

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-être, et coordonne la logistique de l'association pour soutenir une santé plus accessible, préventive et collaborative.