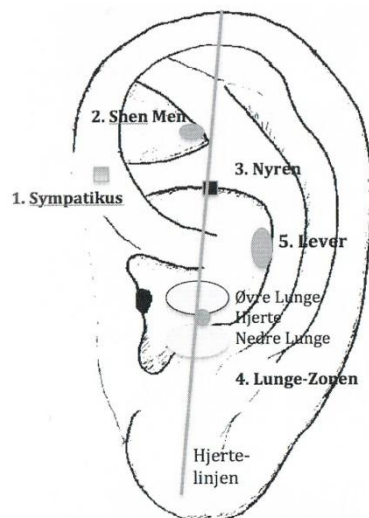


Øre-akupunktur efter NADA-modellen blev udviklet i 1974 på Universitetshospitalet Lincoln i New York i USA. Den er siden blevet kendt over store dele af verden som en billig, bivirkningsfri og effektiv metode.

NADA tager udgangspunkt i Traditionel Kinesisk Medicin (TCM) hvor akupunkturpunkterne afbalancerer organerne, som både regulerer krop og psyke.



Placering af nålene

”NADA er fødselshjælper for de ressourcer, som du har glemt, at du har”

Michael Smith

## Hvem kan bruge NADA:

Alle mennesker kan have gavn af at få NADA!

Det er en non-verbal metode og derfor ingen fokus på årsag til ønske om at få NADA. Når du modtager NADA er du anonym og du behøver ikke at fortælle noget om dig selv.

## Hvordan virker det:

NADA har vist sig virksom ved angst, stress, depression, søvnløshed, anspændthed, fysisk og psykisk uro. Har også effekt på afhængighed, abstinenser og ved udtræning af medicin m.m.

Der sættes 5 nåle i hvert øre. Du vil kunne mærke nogle små stik, og når nålene først sidder i øret, vil du ikke mærke dem.

Man sidder stille og slapper af for at opnå fuld effekt. Nålene sidder i ca. 45 min.

Der er ikke registreret nogen bivirkninger ved NADA.

## Hvor mange gange:

Det er individuelt hvor mange gange der er brug for, men NADA virker oftest bedst efter adskillige gange. Som start anbefales 2 gange pr. uge i 6-8 uger og derefter 1 gang pr. uge – alt efter behov.

NADA kan ikke overdoseres!

Se mere på: [www.nadasilkeborg.dk](http://www.nadasilkeborg.dk) eller [www.nada-danmark.dk](http://www.nada-danmark.dk)

# NADA SILKEBORG

NADA Silkeborg er en forening startet i efteråret 2014 med det formål at give unge og voksne i Silkeborg Kommune mulighed for at få kendskab til, afprøve og modtage NADA.

Alle der giver NADA har en NADA-uddannelse eller akupunktøruddannelse.

## Vi giver NADA:

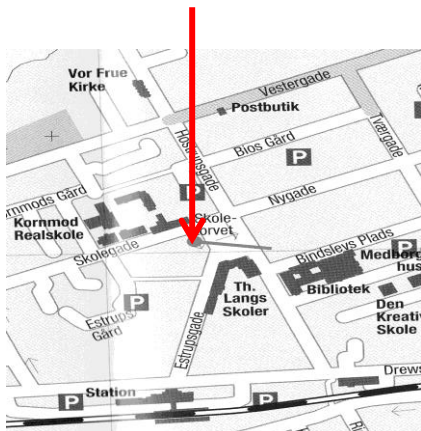
**Mandage fra kl. 16 – 18**

**Torsdage fra kl. 16 – 18** (lukket helligdage samt skoleferier)

**(Kom senest kl. 17, da nålene skal sidde ca. 45 min.!)**

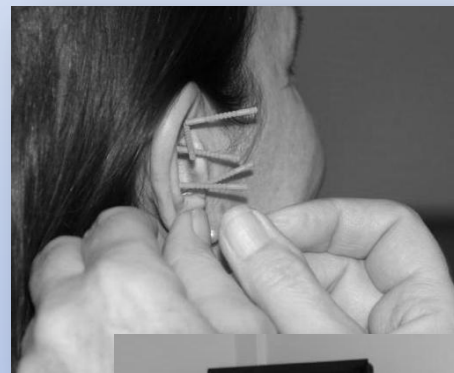
Pris: 25 kr. pr. gang

**Vi er en del af Frivilligcentret og du finder os i Estrupsgade 4, stuen (Skoletorvet) med indgang gennem porten i Skolegade!**



Nov. 2016

# NADA SILKEBORG



## NADA KAN DÆMPE:

- STRESS OG DEPRESSION
- FYSISK OG PSYKISK URO
- ANGST OG PANIKANFALD
- ANSPÆNDTHED OG IRRITATION
- MARERIDT

## NADA KAN ØGE:

- RO I KROP OG SJÆL
- ENERGI OG INITIATIV
- BEDRE SØVN
- BEDRE KONCENTRATION