

DANZA TERAPEUTICA

*Associazione  
Sarabanda*



# Sarabanda

## Associazione culturale per lo sviluppo e la diffusione di danza, teatro e musica

---

L'Associazione Sarabanda è stata fondata nell'ottobre 1987, con lo scopo di diffondere la danza, il teatro e la musica; la ricerca si è sempre più focalizzata sulla Danza Contemporanea e in particolare sulla possibilità di ampliare il numero di persone che potessero praticarla. Questo era finalizzato a fare in modo che le persone potessero non solo imparare delle tecniche, ma soprattutto usufruire dei benefici psicofisici, che derivano da questa pratica anche nella vita quotidiana.

Con questo intento si organizzano – per adulti, per bambini e di formazione – incontri, conferenze, performances, sia presso Associazioni, Scuole ed Istituzioni, sia nelle scuole elementari, medie, superiori e materne. Inoltre, allievi e docenti hanno partecipato a rassegne, concorsi, spettacoli. Grazie a queste attività l'Associazione Sarabanda ha ottenuto nel 1993 un contributo dalla Provincia per “interventi di promozione educativa e culturale”.

Conforme alle origini della “Modern Dance”, la ricerca ha recuperato le proprie radici nella tradizione orientale.

La danza, praticata anche come metodo di consapevolezza, di cura, di attenzione all'altro, ha trovato il suo nutrimento nella meditazione. L'attenzione alla cura del corpo ha portato alcuni soci a formarsi in metodologie specifiche come il Metodo Feldenkrais o lo studio della Medicina Cinese e dello Shiatsu.

Grande spazio viene dato quindi allo shiatsu, allo yoga, alla meditazione zen, intesi non come discipline a sé stanti ma integrate nel percorso di RICERCA e di CREAZIONE ARTISTICA e di FORMAZIONE.

L'attività della Danza Terapeutica, è ora attività fondamentale, praticata inizialmente con **ELENA CERRUTO** (socio fondatrice e Direttrice Artistica dell'Associazione Sarabanda) e poi in équipe con le persone da lei formate.

E. CERRUTO ha unito alla sua esperienza in danza classica, danza contemporanea e tecniche corporee orientali e occidentali, praticate e studiate per anni a Parigi e in Messico, la **Formazione in Danzaterapia con Maria Fux** in Italia e Argentina. Dalla grande danzaterapeuta, pioniera a livello mondiale, Elena Cerruto è stata autorizzata a diffondere la metodologia.

### Due eventi sono stati importanti per la crescita e la maturazione dell'Associazione:

- La pubblicazione da parte di Elena Cerruto del libro  
“A ritmo di cuore – La Danza Terapeutica” (Xenia Ed.)

e

“Metodologia e pratica della Danza Terapeutica - Danzamentoterapia tra Oriente e Occidente”, Franco Angeli Edizioni, marzo 2008.

hanno permesso la diffusione di questa disciplina, anche mediante conferenze e presentazioni danzate, ed ha portato all'avviamento di corsi di formazione professionale frequentati da persone provenienti da varie regioni d'Italia.



- La collaborazione della grande Maestra argentina **Maria Fux**, tra le pioniere della danzaterapia, oggi riconosciuta e stimata a livello mondiale.

In seguito al viaggio di studio di Elena Cerruto in Argentina, si è stabilita una continuità di rapporto professionale con la Sig.ra Maria Fux che ormai da alcuni anni contribuisce con la sua altra professionalità a migliorare la qualità del percorso formativo attraverso stages che costituiscono una continua supervisione delle attività.

**Docenti di chiara fama hanno proposto momenti di incontro organizzati da Ass. Sarabanda:**

- **MARIA FUX**, danzaterapeuta argentina riconosciuta a livello mondiale
- **DR. GIOVANNI ANSALDI**, musicologo, cardiologo, psicosomatista
- **DR. CARLO MOIRAGHI**, medico agopuntore, esperto in Medicina Tradizionale Cinese, omeopata, psicoterapeuta
- **CHRISTIANE CARRIZEY**, pittrice, già docente di storia dell'arte e della musica presso l'Institut Pédagogique d'Art Chorégraphique di Parigi
- **JIM MAY**, docente del Limòn Institute di New York
- **Il Maestro TETSUJYO DEGUCHI**, del Centro Zen di Tokyo

## **Danza Terapeutica: DOVE?**

La Danzaterapia si sta diffondendo grazie all'entusiasmo delle pioniere e delle nuove generazioni di professionisti. Il Gruppo ***Crescere con la danza*** si occupa di promuovere la *Danza Terapeutica*, collaborando con l'APID, la provincia di Milano e diversi Enti interessati alle problematiche sociali e legati alla salute della persona.

**Quando i Danzaterapeuti operano come tirocinanti sono sempre coordinati dal Tutor, sono in costante supervisione individuale e hanno assicurazione individuale.**

**Il riconoscimento da parte di Istituzioni e colleghi medici, psicologi, insegnanti ed educatori sta avvenendo sempre di più grazie alla continuità dei progetti condivisi e al lavoro di équipe.**

### **SCUOLE**

- ✓ Scuola di Danza del Teatro alla Scala di Milano
- ✓ Scuole Materne: Muggiò, provincia di Pavia (programma triennale), provincia di Lodi
- ✓ Scuole Elementari: Desio (programma triennale), Pioltello, Cerese (MN), Cologno, Milano (V. Brunacci, V. Gentilino, V. Vigevano)
- ✓ Integrazione Scolastica, Comune di Cesano Boscone
- ✓ Integrazione Scolastica, Comune di Bollate
- ✓ Corsi di aggiornamento per insegnanti a Milano, Sanremo, Macerata, Verona (Simeos)
- ✓ Casa della Arti e del Gioco di Mario Lodi, Crema

### **OSPEDALI E ALTRI ISTITUTI**

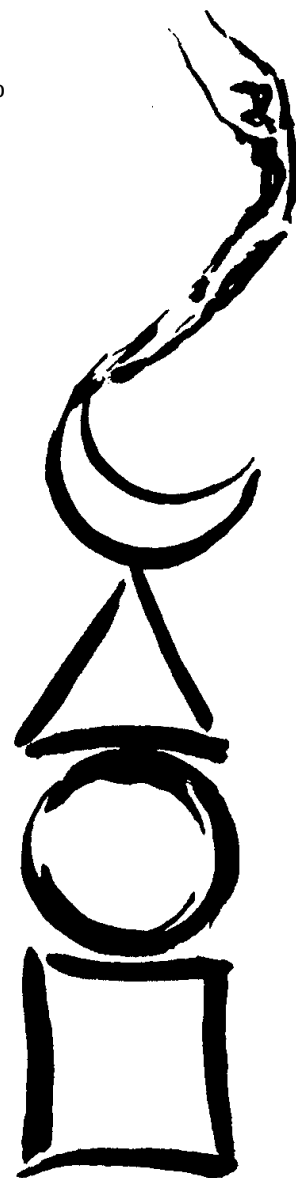
- ✓ Azienda Ospedaliera Melegnano - l'Atelier
- ✓ Reparto di pediatria dell'Ospedale Niguarda, Milano
- ✓ Reparto di Psichiatria dell'Ospedale San Paolo, Milano
- ✓ ANDOS, Associazione Nazionale Donne Operate al Seno
- ✓ CRT di Corso Plebisciti, Milano
- ✓ CRT di Magenta (MI)
- ✓ Paolo Pini – A.O. Niguarda
- ✓ Comunità Terapeutica LIGHEA
- ✓ R.S.A. di Codogno
- ✓ Cooperativa “La Luna nel Pozzo” con disabili psichici
- ✓ Cooperativa “Il Torpedone” con disabili psichici

### **UNIVERSITA' E ALTRI ENTI**

- ✓ Università Studi Verona, facoltà di pedagogia speciale
- ✓ Università Cattolica di Milano
- ✓ UNI 3, Milano
- ✓ Unione Italiana Ciechi, Milano
- ✓ CEMB, Centro Educazione Musicale di Base, Milano
- ✓ Istituto Tarra per ragazzi non udenti, Milano
- ✓ Convegni Humanitas

### **CASE DI RECLUSIONE**

- ✓ Carcere di Opera, Milano
- ✓ Carcere di Como
- ✓ Icam di Milano
- ✓ Carcere San Vittore



**Corsi svolti dal 1987 grazie ai soci dell'**  
**Associazione Sarabanda**

- DANZA CONTEMPORANEA
  - LABORATORI COREOGRAFICI
  - GIOCO COREOGRAFICO PER BAMBINI dai 4anni
  - DANZA CONTEMPORANEA PER NON VEDENTI
  - FORMAZIONE IN DANZA CONTEMPORANEA  
(in collaborazione con il Limòn Institute N.Y)
  - DANZA TERAPEUTICA
  - METODO FELDENKRAIS
  - YOGA - SHIATSU
  - STAGES E SEMINARI
  - FORMAZIONE IN DANZATERAPIA  
(Scuola Accreditata APID)
- 

**IL GRUPPO DANZA  
SARABANDA**

Propone inoltre performances e spettacoli di danza  
anche in luoghi non convenzionali  
(scuole, carceri, ospedali, istituti psichiatrici)

---

**CENTRO DI FORMAZIONE PROFESSIONALE:**

Chi intende svolgere un **percorso formativo** può seguire un programma completo nella

- **DANZA CONTEMPORANEA** con lezioni pratiche, pedagogia, tirocini, laboratori coreografici, partecipazione a spettacoli.
- **DANZAMOVIMENTOTERAPIA** (Scuola Accreditata APID, Associazione Professionale Italiana Danzamentoterapia) monte ore 1.200, con tirocini, supervisioni, stages con docenti ospiti.

Nel programma delle formazioni sono previsti corsi complementari come lo shiatsu o il metodo Feldenkrais intesi in un'ottica d'integrazione oriente occidente.

Per ciò che riguarda la danza moderna è un risalire alle origini sulla via percorsa da grandi Maestre come Martha Graham, Doris Humphrey, Ruth st. Denis.

L'approccio all'Oriente è inteso come comprensione profonda dell'essere, in una dimensione olistica riferita ad un corpo non solo fisico ma energetico. Questa visione è essenziale per chi si dedica alla danza terapeutica.

La direzione artistica è affidata a ELENA CERRUTO, danzaterapeuta, coreografa, membro della Commissione Ricerca dell'APID, Responsabile Didattica della Scuola di Formazione Professionale, Supervisore APID.

**CORSO PROPEDEUTICO ALLA FORMAZIONE IN DANZATERAPIA**

Creato per preparare le persone ad entrare nel percorso di Formazione con maggior preparazione e consapevolezza dell'impegno che richiederà il triennio successivo. Il Corso Propedeutico è a frequenza settimanale e prevede:

- *danza contemporanea / analisi del movimento / coreografia*
- *incontri di gruppo esperienziale a implicazione personale*
- *metodo Feldenkrais*

**CORSO MODULARE DI FORMAZIONE IN DANZATERPIA, NUOVA ORGANIZZAZIONE  
E STRUTTURA CON CREDITI FORMATIVI**