON DE PROVENCE 06 82 58 12 48 04 90 56 49 58  
<http://avf.asso.fr/salon-de-provence>  
 23 av Jean Moulin  
 13127 VITROLLES 04 42 89 54 14  
<http://avf.asso.fr/vitrolles>  
 Centre social de Jonquières  
 Place du 8 Mai 1945  
 13500 MARTIGUES 04 42 07 06 01  
<http://avf.asso.fr/martigues>

**ASSOCIATIONS MULTI ACTIVITES****Association Calliope****Possibilité de bénévolat**

Maison des Associations  
 chemin de Tartugues  
 13 800 ISTRES 04 42 11 57 33  
 Développement artistique et culturel de la personne handicapée.  
 Arts et métiers. Arts plastiques. Art culinaire. Photo. Rando. Sorties...  
<https://sites.google.com/site/lesitedecalliope/home>  
[association.calliope@gmail.com](mailto:association.calliope@gmail.com)

**CAP Pont de Béraud (Comité d'Animation et Promotion) des quartiers Nord-Est**

8 chemin du Four  
13100 AIX EN PROVENCE Mme LOMBARDO 06 07 57 74 15  
Rencontres "savoirs partagés". Sorties. Voyages. Conférences. Langues.  
Ateliers mémoire/équilibre. Randonnée. Boules. Jeux société. Théâtre...

[www.cap-pontdeberaud.fr](http://www.cap-pontdeberaud.fr)

**MJC Jacque Prévert**

24 bd de la République  
13100 AIX EN PROVENCE 04 42 26 36 50  
Musique. Chant. Théâtre. Randonnée. Escalade. Echecs. Photo...

[www.mjc-aixenprovence.fr](http://www.mjc-aixenprovence.fr)

**Centre Social les Amandiers**

8 allée des Amandiers  
13091 AIX EN PROVENCE 04 42 20 83 20  
Gym. Yoga. Alphabétisation. Atelier mémoire. Réseau d'Échange  
Réciproque de Savoirs. Association Paralysés France. Aquarelle...

<http://adiscentresocial.free.fr>

**CCAS Service Animation**

Le Ligourès  
Place Romée de Villeneuve BP 563  
13090 AIX EN PROVENCE 04 42 17 99 71  
Activités culturelles, sportives, ludiques

**Centre Socio Culturel Jean Paul Coste**

217 av Jean-Paul Coste  
13100 AIX EN PROVENCE 04 42 27 32 96  
Gym. Danse. Scrabble. Les chiffres et lettres. Ciné. Bibli. Peinture...

[www.cscjeanpaulcoste.com/](http://www.cscjeanpaulcoste.com/)

**Foyer restaurant Nostre Oustau**

Av Léo Lagrange Square Alliénde  
13120 GARDANNE 04 42 58 01 03  
Yoga. Sophrologie. Marche. Gym. Danse en ligne. Peinture...

**Ibisa association informatique**

1 av de la libération  
13120 GARDANNE 06 17 05 94 21 04 42 66 48 39  
Initiation informatique. Word. Excel. Photos numérique. Internet...

<http://asso.ibisa.free.fr>

**Chorale Atout Chœurs Gardanne**

Ecole Jacques Prévert  
Av Toulon  
13120 GARDANNE 06 84 26 90 12  
Chorale. Loto chantant. Soirée. Journée récréative chorale, week end...

<http://asso.ville-gardanne.fr/Chorale-Atout-Choeurs-Gardanne>

[www.atoutchoeurs-gardanne.eu](http://www.atoutchoeurs-gardanne.eu)

**Ecole d'arts plastiques**

39 bd Carnot  
13120 GARDANNE 04 42 51 07 99  
Dessin. Peinture. Aquarelle. Sculpture. Histoire de l'art. Numérique...

[www.ville-gardanne.fr/L-ecole-d-arts-plastiques](http://www.ville-gardanne.fr/L-ecole-d-arts-plastiques)

**Association Horizon Culture**

13 lotissement des Pins  
13090 BIVERS 04 42 60 91 50  
Cours de langue : Espagnol, Italien et Anglais

<http://www.horizon-culture.com>

**Centre social Calçaïra**

21 av du 8 mai 1945  
La Frescoule  
13127 VITROLLES 04 42 77 56 90  
Activités diverses

[www.vitrolles13.fr/vivre-ensemble/action-sociale/les-centres-sociaux/](http://www.vitrolles13.fr/vivre-ensemble/action-sociale/les-centres-sociaux/)

**Maison de quartier Ferme de Croze**

Av de la Ferme de Croze  
13127 VITROLLES 04 42 77 67 90  
Diverses activités

**Maison de quartier des Pinchinades**

6 allée de la Corvette  
13127 VITROLLES 04 42 89 41 35  
Diverses activités

**Maison de quartier du Roucas**

Rue Joseph Roumanille (Face à salle fêtes. Direction village)  
13127 VITROLLES 04 42 75 18 42  
Diverses activités

**Maison de quartier Le Liourat**

Quartier Le Liourat  
4 place Henri Durand  
13127 VITROLLES 04 42 89 80 77

**Maison de quartier "Les Vignettes"**

Bords de l'étang  
Rue Robert Ané  
13127 VITROLLES 04 42 89 80 77

**EMAP (Ecole Municipale d'Arts Plastiques)**

1 allée des Moissons  
La Frescoule  
13127 VITROLLES 06 99 34 05 24 04 42 89 87 13  
Dessin. Artisanat d'art. Design...

**EMMDAL (Ecole Municipale de Musique, Danse et Art lyrique)**

Centre culturel George SAND  
RDC - 1er bureau à gauche  
13127 VITROLLES 04 42 77 91 15

**Maison pour tous VITROLLES**

6 rue Pierre et Marie CURIE  
13127 VITROLLES 04 42 89 80 77  
Tennis de table. Salsa. Randonnée. Marche nordique. Danses de salon.  
Gym. Tai-Chi. Zumba. Généalogie. Photo...

[www.mptvitrolles.fr](http://www.mptvitrolles.fr)

**Mairie de Vitrolles**

Passeport Seniors  
101 av Jean Monnet 04 42 77 63 38  
13127 VITROLLES

Gym. Yoga. Tai-Chi. Qi Gong. Rando. Tir Arc. Golf. Pétanque. VTC...

[www.vitrolles13.fr](http://www.vitrolles13.fr)

**Roucas Country Attitude**

Domaine de Font-Blanche  
Maison de Quartier de la Frescoule  
13127 VITROLLES 06 45 73 05 81

Danse country tous niveaux Mercredi

[www.roucas-country.fr](http://www.roucas-country.fr)

**UAICF (Union Artistique et Intellectuelle des Cheminots Français)**

11 rue Marius Sauvaire  
13140 MIRAMAS 06 68 99 73 06 04 90 50 30 87  
Danses diverses. Chant. Cours de guitare. Yoga...

<http://uaicf-miramas.e-monsite.com>

**Club de l'amitié des retraités SNCF de Miramas**

15 rue Voltaire  
13140 MIRAMAS 04 90 50 46 11 04 90 58 33 36  
Jeux divers. Danse. Chorale. Atelier peinture...

[www.miramas.org/annuaire/association/club-de-lamitie-retraites-sncf](http://www.miramas.org/annuaire/association/club-de-lamitie-retraites-sncf)

**Centre social de la Gavotte**

93 av François Mitterand  
13170 LES PENNES MIRABEAU 04 91 51 08 60  
Gym. Langues. Peinture sur soie. Sophrologie. Danse modern'Jazz  
RDV littéraire. Films. Informatique. Réseau échange et savoir. Age d'or...

[www.centresocialgavotte.fr](http://www.centresocialgavotte.fr)

**Air Voilerie**

Salle S. Dartigues  
Carraire de la Voilerie 04 42 89 67 00  
13170 LES PENNES MIRABEAU

Scrabble. Gym douce. Stretching. Dessin. Contrée. Repas dansant...

[www.pennes-mirabeau.org](http://www.pennes-mirabeau.org)

**LE CALM Pennois (Centre d'Animations et de Loisirs Municipal)**

Centre Jean Giono  
 Chemin de Val Sec - La Gavotte  
 13170 LES PENNES MIRABEAU 06 03 51 02 59  
 Couture, généalogie, oenologie. Photo. Anglais. Hatha-Yoga. Pilates  
<http://calm.lespennes.fr>

**Ecole Municipale de Musique P. BARBIZET**

Centre Jean Giono  
 Chemin de Val Sec  
 13170 LES PENNES MIRABEAU 04 96 15 17 99  
 Culture musicale. Piano. Vents. Cordes. Batterie. Jazz, Salsa...  
[www.pennes-mirabeau.org](http://www.pennes-mirabeau.org)

**Nature et Provence COMPLET**

Club de randonnées pédestres Les contacter en 06/2017  
 13170 LES PENNES MIRABEAU 04 91 65 71 73

**Maison municipale des séniors "Fontvieille"**

780 route des quatre saisons  
 13190 ALLAUCH 04 91 10 44 72  
 Gymnastique. Danse. Yoga. Randonnée pédestre. Sorties. Promenade  
 d'oxygénation. Remueménages. Chant convivial. Jeux société. Boules...  
[www.allauch.com](http://www.allauch.com)

**Centre Social Mas Clairanne**

Quartier Trébon  
 2 rue Marius Allard  
 13200 ARLES 04 90 93 95 16  
 Nombreuses activités

**ARLESCOM**

Maison de la Vie Associative  
 2 bd des Lices  
 13200 ARLES 06 69 48 50 49  
 Initiation à l'informatique, messagerie et communication, bureautique,  
 travail des images, diaporama...

**UPOP'ARLES (Université Populaire et Citoyenne Arles)**

Maison de la vie associative  
 3 bd des Lices  
 13200 ARLES 04 90 93 49 60  
 Ecologie/Histoire des sciences. Anthropologie. Photo. Psychanalyse...  
[www.upoparles.org](http://www.upoparles.org) On peut s'inscrire sur le site

**Centre Socio Culturel Les Tuiles Bleues**

Rue du Château d'eau  
 13104 MAS THIBERT (20 kms d'Arles) 04 90 98 73 32  
 Couture. Randonnées. Jeux de société...  
[www.culture-13.fr](http://www.culture-13.fr)

**CLUB 3° AGE - Nombreuses activités avec l'Entraide**

1 rue du Midi Présidente :  
 13104 MAS THIBERT (20 kms d'Arles) 07 82 08 02 43

**Foyers club du Centre Communal d'Action Sociale d'Arles**

Foyer Morizot 04 90 49 93 94  
 Foyer Billot 04 90 96 55 72  
 Foyer Barailler 04 90 96 37 31  
 Foyer Belmondo 04 90 96 77 08  
 Jeux de mémoire. Entraide. Atelier déco. Visites musées. Chorale.  
 Scrabble. Sorties journées...

**ARLES TANGUEDIA**

Mas Coron  
 352 chemin des fenaisons  
 13200 ARLES 06 61 81 75 64 06 21 88 84 54  
 Tango argentin. Cours au pôle sportif av Foch à Arles ou à la salle  
 polyvalente de Pont de Crau  
[www.arles-tanguedia.org](http://www.arles-tanguedia.org)

**DELT'ART**

2 rue Léon Blum  
 13200 ARLES 04 90 93 44 82  
 Ecole d'arts plastiques  
[www.deltart.com](http://www.deltart.com)

**CCAS Hôtel de ville**

Rue Antoine Larue - Résidence du Port  
 13518 PORT ST LOUIS DU RHÔNE 04 42 86 90 28  
 Diverses activités

**Centre socioculturel Robert MATHIEU**

Av Joseph Simonet  
 13230 PORT ST LOUIS DU RHÔNE 04 42 86 06 47

**Espace Gérard PHILIPPE**

Av Gabriel Péri  
 13230 PORT ST LOUIS DU RHÔNE 04 42 48 52 31  
 Programmation séances cinéma, théâtre, danse, musique

**Femmes solidaires**

Elle informe, sensibilise sur les droits des femmes... Permanences  
 d'écoute d'orientation et d'accompagnement. Diverses activités  
 Ecole Jules Verne  
 5 rue Emile Combes  
 13230 PORT ST LOUIS DU RHÔNE 04 42 48 45 97

**Centre Municipal Marius Deidier**

Chemin du Puits de Brunet  
 13600 LA CIOTAT 04 42 83 07 85  
 Diverses activités sportives, culturelles, loisirs. Conférences. Spectacles..

**Maison des Associations**

Place Evariste Gras  
 13600 LA CIOTAT 04 42 83 84 10  
 Diverses activités

**Loisirs Solidarité des Retraités**

Maison des associations  
 Place Evariste Gras  
 13600 LA CIOTAT 04 42 83 84 10  
 Permanence le vendredi de 16h à 18h  
 Sorties journée. Voyages. Gym...

**MAISON POUR TOUS LEO LAGRANGE**

Espace Jacques Cascales  
 Av Jules Ferry  
 13600 LA CIOTAT 04 42 08 33 93  
 Théâtre. Anglais, Italien. Gym. Danse. Sophrologie. Zuma...

**Conservatoire Zino Francescatti**

140 av Cardinal Maurin  
 13600 LA CIOTAT 04 42 83 85 86  
 Nombreuses disciplines instrumentales et artistiques

**Maison RITT**

Avenue Joseph Roumanille  
 13600 LA CIOTAT 04 86 18 46 73  
 Peinture. Dessin. Informatique. Sophrologie. Yoga. Langues...  
[www.maisonritt.org](http://www.maisonritt.org)

**MAISONS DE QUARTIER & LE CLUB LAKANAL - AUBAGNE**

**Maison de quartier du Charrel - Château Blanc**  
 245 av de la Paix 04 42 03 23 42

**Maison de quartier Tourtelle**

Av Pierre Brossolette 04 42 18 17 48

**Maison de quartier Bernard-Palissy**

Rue Bernard Palissy 04 42 70 07 35

**Maison de quartier Les Passons**

Impasse du château 04 42 18 16 47

**Maison de quartier Lavoir du Pin vert**

Le Lavoir - Route de Roquevaire 04 42 84 15 97

**Maison de quartier Centre-Ville**

14 av Jeanne d'Arc 04 42 18 17 48

**Pôle Seniors**

04 42 18 19 05

**Club Lakanal**

04 42 70 32 38

**ESPACE CLEMENT DAVID**

Bd Piot  
 13360 ROQUEVAIRE 04 42 32 91 30

Nombreuses activités

[www.ville-de-roquevaire.fr/fr/espace-clement-david/](http://www.ville-de-roquevaire.fr/fr/espace-clement-david/)

**Centre social LA FARANDOLE**

Rue de la poutre  
13800 ISTRES 04 42 56 29 39  
Diverses activités

**Centre Social des Quartiers Sud**

Allée des Magnanarelles - Le Prépaou  
13800 ISTRES 04 42 55 50 24  
Diverses activités  
[www.csqsistres.fr](http://www.csqsistres.fr)

**Centre Social et d'Animation P. Maillet**

1 Rue de Couliès  
13118 ENTRESSEN 04 90 50 69 49  
Diverses activités

**Maison Pour Tous**

Les Heures Claires  
3 chemin de St Pierre  
13800 ISTRES 04 42 55 32 20  
Musique et théâtre. Science & détente. Espace artisanal. Sport de loisir...  
[www.mptistres.org](http://www.mptistres.org)

**Istres Temps Libre Evasion**

35 bd Frédéric Mistral  
13800 ISTRES 04 42 55 52 16/17  
Randos. Gym aqua, douce. Mémoire. Sorties. Voyages. Photo. Chorale...  
<http://itle-istres.e-monsite.com/>

**LA FARIGOULE**

Service Animation Seniors  
Allée des seniors-La Farigoule  
13270 FOS-SUR-MER 04 42 47 71 64

**Maison de quartier-Pont du Roy**

Canal du Roy  
13270 FOS-SUR-MER 04 42 06 41 61

**EMAP (Ecole Municipale d'Arts Plastiques)**

La Frescoule  
1 allée des Moissons  
13127 VITROLLES 04 42 89 87 13

**Association Forme et Détente**

Chez Mme Claire Servan 22 clos du Raumartin  
13700 MARIIGNANE 04 42 88 28 69  
Gymnastique. Stretching. Randonnées. Promenades. Sorties. WE  
[www.formedetente.org](http://www.formedetente.org)

**L'âge bleu**

Gymnase St Pierre  
13700 MARIIGNANE 09 72 99 15 45  
Aviron. Escrime. VTT. Tennis. Yoga. Marche oxygénation. Piscine...

**Maison pour tous**

6 rue Pierre et Marie curie  
Le liourat 3  
13127 VITROLLES 04 42 89 80 77  
Musique. Théâtre. Danse. Sports. Photo. Langues...  
[www.mptvitrolles.fr](http://www.mptvitrolles.fr)

**Club Informatique MICROTEL**

71 bd des Frères de Lamanon  
13300 SALON DE PROVENCE 04 90 56 37 84

**CCAS - Service animation**

Foyer logement Marcel Lyon  
Rue Bastonenq  
13300 SALON DE PROVENCE Sur RDV : 04 90 56 87 93  
Piscine. Gym douce. Yoga. Marche. Chorale...

**MJC**

17 bd Aristide Briand 04 90 56 96 80  
Cap Canourgues 04 90 45 04 57  
13300 SALON DE PROVENCE  
Arts martiaux. Forme. Langues. Arts plastiques. Danses. Théâtre...  
[www.mjcsalon.com](http://www.mjcsalon.com)

**UTAN (Union Touristique des Amis de la Nature)**

325 chemin des Batignolles  
13300 SALON DE PROVENCE 04 90 53 40 94  
Balisage et entretien des sentiers. Conseils au départ et pendant la randonnée. Excursions...  
[www.salondeprovence.utan.fr](http://www.salondeprovence.utan.fr)

**Mon jardin numérique** (dépend de l'Entraide : 04 13 31 03 93)

Les Canourgues - Salle Noël Caumettes  
13300 SALON DE PROVENCE 04 91 08 31 91  
Siège :

Espace Valentine-Bt B  
1 montée de St Menet  
13011 MARSEILLE 04 91 08 31 91  
Interviennent dans les Espaces Séniors.  
Nombreux lieux de formation dans les Bouches-du-Rhône  
[www.m-j-n.com](http://www.m-j-n.com)

**Centre Bausseque**

34 rue Bausseque  
13002 MARSEILLE 04 91 91 29 59  
Gym douce. Taï Chi Chuan. Jardinage, bricolage. Cours d'italien.  
Multimédia. Réseau d'échanges réciproques de savoirs  
[www.asso-bausseque.fr](http://www.asso-bausseque.fr)

**La Phalange du Lacydon**

3 montée Saint Esprit  
13002 MARSEILLE 04 91 90 96 70  
Gym. Boxe. Karaté.Danse. Gym détente. Chorale. Théâtre...  
<http://lacydon.wifeo.com>

**Centre Social Sainte Elisabeth**

6 square Hopkinson  
13004 MARSEILLE 04 91 34 69 96  
Diverses activités  
[www.cs-ste-elisabeth.fr](http://www.cs-ste-elisabeth.fr)

**MPT Chave Conception**

107 rue Benoit Malon  
13005 MARSEILLE 04 91 94 54 32  
Espace bibliothèque. Danses. Activités sportives...  
[www.maisonpourtouschavec.sitew.fr](http://www.maisonpourtouschavec.sitew.fr)

**Centre TIVOLI**

66 cours F. Roosevelt  
13005 MARSEILLE 04 96 12 20 20  
Sports. Danses. Musique...  
[www.animation-marseille.ifac.asso.fr](http://www.animation-marseille.ifac.asso.fr)

**Entraide Solidarité 13**

Nombreuses activités  
Siège Social :148 Rue Paradis-13006 MARSEILLE 04 91 04 78 00  
HOZIER 13002 MARSEILLE 04 13 31 03 90  
LE DORMOY 13004 MARSEILLE 04 13 31 03 96  
JEAN MARTIN 13005 MARSEILLE 04 13 31 04 02  
LE FLORIAN 13010 MARSEILLE 04 13 31 04 64  
LA TIMONE 13010 MARSEILLE 04 13 31 03 84  
LES OLIVES 13013 MARSEILLE 04 13 31 04 00  
SAINT JOSEPH 13014 MARSEILLE 04 13 31 03 81  
LA VALBARELLE 13011 MARSEILLE 04 13 31 05 91  
LES CAPUCINS 13001 MARSEILLE 04 91 01 65 65  
LE VERDURON 13015 MARSEILLE 04 13 31 04 93  
ALLAUCH 13190 ALLAUCH 04 91 10 49 02  
LE CLOCHETON 13380 PLAN DE CUQUES 04 91 07 16 45  
DOMAINE DE L'ARBOIS, ENTRE AIX ET MARSEILLE 04 42 53 46 73  
ARLES 13200 ARLES 04 90 96 00 90  
FOS 13270 FOS SUR MER 04 42 05 12 37  
PELISSANNE 13330 PELISSANNE 04 13 31 05 95  
Cyber seniors. Gym. Langues. Arts plastiques. Ateliers mémoire...  
Sorties. Voyages. Randonnées. Spectacles...  
[www.es13.com](http://www.es13.com)

## Foyer Restaurant La Belle Epoque

Animation communale  
Rue du 18 juin  
13380 PLAN-DE-CUQUES 04 91 05 22 40  
Nombreuses activités :  
Gym. Rando. Peinture. Couture. Patchwork. Scrabble. Billard. Cartes.

## MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE

Résidence Les Madets Villa St Jean  
13380 PLAN-DE-CUQUES 04 91 68 04 91  
Randos. Tai Chi. Yoga. Gym volontaire. VTT. Peinture. Danses. Musique.  
[www.mjcplandecuques.fr](http://www.mjcplandecuques.fr)

## ESPACE CULTUREL MIREMONT

99 av Frédéric Chevillon  
13380 PLAN-DE-CUQUES 04 91 68 01 39  
Anglais. Expositions

## Centre SocioCulturel Saint Giniez-Milan

38 rue Raphaël Ponson  
13008 MARSEILLE 04 91 77 93 05  
Bridge. Scrabble. Théâtre. Gospel. Danse. Arts martiaux. Gym. Yoga...  
<http://cscstginiez.e-monsite.com>

## Centre socio-culturel d'Endoume

285 rue d'Endoume  
13007 MARSEILLE 04 91 52 08 63  
Bibliothèque. Sport. Musique. Théâtre. Anglais. Yoga. Aquarelle...  
[www.cscendoume.fr](http://www.cscendoume.fr)

## Marseille autrement

2 rue Fauchier  
13002 MARSEILLE 06 81 11 29 29 04 91 71 17 78  
Association visant à faire découvrir, comprendre Marseille et sa région  
[www.marseille-autrement.fr](http://www.marseille-autrement.fr)

## Animation ville de Marseille, IFAC (Formation, Animation,

### Conseil au service de la vie locale) / Maison Pour Tous

Chave Conception	04 91 94 54 32
Blancarde	04 91 34 59 02
Camoins	04 91 27 06 92
Vallée de l'Huveaune	04 91 35 06 07
3 Lucs-La Valentine	04 91 88 74 36
Saint Barnabé	04 91 34 90 98
Cours Julien-La Plaine	04 96 12 23 90
Bonneveine	04 91 73 14 59
Endoume	04 91 59 23 76
Corderie	04 91 01 56 20
La Solidarité 15°	04 91 65 01 06
Jas de Gouin - Fos	04 42 47 71 66
Vitrolles	04 42 89 80 77

Voir plus de centres d'animation sur le site :  
[www.animation-marseille.ifac.asso.fr](http://www.animation-marseille.ifac.asso.fr)

## FORME

## ACTIVITES PHYSIQUES

### RANDONNEES PEDESTRES

#### Touring Provence Méditerranée

Cité des Associations  
93 La Canebière  
13001 MARSEILLE 06 80 70 82 81  
Randonnées : journée détente. Petite, moyenne et longue randonnée.  
Randonnée culturelle  
<http://randonnees-tpm-marseille.wifeo.com>

## Société des excursionnistes Marseillais

16 rue de la Rotonde  
13001 MARSEILLE 04 91 84 75 52  
Randonnée pédestre et d'escalade, marche nordique, marche  
aquatique côtière, rando orientation, raquettes en séjours montagne  
[www.exkurs.com](http://www.exkurs.com)

## Evasion Randonnée

125 rue Jaubert  
13005 MARSEILLE 04 91 94 05 63  
Randonnée pédestre de loisir avec un prolongement culturel et sportif  
Marche nordique, aquatique côtière. Raquettes neige, ski, we...  
[www.evasionetrandonnee.free.fr](http://www.evasionetrandonnee.free.fr)

## Randonnée et Ski de Découverte Martigues

Gymnase des Salins  
26 Chemin de Paradis  
13500 MARTIGUES 04 42 42 15 43  
<http://rsdmartigues.wordpress.com/>

## Club Nature et Provence

8 allée Les Portes de la Mer  
Les Laurons  
13117 LAVERA 04 42 40 31 83  
Randonnée pédestre facile et sportive. Marche nordique. Raquette neige  
[www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)

## FOS RANDO

Maison de la mer  
Avenue des Sables d'Or Mme Martinez (secr) 06 95 12 60 21  
13895 FOS-SUR-MER Mr Miramand (prés) 06 41 25 63 88  
Randonnée. Marche nordique  
[www.fosrando.com](http://www.fosrando.com)

## NATATION

Voir l'annuaire des clubs de natation sur le site : Rubrique "FFN" -  
Recherche avancée - région Provence : [www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr)

### Aquatic Club Allaudien

Complexe Sportif Jacques Gaillard  
13190 ALLAUCH 07 70 05 09 85

### Cercle Sportif Municipal Marseille

Piscine Vallier  
2 bd Françoise Duparc  
13004 MARSEILLE Mme Rolando 04 91 50 28 18  
Perfectionnement. Compétitions.  
Piscine St Charles  
90 rue Louis Grobet  
13001 MARSEILLE Mme Rolando 04 91 50 28 18  
Perfectionnement. Compétitions.

### Cercle Nageurs Marseille

Extrémité bd Charles Livon  
13007 MARSEILLE Mr Leccia 04 96 11 55 55

### Fédération Française de Natation : Comité Départemental du 13

Renseignez sur la liste des clubs dans le 13  
Rés Le Mascagni Rue des Cyprès - Bât B  
13140 MIRAMAS 04 42 55 02 58  
<http://natation13.org>

### Club des Nageurs Salonais

Centre nautique municipal  
Av du Professeur Paul Bourret  
13300 SALON DE PROVENCE 04 90 42 22 40  
Apprentissage et perfectionnement de la nage  
<http://cnsalonais.perso.sfr.fr>

### Vitrolles Sport Natation

Piscine du Liourat  
2 rue Louis Pasteur  
13127 VITROLLES 04 42 89 95 79  
Aqua-gym. Nage : cours dans 3 piscines : Jany, Liourat, Hermès

## GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

### Association de gymnastique volontaire (FFEPGV)

11 HLM Les Passons  
13400 AUBAGNE 06 59 40 05 72

[www.sport-sante.fr](http://www.sport-sante.fr)

### Détente activités physiques - Gymnastique volontaire

Bd Emile Zola  
Le Délos - Bât D  
13500 MARTIGUES 09 73 65 71 48

Différents lieux de cours de Gym, Cardio, Stretching, Equilibre...

<http://dap.martigues.over-blog.com>

### Association Sport et Détente du Jaï

Chez Mme Claire Servan  
22 clos du Raumarin  
13700 MARIIGNANE 04 42 88 28 69

Stretching. Randonnées. Gymnastique

[www.formedetente.org](http://www.formedetente.org)

### Comité Départemental de gymnastique volontaire

La Fédération Française d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire propose des séances d'activités physiques variées  
3 rue St Ferréol  
13001 MARSEILLE 04 91 90 28 68

Acti'Gym Senior et Gym Volontaire dans de nombreux clubs de gym sur tout le département, rechercher sur le site :

[www.sport-sante.fr/fr/ou-pratiquer.html?dep=13](http://www.sport-sante.fr/fr/ou-pratiquer.html?dep=13)

[codep.gv13@wanadoo.fr](mailto:codep.gv13@wanadoo.fr)

### Equipe Arlésienne d'Education Physique et de Gym Volontaire

Centre social Christian Chèze  
Place Maurice Thorez  
13200 ARLES 06 18 28 32 29

[www.arlesasso.fr](http://www.arlesasso.fr)

### Maison pour tous Vitrolles

6 rue Pierre et Marie CURIE  
13127 VITROLLES 04 42 89 80 77

ACTIV' FORM : Cours de Gymnastique Volontaire et ZUMBA

[www.mptvitrolles.fr](http://www.mptvitrolles.fr)

### Gym volontaire de Salon de Provence

Maison de la vie associative  
55 rue André-Marie Ampère  
13300 SALON DE PROVENCE 06 98 11 90 46

Qi Gong. Gym douce. Aquagym. Stretching. Marche sportive. Marche nordique. CrossFit GV. Gym tonique. Aeromouv. Gainage. Pilates

<http://gvsalon.weebly.com>

## DIVERS

### Intergénération' action

Maison de la vie associative  
3 bd des Lices  
13200 ARLES 06 09 84 65 01 04 90 18 59 61

Gym. Aqua gym. Randonnées. Marche rapide. Séjours en montagne

### Pamplemousse club

Route de la Thuilière  
Chemin Royante  
13400 AUBAGNE 04 42 03 01 52

Aquagym. Natation. Power plate...

[www.club-pamplemousse.fr](http://www.club-pamplemousse.fr)

### Olympic Gym Gardanne

Entraînements au Gymnase Pesquier ou gymnase de Fontevenelle  
13542 GARDANNE 06 26 97 77 38

Entretien cardio. Gym séniors. Zumba...

[www.olympic-gym-gardanne.com](http://www.olympic-gym-gardanne.com)

### Centre Martégal des Arts Martiaux et de YOGA

Espace Scoppa Ferrières  
5 bd Allende ou 14 av du Dr Fleming  
13500 MARTIGUES 06 86 74 40 95 04 42 80 38 72

<https://sites.google.com/site/centremartegaldesartsmartiaux>

## ASPTT

Maison de la Mer Entrée n°1 - Port de la Pointe Rouge  
13008 MARSEILLE 04 84 25 56 03

Nombreux sports individuels, collectifs, nautiques. Remise en forme...

<http://marseille.asptt.com>

### Comité Régional des ASPTT PACA

Maison de la Mer  
Port de la Pointe rouge  
13295 Marseille cedex 8 04 91 16 35 97

<http://comite-paca-corse.asptt.com/le-comite-regional/>

### Comité Départemental de la Retraite Sportive des Bouches du Rhône (CODERS 13)

Association départementale multisports dont le but est la promotion de l'activité sportive et du mieux-vivre chez les pers de plus de 50 ans  
272 av de Mazargues

13008 MARSEILLE 04 91 77 83 81

28 clubs : Randonnées. Marche. Gym. Piscine. Vélo. Danses. Yoga...

[www.retraitesportive13.fr](http://www.retraitesportive13.fr)

### Retraite Sportive Socio Culturelle

CMA de Beaumont  
194 bd Charles Kaddouze  
13012 MARSEILLE 04 91 93 78 97

Nombreuses activités

[www.marseillemairie11-12.fr/equipements-municipaux/cma/cma-beaumont-490.html](http://www.marseillemairie11-12.fr/equipements-municipaux/cma/cma-beaumont-490.html)

### Office Municipal des Sports

Direction des Sports  
Av du Sable d'Or  
13895 FOS-SUR-MER 04 42 11 36 72

Orienté sur des clubs

### Retraite sportive salonnaise

40 allée Marcel Pagnol  
Les Citadines 07 89 59 65 16 04 42 56 96 89

13300 SALON DE PROVENCE

Randos. Marche nordique. Gym. Aquagym. Boules. Tir à l'arc. Sorties...

[www.fdrs-retraite-sportive.org](http://www.fdrs-retraite-sportive.org)

### FUN GYM

16 rue Jean Moulin 06 12 21 02 06  
13230 PORT ST LOUIS DU RHÔNE 04 42 86 33 07

Fitness. Step. Zumba. Stretching/Pilates. Salsa

**L'ECOUTE DE SOI - Cours de YOGA** 07 82 63 94 00

Dispense des cours à Istres et Port St Louis 06 87 53 17 45

[www.lecoutedesoi.fr](http://www.lecoutedesoi.fr)

### Mairie d'ISTRES

Accueil Loisirs & Sport  
Guichet unique  
1 esplanade Bernardin Laugier  
13800 ISTRES 04 13 29 50 00

Nombreuses activités

[www.istres.fr](http://www.istres.fr)

## COMITE DEPARTEMENTAL DE GYMNASTIQUE SPORTIVE DES BOUCHES DU RHONE

Siège social  
Immeuble Le Régence III  
11 rue du Pilote Larbonne  
13700 MARIIGNANE 04 42 77 80 32

Nombreux clubs : voir sur le site les coordonnées ou par tél

[www.ffgym13.fr/ffgym-13](http://www.ffgym13.fr/ffgym-13)

[ffgym13@gmail.com](mailto:ffgym13@gmail.com)

**ASSOCIATIONS HUMANITAIRES ET D'ENTRAIDE  
POSSIBILITE DE BENEVOLAT**

**BENEVOLAT**

**France BENEVOLAT :**

Maison de la vie associative  
Le Ligourès  
Place Romée de Villeneuve  
13090 AIX EN PROVENCE 06 77 40 94 24 04 42 17 97 64  
[www.francebenevolat.org](http://www.francebenevolat.org)

Maison de la Vie Associative  
Allée Robert Govi  
Les Défensions  
13677 AUBAGNE 04 42 18 17 75  
Cité des associations  
93 La Canebière  
13001 MARSEILLE 06 09 37 47 83 04 91 80 34 18  
<http://marseille.francebenevolat.org/>

**ECTI (Echanges et Consultations Techniques Internationaux)**

Volontaires séniors France  
[www.ecti-paca.fr](http://www.ecti-paca.fr)  
DELEGUES REGIONAUX PACA CORSE  
Serge Ageron 06 07 79 77 85  
[serge.ageron.ecti@gmail.com](mailto:serge.ageron.ecti@gmail.com)

Dominique Chevereau 06 27 54 10 59  
[dominique.chevereau.ecti@gmail.com](mailto:dominique.chevereau.ecti@gmail.com)  
DELEGUE DEPARTEMENT BOUCHES DU RHÔNE  
Mr MOIROUX Jean-Paul 06 26 09 40 67  
Immeuble Hemiris  
115 rue Nicolas Ledoux  
13854 AIX EN PROVENCE CEDEX 3  
[ecti-aix.13@wanadoo.fr](mailto:ecti-aix.13@wanadoo.fr)

**AGIRabcd (Association Générale des Intervenants  
Retraités. Actions de Bénévoles pour la Coopération et  
le Développement)**

Délégation Bouches-du-Rhône / Alpes  
Possibilité de bénévolat en donnant des cours d'alphabétisation  
Maison des Associations (Boite 216)  
93 La Canebière  
13001 MARSEILLE  
Mme FLORY 06 16 49 16 99 04 91 43 34 31  
[suzanneflory@orange.fr](mailto:suzanneflory@orange.fr)

**RERS (Le Réseau d'Échanges Réciproques de Savoirs)**

[www.rers-asso.org](http://www.rers-asso.org)  
Favoriser les échanges de savoirs. Pour connaître les ateliers/activités  
et sorties proposées par Nouez-vous, consulter régulièrement le site  
Marseille :

Adresse postale :

"Nouez-Vous"  
Résidence Château Saint Cyr  
Bât Les Peupliers  
22 avenue Elléon  
13010 MARSEILLE  
[lereseaurers@free.fr](mailto:lereseaurers@free.fr)

Accueil / permanences :

Maison Pour Tous de la Vallée de l'Huveaune  
4 rue Gimou  
13011 MARSEILLE Jeudi de 14h00 à 17h00  
M. André MASCLA 06 34 43 95 15  
M. R. René 06 21 15 52 11  
Mme P. Suzanne 06 51 59 86 82

<http://le-reseau-rers-nouez-vous.asso-web.com/>

Vitrolles :

M. Pierre-Yves PEREZ 06 27 26 66 24  
<http://reseaux-fogas.fr> [fogas@free.fr](mailto:fogas@free.fr)

Aix en Provence :

ADIS (Association pour le Développement d'Innovations Sociales)  
Centre Social et culturel Les Amandiers  
8 allée des amandiers  
Jas de Bouffan - BP 515  
13091 AIX EN PROVENCE CEDEX 2 04 42 20 83 20  
<http://adiscentresocial.free.fr>

**CROIX ROUGE FRANCAISE**

Direction Régionale Sud-Est  
32 cours des Arts et Métiers  
13100 AIX EN PROVENCE 04 42 39 07 00  
Délégation Départementale des Bouches du Rhône  
42 rue Kruger  
13004 MARSEILLE 04 91 08 25 70  
Unité Locale d'Arles  
2 bis rue Condorcet  
13200 ARLES 04 90 96 07 61  
Unité Locale d'Aubagne  
14 rue d'Isly  
13400 AUBAGNE 04 42 70 04 02  
Unité Locale d'Istres  
66 av Guynemer  
13800 ISTRES 04 42 55 24 80  
Unité Locale de La Ciotat  
5 rue des Capucines  
13600 LA CIOTAT 04 42 04 35 52  
Unité Locale de Marignane  
11 rue Lamartine  
13700 MARIIGNANE 04 42 88 51 51  
Unité Locale de Martigues  
Place Henry Dunant  
13500 MARTIGUES 09 53 05 50 44  
Unité Locale de Salon de Provence  
408 bd de la République  
13300 SALON DE PROVENCE 04 90 56 15 79

**SECOURS CATHOLIQUE - DELEGATIONS**

2 bd Maréchal Leclerc  
Encagnane  
13090 AIX EN PROVENCE 04 42 64 20 20  
9 rue Romain Rolland  
13200 ARLES 04 90 96 80 69  
91 rue de Bucarest  
Les Canourgues  
13300 SALON DE PROVENCE 04 90 53 68 56  
ZAC du Charrel - Bt N  
13400 AUBAGNE 04 42 03 97 21  
1 place Esquiros  
13600 LA CIOTAT 09 81 61 85 95  
Centre Victor Hugo - La Gavotte  
1 chemin de Val Sec  
13170 LES PENNES MIRABEAU 04 91 65 34 05  
14 rue Pasteur  
13700 MARIIGNANE 04 42 88 48 16  
10-12 bd Barthelemy  
13009 MARSEILLE 04 91 75 51 10  
80 av Canto Perdrix  
13500 MARTIGUES 04 42 49 21 63  
Rue Arcs Abbayes  
13127 VITROLLES 04 42 89 89 14

**Possibilité de bénévolat dans les Centres Hospitaliers du  
Département des Bouches du Rhône, les contacter**

## SECOURS POPULAIRE FRANCAIS

Fédération des BOUCHES DU RHÔNE  
169 chemin de Gibbes  
13014 MARSEILLE 04 91 36 56 36  
[contact@spf13.org](mailto:contact@spf13.org)  
[www.secourspopulaire.fr/13/](http://www.secourspopulaire.fr/13/)  
30 bd du Dr Schweitzer - Bât le Méjane - Encagnane  
13100 AIX EN PROVENCE 04 42 59 30 00  
1 av de Hongrie  
13200 ARLES 04 90 96 91 54

Espace Ambroise Croizat  
374 av Gabriel Péri  
13400 AUBAGNE 04 42 70 90 72  
45 av Ernest Subilia  
13600 LA CIOTAT 04 42 83 47 80  
Quartier Paradis Saint Roch  
Place Henri Dunant  
13500 MARTIGUES 04 42 80 11 47  
Rue Maréchal Juin  
13300 SALON DE PROVENCE 04 90 42 12 52

## AMNESTY INTERNATIONAL

Pour faire du bénévolat, contacter l'association par tél ou par mail :

[accueil@amnesty.fr](mailto:accueil@amnesty.fr)  
Quelques réunions dans le Local de l'association "Solidaires 13"  
Recherche des militants pour diffuser les campagnes  
29 bd Longchamp  
13001 MARSEILLE  
[amnesty.marseille2@gmail.com](mailto:amnesty.marseille2@gmail.com)  
Maison de la vie associative  
Boulevard des Lices  
13200 ARLES 04 90 96 73 59  
[gr289arles@free.fr](mailto:gr289arles@free.fr)  
8 quai de Poterne  
13500 MARTIGUES 04 42 80 20 22  
[amnesty.martigues364@laposte.net](mailto:amnesty.martigues364@laposte.net)  
AUBAGNE - LA CIOTAT  
[amnesty.aubagnelaciotat@gmail.com](mailto:amnesty.aubagnelaciotat@gmail.com)

## BANQUE ALIMENTAIRE

**Possibilité de bénévolat. Ne servent pas les particuliers, seulement les associations. Ateliers cuisine**  
[www.ba13.banquealimentaire.org](http://www.ba13.banquealimentaire.org)  
Master Park Lots 17/18  
116 bd de la Pomme  
13011 MARSEILLE 04 91 45 40 00  
[contact@banquealimentaire13.fr](mailto:contact@banquealimentaire13.fr)  
Antenne à SAINT-ANDIOL, dans le nord du Département  
Zone de la Crau  
Emplacement 8  
13670 SAINT-ANDIOL 07 61 94 21 74  
[contact.st\\_andiol@banquealimentaire13.fr](mailto:contact.st_andiol@banquealimentaire13.fr)

## UNICEF

29 rue St Sournin  
13005 MARSEILLE 04 91 48 69 05  
Antenne Aix en Provence 06 75 98 30 48  
Antenne Aubagne/La Ciotat 06 16 32 40 91  
Antenne Les Pennes Mirabeau/Vitrolles 06 63 43 81 60  
Antenne de Salon de Provence 06 73 25 90 95  
Possibilité de bénévolat 04 91 48 69 05  
[www.unicef.fr](http://www.unicef.fr)

## FONDATION ABBE PIERRE

Possibilité de bénévolat  
Agence Régionale de Provence Alpes Côte d'Azur  
16/20 rue Loubon  
13003 MARSEILLE 04 91 50 61 90  
[www.fondation-abbepierre.fr](http://www.fondation-abbepierre.fr)

## LES PETITS FRERES DES PAUVRES

Siège  
6 rue de Provence  
13004 MARSEILLE 04 91 18 55 55  
[www.petitsfreresdespauvres.fr](http://www.petitsfreresdespauvres.fr)

## RESTAURANTS DU CŒUR DES BOUCHES DU RHONE

30 av de Boisbaudran  
Z.I. La Delorme  
13015 MARSEILLE 04 96 15 13 20  
Les appeler pour être dirigé sur une permanence  
ou voir sur le site la permanence la plus proche  
[www.restosducoeur13.org](http://www.restosducoeur13.org)

## ENFANTS DU MONDE

<http://enfants-du-monde.org>  
Siège  
22 rue Fort Notre Dame  
13007 MARSEILLE 04 91 29 90 90  
[info@edm.org](mailto:info@edm.org)  
Comité d'Aix en Provence  
1 rue Saint Henry  
13100 AIX EN PROVENCE 04 93 31 13 86  
[www.edm.org](http://www.edm.org)

## SOS AMITIE MARSEILLE-PROVENCE

Ecoute tél 24h/24 aux personnes en détresse  
Possibilité de bénévolat  
MARSEILLE 04 91 76 10 10  
AIX EN PROVENCE 04 42 38 20 20  
Fédération S.O.S Amitié France PARIS 01 40 09 15 22  
[www.sos-amitie.com](http://www.sos-amitie.com)  
Numéros d'urgence :  
Violences : 115 Numéro gratuit  
Aide aux victimes : N° d'appel national : 08 VICTIMES (08 84 28 46 37)  
S.O.S Femme / Violences conjugales : 3919

## MEDECINS DU MONDE

Pôle Humanitaire  
Centre d'accueil, de soins et d'orientation  
7 rue Joseph Diouloufet  
13100 AIX EN PROVENCE 04 42 21 45 84  
Centre d'accueil, de soins et d'orientation  
4 av Rostand  
13003 MARSEILLE 04 95 04 56 03  
[www.medecinsdumonde.org/fr/contact/provence-alpes-cote-dazur-paca](http://www.medecinsdumonde.org/fr/contact/provence-alpes-cote-dazur-paca)

## MEDECINS SANS FRONTIERES

94 av du Prado  
13008 MARSEILLE  
PARIS 01 40 21 29 29  
[www.msf.fr](http://www.msf.fr)  
[msf-marseille@msf.org](mailto:msf-marseille@msf.org)

### VMEH (VISITEURS DE MALADES DANS LES ETABLISSEMENTS HOSPITALIERS) DES BOUCHES DU RHONE

Visites aux malades dans les hôpitaux et les maisons de retraite et de soins, combattre l'isolement, distraire, redonner confiance et espoir...  
Possibilité de bénévolat  
Pour Aix, Aubagne, La Ciotat, Marseille :  
26 A rue Esperandieu  
13001 MARSEILLE 04 91 50 72 39  
<http://vmeh13.free.fr/page6.html>

### France ALZHEIMER BOUCHES DU RHÔNE

32 av Sainte-Victoire  
Villa Rambot  
13100 AIX EN PROVENCE 04 42 23 42 49  
Allo France Alzheimer : info-soutien-conseils-écoute 08 11 11 21 12  
[www.francealzheimer-bouchesdurhone.org](http://www.francealzheimer-bouchesdurhone.org)

### LES BLOUSES ROSES

Possibilité de bénévolat  
[www.lesblousesroses.asso.fr](http://www.lesblousesroses.asso.fr)  
CHIAP  
Av des Tamaris  
13616 Aix en Provence Cedex 1 04 42 33 51 24  
[lesblousesroses.aix@free.fr](mailto:lesblousesroses.aix@free.fr)  
Maison de la Vie Associative  
Bd des Lices  
13200 ARLES 06 95 76 19 55  
[blousesroses.arles@gmail.com](mailto:blousesroses.arles@gmail.com)  
Hopital de La Timone  
264 rue Saint Pierre  
13005 MARSEILLE 04 91 38 50 34  
[lesblousesrosesmarseille@orange.fr](mailto:lesblousesrosesmarseille@orange.fr)  
3 bd des Rayettes  
13500 MARTIGUES 04 42 80 84 68  
[alh.martigues@wanadoo.fr](mailto:alh.martigues@wanadoo.fr)  
Centre hospitalier  
207 av Julien Fabre  
13300 SALON DE PROVENCE  
[lesblousesroses-salon@laposte.net](mailto:lesblousesroses-salon@laposte.net)

### SOS VOYAGEURS - AIDE EN GARE

Possibilité de bénévolat  
Gare St Charles Quai A Square Narvik  
13001 MARSEILLE 04 91 62 12 80  
[www.sosvoyageurs.org](http://www.sosvoyageurs.org)  
[sosvoyageurs13@sfr.fr](mailto:sosvoyageurs13@sfr.fr)

### LE CONSEIL DES SAGES

Partage de savoirs et de vécus dans l'intérêt collectif  
Maison du Citoyen 04 13 29 56 20  
Istrium CEC Les Heures Claires  
2 chemin de la Combe aux fées  
13800 ISTRES Mme Nathalie Raymond : 07 61 00 45 06  
[www.istres.fr](http://www.istres.fr)

### AMIS DU VIEIL ARLES

Protection de son patrimoine historique et esthétique  
Espace Frédéric Mistral  
2A bd Emile Combes  
13200 ARLES 04 86 63 62 21  
[www.amisduvieilarles.com](http://www.amisduvieilarles.com)

### AMIS DU VIEUX MARIIGNAGNE

Promotion et défense du Patrimoine historique de notre ville. Promotion et organisation de nos traditions locales.  
76 av Général Raoul Salan  
13700 MARIIGNANE 04 42 30 41 11  
Psdt : M. MAUREL 06 62 12 92 89  
Permanences : Rue Victor Hugo  
Beffroi de l'ancienne Mairie  
<http://amisduvieuxmarignane.com/>

### L'ATELIER DU PATRIMOINE MARIIGNANAIS

Action de valorisation des sites archéologiques et monuments historiques de la ville. Nombreux ateliers  
Maison des associations  
8 rue des vieux fours  
13700 MARIIGNANE 04 42 75 54 28  
Psdt : Mr MONPRIVE  
<http://grannusvillagegaulois.com>

### AMIS DU VIEUX LA CIOTAT

Musée Ciotaden  
1 Quai Ganteaume  
13600 LA CIOTAT 04 42 08 25 96 04 42 71 40 99  
[www.museeciotaden.org](http://www.museeciotaden.org)

### AMIS DU VIEIL ISTRES

La Maison des Traditions  
2 bd de la République (ancien hôtel de ville)  
13800 ISTRES  
Présidents : Mr GIROUSSENS et Mr HERRERA 04 42 55 12 91  
Conférences. Visites. Sorties à caractère historique. Traditions  
<http://lesamisduvieilistres.org>

### LES JARDINIERS DE France

Association de jardiniers amateurs, partage du savoir et de l'échange entre jardiniers  
18 Chemin des Paluns  
13280 ARLES  
[www.jardiniersdefrance.com](http://www.jardiniersdefrance.com)

### JARDINER AUTREMENT

Site d'informations fiables pour la réussite d'un jardinage raisonné, plus respectueux de la nature, dans une démarche de réduction de l'usage des pesticides au jardin. Voir sur le site les conférences, événements...  
[www.jardiner-autrement.fr](http://www.jardiner-autrement.fr)

## PREVENTION / SANTE / SOCIAL

### CESAM 13 (Anciennement Centre DORIA)

Bilans de santé gratuits  
72 traverse des Bonnets Quartier "La Rose"  
13383 MARSEILLE Cedex 13 36 46  
Soit s'inscrire par tél, soit par le site ameli, soit par courrier, soit par mail  
mail, soit en retirant un formulaire à la CPAM  
[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)  
[cesam13rdv@cpam-marseille.cnamts.fr](mailto:cesam13rdv@cpam-marseille.cnamts.fr)

## ASSOCIATION DE DEFENSE DE L'ENVIRONNEMENT ET DU PATRIMOINE

### COMITE DU VIEUX MARSEILLE

Connaissance et sauvegarde du patrimoine marseillais. Diverses activités  
21 bd Longchamp  
13001 MARSEILLE 04 91 62 11 15  
[www.comiteduvieuxmarseille.net](http://www.comiteduvieuxmarseille.net)  
<http://comitevieuxmarseille.eklablog.com/>

## ARCADES

Dépistage gratuit des cancers dans les Bouches du Rhône  
16 bd des Acières Dépistage Col de l'utérus 04 91 53 65 52  
Parc Mure - Bât A Dépistage Colorectal 04 91 53 65 57  
13010 MARSEILLE Dépistage Sein 04 91 48 46 47  
[www.arcades-depistages.com](http://www.arcades-depistages.com)

## IGS (INSTITUT DE GERONTOLOGIE SOCIALE)

Prévention médico-sociale et psychologique auprès des personnes âgées. Bilan de santé gratuit préventif annuel, ateliers mémoire, accompagnement psychologique des personnes traversant une période difficile, des personnes atteintes par la maladie d'Alzheimer  
148 rue Paradis  
13006 MARSEILLE 04 91 37 03 79  
Service Ecoute : « Allô Service Personnes Agées » 04 91 53 27 55  
<http://igs-marseille.monsite-orange.fr>  
[igs-marseille@wanadoo.fr](mailto:igs-marseille@wanadoo.fr)

## IRIPS (CENTRE DE PREVENTION BIEN VIEILLIR AGIRC-ARRCO PACA)

(Ex Institut Régional d'Information et de Prévention de la Santé)  
Bilans annuels de prévention (consultation médicale, entretien psychosocial, consultation mémoire, bilan d'autonomie...)  
Diverses activités (stages mémoire, ateliers diététiques, stages aide aux aidants, stages de Qi Gong, stages audition...)  
Conférences (stress, nutrition, médicaments, mémoire...)  
S'inscrire aux ateliers et aux conférences soit par courrier et tél :  
Immeuble Le Nautille  
25 av de Frais Vallon  
13013 MARSEILLE 04 96 13 03 50  
Soit par mail : [accueil.marseille@irips.org](mailto:accueil.marseille@irips.org)  
Site : [www.irips.org](http://www.irips.org)

## SIEL BLEU (SPORT INITIATIVE ET LOISIRS)

L'association est un acteur de prévention-santé qui utilise notamment l'activité physique adaptée comme outil de prévention santé.  
Equipe de 6 éducateurs sportifs sur les Bouches du Rhône.  
Résidence l'Escampette  
11 bis boulevard du Docteur David Olmer  
13005 MARSEILLE 06 98 02 96 62  
[www.sielbleu.org](http://www.sielbleu.org)

## PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE REPIT PROVENCE ALPES CÔTE D'AZUR

Aide aux aidants familiaux et aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou aux personnes âgées en perte d'autonomie  
Pour plus de renseignements :  
[www.ars.paca.sante.fr](http://www.ars.paca.sante.fr)  
AIX EN PROVENCE :  
Association France Alzheimer  
Villa Rambot  
32 av Sainte Victoire  
13100 AIX EN PROVENCE 04 42 23 42 49  
[francealzheimerbdr@orange.fr](mailto:francealzheimerbdr@orange.fr)  
AUBAGNE - LA CIOTAT :  
Le Fil Rouge Alzheimer  
1 bd Jean Jaurès  
13400 AUBAGNE 04 42 18 19 05  
[filrougealzheimer@gmail.com](mailto:filrougealzheimer@gmail.com)  
ARLES - CAMARGUE :  
A3 Arles Camargue  
Centre hospitalier d'Arles  
Maison de retraite Jeanne Calment  
Quartier Fourchon BP 80 195  
13637 ARLES CEDEX 07 77 28 85 65  
[a3arlescamargue@hotmail.fr](mailto:a3arlescamargue@hotmail.fr)

## ISTRES :

Association Le Maillon  
« Espace Ecoute Aidant »  
9 av des planes  
13800 ISTRES 07 70 44 04 52  
[plateforme.lemailon@orange.fr](mailto:plateforme.lemailon@orange.fr)

## MARSEILLE :

L'Association « A3 :  
Aide aux Aidants »  
Hôpital Ste Marguerite - Pavillon 2  
270 bd Ste Marguerite  
13009 MARSEILLE 04 91 70 76 53  
[aideauxaidants@hotmail.fr](mailto:aideauxaidants@hotmail.fr)

## PASS AP-HM (PERMANENCES D'ACCES AUX SOINS)

Consultation médico-sociale constituée d'assistants sociaux, de médecins, d'une infirmière et d'un agent d'accueil

### PASS Hôpitaux généraux :

Hôpital Timone - RDC 04 91 38 78 79  
Hôpital Nord - Service social Pavillon Etoile 04 91 96 49 97  
Hôpital Conception - RDC 04 91 38 19 21  
Hôpital Aix - Service d'accueil des urgences 04 42 33 97 38  
Hôpital Aubagne E. Garcin 04 42 84 75 66  
Hôpital La Ciotat 04 42 08 76 41  
Hôpital Salon 04 90 44 91 81  
Arles situé à l'ancien collège Mistral 04 90 49 66 32  
Martigues 04 42 43 26 87

### PASS Psychiatrie

Hôpital Edouard Toulouse 04 91 96 97 17  
Hôpital Montperrin 04 42 16 16 65 04 88 71 20 21

## POINT SANTE GRATUIT

Accueil et soin des personnes en grande précarité

### Secours Catholique - Hôpital St Joseph

5 bd Latil  
13008 MARSEILLE 04 91 80 64 30 04 91 80 65 00

### Point Ecoute Santé Centre Social Tivoli

66 cours Franklin Roosevelt  
13005 MARSEILLE 04 96 12 20 20

### Médecins du Monde

4 av Rostand  
13003 MARSEILLE 04 95 04 56 03

## LIGUE CONTRE LE CANCER

Comité des Bouches-du-Rhône  
Rés. Valmont Redon  
430 av du Maréchal de Lattre de Tassigny  
13009 MARSEILLE 04 91 41 00 20  
DELEGATIONS :  
1 avenue Paul Cézanne  
13100 AIX EN PROVENCE 04 42 38 96 00  
16 place du Sauvage  
13200 ARLES 04 90 49 73 67 ou 04 91 41 00 20  
Espace Ligue Aubagne-Gémenos  
Maison de quartier Centre ville  
14 av Jeanne d'Arc  
13400 AUBAGNE 04 91 41 00 20 06 48 90 47 92  
Espace Ligue Marignane-Vitrolles  
Salle Jules Raimu de la Mairie annexe du Jai  
13700 MARGNANE 04 42 88 49 95  
Espace TRENET, Atrium  
89 bd Aristide Briand  
13300 SALON DE PROVENCE 04 42 55 20 61  
[www.liguecancer13.net](http://www.liguecancer13.net)  
[cd13@ligue-cancer.net](mailto:cd13@ligue-cancer.net)

## CENTRES DE SOINS DENTAIRES

MARSEILLE Le Panier Caisserie 20 / 26 rue Caisserie 13002 MARSEILLE <a href="http://www.centre-dentaire-marseille.fr">www.centre-dentaire-marseille.fr</a>	04 96 11 62 96
MARSEILLE Rome 51 rue de Rome 13001 MARSEILLE <a href="http://www.centre-dentaire-marseille.fr">www.centre-dentaire-marseille.fr</a>	04 96 17 63 35
AUBAGNE Les Défensions Les Santonniers1/ Bat B 2 60 Allée des Faienciers Quartier des Défensions 13400 AUBAGNE <a href="http://www.centre-dentaire-marseille.fr">www.centre-dentaire-marseille.fr</a>	04 42 84 65 02
Hôpital de la Timone 264 rue St Pierre 13005 MARSEILLE La Croix Rouge 1 rue du Dr Simone SEDAN 13005 MARSEILLE	04 91 38 89 00 04 91 53 24 92

## HANDIDENT PACA

Facilite l'accès aux soins dentaires des personnes handicapées Siège Social Hôpital de Ste Marguerite Pavillon 9 270 bd Sainte Marguerite 13009 Marseille	04 91 43 07 94
Les appeler et donnent un rdv soit chez un dentiste spécialisé soit dans un établissement médico-social	

### Bus Handident Paca

Cabinet dentaire mobile, accessible aux personnes handicapées, disposant d'un équipement conforme aux normes d'un centre de santé et se déplaçant dans des établissements médico-sociaux  
<http://handidentpaca.fr>  
[contact@handidentpaca.fr](mailto:contact@handidentpaca.fr)

## SOINS DE PEDICURIE - PODOLOGIE

Institut de Formation Une modeste participation aux frais est demandée. 206 bd de Plombière 13014 MARSEILLE <a href="http://www.ecoledepodologie.com">www.ecoledepodologie.com</a>	Sur RDV : 04 91 58 16 72
--	--------------------------

## HABITAT

### ANAH (AGENCE NATIONALE DE L'HABITAT)

Délégation des Bouches Du Rhône 16 rue Antoine Zattara 13003 MARSEILLE <a href="http://www.anah.fr">www.anah.fr</a>	04 91 28 40 80 08 20 15 15 15
--	----------------------------------

### ADRM (ASSOCIATION POUR LE DEVELOPPEMENT DES RELATIONS INTERCOMMUNAUTAIRES MEDITERRANEENNES)

38 bd de Stasbourg 13003 MARSEILLE (du 1er au 10è arrdt) <a href="http://www.adrim.fr">www.adrim.fr</a>	04 91 62 40 41
---	----------------

### SOLIHA (SOLIDAIRES POUR L'HABITAT) EX PACT-ARIM

Siège L'Estello 1 chemin de Grives 13013 MARSEILLE	04 91 11 63 10
---	----------------

Antenne de Marseille 255 av du Prado 13008 MARSEILLE	04 91 11 06 00
Antenne d'Aix en Provence	04 42 12 68 34
Antenne de Châteaurenard	04 90 49 84 79
Antenne de Martigues	04 42 46 97 10

### ADIL (AGENCE DEPARTEMENTALE D'INFORMATION SUR LE LOGEMENT)

7 cours Jean Ballard 13001 MARSEILLE	04 96 11 12 00
Conseil complet et gratuit aux particuliers sur des problèmes de logement qu'ils soient juridiques, financiers ou fiscaux. <a href="http://www.adil13.org">www.adil13.org</a>	

## COUPLE/FAMILLE

### AFCCC (ASSOCIATION FRANCAISE DES CENTRES DE CONSULTATION CONJUGALE)

Ecouter, soutenir et accompagner psychologiquement les familles et les couples en souffrance 18 cours Gambetta 13090 AIX EN PROVENCE 39 rue Paradis 13001 MARSEILLE <a href="http://www.afccc13.org">www.afccc13.org</a> <a href="mailto:contact@afccc13.org">contact@afccc13.org</a>	04 91 54 85 78
---	----------------

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

Permanences juridiques. Lutte contre les violences. Santé... Permanences sur Marseille et Aix en Provence 1 rue de Forbin Immeuble Le Strasbourg II 13003 MARSEILLE <a href="http://www.cidff13.org">www.cidff13.org</a>	04 96 11 07 99
---	----------------

### ADFI PROVENCE (ASSOCIATION DE DEFENSE DES FAMILLES ET DE L'INDIVIDU VICTIMES DE SECTES )

Le Ligourès Place Romée de Villeneuve 13090 AIX EN PROVENCE Centre d'accueil, d'étude et de documentation sur les mouvements sectaires (sectes). Aide aux victimes...	Lundi et jeudi ap-midi 04 42 66 02 49
--	---------------------------------------

### UDAF 13 (UNION DEPARTEMENTALE DES ASSOCIATIONS FAMILIALES DES BOUCHES DU RHÔNE)

<a href="http://www.udaf13.fr">www.udaf13.fr</a> Siège UDAF 13 143 av des Chutes Lavie 13013 MARSEILLE	04 91 10 06 00
Antenne d'Aix en Provence 15 bis allée Georges Peretti Saint Eutrope 13100 AIX EN PROVENCE	04 42 20 69 74
Antenne d'Arles HLM OPAC Barriol - Bât K20 20 rue de Pise 13200 ARLES	04 91 10 06 00
Antenne de Martigues Quartier Canto Perdrix 13500 MARTIGUES	Av Paul Eluard 04 42 34 13 30

Antenne de Salon de Provence  
Immeuble Le Renaissance 123  
2è étage sans ascenseur - Appt 149  
123 rue de Bucarest  
13300 SALON DE PROVENCE 04 91 10 06 00

### VIOLENCES CONJUGALES

Numéro national 39 19

## ARGENT

### DDPP DES BOUCHES DU RHONE (DIRECTION DEPARTEMENTALE DE LA PROTECTION DES POPULATIONS)

Hôtel des Finances du Prado  
22 rue Borde Serveur vocal d'information :  
13285 Marseille cedex 08 04 91 17 95 00  
[ddpp@bouches-du-rhone.gouv.fr](mailto:ddpp@bouches-du-rhone.gouv.fr)  
6 antennes à Marseille, Fos, Tarascon et Aix

### CENTRE TECHNIQUE REGIONAL DE LA CONSOMMATION

Site donnant des conseils ou des adresses d'associations de consommateurs dans le département et la région  
[www.ctrc-paca.org](http://www.ctrc-paca.org)

### UFC QUE CHOISIR (UNION FEDERALE DES CONSOMMATEURS)

4 place Coimbra  
Le Félibrige - Bât B  
13100 AIX EN PROVENCE 04 42 93 74 57  
<http://www.ufc-aix.org/index.php>  
7 rue Augustin Tardieu  
13200 ARLES 04 90 49 96 46  
<http://salon-arles.ufcquechoisir.fr>  
5 rue Colbert  
13001 MARSEILLE 04 91 90 05 52  
[www.quechoisirmarseille.fr](http://www.quechoisirmarseille.fr)  
8 bd Irène et Frédéric Joliot Curie  
Le Puccini  
13500 MARTIGUES 04 42 81 10 21  
<http://martigues.ufcquechoisir.fr>  
Maison des services - "Le Renaissance"  
107 rue de Bucarest  
13300 SALON DE PROVENCE 04 90 42 19 80  
<http://salon-arles.ufcquechoisir.fr>

## JUSTICE

### DEFENSEUR DES DROITS

Compétent en ce qui concerne les litiges des particuliers avec les administrations et les établissements chargés d'une mission de service public. Regroupe les fonctions de Médiateur de la République...  
[www.bouches-du-rhone.gouv.fr/Politiques-publiques/Citoyennete-Elections/Le-Defenseur-des-Droits](http://www.bouches-du-rhone.gouv.fr/Politiques-publiques/Citoyennete-Elections/Le-Defenseur-des-Droits)

#### Délégués en Préfecture :

Préfecture des Bouches du Rhône  
Place Félix Baret - CS 30001  
13259 MARSEILLE CEDEX 06 04 84 35 40 00  
Christian Severan (coordonnateur des délégués) : 04 84 35 47 91  
Permanences tous les mercredis et jeudis matin de 9h à 12 h  
[christian.severan@defenseurdesdroits.fr](mailto:christian.severan@defenseurdesdroits.fr)

Antoine Bousquet 04 84 35 47 91  
Permanences tous les mardis et jeudis de 14h à 17h  
[antoine.bousquet@defenseurdesdroits.fr](mailto:antoine.bousquet@defenseurdesdroits.fr)

#### 6 Délégués de proximité sur Marseille :

Mairie du 9ème et 10ème arrondissements  
Christian GRUA 04 91 14 63 50  
Michel GIUSTI 04 91 14 63 50  
Plate-forme Services Publics du Panier  
Daniel GIRIBONE 04 91 13 21 91  
Rés. La Bricade - Bât P1 - 13015  
Myriam SALAH-EDDINE 04 91 51 31 76  
Plate-forme Services Publics Bougainville  
Bernard SUSINI 04 91 11 42 60  
Plate-forme Services Publics – Maison pour Tous Vallée de l'Huveaune  
Guy GASS 04 91 35 06 07

#### Hors Marseille :

AIX EN PROVENCE  
Robert VINCENSINI 04 42 91 93 95  
Marie Madeleine LAPEYRERE 04 42 20 90 32 04 42 91 93 95  
ARLES  
Daniel BERAUD 04 90 52 20 61  
AUBAGNE / LA CIOTAT  
Frédéric COLIN 04 42 01 60 60 04 42 36 98 10  
MARTIGUES  
Claude PIETRI 04 42 41 32 20  
SALON DE PROVENCE  
Marie-Madeleine LAPEYRERE 04 90 45 32 80

### CDAD (CONSEIL DEPARTEMENTAL DE L'ACCES AU DROIT)

Consultations juridiques gratuites sur le département, voir les :  
permanences sur le site :

[www.cdad-bouchesdurhone.justice.fr](http://www.cdad-bouchesdurhone.justice.fr)

Palais de Justice  
6 rue Joseph Autran  
13006 MARSEILLE 04 91 15 53 92

### MAISON DE L'AVOCAT

Consultations gratuites avec avocat ou notaire  
56 rue Montgrand  
13006 MARSEILLE Sur RDV 04 91 15 31 00  
5 rue Rifle Rafle  
13100 AIX EN PROVENCE 04 42 21 72 30  
Aubagne 04 42 36 98 10  
La Ciotat 04 96 18 54 17

Consultations dans d'autres villes sur le site :

[www.barreau-marseille.avocat.fr/fr/espace-particuliers/consultations-gratuites](http://www.barreau-marseille.avocat.fr/fr/espace-particuliers/consultations-gratuites)

### SERVICE DES DROITS DE LA PERSONNE - DIVISION FEMMES FAMILLES - SDPFF

Consultations juridiques sur place ou par tél  
2 place François-Mireur  
Immeuble Communica (RDC)  
13001 MARSEILLE 04 91 14 66 30

### AVAD (ASSOCIATION D'AIDE AUX VICTIMES D'ACTES DE DELINQUANCE)

7 rue de la République  
13002 MARSEILLE 04 96 11 68 80  
N° AZUR Aide aux Victimes 08 84 28 46 37 ou 08 v i c t i m e s  
Après le 08 tapez sur le clavier de votre téléphone les chiffres correspondants aux lettres de "victimes"  
Site de la Fédération Nationale d'Aide aux Victimes et de Médiation :  
[www.inavem.org](http://www.inavem.org)

## HERITAGE

### NOTAIRES (Consultation notariale gratuite)

Conseil Régional des Notaires 8 bd du Roi René 13100 AIX EN PROVENCE	04 42 16 03 30
Chambre des Notaires des Bouches du Rhône 77 boulevard Perier 13008 MARSEILLE	04 91 53 49 67

## DIVERS

### "3939 Allo Service Public"

Renseignements administratifs, juridiques.	3939
--	------

[www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)

### ASSOCIATION GENEALOGIQUE DES BOUCHES DU RHÔNE

Siège social : Archives Municipales 10 rue Clovis Hugues 13003 MARSEILLE	
Courrier : 194 rue Abbé de l'Epée 13005 MARSEILLE	04 96 12 49 93

#### Antennes :

Aix en Provence	06 71 11 45 97
Aubagne	04 42 03 83 26
Allauch / Château-Gombert	04 91 68 43 98
Châteauneuf-lès-Martigues	04 42 79 82 54
Eyguières	04 90 57 97 63
La Ciotat	04 42 08 88 00
Les Pennes Mirabeau	06 31 32 26 53
Port-de-Bouc	04 42 86 02 97
Salon-de-Provence	04 42 74 08 82
Venelles	04 42 54 02 07

[www.ag13.org](http://www.ag13.org)  
[agbdr@wanadoo.fr](mailto:agbdr@wanadoo.fr)

### ARCHIVES

Archives et Bibliothèque Départementales Gaston Defferre 18 rue Mirès 13003 MARSEILLE	04 13 31 82 08
Centre d'Aix-en-Provence 25 allée de Philadelphie (quartier Sextius Mirabeau) 13100 AIX EN PROVENCE	04 13 31 57 00

[www.archives13.fr/archives13/CG13](http://www.archives13.fr/archives13/CG13)

## LIENS UTILES : @

[www.club3.com](http://www.club3.com)

Site des 50 ans et +  
Adresses clubs, sorties, soirées, loisirs, vie pratique, bien être santé, balades, voyages, avantages club...

[www.senioractu.com](http://www.senioractu.com)

L'actualité des 50 ans et +  
Rubriques : santé, bien être, nutrition, tourisme, loisirs, culture, conso, habitat, transport, internet, argent, emploi, retraite, société...

[www.portail-juridique.com](http://www.portail-juridique.com)

Annuaire des avocats, huissiers, notaires et comptables.  
Près de 456 sites juridiques y sont référencés.

[www.ctrc-paca.org](http://www.ctrc-paca.org)

Centre Technique Régional de la Consommation  
Site donnant des conseils ou des adresses d'associations de consommateurs dans le département et la région

[www.ancv.com/seniors-en-vacances](http://www.ancv.com/seniors-en-vacances)

Possibilité de bénéficier d'un séjour tout compris et pour les plus modestes d'une aide financière de l'ANCV.  
Mer, campagne, montagne. En village de vacances, en résidence ou en hôtel.

[www.notretemps.com](http://www.notretemps.com)

Toute l'actualité de notre temps, des infos sur la retraite, l'argent, le droit, la santé, la forme, internet, les loisirs, la famille, des jeux...

[www.pleinevie.fr](http://www.pleinevie.fr)

Site d'infos pratiques pour retraités : actualités, conseils droits et famille, guides voyages, bien-être et tonus, internet, jeux...

[www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr)

Portail national d'information pour l'autonomie des personnes âgées et l'accompagnement de leurs proches

[www.aidants.fr](http://www.aidants.fr)

Association Française des Aidants : Accompagnement et soutien des aidants non professionnels et promotion d'espaces de soutien : café des aidants, ateliers santé des aidants...

## Pour toute information assurés et retraités :

[www.carsat-sudest.fr](http://www.carsat-sudest.fr)  
pour s'informer en ligne

ou  
[www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)



**Suivez nous**  
sur [facebook.com/Carsat.SudEst](https://facebook.com/Carsat.SudEst)

### Le service social et ses assistants sociaux :

**3646**

Service 0,06 € / min  
+ prix appel

### L'action sociale, les aides individuelles :

**3960**

Service 0,06 € / min  
+ prix appel

De l'étranger, d'une box ou d'un mobile,  
composez le **09 71 10 39 60**.