



Consultante en parentalité  
Intervenante en milieu scolaire  
Praticienne en soins et massages énergétiques  
*Parents - Enfants - Ados - Jeunes adultes*



Je vous accompagne tout en douceur et en bienveillance pour prendre conscience de votre valeur, apprendre à écouter vos besoins et cheminer en conscience vers votre authenticité.

Maman solo de 2 enfants à plein temps, j'ai travaillé dans le secteur du social pendant plus de 10 ans. Sensible au bien-être de l'enfant et de la famille, j'ai à coeur de transmettre tout ce qui a permis mon évolution.

Je vous confie mes réussites, mes erreurs, mes joies, mes hauts, mes bas en toute transparence et authenticité afin de pouvoir dépasser cet idéal de perfection que l'on souhaite atteindre souvent inconsciemment, faire baisser la pression et retrouver de la légèreté dans son quotidien.

Apprendre à faire avec ce qui est, prendre soin de soi, s'accepter avec ses plus et ses moins, comprendre son fonctionnement et ses émotions sont les axes de travail de mes accompagnements.

*Formée à la parentalité bienveillante et créative, aux outils de la communication non violente, de l'art-thérapie, de l'écoute active, de l'animation d'ateliers à visée philosophique pour enfants et des soins énergétiques, voici un descriptif de mon accompagnement :*

### Ateliers de groupe

Pour une **parentalité** consciente et authentique  
Pour l'estime de soi des **jeunes**  
Pour le lien du **féminin**

### Ateliers en milieu scolaire

Ateliers de confiance en soi, de gestion du stress et des émotions  
Ateliers philo pour élargir sa pensée

### Soins et massages énergétiques

Espace de détente et de relaxation pour libérer les tensions par imposition des mains ou par modelage du corps

### Rendez-vous individuels

Consultation personnalisée en fonction de votre demande et de vos besoins



07 85 49 67 94  
rerat.virginie@gmail.com

13 rue du Moulin à Vent  
11200 Thézan des Corbières



N° Siret : 853 992 634 000 16