



NADA Mestring & Rådgivning

For dig der modtager §§ 82b
eller 85- støtte hos Mestring &
Rådgivning

Hvad er NADA?

Nada bruges til at skabe balance i nervesystemet, så der opleves en ligevægt i krop og psyke, skaber ro, regulerer søvn mønster, øger fokus, giver mental klarhed, kan dæmpe stress, vrede og angst. NADA er et supplement og bivirkningsfrit.

Behandlingen

Behandlingen består af 3-5 nåle i hvert øre. Du skal sidde i rolige omgivelser og slappe af i 45 min, inden nålene bliver taget ud.

Under behandlingen vil de fleste føle sig afslappede, nogle falder endda i søvn. Man kan også mærke varme eller kuldeforskelle, når man får NADA eller få en lille snurren i ørene. Alle disse er helt normale reaktioner.

Hvis man har nåleskræk, kan man i stedet for nåle få magnetkugler sat i ørene, dette er et godt supplement til den almindelige NADA-behandling

Hvad vi tilbyder

Vi tilbyder et 6 ugers forløb af 12 behandlinger, så du kan vurdere om dette har en gavnlig effekt og kan hjælpe dig. Det vil være medarbejdere fra Mestring og Rådgivning, som tilbyder NADA behandlingerne, men du kan ikke være sikker på at det er den samme hver gang.

Ved opstart og afslutning udfylder vi et vurderingsskema, som kan være hjælpsomt for at vurdere effekten af behandlingen.

Det anbefales, at du i opstart, modtager behandling 3x ugentligt og dernæst 2x ugentligt – når du har modtaget 12 behandlinger fra os, så anbefales det at modtage en vedligeholdende behandling 1-2x ugentligt, hvis du mærker en god effekt.

Hvis du gerne vil fortsætte NADA behandlingen efter de 12 behandlinger, kan du for eksempel via NADA Danmark, finde en behandler i nærheden af hvor du bor.

Behandlingsfrekvens

Dette er meget forskelligt fra person til person. Man kan aldrig få for meget NADA, men til gengæld for lidt. Når man starter op med NADA, skal man helst have behandlinger min. 3 gange ugentligt for at få en optimal virkning. Behovet for behandling vil oftest blive mindre og mindre med tiden.

Før & under behandling

Husk at have spist godt inden, så du kan slappe af i de 45 minutter behandlingen tager.

Der kan ikke ryges eller drikkes kaffe under behandlingen.

Det er vigtigt, at der under behandlingen er ro.

Forløbsoversigt

- Vi kommer hjem til dig. Du skal være klar på det aftalte tidspunkt
- Du skal sætte 45 minutter af til en stund for dig selv
- Før og under - Husk at have spist og drukket væske
- Du skal selv pille nålene ud
- Du får en nåleboks af os, som du selv er ansvarlig for at bortskaffe dig. Nåleboksen er til sikker opbevaring af brugte nåle.

Pris for et forløb: 100 kr. Betales via Mobile Pay (nr. 70813).



For at få mere information

Kontakt pr. mail:
FaellesskaberneMogRNada@skanderborg.dk

Kontakt pr. telefon: 21 73 61 21

Vi glæder os til at høre fra dig!

