



# MAISON DES FEMMES

## PROGRAMME

janvier - mars 2026



Plus d'infos sur [choisyleroi.fr](http://choisyleroi.fr)



CHOISY.le.ROI

La Maison des Femmes est un service municipal qui est un lieu de rencontre et d'échanges entre femmes. Elle propose, à toutes celles qui le souhaitent, un large panel d'activités culturelles, sportives et de loisirs, ainsi que des actions autour de la santé, de l'accompagnement à l'emploi et de l'accès aux droits, en partenariat avec des associations et les services municipaux.

# JANVIER

## MARDI 6

9h30 – 11h30

### ATELIER : COUTURE

Venez utiliser une machine à coudre pour effectuer des réparations ou créer des objets utiles au quotidien.

AVEC L'ASSOCIATION  
INSTRUCTION ET PARTAGE



14h – 16h

### ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire de la vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS



## JEUDI 8

10h – 11h

### ATELIER : HARMONIE ET BIEN-ÊTRE PAR LA MUSIQUE

À travers des activités musicales, venez explorer l'impact de la musique sur votre énergie et votre confiance en vous.

AVEC LE CONSERVATOIRE DE CHOISY-LE-ROI

14h – 16h

### ATELIER : EXPRESSION ET COMMUNICATION AUTOUR DES JEUX DE THÉÂTRE

Améliorez votre expression orale à travers des jeux de rôle et des exercices de théâtre.

AVEC L'ASSOCIATION CRÉATION OMNIVORE



## VENDREDI 9

9h30 – 12h

### PERMANENCES D'AIDE AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Rendez-vous personnalisés pour vous accompagner dans vos démarches spécifiques.

AVEC L'ASSOCIATION  
LES FLEURS DES  
NAVIGATEURS



14h – 16h

### ATELIER : ART GRAPHIQUE

Un espace créatif, où l'expression artistique et l'imaginaire prennent forme. L'occasion de s'exprimer et de se découvrir.

AVEC L'ASSOCIATION NAPHTÉ



## MARDI 13

9h – 11h

### ATELIER : COURS DE FRANÇAIS NIVEAU INTERMÉDIAIRE

Il s'adresse aux femmes ayant déjà des bases en français et souhaitant se préparer aux tests de langue.

AVEC UNE BÉNÉVOLE



9h30 – 11h30

### ATELIER : DÉMARCHES ADMINISTRATIVES EN LIGNE ET SUR PAPIER

Réalisez vos démarches administratives (CAF, sécurité sociale, impôt...) avec l'accompagnement d'une équipe d'animatrices.

AVEC L'ASSOCIATION  
INSTRUCTION ET PARTAGE



14h – 16h

### ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

#### NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire de la vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

BONJOUR,  
JE M'APPELLE

## MERCREDI 14

10h – 11h

### ATELIER : SOPHROLOGIE ET BIEN-ÊTRE

Méthode qui allie relaxation, respiration et visualisation pour favoriser la détente et l'équilibre émotionnel.

AVEC L'ASSOCIATION SOPHROLOGIE CHOISIE



13h30 – 16h30

### ATELIER : CONFIANCE EN SOI ET ESTIME DE SOI

Découvrez des méthodes et outils visant à améliorer votre confiance en vous.

AVEC L'ASSOCIATION CRÉATION OMNIVORE

## JEUDI 15

10h – 11h



### ATELIER : HARMONIE ET BIEN-ÊTRE PAR LA MUSIQUE

À travers des activités musicales, venez explorer l'impact de la musique sur votre énergie et votre confiance en vous.

AVEC LE CONSERVATOIRE DE CHOISY-LE-ROI

13h30 – 16h30

### ATELIER : SELF-DÉFENSE

Apprentissage de techniques simples et efficaces de self-défense pour réagir face à différentes situations et se sentir en sécurité.

AVEC L'ASSOCIATION CRÉATION OMNIVORE



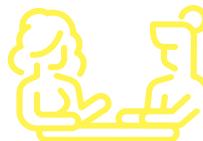
## VENDREDI 16

9h15 – 11h15

### ATELIER : DÉVELOPPER SA CONFIANCE EN SOI ET SON POTENTIEL

Grâce à des techniques et exercices de développement personnel, vous apprendrez à mieux vous connaître.

AVEC L'ATELIER 94 COACHING ET BIEN ÊTRE



9h30 – 12h30

### RENCONTRES INDIVIDUELLES AVEC LA PSYCHOLOGUE DU SERVICE DE SANTÉ DE LA VILLE

14h – 16h

### ATELIER : ART GRAPHIQUE

Un espace créatif, où l'expression artistique et l'imaginaire prennent forme. L'occasion de s'exprimer et de se découvrir.

AVEC L'ASSOCIATION NAPHTÉ



## MARDI 20

9h – 11h

### ATELIER : COURS DE FRANÇAIS NIVEAU INTERMÉDIAIRE

Il s'adresse aux femmes ayant déjà des bases en français et souhaitant se préparer aux tests de langue.

AVEC UNE BÉNÉVOLE



14h – 16h

### ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire de la vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS



## JEUDI 22

10h – 11h



### ATELIER : HARMONIE ET BIEN-ÊTRE PAR LA MUSIQUE

À travers des activités musicales, venez explorer l'impact de la musique sur votre énergie et votre confiance en vous.

AVEC LE CONSERVATOIRE DE CHOISY-LE-ROI



15h – 16h

### ATELIER : ZUMBA

La Zumba combine des mouvements de danse et des exercices cardiovasculaires, ce qui en fait une activité physique et ludique.

AVEC L'ASSOCIATION VIBES DANCE CORNER

## VENDREDI 23

9h30 – 12h

### PERMANENCES D'AIDE AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Rendez-vous personnalisés pour vous accompagner dans vos démarches spécifiques.

AVEC L'ASSOCIATION  
LES FLEURS DES NAVIGATEURS



14h – 16h

### ATELIER : ART GRAPHIQUE

Un espace créatif, où l'expression artistique et l'imaginaire prennent forme. L'occasion de s'exprimer et de se découvrir.

AVEC L'ASSOCIATION NAPHTÉ



## MARDI 27

9h – 11h

### ATELIER : COURS DE FRANÇAIS NIVEAU INTERMÉDIAIRE

Il s'adresse aux femmes ayant déjà des bases en français et souhaitant se préparer aux tests de langue.

AVEC UNE BÉNÉVOLE



14h – 16h

### ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire de la vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS



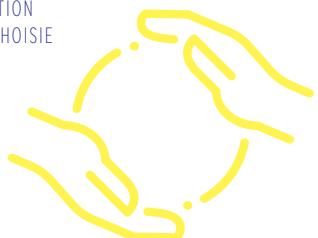
## MERCREDI 28

10h – 11h

### ATELIER : SOPHROLOGIE ET BIEN-ÊTRE

Méthode qui allie relaxation, respiration et visualisation pour favoriser la détente et l'équilibre émotionnel.

AVEC L'ASSOCIATION SOPHROLOGIE CHOISIE



## JEUDI 29

10h – 11h



### ATELIER : HARMONIE ET BIEN-ÊTRE PAR LA MUSIQUE

À travers des activités musicales, venez explorer l'impact de la musique sur votre énergie et votre confiance en vous.

AVEC LE CONSERVATOIRE DE CHOISY-LE-ROI



15h – 16h

### ATELIER : ZUMBA

La Zumba combine des mouvements de danse et des exercices cardiovasculaires, ce qui en fait une activité physique et ludique.

AVEC L'ASSOCIATION VIBES DANCE CORNER

## VENDREDI 30

9h15 – 11h15



### ATELIER : DÉVELOPPER SA CONFIANCE EN SOI ET SON POTENTIEL

Grâce à des techniques et exercices de développement personnel, vous apprendrez à mieux vous connaître.

AVEC L'ATELIER 94 COACHING ET BIEN-ÊTRE

14h – 16h



### ATELIER : ART GRAPHIQUE

Un espace créatif, où l'expression artistique et l'imaginaire prennent forme. L'occasion de s'exprimer et de se découvrir.

AVEC L'ASSOCIATION NAPHTÉ

## FÉVRIER

## MARDI 3

9h30 – 11h30



### ATELIER : COUTURE

Venez utiliser une machine à coudre pour effectuer des réparations ou créer des objets utiles au quotidien.

AVEC L'ASSOCIATION  
INSTRUCTION ET PARTAGE

14h – 16h

### ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

#### NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire de la vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS



## MERCREDI 4

9h – 11h

### ATELIER THÉÂTRE : INCARNER UNE HISTOIRE

Découvrez le plaisir de raconter une histoire en toute confiance !  
Lors de ces ateliers, apprenez à incarner des personnages et à donner vie à vos récits.

AVEC LE THÉÂTRE DE CHOISY-LE-ROI



## JEUDI 5

9h – 11h



### ATELIER THÉÂTRE : INCARNER UNE HISTOIRE

Découvrez le plaisir de raconter une histoire en toute confiance !  
Lors de ces ateliers, apprenez à incarner des personnages et à donner vie à vos récits.

AVEC LE THÉÂTRE DE CHOISY-LE-ROI

10h – 11h

### ATELIER : HARMONIE ET BIEN-ÊTRE PAR LA MUSIQUE

À travers des activités musicales, venez explorer l'impact de la musique sur votre énergie et votre confiance en vous.

AVEC LE CONSERVATOIRE DE CHOISY-LE-ROI



15h – 16h

### ATELIER : ZUMBA

La Zumba combine des mouvements de danse et des exercices cardiovasculaires, ce qui en fait une activité physique et ludique.  
AVEC L'ASSOCIATION VIBES DANCE CORNER

## VENDREDI 6

9h30 – 12h

### PERMANENCES D'AIDE AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Rendez-vous personnalisés pour vous accompagner dans vos démarches spécifiques.

AVEC L'ASSOCIATION  
LES FLEURS DES NAVIGATEURS



14h – 16h

### ATELIER : ART GRAPHIQUE

Un espace créatif, où l'expression artistique et l'imaginaire prennent forme. L'occasion de s'exprimer et de se découvrir.  
AVEC L'ASSOCIATION NAPHTÉ



# MARDI 10

9h – 11h

## ATELIER : COURS DE FRANÇAIS NIVEAU INTERMÉDIAIRE

Il s'adresse aux femmes ayant déjà des bases en français et souhaitant se préparer aux tests de langue.

AVEC UNE BÉNÉVOLE



9h30 – 11h30

## ATELIER : DÉMARCHE ADMINISTRATIVES EN LIGNE ET SUR PAPIER

Réalisez vos démarches administratives (CAF, sécurité sociale, impôt...)

accompagnée par une équipe d'animatrices.

AVEC L'ASSOCIATION  
INSTRUCTION ET PARTAGE



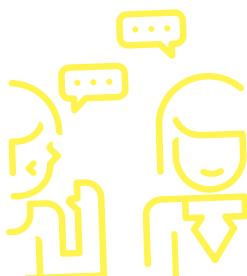
14h – 16h

## ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

### NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire de la vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS



# MERCREDI 11

10h – 11h

## ATELIER : SOPHROLOGIE ET BIEN-ÊTRE

Méthode qui allie relaxation, respiration et visualisation pour favoriser la détente et l'équilibre émotionnel.

AVEC L'ASSOCIATION SOPHROLOGIE CHOISIE



# JEUDI 12

10h – 11h

## ATELIER : HARMONIE ET BIEN-ÊTRE PAR LA MUSIQUE

À travers des activités musicales, venez explorer l'impact de la musique sur votre énergie et votre confiance en vous.

AVEC LE CONSERVATOIRE DE CHOISY-LE-ROI

15h – 16h

## ATELIER : ZUMBA

La Zumba combine des mouvements de danse et des exercices cardiovasculaires, ce qui en fait une activité physique et ludique.

AVEC L'ASSOCIATION  
VIBES DANCE CORNER





## VENDREDI 13

9h15 – 11h15

### ATELIER : DÉVELOPPER SA CONFIANCE EN SOI ET SON POTENTIEL

Grâce à des techniques et exercices de développement personnel, vous apprendrez à mieux vous connaître.  
AVEC L'ATELIER 94 COACHING ET BIEN-ÊTRE



14h – 16h

### ATELIER : ART GRAPHIQUE

Un espace créatif, où l'expression artistique et l'imaginaire prennent forme. L'occasion de s'exprimer et de se découvrir.  
AVEC L'ASSOCIATION NAPHTA

## MARDI 17

9h – 11h



### ATELIER : COURS DE FRANÇAIS NIVEAU INTERMÉDIAIRE

Il s'adresse aux femmes ayant déjà des bases en français et souhaitant se préparer aux tests de langue.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

14h – 16h



### ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

#### NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale et motivante.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

## JEUDI 19

10h – 11h



### ATELIER : HARMONIE ET BIEN-ÊTRE PAR LA MUSIQUE

À travers des activités musicales, venez explorer l'impact de la musique sur votre énergie et votre confiance en vous.

AVEC LE CONSERVATOIRE DE CHOisy-le-ROI

15h – 16h

### ATELIER : ZUMBA

La Zumba combine des mouvements de danse et des exercices cardiovasculaires, ce qui en fait une activité physique et ludique.  
AVEC L'ASSOCIATION VIBES DANCE CORNER



## VENDREDI 20

9h30 – 12h

### PERMANENCES D'AIDE AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Rendez-vous personnalisés pour vous accompagner dans vos démarches spécifiques.

AVEC L'ASSOCIATION  
LES FLEURS DES NAVIGATEURS



9h30 – 12h30

### RENCONTRES INDIVIDUELLES AVEC LA PSYCHOLOGUE DU SERVICE DE SANTÉ DE LA VILLE



14h – 16h

### ATELIER : ART GRAPHIQUE

Un espace créatif, où l'expression artistique et l'imaginaire prennent forme. L'occasion de s'exprimer et de se découvrir.

AVEC L'ASSOCIATION NAPHTÉ



## MERCREDI 25

10h – 11h

### ATELIER : SOPHROLOGIE ET BIEN-ÊTRE

Méthode qui allie relaxation, respiration et visualisation pour favoriser la détente et l'équilibre émotionnel.

AVEC L'ASSOCIATION SOPHROLOGIE CHOISIE



## VENDREDI 27

9h15 – 11h15

### ATELIER : DÉVELOPPER SA CONFiance EN SOI ET SON POTENTIEL

Grâce à des techniques et exercices de développement personnel, vous apprendrez à mieux vous connaître.

AVEC L'ATELIER 94 COACHING ET BIEN-ÊTRE



14h – 16h

### ATELIER : ART GRAPHIQUE

Un espace créatif, où l'expression artistique et l'imaginaire prennent forme. L'occasion de s'exprimer et de se découvrir.

AVEC L'ASSOCIATION  
NAPHTÉ



# MARS

## MARDI 3

9h30 – 11h30

### ATELIER : COUTURE

Venez utiliser une machine à coudre pour effectuer des réparations ou créer des objets utiles au quotidien.

AVEC L'ASSOCIATION  
INSTRUCTION ET PARTAGE



## VENDREDI 6

9h30 – 12h

### PERMANENCES D'AIDE AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Rendez-vous personnalisés pour vous accompagner dans vos démarches spécifiques.

AVEC L'ASSOCIATION  
LES FLEURS DES  
NAVIGATEURS



## MARDI 10

9h – 11h

### ATELIER : COURS DE FRANÇAIS NIVEAU INTERMÉDIAIRE

Il s'adresse aux femmes ayant déjà des bases en français et souhaitant se préparer aux tests de langue.

AVEC UNE BÉNÉVOLE



9h30 – 11h30

### ATELIER : DÉMARCHE ADMINISTRATIVE EN LIGNE ET SUR PAPIER

Réalisez vos démarches administratives (CAF, sécurité sociale, impôt...) avec l'accompagnement d'une équipe d'animatrices.

AVEC L'ASSOCIATION  
INSTRUCTION ET PARTAGE

BONJOUR,  
JE M'APPELLE

14h – 16h

### ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale et motivante.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

## MERCREDI 11

10h – 11h

### ATELIER : SOPHROLOGIE ET BIEN-ÊTRE

Méthode qui allie relaxation, respiration et visualisation pour favoriser la détente et l'équilibre émotionnel.

AVEC L'ASSOCIATION SOPHROLOGIE CHOISIE



## JEUDI 12

10h – 11h



### ATELIER : HARMONIE ET BIEN-ÊTRE PAR LA MUSIQUE

À travers des activités musicales, venez explorer l'impact de la musique sur votre énergie et votre confiance en vous.

AVEC LE CONSERVATOIRE DE CHOISY-LE-ROI



15h – 16h

### ATELIER : ZUMBA

La Zumba combine des mouvements de danse et des exercices cardiovasculaires, ce qui en fait une activité physique et ludique.

AVEC L'ASSOCIATION VIBES DANCE CORNER

## VENDREDI 13

9h15 – 11h15

### ATELIER : DÉVELOPPER SA CONFIANCE EN SOI ET SON POTENTIEL

Grâce à des techniques et exercices de développement personnel, vous apprendrez à mieux vous connaître.

AVEC L'ATELIER 94 COACHING ET BIEN-ÊTRE



## MARDI 17

9h30 – 11h30

### ATELIER : LE NUMÉRIQUE AU SEIN DE LA FAMILLE

Cet atelier a pour objectif d'accompagner les familles dans la gestion des outils numériques au quotidien.

AVEC L'ASSOCIATION D4DEV

14h – 16h

### ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire de la vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS



## JEUDI 19

10h – 11h



### ATELIER : HARMONIE ET BIEN-ÊTRE PAR LA MUSIQUE

À travers des activités musicales, venez explorer l'impact de la musique sur votre énergie et votre confiance en vous.

AVEC LE CONSERVATOIRE DE CHOISY-LE-ROI



15h – 16h

### ATELIER : ZUMBA

La Zumba combine des mouvements de danse et des exercices cardiovasculaires, ce qui en fait une activité physique et ludique.  
AVEC L'ASSOCIATION VIBES DANCE CORNER

## VENDREDI 20

9h30 – 12h

### PERMANENCES D'AIDE AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

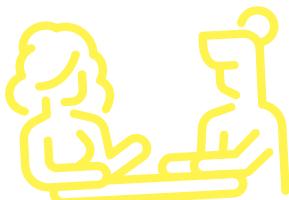
Rendez-vous personnalisés pour vous accompagner dans vos démarches spécifiques.

AVEC L'ASSOCIATION  
LES FLEURS DES NAVIGATEURS



9h30 – 12h30

### RENCONTRES INDIVIDUELLES AVEC LA PSYCHOLOGUE DU SERVICE DE SANTÉ DE LA VILLE



## MARDI 24

9h – 11h

### ATELIER : COURS DE FRANÇAIS NIVEAU INTERMÉDIAIRE

Il s'adresse aux femmes ayant déjà des bases en français et souhaitant se préparer aux tests de langue.

AVEC UNE BÉNÉVOLE



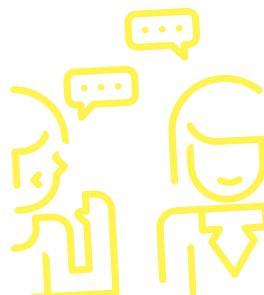
14h – 16h

### ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

#### NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire de la vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS



## MERCREDI 25

10h – 11h



### ATELIER : SOPHROLOGIE ET BIEN-ÊTRE

Méthode qui allie relaxation, respiration et visualisation pour favoriser la détente et l'équilibre émotionnel.

AVEC L'ASSOCIATION SOPHROLOGIE CHOISIE

## JEUDI 26

10h – 11h



### ATELIER : HARMONIE ET BIEN-ÊTRE PAR LA MUSIQUE

À travers des activités musicales, venez explorer l'impact de la musique sur votre énergie et votre confiance en vous.

AVEC LE CONSERVATOIRE DE CHOISY-LE-ROI

15h – 16h

### ATELIER : ZUMBA

La Zumba combine des mouvements de danse et des exercices cardiovasculaires, ce qui en fait une activité physique et ludique.

AVEC L'ASSOCIATION VIBES DANCE CORNER



## VENDREDI 27

9h15 – 11h15

### ATELIER : DÉVELOPPER SA CONFIANCE EN SOI ET SON POTENTIEL

Grâce à des techniques et exercices de développement personnel, vous apprendrez à mieux vous connaître.

AVEC L'ATELIER 94 COACHING ET BIEN-ÊTRE

## MARDI 31

9h – 11h



### ATELIER : COURS DE FRANÇAIS NIVEAU INTERMÉDIAIRE

Il s'adresse aux femmes ayant déjà des bases en français et souhaitant se préparer aux tests de langue.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

14h – 16h



### ATELIER : APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

#### NIVEAU DÉBUTANT (A1-A2)

Apprenez les bases du français (grammaire, vocabulaire de la vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS



# LUTTER CONTRE LES VIOLENCES

La lutte contre toutes les formes de violences, qu'elles soient physiques, psychologiques, sexuelles ou verbales, est une priorité pour la Municipalité. C'est pourquoi l'équipe de la Maison des Femmes propose un accompagnement spécialisé pour les victimes de violences, en les orientant vers les services adaptés et en les soutenant dans leurs démarches juridiques et sociales.

Des groupes de parole et des séances de soutien psychologique sont organisés pour permettre aux victimes de s'exprimer, de se reconstruire et de bénéficier d'une écoute bienveillante.

Les dates des prochains ateliers et groupes de parole seront programmées prochainement.

L'objectif de ces actions est de sensibiliser à la prévention de la violence et de créer un environnement où chaque personne se sente en sécurité.

POUR TOUTE INFORMATION  
COMPLÉMENTAIRE, N'HÉSITEZ PAS À  
CONTACTER LA MAISON DES FEMMES  
AU **01 88 29 50 65.**





## SE RENDRE À LA MAISON DES FEMMES

**2 SQUARE HENRI SELLIER  
94600 CHOISY-LE-ROI**

Du mardi au vendredi (sans rendez-vous) :  
9h-12h30 | 13h30-17h30

Les transports à proximité :

RER C      Bus 182      Bus 103  
Bus 393      Bus TVM      Tram T9

## NOUS CONTACTER

Par téléphone : 01 88 29 50 65  
Par courriel : [mdf@choisylEROI.fr](mailto:mdf@choisylEROI.fr)

### NUMÉROS D'URGENCE

Violences Femmes Infos  
**3919**

Hébergement d'urgence  
**115**

Tremplin 94 - SOS Femmes  
**01 49 77 10 34**

CIDFF  
**01 43 97 96 90**

Toutes les infos sur [choisylEROI.fr](http://choisylEROI.fr)