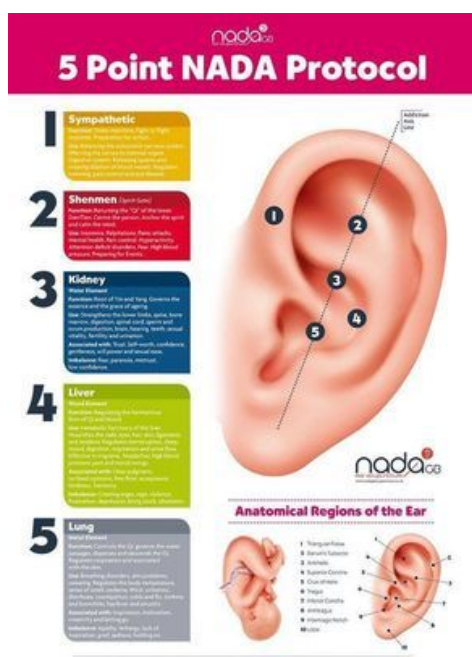


Séances d'auriculothérapie et de méditation au CEPIAD

Un moyen d'agir sur le stress et l'envie irrésistible de consommer des drogues

L'auriculothérapie utilisant le protocole NADA est une forme d'acupuncture (au niveau de l'oreille externe), la plus populaire pour aider les personnes dépendantes à une substance

En stimulant 5 points précis au niveau de l'oreille, on peut agir sur le stress et l'envie de consommer des drogues pour arriver à mieux maîtriser sa consommation.



- 1 Point Sympathique
- 2 Point Shen Men
- 3 Point des Reins
- 4 Point du Foie
- 5 Point du Poumon

Le Méridien des poumons : pour améliorer la fonction pulmonaire et atténuer les sentiments de tristesse.

Le Méridien du foie : pour éliminer les toxines présentes dans le foie et le sang, et prévenir les agressions.

Le Méridien des reins : pour soigner les organes vitaux et soulager les peurs.

Le point Shen Men : également connu comme « la porte de l'Esprit », pour diminuer l'anxiété.

Le point sympathique : pour favoriser la relaxation et l'apaisement du système nerveux.

Des séances d'auriculothérapie vous sont proposées gratuitement chaque Jeudi à 13h30 au CEPIAD. Inscription préalable auprès de Mme Bousso.

Ces séances seront réalisées par une équipe formée en auriculothérapie et en médecine traditionnelle chinoise sous la responsabilité du Dr Maryvonne Maynard médecin formé en addictologie.

Ces séances seront suivies, pour ceux qui le désirent, de 15 à 20 minutes de méditation en pleine conscience permettant aux personnes de mieux s'ouvrir à soi et aux autres.