Per se Nota

formation de danse-thérapie

PER SE NOTA

ÊTRE SOI

Para la Salsa

école de danse

Para La Salsa

École de danse

Sommaire

01 Notre association
02 Nos salles
03 Les activités & publics
04 Aider les autres
05 Les valeurs de Para La Salsa
06 Des formations professionnalisantes
07 La philosophie autour d'un concept
08 L'équipe
09 L'association et sa fondatrice
10 Nos partenaires
11 Nos outils de communication
12 Les témoignages
13 Nos contacts

01

Notre association

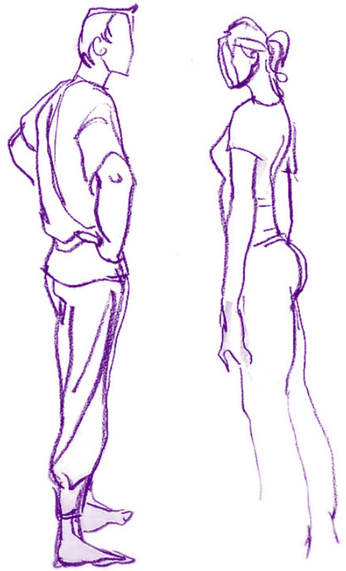
Para la Salsa est une école de danse avec un espace de bien-être pour accueillir enfants, adultes et seniors mais c'est également un centre de formation pour devenir professeur de danse et relaxologue.

une association fondée en **2002**

2 formations **150 & 400h**

des cours pour les seniors **4** cours/semaine

des professeurs de danse, yoga et méditation **5**



des cours pour les enfants **15** cours/semaine

des stagiaires en formation danse et relaxation **15**

des cours pour les adultes **5** cours/semaine

des adhérents de tout âge **150**

02

Nos salles

Para la Salsa est présente dans plusieurs quartiers de la capitale.

Paris 75005

Notre salle :

Salle Bièvre
8 rue de Bièvre

Maison des jeunes St Médard
3 rue du Gril

Gymnase Amyot
3 rue Amyot

Gymnase Polytechique
25 rue de la Montagne St Geneviève

Paris 75012

Association Alors
5 rue Paul Dukas

03

Les activités et publics

Cours hebdomadaires :

Cours modern-jazz/hip-hop
enfants-ados-pré-ados

Cours Danse Thérapie adultes
seniors

Cours Metis'danse adultes
seniors

Cours de Fusion Bellydance
adultes

Cours de Labo danse
adultes

Cours de Creative Yoga
enfants

Cours de méditation
seniors

Cours d'Afro danse
adultes

Cours Méditation dansée
adultes

Ateliers du week-end :

Ancrage

Relaxation

Parent - enfant

J'exprime ma joie

Yin Yoga

et d'autres à venir

Retraites à l'étranger

04

Aider les autres

La danse, tout comme la relaxation et le yoga sont un excellent moyen pour s'apaiser dans son quotidien, se dépasser et avoir confiance en soi.

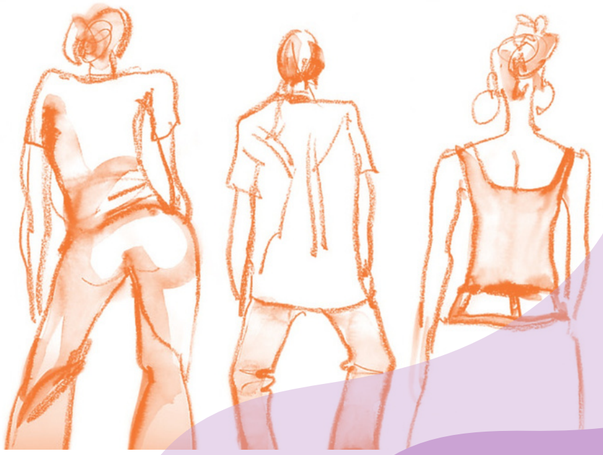
Elle permet de :

- Partager les cultures différentes, éduquer les esprits dans l'idée de l'ouverture,
- Agir sur tous les milieux sociaux,
- Aider les jeunes à s'exprimer avec leur corps, leur permettre de se défouler et de se détendre,
- Permettre aux seniors de voyager dans leur esprit avec la méditation et dans leur corps avec la danse,
- Aider les personnes en difficulté à s'accepter,
- Accompagner des personnes à devenir professeur de danse et/ou relaxologue
- Intervenir dans le milieu hospitalier avec la danse-thérapie

05

Les valeurs de Para la Salsa

- Partager les cultures différentes et ouvrir les esprits à l'idée que le métissage culturel est une force
- Amener chacun à s’affirmer et s'aimer en développant la confiance en soi
- Valoriser le bien-être individuel et collectif,
- Encourager l’expression artistique,
- Transmettre ces valeurs par le biais de la pédagogie positive,
- Développer la confiance en soi pour accompagner de nouveaux projets pédagogiques.

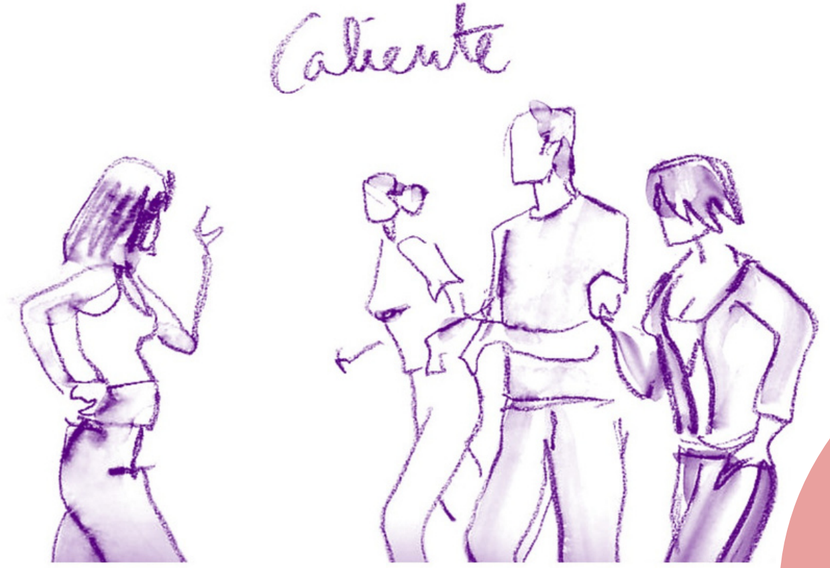


06 Des formations professionnalisantes

Formations de danse thérapie, danse & relaxation Per se Nota certifiées par le CID dirigées par Pascale Saly Giocanti

- une formation pro de 150h destinés aux professionnels de la danse, du yoga

- une formation continue de 400h destinée à tout public :
  - module intensifs : 140h
  - tronc commun : 108h
  - pratique : 90h
  - observation : 60h
  - suivi : 2h



07

La philosophie autour d'un concept

Metis' danse

Le Metis'danse est un concept créé par Pascale Saly qui représente un voyage dans le corps à travers le monde : 7 styles de danses autour des fondamentaux du modern-jazz, de la salsa, de la Samba, du flamenco, des danses africaines, des danses indiennes et urbaines.

Ce concept se décline à travers des cours de metis'danse séniors, adultes et enfants et un module dans les formations.

08

Notre équipe

Des professeures et danse-thérapeutes :

Pascale

Formatrice et fondatrice

Hélène

Démarches administratives

France

Joëlle

Vivianne

Marie

Ivon

Patricia

Charlène

Gwladys

Natasha

Nina

09

L'association et sa fondatrice

Professeure de danse, directrice pédagogique et fondatrice de l'école de danse Para la Salsa, Pascale Saly-Giocanti s'est toujours sentie attirée et fascinée par la diversité artistique liée à l'histoire des différentes régions du monde : danses, musiques, histoires et énergies. C'est dans cet état d'esprit qu'elle décide de partir à l'étranger et vivre en immersion cet expérience multi-culturelles. Elle va danser et chorégraphier des spectacles pendant dix ans en Côte d'Ivoire, au Maroc, en Espagne (Formation aux danses latines et au flamenco à Madrid et Malaga), à Cuba, aux États-Unis, au Népal et en Thaïlande. Chargée de tout ce patrimoine artistique, à son retour, elle obtient un diplôme d'état de modern-jazz en 2002 durant lequel elle s'initie à la kinésiologie et à l'analyse du mouvement dansé. Elle découvre à quel point la lecture d'une posture de corps reflète le caractère profond de l'être et cet expérience l'amène vers le développement personnel et la méditation.

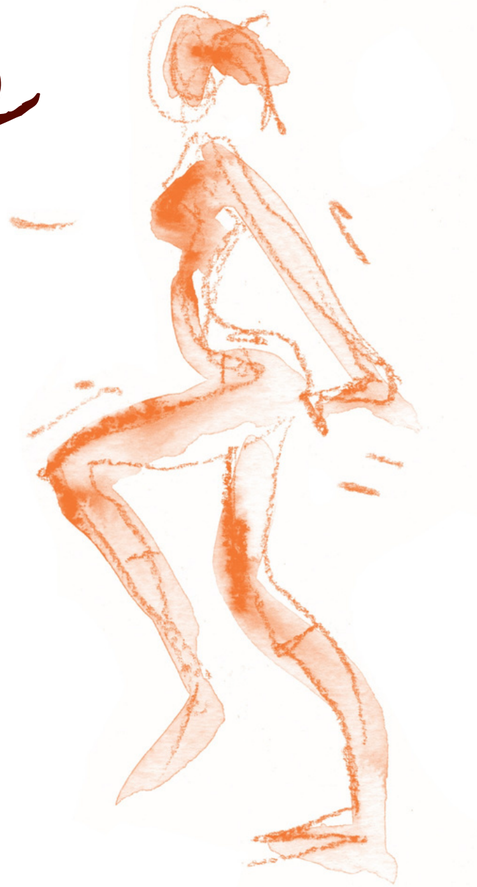
En 2002, Pascale ouvre son école de danse Para la salsa avec une approche unique où on apprend aux enfants et aux adultes à exprimer par le geste leurs émotions et à utiliser la danse comme outil de développement de soi avec comme piliers l'improvisation et l'apprentissage des techniques de base, tout cela dans un esprit de non-jugement et de plaisir plutôt que de performance.
Chaque année, l'association organise des spectacles à la mairie du 5ème arrondissement de Paris qui permettent de partager cette philosophie et le concept de Metis'danse.

En 2017, un espace de formation et bien-être Per Se Nota est créé où sont mis en place plusieurs formats de formation en danse thérapie, danse et relaxation.

En 2021, Para la Salsa s'installe dans une salle dédiée à ses activités dans Paris 5ème : La salle Bièvre, au coeur du quartier où l'association s'est développée.

10

Nos partenaires



Qualiopi processus certifié — certifié qualité par l'Etat

pôle emploi — certifié qualité par Pôle Emploi

CASIP 1809 FONDATION CASIP-COJASOR

Fondation Casip-Cojasor
aide aux personnes âgées et en difficulté ouverte depuis plus de 200 ans

institutCurie

Association sportive de l'institut Curie
recherche clinique et fondamentale dédiée à la lutte contre le cancer

MAIRIE DE PARIS — Mairies du 5ème & 14ème

Omar Sy
dans le cadre de la préparation au film Chocolat de Rochdy Zem sur l'intégration de la communauté africaine dans les années 1920

AxTerdAm

Axterdam, illustrateur
avec qui nous collaborons depuis plusieurs années
(www.axterdam.com)

11

Nos outils de communication

Deux sites internet dédiés à nos activités :

paralasalsa.com

formationdansetherapie.com

Une présence constante sur les réseaux sociaux :

Paralasalsa Ecole de danse

@per_se_nota
@paralasalsa

Paralasalsa Danse
Per Se Nota

Participations à des salons :

salon zen, salon du bien-être et des médecines douces.

Nos flyers

Ecole de danse enfants
Para La Salsa
École de danse
cours
ateliers
chorégraphie
art
yoga
danse
créativité
8 rue de Bièvre
75005 PARIS
PARALASALSA.COM

danse thérapie
Para La Salsa
École de danse
RENSEIGNEMENTS
ET RESERVATIONS
PARALASALSA@GMAIL.COM
06 64 32 02 90

Danse thérapie
by Per se Nota
"Explorez votre monde intérieur par le mouvement et la respiration"
8 rue de Bièvre, 75005 Paris
Portes ouvertes
7 et 14 octobre 2022
de 10h à 16h
cours de danse-thérapie découverte gratuit:
• 10h30
• 14h30
inscription obligatoire :
06 64 32 02 90
contact@persenota.com
une formation professionnalisante certifiante de danse-thérapeute

Les témoignages

cours pour enfants

Mes deux filles s'expriment toujours avec entrain et beaucoup de paillettes dans les yeux lorsqu'elles parlent de leur cours.... et de Pascale ! Elles y vont avec énormément de plaisir et présentent leur spectacle de fin d'année avec une fierté non dissimulée. Pour les parents c'est émouvant de les voir bouger, danser, chanter, avec de plus en plus d'aisance. Rythme et bonne humeur.

Claire E, maman d'élève

cours pour adultes

Pascale est non seulement un excellent professeur de danse, mais aussi, et cela est moins connu, une magicienne hors pair. Elle sait assouplir les carapaces, dénouer les muscles, faire grandir, respirer, sentir, écouter, chanter de 7 à 77 ans. ....Elle peut aussi en quelques instants faire oublier tout ce qui nous tracasse. Pascale est même capable de montrer des couleurs dans le noir ou de faire s'envoler une pensée par la fontanelle même si celle-ci est fermée depuis bien longtemps. A vous le plaisir de découvrir les mille secrets du bien-être, dans la gaîté et la musique...

Catherine A. (Médecin)

formation Per se Nota

“J’ai entamé cette formation pour approfondir un travail de développement personnel et apprendre à transmettre ma passion de la danse. Mon but est de permettre d’associer la danse avec le bien-être, d’aider les gens de tout âge à se laisser aller, à s’exprimer par la danse quand les mots sont insuffisants. Cette formation, accompagnée et soutenue par Pascale et Nancy, me fait avancer jour après jour, cours après cours, rencontre après rencontre. Cette formation est riche à tout point de vue. Les enseignements sont complets, pluridisciplinaires. Les élèves de l’école sont le reflet de la pédagogie : libre et heureux. Chaque jour passée au sein de l’école est un pur bonheur”.

Laëtitia, formation danse et relaxation

services civiques

“Merci ! Grâce à vous, j'ai réussi à voir du positif dans mes énergies et émotions négatives. Ma vie n'a pas toujours été facile, mais je pense facilement que ces six mois passés avec vous ont été les plus heureux de ma vie. En six mois je suis passée d'un sentiment de deuil personnel et professionnel à une renaissance tant personnelle que professionnelle. Vous m'avez apporté beaucoup : énormément de rires, beaucoup de défis, surtout de la bienveillance et de la bonté. Merci à vous pour tous ces moments qui m'ont permis de toujours m'améliorer. Comme je l'ai déjà dit six mois, ce n'est que la moitié d'une année ! Mais ces six mois m'ont tellement apportés ! J'ai encore beaucoup de projets à vous partager pour faire grandir l'école !”

Laura (volontaire en service civique avril - septembre 2019)

Suite à son contrat en service civique, Laura a pu intégrer une formation en communication qu’elle réalise en contrat d’alternance à la SNCF.

14

Nous contacter

Association loi 1901
PARA LA SALSA
Créée en 2002
Siège Paris 5
20 bd St Germain 75005 Paris
paralasalsa.com
formationdansetherapie.com

Pascale Saly-Giocanti - Directrice pédagogique
pascale.paralasalsa@gmail.com

École de danse
paralasalsa@gmail.com
Tel : 06 64 32 02 90