

# NADA - Svendborg

NADA Svendborg er en forening startet i foråret 2019 med det formål at give unge og voksne på Sydfyn mulighed for at få kendskab til, afprøve og modtage NADA.

Alle der giver NADA har en certificeret NADA-uddannelse.

Vi giver NADA:

Mandage fra kl. 16 – 18

Torsdage fra kl. 16 – 18 (lukket helligdage samt juli måned)

(Kom senest kl. 17.15, da nålene skal sidde ca. 45 min.!)

Pris: 25 kr. pr. gang

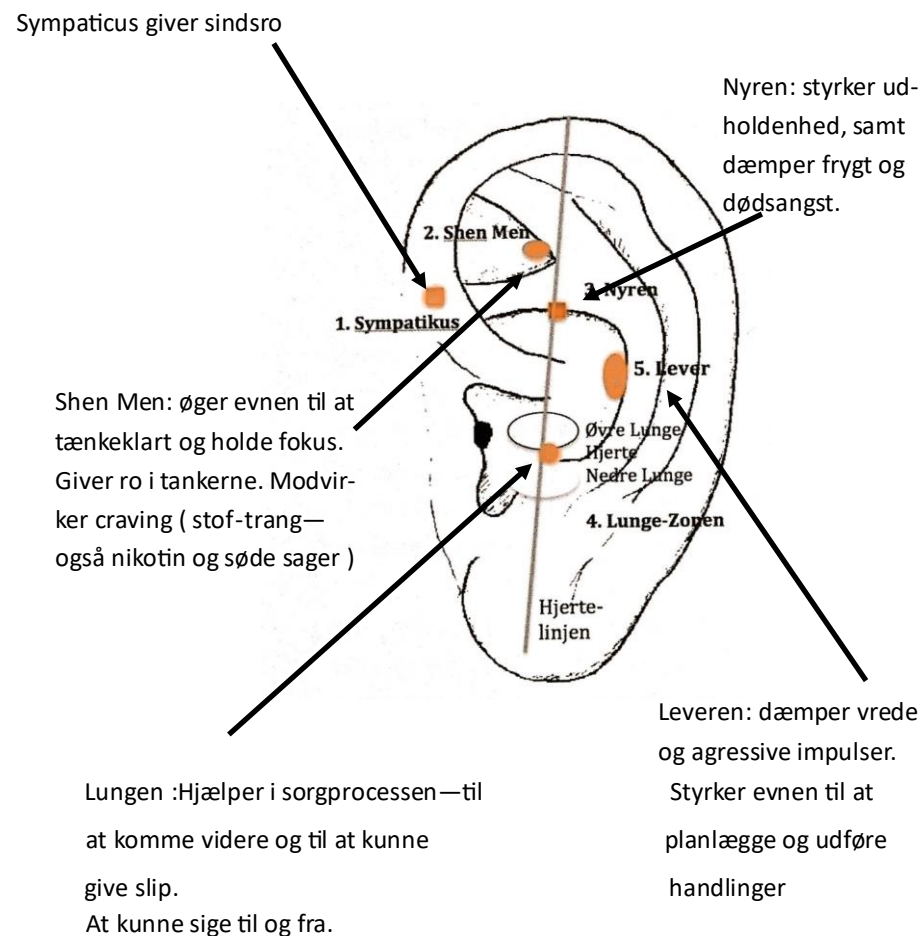
10-turs kort: 200 kr.

Betaling Mobilepay eller kontant

Vi er en del af Frivilligcenter Sydfyn og du finder os i Frederiksgade 8, 5700 Svendborg

Se på Nadasvendborg.dk og på vores Facebookside.

## NADA- akupunktur



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.

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

*NADA – en stille  
samtale med  
dig selv*



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

Michael Smith

### **Hvem kan bruge NADA:**

Alle mennesker – voksne som børn - 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 (bl.a eksamensangst), stress, depression, søvnløshed, anspændthed, fysisk og psykisk uro. Har også effekt på afhængighed, abstinenser og ved udtrapning 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.nadasvendborg.dk](http://www.nadasvendborg.dk) eller [www.nada-danmark.dk](http://www.nada-danmark.dk)