Watizat, tous droits réservés

WATIZAT

Toulouse

GUIDE D'INFORMATION POUR LES PERSONNES EXILÉES

OCTOBRE-DÉCEMBRE 2026

ATTENTION ! Les 1er et 11 nov. ainsi que le 25 déc. sont des jours fériés, Certains lieux risquent d'être fermés.

FR

SOMMAIRE

Comment est organisé le guide

CONSEILS PRATIQUES

Arrivée à Toulouse 4
Numéros d'urgence 6
Mineurs isolés 8

ADRESSES UTILES

Accueil et orientation 10
Aide aux démarches 10
Bagagerie 12
Rétablissement des liens familiaux 13
Accueils de jour 13
Manger 13
Aide juridique 15
Aide par téléphone 16
Femmes 16
Enfance 16
LGBTQIA+ 17
Santé 18
Prostitution / Travailleurs du sexe 23
Se laver / Laverie 23
S'habiller 24
Apprendre le français, l'informatique 25
Lieux culturels 27
Activités 28

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

DROITS SOCIAUX

Quels sont mes droits ? 30
Qui peut m'aider ? 30
Recevoir du courrier : la domiciliation 30
L'hébergement 31
Les conditions matérielles d'accueil : CMA 32
Le logement 36
Les allocations 36
Accès à la santé 37
Accès à l'emploi 38
Compte en banque 40
Scolarisation des enfants 41
Études supérieures 42

PROCÉDURES

C'est quoi l'asile ? 44
Enregistrer sa demande d'asile 44
Les procédures d'asile 47
Dossier et entretien OFPRA 48
Faire appel (recours) 51
Réexamen 54
Si vous avez la protection internationale (réfugié) 56
C'est quoi les titres de séjour ? 58
En cas d'arrestation par la police 60

Lexique / Plan Métro et Tram de Toulouse 62

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

ARRIVÉE À TOULOUSE

QUELLE EST MA SITUATION ADMINISTRATIVE ?

Votre droit au séjour

Vous êtes étranger et souhaitez rester en France : pour obtenir le droit de vivre sur le territoire français sans risquer d'être expulsé, il vous faut obtenir des papiers. Plusieurs options sont possibles et dépendent de votre situation personnelle (demande d'asile ou demande de titre de séjour pour des raisons de vie privée et familiale, mais parfois aussi pour des raisons de santé, de travail).

Avant de commencer une demande de papiers, demandez des conseils à un service d'aide juridique (page 15-16).

⚠ **Chaque situation est personnelle ! Si une procédure a marché pour un ami, elle ne marchera peut-être pas pour vous.**

Pour demander l'asile, allez directement à la SPADA (page 44). L'asile est une protection donnée par la France si vous parvenez à prouver que vous avez subi des persécutions dans votre pays d'origine et que vous risquez d'en subir si vous y retournez. Quand on demande l'asile, on demande cette protection. **Demander l'asile est long et compliqué, avec des risques de rejet importants.**

Chaque cas est individuel, et chaque décision que vous prendrez doit être la vôtre.

Le temps de la demande d'asile, vous pouvez avoir des aides et un droit provisoire au séjour en France. La demande d'asile peut durer de 6 mois à plusieurs années. Si votre demande est rejetée, vous perdez les aides sociales, et vous risquez de devoir quitter la France.

L'asile n'est pas la seule façon d'avoir un droit au séjour. Vous pouvez demander un titre de séjour, pour des raisons de vie privée et familiale, mais parfois aussi pour des raisons de santé, de travail. Parfois, il faut attendre plusieurs années avant d'avoir des papiers. **Comme l'asile, cela peut être long et compliqué (page 58).**

VOS DOCUMENTS

Gardez une copie de tous vos documents !

⚠ **Il est très important de faire des photos et des photocopies de tous les documents et courriers à votre nom** qui vous seront donnés pendant votre séjour en France. Gardez ces copies dans plusieurs endroits (chez un ami ou une association) et sur internet (mails...). **Faites-le dès votre arrivée et classez ces documents par année.**

• Cela peut être **utile pour votre procédure d'asile ou en cas d'arrestation**, pour prouver votre présence sur le territoire français et pour que les associations comprennent votre situation.

• Ces preuves de votre présence en France sont **obligatoires pour demander un titre de séjour.**

Exemples de documents à garder :

Attestation de demande d'asile/récépissé, déclarations de revenus (impôts), ordonnances médicales, attestations de sécurité sociale, factures de téléphone ou d'électricité, carte Tisséo, attestations de domiciliation, fiches de paie, inscription aux cours de français et diplômes, courriers divers...

L'application ADOBE SCAN permet de numériser vos documents.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

SE DÉPLACER À TOULOUSE

À Toulouse, les transports en commun sont gérés par **Tisséo**. Pour trouver vos itinéraires, allez sur www.tisseo.fr ou sur l'application mobile. Le ticket dure 1 heure et coûte 1,70€ (l'acheter à un arrêt de métro ou tramway). Le ticket magnétique de 10 voyages coûte 14,50€. Si vous montez dans le bus sans ticket, vous pouvez en acheter un sur place pour 2€.

Vous pouvez utiliser un ticket pour prendre le métro, le bus ou le tramway, voire plusieurs pendant un même voyage.
Si vous faites un changement (par exemple, métro puis tramway), vous devez valider à nouveau le même ticket pour être en règle. Cela ne comptabilisera pas un voyage supplémentaire.

Abonnement Tisséo

Dans une agence (Arènes, Basso Cambo, Borderouge, Jean Jaurès, Marengo-SNCF) :

• **Gratuit pour les demandeurs d'asile :** Pour obtenir une **carte Pastel** pour 6 mois (à renouveler), il faut apporter une photo d'identité, un récépissé en cours de validité et 9€.

• **Gratuit aussi pour certains demandeurs d'emploi et les personnes en situation de handicap**, apporter en plus les documents justifiant sa situation.

• **Réduction pour les personnes bénéficiaires de l'AME** (apporter la carte en cours de validité)

Si vous n'avez pas de papiers, **gardez toujours avec vous un ticket ou une carte** pour ne pas risquer un contrôle d'identité. En cas de contrôle, vous devez montrer votre carte Pastel ou votre ticket magnétique.

En cas de contrôle

Si vous voyagez sans titre de transport valide, vous risquez une amende. En cas de contrôle, un document d'identité pourra vous être demandé. Si vous n'avez pas de document d'identité, les contrôleurs peuvent demander à la police de se déplacer pour faire vérifier votre identité. En cas d'arrestation voir vos droits page 60.
Les contrôleurs ne peuvent pas fouiller vos affaires sans votre accord, mais pourront vous demander de quitter les lieux si vous refusez.

En cas d'amende

- Si vous n'avez pas de titre de transport valide, vous devrez payer 70 € d'amende.
- Il faut penser à valider votre ticket ou carte à chaque montée dans un bus ou métro, sinon vous devrez payer 5€ d'amende.
- Si vous avez un comportement contraire aux règles du métro ou que vous vous énervez pendant un contrôle, vous devrez payer 150€ d'amende.

Les contrôleurs donnent un PV ou une quittance, il faut le garder. Vous pouvez payer votre amende tout de suite au contrôleur ou dans les 15 jours. Si vous payez en agence tisséo, 20€ en plus de l'amende sont demandés si vous payez dans les 15 jours, 50€ de plus après 15 jours (sauf si vous êtes mineur).
Vous pouvez aussi la payer sur internet :
https://bit.ly/TisseoPV

Si vous n'avez aucune ressource, vous avez deux mois à compter de la date de l'amende pour la contester. C'est encore mieux de la contester dans les 15 jours car cela suspend aussi la majoration (de 20€ à 50€). Attention, si vous contestez l'amende, il ne faut pas la payer.

Contester l'amende ne fonctionne pas toujours. En cas de difficultés ou si vous ne pouvez pas payer votre amende, demandez de l'aide à un travailleur social (voir page 10).

⚠ Trop d'amendes impayées sur une année est un délit. Cela peut être inscrit à votre casier judiciaire et rendre plus difficile l'obtention d'un titre de séjour.

Code de la route

ALPHACODE

Formation au code de la route pour les personnes avec des difficultés en français.
Ne donne pas le code: il faudra ensuite passer l'examen. Adhésion 10 €. Informations et inscriptions par mail.
alphamirail.code@alliancesetcultures.org
06 18 92 02 07
84 rue Aristide Maillol
BUS 14 École d'architecture

⚠ Il faut s'inscrire à l'avance car il y a une liste d'attente.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

NUMÉROS D'URGENCE
– gratuits –

15 • SAMU
Service d'Aide Médicale Urgente.
Pour obtenir l'intervention d'une équipe médicale en situation de détresse vitale.

18 • POMPIERS
Signaler une situation dangereuse : accident, incendie, personne malade...

17 • POLICE
Obtenir de l'aide en cas d'agression ou signaler une infraction qui nécessite l'intervention immédiate de la police.

114 • URGENCE SMS
Permet aux personnes sourdes et malentendantes et aux personnes qui ne peuvent pas téléphoner (femmes victimes de violences par exemple), d'alerter les services de secours (SAMU, Sapeurs-Pompiers, Gendarmerie et Police) 24h/24 et 7j/7 par SMS, tchat, visioconférence. Aussi accessible en ligne sur 💻 www.urgence114.fr et avec l'application « 114 ».

115 • MISE À L'ABRI D'URGENCE
Numéro d'urgence pour les personnes sans solution d'hébergement ou victimes de violences conjugales nécessitant une mise à l'abri (hébergement) d'urgence.

119 • ENFANCE EN DANGER
Numéro d'urgence destiné à tout enfant ou adolescent victime de violences (psychologiques, physiques et sexuelles), ou à toute personne préoccupée par une situation d'enfant en danger ou risquant de l'être, au sein de la famille ou en institution.

3919 • VIOLENCES FEMMES INFO ÉCOUTE
Écoute, informe et oriente les femmes victimes de violences, ainsi que les témoins de violences faites à des femmes. Ne traite pas les situations d'urgence (ce n'est pas un service de police ou de gendarmerie).

Vélo

Il existe un service de vélo collectif : **VélÔToulouse**.
Abonnement à 25€ l'année (20€ avec la carte Pastel), mais il faut une carte bancaire.

Il existe aussi des lieux pour acheter à bas prix des vélos et les réparer au cours d'ateliers (La Vélorution, La Maison du Vélo, Le Tri Sera Top, En selle Deniers).

SE LOGER À TOULOUSE

Si vous n'avez pas de logement chez des proches, **il est difficile d'être hébergé à Toulouse**. Les hébergements d'urgence sont surchargés, et les associations de logement solidaire ont de longues files d'attente.

Beaucoup de gens dorment dans la rue.
Si c'est votre cas :
voir page 31 et appelez le
115

WIFI

À Toulouse il y a du wifi gratuit dans les parcs, les gares, les stations-essence, les centres sociaux…

La carte est ici :
💻 http://bit.ly/Wifi-TLS

Le wifi des fast-foods fonctionne depuis l'extérieur du bâtiment (McDonald's, KFC, Burger King, Starbucks…).
Le wifi **tetaneutral** a pour mot de passe **neutralteta**.

⚠ **Dans les gares il y a beaucoup de policiers**, vous risquez un contrôle d'identité. Voir page 60 les conseils pour se protéger des arrestations.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

TÉLÉPHONE

Acheter un téléphone

Vous pouvez acheter des téléphones pas chers dans des grands magasins comme la Fnac (allée du Président F. Roosevelt à côté du McDonald's) ou Darty (place Esquirol) ou dans des boutiques près de la gare Matabiau.
Certaines associations peuvent vous donner un téléphone, pensez à leur demander !

Acheter du crédit pour son téléphone

1. Si vous n'avez pas de carte bancaire ou de carte de retrait, vous pouvez acheter des recharges de crédit dans les bureaux de tabac. Les offres Lycamobile pour 30 jours avec appels/SMS illimités et des données Internet sont les plus intéressantes.

2. Si vous êtes en demande d'asile et que vous avez la carte ADA, ou si vous avez une carte bancaire, vous pouvez souscrire un forfait mensuel chez Free : offres peu chères, inscription directement sur une borne mobile.

→ **Trouver une borne Free :**
https://www.free.fr/boutiques

Vous pouvez ensuite :
1. choisir votre forfait ;
2. acheter votre carte SIM ;
3. Payer le forfait chaque mois sur une borne Free.

Où charger votre téléphone à Toulouse ?

- À l'intérieur des bus et parfois aux abribus et bornes VélÔToulouse.
- Dans les gares, prises en libre-service. Attention : il y a beaucoup de policiers dans les gares (page 60).
- Dans les accueils de jour, bibliothèques et médiathèques.

Utiliser/avoir un ordinateur

Dans la plupart des médiathèques municipales et bibliothèques vous aurez accès à des ordinateurs connectés à Internet (plus d'informations page 10). L'association La Rebooterie, 29 bis avenue des Mazades (page 27), propose des ordinateurs gratuits ou à petit prix. Il faut s'inscrire à l'atelier «Je veux un PC» par mail, SMS ou sur place.

EAU POTABLE

- **Aux robinets d'eau potable derrière et dans les toilettes publiques.**
Liste des toilettes publiques:
https://bit.ly/WCToulouse
→ Sur Google Maps rechercher « toilettes publiques » ou « sanisette »

- **Aux fontaines publiques**.
Liste des fontaines publiques :
https://is.gd/cartoTLS
→ Sur Google Maps rechercher « fontaine à boire »

FREETAPS
Carte des points d'eau potable.

⚠ **L'eau non potable** est indiquée par le signe «EAU NON POTABLE» ou «NE PAS BOIRE».



TICKETS ALIMENTAIRES

LA CLOCHE

Fermé le 11/11 et du 23/12 au 03/01. Activités diverses et distribution de bons à utiliser dans le réseau Carillon (sous réserve de disponibilités) qui permettent d'avoir un encas ou un repas et une boissons valable 1 seule fois chez un commerçant du réseau Carillon. Carte à jour sur :
https://www.lacloche.org/toulouse-occitanie
Jeudi 14h-16h
07 84 77 18 59
toulouse@lacloche.org
Centre culturel de Bonnefoy, 4 rue du Faubourg Bonnefoy
Ⓜ A Marengo SNCF

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

MINEURS ISOLÉS
(MOINS DE 18 ANS)

1.Que veut dire « mineur isolé » ?

Appelés maintenant Mineurs Non Accompagnés (MNA)

Vous êtes un «mineur isolé» si :

- Vous avez moins de 18 ans
- Vous êtes **sans vos parents** ou **sans représentants légaux** adultes en France.

→ Vous êtes considéré « en danger » et pouvez bénéficier d'une protection et d'une prise en charge par l'Aide Sociale à l'Enfance (ASE).

2. Vos droits en France

La France a l'obligation de prendre en charge les mineurs isolés qui sont sur son territoire. C'est l'Aide Sociale à l'Enfance (ASE), gérée par le Conseil départemental de la Haute-Garonne qui est chargée d'héberger et d'accompagner les mineurs isolés en France.

Avant de vous prendre en charge, l'ASE vous fait passer une « évaluation de la minorité et de l'isolement », c'est-à-dire vous interroger pour savoir si vous êtes vraiment mineur et isolé (si vous dites la vérité). Cette évaluation est obligatoire pour être pris en charge par la protection de l'enfance. **Normalement, cela ne doit durer que quelques jours, mais en réalité la procédure peut durer plusieurs semaines.** Une fois reconnu mineur et isolé, vous ne serez plus expulsable et n'aurez pas besoin de titre de séjour avant vos 18 ans. Vous serez hébergé et accompagné vers l'autonomie (travail socio-éducatif, scolarisation ou formation, suivi juridique et administratif…) jusqu'à vos 18 ans.

3. Vous arrivez à Toulouse

Rendez-vous au **Dispositif Départemental d'Accueil, d'Évaluation et d'Orientation des Mineurs Isolés (DDAEOMI 31)** pour faire reconnaître votre minorité.

DDAEOMI
Ouvert 24h/24h
05 82 08 04 50
ddaeomi-toulouse@anras.fr
22 rue de Stalingrad
Ⓜ A Marengo SNCF - Ⓜ B Jeanne d'Arc

4. Les entretiens d'évaluation au DDAEOMI

Le DDAEOMI fera votre « évaluation », pour décider si vous serez considéré « mineur isolé ». Durant cette phase d'évaluation, vous serez mis à l'abri (hébergé). Vous aurez un premier entretien rapide, puis **d'autres entretiens** sur votre identité, famille, vie dans votre pays (conditions de vie, scolarité), les raisons de votre départ et votre parcours jusqu'en France, vos conditions de vie depuis que vous êtes arrivé et votre projet en France. L'évaluation se fait sur la totalité du temps passé au DDAEOMI: même en dehors des entretiens d'évaluation vous êtes observé et votre comportement peut apparaître dans le rapport final.

- On va vous demander de **prouver votre minorité** avec des documents d'identité.

⚠ **Il est très risqué de présenter de faux documents d'identité.**

- Vous pouvez demander de l'aide à une association pour **faire venir vos documents de votre pays.**
- Vous avez le **droit à un interprète (par téléphone) qui parle votre langue.**

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Durant cette phase d'évaluation, des « examens complémentaires » peuvent être demandés : une vérification de vos documents d'identité si vous en avez, et parfois, des examens d'âge osseux.

⚠ **Aucun examen médical ou radio ne doit être réalisé si vous n'avez pas donné votre accord et si un juge ne l'a pas autorisé !**

5. Après les entretiens au DDAEOMI

Le DDAEOMI écrit un rapport sur votre minorité, qui est envoyé au procureur de la République. Il y a deux options :
1. Vous êtes reconnu mineur isolé et vous êtes pris en charge : vous serez hébergé (en foyer ou en appartement, plus rarement dans une famille d'accueil), accompagné par un éducateur, vous pourrez apprendre le français et aller à l'école ou suivre une formation professionnelle pour apprendre un métier.
2. Vous n'êtes pas reconnu mineur et isolé (refus)

6. En cas de refus

Si on ne vous reconnaît pas mineur, on vous donne un document indiquant le refus. Conservez-le pour la suite des démarches.
Vous avez le droit de contester la décision devant **un juge pour enfant.**
Le juge vous donnera un rendez-vous pour vous entendre, et peut aussi demander la vérification de vos papiers et des examens médicaux avec votre accord. **Après avoir examiné votre dossier, le juge peut vous reconnaître mineur et isolé, ou confirmer le refus.**

• Vous avez **le droit à un avocat** pour votre recours.

• Pour dormir, la seule solution officielle est de demander une place pour une nuit au 115. Présentez la lettre de refus de prise en charge que vous a donné le DDAEOMI. Vous pouvez aussi contacter le collectif AutonoMIE.

• Vous pouvez vous faire aider par des associations pour votre situation juridique

•Vous pouvez demander l'AME (Aide médicale d'état) pour la prise en charge de vos soins médicaux (voir page 37)

COLLECTIF AUTONOMIE
Permanence d'aide juridique et lutte pour la reconnaissance des droits des mineurs isolés étrangers.
✉ autonomie@riseup.net
💻 https://qrco.de/AutonoMIE
f autonomie31

7. Demande d'asile pour mineurs isolés

Si vous êtes mineur et isolé, que vous avez fui votre pays parce que vous avez eu peur pour votre vie, et avez été victime de persécutions, **vous pouvez demander l'asile** en plus de la procédure de reconnaissance de votre minorité.

Avant de demander l'asile, demandez conseil à votre éducateur ou à une association (page 15).

Votre éducateur ou votre référent au DDAEOMI peuvent vous aider à prendre rendez-vous pour déposer votre demande d'asile. Le rendez-vous se prend à la SPADA (CVH), qui vous donnera ensuite un rendez-vous à la préfecture. Le jour de votre rendez-vous, il faut que vous soyez accompagné d'un adulte responsable (un « Administrateur ad hoc ») désigné par le procureur. La préfecture va prendre vos empreintes et des informations sur votre identité. La désignation de l'administrateur peut prendre du temps.

Si vous avez des membres de votre famille dans un autre pays de l'Union Européenne, vous pouvez demander à les rejoindre.

Remarque : vous ne pouvez pas bénéficier de l'allocation pour demandeur d'asile (ADA). Vous ne pouvez pas être hébergé dans les mêmes centres d'hébergement que les adultes.

Pour plus d'informations sur l'asile, voir page 44.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

ADRESSES UTILES

ACCUEIL ET ORIENTATION

CVH - SPADA 31 **

Structure de Premier Accueil des Demandeurs d'Asile.
Permanence juridique et sociale : tous les mardi après midi 13h-17h.
Pour récupérer son courrier sans rendez-vous : du lundi au vendredi 9h-11h45.
Accueil sans rendez-vous : Du lundi au vendredi 9h-12h et 13h-17h (sauf jeudi après-midi)
Aide par téléphone le lundi, mercredi et vendredi 13h-17h
05 31 26 60 90
spada31@cvh34.com
28 rue Théron de Montaugé
A Balma-Gramont

MAISONS DES SOLIDARITÉS (MDS)

Suivi social et orientation sur rendez-vous.

- Premier rendez-vous en téléphonant à la MDS de votre lieu de résidence (l'adresse où vous habitez vraiment) et pas du lieu de domiciliation.
- Possibilité de solliciter un travailleur social pour une demande d'accès aux droits (aides au logement, aides financières) en fonction de la situation familiale

SAO DU CCAS

Écoute, renseignement et orientation pour les personnes sans domicile fixe n'ayant pas de référent social.
Service social public qui apporte une aide ponctuelle sur les besoins de première nécessité et l'accès aux droits. ***Pour assurer un suivi, une orientation vers un référent social aura lieu.***
Aide par téléphone : lundi -vendredi 13h-17h
Pour prendre rendez-vous, venir sur place le matin (9h-12h). Pas de rendez-vous donné par téléphone.
05 34 36 40 95
2 Rue de Belfort
A Jean Jaurès

ESPACE SOCIAL DU GRAND-RAMIER **

Présence d'un travailleur social pour accueillir, orienter et informer.
lundi au vendredi 10h30-14h.
Présence d'un psychologue mar. et jeu. 10h30-13h
Accompagnement à la scolarité chaque 1er vendredi du mois (matin).
Aide par téléphone au 05 61 22 29 63 du lundi au vendredi 14h-16h
Accueil 05 61 22 29 61
precarite31@ac-toulouse.fr
10 avenue du Grand-Ramier
B Palais de Justice T1 T2 Île du Ramier

DROITS DU CŒUR

Camion d'aide administrative et orientation sur les droits des personnes.
Imprimante, scanner et prises usb accessibles.
Mercredi 19h -20h30
42 avenue Frédéric Estèbe
B Minimes

Espace privatisé en fond de salle ou au camion
Jeudi 19 h - 20h30
42 bis avenue de Rangueil
B Rangueil - BUS 44 Jules Julien

AIDE AUX DÉMARCHES

ACCÈS LIBRE À UN ORDINATEUR
AIDE AUX DÉMARCHES

BIBLIOTHÈQUES/MÉDIATHÈQUES

Aide aux démarches administratives
07 52 05 12 36 (sur rendez-vous)
Emprunt de livres, Cds/DVDs, accès à un ordinateur 2h/ jour dans les médiathèques, 1h/jour dans les bibliothèques, impressions, photocopies, scan possibles.
Carte gratuite sur présentation d'une pièce d'identité (ou récépissé) et un justificatif de faibles revenus
Accès PMR dépend des bibliothèques

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

⚠ Les lieux **EN ROUGE** sont fermés pendant les vacances scolaires : ***du 19 oct. au 2 nov. et du 19 déc. au 4 janv.***
Les lieux suivis de deux ** sont fermés pendant les jours fériés : ***1er et 11 nov. , 25 déc. et 1er janv.***

★SECOURS POPULAIRE **

Accueil des jeunes de -25 ans en difficulté ainsi que tous les étudiants.
Aide sociale et juridique, aide alimentaire, aide à l'insertion professionnelle, accès à la santé (aux droits, orientation, dépistages...), accès à la culture.
Prise de Rdv sur place, par mail ou téléphone :
Du lundi au vendredi 9h-12h et 14h-17h30
permanence.jeunes@spf31.org (avec nom, prénom, date de naissance),
05 34 40 34 40
67 boulevard Silvio Trentin
M B Barrière de Paris

ARGOS

Accompagnement global vers l'inclusion sociale et/ou professionnelle des jeunes de 16 à 25 ans, sans résidence stable ni référent social identifié.
Évaluation par téléphone pour obtenir un rendez-vous.
Du lundi au vendredi 9h30-12h et 13h30-17h
06 42 46 23 10
argos@toulouse-metropole.fr
26 rue Sébastopol
M B Compans Caffarelli

CLUBS DE PRÉVENTION **

Accompagnement socio-éducatif des jeunes de 11 à 25 ans. Suivi selon la demande du jeune (soutien administratif, réorientation, accompagnement santé et formation...).
Allez au Club de votre quartier :
Club du Centre : du lundi au vendredi. Accueil sans rendez-vous mais horaires variables, il est conseillé de téléphoner avant.
07 86 52 57 67 - 06 24 08 37 53
club-centre@toulouse-metropole.fr
5 rue de Stalingrad
M A Marengo SNCF 14 Riquet

★CENTRE SOCIAL BAGATELLE **

Fermé du 19 décembre au 4 janvier.
★ jeudi après-midi.
Écrivain public : jeudi 14h-18h. Sans rendez-vous.
Photocopies (0,10€)
Horaire vacances du 19/10 au 30/10 : 9h-12h et 13h30-17h fermé mardi matin et vendredi après-midi
05 67 77 44 42
centresocial.bagatelle@assqot.com
117 rue Henri Desbals
M A BUS 13 Bagatelle

★ÉCOLE ET NOUS **

Aide aux démarches administratives, scolaires et accès aux droits, sur rendez-vous par téléphone ou sur place.
Lundi 13h30-16h, du mardi au jeudi 8h30-12h30 et 13h30-16h30, vendredi 8h30-12h30.
05 61 40 49 68 10 cheminement le Tintoret
M A BUS 14 Bellefontaine L4 René Valmy

★MAISON DES CHÔMEURS - PARTAGE 31 **

Fermé le 11/11 et du 24/12 au 03/01
Aide aux démarches et informations sur le droit des étrangers et le droit du travail. Sans inscription.
> Partage Farouette
Lun. et mar. 14h-19h, mer., jeu. et ven.9h-12h
Aide pour RSA : jeudi 14h à 16h
05 34 56 33 86
partage-farouette@orange.fr
13 rue de l'Ukraine M A BUS 13 Bagatelle
> Partage Bordelongue
Lun. 14h-17h30, mar. 9h-12h et 14h-18h, merc. 14h-17h, jeu. 14h30-18h, ven. 9h-12h
Aide pour RSA : mercredi 14h à 16h
05 61 72 56 96
11 chemin des Martyrs de Bordelongue
BUS L4 13 Bordelongue

★BOUTIQUE SOLIDARITÉ - ARPADE **

Possibilité de rendez-vous avec un travailleur social en semaine l'après-midi.
Accès libre aux ordinateurs.
06 99 11 40 49
cpva.equipeboutique@arpade.org
48 rue Michel Ange BUS 39 Lapujade

L'ESCABEL

Espace numérique en libre service.
mar.-mer. 13h30-17h30 et jeu.- sam. 10h-17h30
Imprimante accessible sur place.
lescabel.numerique@gmail.com
06 51 98 20 04 36 rue Gatien Arnoult
M B Compans BUS L1 L9 Jeanne d'Arc

★POUR ECRIRE UN MOT

Aide à la rédaction de courrier, dossiers administratifs & des démarches en ligne
Gratuit, pour les + de 25 ans
Lundi au vendredi, 9h-13h et 14h-17h. Prendre rendez-vous par téléphone
07 81 20 29 16.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

★ ATELIERS JAMMES - GAF **

Fermé du 5/10 au 11/10, du 7/11 au 8/11

Accueil et libre accès à un ordinateur (demander au bar).

du lundi au samedi de 8h30 à 17h (sauf jeudi) et de 8h30 à 13h30 le dimanche.

★ Gratuit - sur rendez-vous

mercredi et vendredi 9h -12h et 14h -17h

05 61 57 95 20 13 rue du professeur Jammes

M B BUS 15 70 Canal du Midi

★ CENTRE SOCIAL POLYGONE **

★ *Aide aux démarches, sans rdv lundi matin.*

Du lun. au vend. : 9h-12h30 et 14h-18h sauf mar. matin

Accès libre à des ordinateurs lun. à ven.

05 61 41 29 90

18 rue Vincent Scotto

M A Patte d'oie BUS 45 Turenne

66 Barrière de Bayonne

★ CASO - MÉDECINS DU MONDE (MDM) **

Fermé le 11/11 et du 23/12 au 3/01

Aide aux démarche pour accès aux soins.

Interprète disponible

Lun., mer.,ven. 9h15-11h30 sans rdv (arriver tôt).

05 61 63 78 78

info.midi-pyrenees@medecinsdumonde.net

5 boulevard Bonrepos M A Marengo SNCF

★ LA FABRIQUE SOLIDAIRE DES MINIMES (FA SOL MI) ** *Fermé du 26/12 au 03/01*

★ *Aide aux démarches administratives (sauf impôts, surendettement et naturalisation) et à la rédaction de courriers.*

Rendez-vous et horaires par tél. ou sur place

Accès imprimante et scanner : impression 15ct / copie.

Lundi 10h-12h30 et 14h-17h

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

05 61 25 38 28

29bis avenue des Mazades

M B Minimes BUS 27 Puget/Mazades

L'ÔSTALADA (SECOURS CATHOLIQUE)

Aide sociale sur rendez-vous.

Mercredi et vendredi 8h30-11h30

06 85 62 61 58 22 place Arnaud-Bernard

M B Compans-Caffarelli M B Jeanne d'Arc

★ UTOPIA 56

Pour toute personne exilée y compris mineurs isolés.

Aide à la domiciliation et orientation vers le droit commun. Distribution de matériel d'urgence (tente, couverture/duvet).

06 56 69 33 81 06 09 16 90 67

toulouse@utopia56.org

★ AVENIR - NOUVELLE MAISON DES CHÔMEURS **

Adhésion 20 € (5€ si sans emploi)

impressions possibles (pour le travail ou si la personne est suivie par le centre).

Du lundi au vendredi, 9h-12h

★ sur Rdv (sur place, par téléphone ou par mail). (possible en anglais et espagnol)

05 34 31 33 11

avenir.toulouse@outlook.fr

115 rue Bonnat

M B BUS 44 Saouzelong

★ SOZINHO

Scanner et imprimante disponibles (prix coûtant)

Mercredi au vendredi 9h-17h

★ *Écrivains publics : aide administrative et juridique.*

Sur présentation d'un ticket à retirer au café associatif à 9h les mercredi, jeudi et vendredi et 13h le vendredi. (venir en avance)

Inscription par mail :

accesauxdroits.lapasserelle@gmail.com

09 83 53 39 03

La Passerelle Negreneys - 38 rue des Anges

M B BUS 29 Minimes

★ CROIX-ROUGE

Sur RDV du lun au ven, 9h30-12h et 14h-17h.

05 61 99 24 69

aeo-accompagnement.toulouse@croix-rouge.fr

20 Rue Raymond IV

M B BUS L1 L9 45 Jeanne d'Arc

BAGAGERIE

BOUTIQUE SOLIDARITÉ - ARPADE **

Bagagerie gratuite. Inscription sur liste d'attente (sur place)

Téléphoner avant de venir 06 99 11 40 49

Du lun au ven 9h-11h30

cpva.equipeboutique@arpade.org

48 rue Michel Ange

BUS 39 Lapujade

SOLIDARITÉ MIGRANTS PATTE D'OIE **

Fermé le 11/11 et du 19/12 au 04/01

Bagagerie gratuite pour les personnes en demande d'asile, déboutées ou sans titre de séjour. ***Apporter son récépissé.***

Du mardi au vendredi 9h30-11h30

05 36 89 64 87

Paroisse Sacré Cœur, 2 place de la Patte d'Oie

M A Patte d'Oie

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

RÉTABLISSEMENT DES LIENS FAMILIAUX

RÉTABLISSEMENT DES LIENS FAMILIAUX - CROIX-ROUGE
Aide aux personnes qui ont perdu contact avec leur famille en raison d'un conflit, d'une catastrophe naturelle ou d'une migration. Service gratuit et informations fournies sécurisées. Interprète sur demande.
Prendre rendez-vous par téléphone ou mail.
05 34 50 14 84 et 06 83 99 50 17
rlf.dt31@croix-rouge.fr
71 chemin des Capelles (BUS) 46 École Croix-Rouge

ACCUEILS DE JOUR

BOUTIQUE SOLIDARITÉ - ARPADE **
Accueil de jour pour personnes majeures. Prises pour recharger son téléphone. Animaux admis.
Lundi au vendredi 9h-12h.
Collation (participation libre) jusqu'à 10h30 , boissons chaudes (participation libre), un duvet *gratuit* par an et par personne dans la limite des stocks.
Douches (participation libre) (9h-11h30), produits d'hygiène et laverie (participation libre sur rendez-vous).
Psychologue lun, mar, jeu 9h-12h / sur RDV les lundis après-midi et ateliers divers. Présence d'une infirmière un vendredi sur deux 9h-12h.
06 99 11 40 49
48 rue Michel Ange (BUS) 39 Lapujade

L'ÔSTALADA (SECOURS CATHOLIQUE)
Accueil de jour. Animaux admis.
Du lundi au vendredi 8h30-11h30 : Laverie sur rendez-vous (0,50€) et douches (0,20€)
Mercredi et vendredi de 8h30 à 11h30 : accueil social sur rendez-vous.
06 85 62 61 58 22 place Arnaud Bernard
(M) B Compans

ATELIERS JAMMES - GAF **
Fermé du 5/10 au 11/10, du 7/11 au 8/11 et le 25/12
Accueil de jour. Animaux admis.
Lundi-samedi 8h30-17h sauf jeudi.
Dimanche 8h30-13h. 05 61 57 95 20
jammesateliers@gmail.com
13 rue du Professeur-Jammes
(M) B Canal du Midi - (M) B Minimes

Pour femmes seules ou avec enfants :

LA CASÈLA (SECOURS CATHOLIQUE)
Fermé du 24/12 au 01/01
Lundi-vendredi, 8h30-12h30 : petit-déj jusqu'à 12h (0,20€), douches (0,20€) laverie sur inscription (0,50€). Possibilité de cuisiner sur place après 10h30. Protections menstruelles disponibles. Enfants accueillis accompagnés de leur maman (garçons jusqu'à 14 ans).
09 80 49 29 39
6 bis boulevard Maréchal Leclerc
(M) B Compans (BUS) L1 31 63 Barcelone Leclerc

LE PETIT SALON - ESPOIR **
Animaux acceptés (en laisse, avec muselière).
Bagagerie gratuite pour femmes. Café, thé, collation. Protections menstruelles disponibles. Ateliers sur inscription certains après-midis. Consultations médicales, psychologiques, sociales, juridiques (renseignements sur place).
lundi-vendredi 9h-13h, samedi 13h30-16h30
37 boulevard Matabiau
(BUS) 15 27 Passerelle (M) B Canal du Midi

MANGER

Matin

BOUTIQUE SOLIDARITÉ - ARPADE **
Collation et boissons à participation libre.
06 99 11 40 49 - Wifi gratuit
Lundi-vendredi 9h-10h30.
cpva.equipeboutique@arpade.org
48 rue Michel Ange (BUS) 39 Lapujade

SECOURS CATHOLIQUE
Petits-déjeuners gratuits sur place.
Samedi et dimanche 7h-8h30
62 rue Cazeneuve
(M) B Minimes - (M) A Marengo SNCF

ATELIERS JAMMES - GAF **
Fermé du 5/10 au 11/10, du 7/11 au 8/11 et le 25/12
Restauration assise de petits-déjeuners gratuits et boissons chaudes (0,20€). Majeurs uniquement.
Du lundi au dimanche (sauf jeudi) 8h30-11h30
05 61 57 95 20 jammesateliers@gmail.com
13 rue du Professeur Jammes
(M) B Canal du Midi - (M) B Minimes

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Les lieux **EN ROUGE** sont fermés pendant les vacances scolaires : ***du 19 oct. au 2 nov. et du 19 déc. au 4 janv.*** Les lieux suivis de deux ** sont fermés pendant les jours fériés : ***1er et 11 nov. , 25 déc. et 1er janv.***

L'ÔSTALADA (SECOURS CATHOLIQUE)
Restauration assise de petits-déjeuners (0,20€)
Du lundi au vendredi 8h30-11h30
andrew.nguyen@secours-catholique.org
22 place Arnaud-Bernard
M B Compans-Caffarelli M B Jeanne d'Arc

ORDRE DE MALTE *Ouvert du 1/11 au 28/03*
Petits déjeuners gratuits
Dimanche matin 9h-12h
Cathédrale Saint Etienne M B François Verdier

Midi

ESPACE SOCIAL DU GRAND-RAMIER **
Distribution gratuite d'un repas chaud à emporter sans conditions.
Restauration assise pour les personnes à la rue après rendez-vous avec un travailleur social.
Du lundi au vendredi 10h30-14h
Permanence téléphonique au 05 61 22 29 63 du lundi au vendredi 14h-16h.
10 avenue du Grand-Ramier
M B Palais de Justice T T1 T2 Île du Ramier

LES ÉTONNÉS - L'ASTRONEF
Cantine végétarienne à prix libre.
Un dimanche sur deux
05 61 52 90 70
letonnoir31@gmail.com
3 place des Avions
M B BUS 44 Saouzelong

Soir

CAMION DES RESTOS DU CŒUR
Service gratuit de repas sur place.
De mardi à vendredi et dimanche 19h-20h30
42b avenue de Rangueil + Restaurant sénior Jules Julien M B Saouzelong 44 Jules Julien
En face du 61 rue Pierre Cazeneuve (sauf le dimanche) M B Minimes BUS 15 27 Raisin
42 avenue Frédéric Estèbe (Palais de la pétanque) M B Minimes

RESTO'RUE - MAIN TENDUE 31
Distribution gratuite de repas chauds.
Dimanche à partir de 18h30.
En face du 61 rue Pierre Cazeneuve
M B Minimes

Colis alimentaires

Accessibles sur inscription après étude de votre situation.

SECOURS POPULAIRE **
Colis alimentaire (produits à cuisiner). Entretien social au bout duquel une aide alimentaire pourra être proposée sur rendez-vous à prendre les jours suivants:
Lundi, mercredi et vendredi 9h-12h (par téléphone ou sur place jusqu'à 11h30)
05 34 40 34 40
67 boulevard Silvio Trentin
M B Barrière de Paris

CROIX-ROUGE
Aide alimentaire (collation gratuite et libre choix des produits proposés avec participation d'1€.
Sur rendez-vous par téléphone ou mail
05 61 99 24 69
aeo-accompagnement.toulouse@croix-rouge.fr
20 rue Raymond IV
M B Jeanne d'Arc

LES RESTOS DU CŒUR
Téléphoner pour être orienté vers le centre de distribution le plus proche.
Permanence téléphonique le matin : 05 34 40 12 12 (puis taper 1)

EQUIPE SAINT VINCENT **
Fermé du 19/12 au 03/01
Colis alimentaire pour les habitants du 31000, 31300, Sept Deniers, Ponts Jumeaux et Minimes.
Sur inscription sur place.
Mercredi 10h-12h, 14h-16h, jeudi 13h-16h
esv.toulouse@gmail.com
2 rue du Docteur Hervé
T T1 T2 Cartoucherie BUS 66 Ducis

ARMÉE DU SALUT
Inscription pour colis alimentaires mardi et mercredi de 14h à 17h.
Apporter tout document relatif aux ressources et aux charges.
Distribution les vendredis de 15h à 17h
05 61 62 96 63
111 rue Négreneys
M B Minimes

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

AIDE JURIDIQUE

Aide et conseils selon vos besoins
- PROCÉDURE ASILE
- INFORMATION DUBLIN
- RÉFUGIÉS
- CARTE DE SÉJOUR
- DROIT DU TRAVAIL

Vous avez besoin d'un avocat ?
Liste des avocats de l'Association de Défense des Étrangers (ADE)
https://bit.ly/ADETou
ade.toulouse@gmail.com

COLLECTIF AUTONOMIE
Aide juridique et lutte pour la reconnaissance des droits des mineurs isolés étrangers.
autonomie@riseup.net autonomie31

MAISON DES DROITS DES ENFANTS ET DES JEUNES **
> Écoute, information juridique et orientation pour les mineurs et jeunes isolés.
Vendredi 14h-17h avec et sans rendez-vous
05 61 53 22 63
22-24 rue Monsterby A Jolimont

SOLIDARITÉ MIGRANTS PATTE D'OIE **
Fermé du 19/12 au 04/01
Aide juridique asile, Dublin, réfugiés, titre de séjour, OQTF, hébergement.
Mardi et mercredi de 14h à 16h30,
sur rendez-vous (sur place, par téléphone ou mail)
05 36 89 64 87
migrants.pattedoie@gmail.com
Paroisse Sacré Cœur, 2 place de la Patte d'Oie
A Patte d'Oie

LA PREM
Fermé du 21/12 au 28/12. Permanence téléphonique pour urgence : 0746305309
Accueil de toute personne étrangère qui souhaite discuter, être informée, ou qui cherche des solutions à sa situation.
Aide Juridique. sans rendez-vous le lundi 14h-18h
L'Escabel - 36 rue Gatien Arnoult
B Bus L1 L9 Jeanne d'Arc

AMNESTY INTERNATIONAL **
Aide aux demandeurs d'asile en cours de procédure OFPRA ou CNDA, aide au récit, préparation aux entretiens, recours.
mardi, mercredi et jeudi 14h-17h
Contact EADA (Équipe d'Aide aux Demandeurs d'Asile) : 06 17 22 32 91
asiletoulouse@amnesty.fr
18 rue Fourtanier
A Esquirol B François Verdier

COLLECTIF MIGRANT·E·S CGT 31
Demande de régularisation par le travail et aide en droit du travail.
Sans rendez-vous lundi 15h-18h30
05 61 21 53 75
collectifimmigrationcgt31@laposte.net
19 place Saint-Sernin
B Jeanne d'Arc

LA CIMADE
Information et accompagnement des personnes pour leurs démarches d'accès au séjour et à l'asile.
Contact et prise de rendez vous : par téléphone lundi et jeudi de 13h-15h30.
05 61 41 13 20 toulouse@lacimade.org

CIDFF 31 - Centre d'information pour le droit des femmes et des familles **
Fermé le 11/11 et du 25/12 au 4/01
Informations juridiques pour personnes victimes de violences, droits des femmes, familles et LGBTQIA+, droit des étrangers, du travail et droit international privé. Insertion professionnelle, accompagnement à la recherche d'emploi et de formation. Médiation familiale.
Accueil tél. lun-ven 9h-12h et 13h30-17h
05 34 31 23 31 pour prendre rendez-vous
cidff31@cidff31.fr
Les Rdv sont donnés dans les différents lieux à Toulouse et aux alentours.

CONSULTATIONS MÉDICO-SOCIALES - ESPOIR
Consultations gratuites pour certificat de concordance pour les demandeurs d'asile, dossier pour titre de séjour pour raison médicale, conseil et orientation pour accident du travail, inaptitude, reclassement, contentieux...
Sur rendez-vous (par mail uniquement) le mardi à partir de 18h
secretariat.ets@espoir31.org
Hôpital Joseph-Ducuing,
15 rue de Varsovie, en sous-sol
A Bus 14 31 Saint Cyprien

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Les lieux **EN ROUGE** sont fermés pendant les vacances scolaires : ***du 19 oct. au 2 nov. et du 19 déc. au 4 janv.*** Les lieux suivis de deux ** sont fermés pendant les jours fériés : ***1er et 11 novembre, 25 décembre et 1er janvier***

Aide par téléphone

LA CASE DE SANTÉ - PÔLE SANTÉ DROITS

Aide pour l'accès aux droits en santé (droit au séjour pour raisons médicales, aide médicale d'État, visa, discrimination en santé…). ***Interprètes dans plus de 100 langues.***

Aide par téléphone lundi, mercredi, jeudi et vendredi 14h-17h, mardi 10h-12h

05 61 23 62 35

COMITÉ POUR LA SANTÉ DES EXILÉ·E·S (COMEDE) **

Fermé les 8 et 9/10, le 11/11 et du 24/12 au 02/01

Aide médicale et psychologique avec des médecins. ***Interprètes possible.*** *Questions concernant un soin ou un bilan médical.* Soutien pour les soins médicaux, à la prévention, aux bilans de santé mentale, et aux liens médico-juridiques pour le droit des personnes étrangères.

Lundi, mardi 14h30-17h30, jeudi 9h30-12h30

01 45 21 38 93

GISTI **

Conseils juridiques par tél. (attente à prévoir)

Lundi-vendredi 15h-18h. Vendredi 10-12h

01 84 60 90 26

ENFANCE

Numéro d'urgence pour les enfants ou les adolescents : 119

LES RESTOS BÉBÉS **

Distribution d'alimentation, de couches, de lait maternisé et de vêtements (selon stocks) aux bébés de -1 an.

Inscription par téléphone (ne pas laisser de message vocal)

Lundi et vendredi 14h-16h30 et mercredi 10h-12h

05 61 42 96 13

103 allées Charles de Fitte

M A Saint Cyprien Bus 45 Les Abattoirs

PROTECTION MATERNELLE INFANTILE (PMI)

Prévention médicale pour les 0-6 ans et en pré ou post-natal. Ouvert à toutes les personnes domiciliées en Haute-Garonne ayant une carte vitale.

Gratuit *Sur rendez-vous auprès du secrétariat de chaque PMI aux Maisons des Solidarités.*

ASSOCIATION MAISON DES FAMILLES **

Fermé du 16/11 au 18/11 et du 21/12 au 3/01

Lieu d'accueil et de rencontre sans inscription, anonyme et gratuit pour les parents qui peuvent venir avec ou sans leurs enfants. Pour les parents isolés et en situation de précarité. Un lieu de partage pour rompre l'isolement et soutenir la parentalité.

Lundi, mardi et jeudi 9h30-17h, mercredi 13h30-17h et vendredi 8h30-11h30.

07 50 18 39 98

189 rue de Faubourg Bonnefoy

Bus L9 39 Sainte Hélène L12 Hauts de Bonnefoy

FEMMES

Violence femmes info écoute : 3919

APIAF

Ecoute, soutien psychologique et accompagnement social et juridique pour femmes victimes de violences.

1er accueil sans Rdv mar 13h-16h30 et jeu 14h-17h, les autres jours sur Rdv.

05 62 73 72 62 association@apiaf.fr

29 rue de l'Étoile (au 31 si personne au 29)

M B Bus L1 L8 L9 Francois Verdier

PLANNING FAMILIAL 31 **

Fermé du 11/11 au 15/11 et du 18/12 au 3/01

Lieu d'accueil, d'écoute, d'info et d'orientation gratuites, anonymes et non-médicalisées. Vie sexuelle et affective, contraceptions, IVG, IST, LGBTQIA+, violences. Protections menstruelles gratuites.

Lundi au jeudi 13h30 - 17h sans rendez-vous

contact@planningfamilial31.fr

44 place Nicolas Bachelier - 1er ét M B Jean-Jaurès

N° vert 0800 08 11 11 lundi-samedi 9h-20h

OLYMPE DE GOUGES - SAVIF **

Lieu d'accueil, d'écoute, d'information et d'orientation pour les femmes victimes de violences.

Accueil sur rendez-vous.

Aide par téléphone lundi-vendredi 9h-17h.

06 26 47 62 85 savif@olympe2gouges.org

Plateforme SIAO Femmes Victimes de Violences Conjugales.

Enregistrement et demandes d'hébergement le lundi 13h30-17h sans rendez-vous.

Maison des associations, 3 place Guy-Hersant

M B Empalot M B Saint Agne-SNCF

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

LGBTQIA+

LE JEKO

Espace d'échange, d'entraide, de soutien pour les personnes LGBTQI+ migrantes (en non-mixité)
Les contacter pour avoir les dates
06 89 51 99 54 ou 06 48 63 74 21
jeko.toulouse@gmail.com
Espace Diversités Laïcité - salle 5
38 rue d'Aubuisson
A B Jean-Jaurès

ACT UP SUD-OUEST

Défense des droits sociaux et de santé pour personnes LGBTQ+ discriminées et/ou personnes vivant avec le VIH VHB VHC.
Aide à la constitution de dossier sur la demande d'asile, préparation OFPRA et CNDA, OQTF, titre de séjour étranger malade, collaboration avec avocats spécialisés pour la procédure Dublin.
Sur rendez-vous par téléphone mardi et jeudi 10h-12h et 14h-17h 06 47 00 74 17
accompagnement@actupsudouest.org
Espace Diversités Laïcité - 38 rue d'Aubuisson
A B Jean-Jaurès - B François-Verdier

FONDATION LE REFUGE

Accueil, hébergement temporaire, accompagnement des jeunes de 18 à 25 ans victimes de LGBT+ phobies et en situation de rupture familiale.
Sur Rdv lundi-jeudi 9h-17h
07 61 80 67 22
Ligne d'appel nationale (7j/7 de 8h à minuit) 06 31 59 69 50
toulouse@le-refuge.org
30 rue de Soupetard
A Jolimont - BUS 37 Soupetard Salonique

CESAME (CENTRE ENIPSE DE RESSOURCES EN SANTÉ MENTALE LGBT+)

Accueil, écoute, orientation pour les personnes LGBT+ et leur entourage. ***Gratuit & confidentiel.***
Accueil sans rdv tous les vendredi et les 1er et 3e samedi du mois, 15h-19h autour de 3 thématiques : santé mentale, parcours de santé et accès aux droits.
Aide par téléphone mardi-samedi 10h-19h.
Interprète sur demande.
05 34 66 81 48 - 07 52 07 31 77
cesame.occitanie@enipse.fr
11bis rue Antonin Mercié, 31000 Toulouse
A Esquirol/Capitole

DREAMS

Accueil, évaluation, accompagnement et orientation des personnes LGBTQIA+
Lundi et vendredi 18h-20h
07 58 20 92 26
assodreamsfr@gmail.com
Espace Diversités Laïcité - 38 rue d'Aubuisson
A B Jean-Jaurès B François-Verdier

CLAR-T

Association d'entraide pour les personnes transgenres, non-binaires ou en questionnement.
Accompagnement individuel avec un travailleur social. Accès aux droits, orientation, aide juridique et administrative. **Interprète possible.**
Sur rendez-vous par Whatsapp ou par mail
06 59 83 97 90 clar.t.social@disroot.org
Permanence d'accueil et d'entraide sans Rdv le 3e mardi du mois de 18h à 20h
Espace Diversités Laïcité - 38 rue d'Aubuisson
A B Jean-Jaurès - B François-Verdier

ALDA - LESBIENNES RÉFUGIÉES

Soutien et accompagnement administratif pour lesbiennes en demande d'asile ou réfugiées.
Accueil le 2e mercredi du mois.
AldaToulouse aldalesbiennesrefugiees
reseau.alda@yahoo.com
Espace Diversités Laïcité, 38 rue d'Aubuisson
A B Jean-Jaurès - B François-Verdier

PLANNING FAMILIAL 31 **

Fermé du 11/11 au 15/11 et du 18/12 au 3/01
Lieu d'accueil, d'écoute, d'info et d'orientation ***gratuites****, anonymes et non-médicalisées. Vie sexuelle et affective, contraceptions, IVG, IST, LGBTQIA+, violences. Protections menstruelles gratuites.*
Lundi au jeudi 13h30 - 17h sans rendez-vous
contact@planningfamilial31.fr
44 place Nicolas Bachelier - 1er ét B Jean-Jaurès
N° vert 0800 08 11 11 lundi-samedi 9h-20h

QUEER SEX & PRODS – ACCUEIL COMMUNAUTAIRE LGBTQI+

Informations et échanges autour des pratiques de consommations de substances psychoactives, santé sexuelle, et Réduction des Risques (RdR). Accueil convivial et bienveillant. Matériel et conseils, dépistages VIH/VHB/VHC, analyse de produits.
Dernière permanence de l'année 16/12.
Programme hebomadaire via le QR Code
Mercredi 18h30-21h
queer.sex.prods@gmail.com
queer.sex.prods

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

SANTÉ

Urgences

*Service chargé d'accueillir les malades qui doivent être soignés en extrême **urgence**.*
*Vous n'avez **pas besoin de couverture maladie**.*

⚠ Attention, si vous n'avez pas de couverture maladie (AME ou CSS), allez voir le service social de l'hôpital en sortant des urgences. **Privilégiez le passage à la PASS** sauf en cas d'urgence.

HÔPITAL PURPAN
05 61 77 22 33
Avenue du Professeur Jean Dausset
T1 T2 Purpan - BUS L2 45 63 Hôpital Purpan

HÔPITAL DES ENFANTS
05 34 55 84 10
Avenue du Professeur Jean Dausset
T1 T2 Purpan - BUS L2 45 63 Hôpital Purpan

HÔPITAL RANGUEIL
05 61 77 22 33
1 avenue Jean Poulhès
M B BUS L2 Université Paul-Sabatier

Permanences téléphoniques santé

LA CASE DE SANTÉ
Questions sur l'accès aux soins (protection maladie, droit de séjour pour raison médicale, visa, discrimination en santé), prise de rendez-vous pour un soin médical, un bilan de santé ou sur les soins en santé mentale.
Interprètes dans plus de 100 langues.
lun, mer, jeu, ven 14h à 17h. Mardi : 10h-12h
05 61 23 62 35

COMITÉ POUR LA SANTÉ DES EXILÉ·E·S (COMEDE)
Fermé les 8 et 9/10, 11/11 et du 24/12 au 02/01
Aide médicale et psychologique par téléphone avec médecins. Questions concernant un soin ou un bilan médical. Soutien et expertise pour les soins, à la prévention, aux bilans de santé mentale et aux liens médico-juridiques pour le droit des personnes étrangères. ***Interprète possible.***
Lundi, mardi 14h30-17h30, jeudi 9h30-12h30.
01 45 21 38 93.

⚠ Les lieux **EN ROUGE** sont fermés pendant les vacances scolaires : ***du 19 oct. au 2 nov. et du 19 déc. au 4 janv.*** Les lieux suivis de deux ** sont fermés pendant les jours fériés : ***1er et 11 nov. , 25 déc. et 1er janv.***

PASS

*Les **Permanences d'Accès aux Soins de Santé (PASS)** sont des consultations médicales gratuites réservées aux personnes sans CSS ou AME, voir page 38 pour plus d'informations.*

⚠ • **Ne sortez pas de l'hôpital** sans avoir vu un assistant social.
• Être **accompagné d'une personne francophone** peut aider.
• Le site de traduction **Traducmed** (39 langues) est très utile pour les rendez-vous médicaux : www.traducmed.fr

Des PASS pharmacie existent : Si des médicaments vous sont prescrits pendant votre consultation demandez le service pharmacie de l'hôpital.

PASS CITÉ DE LA SANTÉ, HÔPITAL LA GRAVE **
Interprétariat possible.
Pour toute personne sans couverture maladie ou pour qui l'accès au soin est difficile.
Lundi au vendredi 9h-12h et 13h30-16h
Possibilité d'être vu sans RDV en fonction des annulations.
05 61 77 78 31
pass@chu-toulouse.fr
Rue Réclusane
M A BUS 13 14 45 66 Saint Cyprien

PASS HÔPITAL JOSEPH DUCUING
Accueil de patients sans CSS ou AME qui nécessitent des soins médicaux urgents. Accès sans rendez-vous par le service des Urgences.
du lundi au vendredi 10h-12h et 13h30-15h
05 61 77 34 00 puis demander la PASS
secretariat.social@hopitaljosephducuing.fr
15 rue de Varsovie
M A BUS 14 Saint Cyprien

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Consultations médicales et infirmières

Si vous n'arrivez pas à avoir accès à la PASS...

CASO - MÉDECINS DU MONDE (MDM)

Fermé le 11/11 et du 23/12 au 3/01

Consultations médicales, soins infirmiers, écoute, pour les personnes en difficulté d'accès aux soins, particulièrement sans couverture maladie (CSS, AME).

Lundi, mercredi, vendredi 9h15-11h30 (arriver tôt) sans rendez-vous. ***Interprète possible.***

05 61 63 78 78

info.midi-pyrenees@medecinsdumonde.net

5 bld Bonrepos M A BUS L8 14 Marengo SNCF

PLATEFORME SANTE PRECARITE (PSP)

Accompagnement et médiation en santé gratuit pour personne en situation de grande précarité vivant en squat ou bidonville.

Interprétariat téléphonique possible.

Sans Rdv 2e et 4e mardi du mois 10h30-12h30

Espace social - 10 avenue du Grand-Ramier

M B Palais de Justice - T T1 T2 Île du Ramier

Rendez-vous possible pour un passage de l'équipe sur le lieu de vie

06 10 67 58 02 ou par mail :

santeprecarite@hopitaljosephducuing.fr

LA CASE DE SANTÉ

Centre de santé communautaire avec permanence téléphonique. ***Interprètes dans plus de 100 langues.***

Pour les nouveaux patients appeller la permanence téléphonique pour prendre rendez-vous : 05 61 23 62 35

17 place Arnaud Bernard

M B Compans BUS L1 29 45 70 Arnaud Bernard

ACCUEIL SANTÉ SOCIAL - CROIX-ROUGE**

Accueil, orientation et accès aux soins d'hygiène. Présence d'infirmiers, pharmaciens et d'un médecin selon disponibilités (lundi et mardi) Boissons chaudes et douche disponibles.

Sans Rdv du lundi au vendredi 8h30-11h30.

09 84 42 73 98

Hôpital La Grave-Place Lange M A Saint Cyprien

CENTRE DE SANTÉ DU CCAS **

Consultations gratuites de médecine générale. Sans rendez-vous, venir tôt pour avoir une place.

Lun, mar, jeu 9h-12h30 et 13h30-17h, ven 13h30-17h

2 bis rue de Belfort 05 67 72 85 90

M A Marengo SNCF - M A B Jean-Jaurès

Santé mentale

Soins et urgences psychiatriques

URGENCES PSYCHIATRIQUES - HÔP. PURPAN

Consultations de psychiatrie en urgence pour évaluation du risque suicidaire, troubles délirants, maladies psychiatriques...

Interprétariat téléphonique possible.

Le **3114** est gratuit et permet également d'avoir aide et écoute en cas de pensées suicidaires. Si l'aide téléphonique ne suffit pas, appeler le 15 (ou par SMS au 114) et se rendre aux urgences si on vous le conseille :

Avenue du Professeur Jean Dausset.

Pour les Urgences bâtiment URM monter au 1er étage et se présenter à l'accueil.

T T1 T2 Purpan BUS L2 45 63 Hôpital Purpan

CENTRE DE SANTÉ DU CCAS

Consultations gratuites avec :

un psychiatre, sur Rdv par tél au 05 61 77 80 50 mercredi 14h-17h. Interprète possible

secretariat.methadone@chu-toulouse.fr

une psychologue, sans Rdv vendredi 9h-12h30

05 61 77 80 49 2 bis rue de Belfort

M A Marengo SNCF - M A B Jean-Jaurès

EMIC - ÉQUIPE MOBILE D'INTERVENTION ET DE CRISE - HOPITAL MARCHANT **

Service de soins joignable par téléphone par l'entourage d'une personne en souffrance psychique et en rupture ou en non demande de soins. Selon la situation, soutien téléphonique, orientation et/ou organisation d'une intervention sur Toulouse et les communes limitrophes. Après une intervention, accompagnement possible pour orienter vers des soins psychiatriques.

Du lundi au vendredi 9h-20h

05 61 43 45 46

Consultations et espaces de soutien psychologique

PASS PSY CITÉ DE LA SANTÉ - HÔP. LA GRAVE

Consultation gratuite avec un psychologue pour accueil, orientation, suivi pour toute personne en situation de grande précarité. Prendre rendez-vous par téléphone auprès des psychologues (laisser un message) :

05 61 77 80 36 • 05 61 77 79 98 • 05 61 77 80 44

Traductions possibles pour les personnes non-francophones.

Place Lange M A BUS 13 14 45 66 St Cyprien

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

PALABRE, ESPACE INTERCULTUREL

Lieu d'accueil et consultations psychologiques gratuites. ***Interprétariat possible.*** Accueil, groupes thérapeutiques et consultations psychologiques. Permanence d'accueil sans rendez-vous : mardi 9h-11h
07 68 27 03 87
palabre.interculturel@gmail.com
2 esplanade Pierre Garrigues M B Empalot

ARPADE - Point Ecoute Prévention (PAEJ) **

Espace d'écoute et d'accompagnement confidentiel et gratuit pour les jeunes de 12-25 ans, leurs parents ou proches et les professionnels accompagnants.
Equipe pluridisciplinaire et qualifiée, orientation vers des dispositifs dédiés aux questions et aux problématiques des jeunes, réduction des risques, prévention et sensibilisation.
Lundi-vendredi sur rdv 10h-13h et 14h-18h
05 61 42 91 91
sas.pe@arpade.org point_écoute 31
39 bis rue de Cugnaux
M A Patte d'Oie BUS L2 L3 Arènes

SOZINHO

Consultation d'une psychologue sur rendez-vous
Tous les premiers jeudis du mois 14h-17h
Inscription par mail :
accesauxdroits.lapasserelle@gmail.com

MAISON DES CHÔMEURS - PARTAGE 31 **

Fermé du 24/12 au 03/01

« Psy qui traîne ». Entretiens individuels d'écoute d'un psychologue interculturel sans rendez-vous pour prise de contact. Pour n'importe quelle souffrance psychologique, notamment liées aux traumatismes de l'exil.

Partage Faourette
Lun 14-18h, mar 18-19h, jeu 9-12h30, ven 9-12h
07 69 55 28 21
partage-faourette@orange.fr
13 rue de l'Ukraine M A BUS 13 Bagatelle

Partage Bordelongue
Mardi et jeudi 14h-18h
05 61 72 56 96
11 chemin des Martyrs de Bordelongue
BUS L4 13 Bordelongue

Partage Pradettes
Mercredi 14h -17h et vendredi 14h30-17h
05 82 08 37 89 or 06 58 20 97 24
12 chemin des Pradettes
BUS 18 46 87 Passerieu / Pradettes

CAFE DU MONDE - ARPADE**

Majeur Uniquement. Lieu-ressources pour les personnes exilées en situation de souffrance psychique. Espace pour créer du lien, libérer la parole autour de l'exil et ses effets sur la santé mentale. Interprète possible.
Accompagnement psychologique et ateliers de médiation thérapeutique sur rendez-vous. Accueil collectif sans rendez-vous le vendredi de 13h30 à 16h30.
06 67 27 64 97 48 rue Michel Ange
M A Marengo SNCF BUS L9 Arago

PSYCHOLOGUES DU MONDE

Consultations avec des psychologues (présence d'interprètes possible selon les langues).
Mardi et jeudi 10h30-12h30 sans rdv.
Espace social 10 avenue du Grand-Ramier
M B Palais de Justice - T T1 T2 Île du Ramier

Audition

AUDITION SOLIDARITÉ

Bilan auditif, appareillage auditif et suivi annuel. Gratuit. Pour les personnes sans couverture sociale ou bénéficiant de l'AME.
→ Consultez d'abord un médecin ORL pour une ordonnance puis contactez Marion par mail ou téléphone pour avoir un rendez-vous chez un audioprothésiste.
06 72 83 79 55
marion@auditionsolidarite.org

Dents - Vue

PASS DENTAIRE - SERVICE ODONTOLOGIE HÔTEL DIEU

Urgences *(douleurs, infection, traumatismes)*.
Appeler dès 9h pour avoir un rendez-vous dans la journée au 05 61 77 83 78. Si pas de CSS ou AME, possibilité de rencontrer l'assistant social sur place après.
2 rue Viguerie
M A BUS 13 14 45 66 Saint Cyprien

CENTRE OPHTALMOLOGIQUE JULES JULIEN

Ophtalmologue et orthoptiste. CMU, AME, ALD - Conventionné secteur 1
Lundi-vendredi 9h-19h. Rdv sur Doctolib (possible sans rendez-vous) ou par téléphone au 05 32 50 50 00
cdsjulesjulien@gmail.com
109 ave Jules Julien
M B BUS 34 115 Saint Agne-SNCF

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Contraception, Grossesse, IVG
(Interruption volontaire de grossesse)

HÔP. JOSEPH DUCUING-SERVICE ORTHOGÉNIE
Accueil des femmes souhaitant pratiquer une IVG.
Sur rendez-vous uniquement, venir avec résultats prise de sang HCG et une pièce d'identité. Si pas de CSS ou AME, contacter le service. Le Centre de santé sexuelle peut vous fournir une ordonnance gratuitement pour test HCG.
Interprète sur demande pour 2e rendez-vous.
05 61 77 50 79
pole.orthogenie@hopitaljosephducuing.fr
15 r. de Varsovie M A BUS 14 31 Saint Cyprien

LA CASE DE SANTÉ
Centre de santé communautaire, réalisation d'IVG médicamenteuse. Suivi de grossesse, échographie du 1er trimestre. Présence de sage femme ou de médecin.
Interprètes dans plus de 100 langues.
Sur rendez-vous au 05 61 23 01 37
17 place Arnaud Bernard
M B Compans BUS L1 29 45 70 Arnaud Bernard

HÔPITAL PAULE DE VIGUIER (MATERNITÉ)
Suivi grossesse, urgences gynécologiques et IVG.
Prendre rendez-vous par téléphone (lundi-vendredi 9h-18h)
Consultation gynécologique : 05 67 77 11 45
Consultation en vue d'une IVG : 05 67 77 10 01
Pour un suivi de grossesse, s'inscrire sur le site mychu.chu-toulouse.fr. Si pas de couverture sociale (CSS, AME), aller d'abord à la PASS La Grave.
Allée Jean Dausset T T1 T2 Purpan

Santé sexuelle Consultations VIH, IST et Hépatites

ÉQUIPE NATIONALE D'INTERVENTION EN PRÉVENTION ET SANTÉ (ENIPSE)
Dépistage et informations sur la santé sexuelle LGBTQI+
Sur rendez-vous par sms au 06 27 55 60 36
(Interprète sur demande).
1er sam. du mois 14h-17h (03/10, 07/11, 05/12)
4e jeudi du mois 18h-21h (22/10, 26/11, pas en déc)
Espace Diversités Laïcité - salle 5
38 rue d'Aubuisson
M A B Jean-Jaurès M B François Verdier

CENTRE GRATUIT D'INFORMATION DE DÉPISTAGE ET DE DIAGNOSTIC (CEGIDD)**
Dépistage anonyme, gratuit et prise en charge des infections sexuellement transmissibles, du VIH et des hépatites.
Interprètes et interprètes LSF.

Les mineurs doivent être accompagnés d'une personne majeure.

Sur rendez-vous **sauf en cas d'urgence.** Du lundi au jeudi 9h-12h et 14h-17h. Le vendredi 9h-12h Nocturne le mardi 18h-20h30 (hors vacances scolaires).
05 61 77 80 32
Hôpital La Grave, Cité de la Santé - 78 Rue Réclusane
M A Saint Cyprien BUS L4 L7 Cours Dillon

ASSOCIATION AIDES
Accompagnement, accès aux soins et aux droits pour les personnes vivant avec le VIH ou hépatites.
Lundi à vendredi 10h-12h, 14h-18h
Groupe d'entraide pour personnes vivant avec le VIH le 2e et le dernier mercredi du mois, 14h-18h
Interpètes par téléphone.
05 67 63 06 18
caarud.toulouse@aides.org

LE LOUNGE
Fermé le 11/11 et du 17/12 au 01/01
Ecoute, prévention, dépistage rapide (VIH, syphilis, hépatites B et C), distribution et livraison de matériel de réduction des risques pour les chemsexeurs (sexe entre hommes + drogue) et partenaires. Consultation gratuite sur rendez-vous en psycho, addicto, sexo dédiées aux hommes gays ou HSH qui consomment des drogues dans un contexte sexuel. Consultation en santé sexuelle assurée par un médecin généraliste pour les hommes ayant des rapports homosexuels.
Prendre rendez-vous par téléphone au
05 67 63 06 18 ou au 07 62 37 86 05
lounge.toulouse@aides.org
14-16 Place Laganne
M A BUS 13 14 45 66 Saint Cyprien

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Addictologie

- *Les **CAARUD** accueillent et accompagnent les usagers de drogues.*
- *Les **CSAPA** sont des centres de soins, d'accompagnement et de prévention.*

CAARUD - AIDES **

Accès au matériel de consommation, entretien individuel ou collectif en santé globale et consommation, accompagnement et éducation aux risques liés à l'injection (AERLi sans produit), test de dépistage, analyse rapide de drogue et ateliers en santé communautaire. ***Interprète disponible.***

Accueil collectif : lundi au vendredi 10h30 à 13h et vendredi 15h à 18h30.
Permanence démarche et matériel : lundi, mardi, mercredi de 15h à 17h30.
Médecin présente lundi et vendredi matin.
Infirmière et assistante sociale présente mardi, mercredi et jeudi matin.
05 34 31 36 60 - 06 16 49 59 62
caarud.toulouse@aides.org
16 av. Etienne Billières
M A Saint-Cyprien

PROGRAMME DE MÉDICAMENTS À SEUIL ADAPTÉ (PMSA) - CLÉMENCE ISAURE **

Accueil des personnes dépendantes aux opiacés ou opioïdes.

Consultation de médecins et inclusion des personnes : lun et merc 10h-12h30, jeu 10h30-12h30
PMSA : lun-sam 10h-12h30 jeu 10h30-12h30.
05 34 45 40 40
secretariat.intermede@clemence-isaure.org
2bis rue Clémence Isaure M A Esquirol

CSAPA - CLÉMENCE ISAURE **

Consultations anonymes et gratuites sur rendez-vous : 05 61 61 65 50
secretariat@clemence-isaure.org
42 rue des Champs-Élysées
M A BUS L8 14 Marengo SNCF

CSAPA - MAURICE DIDE **

Consultations en addictologie anonymes et gratuites sur rendez-vous.
Tél au 05 61 77 80 82 du lundi au jeudi 9h30-13h30 et 14h-16h30 et le vendredi 9h30-12h pour étude de votre dossier. **Interprète possible.**
secretariat.methadone@chu-toulouse.fr
Hôpital La Grave - Place Lange, Cours Saint Joseph
M A BUS 13 14 45 66 Saint Cyprien

CSAPA - ARPADE

Accueil et soins pour personnes concernées directement ou indirectement par une addiction.
Lundi 14h-19h, Mardi et Mercredi 9h30-13h et 14h-18h, Jeudi 9h30-13h et 14h-19h et Vendredi 9h30-13h et 14h-17h. Aide par téléphone les mardi 9h30-12h et 14h-16h, mercredi 9h30 - 11h et vendredi 9h30-12h.
05 61 61 80 80
3 bis rue Berthelot
M A Marengo SNCF BUS 23 Providence

CAARUD - INTERMÈDE **

Réservé aux usager·e·s de drogues.

Accueil assistance sociale : lundi et jeudi 14h-17h sans Rdv, mer 10h-12h30 sur Rdv.
Accès au matériel de réduction des risques : De lundi à mercredi 9h30-18h, jeudi 10h30-18h, vendredi 9h30-16h30, samedi 9h45-12h45.
Accueil femmes (*services d'hygiène et de liens, soins infirmiers, démarches administratives*) : vendredi 14h-16h30.
Accueil mixte (services d'hygiène et de liens, soins infirmiers, démarches admin.) : lundi à jeudi 14h-17h30 et vendredi 10h-12h30
Accueil communautaire LGBTQIA+ : voir p.17
Accueil festif : jeudi 18h15-20h30.
05 34 45 40 40
intermede@clemence-isaure.org
2bis rue Clémence Isaure
M A Esquirol

Vaccins et tuberculose

CENTRE DÉPARTEMENTAL DE VACCINATION DE LUTTE ANTI-TUBERCULEUSE (CDV-CLAT 31)**

Vaccinations obligatoires et recommandées gratuites pour adultes et enfants de +6 ans. BCG selon les recommandations. COVID un vendredi par mois sur RDV. Conseils, informations et traitement de la tuberculose. Consultation en pneumologie accessible avec courrier du médecin. Interprétariat sur demande.
Sur Rdv lun-jeu 8h30-18h, ven 8h30-78h. Prendre rendez-vous sur place ou par tél. :
05 61 77 50 30
secretariat.cdvclat@hopitaljosephducuing.fr
Hôpital Joseph Ducuing - 15 rue de Varsovie - sous-sol
M A BUS 14 Saint Cyprien

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

PROSTITUTION TRAVAILLEURS DU SEXE

GRISÉLIDIS *Fermé du 19/12 au 3/01*

Accueil collectif et convivial des travailleur·se·s du sexe, accompagnement social (santé, logement, emploi, violences, accès au séjour), prévention santé, ateliers collectifs.
Sans rendez-vous mardi et jeudi 14h-18h.
Sur rendez-vous du lundi au jeudi.

Le 1er mercredi du mois 14h-18h, permanence destinée aux jeunes, leur entourage familial et aux professionels les accompagnant.

05 61 62 98 61
association@griselidis.com @assogriselidis
4 rue Bernard Ortet
M A BUS L8 14 Marengo SNCF

AMICALE DU NID 31

Soutien des personnes en situation de prostitution ou victimes d'exploitation sexuelle. Écoute, accueil et accompagnement individuel et/ou collectif (accès aux droits, santé, logement, formation et emploi).
Sans rendez-vous les lundi 14h-17h.
Interprète sur demande.
05 34 41 57 60 contact@amicaledunid31.fr

REP'AIR
Accompagnement des mineur.e.s en risques et/ou en situation de prostitution âgé.e.s de 12 à 21 ans. Étayage et soutien aux professionnels. Accueil individuel sous forme d'accueil de jour et de libre adhésion.
07.66.20.97.05 repair@amicaledunid31.fr

52 boulevard Déodat de Séverac
M A Arènes - T T1 T2 Déodat de Séverac

LES RÉSILIENTES

Fermé le 22 et 29/12

Accueil et accompagnement global des victimes de traite des êtres humains à des fins d'exploitation sexuelle.
Cours de FLE, consultation psychologique sur RDV, temps collectifs de pair-aidance …
Accueil sans rendez vous: mardi : 12h-18h. ou sur rendez-vous par téléphone ou par mail.
06 80 24 97 13
contact.lesresilientes@gmail.com
5 avenue des Mazades
M B BUS 29 Barrière de Paris BUS 27 Mazades

SE LAVER LAVERIE

BOUTIQUE SOLIDARITÉ - ARPADE **

Douches (participation libre), lun-ven 9h-11h30.
Laverie (participation libre), une fois tous les 15 jours. Inscription sur place.
06 99 11 40 49
48 rue Michel Ange BUS 39 Lapujade

LE CAMION DOUCHE

Fermé du 24/12 au 10/03/27

Camion avec douches et kits d'hygiène gratuits.
06 37 31 45 17
lecamiondouche@gmail.com

- **Pour hommes et femmes :**
  Mercredi 18h45-20h30, Maison de la Pétanque
  42 av. Frédéric Estèbe M B Minimes
  Dimanche 9h-13h, Quai des Savoirs
  allée Jules Guesde
  M B T T1 T2 Palais de Justice
- **Pour femmes :**
  Samedi : 9h-12h
  rue Viguerie, en face des jeux pour enfants
  M A BUS 13 14 31 45 66 Saint Cyprien
  Le 2e et 4e lundi du mois 11h30-14h
  Avenue François Collignon, sur le parking en face du Carrefour City
  BUS 15 27 Passerelle, Raisin

ACCUEIL SANTÉ SOCIAL - CROIX-ROUGE**

Douches et sanitaires hommes/femmes et enfants. Produits d'hygiène et serviettes disponibles. Possibilité de boire une boisson chaude et présence occasionnelle de soignants (médecin, pharmacien, ou infirmier) (voir «Santé»)
Lun-ven 8h30-11h30 09 84 42 73 98
Hôpital La Grave, Place Lange
M A Saint Cyprien

DOUCHES MUNICIPALES BONNEFOY**

Douches gratuites hommes/femmes.
Mar-ven 8h30-15h15 et Sam 8h30-14h45
Laverie (1 fois/sem/pers). Produits d'hygiène disponibles.
Accès à la laverie sur orientation d'un travailleur social à l'Espace social du Grand Ramier (voir *Accueil et orientation*, p.12) ou via le PAIO.
Mardi-vendredi 8h30-13h. Samedi 8h30-12h
05 61 22 24 22
13 rue du Docteur Paul-Pujos
M A Marengo SNCF - BUS L9 39 Arago

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

S'HABILLER

CROIX-ROUGE **

Dépannage vestimentaire pour les bénéficiaires de la distribution de produits alimentaires. Vêtements et kits d'hygiène (selon stocks).
Mardi, jeudi et samedi 9h30 - 12h
05 61 99 24 69
aeo-accompagnement.toulouse@croix-rouge.fr
20 rue Raymond IV M B Jeanne d'Arc

SECOURS POPULAIRE **

• *Vestiaire pour les personnes sans domicile fixe. Vêtements, sacs de couchage, couvertures, produits d'hygiène, petits-déjeuners...*
Lundi 9h15-11h
• Magasin avec participation solidaire
Lundi-vendredi sauf mercredi 14h15-16h45
05 34 40 34 40
84 boulevard Silvio Trentin
M B Barrière de Paris

REFLET 31 **

Fermé du 24/12 au 04/01
Vestiaire professionnel et solidaire pour les personnes en recherche d'emploi.
Accueil individuel sur rendez-vous du mardi au jeudi 9h-17h.
05 61 47 21 78
contact@reflet31.com
19 rue Marc Arcis M B Minimes

LES FRIPOUILLES **

Fermé du 21/12 au 03/01
Boutique associative à petit prix avec des caisses d'affaires gratuites. Bébé/enfant, petite puériculture (biberon, linge de maison), peluches et jouets.
Lundi au samedi 10h-18h (sauf mer. ferme à 13h)
07 66 72 05 55.
3 rue Adolphe Coll
M A Saint Cyprien

SOLIDARITÉ MIGRANTS PATTE D'OIE

Fermé le 11/11 et du 19/12 au 04/01
Vestiaire pour les personnes en demande d'asile déboutés ou sans titre de séjour. Vêtements (hommes/femmes/bébés), chaussures, couvertures, linge de maison, sacs…
Mardi, mercredi et jeudi 9h30-11h30.
05 36 89 64 87
Paroisse Sacré Cœur - 2 place de la Patte d'Oie
M A Patte d'Oie

TOULOUSE OUVERTURE 7 (TO7)

Fermé le 11/11 et du 24/12 au 03/01
Vêtements en libre service.
lundi, mardi, mercredi 9h-12h, 14h-16h30, jeudi 9h-11h30 05 61 44 27 74
4 bis cheminement Robert Cambert
M A Reynerie - BUS 14 Le Lac Reynerie

LA ROULOTTE SOLIDAIRE

*Vestiaire hommes et femmes, **pour les personnes sans domicile.** Prises pour recharger son téléphone et aide aux démarches administratives possible. Distribution de sacs de couchage, sacs à dos et tentes. Inscription sur place.*
Gratuit et sans rendez-vous.
Lundi, mercredi et vendredi 10h-12h45.
Bénévoles parlant plusieurs langues.
07 71 84 18 69
laroulottesolidaire@gmail.com
11 rue Charles Laganne
BUS 14 T T1 T2 Fer-à-cheval

LE GRENIER D'ESPOIR

Vestiaire et grenier à petit prix.
Lundi 10h-17h.
05 61 14 76 76
16 chemin de Fages
M B Saouzelong BUS 27 Fages

CAISSE DES ÉCOLES - CITÉ DE L'ALLIANCE ÉDUCATIVE

Fournitures scolaires, cartables, vêtements et chaussures neufs pour les enfants scolarisés à l'école maternelle ou élémentaire à Toulouse. Assurance possible pour la rentrée scolaire Kit pour la piscine (sac, maillot de bain, bonnet, lunettes, serviette). Demander le formulaire à remplir à l'école de l'enfant ou à votre référent social et leur donner les justificatifs (ressources, domiciliation/quittance de loyer/attestation d'hébergement). Le dossier peut être envoyé par mail à :
cde-toulouse@wanadoo.fr
ou par courrier. Une fois le dossier traité, distribution sur rendez-vous
05 61 25 99 14.
4 cheminement Jean-François Lesueur
M A Reynerie BUS 14 Kiev - Cité du Parc

EQUIPE SAINT VINCENT

Fermé du 19/12 au 03/01.
Vestiaire gratuit hommes/femmes/enfants. Sans rendez-vous ni inscription
Mercredi 10h-12h et 14h-16h et Jeudi 13h30-16h
2 rue du Docteur Hervé
T T1 T2 Cartoucherie BUS 66 Ducis

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

APPRENDRE LE FRANÇAIS, L'INFORMATIQUE

△ *COURS DE FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE (FLE)*
▲ *ALPHABÉTISATION*
COURS D'INFORMATIQUE

△ ▲ KARIBU

Application gratuite pour apprendre le français à partir de l'anglais, l'arabe, le pachto, le dari ou l'ukrainien pour la vie quotidienne, la recherche d'emploi et l'insertion professionnelle dans les secteurs en tension.
Si vous avez déjà l'application, désinstallez et ré-installez-la pour avoir les nouveaux contenus.

DIAPASON

€ Adhésion 11€ l'année.
△ ▲ *Niveaux A1.1 à B1: 2 cours de 2h/semaine*
1 cours de 2h/semaine (pour grands débutants)
inscriptions et horaires sur place sur rendez-vous.
05 61 40 16 64 - 07 84 70 44 76
7bis rue du Cher
M A BUS 13 Bagatelle

AVENIR-NOUVELLE MAISON DES CHÔMEURS **

€ Adhésion 20€ (5€ pour les personnes sans emploi)
△ *1 cours/semaine, niveaux A1 à B2.*
→ **Inscription par téléphone, email ou sur place**
Niveau A2 requis.
Du mardi au vendredi 9h-12h et 14h-17h.
→ **Inscription sur place** du lundi au vendredi 9h-12h et 14h-17h
05 34 31 33 11
avenir.toulouse@outlook.fr
115 rue Bonnat M B BUS 44 Saouzelong

△ SECOURS CATHOLIQUE « ESPOIR, ÉDUCATION BONNEFOY»

Cours de français pour adultes et soutien scolaire pour enfant du CP à la terminale, sur le même temps.
→ **Inscription par téléphone ou mail**
Mercredi après-midi + 2e cours possible dans la semaine.
06 16 57 17 27
accompagnementscolaire.311@secours-catholique.org
Quartier Bonnefoy - 1 place du Chanoine Ravary
M A Jolimont BUS L9 39 Église Bonnefoy

Les lieux **EN ROUGE** sont fermés pendant les vacances scolaires :
du 19 oct. au 2 nov. et du 19 déc. au 4 janv.
Les lieux suivis de deux ** sont fermés pendant les jours fériés : ***1er et 11 nov. , 25 déc. et 1er janv.***

△ ▲ SOLIDARITÉ MIGRANTS PATTE D'OIE

Fermé du 19/12 au 04/01
Gratuit : *Réservé aux demandeurs d'asile avec récépissé. Pas de diplôme délivré.*
2 cours de 1h30 par semaine.
→ **Inscription sur place.** lundi-mercredi 9h30-12h30 et 14h-17h et jeudi/vendredi 9h30-12h30.
05 36 89 64 87
migrants.pattedoie@gmail.com
2 place de la Patte d'Oie M A Patte d'Oie

△ RÉSEAU TOULOUSAIN EN SOUTIEN AUX EXILÉ·E·S ET RÉFUGIÉ·E·S (RETSER)

→ **Reprise des cours en octobre.**
Gratuit et **sans inscription**.*Tous niveaux.*
Cours à Bagatelle et Saint-Michel.
Programme sur : Réseau Toulousain en Soutien aux Exilé.es et Réfugié.es, retser31 ou par mail : retser31@gmail.com

△ ▲ LA CASÈLA (SECOURS CATHOLIQUE)

Fermé du 24/12 au 01/01
→ **Reprise des cours mi-septembre.**
Gratuit. *Réservé aux femmes.* Tous niveaux.
Mardi 14h-15h30 et vendredi 10h-11h30.
09 80 49 29 39
6 bis boulevard Maréchal Leclerc
M B Compans BUS 31 63 Barcelone Leclerc

ATELIER JAMMES - GAF

Fermé du 5/10 au 11/10, du 7/11 au 8/11 et le 25/12
△ ▲ *Niveau débutant. Majeurs uniquement !*
Lundi et vendredi 10h-12h
05 61 57 95 20
13 rue du Professeur Jammes
M B BUS 15 70 Canal du Midi

CENTRE SOCIAL BAGATELLE

€ 10€ d'adhésion annuelle
△ ▲ *Niveaux : alphabétisation jusqu'à A2.*
→ **Inscription et test de niveau** sur rendez-vous.
Ateliers sociolinguistiques de français (2h/sem - horaires en semaine et en journée).
Horaire vacances du 19/10 au 30/10 : 9h-12h et 13h30-17h. Fermé le mardi matin et le vendredi après-midi.
Plusieurs niveaux, s'inscrire sur place.
05 67 77 44 42
centresocial.bagatelle@assgot.com
117 rue Henri Desbals M A BUS 13 Bagatelle

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

△ COURS DE FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE (FLE) ▲ ALPHABÉTISATION 🖧 COURS D'INFORMATIQUE

△ ▲ LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT 31

- **Centre Social Empalot**
  Adhésion de 15€/an.
  → **Inscription sur place**
  Niveau alphabétisation jusque B1.
  Lun. 10h-12h, 14h-16h30 et 18h30-20h30, mer. 18h30-20h30, jeu. 14h-16h30, ven. 10h-12h.
  06 08 25 40 82
  38 avenue Jean Moulin
  M B BUS L5 L9 Empalot
- **Espace familles de Blagnac**
  Gratuit. **Inscription sur place**
  Conseils et orientations. Réservé aux habitants de Blagnac (justificatif de domicile)
  Niveau alphabétisation jusqu'à B1.
  05 34 36 45 30
  1 cheminement du Four à briques, Blagnac
  T T1 Odyssud-Ritouret
- **Ancien centre d'animation de Bagatelle**
  Adhésion de 15€/an. *Niveau Débutant*
  △ Niveau A1/A2 mardi & jeudi
  06 79 30 25 58 pour s'inscrire
  13 impasse du Bachaga Boualam
  M A BUS 13 Bagatelle

△ ▲ LES RESTOS DU CŒUR

Cours gratuit, pour les personnes inscrites dans un centre Restos du coeur.

- **Casseldardit**
  → **Inscriptions par téléphone ou sur place** le jeudi entre 10h-12h et 14h-16h.
  05 62 87 23 52
  Centre de Casseldardit - 268 avenue de Grande-Bretagne
  T T1 T2 BUS L2 45 Cartoucherie
- **Négogousses**
  → **Inscription par téléphone** ven. 9h30-12h.
  09 83 85 29 35
  63 rue de Négogousses
  M A T T1 BUS L2 L3 14 Arènes
- **Séminaire**
  Mardi 10h-11h30 et 14h-15h30, vendredi 10h-11h30
  05 34 40 16 35
  27 Chemin du Séminaire
  M B Trois Cocus
- **Malepère**
  Vendredi 14h-16h.
  09 83 98 46 19
  286 route de Revel
  BUS L7 109 Laure Delerot BUS 78 Marcaissonne

🖧 LA REBOOTERIE

Adhésion 10€/an, gratuité possible.
Contact par mail ou SMS.
Atelier d'autoréparation d'ordinateur ou smartphone mercredi 14h-18h
Horaires des ateliers sur le site
07 49 70 82 02
contact@larebooterie.fr
29 bis avenue des Mazades
M B Minimes BUS 27 Puget

△ ▲ ASSOCIATION P.A.R.L.E.

Adhésion de 50€/an.
→ **Inscription par téléphone ou par mail.**
06 69 11 89 82 parle.asso@aol.fr

- **Maison des Associations**
  3 Place Guy Hersant
  M B BUS L4 54 Empalot
- **Maison des Associations Arnaud Bernard**
  3 Rue Escoussières
  M B BUS L1 14 Jeanne d'Arc

△ ▲ MAISON DES CHÔMEURS-PARTAGE 31**

Fermé du 24/12 au 03/01
Accès libre à des ordinateurs.
→ **Inscription de préférence sur place à Faourette**
Tous niveaux. 2h de cours par semaine.
🖧 Mardi 10h30-12h ou 14h-15h30 ou jeudi 10h-11h30.

- **Partage Faourette**
  13 rue de l'Ukraine
  M A BUS 13 Bagatelle
- **Partage Bordelongue**
  11 chemin des Martyrs de Bordelongue
  05 61 72 56 96 BUS L4 13 Bordelongue

△ ▲ LE CABRI CSF *Femé le 11/11*

Jusqu'à 6h de cours par semaine, présence régulière recommandée. Arrêt des cours le 12/06.
Adhésion 27€ (précaires 20€) + 7€ par trimestre.
→ **Inscription** par téléphone (SMS et Whatsapp) :
06 89 82 67 05

- **Centre social Jolimont**
  11 avenue de l'Observatoire
  M A BUS 37 Jolimont
- **Local Le Cabri**
  10 rue de Chambéry
  BUS 39 Roubichou BUS 19 Église St-André
- **Centre social Soupetard** (le jeudi)
  12 rue Charles Garnier
  BUS L12 Surcouf BUS 51 Belloc cité

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

⚠ Les lieux **EN ROUGE** sont fermés pendant les vacances scolaires : ***du 19 oct. au 2 nov. et du 19 déc. au 4 janv.*** Les lieux suivis de deux ** sont fermés pendant les jours fériés : ***1er et 11 nov. , 25 déc. et 1er janv.***

△ ▲ ARPEJ 31 **
→ **Inscription** en sept. pour rentrée en oct.
€ Tarif selon quotient familial, priorité aux adultes avec enfants à charge. 2-3 cours/semaine.
Niveau alpha à A2 (test de niveau à l'inscription)
→ **Inscriptions** sur place, possible en cours d'année mais sur liste d'attente.
Lundi, mardi, jeudi : 9h30-11h, 14h-15h30 / mercredi : 9h30-11h
162, rue Henri Desbals
M A BUS 13 Mermoz

△ ▲ ALPHA MIRAIL **
Priorité aux habitant-e-s du quartier.
€ Adhésion : 10€ sur liste d'attente
Cours 2 fois par semaine le matin de alpha à A2-B1.
Informations et inscriptions par mail :
alphamirail.code@alliancesetcultures.org
06 18 92 02 07
Centre Social Mirail - 84 rue Aristide Maillol
M A Mirail BUS 14 18 École D'Architecture

△ SINGA
Gratuit - Pour les femmes.
Niveaux A1-A2 et A2-B1.
→ **Inscription** par téléphone
Niveau A1 et A2 : mardi 10h-12h et 14h-16h
07 68 76 62 21
contacttoulouse@singa.fr
Maison des associations, 3 place Guy Hersant
M B BUS L5 L9 54 152 Empalot

CENTRE SOCIAL POLYGONE
€ Adhésion : 10€/an.
→ **Inscription sur place**.
△ *Ateliers de français.*
Du lundi au vendredi : 9h-12h30 (sauf mardi) et 14h-18h.
05 61 41 29 90
Centre social Polygone - 18 rue Vincent Scotto
M A Patte d'oie BUS 45 66 Turenne

△ SECOURS CATHOLIQUE
Fermé du 19/12 au 03/01/2026
Gratuit. *Tous niveaux. 2 cours par semaine.*
→ **Inscription** sur place ou par téléphone possible en cours d'année si non débutant.
Tous les jours 10h-11h30 (sauf lundi) et 14h-16h
05 34 25 67 40
56 rue de Périole
M A Marengo SNCF

△ ▲ MILLE MOTS TOULOUSE
Alpha, A1-B2, préparation aux examens
€ 3€-5€/h selon niveau + adhésion annuelle 3€
Jeudi et vendredi : 14h-16h et 16h30-18h
→ **Inscriptions par mail ou tél. toute l'année**
millemotstoulouse@gmail.com
06 67 13 05 90
M B Borderouge

TOULOUSE OUVERTURE 7 (TO7) **
Fermé du 24/12 au 03/01
Initiation à l'informatique Jeudi 9h30 - 11h30
→ **Inscription** par téléphone et sur place
05 61 44 27 74
4 bis Cheminement Robert Cambert
M A Reynerie - BUS 14 Le Lac Reynerie

LIEUX CULTURELS

BIBLIOTHÈQUES MUNICIPALES
Lieux d'accueil inconditionnel. Livres, ordinateurs, jeux, instruments,... à disposition.

Médiathèque centre: José Cabanis
mardi, mercredi, samedi : de 10h à 19h, jeudi et vendredi de 14h à 19h et dimanche de 14h à 18h
1 Allée Jacques Chaban-Delmas
M A Marengo SNCF

L'ESCABEL
Café associatif. Activités et évènements gratuits : concerts, jeux de société, débats, ateliers créatifs adultes et enfants.
06 51 98 20 04
lescabel.cafe@gmail.com
36 rue Gatien Arnoult
M B BUS L1 L9 45 Jeanne d'Arc

LE KIOSK (À LA CHAPELLE)
Bouquinerie / infokiosque en accès libre et gratuit.
Lundi et jeudi 18h-20h
05 61 12 37 55
kiosktoulouse@riseup.net
36 rue Danielle Casanova
M B Canal du Midi

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

♿ *EN FONCTION DES ACTIVITÉS (demander par téléphone ou mail)*

BIEN-ÊTRE LIBERTÉ SOLIDARITÉ (BLS 31)

Sport populaire mixte.
Gratuité possible.
S'inscrire par mail ou Whatsapp
contact@bls31.org

- **Foot à 7 mixte**
  Mardi et Vendredi 20h-22h Stade Amouroux
  4 rue William et Catherine Booth
  Ⓜ A Argoulets
  Samedi 11h-13h
  Gymnase du Complexe sportif du Bazacle
  BUS L1 45 Amidonniers
- **Foot et Futsal en mixité choisie : femmes cis-genres, personnes trans et/ou non binaires :**
  Foot extérieur : Lundi 20-22h (sauf s'il pleut)
  Futsal : ven. 16-18h / sam. 14-16h (mixte)
  06 12 78 02 41
  blsmixitechoisie@proton.me
  Gymase du Bazacle, impasse des Ramiers des Catalans BUS 14 45 Amidonniers
- **Boxe**
  Lundi 20-22h et jeudi 18h-20h (mixte)
  Lundi 18h-20h(mixité choisie sans homme-cis)
  Même adresse (Bazacle)
  06 16 36 20 73
- **Randonnées, pétanque, échecs et basket :** inscription par mail ou

RÉSEAU TOULOUSAIN EN SOUTIEN AUX EXILÉ·E·S ET RÉFUGIÉ·E·S (RETSER)

♿ *Activités culturelles et sportives ouvertes à tous (danse, chant, musique), repas partagés, soirées karaoké...*
Programme sur : Réseau Toulousain en Soutien aux Exilé.es et Réfugié.es
retser31 ou par mail : retser31@gmail.com

CENTRE SOCIAL POLYGONE **

Activités culturelles, sorties, projets de groupe
€ Adhésion : 10€/an.
→ **Inscription** sur le site Polygone.
05 61 41 29 90
centresocial.polygone@assqot.com
♿ 18 rue Vincent Scotto
Ⓜ A Patte d'Oie
BUS 45 Turenne 66 Barrière de Bayonne

CENTRE SOCIAL BAGATELLE

Ateliers manuels et sportifs et sorties culturelles pour les familles. De 0 à 5€. Petits déjeuners gratuits mercredi matin.
€ 10€ d'adhésion annuelle. S'inscrire sur place.
Horaires vacances du 19/10 au 30/10 :
9h-12h et 13h30-17h. Fermé le mardi matin et le vendredi après-midi.
Du lundi au vendredi 8h30-12h et 13h30-18h (17h le mercredi) fermé mardi matin et vendredi après-midi
Programme au bout de ce QRcode
05 67 77 44 42
♿ 117 rue Henri Desbal
Ⓜ A BUS 13 Bagatelle

MAISON DES CHÔMEURS - PARTAGE 31 **

Fermé du 24/12 au 03/01
Ateliers dessin, cuisine, sports séniors, couture, jeux de société. Théâtre, événements festifs et culturels. Cinéma le 3e jeudi du mois à 14h (1€). Sorties familiales à la journée (4€ max).

- **Partage Faourette**
  Petit déjeuner le mardi matin
  Repas partagé à 2€ le jeudi à 12h30
  05 34 56 33 86
  ♿ 13 rue de l'Ukraine
  Ⓜ A BUS 13 Bagatelle
- **Partage Bordelongue**
  Petit déjeuner le mercredi matin
  Repas partagé à 2€ le mardi à 12h30
  Repas à 7,50€ au salon de thé «La Toguna» le vendredi à 12h30
  Espace femmes (échange et construction de projet) le vendredi 14h30-16h30
  05 61 72 56 96
  ♿ 11 chemin des Martyrs de Bordelongue
  BUS L4 13 Bordelongue
- **Partage Pradettes**
  Lundi 14h-18h, mardi 9h30-12h30 et 14h-19h30, mercredi et jeudi 14h-17h et le vendredi 9h30-12h30 et 14h30-17h
  05 82 08 37 89 ou 06 58 20 97 24
  ♿ 12 chemin des Pradettes
  BUS 18 46 87 Passerieu / Pradettes

SPORT INTERNATIONAL SOLIDAIRE (SPORTIS)

Activités sportives et interculturelles à Toulouse et séjour multisports à la campagne toute l'année
https://sport-is.org/actions-en-france/sport-terre-daccueil-2

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

⚠ Les lieux **EN ROUGE** sont fermés pendant les vacances scolaires : ***du 19 oct. au 2 nov. et du 19 déc. au 4 janv.*** Les lieux suivis de deux ** sont fermés pendant les jours fériés : ***1er et 11 nov. , 25 déc. et 1er janv.***

BOUTIQUE SOLIDARITÉ - ARPADE **

Majeurs uniquement. Participation libre.
Ateliers culturels, sportifs et autres. Programme des ateliers par téléphone, mail ou facebook
sur inscription sur place lun. au ven. 9h-12h
06 99 11 40 49
BoutiqueSolidariteToulouse
cpva.boutique@arpade.org
48 rue Michel Ange
39 Lapujade

AVENIR-NOUVELLE MAISON DES CHÔMEURS **

Ateliers arts plastiques et évènements culturels
Sorties (cinéma, musée, théâtre...) à prix réduits. Adhésion 20 € (5 € pour les personnes sans emploi)/an + prix des sorties.
→ **Inscription** sur place.
Lundi au vendredi 9h-12h et 14h-17h
05 34 31 33 11
avenir.culture31@gmail.com
115 rue Bonnat
B 44 Saouzelong

LA BRIC

Entraînements de rugby plaqué ou touché. Mixte, populaire, anti-fasciste.
Accueil des nouveaux, 1er dimanche du mois, 15h.
Inscription par mail, Facebook, Instagram
bourrassol.rugby@gmail.com
BRIC - Bourrassol Rugby International Club)
@bric.bourrassol
Parc de Bourassol, impasse Pouvillon (touché ou plaqué) A Patte d'oie
Maison du rugby des Argoulets (plaqué)
A Argoulets

ATELIERS JAMMES - GAF **

Fermé du 5 au 11/10, les 7 et 8/11 et le 25/12
Majeurs uniquement. *Ateliers variés : salle de sport, arts créatifs et plastiques, musique, boxe, boxe féminine, lutte, musculation, cuisine, écriture, percussions, théâtre, escalade...*
Adhésion 8€ par mois + 6€/an d'assurance (à discuter selon situation).
Du lundi au samedi de 8h30-17h (sauf jeudi) et dimanche 8h30-13h30.
05 61 57 95 20
jammesateliers@gmail.com
13 rue du professeur Jammes
B Canal du Midi ou Minimes

TOULOUSE OUVERTURE 7 (TO7)

Fermé du 24/12 au 03/01
• **Repas-débats** (art, science, politique...).
Programme au bout de ce QRcode
2 à 5 €.
Le jeudi à 12h. inscription avant le mercredi midi par téléphone ou email.
• **« Artelier » : Initiation aux arts**
Le mardi ou mercredi
Programme par téléphone ou par mail.
05 61 44 27 74 to7@to7.org
4 bis cheminement Robert Cambert
A Reynerie 14 Le Lac Reynerie

SINGA

Activités pour créer du lien et passer des moments d'échange de convivialité. sorties culturelles, ateliers artistiques, randonnées...
• **Rencontres Blabla** : Temps de discussions ouvert à toutes et tous.
Le dernier mercredi du mois : 18h30-20h
Café associatif l'Escabel
B Jeanne d'Arc / Compans
Premier jeudi du mois, appeler pour les horaires
Université Jean Jaurès / Foyer le moulin
A Mirail Université
• **Atelier littéraire**
Deuxième mercredi du mois : 18h-20h sur inscription
Café associatif l'Escabel
B Jeanne d'Arc / Compans
• **Visites guidées** de Toulouse 1 fois par trimestre
singa_toulouse SINGAToulouse/
→ *Informations sur le groupe ou par newsletter*
07 68 76 62 21
contacttoulouse@singa.fr

CENTRE SOCIAL RAYMOND IV

Activités pour enfants et adultes, sur adhésion. Ludothèque pour les -8 ans. Aide aux devoirs pour les élémentaires, collégiens et lycéens. Ateliers/moments de partage pour les adultes. Sorties et ateliers famille.
Adhésion 20€ / ans (à discuter selon situation)
Inscription sur place mardi, mercredi et jeudi 9h30-12h et 14h-18h et vendredi 9h30-12h.
4 rue de l'Orient
B L1 L9 Jeanne d'Arc

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

DROITS SOCIAUX

QUELS SONT MES DROITS ?

→ En France, **les personnes sans autorisation de séjour, dites « sans-papiers » ou « en situation irrégulière » ont des droits :**

- être accompagnées dans leurs démarches (voir « Qui peut m'aider ? »)
- être soignées (page 37)
- avoir une domiciliation où recevoir du courrier (page 30)
- avoir un hébergement d'urgence (page 31),
- accéder à des aides financières,
- aller à l'université ou en formation (pages 42-43)...

→ **Les personnes avec autorisation de séjour (« en situation régulière »)** ont des droits qui dépendent de leur situation administrative :

- **Demandeur d'asile** : l'accès aux droits est soumis à certaines conditions et s'arrête à la fin de la demande d'asile (hébergement et allocation (pages 32), travail (page 38), assurance maladie CSS (page 37)).
- **Réfugiés** : les droits sociaux sont presque les mêmes que pour les personnes françaises (pages 30, 35,39).
- **Carte de séjour** : pour les personnes qui ont un récépissé de demande de titre de séjour ou un titre de séjour, les droits dépendent du type de titre de séjour. Par exemple, toutes n'ont pas le droit de travailler (page 58) ou de sortir du territoire.

QUI PEUT M'AIDER ?

Un travailleur social

Un travailleur social peut vous accompagner, même si vous n'avez pas de papiers. Selon la situation et le problème il faudra sûrement aller dans plusieurs endroits.

Pour avoir un rendez-vous :

- **PAIO** pour les personnes sans abri (page 10)
- La **Maison des Solidarités** (MDS) la plus proche de votre lieu de résidence
  Les adresses des MDS sont sur internet :
  https://bit.ly/MDS-HG
- Le **Centre communal d'action sociale** (CCAS) de Toulouse pour les personnes isolées qui ont le RSA

Il existe des aides alimentaires et financières sous conditions, demandez-les à un travailleur social.

Les écrivains publics

Ils vous aident à écrire vos documents officiels (documents administratifs, formulaires, courriers, chèques, démarches internet). Des associations peuvent vous aider gratuitement : demandez au centre social ou à la bibliothèque de votre quartier.

RECEVOIR DU COURRIER : LA DOMICILIATION

*La **domiciliation** est une adresse postale pour recevoir du courrier quand on n'a pas d'hébergement fixe.*

Pour les demandeurs d'asile

Quand vous demandez l'asile à Toulouse, vous pouvez être domicilié :

- À la SPADA (CVH)
  28 rue Théron de Montaugé
  Balma-Gramont
- Dans votre centre d'hébergement donné par l'OFII

Pour les réfugiés

Si vous avez la protection internationale (réfugié, protection subsidiaire ou apatride) vous pouvez rester domicilié et accompagné à la SPADA pendant 6 mois.
Pour chercher une nouvelle adresse voir : « autres situations ».

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Pour les autres situations

Si vous êtes sans-papiers ou dans une situation particulière, et que vous n'avez pas d'adresse, vous pouvez demander une domiciliation :

• À la Croix-Rouge
Fermé le 11 novembre et le 25 décembre.
Domiciliation pour les personnes sans domicile stable **sauf personnes en demande d'asile ou éligibles au RSA**.
Prendre rendez-vous sur place ⏲ du lundi au vendredi 9h45 - 12h
📞 05 61 55 47 42 (téléphoner de 13h30 à 16h)
✉ domiciliation-ul.toulouse@croix-rouge.fr
📍♿ 10 avenue du Grand-Ramier
Ⓣ T1 T2 Île du Ramier
Ⓜ B Palais de Justice

• Au CCAS
Domiciliation postale au CCAS. Si vous êtes bénéficiaire du RSA ou que vous avez un droit potentiel au RSA (Couple, personne isolée).
Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) :
📍 2bis rue de Belfort
Ⓜ A Marengo SNCF - Ⓜ A Jean Jaurès
⏲ Domiciliation sur rendez-vous et retrait du courrier à l'accueil du lundi au vendredi : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h (le jeudi, ouvre à 10h).
📞 Accueil domiciliation : 05 67 72 85 69
ou 05 67 72 85 70

L'HÉBERGEMENT

Le droit à l'hébergement est inconditionnel, vous pouvez demander un hébergement même si vous n'avez pas de papiers.

Pour toute personne qui se trouve sans hébergement : 115

Vous pouvez appeler le 115 24h/24, mais l'attente au téléphone peut durer 2 heures ou +. Précisez si vous êtes en situation de fragilité (enfants, femme isolée, maladie...).
Vous pouvez **faire une demande SIAO** avec un travailleur social (MDS ou CCAS, pages 30-31). Le dossier est à confirmer tous les deux mois.
Le nombre de places est insuffisante, il est rare d'avoir une place. Il est conseillé de continuer à appeler le 115 jusqu'à ce qu'il décroche, plusieurs fois par semaine, plus le 115 vous a au téléphone, plus vous avez de chances d'avoir un hébergement. Les appels décrochés sont importants pour d'autres démarches. Pour récupérer un relevé d'appels 115, il faut aller au PAIO (voir page 10).

S'il fait très froid et que vous dormez à la rue, certains endroits restent ouverts la nuit et il est possible de s'y réfugier surtout en hiver. Le hall des urgences de la maternité Paule de Viguier et de l'hôpital Purpan.

Si vous êtes en situation régulière (au cas où la police passe) : à la gare Matabiau (fermée quelques heures par nuit) et à l'aéroport Toulouse-Blagnac (les portes sont fermées entre 23h et 4h mais il est possible qu'on vous laisse rester à l'intérieur pendant l'hiver).

Vous n'arrivez pas à avoir un hébergement ?

Vous avez fait une demande SIAO et appelé le 115 et vous n'êtes pas hébergé : vous pouvez faire un recours pour avoir un hébergement grâce au DAHO (Droit À l'Hébergement Opposable).

Besoin d'aide ?

DAL31
Fermé du 26 octobre au 1er novembre, le 11 novembre, et du 28 décembre au 3 janvier.
Association de lutte pour le droit au logement qui accompagne les personnes sans-logis et mal logées.

Entraide et informations sur les démarches.
Aide aux démarches sans rendez-vous :

⏲ **Mardi 10h-12h** à l'association Partage
📍 13 rue de l'Ukraine
Ⓜ A Bagatelle

⏲ **Mardi 17h30** au CASC
📍 10 bis rue du Colonel Driant
Ⓜ B Empalot

⏲ **Mercredi 17h30** au cinéma Utopia Borderouge
📍 59 Avenue Maurice Bourges-Maunoury
Ⓜ B Borderouge

✉ dal@daltoulouse.org
📞 06 56 82 73 08 (SMS ou message vocal uniquement)

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

SECOURS CATHOLIQUE
Assistance à la constitution de recours DALO.
Pour prendre rendez-vous, appelez du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h et laissez un message pour être rappeler :
05 34 25 67 40
56 rue de Périole
A Marengo SNCF

L'hébergement des mineurs isolés

- **Si vous êtes reconnu mineur isolé** vous serez pris en charge par l'Aide Sociale à l'Enfance (ASE) : vous serez hébergé (en foyer ou en appartement, plus rarement dans une famille d'accueil)
- **Si votre minorité a été refusée et que vous faites un recours devant le juge des enfants** (environ 6 mois) : **La situation est très difficile à Toulouse**. Beaucoup de jeunes dorment dans des squats. Vous pouvez vous faire aider par des associations (voir page 15).

LES CONDITIONS MATÉRIELLES D'ACCUEIL : CMA

Ces informations seront actualisées dans la prochaine édition.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Ces informations seront actualisées dans la prochaine édition.

Watizat, tous droits réservés **www.watizat.org**

Watizat, tous droits réservés **www.watizat.org**

LE LOGEMENT

Le logement social est accessible si :
• Vous êtes en **situation régulière (titre de séjour)**
• Vous avez des ressources financières (dont allocations sociales comme le RSA)
Si vous remplissez ces conditions, vous pouvez faire une demande de logement social.

Le logement social est un logement de longue durée avec un prix inférieur au prix du marché, et avec des conditions d'accès facilitées.

⚠ Les personnes avec un récépissé de première demande de titre de séjour ne sont pas éligibles au logement social (sauf les personnes reconnues réfugiées ou bénéficiant de la protection subsidiaire ou les membres de leurs familles), il faut avoir un titre de séjour ou un récépissé de renouvellement de titre de séjour.

Pour demander un logement social, vous devez remplir un formulaire :
• sur 💻 https://www.demandelogement31.fr
• en mairie
• auprès d'un bailleur social

Vous pouvez faire la demande pour vous et pour les membres de votre famille s'ils sont en situation régulière et sur le territoire français (époux, épouse, partenaire et enfant(s) mais aussi un grand-parent, parent, petit-enfant, frère ou sœur).

⚠ **Actualisez votre demande dès que votre situation change** (familiale, financière...) et renouvelez votre demande tous les ans. Pour faire cette demande, vous pouvez obtenir de l'aide dans une permanence sociale (page 10) ou auprès d'un travailleur social.

Vous n'arrivez pas à avoir un logement social ?

Vous pouvez faire un recours pour être reconnu prioritaire pour obtenir un logement grâce au DALO (Droit au logement opposable).

Pour faire cette demande DALO, vous devez attendre **un délai de 36 mois** (3 ans) après votre demande de logement social. **Vous n'avez pas à attendre ce délai si vous vous trouvez dans une situation de mal-logement (exemple : sans logement, hébergé, menace d'expulsion, logement insalubre, sur-occupation avec des mineurs, logement non-adapté au handicap.)**

La commission de médiation DALO a 3 mois pour étudier votre dossier.
Si la décision est positive, la préfecture a encore 6 mois pour vous proposer un logement. Après ce délai, vous pouvez saisir le tribunal administratif pour condamner la préfecture. Vous pouvez également demander l'indemnisation de votre préjudice du fait de l'absence de logement adapté à votre situation à la préfecture puis au tribunal. Contactez un avocat (pages 15-16).

→ Fiche pratique de Romeurope sur l'accès au logement social et le Droit au Logement Opposable (DALO) :
💻 https://is.gd/logement_Dalo

→ Fiche pratique « Agir et se mobiliser face à une procédure d'expulsion » expliquant les droits et les bons gestes face à une procédure d'expulsions ainsi que les voies de recours :
💻 https://is.gd/Expulsion

LES ALLOCATIONS

Une **allocation** est une somme d'argent versée par l'État sous certaines conditions.
La somme dépend de votre statut administratif, de votre âge, de la composition de votre famille, de votre logement...

⚠ **Pour les demandeurs d'asile : voir l'ADA** (page 32).

Le RSA (Revenu de Solidarité Active)

Il peut être demandé auprès de la CAF (Caisse d'allocations familiales), sur le site www.caf.fr, sous ces conditions :

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

- Être de nationalité étrangère en situation régulière depuis au moins 5 ans avec un titre de séjour valide autorisant à travailler OU être réfugié, bénéficiaire de la protection subsidiaire ou apatride.
- Être âgé de + 25 ans OU avoir - 25 ans et avoir au moins un enfant à charge, né ou à naître.
- Ne pas avoir de revenu ou disposer de faibles revenus
- Résider en France de façon permanente et stable

Si vous êtes demandeur d'asile, vous pouvez demander le RSA, mais il ne vous sera donné que si vous obtenez l'asile. Contactez ensuite la CAF avec votre numéro de demande RSA, vous pourrez alors recevoir les revenus de tous les mois précédant depuis la date de votre demande. Il est donc conseillé de faire la demande le plus tôt possible.

Autres allocations

D'autres allocations sont possibles selon votre situation familiale, professionnelle ou vos conditions d'hébergement. Un travailleur social peut vous aider dans ces démarches (page 30).

ACCÈS À LA SANTÉ

Les soins

Si vous n'avez pas l'AME (Aide Médicale d'État) ou la CSS (Complémentaire Santé Solidaire) :

- Allez aux **Permanences d'Accès aux Soins de Santé (PASS)** dans les hôpitaux (page 18). Des médecins et travailleurs sociaux vous prennent en charge et fournissent gratuitement des médicaments.
- Allez au **CASO de Médecins du Monde**
  Fermé le 11 novembre et du 23 décembre au 3 janvier.
  Informations sur l'accès aux droits de santé
  Lundi, mercredi et vendredi 9h15-11h30 sans rendez-vous (arrivez tôt). Interprète possible.
  5 boulevard de Bonrepos Ⓜ A Marengo SNCF
- Allez à des **consultations médicales ou infirmières** (page 18).
- **En cas d'urgence vitale,** appelez **le 15 (SAMU)** ou envoyez **un SMS au 114 (si nécessité de communiquer par SMS)** ou allez au **service d'urgences** le plus proche.

Attention : les soins seront payants et vous recevrez une facture (risque d'endettement). Si vous êtes sur le territoire de manière stable depuis plus de 3 mois, demandez à l'assistante sociale de l'hôpital de faire une demande d'AME ou de CSS en urgence (demande DSUV). Si votre pronostic vital est engagé, des remboursements exceptionnels des soins peuvent être organisés.

La Complémentaire Santé Solidaire (CSS)

→ Personnes avec une autorisation de séjour

Si vous êtes en France **depuis au moins 3 mois** et avez **une autorisation de séjour** (demande d'asile, récépissé, titre de séjour), vous pouvez bénéficier de la Protection Universelle Maladie (PUMa) et de la Complémentaire Santé Solidaire (CSS). C'est une prise en charge gratuite de tous vos frais médicaux et hospitaliers pour vous, votre conjoint et vos enfants. Il est possible que vous deviez avancer des frais mais vous serez ensuite remboursé.

AME L'Aide Médicale d'État (AME)

→ Personnes en situation irrégulière

L'AME donne droit à la prise en charge à 100% des soins médicaux et hospitaliers, dans la limite des tarifs de la sécurité sociale. Vous n'avez pas besoin d'avancer les frais, sauf pour certains médicaments.

Conditions d'obtention de l'AME :

- **Ne pas avoir de titre de séjour**, ni de récépissé
- **Résider en France depuis plus de trois mois** de manière consécutive
- **Condition de ressources** : elles ne doivent pas dépasser un certain montant.

Première demande d'AME :

- Téléchargez le formulaire sur **ameli.fr** ou récupérez-le à un point d'accueil de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM).
- **Déposez votre dossier d'AME dans un point d'accueil de la CPAM.**

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

• Si vous êtes un mineur isolé ou si vous ne pouvez pas vous déplacer pour déposer le dossier (mobilité réduite), vous pouvez l'envoyer par la Poste avec un justificatif de votre situation.

Pour aller à un point d'accueil de la CPAM il faut **prendre rendez-vous** :

• par téléphone au **36 46**

• aux points d'accueil de la CPAM Haute-Garonne/Toulouse :
- Centre : 3 boulevard du Professeur Léopold Escande (M) B François Verdier
- Bagatelle : 33 rue du Lot (BUS) 13 Bagatelle
- Oncopole : 5 rue Irène Joliot-Curie (BUS) L5 25 Oncopole Courrière

Pour renouveler votre carte AME :

Il faut déposer votre dossier au point d'accueil ou l'envoyer par la poste :
CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE DE HAUTE-GARONNE
31093 Toulouse Cedex 9

Pour faire les dossiers de la CSS et de l'AME

Vous pouvez demander de l'aide :
• au point d'accueil de la CPAM, sur rendez-vous depuis votre compte **ameli.fr** ou au **36 46**
• au service social de l'hôpital (page 18)
• aux associations (page 10) ou accueils de jour (page 13)

La CPAM a deux mois pour informer de sa décision. Si la demande est acceptée, on récupère sa carte de CSS ou d'AME. **Elle dure un an à partir du dépôt de la demande.** Attention, **le renouvellement n'est pas automatique**, il faut reconstituer un nouveau dossier **deux mois avant** la fin de la carte.

Accueil téléphonique du Comité pour la santé des exilé·e·s (COMEDE)

Aide médicale et psychologique par téléphone avec des médecins. Interprètes disponibles dans toutes les langues.

• **Questions concernant un soin ou un bilan médical.** Soutien et expertise relatifs aux soins médicaux, à la prévention, aux bilans de santé mentale, et aux aspects médico-juridiques pour le droit des personnes étrangères.
Lundi, mardi, jeudi 14h30-17h30.
Jeudi 9h30-12h30.
01 45 21 38 93

• **Renseignements sur l'accès aux soins** (assurance maladie, CSS et AME)**, droit de séjour pour raison médicale, prestations sociales liées à l'état de santé des personnes étrangères** (CAF, France Travail, AAH...)**.**
Lundi 9h30-12h30 et 14h30-17h30
Vendredi 9h30-12h30.
01 45 21 63 12

Accueil téléphonique du pôle Santé Droit de la Case de santé

• **Questions sur l'accès à la protection maladie et droits au séjours pour raisons médicale.**
05 61 23 62 35
(Aide par téléphone) lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 14h à 17h, mardi de 10h à 12h.

ACCÈS À L'EMPLOI

En France, pour avoir le droit de travailler, il est obligatoire d'avoir une carte de séjour, OU un récépissé avec une autorisation de travail.

Pour trouver du travail, les entreprises demandent souvent un CV (curriculum vitae). Pour avoir de l'aide pour faire un CV, voir les « Aide aux démarches » page 10.

Pour les demandeurs d'asile

Si vous avez demandé l'asile il y a **plus de 6 mois** et que l'OFPRA n'a toujours pas donné sa décision, alors vous pouvez **demander une autorisation de travail salarié.** Cette procédure compliquée ne fonctionne pas toujours, même avec le soutien de votre employeur.
Votre employeur doit déposer une demande d'autorisation de travail sur le site internet :
https://bit.ly/AutorTrav
Il doit fournir toutes les pièces justificatives demandées.
En cas de refus : rendez-vous dans une association d'aide juridique (pages 15-16).

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

⚠ **L'autorisation de travail est uniquement valable :**

• **Pour le travail pour lequel vous l'avez demandée.** Si vous voulez changer de travail, il faut faire une nouvelle demande d'autorisation.

• **Pendant la durée de validité de votre attestation de demande d'asile** (récépissé). Il faut renouveler l'autorisation de travail à chaque renouvellement de récépissé, jusqu'à la décision de l'OFPRA.

À la fin de votre contrat ou en cas de licenciement, vous avez le droit de vous inscrire à Pôle Emploi et de bénéficier d'une formation professionnelle.

Pour les réfugiés

Si vous avez l'asile (statut de réfugié, protection subsidiaire ou apatridie), vous pouvez travailler en France sans conditions.

Pour les jeunes

• **Les missions locales :**
Suivi personnalisé et accompagnement professionnel et social des jeunes de 16 à 25 ans reconnus mineurs, en demande d'asile, bénéficiaires de la protection subsidiaire ou réfugiés, **hors scolarité**.
🕓 ♿ Accueil sans rendez-vous du mardi au vendredi, 13h30-17h.
Trouver sa Mission locale sur le site internet :
💻 https://www.mltoulouse.org/trouvez-votre-antenne

• **Les services civiques :**
Jusqu'à vos 26 ans, si vous avez le droit au travail, il est possible de faire un service civique (6 mois - 1 an), payé entre 580 et 690 € par mois.
💻 https://bit.ly/ServCivic

Pour les personnes en situation régulière

La grande majorité des titres de séjour permet de travailler (ex : les cartes "Vie privée et familiale"), sauf certains emplois publics. Mais certains titre de séjour donnent un accès limité au travail : les cartes de séjour avec la mention "salarié" ou "travailleur temporaire" sont limitées à certains emplois les premières années, Les cartes "étudiant" ont une limite horaire de 60% d'un temps plein.

Pour les personnes avec un récépissé

Si il y a une autorisation de travailler, elle est écrite sur les récépissés.

Pour les récépissés de première demande (art R.431-14), certains permettent de travailler, comme pour les parents ou conjoints de français.

Pour les récépissés de renouvellement : il est autorisé de travailler dès que le titre de séjour concerné en donne droit.

Pour les personnes en situation irrégulière : vous n'avez pas d'autorisation de travail

Si vous n'avez pas de papiers ou que vous disposez de titres de séjour sans autorisation de travail, les employeurs n'ont - juridiquement - pas le droit de vous embaucher (article L8251-1 du Code du travail).

Cependant, si vous travaillez pour un patron, alors :

• **vous ne pouvez pas être poursuivi** pour ce motif : ce sont les employeurs qui peuvent l'être, et non les travailleurs

• votre employeur doit respecter les dispositions du code du travail ! **Vous avez les mêmes droits que n'importe quel salarié** régulièrement embauché (L8252-2 du Code du travail), droit à un contrat de travail (CDD, CDI, Interim, CESU...), droit au paiement de toutes vos heures travaillées, droit à des bulletins de salaire, droit à la santé et à la sécurité, droit aux congés, droit aux indemnités de fin de contrat...

• **vous pouvez défendre ces droits**, par l'action collective (droit de grève) et l'action judiciaire (devant le Conseil des Prud'hommes).

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

⚠ Si vous avez un titre de séjour et que vous bénéficiez d'aides de l'État, en travaillant sans autorisation de travail vous risquez la suppression et/ou une demande de remboursement des aides perçues.
Il est aussi fortement déconseillé d'utiliser une fausse carte d'identité ou la carte d'identité. L'utilisation de la carte d'identité de quelqu'un d'autre pour travailler peut être tolérée par l'administration quand on dépose un dossier de régularisation par le travail.

Pour en savoir plus et défendre vos droits, rapprochez-vous d'un syndicat de votre entreprise ou de votre ville (ex. SUD, CNT, CGT, CFDT, FO...).

Droits sociaux

En tant que travailleur, même sans papiers, votre employeur doit vous déclarer à l'URSSAF et verser les cotisations aux organismes sociaux. Cependant, votre statut ne vous permet de bénéficier des allocations chômage. Vous ne pouvez pas non plus avoir des indemnités journalières de sécurité sociale, sauf dans un cas : si vous êtes victime d'un accident du travail (circulaire ministérielle 95-11, 17/2/1995).

La régularisation par le travail

La circulaire « Retailleau » de janvier 2025 est venue remplacer la circulaire « Valls » qui s'appliquait depuis 2012. Il est toujours possible de se régulariser par le biais du travail dans les métiers dit « en tension », dans les secteurs qui n'arrivent pas à recruter. La liste de ces métiers a été actualisée en mai 2025.

Pour une régularisation via les métiers en tension (L435-4), il faut remplir plusieurs conditions de temps de présence en France et de durée de travail :

- trois ans de présence en France (années en demande d'asile ou sous carte de séjour « étudiant » ne comptent pas)
- travailler au moins 12 mois sur les 24 derniers mois

Il n'est plus nécessaire que l'employeur fasse lui-même une « demande d'autorisation d'embauche d'un salarié étranger ».

Une promesse d'embauche n'est pas suffisante pour une régularisation par le travail. Sans preuves de travail (comme des bulletins de salaire), il faut le plus souvent utiliser des éléments personnels et familiaux pour envisager une régularisation.

⚠ Attention : il s'agit toujours d'un cas d'admission exceptionnelle au séjour et non une procédure de plein droit.

Pour être soutenu dans vos démarches et face à votre employeur, rendez-vous dans une permanence d'aide juridique (pages 15-16) ou un syndicat. Les régularisations par le travail pour des métiers qui ne sont pas en tension (L.435-1) seront peut-être encore possibles mais sûrement à la marge.

COLLECTIF MIGRANT·E·S CGT 31

Demande de régularisation par le travail et aide en droit du travail.
Sans rendez-vous lundi 15h-18h30
05 61 21 53 75
collectifimmigrationcgt31@laposte.net
19 place Saint-Sernin
Ⓜ B Jeanne d'Arc



OUVRIR UN COMPTE EN BANQUE

Vous pouvez ouvrir **un livret A** à **La Banque Postale**. C'est un compte épargne qui vous permet de déposer et de retirer de l'argent en espèces (cash) ou par virement bancaire. Vous pourrez alors avoir un relevé d'identité bancaire (RIB), ce document est parfois demandé dans les démarches administratives. Un conseiller arabophone est disponible à l'agence de La Banque Postale rue Matabiau
Ⓜ B Jeanne d'Arc.

Toute personne a le droit d'ouvrir un compte bancaire. Si vous êtes en demande d'asile, l'association de votre centre d'hébergement peut prendre rendez-vous pour vous.

Si vous rencontrez des difficultés, vous pouvez demander l'aide d'une association (page 10).

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Conditions pour ouvrir un livret A

- être majeur (+ 18 ans)
- un document d'identité (attestation de demandeur d'asile/récépissé, passeport…)
- votre attestation de domiciliation
- un minimum de 2€ à déposer sur le compte le jour de l'ouverture.

⚠ La carte de retrait de la Banque Postale fonctionne uniquement avec les distributeurs de la Banque Postale.

SCOLARISATION DES ENFANTS

De l'école jusqu'au lycée

En France, l'accès à l'école est un droit pour tous les enfants de 3 à 16 ans (à partir de la petite section), sans conditions. L'école est **gratuite** et l'accès de vos enfants ne peut pas être refusé. En cas de problème, contactez une permanence d'aide juridique (pages 15-16).

Pour l'inscription, contactez la mairie de votre lieu d'hébergement. Si vous habitez à Toulouse, vous pouvez le faire sur le site internet de la mairie de Toulouse (rubrique « Inscrire son enfant pour la rentrée scolaire »)
https://is.gd/InscripEcole
ou à la **Maison Toulouse Services (MTS)** (voir page 16)
https://is.gd/MaisonTLS

L'Espace social du Grand Ramier accueille une personne de l'Éducation nationale accompagnée de l'association Espoir les premiers vendredis du mois afin de proposer un accompagnement vers la scolarisation (voir page 10), hors vacances scolaires.

ESPACE D'ACCUEIL EANA 31
Pour la scolarisation des enfants non-francophones et nouvellement arrivés de 6 à 15 ans
Accueil physique/téléphonique lundi, mardi, jeudi et vendredi 9h-12h et 13h30-16h30, mercredi 9h-12h.
Pour toute autre information, contactez le **CASNAV Toulouse** par internet :
https://is.gd/mail_casnav
05 67 52 41 99
primo.arriv@ac-toulouse.fr
58 allée de Bellefontaine 31100 Toulouse
M A Bellefontaine

RESF - RÉSEAU ÉDUCATION SANS FRONTIÈRES 31
Aide et soutien à la régularisation des familles sans papiers, dont les enfants sont scolarisés. Encourage le lien avec le réseau et les collectifs d'école.
Sur rendez-vous par mail :
resf31@abri31.org

ÉCOLE ET NOUS
Aide aux démarches scolaires dans le secteur du Mirail.
Accompagnement à l'inscription scolaire et aux activités extrascolaires.
Sur rendez-vous sur place ou par téléphone Lundi 13h30-16h ; Du mardi au jeudi 8h30-12h30 et 13h30-16h30; vendredi: 8h30-12h30.
https://ecole-et-nous.weebly.com/agenda.html
05 61 40 49 68
assoecoleetnous@gmail.com
10 cheminement le Tintoret
M A BUS 14 Bellefontaine
L L4 René Valmy

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

ÉTUDES SUPÉRIEURES

Quelle que soit votre situation (sans papiers, demandeur d'asile, réfugié ou bénéficiaire de la protection subsidiaire), vous avez le droit de commencer ou reprendre les études en France. **L'université ne doit normalement pas vérifier si vous avez un titre de séjour.**

Pour candidater à une inscription vous devez :
- avoir le baccalauréat
- avoir un certificat de français (B2 pour la Licence et C1 pour le Master).

Les procédures d'inscription dépendent de l'université, de la formation, du niveau (Licence, Master) et de votre statut (demandeur d'asile, réfugié, sans papiers…).

Les frais d'inscription pour les étudiants étrangers peuvent être chers.
- Les étudiants en demande d'asile ne paient pas de frais d'inscription.
- Les étudiants réfugiés ou bénéficiaires de la protection subsidiaire ne paient pas les frais pour étudiants étrangers. Ils peuvent demander une bourse et un logement en résidence universitaire « CROUS ».
- D'autres aides existent, n'hésitez pas à demander conseil auprès des associations.

⚠ L'État français a décidé d'augmenter les frais d'inscriptions pour les étudiants étrangers (2770 euros pour une année en Licence et 3770 euros pour une année en Master). Cette augmentation ne concerne pas les personnes ayant la protection internationale. Beaucoup d'universités refusent d'appliquer cette augmentation de frais. À Toulouse, les universités Toulouse-2 Jean Jaurès et Toulouse-3 Paul Sabatier refusent d'appliquer l'augmentation.

Rentrée 2026-2027 inscription à l'Université

UT1 Capitole, UT2 Jean Jaurès, UT3 Paul Sabatier

- **Licence 1** : tous les étudiants étrangers en France, sauf ceux qui ont la protection internationale, doivent **faire un dossier «DAP»**. Si vous avez la protection internationale, rendez-vous au service DAP de l'université pour savoir comment candidater.

- **Licence 2 et 3 / Master 1 et 2** : inscrivez-vous sur le site internet «e-candidat» de chaque université:

UT1 Capitole
💻 https://bit.ly/InscrUT1

UT2 Jean Jaurès
💻 https://bit.ly/InscrUT2

UT3 Paul Sabatier
💻 https://is.gd/InscripUniTLS3

Si vous avez la protection internationale, la procédure est parfois différente.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Étudier le français
(à l'université, pour avoir un certificat...)

DILAMI
Les candidatures sont fermées pour 2026. Prochaine inscription en février 2027.
Le Dispositif Langues Accueil Migrant-es est une formation universitaire qui permet l'apprentissage du français pour les personnes réfugiées, bénéficiaires de la protection subsidiaire ou temporaire et demandeuses d'asile (baccalauréat ou diplôme d'études secondaires demandé) avec un projet de poursuite ou de reprise d'études dans l'enseignement supérieur.
05 61 14 80 23
dilami@univ-toulouse.fr

DEFLE
Candidature sur le site entre janvier et février pour la rentrée de septembre.
Département d'Etude du Français Langue Etrangère.
Cours de français à l'université Toulouse 2 Jean-Jaurès de septembre à juillet (2 fois 13 semaines : 400h).
Baccalauréat ou un diplôme d'études secondaires obligatoire et DELF-DALF ou TCF/TEF obligatoire pour niveau A2 ou +.
05 61 50 42 38
defle@univ-tlse2.fr
https://is.gd/CandidatDEFLE

RÉSEAU TOULOUSAIN EN SOUTIEN AUX ÉXILÉ·E·S ET RÉFUGIÉ·E·S (RETSER)
Une à deux fois par mois. Aide à l'inscription à l'université (DILAMI, DEFLE, licence, master).
Deux fois par mois, demandez les horaires et infos par mail :
retser31@gmail.com
CASC, 10 bis rue du Colonel Driant
M B Empalot

Des associations proposent aussi des cours de français (page 25).

Des associations peuvent vous aider

Plus d'informations sur la reprise d'études ici :
Studies in France for migrants and refugees
Groupe Facebook pour demander de l'aide et des informations.
→ S'inscrire pour accéder au groupe

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Vous êtes étranger et souhaitez rester en France : pour obtenir le droit de vivre sur le territoire français, sans risquer d'être expulsé, il vous faut obtenir un titre de séjour. Plusieurs options sont possibles (demande d'asile, demande étranger malade, admission exceptionnelle, ou autre demande de titre de séjour) et dépendent de votre situation personnelle.

Les informations de ce guide vous seront utiles mais ne remplacent pas le conseil d'un juriste spécialisé pour évaluer votre situation personnelle : ce qui a marché pour une personne que vous connaissez ne fonctionnera pas forcément pour vous. Pour obtenir de l'aide, rendez-vous dans une permanence d'aide juridique (pages 15-16).



C'EST QUOI L'ASILE ?

Demander l'asile *c'est demander la protection d'un pays parce qu'on est en danger, qu'on a subi des persécutions, qu'on risque d'en subir ou qu'on a été victime de menaces graves dans son pays d'origine en raison de sa religion, de sa nationalité, de ses opinions politiques, de sa race ou de son appartenance à un groupe social.*

La procédure de demande d'asile permet de déterminer si vous pouvez obtenir une protection par l'État français : le statut de réfugié, la protection subsidiaire.

Demandez conseil à une association spécialisée, voir pages 15-16. Pour plus d'informations sur les différentes étapes de la procédure d'asile, voir à partir de la page 47.

Si vous n'avez pas de nationalité et que vous ne pouvez pas en avoir, il y a aussi la **demande d'apatridie**. C'est très rare donc demander conseil à une association spécialisée, voir pages 15-16.

ENREGISTRER SA DEMANDE D'ASILE

Premier accueil à la SPADA

Si vous demandez l'asile en France, vous devez vous rendre dans une ***Structure du Premier Accueil des Demandeurs d'Asile (SPADA)*** pour commencer votre demande.
À Toulouse, la SPADA est gérée par **CVH** :

CVH - SPADA 31
Fermé le 11 novembre et le 25 décembre.
Pour récupérer son courrier sans rendez-vous : du lundi au vendredi 9h-11h45
Accueil sans rendez-vous : du lundi au vendredi 9h - 12h et 13h 17h (sauf jeudi après-midi)
Permanence téléphonique le lundi, mercredi et vendredi 13h-17h
05 31 26 60 90
spada31@cvh34.com
28 rue Théron de Montaugé
Balma-Gramont

Si vous êtes avec votre FAMILLE (couples, personnes mariées, enfants), la demande d'asile est familiale : les membres de votre foyer vivant en France doivent venir avec vous à la SPADA. Ceux qui ont déjà une autorisation de séjour aussi !

Si vous avez des questions, rendez-vous dans une permanence d'aide juridique gratuite (pages 15-16) avant de vous rendre à la SPADA.

À la SPADA (CVH), on va :

1. **Vous donner des informations** sur l'asile en France et vous poser des questions concernant :
   - **Votre état-civil :** nom, prénom, âge, situation familiale. Attention, si vous avez donné vos empreintes dans un autre pays européen avec une autre identité, veillez à soit conserver la même identité, soit expliquer pourquoi vous aviez donné une autre identité.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

- **Les dates** du départ de votre pays et d'arrivée en France. Attention, si vous dites que vous êtes entré en France depuis plus de 90 jours, vous serez placé en « procédure accélérée », qui vous est défavorable et vous n'aurez pas accès aux conditions matérielles d'accueil (hébergement et allocation financière).
- **L'itinéraire** que vous avez emprunté pour arriver en France. Attention, si vous n'avez donné vos empreintes dans aucun pays européen, ce n'est pas dans votre intérêt de mentionner les pays que vous avez traversé en Europe (pour éviter d'être placé en procédure Dublin).
- **La langue** que vous souhaitez utiliser pendant toute votre procédure d'asile. Attention, il est important de mentionner sa langue maternelle, la langue dans laquelle on est le plus à l'aise. Si vous parlez un peu français, ce n'est pas dans votre intérêt de choisir cette langue, cela vous défavorisera pour raconter votre récit et ce ne sera pas interprété comme une preuve d'intégration.

2. **Saisir ces informations** dans le système informatique afin qu'elles soient transmises à la préfecture. Si vous donnez de fausses informations et que l'OFII s'en rend compte (notamment donner une identité différente), vous risquez d'être placé en procédure accélérée, qui vous est défavorable et vous n'aurez pas accès aux conditions matérielles d'accueil (hébergement et allocation financière).

3. Vous remettre une convocation pour vous rendre au guichet unique (GUDA) de la préfecture et enregistrer votre demande.

4. **Vous prendre en photo** et vous donner des photos d'identité que vous pourrez utiliser sur votre carte Pastel pour les transports en commun.

Le guichet unique (GUDA) à la préfecture

Sur la convocation au guichet unique, toutes les informations sont indiquées : l'adresse de la préfecture, la date et l'heure de votre rendez-vous.
Arrivez à l'heure ! Si vous êtes en retard, vous ne serez pas reçu. Prévoir de rester là-bas au moins la demi-journée, voire toute la journée. Amenez à boire et à manger.

PRÉFECTURE DE HAUTE-GARONNE
1 rue Saint-Anne - Ⓜ B François Verdier

Au guichet unique (GUDA), vous rencontrerez des agents de :

1. **la préfecture** qui vous enregistreront comme demandeur d'asile.
2. **l'OFII** qui évalueront votre vulnérabilité pendant un entretien (situation d'hébergement et problèmes médicaux) et vous proposeront les Conditions Matérielles d'Accueil (allocation financière et éventuellement un hébergement) ou vous les refuseront.

Ne perdez pas les documents qui vous seront remis par la préfecture et par l'OFII. Prenez-les en photo, faites des photocopies et gardez des copies (papier ou numérique) dans plusieurs endroits.

Si vous souhaitez faire une demande de titre de séjour en parallèle à votre demande d'asile, vous avez 2 mois à partir de votre passage en guichet unique pour la déposer (3 mois pour les titres de séjour pour soins). Passé ce délai, la préfecture pourra refuser de l'enregistrer.
Rendez-vous dans une association spécialisée pour obtenir plus d'informations (pages 15-16).

1. Aller au guichet à la préfecture au GUDA

Un agent de la préfecture chargé d'enregistrer votre demande d'asile va :

- **Prendre vos empreintes** digitales.
- **Vérifier si vous n'avez pas déjà demandé** l'asile ou si vos empreintes n'ont pas déjà été relevées en France ou dans un autre pays de l'Union Européenne.
- **Vous remettre un guide** des procédures dans votre langue maternelle.
- **Vous demander la langue dans laquelle vous souhaitez être entendu pendant toute la procédure** (votre langue maternelle ou, si elle n'est pas disponible, une autre langue dont vous avez une connaissance suffisante). Il sera ensuite très difficile de demander à changer de langue mais vous avez le droit de vous exprimer en français à tout moment.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

• **Vous donner une attestation de demande d'asile** (récépissé) vous informant si votre demande d'asile sera examinée en **procédure normale, procédure accélérée ou procédure Dublin** (pages 47-48).

• **Vous donner un dossier OFPRA** (sauf procédure Dublin). Il est très important de bien remplir ce dossier. **Lisez attentivement les conseils pages 48-51 et demandez de l'aide à une association spécialisée** (pages 15-16).

⚠ Ne donnez pas d'adresse chez un ami ou autre à l'OFII ou à la préfecture, sinon vous serez considéré comme hébergé et domicilié chez lui, et vous ne bénéficierez pas de l'allocation supplémentaire pour personne non hébergée. Gardez la domiciliation de la SPADA tout le long de la procédure (page 30) ou la domiciliation de votre lieu d'hébergement pour demandeurs d'asile (CADA).

À la fin du rendez-vous, on va vous donner des identifiants et un code pour accéder à votre **espace personnel OFPRA en ligne**.
💻 https://www.usager.ofpra.gouv.fr/ofpra/user/login sur lequel vous recevrez toutes les informations de l'OFPRA (convocation, entretien, décision…)

Il est possible de demander une dérogation à ce dispositif, notamment pour toutes les personnes sans hébergement (pas d'accessibilité à un ordinateur).

2. Aller au guichet de l'OFII au GUDA

L'OFII (Office Français d'Immigration et d'Intégration) *est une administration en charge des conditions d'accueil des demandeurs d'asile en France pendant l'examen de la demande d'asile.*

Un agent de l'OFII va :

• **Vous demander votre date d'entrée en France**. Attention, si vous vous présentez à la SPADA plus de **90 jours après votre entrée en France**, l'OFII risque de vous refuser les Conditions Matérielles d'Accueil (allocation financière et éventuellement un hébergement). Si vous êtes obligé de donner la date d'entrée en France (parce que vous êtes entré avec un visa ou que vous avez ou avez eu un titre de séjour), expliquer les raisons pour lesquelles vous n'avez pas déposé tout de suite votre demande d'asile.

• **Vous poser des questions** sur votre situation personnelle. C'est à lui que vous devez indiquer si vous avez des **besoins spécifiques** (si vous êtes handicapé, enceinte, malade, si vous avez besoin de voir un psychologue…).

• **Vous donner un formulaire** appelé « Offre de prise en charge au titre du dispositif national d'accueil ». **Cela vous permettra d'obtenir un hébergement et une allocation financière (ADA). Si vous êtes hébergé, par une connaissance, ne pas le préciser. Si vous êtes hébergé par le 115, vous devez le dire à l'OFII.** Pour avoir l'aide proposée par l'OFII, vous devez signer le formulaire en cochant la **case « oui » j'accepte de bénéficier des conditions matérielles d'accueil** (en bas à droite du formulaire).

3. Domiciliation à la SPADA

*La **domiciliation** est une adresse postale à laquelle vous pouvez recevoir votre courrier, ce n'est pas nécessairement un hébergement. Cette adresse permet à l'OFPRA et à la CNDA de vous contacter. Elle permet aussi de faire les démarches administratives avec l'Assurance maladie, les impôts etc. Elle prendra fin au moment où votre procédure prend fin.*

Au GUDA, la préfecture vous donnera un **rendez-vous pour retourner à la SPADA, CVH**. Ce jour-là, la SPADA vous donnera une **adresse de domiciliation**. Elle doit assurer aussi un **accompagnement administratif et juridique** : accès à l'assurance maladie, aide à la rédaction du récit de la demande d'asile, accès à l'espace en ligne de l'OFPRA...

⚠ **Si la SPADA ne le fait pas, rendez-vous dans une permanence d'aide juridique** (pages 15-16).

⚠ Votre domiciliation doit être dans la même région que la préfecture qui gère la demande d'asile. Si vous êtes orienté par l'OFII vers une autre région, votre domiciliation sera transférée vers cette région, même si vous refusez l'hébergement là-bas. **Signalez à la SPADA tout changement de numéro de téléphone, l'OFPRA peut utiliser ce numéro pour vous convoquer.**

1. **Pour savoir si vous avez du courrier,** il faut aller sur un site en ligne via un QR-code donné à l'ouverture de votre domiciliation :
💻 https://bit.ly/SpadaCVH

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

→ Ne pas copier-coller dans le navigateur (ex : google) mais dans la barre de recherche.

2. **Pour récupérer votre courrier :**

SPADA (CVH)

Fermé le 11 novembre et le 25 décembre.

28 rue Théron de Montaugé

Ⓜ A Balma-Gramont

05 31 26 60 90

spada31@cvh34.com

Pour récupérer son courrier sans rendez-vous: du lundi au vendredi 9h-11h45

Accueil sans rendez-vous: mardi 13h-16h30

Accueil sur rendez-vous pour suivi: du lundi au vendredi 9h-11h30 et 13h-16h30 (sauf jeudi après-midi).

Permanence téléphonique le lundi, mercredi et vendredi 13h-17h

LES PROCÉDURES D'ASILE

Ces informations seront actualisées dans la prochaine édition.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Ces informations seront actualisées dans la prochaine édition.

DOSSIER ET ENTRETIEN OFPRA

1. Le dossier OFPRA

L'***OFPRA (Office Français de Protection des Réfugiés et Apatrides)*** *est une administration chargée de la procédure d'asile. Il examine la demande d'asile et prend la décision d'accorder ou non à la personne la protection internationale, c'est-à-dire le statut de réfugié, la protection subsidiaire ou le statut d'apatride. Sa décision peut être contestée à la Cour Nationale du Droit d'Asile (CNDA).*

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

⚠ La décision de l'OFPRA concernant votre demande d'asile repose sur le dossier OFPRA et l'entretien. Lisez bien les informations sur la constitution de votre dossier et sur la préparation de l'entretien.

À travers votre récit, il faut réussir à convaincre l'OFPRA que vous êtes vraiment **en danger dans votre pays** et que vous ne pouvez y retourner sans craindre des persécutions, la torture ou la mort. **Vous devez renvoyer le dossier de votre demande d'asile à l'OFPRA dans un délai de 21 jours après l'avoir récupéré au GUDA (préfecture) !**

Conseil : prenez en photo tous vos documents dans votre téléphone, prenez contact avec une association pour faire des photocopies du dossier complet. Il est très important d'avoir une copie de ces documents.

Comment remplir le dossier OFPRA ?

- **Il doit être** rempli **en français**,
- **Il doit être signé** par le demandeur d'asile,
- **Il doit comporter :**
  - **2 photos d'identité** au format officiel
  - la photocopie de l'**attestation de demandeur d'asile** (récépissé)
  - la photocopie de votre **passeport**, de votre carte d'identité ou de tout autre document d'état civil si vous en avez.
- **Il doit être rempli avec vos informations personnelles** et celles de votre famille : nom, prénom, date et lieu de naissance...

⚠ Faire attention à donner les bonnes informations pour ne pas avoir de problèmes plus tard pour bénéficier de la réunification familiale.

- **Il doit préciser la langue** dans laquelle vous souhaitez être entendu pendant l'entretien.
- **Il doit contenir votre récit en français** avec toutes les raisons pour lesquelles vous avez quitté votre pays pour demander l'asile en France.

Le récit écrit est le premier moyen de faire connaître vos craintes, dans leur contexte et en détail. Il faut apporter des informations précises et cohérentes. Il doit contenir les noms des personnes et des lieux dont vous parlez et les dates dans le calendrier de votre pays. **Si vous disposez de preuves matérielles** pour appuyer votre récit et attester des persécutions que vous avez subies (photos, papiers d'identité, examens médicaux…), ajoutez les copies des documents à votre dossier.

Pour votre récit, la SPADA (CVH) doit l'écrire en minimum une heure (à la fin de l'entretien, demandez une copie du dossier). Si elle ne le fait pas, allez dans une permanence d'aide juridique (pages 15-16). **L'important est que votre récit soit suffisamment précis, cohérent, sans contradiction,** pour être crédible et convaincre le fonctionnaire de l'OFPRA.

⚠ Nous vous déconseillons d'ajouter des événements que vous n'avez pas vécu et de payer des personnes non professionnelles pour la traduction de votre récit : cela pourrait nuire à la crédibilité de votre demande d'asile.

→ **S'il y a des erreurs dans votre dossier ou votre récit,** vous pourrez envoyer des éléments complémentaires à l'OFPRA par la poste avant l'entretien (une lettre qui réexplique, un certificat médical, autres preuves) **OU** demander à les corriger pendant l'entretien à l'oral à l'OFPRA. **L'entretien oral est plus important que votre lettre.**

Comment et quand envoyer le dossier OFPRA ?

Le dossier doit être envoyé à l'OFPRA dans un délai de 21 jours après votre passage à la préfecture. Il doit être envoyé **en lettre recommandée avec accusé de réception (demander à la Poste)** à cette adresse :

OFPRA
201 rue Carnot
94136 Fontenay-sous-Bois.

Cela vous permettra de prouver que vous avez bien envoyé votre dossier s'il est perdu.

Si vous décidez de déposer votre dossier directement à l'OFPRA, vous n'aurez pas immédiatement de preuve de dépôt du dossier.

Il est conseillé au demandeur d'asile de conserver les photocopies de l'ensemble de son dossier (formulaire, récit et documents joints) et la preuve de la bonne réception du dossier par l'OFPRA.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

2. L'entretien

L'entretien à l'OFPRA est le moment le plus important de votre parcours de demande d'asile. Vous recevrez la convocation par courrier, souvent après la lettre d'enregistrement de la demande d'asile : vérifiez chaque semaine si vous avez reçu du courrier à votre lieu de domiciliation ! La date, l'heure et les conditions dans lesquelles l'entretien va se dérouler seront indiquées dans la lettre. Vous devez vous présenter à l'heure le jour de votre entretien, prévoir de rester au moins 4 heures, et ne pas prendre de billet retour trop tôt (compter minimum 4 heures et le temps de transport sur Paris).

⚠ L'OFPRA va vous envoyer la convocation sur votre **espace en ligne**. Vérifiez chaque semaine si de nouvelles informations sont arrivées.

Qui sera présent à l'entretien ?

Ces personnes sont soumises à la neutralité et à la confidentialité :

- **Un officier de protection**, qui travaille pour l'OFPRA. Son titre n'a rien à voir avec la police.
- **Un interprète** si vous ne parlez pas français. Vérifiez que cet interprète parle la même langue que vous. Si vous ne le comprenez pas ou si vous pensez qu'il n'est pas neutre, vous devez le signaler à l'officier de protection.

⚠ Si vous le souhaitez, vous pouvez demander à être entendu par un officier de protection et/ou un interprète du sexe de votre choix, n'hésitez pas à en faire la demande si vous pensez que cela sera plus facile pour vous de vous exprimer sur votre parcours de vie

Comment se déroule l'entretien ?

Au cours de l'entretien, l'officier de protection de l'OFPRA pose des questions sur la base des informations données dans votre dossier OFPRA mais ce sont vos déclarations pendant l'entretien qui auront le plus de poids pour la décision finale.

1. **La première partie de l'entretien** porte sur votre état civil : l'officier de protection vous pose des questions pour vérifier votre identité et votre situation familiale. Il est important de confirmer l'état civil de votre famille (orthographe) et de n'oublier personne.

2. **La deuxième partie de l'entretien** porte sur votre histoire et vos craintes personnelles. Elle vous permet de raconter les événements qui vous ont conduit à quitter votre pays. Des précisions vous seront demandées sur les circonstances de ces événements (dates, lieux…). Vos réponses doivent être les plus détaillées possible et insister sur ce qui vous est arrivé personnellement.

3. **À la fin de l'entretien**, vous devrez expliquer quelles sont vos craintes actuelles et indiquer ce qui pourrait vous arriver en cas de retour dans votre pays.

Un entretien dure généralement 1h30, mais il peut durer de 45 minutes à plusieurs heures. Vous avez le droit de demander à faire une pause pour boire ou aller aux toilettes

Comment se préparer ?

L'entretien est confidentiel : vous pourrez vous exprimer librement. Il est important de répondre de manière naturelle et le plus spontanément possible.

N'apprenez pas par cœur votre récit ; essayez de détailler ce que vous avez vécu en essayant de vous rappeler de l'ordre chronologique des événements, des dates, des lieux, des noms des personnes et de leur fonction : c'est-à-dire de **tous les détails qui permettront à l'officier de protection de bien comprendre votre histoire.**

Il est important de dire :

- Si vous ne savez pas quelque chose
- Si vous avez oublié quelque chose
- Si vous ne comprenez pas la question posée
- Si vous pensez ne pas avoir été compris ou avoir été mal traduit.

Si vous souffrez de pertes de mémoire, que vous faites souvent des cauchemars et que le rappel des événements est trop douloureux pour vous, il est important de prévenir l'officier de protection au cours de l'entretien pour qu'il comprenne votre situation. Vous souffrez peut-

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

être d'un syndrome de stress post-traumatique, il peut être utile d'aller voir un médecin pour en parler et obtenir un certificat médical à remettre à l'OFPRA (page 18).

Quand et comment allez-vous recevoir la réponse ?

L'OFPRA rend sa décision dans un délai moyen de 3 à 4 mois. Parfois, la décision peut prendre plus de temps que prévu. Dans ce cas l'OFPRA va vous envoyer un courrier pour vous prévenir qu'il ne pourra probablement pas décider de votre cas dans les délais prévus. Il est possible d'être convoqué à un deuxième entretien.

La décision finale vous sera envoyée par lettre recommandée à votre adresse. Il est très important de vérifier votre courrier au moins une fois par semaine.

Le facteur laisse un « Avis de passage » dans votre centre de domiciliation. Avec cet avis de passage et votre attestation de demande d'asile, **vous pouvez récupérer votre lettre recommandée pendant 15 jours à la Poste. Il est très important de récupérer ce courrier le plus vite possible pour pouvoir demander l'aide juridictionnelle et avoir un avocat gratuitement pour le recours si la décision est négative.**

L'OFPRA donnera sa décision sur votre **espace en ligne**. Il est très important de vérifier au moins une fois par semaine si vous avez reçu des nouvelles.

3. La décision

L'OFPRA va décider si la France doit vous protéger : il peut accorder le statut de réfugié ou la protection subsidiaire ; il peut aussi rejeter votre demande.

- **Si l'OFPRA vous donne le statut de réfugié :** vous avez le droit d'obtenir de la préfecture une carte de résident de 10 ans renouvelable.
- **Si l'OFPRA vous accorde la protection subsidiaire :** vous aurez droit à une carte de séjour de 4 ans, puis peut-être une carte de résident de 10 ans renouvelable. Il est possible de faire appel de la décision de l'OFPRA en vue d'essayer d'obtenir le statut de réfugié (« faire un recours », voir pages suivantes).
  → Si vous obtenez le statut de réfugié ou la protection subsidiaire : pages 56-57 pour connaître les prochaines démarches.
- **Si l'OFPRA rejette votre demande :** vous pouvez faire un recours à la Cour Nationale du Droit d'Asile (CNDA) (pages 52-53).

⚠ **Les demandeurs d'asiles dans les situations ci-dessous peuvent recevoir une OQTF après un rejet de l'OFPRA, même s'ils font un recours à la CNDA :**
- si vous êtes originaire d'un pays sûr
- si vous avez fait une demande de réexamen
- si la préfecture vous a assigné à résidence ou placé en rétention car votre comportement constitue un menace à l'ordre public
- si la préfecture vous a assigné à résidence ou placé en rétention car vous avez demandé l'asile lors d'un contrôle de police
- si la préfecture considère que vous représentez une menace grave à l'ordre public.

N'hésitez pas à faire un recours contre l'OQTF devant le tribunal (en allant voir un avocat ou une permanence d'aide juridique (pages 15-16), vous ne pouvez pas être expulsé tant que le tribunal n'a pas statué et cela permet de maintenir votre droit aux CMA (allocation et éventuel hébergement).



FAIRE APPEL (UN RECOURS)

Ces informations seront actualisées dans la prochaine édition.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Ces informations seront actualisées dans la prochaine édition.

Watizat, tous droits réservés **www.watizat.org**



Ces informations seront actualisées dans la prochaine édition.

Watizat, tous droits réservés **www.watizat.org**

Watizat, tous droits réservés **www.watizat.org**

SI VOUS AVEZ LA PROTECTION INTERNATIONALE (RÉFUGIÉ)

À l'issue de votre demande d'asile, l'OFPRA ou la CNDA vous a accordé la protection internationale : le statut de réfugié, la protection subsidiaire ou le statut d'apatride.

Cela signifie que :

- Vous êtes protégé par la France
- Vous avez le droit au séjour en France
- Vous allez bénéficier de beaucoup de droits qui sont accordés aux Français.

⚠ Dès la réception de la décision, vous devez vous rendre en préfecture avec une attestation de domiciliation et la décision pour obtenir un récépissé.

*Le **récépissé** est un document provisoire qui atteste de la « reconnaissance de protection internationale » et vous permet de commencer à effectuer vos démarches en attendant votre carte de résident ou carte de séjour pluriannuelle.*

Quels sont vos droits ?

- **L'OFPRA va vous délivrer des documents d'état civil**, c'est-à-dire établir des documents à votre nom qui seront reconnus par les administrations françaises (acte de naissance, acte de mariage…). Vous n'avez plus le droit d'entrer en contact avec l'administration de votre pays d'origine sous peine de vous voir retirer la protection de la France.
- **Droit au séjour :** après réception des documents d'état civil délivrés par l'OFPRA :
  - **Les réfugiés** obtiennent une carte de résident de 10 ans.
  - **Les bénéficiaires de la protection subsidiaire** obtiennent une carte de séjour pluriannuelle d'une durée de 4 ans (renouvelable).
- **Vous avez le droit d'obtenir un titre de voyage** qui vous permettra de voyager à l'étranger sauf dans votre pays d'origine. La demande doit être déposée à la préfecture en prenant rendez-vous sur le site internet. Il faut 2 photos d'identité, votre carte de résident, un justificatif de domicile, un justificatif de votre protection de l'OFPRA. Le titre de voyage coûte 45€.
- **Dès la réception de la décision** de l'OFPRA ou de la CNDA vous pouvez ouvrir vos droits pour bénéficier des **prestations sociales et familiales** (RSA, CAF, demande de logement social…)
- **Vous avez le droit de travailler** en France et de vous inscrire à Pôle Emploi.
- **Vous pouvez reprendre des études** et valider un diplôme : pages 42-43.
- **Vous pouvez échanger votre permis de conduire** pour un permis de conduire français. Pour cela, le permis doit être en cours de validité, avoir été obtenu avant la délivrance du premier titre de séjour ou visa long séjour, être rédigé en français ou accompagné d'une traduction officielle. Le dossier est à déposer à la préfecture.
  Délais : vous avez moins d'un an après la date de début de validité du récépissé reconnaissant la protection internationale pour faire cette démarche.
- **Vous pouvez demander la nationalité française** (si vous avez des revenus stables et personnels depuis plus d'un an et que vous avez un bon niveau de français) :
  - Si vous avez obtenu le statut de réfugié : vous pouvez le faire dès la reconnaissance du statut de réfugié.
  - Si vous avez obtenu la protection subsidiaire: il faut prouver 5 ans de résidence en France. Il faut en faire la demande dans la préfecture de son lieu de résidence.

La réunification familiale

Vous pouvez faire venir en France les membres de votre famille :

- **Votre conjoint** (mari ou femme) ou votre partenaire (si vous n'êtes pas marié)

⚠ Si l'union ou le mariage a eu lieu après votre demande d'asile, ce sera une procédure différente qu'on appelle « regroupement familial ».

- **Vos enfants** (âgés de moins de 20 ans) **et les enfants de votre conjoint** (moins de 18 ans).

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

- **Si vous êtes mineur**, vous pouvez faire venir en France vos parents et vos frères/sœurs mineurs.

Comment faire venir votre famille ?

1. **Votre famille doit faire une demande de visa long séjour** au Consulat de France le plus proche de son lieu de résidence. Le dossier à remettre au consulat comporte un formulaire, le(s) passeport(s) des membres de votre famille, 4 photos d'identité par membre, le justificatif de votre protection de l'OFPRA, une copie de l'acte de naissance et/ou de mariage. L'examen du dossier coûte 99€.

2. **Une fois la demande enregistrée au consulat, le Bureau des familles de réfugiés vous contactera** pour obtenir une copie recto-verso de votre carte de résident ou du récépissé, un formulaire concernant votre situation familiale, un justificatif de domicile, tout élément susceptible de prouver la réalité de vos liens familiaux.

3. **La procédure peut durer jusqu'à 8 mois.** Allez voir un avocat 2 mois après la demande de visa.
   - Si le visa long séjour est accordé, votre famille a 3 mois pour se rendre en France.
   - Si la demande de visa est refusée ou en cas de non-réponse du consulat, vous avez 2 mois pour former un recours devant la Commission de recours contre les refus de visa. Allez voir un avocat, surtout si c'est sur une question d'état civil.

Comment obtenir de l'aide ?

Ces premières démarches peuvent sembler un peu compliquées mais vous pouvez obtenir de l'aide dans différentes organisations :

- **Les Maisons des Solidarités** (page 10) **ou le centre d'hébergement** dans lequel vous étiez domicilié pendant votre demande d'asile. Ils peuvent vous aider dans l'ouverture de vos droits, la recherche d'une nouvelle adresse et d'un logement.

- **PROGRAMME AGIR 31 - FORUM RÉFUGIÉS** :
  accompagnement des personnes bénéficiaires de la protection internationale (réfugié, protection subsidiaire, apatride et les parents d'enfants réfugiés mineurs) pour l'accès aux droits, aux ressources, à l'hébergement, au logement et à l'emploi.
  Lundi, mercredi et jeudi : 9h-12h et 13h30-17h.
  Vendredi : 9h-12h et 13h30-16h30.
  Mardi : 13h30-17h.
  05 34 58 19 15
  agir31@forumrefugies.org
  7 avenue des Herbettes
  BUS 23 27 Herbettes

- **Obtenir un rendez-vous avec un travailleur social** pour être aidé dans vos démarches. À Toulouse : prenez contact avec la Maison des Solidarités (MDS) la plus proche de votre lieu de vie (page 10). Si vous résidez dans les villes autour de Toulouse, vous pouvez prendre contact avec le CCAS de la commune dans laquelle vous êtes domicilié / hébergé.

- **Vous pouvez aussi vous rendre dans les permanences d'aide juridique spécialisées** dans l'accompagnement des réfugiés (pages 15-16).

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org



C'EST QUOI LES TITRES DE SÉJOUR ?

Les titres de séjour sont un autre moyen que l'asile d'avoir un droit au séjour en France (des papiers). Il y a plusieurs titres de séjour, parce qu'on peut en demander pour plusieurs raisons : la vie privée et familiale en France, la santé, le travail...

Le fonctionnement du titre de séjour n'est pas le même que celui de l'asile. Pour l'asile, il faut parler des persécutions subies dans votre pays d'origine, alors que pour obtenir un titre de séjour c'est votre situation en France qui compte.

Dans de nombreux cas, vous devrez prouver par des documents votre durée de présence en France, votre maîtrise de la langue, vos liens avec des personnes françaises ou étrangères qui ont un droit au séjour... **Vous aurez besoin d'avoir gardé beaucoup de documents** qui prouvent votre présence en France. Pour plus de conseils et d'informations sur les documents à conserver : page 4.

La majorité des titres de séjour se demandent depuis le pays d'origine, au consulat de France. Il faut alors demander un visa de longue durée (visa D) qui donne droit à un titre de séjour (par exemple pour le regroupement familial, pour faire ses études en France, pour venir travailler en France). Le visa de longue durée s'oppose au visa touristique, qui ne dure que 3 mois maximum (visa C). **Mais si vous êtes déjà en France, vous pouvez demander certains titres de séjour** pour avoir un droit au séjour sur le territoire français.

Il est possible de demander un titre de séjour :

- **Si vous êtes en « situation irrégulière »**, c'est-à-dire que vous n'avez pas de papiers vous donnant un droit au séjour en France.
- **Si vous êtes en demande d'asile**. Au moment de l'enregistrement de votre demande d'asile, la préfecture vous demandera si vous voulez aussi déposer une demande de titre de séjour. Celle-ci doit obligatoirement être faite dans **un délai de 2 mois**, sauf pour les titres de séjour pour soins où le délai est de 3 mois. Votre demande de titre de séjour ne sera traitée qu'une fois que vous aurez reçu une réponse à votre demande d'asile.

Il ne sera plus possible de déposer une nouvelle demande de titre de séjour si votre demande d'asile est rejetée, sauf dans certains cas.

⚠ Il y a de très nombreuses conditions pour obtenir un titre de séjour. La demande de titre de séjour est une procédure compliquée et qui comporte des risques. Chaque demande est individuelle et les chances d'obtenir un titre de séjour dépendent de votre situation personnelle.

Faire une demande de titre de séjour peut entraîner une OQTF (Obligation de Quitter le Territoire Français). À la réception de la décision de la préfecture par La Poste, **contactez rapidement un avocat** ou une association pour vous aider (p. 15-16).
Les OQTF sont exécutoires durant 3 ans, cela veut dire que **la préfecture peut vous expulser avec la même OQTF pendant 3 ans**.
De plus, cela limite les possibilités de déposer un nouveau dossier de régularisation. Les préfets ont aussi la possibilité de refuser une demande de séjour dans le cas où une OQTF n'aurait pas été exécutée.

Attention, vous avez plus de risques d'être expulsé si vous êtes arrêté par la police. Pour plus d'informations sur quoi faire en cas d'arrestation par la police : page 60.

Pour ces raisons, **il est très important de demander conseil à des juristes avant de commencer une procédure de demande de titre de séjour.** Rendez-vous dans une permanence d'aide juridique pour évaluer votre situation personnelle, voir si vous remplissez bien les critères demandés pour obtenir un titre de séjour, et vous aider dans votre dossier (pages 15-16).

Certains titres de séjour sont plus sûrs que d'autres. On fait la différence entre les « **titres de séjour de plein droit** » et les « **titres de séjour discrétionnaires** ». **Les critères pour obtenir un titre de séjour de plein droit sont inscrits dans la loi.** Normalement, si vous remplissez ces critères, le titre de séjour doit être délivré. **Les titres de séjour discrétionnaires sont plus difficiles à obtenir** parce qu'ils sont « à la discrétion du préfet » c'est-à-dire soumis à son bon vouloir. Cela signifie que même si vous remplissez les critères du titre de séjour, le préfet peut toujours refuser. Par exemple, le titre de séjour travail est discrétionnaire.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

Le droit au séjour des citoyens européens (schémas explicatifs et liste des statuts permettant d'obtenir un droit au séjour) :
https://www.romeurope.org/droit-au-sejour-citoyens-ue/

Quand vous avez le titre de séjour, faites attention à :

- **l'engagement à respecter les « principes et valeurs de la République » :** La majorité des personnes étrangères qui demandent un titre de séjour doit signer un contrat (CERPR) et s'engager à respecter un certain nombre de principes. En cas de non respect de ce contrat la personne peut se voir refuser ou retirer son titre de séjour.
- **l'obligation d'augmenter son niveau de français:** Des justificatifs de maîtrise de la langue française peuvent être demandées par la Préfecture dès la demande de régularisation (Circulaire Retailleau 2025). Une fois régularisée, la personne doit signer un contrat d'intégration républicaine (CIR) et s'engager à suivre des cours de français. Pour avoir un titre de séjour pluriannuel (2 à 10 ans), il faudra dès 2026 obtenir au minimum le niveau A2. Si besoin, se renseigner dans les permanences juridiques (pages 15-16). Attention : si au bout de 3 ans, vous n'avez pas le niveau A2, vous ne pourrez pas avoir le renouvellement de votre titre de séjour d'un an.

Titres de séjour dans le cadre d'une régularisation en France

● DE PLEIN DROIT (remplir les conditions, qui peuvent être floues)
● DISCRETIONNAIRES (remplir les conditions + avis favorable du préfet)

VOTRE SITUATION				TITRES DE SÉJOUR
● Étudiants M2 en recherche d'emploi (APS* 12 mois)	● Visiteurs	● Salariés ou travailleurs temporaires	● Jeune confié à l'ASE après 16 ans et suivant une formation	→ **Titres de séjour pour le travail**
	● Mariage avec une personne française (si entrée avec visa)	● Liens personnels et familiaux (intenses, stables, anciens)	● Parents d'enfant français	→ **Titres de séjour pour la vie familiale**
	● Étranger malade (maladie très grave quine peut pas être soignée dans le pays d'origine)	● Parents d'enfant malade (APS* 6 mois)	● Accident du travail / maladie professionnelle	→ **Titres de séjour pour la santé**
● Naissance / entrée avant 13 ans et résidence en France	● Jeune confié à l'ASE avant ses 16 ans	● Motifs exceptionnels ou humanitaires	● Présence habituelle depuis 10 ans	→ **Titres de séjour pour la vie privée**
● Victimes de violences conjugales	● Victimes de traites ou de proxénétisme	● Bénéficiaires d'une ordonnance de protection	● Parcours de sortie de prostitution (APS* 6 mois)	→ **Titres de séjour pour motifs de violence**

**APS = Autorisation Provisoire de Séjour*

Les Algériens dépendent de l'accord Franco-Algérien et les titres de séjour qu'ils peuvent demander sont différents des autres.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

EN CAS D'ARRESTATION PAR LA POLICE

Vous pouvez vous faire arrêter en cas de contrôle d'identité – pour vérifier si vous avez un droit au séjour en France – et/ou en cas de soupçon d'infraction à la loi. Si vous êtes sans-papiers et que vous vous faites arrêter, vous risquez une **Obligation de Quitter le Territoire Français (OQTF)** et parfois une assignation à résidence ou un enfermement en **Centre de Rétention Administrative (CRA)**.

Les documents à avoir avec vous :

- **Documents sur votre procédure** (attestation de demande d'asile/récépissé, demande de titre de séjour…)
- **Attestation de domiciliation ou d'hébergement**
- **Attestation d'assurance maladie** (CSS, AME), documents liés à votre **suivi médical**, coordonnées de votre médecin
- **Documents sur votre situation familiale** en France : certificat de scolarité de votre enfant, acte de mariage...
- **Une carte téléphonique et/ou un téléphone portable sans appareil photo (ce sont les seuls autorisés durant la détention en CRA)**
- **Le numéro de téléphone d'une personne de confiance**, d'un membre d'une association et d'un avocat à prévenir immédiatement si vous êtes arrêté ou placé en rétention.

⚠ Gardez ces copies de vos documents dans plusieurs endroits (chez un ami ou une association) et sur internet (mails...).

Il n'est pas toujours conseillé de donner son passeport (même périmé) parce que celui-ci peut favoriser un éloignement du territoire français. Mais l'absence de passeport peut être un argument pour vous placer en centre de rétention administrative (CRA).

Si vous allez au local de la PAF (Police aux frontières) ou au commissariat

Vous pouvez être retenu au maximum 4h pour un contrôle d'identité, 24h pour un contrôle de vérification du droit au séjour, 48h pour une garde à vue en cas de soupçon d'infraction à la loi.

Vous avez 4 droits essentiels. Ils pourront vous aider à être libéré. Demandez :

- **un interprète :** dans la langue que vous parlez le mieux même si elle est rare !
- **un médecin**
- **un avocat**
- **à téléphoner** à une personne de confiance, à une association. Donnez des détails sur votre arrestation (où, quand) pour qu'ils vous aident.

⚠ Ne signez pas de documents si vous ne comprenez pas ce qui est écrit. Demandez à parler à un interprète !

Si vous êtes libéré

Si votre situation n'est pas régulière, vous pouvez sortir du commissariat avec une Obligation de Quitter le Territoire Français (OQTF) avec parfois une Interdiction de Retour sur le Territoire Français (IRTF). Cette décision peut être accompagnée d'une assignation à résidence. **Attention, souvent vous n'avez que 48h à partir de l'heure à laquelle vous avez signé le document pour faire un recours.** Dès votre sortie, contactez rapidement un avocat ou une association pour vous aider (p. 15-16).

Si vous avez été insulté et maltraité par la police, vous pouvez porter plainte. La police ne peut pas refuser de prendre une plainte, même si vous n'avez pas de papiers. Si vous avez été frappé, vous pouvez aller voir un médecin et faire un certificat prouvant vos blessures.

Si vous êtes envoyé en Centre de Rétention Administrative (CRA)

Ces informations seront actualisées dans la prochaine édition.

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

LEXIQUE

ADA : Allocation pour Demandeur d'Asile
ADE : Association de Défense des Étrangers
AME : Aide Médicale d'Etat
APS : Autorisation Provisoire de Séjour
ASE : Aide Sociale à l'Enfance
CADA : Centre d'Accueil des Demandeurs d'Asile
CAF : Caisse d'Allocations Familiales
CCAS : Centre Communal d'Action Sociale
CMA : Conditions Matérielles d'Accueil
CNDA : Cour Nationale du Droit d'Asile
CPAM : Caisse Primaire d'Assurance Maladie
CRA : Centre de Rétention Administrative
CSS : Complémentaire Santé Solidaire (anciennement CMU)
CVH : SPADA à Toulouse
DAHO : Droit À l'Hébergement Opposable
DALO : Droit Au Logement Opposable
DDAEOMI : Dispositif Départemental d'Accueil, d'Evaluation et d'Orientation des Mineurs Isolés
DNA : Dispositif National d'Accueil
GUDA : Guichet Unique pour Demandeurs d'Asile
HUDA : Hébergement d'Urgence pour Demandeur d'Asile
IRTF : Interdiction de Retour sur le Territoire Français
JLD : Juge des Libertés et de la Détention
MDS : Maison Des Solidarités
MIE : Mineur Isolé Étranger
MNA : Mineur Non Accompagné
OFII : Office Français de l'Immigration et de l'Intégration
OFPRA : Office Français de Protection des Réfugiés et Apatrides
OQTF : Obligation de Quitter le Territoire Français
PAEJ : Point Accueil et Ecoute Jeunes
PAIO : Pôle d'Accueil, d'Information et d'Orientation
PUMa : Protection Universelle Maladie
PRAHDA : Programme d'Accueil et d'Hébergement des Demandeurs d'Asile
RSA : Revenu de Solidarité Active
SIAO : Service Intégré de l'Accueil et de l'Orientation
SPADA : Structure de Premier Accueil des Demandeurs d'Asile





Pour un plan plus détaillé (bus ou le calcul d'un itinéraire : https://www.tisseo.fr/

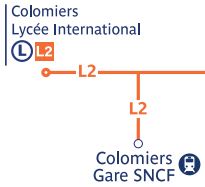
Légende

Réseau Tisséo

- Métro
- Tram
- Téléphérique
- Linéo
- Bus
- Transport à la demande
- Agence Tisséo
- Parc Relais
- Parc à vélos
- Navette aéroport

Autres transports

- Aéroport
- Gare ferroviaire



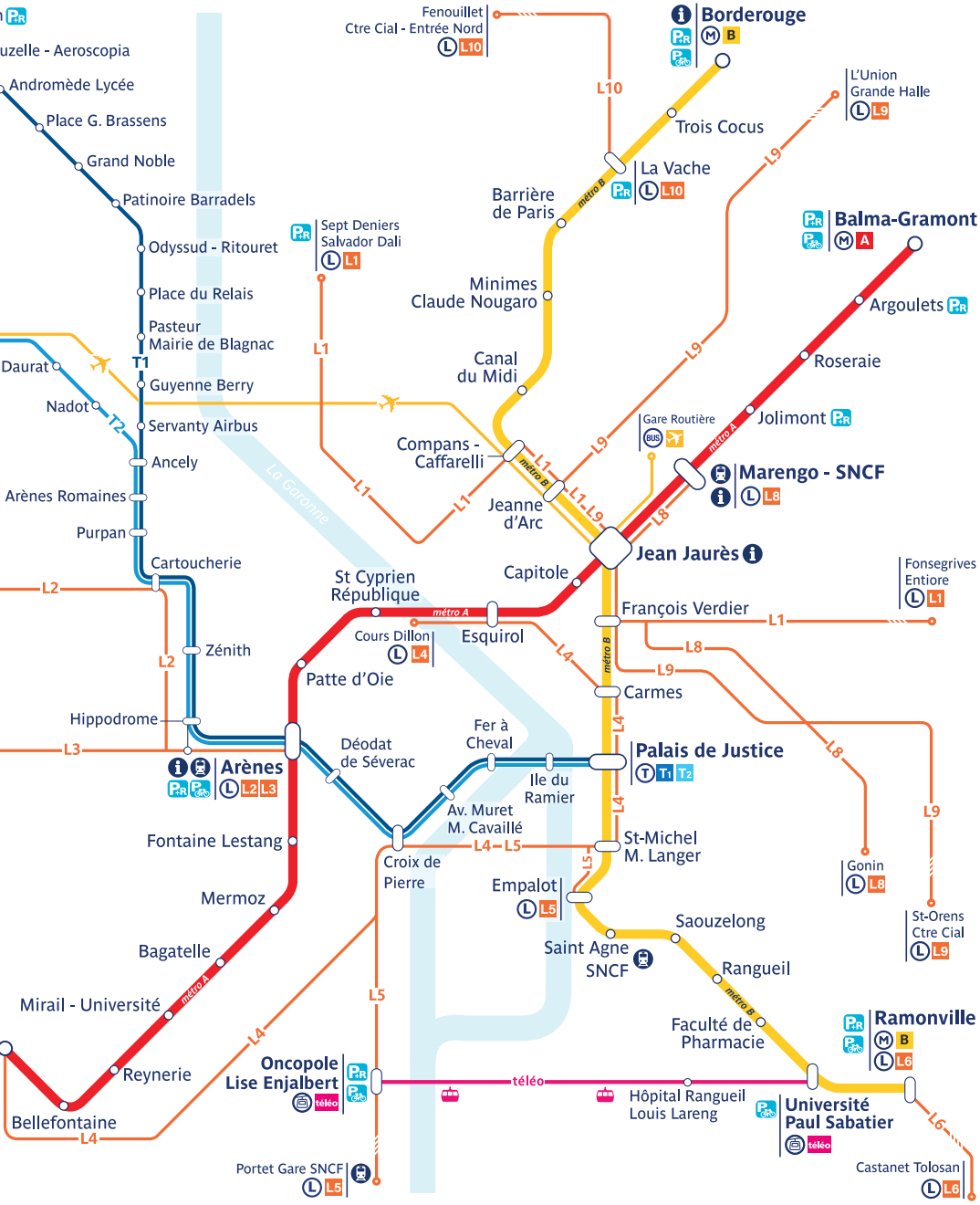




GG-13062022-V2

Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

PLAN DE MÉTRO ET TRAM DE TOULOUSE



Watizat, tous droits réservés www.watizat.org

OCTOBRE-DÉCEMBRE 2026
FRANÇAIS
Toulouse



Si vous êtes à Toulouse,
en demande d'asile, réfugié ou sans papier,
ce guide est pour vous.

Il contient des **adresses utiles**
et des **conseils et procédures** juridiques
mis à jour tous les trois mois !

Nos textes sont écrits, relus et vérifiés
par des professionnels du social,
de l'asile et du droit des étrangers.

Nous remercions les bénévoles et nos
imprimeurs solidaires qui permettent à ce
guide d'exister. ♥

Guide Watizat Info-Exil
watizat-info-exil.notion.site

watizat.toulouse Watizat Toulouse

Vous avez une question ? Contactez-nous :
toulouse@watizat.org

Si vous êtes une organisation, association ou collectif,
commandez les guides en version papier : **toulouse@watizat.org**

Ce guide ne peut être vendu que par l'association Watizat Toulouse. Ne pas jeter sur la voie publique.