

Sarah Despond

Physiothérapeute et
massothérapeute



Ses coordonnées

s.despond@sante-
elementterre.ch

078 944 35 04

www.sante-elementterre.ch



Sarah accompagne les personnes vers un mouvement plus libre, conscient et durable. Formée en physiothérapie, massage thérapeutique, drainage lymphatique et réflexologie plantaire, elle met au service de chacun une compréhension globale du corps et du mouvement, avec pour objectif de donner à tous des outils simples pour devenir acteurs de leur mieux-être.

Son approche est bienveillante, progressive et sensible à l'aspect émotionnel du corps. Elle **invite chacun à écouter ses sensations, à avancer à son rythme et à développer confiance, stabilité et autonomie au quotidien.**

Ses valeurs : bienveillance, autonomie, écoute et intégrité, nourrissent un espace thérapeutique sécurisant et profondément humain, où la qualité de la relation et du toucher occupe une place centrale.

Directrice du centre Élément-Terre et fondatrice de l'association Au fil de la santé, Sarah anime également des conférences sur le mouvement et le bien-vieillir, et coordonne la logistique de l'association pour soutenir une santé plus accessible, préventive et collaborative.