Sab Santé (Sabrina)

Une kiné engagée au service de la santé des femmes et du bien-être au travail

Sabrina, plus connue sous le nom de **Sab Santé**, est une **kinésithérapeute spécialisée en santé de la femme**, cicatrisation et brûlures. Formée aux problématiques complexes du **post-partum**, des **troubles musculosquelettiques**, de la **douleur chronique** ou encore de la **reconstruction après trauma**, elle développe une approche humaine, globale et profondément respectueuse du vécu de chaque personne.

Avec plus de **136 000 abonnés** sur Instagram, elle vulgarise avec pédagogie et bienveillance des sujets souvent méconnus, liés à la **santé gynécologique, au corps féminin, à l'ergonomie et au bien-être**. Très active dans les milieux professionnels, elle intervient en **entreprise, hôpital ou collectivité** pour accompagner les collaborateurs sur des sujets concrets, du **retour après congé maternité** à l'**aménagement du poste de travail**, en passant par des actions de **prévention des violences sexistes**.

Elle est également **autrice** et **conférencière** reconnue pour la qualité de ses interventions.

Sab Santé, conférencière : santé, prévention et équité dans le monde du travail

Sabrina intervient pour aider les entreprises à mieux comprendre les enjeux de santé spécifiques à certains publics (notamment les femmes), à **prévenir les risques musculosquelettiques**, à **sensibiliser sur les violences sexistes**, et à améliorer **le bien-être général** dans le cadre professionnel.

Ses conférences, toujours ancrées dans la pratique et les

données scientifiques, sont pensées pour être **concrètes, accessibles, interactives**, avec un ton à la fois chaleureux et percutant. Elle peut également animer des **ateliers gestes et postures**, ou des séances de formation en petits groupes.

Thématiques phares :

- **Prévention sexisme & harcèlement en entreprise** : comprendre, repérer, agir
- **Atelier gestes et postures** : prévenir les douleurs au quotidien et mieux bouger au travail
- **PARENT BOARDING** : réussir son retour au travail après l'arrivée d'un bébé
- **Bien-être au travail** : agir sur les piliers physiques et mentaux du bonheur professionnel
- **Optimisation de l'espace de travail** : adapter les postes en fonction du corps et du vécu (approche kiné)

Ces interventions s'intègrent idéalement dans les **plans d'action QVT**, **journées prévention santé**, **semaine de la parentalité** ou **politiques RH inclusives**.

Faits marquants

- **Autrice** d'ouvrages pédagogiques autour de la santé et du corps
- Intervenante en **entreprise**, **milieu hospitalier**, **collectivités**, et **conférences santé publique**
- Spécialiste des questions d'**ergonomie**, **retour post-partum**, **RPS**, et **équilibre vie pro/perso**