Sobre Nós

A Almalternativa nasceu de um encontro.
Em 2007, João e Hélia conheceram-se e, ao longo do caminho, descobriram não só uma afinidade pessoal, mas também uma visão comum sobre saúde, bem-estar e cuidado. Dessa partilha surgiu, há já 14 anos, a Almalternativa.
Um projecto construído com tempo, dedicação e propósito.
Desde o primeiro dia, a clínica foi pensada como um espaço onde o corpo é ouvido, respeitado e tratado de forma global, integrando diferentes abordagens terapêuticas e colocando sempre a pessoa no centro.

O João, osteopata por vocação, distingue-se pela sua postura segura, conhecimento profundo e capacidade de criar uma relação de confiança imediata com quem o procura. A sua abordagem é clara, atenta e eficaz, transmitindo tranquilidade e a certeza de que cada paciente está verdadeiramente em boas mãos.

A Hélia, com uma presença naturalmente descontraída e serena, revela um trabalho de grande rigor e sensibilidade na Medicina Chinesa e na Massagem Tui Na. A sua forma de actuar alia a sabedoria das terapias tradicionais orientais a uma leitura precisa do corpo, promovendo equilíbrio, bem-estar e harmonia.

Juntos, João e Hélia formam uma equipa coesa e complementar. O seu trabalho conjunto reflecte-se numa prática clínica equilibrada, onde conhecimento, experiência e empatia caminham lado a lado.

Na Almalternativa, acreditamos que cada pessoa é única e que o verdadeiro cuidado vai além do tratamento de sintomas. Por isso, mais do que explicar quem somos, convidamo-lo(a) a vivenciar a experiência. No fundo, a sentir tudo aquilo que nos define.

A Almalternativa é, acima de tudo, um espaço de confiança, proximidade e cuidado genuíno.

Um lugar onde tratamos o corpo, respeitamos o tempo e cuidamos de pessoas.