

## Velkommen til min klinik

### Vadehavs - Bowtech og NADA

Jeg hedder Torben, er 39 år og bor i en lille by, der hedder Brøns, sammen med min kone og vores to piger.

I vores lille hjem har jeg indrettet min lille klinik til alternativ behandling. Jeg er Bowtech behandler og NADA-udøver, som jeg bruger en del af min fritid på.

Jeg er uddannet social- og sundhedsassistent på 4. år og arbejder inden for socialpsykiatrien, hvor NADA kan gøre dagen nemmere for borgere at komme igennem, hvis borgerens dage er fyldt med trang til stoffer, uro i kroppen, tankemylder og angst, smerter i hverdagen samt andre former for problemer. Jeg startede med at uddanne mig som NADA-udøver i 2018.

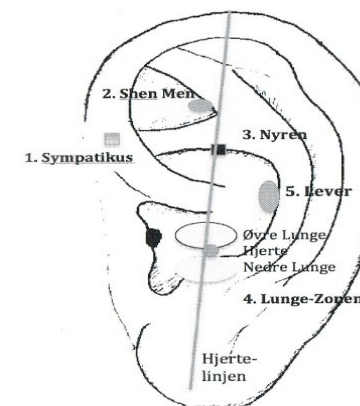
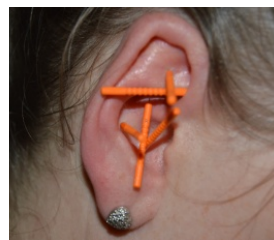
Jeg fandt interesse for NADA, da jeg synes, det er et godt redskab at kunne tilbyde folk med psykiske samt somatiske problemer i hverdagen.

## Lidt om NADA

NADA er en nonverbal behandling og med mindst muligt påvirkninger af omgivelserne.

NADA er et supplement til andre metoder og bør foregå inden disse behandlinger, og man vil kunne profitere af NADA som supplement til eksempelvis samtaler, medicinsk behandling, coaching, mindfulness m.m. Det er således vigtigt at se NADA som en metode, der hjælper med at stabilisere organismen såvel fysisk som psykisk.

NADA er ikke rettet mod særlige diagnoser, men kan bruges i alle situationer, hvor en person har brug for stabilitet, bedre stress-håndtering (herunder bl.a. vrede, søvnproblemer, rastløshed, angst m.m.), fokus, bedre håndtering af følelser og kognitive funktioner. Metoden kan bruges til at lindre alle typer abstinenser, men dette er kun en mindre del af NADA-metoden, hvorfor metoden er et supplement til den medicinske behandling på dette felt.



Placering af nålene

NADA kan gives til alle fra 7 år og op efter.

NADA kan være med til at lette og fremme forskellige processer i kroppen.

NADA er med til at afhjælpe somatiske symptomer.

NADA afhjælper også psykiske symptomer.

NADA afhjælper og fremmer andre processer, som ses på efterfølgende side.

## **NADA letter bl.a. følgende fysiske symptomer**

- Dårlig eller manglende søvn
- Træthed
- Stress
- Aggressiv adfærd
- Svedtendens
- Hovedpine og smerter generelt
- Rysten og muskelkramper
- Kvalme og tarmproblemer
- Hurtig puls, hjertebanken og højt blodtryk
- Kuldefølelse og snue

## **NADA letter bl.a. følgende psykiske symptomer**

- Stoftrang
- Psykisk uro og stress
- Tankemylder
- Angst og panikanfald
- Irritabilitet
- Søvnløshed og mareridt
- Depression

## **NADA-metoden fremmer:**

- Samarbejde, positiv adfærd og motivation
- Bevidsthed om følelser
- Fokuseret tænkning
- Større udbytte af anden behandling
- Lavere medicinforbrug

## **NADA prisliste:**

Behandlingstid: 45 minutter.

NADA kan gives fra alderen 7 år og op.

Enkelt behandling i NADA cafe inkl. ørekugler.  
45 kr. (fast pris)

10 turs kort behandling i NADA cafe' inkl. øre  
kugler 400 kr. (fast pris)

3 x NADA behandling mod eksamensangst 100  
kr. (fast pris)

Ønskes behandling i enerum 100 kr. (fast pris)

Book tid på tlf. 4232 4067, indtal evt. besked på  
mobilsvareren og jeg ringer tilbage, når jeg er til  
rådighed, eller skriv til [kontakt@bv-n.dk](mailto:kontakt@bv-n.dk)

## **Vadehavs - Bowtech og NADA**

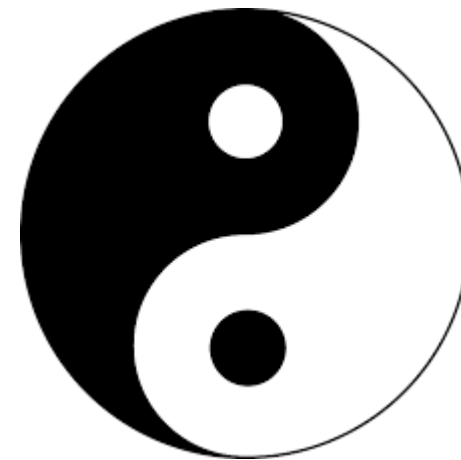
Skolevej 22, Brøns

6780 Skærbæk

tlf. 4232 4067

[www.bv-n.dk](http://www.bv-n.dk)

[kontakt@bv-n.dk](mailto:kontakt@bv-n.dk)



# **NADA**

## **Vadehavs - Bowtech og NADA**

**v/Torben Jensen**

**Skolevej 22, Brøns**

**6780 Skærbæk**