

## 1 Quiz « Naturopathie »

### *Introduction*

- La santé par les plantes : que savez-vous vraiment sur la naturopathie ?

### *Question Choix unique*

Qu'est – ce que la naturopathie ?

- L'art de soigner par les plantes.
- Une maladie liée à une allergie à la nature.
- Une discipline qui propose un ensemble de thérapies naturelles adaptées à chacun pour soigner et rester en bonne santé (bonne réponse)

### *Question Choix multiple*

Avec l'aide d'un naturopathe, vous pouvez :

- Perdre du poids (bonne réponse)
- Apprendre à mieux gérer votre stress (bonne réponse)
- Retrouver santé et vitalité (bonne réponse)

### *Question Texte à trous*

Complétez la phrase :

La plante mélisse peut faciliter la ...

- bonne réponse : digestion

***Question Choix par tri matriciel***

Associez les bonnes réponses.

- Le pissenlit - Cette plante, le plus souvent utilisée pour les troubles du foie et des problèmes rénaux, la rétention d'eau, l'anémie et les rhumatismes.
- La grande consoude - Cette plante médicinale a prouvé ses vertus dans le renouvellement des cellules de la peau et des muscles, participant activement à la guérison des fractures, entorses.
- La patience - Celle-ci est réputée pour soigner l'acné, l'eczéma, le psoriasis ou la constipation légère.
- La bourrache - Elle renforce les ongles et les cheveux cassants, retarde le vieillissement de la peau, atténue les rhumatismes.
- La matricaire - Cette plante est utilisée depuis l'Antiquité pour faire baisser la fièvre et diminuer les courbatures.
- La mélisse - Cette plante est, quant à, elle connue depuis la Grèce antique et utilisée pour ses bienfaits contre le stress, l'insomnie et le surmenage.