



Programme

Per se Nota® Danse thérapie



Formation et Ateliers DÉCOUVERTE

3	Qui sommes-nous ?	27	Les ateliers découverte
7	Notre approche	28	Nos tarifs
8	Les modules pédagogiques	29	Les avis
24	Les objectifs par thème	31	Nos partenaires
26	La formation découverte	32	Informations générales

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

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, ce sont des séances de danse thérapie pour les adultes & des cours de danse axés bien-être pour les petits et seniors, débutants et initiés, au coeur de Paris dans le 5ème arrondissement.

Pascale Saly-Giocanti, directrice de l'école et de l'espace bien-être Per se Nota, est diplômée d'état en Modern Jazz. Elle est également formée en psychologie à la Maïeustésie. Elle est thérapeute psychocorporel depuis quelques années. En 2016, elle construit la formation de danse thérapie Per se Nota©. Elle crée ainsi un nouveau courant où la danse est au coeur du processus de formation en danse thérapie. Elle y intègre également la relaxation.

Pascale est accompagnée d'une équipe de danse thérapeutes certifiés dans le centre agréé de formation Per se Nota© et dans l'école de danse Para la Salsa.

Aujourd'hui elle propose des formations mêlant la danse, la relaxation, la psychologie, le yoga et le développement personnel.

Elle partage ses compétences de danse thérapie

autour de quatre grands axes :

danse, créativité, pédagogie et thérapie.

Pascale et son équipe ont à

coeur de vous

accompagner tout au

long de votre

formation de danse

thérapie et bien-être.



Soyez le créateur
de votre vie !

notre équipe

4



Pascale Saly-Giocanti

Fondatrice et formatrice chez
Per se Nota - référente
pédagogique

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



Joëlle Hottlet

Collaboratrice pédagogique
et administrative

Collaboratrice de Per se Nota, Joëlle vous accompagne avec Pascale tout au long de cette formation sur les questions pédagogiques et administratives de la formation.

Professeur de danse thérapie, elle a suivi la formation Per se Nota auprès de Pascale Saly-Giocanti et elle dispense des cours au sein de Para la Salsa. Soucieuse du bien-être des gens, et après 20 ans en tant que pharmacienne, elle se forme en yoga et en danse avant de rejoindre l'équipe de Per se Nota© et consacrer son temps à aider les personnes grâce à la danse et au développement personnel.



Anton Amadiou

Référent handicap et
consultant formation pour Per
Se Nota

Passionné de danse, directeur d'école de danse, spécialiste des organismes de formation et formateur certifié SIPCA.

Consultant-formateur chez HALLIANTIS RH, Anton est en charge du développement de la formation chez Per Se Nota et est notre **Référent handicap**. Il intervient sur les domaines de la qualité, les financements, l'amélioration des processus dédiés à la formation pour rendre la formation toujours plus efficace, reconnue et accessible.



antonamadiou@gmail.com



06 50 81 08 20



Anne Rasquin

Formatrice module
psychologie

Son approche thérapeutique est diversifiée et moderne, basée sur des courants analytiques traditionnels et des approches plus récentes, telles que la thérapie existentielle de Irvin Yalom, la thérapie des schémas, la psychotraumatologie et la Gestalt-thérapie. Elle travaille autant dans le présent que dans l'exploration de l'histoire du patient, avec des outils intégratifs adaptés à chaque demande. Sa posture est active et engageante, visant à l'autonomisation du patient et à une efficacité thérapeutique maximale.

Les thèmes

Danse

thérapie

Métis'danse

Créativité

Relaxation

Pédagogie

Sacre



Thèmes

Danse

Kinésiologie - Je me connecte
à mon corps J1&2
Construire sa posture
L'autre mon miroir J2
Bases techniques de la
danse

thérapie

Cadre, danse et assertivité
Je m'aime je respire... Je
m'aime je danse J1&2
Communication non verbale
Danse & psychologie

Métis'danse®

Dances du monde
J1&2
Musicalité
Dances latines
J1&2

Créativité

Le collectif & la danse thérapie
Posture du pédagogue
L'autre mon miroir J1
Développer sa créativité
Dev perso & danse J1

modules

Pédagogie

Se lancer dans le métier
Les niveaux et la progression
Public enfants
Public jeunes
Public seniors

Sacré

Dev perso & danse J2
Ma boîte à outils c'est moi
J1&2
Philosophie du yoga &
Yoga dansé J1&2

Relaxation

Base de l'anatomie
J1&2
Méditation dansée
Être soi - La
relaxation J1&2

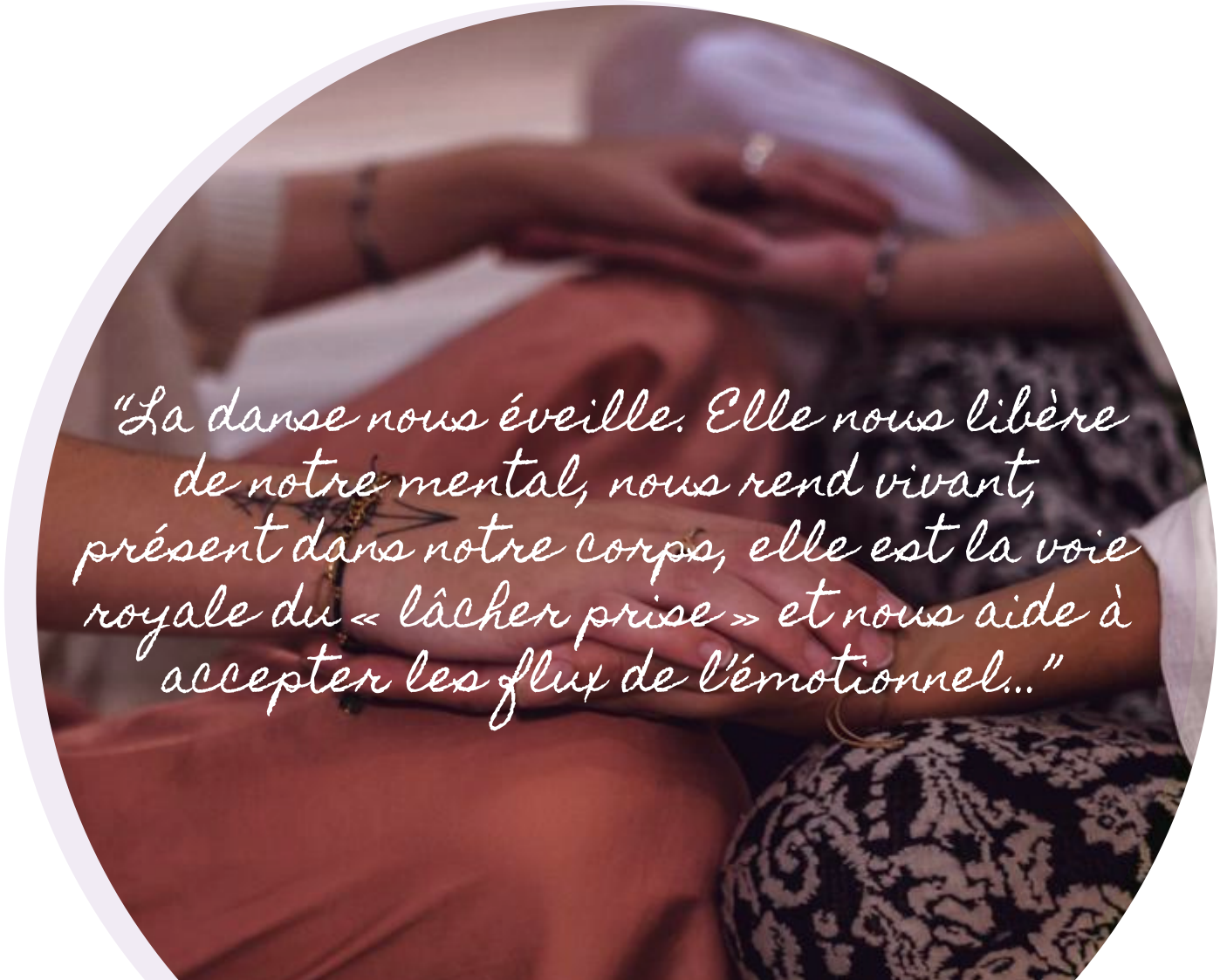


Les modules

La formation complète de danse thérapie Per se Nota est composée de 7 thèmes contenant chacun 5 journées de formations sous forme de modules pédagogiques.

Chaque module a un contenu spécifique détaillé dans les prochaines pages.

Pour avoir accès à l'examen et la certification et pouvoir animer des séances de danse thérapie, il est nécessaire de faire tous les modules.



"La danse nous éveille. Elle nous libère de notre mental, nous rend vivant, présent dans notre corps, elle est la voie royale du « lâcher prise » et nous aide à accepter les flux de l'émotionnel..."

Créativité

L'objectif est de développer sa créativité par le biais de pratiques d'expressions corporelles et émotionnelles. Vous allez déployer votre potentiel de créativité et vous initier à la relation thérapeutique.

module 20

Le collectif et la danse thérapie

Objectifs visés :

- Etre à l'écoute de soi et des autres
- Etre en mesure d'accueillir un groupe de 2 à 15 personnes
- Savoir prendre des initiatives
- Développer l'autonomie chez chacun, sa créativité, son sens de la rigueur
- Définir le cadre et les règles
- Créer des mouvement à partir de ses émotions

Modalités pédagogiques et outils :

- Danse
- Développement personnel
- Jeux de rôles
- Relaxation
- danse en groupe
- danse en cercle

module 12

La posture du pédagogue

Objectifs visés :

- S'initier aux différentes pratiques de la pédagogie
- Adapter son enseignement à différents publics
- Etre à l'écoute des besoins des élèves.

Modalités pédagogiques et outils :

- Jeux de rôle
- Improvisation guidée
- Travail sur le mental et la psychologie des différents profils d'élève
- Se sentir légitime

module 5-1

L'autre mon miroir

Objectifs visés :

- prendre conscience des mouvements de l'autre comme vecteur de connaissance de soi
- explorer ses émotions en miroir avec l'autre
- améliorer ses compétences sociales

Modalités pédagogiques et outils :

- méditation guidée
- danse thérapie
- jeux de rôle
- art thérapie
- danses à deux

module 21

Développer sa créativité en tant que pédagogue et thérapeute

Objectifs visés :

- Être en mesure d'être en de développer sa créativité
- S'adapter aux diverses situations ainsi qu'aux demandes des élèves
- Savoir s'inspirer des éléments du monde extérieur pour créer

Modalités pédagogiques et outils :

- Improvisation guidée
- Exercices d'imagination
- art thérapie
- Mise en situation
- Chorégraphie

module 8-1

Développement personnel et Danse

Objectifs visés :

- comprendre le lien entre la danse et la thérapie
- aborder des techniques de développement personnel
- les transformer en exercices de danse
- s'initier à l'art thérapie

Modalités pédagogiques et outils :

- l'histoire de la danse thérapie
- l'histoire de l'art thérapie
- la danse moderne
- l'improvisation guidée

Danse

Ce thème permet de se familiariser avec les différents potentiels de la danse: des techniques d'échauffement et des pratiques seul, à deux ou plusieurs pour l'exploration. Vous allez également approfondir votre proprioception à travers le mouvement libre dans le corps, l'espace, le temps et la kinésiologie.

module 1-1

Proprioception : je me connecte à mon corps

Objectifs visés :

- développer sa coordination et sa motricité
- identifier des blocages physiques
- réduire le stress et les tensions corporelles
- développer la fluidité corporelle

Modalités pédagogiques et outils :

- physiologie du mouvement (gestuelle et posturale)
- méditation guidée
- improvisation de danse guidée
- cours technique de danse
- yoga dansé
- étirement à deux

module 1-2

Proprioception : je me connecte à mon corps

Objectifs visés :

- développer sa proprioception
- savoir lire et corriger une posture
- prendre conscience des blocages dans le corps
- apprendre à délier les tensions physiques par le mouvement et la respiration
- comprendre le placement (axe gravitaire, transfert de poids)
- lecture de posture

Modalités pédagogiques et outils :

- physiologie du mouvement (gestuelle et posturale)
- méditation guidée
- improvisation de danse guidée
- cours technique de danse
- yoga dansé
- étirement à deux

module 11

Construire sa posture

Objectifs visés :

- Savoir ressentir son corps
- Apprendre à s'auto analyser
- Apprendre à s'auto corriger
- Corriger un élève
- Etablir le lien entre posture physique et psychologique

Modalités pédagogiques et outils :

- Décliner les différentes approches de la kinésiologie
- Intégrer des outils de la méthode Feldenkrais
- Intégrer des outils de la méthode Alexander
- Intégrer des techniques de construction posturale avec la chaise

module 51

L'autre mon miroir

Objectifs visés :

- développer l'espace de soi
- développer son authenticité face à l'autre ou aux autres
- intégrer des compétences du lien entre le corps et l'esprit

Modalités pédagogiques et outils :

- méditation guidée
- danse thérapie
- jeux de rôle
- art thérapie
- danses à deux

module 10

Les bases technique de la danse moderne

Objectifs visés :

- Comprendre les bases de la danse moderne
- Acquérir la technique nécessaire
- Trouver le lien entre mouvement technique et la danse libre
- développer la concentration
- Construire sa musculature
- Construire le corps de ses élèves

Modalités pédagogiques et outils :

- L'histoire de la danse moderne
- Intégrer la technique dans la danse libre
- Les ponts entre la technique et la danse thérapie
- Métis'danse©

Thérapie

Elle est appréhendée comme approche fondamentale dans le lien corps-esprit. Vous allez vous initier à différentes approches et protocoles thérapeutiques pour les mettre en "corps". Le cadre thérapeutique sera également au coeur des apprentissages

module 19

Cadre, Danse et Assertivité

Objectifs visés :

- Apprendre à poser un cadre et poser le cadre de la formation
- Gestion de la cohésion du groupe
- Savoir instaurer une distance entre ce qu'on est dans notre vie personnelle et ce qu'on montre dans notre vie professionnelle

Modalités pédagogiques et outils :

- Pleine conscience
- Découvrir les différentes approches du développement personnel : la trame, la sophrologie

module 3-1

Gestion des émotions : Je m'aime, je respire... je m'aime, je danse...

Objectifs visés :

- explorer différents types de respiration pour développer la conscience de soi
- libérer les émotions à travers le mouvement
- explorer sa vulnérabilité seul(e) et avec les autres
- rencontrer plusieurs espaces en soi

Modalités pédagogiques et outils :

- exercices de respiration
- méditation guidée
- approche de la méditation dynamique
- approche de la méditation d'osho à travers la danse
- art thérapie

module 3-2

Gestion des émotions : Je m'aime, je respire... je m'aime, je danse...

Objectifs visés :

- développer la confiance envers soi et les autres
- développer la bienveillance et l'amour de soi
- s'initier aux pratiques de la danse thérapie en traversant tout un pannel d'émotions
- améliorer son vocabulaire émotionnel

Modalités pédagogiques et outils :

- exercices de respiration
- méditation guidée
- approche de la méditation dynamique
- approche de la méditation d'osho à travers la danse
- art thérapie

module 18

La communication non verbale

Objectifs visés :

- Réussir à lâcher prise
- Développer le processus de guérison à travers la créativité
- Savoir communiquer par le mouvement
- Acquérir la pensée positive et être en capacité de la transmettre

Modalités pédagogiques et outils :

- Méditation guidée
- Danse thérapie
- Art thérapie : écriture automatique, dessins et arts plastiques

module 13

Danse & Psychologie

Objectifs visés :

- Se familiariser avec les différents courants de la psychologie
- Établir un lien entre psyché et les outils de danse
- Se familiariser avec les concepts de Jung et de la maieustésie

Modalités pédagogiques et outils :

- Mettre en mouvement les différents archétypes
- Créer le lien les contrastes en danse et les polarités
- Décliner des pratiques de danse autour de l'inconscient collectifs

Relaxation

En danse thérapie, il est nécessaire d'alterner des temps de mouvements et des temps de conscientisation. Ce thème vous invite à vous initier à différentes techniques de conscience modifiée à travers la méditation et la relaxation. Vous allez ainsi développer et décliner différentes approches de guidance.

module 2-1

Les bases de l'anatomie et analyse du mouvement

Objectifs visés :

- Visualiser et comprendre la structure du corps, son squelette
- Exploration du système musculaire et articulations
- Schéma corporel et proprioception

Modalités pédagogiques et outils :

- la kinésiologie
- la physiologie
- le yoga dansé
- la relaxation
- analyse du mouvement dansé
- mise en situation de pédagogue

module 2-2

Les bases de l'anatomie et analyse du mouvement

Objectifs visés :

- s'initier à la physiologie : cellule, tissu, organe
- Exploration du système respiratoire et cardio vasculaire
- Analyse du mouvement dansé
- Proprioception et les 5 sens

Modalités pédagogiques et outils :

- la kinésiologie
- la physiologie
- le yoga dansé
- la danse thérapie
- analyse du mouvement dansé
- mise en situation de pédagogue

module 23

Méditation dansée by Per se Nota ©

Objectifs visés :

- Découvrir le concept de méditation dansée par Per se Nota ©
- S'approprier le concept
- S'initier à donner une séance de méditation dansée

Modalités pédagogiques et outils :

- Développer son imagination
- Improvisation guidée
- Méditation
- Visualisation
- Danse intuitive

module 9-1

Etre soi Les fondamentaux de la relaxation

Objectifs visés :

- écrire une séance de relaxation guidée
- diriger une séance de relaxation guidée
- décliner les façon de construire sa séance

Modalités pédagogiques et outils :

- la méditation guidée
- les diverses techniques et culture
- pleine conscience
- mantra
- sophrologie
- développement personnel

module 9-2

Etre soi Les fondamentaux de la relaxation

Objectifs visés :

- créer du lien entre le cercle de parole et la méditation
- s'initier aux techniques pour mettre les personnes en état de conscience modifiée

Modalités pédagogiques et outils :

- la méditation guidée
- les diverses techniques et culture
- pleine conscience
- mantra
- sophrologie
- développement personnel

Métis'danse©

Ces modules abordent la danse et la danse thérapie sous forme d'un voyage extérieur comme métaphore d'un voyage intérieur. Vous allez vous plonger dans les saveurs du métis'danse© et vivre une expérience culturelle et corporelle très riche.

module 7-1-1

Métis'danse © - danses du monde

Objectifs visés :

- acquérir les bases de 7 styles de danse : danses africaines, orientales, brésiliennes, latines, urbaines, indiennes et flamenco
- développer le lien entre toutes les danses
- Intégrer le concept du Métis'danse© : lien, métissage, voyage

Modalités pédagogiques et outils :

- les 7 styles de danse et leurs spécificités
- les playlist de cours Métis'danse©
- les différentes façons d'aborder le cours
- l'histoire des danses
- la culture des danses

module 7-1-2

Métis'danse © - danses du monde

Objectifs visés :

- découvrir différentes consignes pour diriger les improvisations guidées
- adapter son enseignement à différents publics
- Transmettre l'essence du concept Métis'danse©: un vecteur de cohésion sociale et multigénérationnelle

Modalités pédagogiques et outils :

- les 7 styles de danse et leurs spécificités
- les playlist de cours metis'danse
- les différentes façons d'aborder le cours
- l'histoire des danses
- la culture des danses

module 22

La musicalité

Objectifs visés :

- Savoir écouter
- Savoir utiliser la musique comme moyen de lâcher prise, d'expression de soi
- Etre en mesure d'utiliser la musique pour enrichir son expression corporelle

Modalités pédagogiques et outils :

- Lier rythme et mouvement
- Improvisation guidée
- Ecoute de musique
- Métis danse
- Danse thérapie

module 7-2

Les danses latines

Objectifs visés :

- acquérir les bases des danses latines et brésiliennes
- développer le lien entre ces différentes danses

Modalités pédagogiques et outils :

- les spécificités de chaque danse
- les playlists Métis'danse ©
- les différentes façons d'aborder le cours
- l'histoire des danses

module 7-2

Les danses latines

Objectifs visés :

- acquérir les bases des danses latines et brésiliennes
- développer le lien entre ces différentes danses
- comprendre le lien entre celui qui guide et celui qui se laisse guider avec la position du leader et du lâcher prise

Modalités pédagogiques et outils :

- les spécificités de chaque danse
- les playlists Métis'danse ©
- les différentes façons d'aborder le cours
- l'histoire des danses
- la culture des danses
- metis'danse©, un vecteur de cohésion sociale et multigénérationnelle

Sacré

Le développement personnel et le sacré ouvrent une voie vers la connaissance de soi à travers l'exploration d'archétypes et de symboles. Deux modules sont consacrés à la mise en œuvre de la posture du danse thérapeute avec des évaluations et retours.

module 8-2

Développement personnel et Danse

Objectifs visés :

- comprendre le lien entre la danse et la thérapie
- aborder des techniques de développement personnel
- les transformer en exercices de danse
- s'initier à l'art thérapie

Modalités pédagogiques et outils :

- l'histoire de la danse thérapie
- l'histoire de l'art thérapie
- la danse moderne
- l'improvisation guidée

module 6-1

Ma boîte à outils c'est moi

Objectifs visés :

- acquérir la posture de pédagogue
- développer sa créativité dans l'enseignement
- se positionner en tant que danse thérapeute devant un public
- adapter son enseignement à différents publics

Modalités pédagogiques et outils :

- exercices pédagogiques sous forme d'examen pour se préparer à la certification
- danse thérapie
- jeux de rôle
- yoga dansé

module 4-1

Philosophie du yoga et le yoga dansé

Objectifs visés :

- intégrer des postures du yoga dans des séances de danse et relaxation
- s'initier à la philosophie du yoga

Modalités pédagogiques et outils :

- asanas (postures du yoga)
- mantras (chants)
- méditation
- les postures connues du mudras
- les bases de l'anatomie liées au yoga
- la philosophie du yoga

module 4-2

Philosophie du yoga et le yoga dansé

Objectifs visés :

- créer du lien entre la danse et le yoga
- découvrir les aspects thérapeutiques du yoga

Modalités pédagogiques et outils :

- asanas (postures du yoga)
- mantras (chants)
- méditation
- les postures connues du mudras
- les bases de l'anatomie liées au yoga
- la philosophie du yoga

module 6-2

Ma boîte à outils c'est moi

Objectifs visés :

- acquérir la posture de pédagogue
- développer sa créativité dans l'enseignement
- se positionner en tant que danse thérapeute devant un public
- adapter son enseignement à différents publics

Modalités pédagogiques et outils :

- exercices pédagogiques sous forme d'examen pour se préparer à la certification
- danse thérapie
- jeux de rôle
- yoga dansé

Pédagogie

Ce thème est centré sur le rôle du danse thérapeute qui combine des compétences de pédagogie et thérapie dans les séances collectives. Vous découvrirez l'approche de la danse thérapie pour différents publics ainsi que la notion de progression.

module 24

Se lancer dans le métier

Objectifs visés :

- Apprendre à se vendre
- Réfléchir à son statut
- Savoir rendre attractif le produit à vendre
- Comprendre les enjeux d'un lancement d'activité

Modalités pédagogiques et outils :

- Communication
- Techniques de vente
- marketing
- accompagnement personnalisé

module 17

Les niveaux et la progression dans la danse

Objectifs visés :

- Etre à l'écoute
- Savoir reconnaître une progression
- Comment amener l'élève à dépasser ses limites, le faire avancer vers un objectif, le rendre créateur et le sortir de la posture de celui qui subit

Modalités pédagogiques et outils :

- Méditation guidée
- Danse thérapie
- Métis'danse

module 14

Spécificité du public enfant (4-6 ans)

Objectifs visés :

- Adapter l'enseignement à un public enfant en fonction de l'âge
- Allier danse et relaxation
- Développer sa capacité à proposer des nouvelles consignes adaptées à l'instant présent des enfants

Modalités pédagogiques et outils :

- L'expression corporelle
- Jeux de rôle
- L'expression corporelle : un moyen de canaliser l'énergie
- Relaxation pour enfant
- Métis'danse

module 16

Spécificité du public senior dans le mouvement et la relaxation

Objectifs visés :

- Adapter l'enseignement à un public seniors
- S'imprégner des impératifs corporels et pédagogiques pour ce public
- Allier danse et relaxation
- Apprendre à sortir de leurs peurs
- Savoir utiliser la respiration pour apaiser

Modalités pédagogiques et outils :

- Gym sur chaise, yoga sur chaise, danse sur chaise
- Méditation guidée
- Jeux de rôle
- La chaise comme outil référent de ce public

module 15

Spécificité du public jeune

Objectifs visés :

- Adapter l'enseignement au public
- S'inspirer de leurs choix musicaux et d'eux pour les faire avancer
- Leur donner des éléments techniques pour développer rigueur et concentration
- Développer leur confiance et leur capacité à s'exprimer en tant qu'individu unique

Modalités pédagogiques et outils :

- L'expression corporelle
- jeux de rôle
- Les techniques de base des différentes danses du métis'danse
- Relaxation pour des jeunes adaptées à l'âge



Formation & Ateliers
découverte
de danse thérapie

Per se Nota®

les objectifs pédagogiques par thème

Créativité

- Acquérir des savoirs faire pour développer la créativité dans la danse
- Se familiariser à des outils pour poser un cadre dans une séance de danse libre
- Développez des compétences pédagogiques de bases dans une séance collective
- Se sensibiliser aux outils de développement personnel pour les appliquer à la danse

Danse

- Acquérir des savoirs faire bases techniques pour échauffer le corps dans une séance de danse thérapie
- Acquérir des compétences techniques pour préparer son corps à la danse
- S'enrichir des notions de conscience du corps et de proprioception

Thérapie

- Etre capable de développer des compétences de thérapie en lien avec le mouvement
- S'initier aux différentes approches psychologiques de la danse thérapie
- Acquérir des compétences de lecture en communication non verbale
- S'enrichir des savoirs faire en matière de guidance sur le thème des émotions
- Maîtriser l'art du cercle de parole
- Générer une espace de sécurité dans le cadre de l'accompagnement

Relaxation

- Se familiariser avec des compétences de relaxation pour écrire une méditation guidée
- S'enrichir d'outils appropriés pour diriger une relaxation guidée
- Acquérir des compétences de guidance pour accompagner une séance de relaxation
- Acquérir des outils d'anatomie pour les appliquer à la relaxation

Métis'danse©

- Acquérir des savoirs faire pour accompagner une séance de métis'danse©
- développer des compétences pour aborder les danses latines avec une dimension thérapeutique
- Se familiariser avec des outils thérapeutiques en lien avec les 7 danses du métis'danse©

Sacré

- Etre capable de développer des compétences de thérapie en lien avec le mouvement
- S'initier aux différents archétypes pour les mettre "en corps"
- Découvrir comment se réalise une session de danse thérapie en lien avec des thèmes sacré
- Acquérir des savoirs faire en matière de guidance sur le thème du développement personnel

Pédagogie

- S'initier aux fondamentaux d'un cours de danse enfants
- Se familiariser avec la lecture pour accompagner la progression
- S'initier aux fondamentaux d'une session de relaxation et de métis'danse© pour dispenser une séance à des seniors
- Acquérir des savoirs faire pour un public jeune
- Clôturer une session

Prochaines dates pour chaque thème :
Consulter le planning de FEVRIER 2024

Public visé :

- Toute personne curieuse de découvrir un univers de la danse thérapie
- Toute personne souhaitant approfondir ses connaissances dans un domaine particulier par la danse et la relaxation

Pré-requis

- un questionnaire à remplir
- un entretien téléphonique

Délai d'accessibilité

- 1 journée avant le premier jour du thème choisi
- Dans la limite des places disponibles

Contenu

- 1 thème au choix parmi les 7 proposés

Déroulé

Une partie en présentiel avec :

- 5 jours de formation
- Soit 34 heures de modules pédagogiques par

Une partie en ligne avec un accès partiel à notre bibliothèque Digiforma avec

- Culture générale pour tous
- Culture générale spécifique du thème choisi
- Les modules du thème avec pour chacun : des supports, vidéos, quizz, podcasts...

Prochaines dates pour chaque thème :
Consulter le planning de FEVRIER 2024

Public visé :

- Toute personne curieuse de découvrir un univers de la danse thérapie
- Toute personne souhaitant approfondir ses connaissances dans un domaine particulier par la danse et la relaxation

Pré-requis

- un questionnaire à remplir

Délai d'accessibilité

- 1 journée avant le premier jour du thème choisi
- Dans la limite des places disponibles

Contenu

- Un ou plusieurs modules de 1 jour ou de 2 jours parmi les 24 modules proposés

Déroulé

Une partie en présentiel avec :

- 1 ou plusieurs modules de formation
- 6,5 h ou 7 heures par journée de formation selon les modules

Une partie en ligne avec un accès partiel à notre bibliothèque Digiforma avec

- Culture générale pour tous
- Les modules choisis avec pour chacun : des supports, vidéos, quizz, podcasts...

Prochaines dates pour chaque atelier :
Consulter la colonne A en orangée du planning

Nos Tarifs

Formation Découverte (1 thème)

950 €

Possibilité d'un paiement en 3 fois sans frais

+ 30€
Frais d'adhésion

Atelier 1 jour

200 €

Atelier 2 jours

360 €

Lors de votre première inscription, des frais d'adhésions à l'association de 30€ sont obligatoires



Les avis sur la
formation

Per se nota®

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
(Session Novembre 2018) - Bordeaux

Après 8mois de formation pour devenir professeur de danse thérapie, j'en ressors grandie et plus en accord avec moi même. J'ai vécu cette expérience avec un groupe de femmes extras, en connexion totale. Cette expérience est plus qu'une simple formation, c'est une école de la vie, une école de l'être. Une formation très riche, basée sur l'humain avant tout où Pascale nous partage et nous donne tellement ! De nombreux outils et apprentissages pour créer et partager à travers ce qui nous anime : la danse. Merci.

Emilie Martineau, professeur de gym douce
(Session novembre 2021) - Vendée

La formation de danse thérapie Per Se Nota a été pour moi une expérience puissante et enrichissante aussi bien au niveau professionnel que personnel. La découverte approfondie de nombreux outils (métis danse, kinésiologie, relaxation, yoga dansé, art thérapie, etc) ayant pour but d'étoffer la palette créative du danse thérapeute allée aux fondamentaux de la posture du pédagogue. Mais aussi la rencontre d'élèves, de formateurs et d'autres danse thérapeutes en puissance qui m'a permis d'ouvrir encore davantage mon champs de vision quant à ces merveilleuses clés de guérison. Le tout dans un cadre de bienveillance, de respect et de libre arbitre où nous apprenons à devenir gardiennes de nous mêmes avant de pouvoir être gardienne d'autre personnes en quête de développement personnel et transformation. Une formation unique, crée par Pascale Saly-Giocanti, vivement recommandée ! Qui va bien au delà de la danse.. S'ancre dans l'être et non le faire. Et qui s'ouvre encore davantage l'année prochaine avec une version en ligne accessible aux 4 coins du monde... Gratitude . Abondance . Joie . Conscience . Intuition . Ouverture . Amour . Rayonnement

Marie Polo, Danseuse et actrice
(Session Novembre 2021) - Fontainebleau

J' ai eu la chance de suivre ma formation de danse thérapie et relaxation cette année avec Pascale Saly. Grâce à sa grande expérience de danseuse, de thérapeute et de relaxation, cette formation est très riche en expérience de pratique et de théorie. Pascale et Laetitia installent un climat de grande confiance et nous avons vécu une formation très riche en partage avec d'autres femmes et futurs danseuses thérapeutes. Merci encore infiniment.

Marie Laure Alizard, sophrologue et
diplômée d'Etat en danse contemporaine
(session Novembre 2021)

Nos partenaires

- Certificat de qualité Pôle emploi et Qualiopi
- 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

MAIRIE DE PARIS



pôle emploi



A.S.I.C.
Association Sportive de l'Institut Curie



CASIP-COJASOR
FONDATION 1809



institut
Curie

NEOSILVER

informations pratiques & Contacts

32

accès aux salles

Salle des cours de la formation :

- 8 rue de Bièvre 75005 Paris
station : Maubert Mutualité **10**

Salle des cours de Paralasalsa :

Gymnase Amyot : 3 Rue Amyot 75005 **7**
station : Place Monge



contacts



06 64 32 02 90



formationdansetherapie.com
paralasalsa.com



paralasalsa@gmail.com
contact@persenota.com



Para la Salsa Ecole de Danse
Per Se Nota



Paralasalsa
Per_se_nota



Paralasalsa Danse
Per Se Nota



Pascale Saly



Conseils professeurs danse thérapie
per se nota



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