

Jacques Despond

Physiothérapeute et sophrologue



Ses coordonnées

jacques.despond@sante-elementterre.ch
www.sante-elementterre.ch



Jacques accompagne les personnes à travers une approche globale du mouvement, centrée sur la posture, l'équilibre et la conscience corporelle. Formé en physiothérapie, ostéopathie, étiopathie, sophrologie biodynamique et chaînes musculaires GDS, il aborde les douleurs et les dysfonctionnements corporels dans leurs dimensions physiques et émotionnelles.

Son approche précise et pédagogique **aide chacun à comprendre son corps, à retrouver un mouvement plus juste et à développer une stabilité durable**. Il met l'accent sur la respiration, l'alignement, la coordination et la conscience des schémas corporels. Jacques travaille au centre de santé Élément-Terre et exerce en cabinet, à domicile et en EMS.

Ses valeurs : écoute, rigueur, bienveillance et approche intégrative, nourrissent un accompagnement humain et accessible.

Fondateur d'Au fil de la santé, Jacques anime les cours d'éveil corporel de l'association et contribue à renforcer la dimension "mouvement et santé globale" au sein du réseau.