



MAISON DES FEMMES

PROGRAMME

septembre - décembre 2026

Gratuit

Plus d'infos sur 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.

Dans ce programme, vous trouverez des permanences sous forme de rendez-vous individuels d'accompagnement personnalisé ainsi que des ateliers en format collectifs.

SEPTEMBRE

MARDI 8

9h30–11h30

ATELIER : DÉMARCHES ADMINISTRATIVES EN LIGNE ET SUR PAPIER

Réalisez vos démarches administratives (CAF, Sécurité sociale, impôts...) 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, vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

BONJOUR,
JE M'APPELLE

MERCREDI 9

14h–17h

PERMANENCE D'ACCOMPAGNEMENT ADMINISTRATIF

Des rendez-vous d'accompagnement et des moments d'échange pour vous informer, vous soutenir et vous accompagner dans vos démarches et accès aux droits.

AVEC L'ASSOCIATION MAIN'S



VENDREDI 11

14h–16h

ATELIER : DÉCOUVERTE DE LA DANSE BAROQUE

Venez découvrir la danse baroque. Aucune expérience n'est requise. Prenez une tenue confortable pour profiter du moment.

AVEC LA DANSEUSE DE LA COMPAGNIE
BEAUX-CHAMPS

MARDI 15

9h30–11h30

ATELIER : CONSEIL EN IMAGE

Découvrez les vêtements et accessoires adaptés à votre morphologie ainsi que les codes vestimentaires professionnels selon le secteur d'activité recherché.

AVEC L'ASSOCIATION CRÉATION OMNIVORE

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.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

JEUDI 17

14h–16h

ATELIER : L'ENTREPRENEURIAT ET LES ÉTAPES DE LA CRÉATION D'ENTREPRISE

Si vous souhaitez découvrir l'entrepreneuriat, créer votre activité, cet atelier vous donnera des informations clefs, des échanges entre participantes et vous apportera une orientation vers les dispositifs d'accompagnement adaptés.

AVEC CITÉS LAB

VENDREDI 18

9h30–12h30

RENCONTRES INDIVIDUELLES AVEC LA PSYCHOLOGUE DU SERVICE SANTÉ

14h–16h

ATELIER : SELF-DÉFENSE

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

AVEC L'ASSOCIATION CRÉATION OMNIVORE

MARDI 22

9h15–10h45

ATELIER : COURS DE FRANÇAIS TOUS NIVEAUX

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

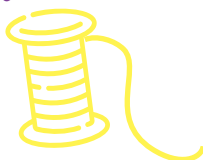
AVEC UNE BÉNÉVOLE

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



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.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

VENDREDI 25

14h-16h

**ATELIER : ARGENT, MIEUX
COMPRENDRE POUR MIEUX
AVANCER**

Pour vous aider à mieux comprendre votre situation financière, à réduire votre charge mentale... grâce à des outils simples afin de faciliter votre quotidien.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

MERCREDI 23

9h30-11h30

ATELIER : LOISIRS CRÉATIFS

Un espace libre et convivial pour explorer le crochet, le tricot et d'autres activités créatives au fil de vos envies.

AVEC L'ASSOCIATION
INSTRUCTION ET PARTAGE



14h-17h

**PERMANENCE
D'ACCOMPAGNEMENT
ADMINISTRATIF**

Des rendez-vous d'accompagnement et des moments d'échange pour vous informer, vous soutenir et vous accompagner dans vos démarches et accès aux droits.

AVEC L'ASSOCIATION MAIN'S



MARDI 29

9h15-10h45

**ATELIER : COURS DE FRANÇAIS
TOUS NIVEAUX**

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

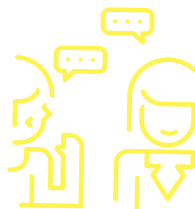


9h30-11h30

**ATELIER: SE PRÉPARER
À L'EMPLOI**

Un atelier qui vous permettra de mieux comprendre les codes professionnels liés à la recherche d'emploi, de valoriser vos compétences et de préparer efficacement vos candidatures afin de réussir vos entretiens.

AVEC L'ASSOCIATION CRÉATION OMNIVORE



JEUDI 24

15h-16h

ATELIER : ZUMBA

Passez un moment de bien-être en vous dépensant dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION
VIBES DANCE CORNER



14h-16h

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

Apprenez les bases du français
(grammaire, vocabulaire, vie quo-
tidienne...) dans une ambiance
conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

OCTOBRE

JEUDI 1^{ER}

15h-16h

ATELIER : ZUMBA

Passez un moment de bien-être
en vous dépensant dans une
ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION
VIBES DANCE CORNER

VENDREDI 2

9h30-12h30

**RENCONTRES INDIVIDUELLES
AVEC LA PSYCHOLOGUE DU
SERVICE SANTÉ**

14h-16h

**ATELIER : ARGENT, MIEUX
COMPRENDRE POUR MIEUX
AVANCER**

Pour vous aider à mieux com-
prendre votre situation finan-
cière, à réduire votre charge men-
tale... grâce à des outils simples
afin de faciliter votre quotidien.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

MARDI 6

9h15-10h45

**ATELIER : COURS DE FRANÇAIS
TOUS NIVEAUX**

Si vous souhaitez apprendre ou
améliorer votre français quel que
soit votre niveau et vous préparer
aux tests de langue pour celles
qui le souhaitent.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

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 vie quo-
tidienne...) dans une ambiance
conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

BONJOUR,
JE M'APPELLE

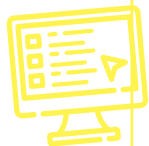
MERCREDI 7

9h30–11h

PERMANENCES : ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE INDIVIDUALISÉ

Pour favoriser votre autonomie dans les démarches administratives en ligne et lever les freins liés à l'accès aux services numériques grâce à un accompagnement personnalisé.

AVEC L'ASSOCIATION EMMAÛS CONNECT



VENDREDI 9

13h45–16h

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



JEUDI 8

9h30–11h30

ATELIER : SE PRÉPARER À L'EMPLOI

Un atelier qui vous permettra d'obtenir des informations sur les codes professionnels à la recherche d'emploi, de valoriser vos compétences et de préparer vos candidatures pour améliorer votre entretien.

AVEC L'ASSOCIATION CRÉATION OMNIVORE

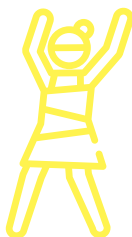


15h–16h

ATELIER : ZUMBA

Passez un moment de bien-être en vous dépensant dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION
VIBES DANCE CORNER



MARDI 13

9h–12h

ATELIER INDIVIDUEL : SE PRÉPARER À L'ENTRETIEN D'EMBAUCHE

Un professionnel vous entraînera en conditions réelles à un entretien. Des conseils vous seront donnés afin de valoriser votre parcours et réaliser votre CV.

AVEC L'ASSOCIATION CRÉATION OMNIVORE

9h15–10h45

ATELIER : COURS DE FRANÇAIS TOUS NIVEAUX

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

AVEC UNE BÉNÉVOLE



9h30–11h30

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

Réalisez vos démarches administratives (CAF, Sécurité sociale, impôts...) 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 vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

MERCREDI 14

9h30–11h30

ATELIER : LOISIRS CRÉATIFS

Un espace libre et convivial pour explorer le crochet, le tricot et d'autres activités créatives au fil de vos envies.

AVEC L'ASSOCIATION
INSTRUCTION ET PARTAGE



14h–17h

**PERMANENCE
D'ACCOMPAGNEMENT
ADMINISTRATIF**

Des rendez-vous d'accompagnement et des moments d'échange pour vous informer, vous soutenir et vous accompagner dans vos démarches et accès aux droits.

AVEC L'ASSOCIATION MAIN'S



JEUDI 15

15h–16h

ATELIER : ZUMBA

Passez un moment de bien-être en vous dépensant dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION
VIBES DANCE CORNER



VENDREDI 16

9h30–12h30

**RENCONTRES INDIVIDUELLES
AVEC LA PSYCHOLOGUE DU
SERVICE SANTÉ**



MARDI 20

9h15–10h45

**ATELIER : COURS DE FRANÇAIS
TOUS NIVEAUX**

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

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.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS



VENDREDI 23

9h15–11h15

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 NAPTE

MARDI 27

9h15–10h45

ATELIER : COURS DE FRANÇAIS TOUS NIVEAUX

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

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.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

MERCREDI 28

9h30–11h

PERMANENCES : ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE INDIVIDUALISÉ

Pour favoriser votre autonomie dans les démarches administratives en ligne et lever les freins liés à l'accès aux services

numériques grâce à un accompagnement personnalisé.

AVEC L'ASSOCIATION EMMAÛS CONNECT

14h–17h

PERMANENCE D'ACCOMPAGNEMENT ADMINISTRATIF

Des rendez-vous d'accompagnement et des moments d'échange pour vous informer, vous soutenir et vous accompagner dans vos démarches et accès aux droits.

AVEC L'ASSOCIATION MAIN'S

JEUDI 29

14h30–16h

ATELIER : DANSE ET INCLUSIVE

Explorez librement l'expression corporelle par des mouvements de danse sans chorégraphie. Un atelier favorisant le bien-être la confiance en soi et le lien.

AVEC CATTG DE CHOISY

NOVEMBRE

MARDI 3

9h15–10h45

ATELIER : COURS DE FRANÇAIS TOUS NIVEAUX

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

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 vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

BONJOUR,
JE M'APPELLE

MERCREDI 4

9h30–11h

PERMANENCES : ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE INDIVIDUALISÉ

Pour favoriser votre autonomie dans les démarches administratives en ligne et lever les freins liés à l'accès aux services numériques grâce à un accompagnement personnalisé.

AVEC L'ASSOCIATION EMMAÜS CONNECT



JEUDI 5

15h–16h

ATELIER : ZUMBA

Passez un moment de bien-être en vous dépensant dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION VIBES DANCE CORNER



VENDREDI 6

9h30–12h30

RENCONTRES INDIVIDUELLES AVEC LA PSYCHOLOGUE DU SERVICE SANTÉ

14h–16h

ATELIER : ARGENT, MIEUX COMPRENDRE POUR MIEUX AVANCER

Pour vous aider à mieux comprendre votre situation financière, à réduire votre charge mentale... grâce à des outils simples afin de faciliter votre quotidien.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

MARDI 10

9h15–10h45

ATELIER : COURS DE FRANÇAIS TOUS NIVEAUX

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

AVEC UNE BÉNÉVOLE



9h30–11h30

ATELIER : DÉMARCHES ADMINISTRATIVES EN LIGNE ET SUR PAPIER

Réalisez vos démarches administratives (CAF, Sécurité sociale, impôts...) 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 vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

JEUDI 12

15h–16h

ATELIER : ZUMBA

Passez un moment de bien-être en vous dépensant dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION
VIBES DANCE CORNER

MARDI 17

9h15–10h45

ATELIER : COURS DE FRANÇAIS TOUS NIVEAUX

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

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.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

MERCREDI 18

9h30–11h30

ATELIER : LOISIRS CRÉATIFS

Un espace libre et convivial pour explorer le crochet, le tricot et d'autres activités créatives au fil de vos envies.

AVEC L'ASSOCIATION INSTRUCTION ET PARTAGE

14h–17h

PERMANENCE D'ACCOMPAGNEMENT ADMINISTRATIF

Des rendez-vous d'accompagnement et des moments d'échange pour informer, soutenir et valoriser les femmes.

AVEC L'ASSOCIATION MAIN'S

JEUDI 19

9h30–11h30

ATELIER : GROUPE DE PAROLE

Venez libérer votre parole, avancer ensemble et partager de bonnes pratiques.

AVEC L'ASSOCIATION CRÉATION OMNIVORE



14h–16h

**ATELIER : L'ENTREPRENEURIAT
ET LES ÉTAPES DE LA
CRÉATION D'ENTREPRISE**

Si vous souhaitez découvrir l'entrepreneuriat, créer votre activité, cet atelier vous donnera des informations clefs, des échanges entre participantes et vous apportera une orientation vers les dispositifs d'accompagnement adaptés.

AVEC CITÉSLAB

MERCREDI 25

9h30–11h

**PERMANENCES :
ACCOMPAGNEMENT
NUMÉRIQUE INDIVIDUALISÉ**

Pour favoriser votre autonomie dans les démarches administratives en ligne et lever les freins liés à l'accès aux services numériques grâce à un accompagnement personnalisé.

AVEC L'ASSOCIATION EMMAÜS CONNECT



VENDREDI 20

9h30–12h30

**RENCONTRES INDIVIDUELLES
AVEC LA PSYCHOLOGUE DU
SERVICE SANTÉ**



MARDI 24

9h15–10h45

**ATELIER : COURS DE FRANÇAIS
TOUS NIVEAUX**

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et se préparer aux tests de langue pour celles qui le désirent.

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.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS



BONJOUR,
JE M'APPELLE

JEUDI 26

14h30–16h

ATELIER : DANSE ET INCLUSIVE

Explorez librement l'expression corporelle par des mouvements de danse sans chorégraphie. Un atelier favorisant le bien-être la confiance en soi et le lien.

AVEC CATTG DE CHOISY



VENDREDI 27

9h15–11h15

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 NAPHTE



14h30–16h

ATELIER : DANSE ET INCLUSIVE

Explorez librement l'expression corporelle par des mouvements de danse sans chorégraphie. Un atelier favorisant le bien-être la confiance en soi et le lien.

AVEC CATTG DE CHOISY



DÉCEMBRE

MERCREDI 2

MARDI 1^{ER}

9h15–10h45

ATELIER : COURS DE FRANÇAIS TOUS NIVEAUX

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

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 vie quotidienne...) dans une ambiance conviviale.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

14h30–15h30

ATELIER DE CONVERSATION AVEC LA MÉDIATHÈQUE

Un moment convivial d'échanges afin d'améliorer votre expression orale et enrichir votre vocabulaire.

9h30–11h

PERMANENCES : ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE INDIVIDUALISÉ

Pour favoriser votre autonomie dans les démarches administratives en ligne et lever les freins liés à l'accès aux services numériques grâce à un accompagnement personnalisé.

AVEC L'ASSOCIATION EMMAÛS CONNECT

14h–17h

PERMANENCE D'ACCOMPAGNEMENT ADMINISTRATIF

Des rendez-vous d'accompagnement et des moments d'échange pour vous informer, vous soutenir et vous accompagner dans vos démarches et accès aux droits.

AVEC L'ASSOCIATION MAIN'S

VENDREDI 4

9h30–12h30

RENCONTRES INDIVIDUELLES AVEC LA PSYCHOLOGUE DU SERVICE SANTÉ

14h–16h

ATELIER : ARGENT, MIEUX COMPRENDRE POUR MIEUX AVANCER

Pour vous aider à mieux comprendre votre situation financière, à réduire votre charge mentale... grâce à des outils simples afin de faciliter votre quotidien.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

MARDI 8

9h15–10h45

ATELIER : COURS DE FRANÇAIS TOUS NIVEAUX

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

9h30–11h30

ATELIER : DÉMARCHES ADMINISTRATIVES EN LIGNE ET SUR PAPIER

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

AVEC L'ASSOCIATION

INSTRUCTION ET PARTAGE

MERCREDI 9

14h–17h

PERMANENCE D'ACCOMPAGNEMENT ADMINISTRATIF

Des rendez-vous d'accompagnement et des moments d'échange pour vous informer, vous soutenir et vous accompagner dans vos démarches et accès aux droits.

AVEC L'ASSOCIATION MAIN'S



JEUDI 10

9h15–10h45

ATELIER : COURS DE FRANÇAIS TOUS NIVEAUX

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et se préparer aux tests de langue pour celles qui le désirent.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

15h–16h

ATELIER : L'ENTREPRENEURIAT ET LES ÉTAPES DE LA CRÉATION D'ENTREPRISE

Si vous souhaitez découvrir l'entrepreneuriat, créer votre activité, cet atelier vous donnera des informations clefs, des échanges entre participantes et vous apportera une orientation vers les dispositifs d'accompagnement adaptés.

AVEC CITÉS LAB

VENDREDI 11

9h15–11h15

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





9h30–11h30

ATELIER : LOISIRS CRÉATIFS

Un espace libre et convivial pour explorer le crochet, le tricot et d'autres activités créatives au fil de vos envies.

AVEC L'ASSOCIATION INSTRUCTION ET PARTAGE

MARDI 15

9h15–10h45

**ATELIER : COURS DE FRANÇAIS
TOUS NIVEAUX**

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

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.

AVEC L'ASSOCIATION FRANÇAIS POUR TOUS

BONJOUR,
JE M'APPELLE

MERCREDI 16

9h15–10h45

**ATELIER : COURS DE FRANÇAIS
TOUS NIVEAUX**

Si vous souhaitez apprendre ou améliorer votre français quel que soit votre niveau et vous préparer aux tests de langue pour celles qui le souhaitent.

AVEC UNE BÉNÉVOLE

9h30–11h

**PERMANENCES :
ACCOMPAGNEMENT
NUMÉRIQUE INDIVIDUALISÉ**

Pour favoriser votre autonomie dans les démarches administratives en ligne et lever les freins liés à l'accès aux services numériques grâce à un accompagnement personnalisé.

AVEC L'ASSOCIATION EMMAÛS CONNECT



JEUDI 17

14h30–16h

ATELIER : DANSE ET INCLUSIVE

Explorez librement l'expression corporelle par des mouvements de danse sans chorégraphie. Un atelier favorisant le bien-être la confiance en soi et le lien.

AVEC CATTG DE CHOISY



VENDREDI 18

9h30–12h30

**RENCONTRES INDIVIDUELLES
AVEC LA PSYCHOLOGUE DU
SERVICE SANTÉ**



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 définies 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.

**Prochaine date à retenir : du 23 au 29 novembre,
semaine de lutte contre les violences sexistes et sexuelles.**

*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

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