



# PROGRAMME FORMATION DANSE THÉRAPIE NIVEAU 2 PER SE NOTA<sup>©</sup>

Formation certifiée par :



Formation Per se Nota - Association Para La Salsa - SIRET : 45289898400011 - Déclaration  
d'activité enregistrée sous le numéro : 117 551 329 75 Cet enregistrement ne vaut pas  
agrément de l'Etat



Per se Nota, espace de bien-être  
Para la Salsa, école de danse

proposent

des formations de professeurs  
de  
danse thérapie

# SOMMAIRE

<b>Sommaire</b>	<b>3</b>
<b>Qui sommes-nous ?</b>	<b>4</b>
<b>La formation Danse thérapie Niveau 2</b>	<b>7</b>
<b>Per se nota©</b>	<b>7</b>
Les objectifs pédagogiques de la formation	7
L'évaluation de la formation	8
Déroulé de la formation	8
<b>Les modalités pédagogiques</b>	<b>10</b>
#Module 1 : Métis'Danse©	10
#Module 2 : Energie & Danse	11
#Module 3 : Techniques & Danse thérapie	12
#Module 4 : Yoga & Thérapie	13
#Module 5 : Huiles essentielles & Thérapie	14
#Module 6 : Création d'entreprise	15
<b>Devenir professionnel</b>	<b>17</b>
Pratiquer le métier de professeur de danse thérapie	17
Des horaires de travail flexibles	17
Les cours	17
<b>Les avis sur la formation Per se Nota©</b>	<b>18</b>
<b>Nos partenaires</b>	<b>21</b>
<b>Inscription</b>	<b>22</b>
<b>Tarifs</b>	<b>22</b>
<b>Contact</b>	<b>23</b>

# QUI SOMMES-NOUS ?

"Explorez votre monde intérieur par le mouvement et la respiration"

**Para la Salsa** est une école de danse, fondée par Pascale Saly-Giocanti en 2001. Aujourd'hui, Para la Salsa, c'est **40 heures par semaine** de cours et d'activités autour de la **danse & du bien-être** accessibles à tous, petits et grands, débutants et initiés, au coeur de Paris dans les 5ème et 14ème arrondissements.

**Pascale Saly-Giocanti**, directrice de l'école et de l'espace bien-être Per se Nota, est diplômée d'état en Modern Jazz, coach en thérapies psycho-corporelles et formatrice en danse et relaxation. Entourée de son équipe de professeurs, Pascale Saly Giocanti, transmet sa passion de la danse et de la relaxation avec **bienveillance dans une ambiance conviviale**.

Désireuse de transmettre sa philosophie et ses savoirs au-delà de ses élèves, elle a développé au sein de l'école, des formations mêlant la danse et la relaxation. Centre agréé de formation, l'école de danse Para la Salsa vous accompagne tout au long de vos formations de danse & bien-être.

**Soyez le créateur de votre vie !**





## NOTRE EQUIPE

Pascale



**PASCALE SALY GIOCANTI - DIRECTRICE  
ET FORMATRICE CHEZ PER SE NOTA©**

Diplômée d'état en Modern Jazz, Pascale anime les cours de danse pour enfants, adultes et seniors. Elle a créé le concept Métis'Danse, une danse multiculturelle autour de 7 pays...

Formatrice en danse et relaxation, elle partage ses savoir-faire et ses valeurs au sein de la formation Per se Nota© pour vous transmettre des outils pédagogiques clés en main dans le but de réaliser votre projet professionnel et personnel.

Coach en thérapies psycho-corporelles, elle vous accompagne dans votre développement personnel et vous transmet son savoir-faire pour aider les autres à se sentir mieux.

Laetitia



**LAETITIA TRIGORY - DIRECTRICE  
ADMINISTRATIVE & FINANCIÈRE DE PER  
SE NOTA©**

Depuis 2010, elle revient à sa passion qu'est la danse. Elève de Pascale dans les cours de danse thérapie, elle s'implique de plus en plus et intègre la formation continue Per se Nota©

Passionnée par la danse et le développement personnel, elle s'engage auprès de l'association bénévolement puis décide de quitter le monde pharmaceutique pour devenir salariée de Para la Salsa à temps complet

Dorénavant, Laëtitia dispense des cours au sein de Para la Salsa et apprend progressivement à devenir formatrice Per se Nota©. Associant ses compétences de pharmacienne, danseuse, professeur, elle dispense les modules d'anatomie dans la formation.

## FORMATION DANSE THÉRAPIE NIVEAU 2

Voici l'équipe de nos formateurs, professeurs de danse, maître Reiki, consultants, professeurs de yoga , danse classique, urbaine et contemporaine, kizomba et danse africaine



# LA FORMATION DANSE THÉRAPIE NIVEAU 2

PER SE NOTA<sup>©</sup>

## Les objectifs pédagogiques de la formation

### *Compétences professionnelles visées :*

- ✓ Approfondir ses connaissances en danse thérapie
- ✓ Développer sa maîtrise du Métis'Danse<sup>®</sup>
- ✓ Renforcer ses acquis techniques en danse
- ✓ Intégrer de nouveaux outils à sa pratique : Reiki, décodage biologique, Yoga thérapie
- ✓ Connaître les démarches de création d'entreprise

### *Public visé :*

- ✓ Passionné de danse et de développement personnel
- ✓ Toute personne souhaitant renforcer ses connaissances en danse thérapie
- ✓ Professeur de danse thérapie désirant élargir son panel d'outils

### *Pré-requis :*

Un entretien avec un professeur du centre et un certificat médical de non contre indication à la pratique d'activités sportives sont requis et participation à un cours de danse thérapie. Élève en cours ou ayant validé le niveau 1 de la formation de danse thérapie selon la méthode Per se Nota<sup>©</sup> après avis de la direction.



## L'évaluation de la formation

La validation de la formation repose sur la mise en pratique d'un cours de danse thérapie.

L'examen final aura lieu sur une journée, au mois de juin.

Lors de cet examen, le stagiaire devra satisfaire aux conditions suivantes :

- Examen oral visant à évaluer les connaissances théoriques de l'élève : cet entretien durera 15 min, sera composé de questions théoriques et pratiques entre l'élève et le corps enseignant.
- Réalisation d'un cours de danse thérapie auprès d'élèves de l'école de danse Para la Salsa, d'une durée de 20 min.

La validation à l'examen nécessite l'obtention d'une note minimale de 10/20.

Si la note se situe entre 8 et 10/20, l'élève se verra proposer une session de rattrapage lors d'une session ultérieure.

Si la note se situe en dessous de 8/20, l'élève se verra proposer de participer uniquement à l'examen final de l'année suivante, moyennant une somme de 150€ correspondant aux frais d'inscription et de dossier.

Sur cette base, il vous sera délivré un certificat du conseil international de la danse (CID), partenaire de l'UNESCO.



## Déroulé de la formation

### **Durée de la formation**

*200 heures de formation réparties en :*

⇒ 137h de modules, de 2 à 5 jours soit de 14h à 30h

⇒ 63 heures de cours pratiques au sein de l'école de danse (cours au choix) :

2 abonnements offerts

Cette formation démarre en septembre pour rejoindre les cours choisis. Les modules débutent en octobre. Possibilité d'inscription jusqu'à la veille de la première semaine de modules de formation.



# LES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

## #MODULE 1 : MÉTIS'DANSE<sup>©</sup>

### Module de 5 jours

Intervenants : Armand Njapou, Tatiana Rougeaud et Pascale Saly-Giocanti

#### *Objectifs visés :*

- ✓ Perfectionnement dans les danses du Métis'danse<sup>©</sup>
- ✓ Danses et chakras
- ✓ Salsa thérapie
- ✓ kizomba thérapie
- ✓ Comprendre l'énergie véhiculée par les danses

#### *Modalités pédagogiques et outils :*

- ✓ Spécificité des danses
- ✓ Histoires et cultures des danses
- ✓ Modalités d'un cours de métis'danse<sup>©</sup>
- ✓ Cercle de paroles



# #MODULE 2 : ENERGIE & DANSE

## Module de 5 jours

Intervenants : Sylvie Margat et Pascale Saly-Giocanti

### *Objectifs visés :*

- ✓ Découvrir le Reiki et affiner sa pratique du soin énergétique.
- ✓ Savoir lier Reiki et danse thérapie
- ✓ S'initier au décodage biologique
- ✓ l'intégrer à la pratique dans la danse thérapie

### *Modalités pédagogiques et outils :*

- ✓ Découverte du Reiki et du décodage biologique
- ✓ Harmonisation, soins
- ✓ Danse thérapie
- ✓ Méditation
- ✓ Cercle de paroles
- ✓ Supports, Exercices



# #MODULE 3 : TECHNIQUES & DANSE THÉRAPIE

## Module de 2 jours

Intervenants : Lucie Dupin, Julie Gachet et Laetitia Trigory

### *Objectifs visés :*

- ✓ Acquérir les bases techniques en danse
- ✓ Intégrer les techniques de la danse dans un cours de danse thérapie
- ✓ Apprendre à diriger un atelier chorégraphique

### *Modalités pédagogiques et outils :*

- ✓ Cours techniques en danse classique, jazz, contemporain
- ✓ Atelier chorégraphique
- ✓ Création chorégraphique en danse thérapie





# #MODULE 4 : YOGA & THÉRAPIE

## Module de 3 jours

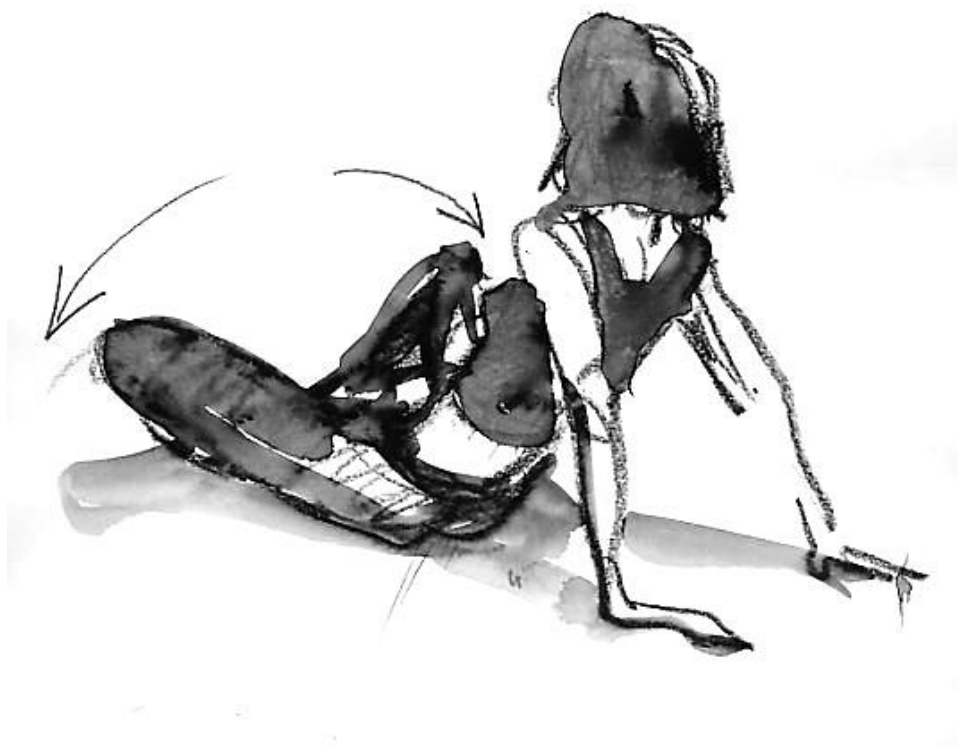
Intervenants : Emelyne Humez et Pascale Saly-Giocanti

### *Objectifs visés :*

- ✓ Découvrir les différents types de yoga
- ✓ Utiliser le yoga dans la danse thérapie
- ✓ Dispenser une séance de yoga thérapie

### *Modalités pédagogiques et outils :*

- ✓ Yoga : Yin yoga, Hatha yoga...
- ✓ Yoga dansé
- ✓ Danse thérapie



# #MODULE 5 : HUILES ESSENTIELLES & THÉRAPIE

## Module de 4 jours

Intervenants : Pascale Saly-Giocanti & Laetitia Trigory

### *Objectifs visés :*

- ✓ Acquérir les bases en aromathérapie
- ✓ Intégrer les huiles essentielles dans un cours de danse thérapie et de relaxation
- ✓ Connaître les précautions d'utilisation

### *Modalités pédagogiques et outils :*

- ✓ Présentation et propriétés des huiles essentielles
- ✓ Utilisation en danse thérapie
- ✓ Utilisation en relaxation
- ✓ Création chorégraphique en danse thérapie en association à l'aromathérapie



# #MODULE 6 : CRÉATION D'ENTREPRISE

## Module de 2 jours

Intervenant : Anton Amadiou

### *Objectifs visés :*

- ✓ Connaître les différents statuts
- ✓ Modalités administratives

### *Modalités pédagogiques et outils :*

- ✓ Supports
- ✓ Exercices
- ✓ Discussion



## Cours pratiques

Dans le cadre de la formation Niveau 2 de danse thérapie Per se Nota<sup>®</sup>, deux abonnements à l'année vous sont offerts pour participer aux cours de l'école de danse Para la Salsa, soit 63 heures de pratique. Vous choisissez les cours parmi danse, yoga, méditation...

## Les moyens pédagogiques

La formation se déroule de septembre à juin (10 mois) pour les cours pratiques et d'octobre à février pour les modules.

Les modules ont lieu dans les locaux de l'école (sous réserve de modifications).



# DEVENIR PROFESSIONNEL

## Pratiquer le métier de professeur de danse thérapie

- Dans le cadre d'une association sportive existante (307 000 associations sportives en France)
- Dans une école de danse ou un club de sport
- Dans des écoles publiques ou privées, intervenir sur le temps périscolaire
- Dans les maisons de retraite, dispenser des cours de relaxation et de danse (+ de 10 000 maisons de retraite en France)
- Dans les entreprises, intervenir en tant que relaxologue ou professeur de danse thérapie
- A son compte, animer des séances collectives ou des cours particuliers de danse thérapie et relaxation

## Des horaires de travail flexibles

- Dans la journée pour un public senior et certains adultes
- A partir de 15h jusqu'à 18h30 pour un public enfants
- A partir de 19h jusqu'à 22h30 pour un public adultes

## Les cours

Avec cette formation, voici la liste des cours collectifs que vous pourrez dispenser:

- Cours de danse thérapie (enfants, adultes et seniors)
- Cours de métis'danse (enfants, adultes et seniors)
- Ateliers dirigés
- Yoga dansé et bien d'autres...



# LES AVIS SUR LA FORMATION PER SE NOTA<sup>©</sup>

*Quelle énergie ! Merci Para la Salsa. Enfin un moment où je peux me libérer physiquement et émotionnellement !*

*Comme aux césars, il y a bien évidemment quelques petits prix à remettre. J'ai nommé Pascale dans la catégorie meilleure écoute et positivité. Lorsque je sors de la salle, je me sens vivante et j'ose sourire ! J'ai nommé Nancy pour son dynamisme et sa pédagogie ! Merci Nancy de partager ta passion avec autant d'entrain !*

*Danser me remplit de bonheur, je ressors tous les mardis avec des étoiles plein les yeux.*

**Raphaëlle Vennat, Kinésithérapeute (Stagiaire de la formation continue  
2018-2020)**



*La boîte à outils est effectivement en nous. Il « suffit » simplement d'en avoir la clé pour l'ouvrir et en faire sortir des trésors. Trésors de ressources, de chemins, de découvertes. Mais en détenir la clé n'est pas aussi simple. Heureusement que des Guides sont là pour nous montrer la voie, nous permettre d'accéder à ce bonheur, à cette sensation de pouvoir soulever des montagnes, que rien ne peut nous abattre. Au contraire, chaque événement, chaque joie, chaque problème, nous grandit et nous renforce dans notre lien à nous mêmes et aux autres, et même, nous libère des entraves que nous nous imposons.*

*Cet atelier, je l'avoue, a débuté difficilement à cause de mes peurs, de mes barrières mentales. Mais, grâce à la confiance que j'ai en Pascale, à sa bienveillance et son aptitude à guider, à me « ramener » du lointain des ténèbres dans lesquelles je m'enfuis parfois, grâce à l'envie de passer du temps avec ce groupe de déesses magnifiques, tout cela m'a poussée à revenir.*

*Et grand bien m'a pris ce matin là. Parce que je me suis droguée. Littéralement. Drogée à la danse, droguée à la liberté, aux rires, au bien-être intérieur, à l'amour qui règne toujours en compagnie des autres âmes danseuses rieuses bienveillantes. Ma boîte à outils, c'est moi. J'ai envie de rire, je ris, de pleurer, je pleure, de danser, je danse ! Je n'ai qu'une envie : retourner me droguer, encore. Envie et surtout besoin de ressentir cet état d'euphorie, de sérénité, d'exaltation et de danser. Oh oui ! Danser chaque heure, minute et seconde de ma nouvelle vie. Danser ce réveil, danser pour ne pas perdre la clé de la petite boîte, danser pour transmettre ce bien-être à chacun comme moi je l'ai reçu, danser pour donner toute la chaleur de mon âme s'éveillant.*

*Ces ateliers sont magiques, parce qu'il faut y goûter pour le croire. Le mot « merci » est insuffisant mais je n'en ai pas d'autres. Merci Pascale !*

**Laetitia Trigory (Stage Ma boîte à outils, c'est Moi ! - Juin 2019)**

*La danse thérapie, c'est une histoire de rencontres.*

*...Une rencontre avec une femme, Pascale, dont j'ai ressenti tout de suite l'aura et avec laquelle j'avais envie de partager un bout de chemin. Cette intuition a été si juste! J'étais prête pour un voyage intérieur et tu as été un guide bienveillant, joyeux et libérateur.*

*...Une rencontre avec un groupe de belles âmes, qui comme moi, se sont retrouvées sur ce chemin d'aventures qu'est la danse thérapie. Ensemble nous avons voyagé. Et quel voyage!*

*Nous avons traversé nos tempêtes intérieures, avons partagé nos soleils réconfortants, nous sommes nourrit du fruit de créativité qui jaillissait lors de nos duos, trios et rondes dansées. Nous avons été des chercheurs d'or, et avons trouvé de si belles pépites en chacun de nous. Nous avons affronté ensemble nos déserts de solitude et dansé en communion dans des forêts magiques. Nous avons découvert de nouvelles terres qui étaient en nous, tels des apprentis explorateurs et la danse a été notre voilier. Elle nous a emmenés aux quatre coins de notre monde intérieur et aux 4 coins de notre planète grâce aux rythmes du monde. Nous avons découvert des failles, des volcans, des océans de profondeur, des fontaines, des Arcs en ciel et tant d'autres trésors. Nous avons transformé nos gravats de peines en diamants d'amour. Merci donc à mes compagnons de voyage.*

*... Une rencontre avec moi même. La danse thérapie m'a donné le courage de m'écouter. Avec le corps ça été plus doux qu'à travers mon mental. Mon corps a su trouvé les mots justes.*

*Merci Pascale, merci à vous, merci à moi-même*

*Ah oui j'oubliais : la danse thérapie sera aussi pour moi une rencontre avec mes futurs élèves que j'ai hâte de découvrir et d'accompagner*

**Vanessa Soualle, Formation continue 2019 - 2021**





# NOS PARTENAIRES

- Certificat de qualité Pôle emploi
- Fondation Casip-Cojasor (aide aux personnes âgées et en difficulté ouverte depuis plus de 200 ans)
- Association sportive de l'institut Curie (Recherche clinique et fondamentale dédiée à la lutte contre le cancer)
- Mairie du 5ème et 14ème
- Ecoles publiques (St Jacques)



Illustrations



# INSCRIPTION

Lors de votre inscription, vous serez :

- Convié(e) à réaliser un **entretien téléphonique** pour faire un point sur votre parcours professionnel et personnel et votre projet professionnel
- Accompagné(e) dans la **démarche de financement**

# TARIFS

3600€ payable en plusieurs fois (jusqu'à 10 fois).

Possibilité de prise en charge financière par différentes structures (CPF, Pôle emploi, FIF PL, AFDAS...)

Un acompte de 800€ vous sera demandé au moment de l'inscription.

# CONTACT



PER SE NOTA : ESPACE DE BIEN-ÊTRE ET DE FORMATIONS

**persenota.com**

**contact@persenota.com**

**06 64 32 02 90**



PARA LA SALSA : ECOLE DE DANSE & CENTRE DE FORMATION AGRÉÉ

**20 bd Saint Germain 75005 Paris**

**paralasalsa@gmail.com**

**06 64 32 02 90**



Paralasalsa Ecole de Danse  
Per se Nota



@paralasalsa  
@perse\_nota



Paralasalsa Danse  
Paralasalsa danse et  
yoga en ligne  
Per se Nota

Formation Per se Nota - Association Para La Salsa - SIRET : 45289898400011 - Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro : 117 551 329 75 Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat