



**Ophrys**



**Neotinea tridentata** (orchis dentelé ou orchis tridenté)



**Aubepine** est sédative et lutte contre les palpitations en régulant le rythme cardiaque. C'est ainsi qu'elle apaise et calme également stress et anxiété post-sommeil.



Le **spartier** à tiges de jonc ou **spartier** (**Spartium junceum**)



Le **Centranthe rouge** (*Centranthus ruber*), appelé aussi **Lilas d'Espagne**



**Le cade** ou **génévrier cade** (*Juniperus oxycedrus*)



**Ciste cotonneux**



**Euphorbe characias** (**toxique**)



**Le salsifis des prés**



**Saponaire** (*Saponaria officinalis*) On l'appelle aussi herbe à savon, savon des fossés.



**Céphalanthère  
Orchidée**



**Globulaire**



Les **hélianthèmes** appartenant à la famille des [Cistacées](#). Leur nom signifie en grec "fleur (qui recherche le) soleil", parce que la fleur s'oriente en direction du soleil, comme celle des tournesols.



**La cytinelle ou cytinet** (*Cytinus hypocistis*) est une plante parasite des cistes. La cytinelle se rencontre dans les garrigues de Provence ou le maquis corse. Elle apparaît en mai, au pied de divers *Cistus* où ses couleurs vives (jaune à rouge) la trahissent au milieu du tapis de leurs feuilles mortes.



**Ciste feuilles de sauge**



**Ajonc ou Argilac**  
Il est parfois surnommé **genêt épineux** pour sa ressemblance visuelle avec le [genêt](#)



**Genêt**



Le **Grémil pourpre bleu** (*Buglossoides purpurocaerulea*) même famille que la *Bourrache*



L'homme-pendu (*Orchis anthropophora*) est une [orchidée](#).



Le Limodore à feuilles avortées (*Limodorum abortivum*) est une [orchidée](#)