

## Paola Ulrica Citterio

### ESPERIENZE SCOLASTICHE e PROFESSIONALI

Il mio percorso professionale è di tipo sportivo:

- **Brevetto di "Assistente bagnanti"**, 1989.
- **Brevetto di "Istruttore di nuoto I e II livello"**, 1995/1999.
- **Diversi attestati per il corso neonatale**, 1989-1996.
- **Istruttrice di nuoto**: esperienza accumulata dal 1989 con corsi tenuti per neonati, baby( 3-6 anni), ragazzi, pre-agonistica, disabili, adulti, anziani (antalgica e rilassamento), ginnastica in acqua, pre-parto, post-parto.
- **Insegnante di nuoto in evoluzione con l'utilizzo della musicoterapia**, in Italia e a Parigi, 1989-2009 ;

Il mio percorso professionale è di tipo anche musicale:

- **Insegnante di pianoforte** con esperienza decennale (privatamente);
- **"Diploma di maturità magistrale" + "V Anno integrativo"**, 1987-8.
- **"Diploma di dettato musicale, teoria e solfeggio"**, 1988.
- **"Quinto anno di conservatorio di pianoforte"**, 1989.
- **Borsista Erasmus, sezione di Musicologia presso la facoltà "La Sorbonne-Paris IV"**, per lo studio di un manoscritto musicale del XIII secolo, 1992-3.
- **Ricercatrice C.N.R. di Orléans, nella sezione di musicologia medievale**, 1992-3.
- **"Diploma di Laurea in paleografia e filologia musicale"**, 1998, Università di Pavia.
- **"Stage di musicoterapia biennale con bambini ipoacusici"**, Ospedale I Ronchettini, Brescia 2000/2001.
- **"Diploma di Specializzazione per la Formazione di Animatori Musicoterapisti"**, C.E.M.B., Milano 2001.
- **"Tesi di diploma sperimentale sull'uso della musicoterapia con bambini ipoacusici"**, Milano 2001.

- **"Master biennale di specializzazione in Musicoterapia"**, Milano 2001.
- **"Iscritta all'Associazione Nazionale per Musicoterapisti CONFIAM"**, Assisi 2001.
- **"Musicoterapia in gravidanza"**, C.E.M.B., Milano 2001.
- **"Didattica del pianoforte" biennale"**, C.E.M.B., Milano 2001.

Il mio percorso professionale è di tipo anche linguistico:

- **"Diploma di lingua francese della Sorbona per stranieri"**, 1992-3, Parigi.
- **"Diploma di lingua francese D.E.L.F."**, 1993-4, Parigi e Milano.

### ❖ PROGETTI DI LAVORO ATTUALI

#### Docente con uso della propria metodologia sperimentale in acqua:

- ***"L'acquario di Nemo": Corsi neonatali 0-3 anni con stimolazione plurisensoriale in acqua:*** dal 1989 Brescia.
- **Lezioni private di musicoterapia in acqua per disabili,** dal 1994 Brescia.
- ***"Il cordone ombelicale sonoro": Corso di accompagnamento alla nascita con l'uso della musicoterapia in acqua:*** dal 1998 Brescia.
- ***"Corsi post-parto con l'uso della musicoterapia in acqua"***, dal 2000 Brescia.
- ***"Aspettando ...in tre": Stage di musicoterapia in acqua per la coppia in attesa:*** dal 2000 a Brescia e su richiesta.
- ***"Liberando le emozioni": Percorso di musicoterapia in acqua per adulti,*** dal 2003 Brescia e su richiesta.

## **Formatrice per operatori del settore con uso della propria metodologia sperimentale in acqua**

(educatori, istruttori di nuoto, musicoterapisti, psicoterapeuti, ostetriche)  
e insegnanti (nido, scuole materne e elementari):

- **Corsi di formazione pre-parto: *Il cordone ombelicale sonoro: corso di formazione pre-parto svolto in acqua con l'uso della musicoterapia***, dal 2003 in Italia, Francia e su richiesta, anche in collaborazione con la FitEducation.
- **Corsi di formazione post-parto con l'uso della musicoterapia in acqua**, dal 2003 in Italia e Francia, su richiesta, in collaborazione con FitEducation.
- **Corsi di formazione neonatali con stimolazione plurisensoriale in acqua: *L'acquario di Nemo***, dal 2003 in Italia e su richiesta, in collaborazione con FitEducation.
- **Corsi di Formazione "Educazione Pre e Post Natale con la musica"**, dal 2004 Milano.
- **Corsi di formazione nel settore handicap e disagio**, dal 1989.
- **Corsi di Formazione di Musicoterapia e animazione musicale per le scuole con l'integrazione dell' handicap**, dal 2001 su richiesta.

## **Docente con l'uso della musicoterapia fuori dall'acqua:**

- **"Progetti di animazione musicale e musicoterapia"**, per scuole materne ed elementari, dal 2000.
- **"Atelier di musica per bambini"**, presso Cooperative Milano e Brescia, dal 2000.
- **"Musica con mamma e papà: atelier con neonati con una stimolazione plurisensoriale e musicoterapica"**, presso Cooperative, Brescia e su richiesta.

## **Collaborazione e articoli con giornali riviste del settore: Anpep e altre varie**

## **CONGRESSI:**

- "Congresso internazionale di Nantes sul risveglio sensoriale in acqua dal pre-parto fino all'età dei 3/6 anni", organizzato dalla F.A.A.E.L., 8-10 maggio 2003: "*Aspettare in...musica: corso pre-parto in acqua con l'aiuto della musicoterapia*".
- "Congresso internazionale di Evreux sul piacere dell'acqua per tutti, organizzato dalla F.A.A.E.L., 10-12 maggio 2007": "*La ballerina ed il musicista: acqua e musica, terapia vincente nella disabilità*".

---

### **uscita del I libro di musicoterapia in acqua:**

***"L'abbraccio sonoro in gravidanza:  
percorso di musicoterapia in acqua rivolto a future mamme",  
Bonomi Editore, Pavia 2008.***

---