La carta turistica del Parco del Pollino colma un vuoto esistente da anni nella pure ampia editoria dedicata al massiccio calabro-lucano. Un lavoro complesso e senza dubbio senza pretesa di essere esaustivo, messo su carta per offrire a tutti, visitatori ma anche residenti, informazioni ad ampio raggio: dalle peculiarità naturalistiche, flora e fauna, alle risorse culturali, beni artistici e monumentali, dai paesi alle comunità, dalle attività sportive che vi si possono praticare alle vie di comunicazione e ai confini del parco, senza tralasciare le città-porta dell'area protetta.
Un piccolo compendio di cosa vedere, cosa trovare, in ogni luogo. E quando si dice in ogni luogo, nel Parco del Pollino, significa dire in un piccolo scrigno che è contenuto in un più grande tesoro che è il Parco nella sua interezza: più di 180 mila ettari suddiviso in tre province con 56 comuni. Una piccola regione dell'Italia verde, dell'Italia dei Parchi che affacciandosi sul Mediterraneo tenta di affermare gli antichi valori di vita maturati nella natura e nei borghi antichi e di testimoniarli ai passanti. Con la speranza che questo nuovo prodotto editoriale possa arricchire le conoscenze e fornire utili indicazioni a quanti vorranno vivere direttamente emozioni e sensazioni uniche.

On. Dott. *Domenico Pappaterra*
Presidente Parco Nazionale del Pollino

COME RAGGIUNGERCI

Con l'autovettura, per chi giunge sia da Nord che da Sud, lasciando l'autostrada A3 nel tratto tra i caselli di Lauria Nord, in Basilicata, e Spezzano Terme, in Calabria, è possibile raggiungere numerosi comuni del Parco, collegati dalla S.S. 19 che attraversa l'area protetta.
In Calabria, sul versante tirrenico, lungo la S.S. 18 da Tortora a Belvedere M.mo, si possono percorrere molte strade che si snodano verso l'interno; fra di esse la S.S. 504, che da Scalea, passando per Santa Domenica Talao porta a Papasidero e Mormanno nonché la S.S. 105, che da Belvedere M.mo raggiunge Castrovillari e Francavilla M.ma.
Qui si può giungere anche dal versante ionico, prendendo la S.S. 92, per chi proviene dalla S.S. 106. Sempre su questo versante, chi arriva da Nord Est, appena dopo Policoro, in Basilicata, dalla S.S. 106 può imboccare la S.S. 653, la fondovalle "sinnica" che porta a Valsinni nella Valsarmento, e superato il lago di Monte Cotugno può svincolare per la Valle del Frido. Proseguendo sulla sinnica, si attraversa la zona termale di Latronico e si giunge allo svincolo autostradale di Lauria Nord.
Con l'autobus, grazie a società di autolinee il territorio del Parco è anche collegato, via autostrada, con Bari, Napoli, Roma, Firenze, Perugia, e Milano.
Con il treno, importanti nodi ferroviari sono:
Sapri, in Campania; Scalea, Paola, Roggiano Scalo - San Marco Argentano, Trebisacce e Sibari, in Calabria; Policoro e Maratea in Basilicata.
Con l'aereo, si può fare scalo ai seguenti aeroporti: Lamezia Terme, Napoli e Bari.

SEDE ENTE PARCO
Complesso Monumentale Santa Maria della Consolazione Rotonda (PZ)
Tel: +39.0973.669311 - ente@parcopollino.gov.it - www.parcopollino.gov.it

In copertina Foto di *G. Braschi*, Archivio Ente Parco del Pollino

CARTA TURISTICA

PARCO NAZIONALE DEL POLLINO

IL PARCO NAZIONALE DEL POLLINO

A cavallo tra due regioni, Basilicata e Calabria, e tra due mari, il Tirreno e lo Ionio, il Parco Nazionale del Pollino, con i suoi 193.000 ettari, è oggi l'Area protetta più estesa d'Italia. Il territorio presenta una morfologia prevalentemente montuosa, nella quale spiccano tre massicci appartenenti all' Appennino meridionale Calabro-Lucano: quello del Pollino, situato al centro del Parco; a Sud-Ovest , il complesso dei Monti dell' Orsomarso e nel settore settentrionale si erge isolato il Monte Alpi. Il complesso montuoso più interno è il gruppo del Pollino che segna con il suo crinale, disteso lungo la direttrice Nord- Ovest, il confine tra le due Regioni. Esso costituisce il gruppo montuoso più elevato dell'Appennino meridionale, con le cime più alte e più rappresentative del Parco: Serra Crispo (2053 m), Serra della Ciavole (2127 m), Serra del Prete (2180 m), Monte Pollino (2248 m) e la cima più alta Serra Dolcedorme (2266 m). A Nord, il versante lucano del massiccio si affaccia sulla valle del fiume Sinni con pendici più dolci; sul versante calabrese, a Sud, sulla Piana di Castrovillari con un paesaggio aspro e selvaggio. Conserva tracce delle ultime glaciazioni testimoniate dai depositi morenici e dai massi erratici nel Piano di Acquafredda e nei Piani del Pollino. I Monti dell' Orsomarso costituiscono invece l'ossatura orografica della zona meridionale del Parco, collegati, in un continuum geografico, con il massiccio del Pollino attraverso l'altopiano carsificato di Campotenese e le cime di Cozzo Pellegrino, Monte Palanuda, la Montea. Il complesso racchiude una straordinaria varietà di paesaggio contrapposta a una semplice conformazione orografica. Nessuna delle cime del complesso sfiora i 2000 m di quota: Cozzo Pellegrino arriva a 1987 m. mentre la Mula tocca i 1935 m. A settentrione, in posizione marginale nell'ambito del territorio del Parco, si erge isolato il Monte Alpi (1900 m). Si tratta di un interessante fenomeno geologico che finora non ha trovato una spiegazione univoca. Gli studiosi infatti non sono riusciti ancora a spiegare come questa piattaforma carbonatica appartenente alla placca abruzzese- campana abbia potuto collocarsi nella posizione attuale.
I sistemi fluviali, che dividono il territorio del Parco in bacini ben definiti, sono pregevoli per la ricchezza di corsi d'acqua e sorgenti, alcune delle quali dalle proprietà oligominerali o termali. A Nord, il bacino fluviale del Sinni, il corso d'acqua più importante del versante lucano del Parco, è alimentato da due importanti affluenti, il Frido e il Sarmento. Il primo, a carattere torrentizio, nasce dal Piano Iannace, nel cuore del massiccio a 1800 metri di quota. Attraversa dapprima i Piani di Vacquarro, poi un maestoso bosco ricco di cerri e faggi, il Magnano, da dove raccoglie le acque del torrente Peschiera, e conclude la sua corsa nei pressi dell'antico convento del Ventrile di Francavilla sul Sinni. Il secondo, il Sarmento, nasce nei pressi di Casa del Conte, una frazione di Terranova di Pollino, attraversa la Gola della Garavina, un profondo canyon di spettacolare bellezza, per immettersi nel Sinni a Ovest di Valsinni. Le acque convogliate da Serra delle Ciavole, Toppo Volturno e Falconara alimentano il torrente Raganello, corso d'acqua famoso per la sue Gole nate dall'azione combinata dell'erosione fluviale e dai movimenti tettonici.

ISTITUZIONE: DPR del 15.11.1993
ESTENSIONE: 192.565 ettari
POPOLAZIONE RESIDENTE: 172.583 ab.
REGIONI: Basilicata - Calabria
PROVINCE: Cosenza - Matera - Potenza
COMUNI: 24 in Basilicata - 32 in Calabria

Il Pino Loricato

Il Pino Loricato (*Pinus leucodermis Ant.*), elemento caratteristico nell'ambito degli Habitat forestali di interesse Comunitario rientranti nella rete ecologica europea Natura 2000, vive in Europa nella penisola Balcanica e in Italia in maniera naturale esclusivamente in quella parte dell'Appennino Calabro-Lucano rientrante nel perimetro del Parco Nazionale del Pollino. In questa area è presente con popolamenti, abbastanza localizzati sui gruppi montuosi Zaccana- La Spina, Pollino, Palanuda- Cozzo del Pellegrino, Montea e Monte Alpi: ed è per questa unicità, oltre che per la sua bellezza,che è stato scelto quale emblema del Parco Nazionale del Pollino. Lo possiamo ammirare abbarbicato sulle vette delle montagne nelle bellissime pietraie calcaree, di solito ad altitudini superiori ai 1000 m s.l.m., oltre i limiti del Faggio (*Fagus sylvatica*), che ad altitudini inferiori diventa dominante. Eccezione segnalata a questa distribuzione altitudinale è il caso della stazione di Canale Cavaiu (Orsomarso) posta a 530 m s.l.m. La storia della identificazione di questa specie è stata lunga, complessa e affascinante come il pino Loricato stesso. Le prime notizie risalgono al 1862 quando il botanico partenopeo Michele Tenore raccolse per la prima volta dei rametti di questo pino ai piani del Pollino a circa 1850 metri di quota, ma il materiale venne confuso con altre specie affini.
Il Pino loricato si presenta come un albero alto fino a 30m dall'aspetto robusto. Gli esemplari esposti ai venti sviluppano rami con portamento a "bandiera" in modo da offrire minor resistenza ai venti dominanti. E' una specie molto frugale adattatasi agli ambienti aridi e freddi delle alte vette. La corteccia negli esemplari giovani è liscia mentre in quelli adulti risulta fessurata in grandi placche di colore grigio cenere con squame trapezoidali ricoperte da piccole squame lucenti, dandole l'aspetto di una corazza, ovverosia la "lorica" delle armature dei legionari romani, da qui l'origine del nome.
Quello che rende unico il Pino loricato del Pollino è proprio il suo adattamento agli ambienti di alta quota dove si è rifugiato per non soccombere al Faggio, ciò ha donato a questi esemplari un portamento tormentato, affascinante, spesso scultoreo e monumentale che si differenzia da quello posseduto in ambienti meno estremi del resto del suo areale, dove forma vere foreste. Proprio per queste caratteristiche, che lo distinguono nettamente dal Faggio, e per la presenza esclusiva sulle parti sommitali e maggiormente impervie dei rilievi, non è difficile distinguerlo e osservarlo ad esempio dai Piani di Pollino o da Colle Gaudolino o ancora più semplicemente affacciandosi dalla balconata a Belvedere di Malvento.Colpiscono in particolare gli esemplari più maestosi e plurisecolari nonché le silhouette quasi spettrali di quelli che, sebbene morti, rimangono in piedi grazie al legno ricco di resine che li rendono più resistenti agli agenti naturali della decomposizione. Per questa particolarità, unita al gradevole odore che esso emana e alla sua resistenza all'attacco dei tarli, il legno del Pino loricato veniva in passato utilizzato per la costruzione di bauli e casse da biancheria che accompagnavano gli emigranti calabresi e lucani nei loro viaggi di emigrazione. Inoltre, per la proprietà di bruciare lentamente e con fiamma luminosa, con il legno di questa conifera venivano in passato realizzate le "deghe" ovvero le fiaccole utilizzate durante le feste locali.
La presenza di individui plurisecolari è spesso legata alle impervietà delle località in cui la specie vegeta che li ha preservati dal taglio di utilizzo, purtroppo ciò non è bastato, in tempi recenti, a preservarli dal danneggiamento e da tristi, vigliacchi e inutili atti vandalici.

Foto di *Giorgio Braschi*, Archivio Ente Parco del Pollino

Le piante officinali

Il Parco Nazionale del Pollino ospita un' ampia varietà di specie vegetali: su 1773 specie censite, le specie di interesse officinale sono risultate 437 di cui 53 tossiche/velenose se i loro principi attivi sono assunti ad alte concentrazioni.
Ginestra odorosa (*Spartium junceum L.*). Le sue fioriture gialle tra maggio e giugno colorano i margini di molte delle strade del Parco.
Ha proprietà diuretiche e ipotensive
Dittamo (*Dictamus albus L.*). Specie non molto comune cresce negli incolti e nelle boscaglie della fascia mediterranea. I suoi fiori rosei o bianco violetti fioriscono tra maggio e giugno. Ha proprietà antispastiche, digestive, toniche e vermifughe.
Tarassaco comune Dente di leone, Soffione(*Taraxacum officinale W.*). E' presente nel sottobosco di querceti e faggeti nei cespuglietti che invadono gli incolti, nei prati, nei pascoli e anche tra le macerie dei ruderi.
La sua radice ha proprietà diuretiche, depurative e toniche.
Borragine comune (*Borago officinalis L.*). Questa pianta è presente negli incolti e nei pressi dei ruderi. Forma infiorescenze di colore azzurro intenso che fioriscono tra la primavera e l'estate.
Ha proprietà depurative, diuretiche, sudorifere ed antinfiammatorie.
Origano (*Origanum vulgare L.*). E' diffuso nel sottobosco di querceti, nei cespuglietti, nei coltivi della fascia mediterranea. I fiori di colore roseo e riuniti in spighette fioriscono nei mesi estivi.
Ha proprietà antalgiche, antisettiche, espettoranti e parassiticide.
Asfodelo montano (*Asphodelus albus M.*). E' diffuso nei prati-pascoli montani e nel sottobosco di faggete e cerrete, presenta una vistosa infiorescenza verticale allungata e i fiori di colore bianco fioriscono tra maggio e giugno. Ha proprietà diuretiche e i tuberi, ricchi di amido, in tempi di carestia venivano utilizzati in sostituzione del pane.
Genziana maggiore(*Genziana lutea L.*). Presenta caratteristici fiori gialli e vegeta nei gruppi di Pino Loricato e nei prati-pascoli montani. E' tra le specie potenzialmente velenose, ma i suoi estratti, nella giusta concentrazione, hanno proprietà digestive, febbrifughe, vermifughe e vengono utilizzati anche per la preparazione di aperitivi.
Anemone stellata (*Anemone hortensis L.*). Vegeta negli ex coltivi e lungo i cigli delle strade dalla fascia mediterranea. Il suo fiore roseo e profumato sboccia tra marzo e maggio. Come quello della genziana, il suo principio attivo è potenzialmente velenoso , ma alla giusta concentrazione ha proprietà antireumatiche.
Belladonna (*Atropa belladonna L.*). E' frequente nelle radure dei boschi di faggio (ad es. ai lati della strada che conduce da Piano Pedarreto a Piano Ruggio), presenta fiori bruno-violetti a fioritura estiva. Il suo principio attivo è velenoso già a bassi dosaggi poiché è molto attivo su tutti gli organi controllati dal sistema nervoso parasimpatico, come il cuore e gli occhi.
Millefoglio montano(*Achillea millefolium L.s.s.*). E' presente nei pascoli montani del Parco (ad es. i Piani di Novacco), il fiore è di colore bianco o roseo. Fiorisce in estate. Il nome scientifico di questa specie, deriva dalla leggenda che associa le sue proprietà medicamentose emostatiche, antisettiche e cicatrizzanti con l'eroe della Mitologia greca, Achille, che si narra fosse stato con essa curato.

Giglio rosso

Il Capriolo

Il territorio del Parco Nazionale del Pollino è caratterizzato dall'alternarsi di valli impervie(soprattutto nel suo versante calabrese e in parte in quello lucano), di boschi ricchi di radure nascoste, di cespuglieti, di ex coltivi di fondovalle e di ambienti a vegetazione mediterranea. Questi ambienti sono ideali per il Capriolo (*Capreolus capreolus*) che, insieme al Cervo (*Cervus elaphus*), di recente reintroduzione nell'area del Parco, e al Cinghiale (*Sus scrofa*) rappresentano componenti importanti della comunità animale di questi ambienti che ospitano anche il Lupo, il loro predatore naturale. Storicamente il prelievo venatorio, la specie nell'area oggi tutelata del Parco è stata cacciabile fino agli anni '70, ne aveva ridotto sia la consistenza di popolazione, portandola quasi al limite sotto il quale la popolazione perde la capacità di automantenersi, sia la dimensione dell'areale. Il Capriolo prima del XX secolo si ritiene che vivesse in tutta la Calabria settentrionale, mentre negli anni '80 la sua presenza si era notevolmente ridotta limitandosi all'impervio comprensorio montuoso/collinare che costeggia il versante tirrenico meridionale del Parco, noto come "monti dell'Orsomarso", in un'area di soli ca. 7.500 ettari nell'area della Valle del Fiume Argentino. Dopo l'istituzione del Parco Nazionale del Pollino si è assistito ad un lento e graduale ampliamento della sua presenza: da studi recenti (Massolo & Lovari, 2002) occuperebbe un territorio di circa 35.000 ettari. Una minaccia alla purezza genetica della popolazione del Capriolo autoctono di Orsomarso potrebbe venire da eventuali incroci con popolazioni originatesi da storiche introduzioni e ripopolamenti, avvenuti in aree esterne al Parco ed effettuati con caprioli di origine alpina o provenienti dal nord ed est Europa. Ad esempio nell'area del massiccio della Sila la popolazione introdotta di capriolo è di origine alpina. Ad oggi l'isolamento della popolazione del Pollino ne ha preservato la purezza genetica. Il corpo affusolato, gli arti posteriori più sviluppati rispetto agli anteriori, la colorazione mimetica del mantello, il muso appuntito e i palchi ridotti e rivolti all'indietro testimoniano la particolare attitudine del Capriolo alla vita in ambienti di macchia e di fitto sottobosco. Il palco è presente solo nei maschi e cade in autunno dopo la stagione riproduttiva estiva per ricrescere nell'anno successivo. Altro segno distintivo tra i sessi è la macchia bianca posta alla base della coda che nel maschio è a forma di fagiolo mentre nella femmina a cuore rovesciato. Il Capriolo è attivo all'alba e al tramonto e predilige ambienti di transizione tra le aree boscate, dove si rifugia, e quelle più aperte come pascoli, radure ed ex coltivi. Si nutre delle parti più tenere di molte specie vegetali, quali il Nocciolo, il Rovo, gli Aceri, il Biancospino, l'Edera, il Pungitopo, la Smilace, le ghiande, i frutti del Faggio, le castagne e varie leguminose di prati e pascoli. Ha comportamento prevalentemente solitario territoriale che si accentua nei maschi durante la stagione riproduttiva primaverile- estiva. Nel periodo invernale è più gregario e vive in piccoli gruppi costituiti da una femmina con piccoli, spesso un'altra giovane femmina e/o un maschio adulto. Spesso vengono ritrovati dei piccoli erroneamente ritenuti abbandonati dalla madre. A tal riguardo è utile sottolineare che i piccoli nei primi giorni di vita vengono sovente lasciati da soli dalla madre accovacciati nella boscaglia o fra l'erba alta dove si mimetizzano grazie al loro mantello maculato. La femmina in realtà si trattiene nelle vicinanze e immancabilmente li raggiunge per allattarli. Quindi quello che potrebbe essere scambiato per abbandono o smarrimento è in realtà un comportamento naturale. Si raccomanda, quindi, nell'eventualità di un tale fortunato incontro assolutamente di NON PRENDERE CON SE O TOCCARE IL CUCCIOLO, ma di allontanarsi quanto prima facendo meno rumore possibile per non spaventare la madre e il piccolo e di informare il CFS o l' Ente Parco dell'avvistamento.

Cerbiatto (Cervus elaphus) – Foto di B. Romanelli (per gentile concessione)

I Boschi e gli Insetti

Boschi di Leccio, Roverella, Castagno, Cerro, Faggio, esemplari isolati o in piccoli gruppi di Pino loricato, ricoprono il territorio del Parco Nazionale del Pollino da quote basse fino ad oltre i 2.000 metri. Gli abitanti del Parco conoscono da sempre tali luoghi con i nomi di Bosco di Monte Caramola, la Fagosa, Bosco Iannace, Bosco di Lagoforano, Bosco Magrizzi, Bosco Magnano, Bosco di Pollinello, Bosco Vaccarizzo, Foresta dell'Orsomarso. Dalle chiome allo strato del terreno i boschi ospitano tantissime specie fra animali e vegetali di cui moltissime legate alla cultura e alla storia delle genti del Pollino. Non solo Lupi, Caprioli, Martore e Picchi frequentano il bosco, anzi, quelli più facilmente osservabili, ma ai quali tuttavia si fa poca attenzione, sono certamente gli insetti. Il Bosco di Magnano, attraversato dal Torrente Peschiera, ospita una splendida cerreta dove ad esempio è facile vedere nei mesi estivi degli strani insetti con grosse mandibole appuntite a guisa di tenaglia. Si tratta del Cervo volante meridionale (*Lucanus tetraodon*), il maschio usa tali curiose appendici per spettacolari combattimenti con i rivali nelle contese amorose per la conquista delle femmine. E' uno tra i più grandi insetti della fauna italiana,infatti, può raggiungere i 50 mm di lunghezza ed è il parente italiano dei più grandi insetti del mondo. Altro insetto che frequenta le aree boscate di quercia è il *pisasale*, ovverosia il Cerambicide della quercia (*Cerambix cerdo*). Si tratta di un insetto di grandi dimensioni che ha antenne più lunghe del corpo e deve il suo nome locale al fatto che, soprattutto nel versante calabrese, i bimbi usassero le antenne a mo' di bilancia. I boschi di cerro, acero e di castagno ospitano una delle rarità tra gli insetti del Parco: *Osmoderma italica*, un insetto di color cuoio lucido, le cui dimensioni raggiungono i 24-30 mm. E', purtroppo, una specie in lenta scomparsa in tutta la sua area di distribuzione che comprende anche altri paesi e solo boschi molto antichi, di almeno 200-300 anni, che sono in grado di assicurarne la sopravvivenza. Nel Parco Nazionale del Pollino sono stati ritrovati due esemplari, uno in un bosco misto di acero e cerro del versante ionico del Parco ed uno in un bosco di cerro nei Monti dell'Orsomarso. Si tratta di importanti ritrovamenti dal punto di vista della distribuzione geografica della specie poiché finora non si avevano segnalazioni certe sui monti del Pollino, ma solo in un bosco nei dintorni di Viggiano, non lontano dai confini del Parco, e sui monti della Sila. Tutti i grandi boschi di faggio ospitano uno dei più belli tra gli insetti europei, lungo 15-40mm, di colore azzurro cenere, recante tre coppie di macchie nero- vellutate ed orlate di bianco sulle ali : La *Rosalia alpina*. Il suo colore lo rende mimetico con il colore della corteccia del faggio e con numerosi licheni che si rinvengono su questi alberi. Il titolo di più grande rarità tra gli insetti del Parco è a sicuro appannaggio di *Buprestis splendens* Questo rarissimo insetto è infatti considerato il Coleottero più raro d'Europa ed è un vero e proprio "fossile vivente": la comparsa di questa specie è infatti da ricondurre nel tempo a subito dopo la scomparsa dei dinosauri ovverosia tra 65 e 2 milioni di anni fa. E' facilmente riconoscibile: di colore dorato o verde smeraldo con riflessi azzurri e purpurei lungo 14-21 mm. In Italia è stato scoperto solo recentemente ed è noto solo per la Lucania in aree all'interno del Parco Nazionale del Pollino, dove è legato quasi esclusivamente al Pino loricato . Si ricorda infine che tutte e cinque questi insetti sono compresi nell'allegato 2 della Direttiva Europea 92/43 Habitat e perciò soggetti ad un altissimo grado di protezione, dunque, la raccomandazione che vi diamo per tutelare questo nostro comune patrimonio è quella di non raccoglierli ma di osservarli e fotografarli e per ultimo vi chiediamo la cortesia di comunicarci gli eventuali avvistamenti via e-mail all'indirizzo ente@parcopollino.it o via telefono allo 0973.669311 .

Podalirio

I Rettili

Nel Parco vivono tre specie di Lucertola, la Lucertola campestre(*Podarcis sicula*), la Lucertola muraiola (*Podarcis muralis*) ed il Ramarro (*Lacerta bilineata*). Le differenze tra le prime due sono piuttosto sottili ma come criterio generale possiamo dire che la lucertola campestre ha una livrea con dominanza del verde in diverse tonalità mentre la livrea della muraiola è più uniforme oltre a presentare lungo i fianchi una fascia scura più distinta. La campestre è comune dal livello del mare sino alla fascia basso montana, oltre ad essere sicuramente la specie che più conosciamo e facilmente osservabile anche nei paesi del parco. A quote maggiori diventa più comune la muraiola. Il Ramarro è inconfondibile per le dimensioni nettamente maggiori e la livrea verde o marrone. Frequenta i cespuglieti, margini di boschi e i filari di siepi che delimitano i campi. I maschi adulti hanno la gola blu e al momento della riproduzione tale colorazione si estende anche ai lati della testa. Nelle zone più calde vicine alla costa vive il Geco comune (*Tarentola mauri tanica*). Questa specie appartiene al gruppo dei Gechi. Si distingue dalle lucertole per il corpo appiattito e largo, la pelle rugosa e la presenza alla punta delle dita di cuscinetti adesivi tondeggianti molto evidenti che gli consentono di arrampicarsi anche in verticale o in orizzontale con il dorso ruotato verso il basso. La colorazione varia dal bruno grigio e nelle zone più calde è attivo anche di notte ed è facile osservarlo sui muri delle case, nelle quali spesso entra, a caccia degli insetti attirati dalle luci artificiali.
Nel Parco vivono sette specie si serpenti: la Vipera (*Vipera aspis*), il Saettone (*Elaphe longissima*), il Cervone (*Elaphe quatuorlineata*), il Biacco (*Hierophis viridiflavus*), la Biscia dal collare (*Natrix natrix*), la Natrice tassellata (*Natrix tassellata*) e il Colubro liscio (*Coronella austriaca*). La Vipera è riconoscibile per il corpo tozzo percorso da macchie bruno- rossicce e ben distinto dalla testa triangolare e dalla corta coda. Il Saettone e il Cervone sono le specie che raggiungono la dimensioni maggiori, anche superiori al metro tanto da riuscire ad avvolgere e soffocare le prede tra le spire del corpo. Il Saettone ha colorazione uniforme da grigia a verde mentre il Cervone presenta delle linee nere longitudinali continue o interrotte a formare delle macchie scure. Entrambi hanno abitudini arboricole. Il Biacco è inconfondibile per il colore completamente nero caratteristico delle popolazioni meridionali della specie. La Biscia e la Natrice sono le uniche ad avere abitudini acquatiche e sono infatti abili nuotatori. La Biscia si distingue dalla Natrice per la presenza dietro il capo, da ogni lato, di due macchie una anteriore bianca o giallo arancio ed una posteriore scura . Il Colubro liscio è un serpente piuttosto sottile, tipico degli habitat caldi e ricchi di rocce, testa e collo non definiti dal resto del corpo e colorazione grigiastra, brunastra, rosata o anche rossastra con macchie più scure nella regione del collo.
Scincidi: spesso con i serpenti vengono confusi due specie di Rettili che sono in realtà affini alle lucertole: la Luscengola (*Chalcides chalcides*) e l' Orbettino (*Anguis fragilis*). Entrambe hanno forma allungata e sono prive di arti (la luscengola ha solo due cortissimi arti anteriori). La prima è osservabile sui prati soleggiati dove si muove rapidissima tra l'erba, l'orbettino predilige invece ambienti più freschi e ombrosi.
Testuggini: Nelle acque stagnanti è possibile osservare la Testuggine palustre europea (*Emys orbicularis*). Il colore del carapace è scuro, mentre il piastrone è giallo con macchie scure, arti e testa sono scuri con delle screziature gialle più o meno abbondanti. Le popolazioni del Pollino sono tra le poche a frequentare stagni di quote elevate, sino ai 1.600 metri.

Rosalia alpina - Foto di F. Rotondaro (per gentile concessione)

Gli uccelli rapaci

La presenza di zone montuose con estesi prati e pascoli di quota degradanti in scoscesi declivi rocciosi, come nell'area dei fiumi Rosa, Lao, Argentino e Raganello, offre l'ambiente adatto alla nidificazione dell' Aquila reale (*Aquila chrysäetos*). Ciò perché questo affascinante rapace, dall'imponente apertura alare, caccia prede su aree aperte in quota rispetto al nido ospitato sulle cenge delle pareti rocciose. In tal modo il trasporto verso il nido delle prede, di dimensioni e pesi notevoli, può avvenire con il minimo sforzo. Il numero di coppie nidificanti è in senso assoluto non elevato tuttavia tale consistenza, interpretata alla luce delle necessità ambientali sopra descritte e alla notevole estensione di territorio necessario ad una singola coppia, in realtà satura l'effettiva superficie di territorio utile per la nidificazione della specie. Nelle cavità delle porzioni alte e riparate delle pareti rocciose nidifica inoltre il Falco Pellegrino (*Falco peregrinus*) Questa specie, presente nel Parco con una trentina di coppie (censite al 2002), si nutre quasi esclusivamente di altre specie di uccelli che cattura in volo con velocissime picchiate. Negli stessi ambienti nidifica il Lanario (*Falco biarmicus*). A differenza del Pellegrino ha alimentazione più varia, si nutre infatti oltre che di uccelli che cattura in volo, anche di micro mammiferi e rettili. La sua presenza nel Parco è discontinua, è infatti localizzata nella porzione basso collinare delle valli del Sinni e del Sarmento. Altri rapaci predatori di uccelli, legati invece agli ambienti boschivi del Parco, sono lo Sparviero (*Accipiter nisus*) e l'Astore (*Accipiter gentilis*). Le aree boscate a margine delle aree aperte di bassa quota ospitano il Nibbio reale (*Milvus milvus*). Questo elegante rapace ha una sagoma facilmente riconoscibile grazie all'estremità della coda a forma di V. La maggior parte delle popolazioni presenti nel Parco sono localizzate nella porzione lucana, nell'area del fiume Sinni, dove di fatto sono presenti ampie estensioni di territorio adatto a questa specie. Più comuni e facili avvistare sono la Poiana (*Buteo buteo*) e il Gheppio (*Falco tinnunculus*). Spesso si può osservare il Gheppio mentre si mantiene sospeso in volo stazionario sopra i prati grazie ad un rapido batter d'ali. Tale tecnica di volo nota come "spirito santo" è utile per meglio individuare le prede a terra ed è utilizzata anche dalla Poiana e dal Biancone (*Circaetus gallicus*). Quest'ultima è una specie migratoria e, anche se raro, si può avere la fortuna di osservarlo nel Parco.
E' riconoscibile per il colore ventrale bianco e il sottogola scuro, è chiamato anche "Aquila dei serpenti" che sono infatti le sue prede d'elezione. Il Capovaccaio (*Neophron percnopterus*), il più piccolo avvoltoio europeo, è segnalato solo per le Gole del Raganello con pochissimi individui che dopo aver trascorso l'inverno in Africa vengono a riprodursi nel Mediterraneo. Il Parco ha inoltre intrapreso nel 2002 la reintroduzione del Grifone (*Gyps fulvus*) con esemplari provenienti dalla Spagna. Tra i rapaci notturni il più misterioso ed affascinante è sicuramente il Gufo reale (*Bubo bubo*) la specie che raggiunge le maggiori dimensioni. E' una specie minacciata e in forte declino che predilige habitat con aree rocciose e terreni aperti o scarsamente boscati. La presenza degli Uccelli rapaci è indice di buona qualità ambientale: la maggior parte di loro si nutre di Rettili, Insetti e Mammiferi (di piccole e medie dimensioni) sensibili alle alterazioni fisiche, chimiche e morfologiche degli habitat, spesso causate dall'attività antropica (es. uso dei pesticidi, cambio d'uso dei terreni). Oltre che dalla alterazione degli habitat e dalla scomparsa delle prede naturali i Rapaci sono direttamente minacciati dal bracconaggio, dall'utilizzo di bocconi avvelenati contro il Lupo e altri mammiferi predatori e spesso da un'altra pratica illegale quale il prelievo dei giovani dai nidi sia per la detenzione in cattività sia per la Falconeria.

Poiana (Buteo buteo) - Foto di B. Romanelli (per gentile concessione)

Anfibi

Nel corso dell'evoluzione gli Anfibi sono stati i primi vertebrati ad abbandonare le acque e a colonizzare le terre emerse molti milioni di anni prima che comparissero i mammiferi. Di questo ancestrale passaggio è rimasta traccia anche nelle specie che oggi noi possiamo osservare. Queste infatti mantengono nel ciclo biologico una forma larvale (girini e larve) che vive in acqua ed è indipendente dal corpo della madre. Le larve degli anfibi dopo un processo di metamorfosi si trasformano nell'individuo adulto che abbandonerà l'ambiente acquatico per vivere sulla terra ferma. Gli Anfibi sono quindi ancora legati all'ambiente acquatico per la fecondazione, la deposizione delle uova e la vita stessa delle larve: tali habitat svolgono la stessa funzione svolta dal grembo materno nei mammiferi. Da tale peculiarità deriva il nome Anfibi che in greco significa infatti "a doppia vita" ovvero una larvale acquatica e una adulta terrestre. Un' ottima occasione per conoscere gli Anfibi del Parco è offerta, durante la buona stagione, dall'osservazione degli ambienti acquatici sia naturali di acqua corrente o stagnante, sia artificiali, quali vasche per l'irrigazione, abbeveratoi e invasi dai quali questi animali non si allontanano mai molto. Tali ambienti sono allietati dai richiami che i maschi di rane e rospi emettono allo scopo di attirare le femmine per l'accoppiamento utilizzando come cassa armonica la sacca rigonfia posta a seconda delle specie sotto la gola o ai lati della testa.

RANE E ROSPI

Sono gli anfibi senza coda e sicuramente quelli più conosciuti. La differenza principale tra rane e rospi consiste nella pelle che nelle rane è liscia e sottile, mentre nei rospi è rugosa e spessa.
Nel Parco vivono altre 4 specie di rana: la Raganella (*Hyla intermedia*), la Rana verde (*Rana esculenta*) la Rana appenninica (*Rana italica*) e la Rana dalmatina (*Rana dalmatina*). Le prime tre sono più legate agli ambienti acquatici mentre la Rana dalmatina vive anche nel sottobosco di boschi umidi maturi. La Raganella, la più piccola delle quattro, è di un bel colore verde acceso mentre le altre hanno colorazione più varia. La Rana esculenta è la più grande e massiccia ed è comune a basse quote, mentre la Rana appenninica vive lungo i ruscelli collinari e montani. E' possibile osservare tre specie di rospo : il Rospo comune (*Bufo bufo*), il Rospo smeraldino (*Bufo viridis*) e l'Ululone dal ventre giallo (*Bombina pachypus*). La prima è la specie che raggiunge le dimensioni maggiori, la colorazione dorsale è uniforme e varia dal giallastro al marrone scuro. Il Rospo smeraldino è più piccolo del Rospo comune, la colorazione di fondo del corpo è simile ma presenta delle macchie verde oliva scuro e predilige ambienti posti al di sotto della fascia collinare. E' facile incontrare questi rospi durante le notti di pioggia lungo le strade che attraversano nei loro spostamenti. A tal riguardo si ricorda che un minimo di attenzione alla guida può salvare la vita a decine di questi utili animali. L'Ululone dal ventre giallo, infine, è il più montano dei rospi del Parco ed è riconoscibile dagli altri per il colore ventrale giallo-arancio acceso e la pupilla a forma di cuore.

TRITONI E SALAMANDRE

Sono gli Anfibi con la coda, la forma del corpo richiama infatti quella di una lucertola e sono sicuramente le specie di anfibi meno conosciute. Osservare i tritoni durante la primavera e l'inizio dell'estate è facile, basta prestare attenzione alle raccolte di acqua quali fontanili e vasche per l'irrigazione e i piccoli canali dove questi animali si recano per la riproduzione. Nel Parco vivono due specie di Tritone: il Tritone italiano (*Triturus italicus*) e il Tritone crestato (*Triturus carnifex*). Quest'ultimo diventa più abbondante oltre i 600 m di altitudine e raggiunge dimensioni maggiori oltre a presentare una evidente cresta dorsale da cui il nome. Una particolarità interessante di questi animali è che spesso le larve non metamorfosano in adulti, come generalmente accade, ma mantengono lo stato larvale e continuano a crescere e riprodursi in ambiente acquatico (neotenia). Tra le Salamandre troviamo due specie: la Salamandra gialla e nera (*Salamandra salamandra*) e la Salamandrina terdigitata (*Salamandrina terdigitata*).
Questa spesso si trova nelle stesse raccolte di acqua dei tritoni, dai quali si distingue oltre che per la colorazione dorsale uniformemente scura, anche per la tipica macchia chiara a forma di V tra gli occhi e la colorazione rossa accesa della parte ventrale.
La Salamandra gialla e nera è di maggiori dimensioni, ed è caratterizzata da una colorazione dorsale gialla a macchie nere più o meno estese.

Foto di *Giorgio Braschi*, Archivio Ente Parco del Pollino

il Lupo

Tra le presenze faunistiche del comprensorio del Parco quella del Lupo è quella che più è ricca di risvolti non solo conservazionistici, ma anche socio-storico-culturali ed emozionali che sottolineano l'antichissimo legame tra questo mammifero e l'uomo. Questo carnivoro, dall'aspetto simile ai nostri cani, a testimonianza di un'antica storia di domesticazione e selezione operata dai nostri avi sulla specie, è stato oggetto attraverso i secoli di varie azioni di sterminio sistematico e organizzato (ad. es. nelle Alpi negli anni '20 e in Sicilia negli anni '40) che in aggiunta alle riduzioni registrate durante il ventennio successivo al secondo conflitto mondiale, avevano relegato questa specie a frammentati ed isolati comprensori montani siti nelle zone più impervie ed inaccessibili dell'Appennino centro-meridionale. Solo a partire dagli anni '70 si è potuto registrare una graduale ripresa delle popolazioni nel territorio italiano, che ad oggi risultano distribuite dall'Appennino alle Alpi Marittime. Tale ripresa è il risultato dell'interazione di più fattori: interventi di conservazione diretta, come la definitiva messa al bando della uccisione legalizzata, e indiretta, come la tutela e ricostituzione delle popolazioni di ungulati selvatici sue prede d'elezione, l'istituzione di aree protette, le trasformazioni socio- culturali che hanno comportato un progressivo abbandono delle campagne e quindi la riduzione del conflitto con le attività antropiche specialmente nella porzione montuosa del territorio della nostra penisola. Ciò in particolare ha consentito di ricostruire la connessione faunistica tra le aree di rifugio della specie. I comprensori montuosi del Parco Nazionale del Pollino sono stati sempre considerati capisaldi importanti per la presenza del Lupo a livello regionale e nazionale. Sin dalle prime attività di censimento degli anni settanta, venivano segnalati nuclei stabili che, pur subendo, nel tempo, variazioni rilevanti di densità dovute principalmente all'attività di persecuzione antropica, costituivano una delle 10 isole montane di sopravvivenza della specie individuate in Italia. A seguito di un recente studio sull'ecologia e la conservazione del Lupo nel Parco Nazionale del Pollino, si è giunti alla stima di 8-11 branchi distribuiti tra il Massiccio del Pollino il comprensorio dei Monti cosiddetti dell'Orsomarso, e nelle zone più periferiche quali i comprensori dello Spina-Zaccana e del Monte Alpi – Caramola. La popolazione del Parco è caratterizzata da un elevato potenziale riproduttivo con valori medi di densità corrispondenti a quelli rilevati in altri contesti nazionali, ovvero 1 branco ogni ca.200 Km2, con le densità maggiori nelle zone più meridionali dell'area del Parco caratterizzate da maggiore integrità degli ambienti naturali. Pur non avendo questo carnivoro particolari requisiti di habitat, è stata evidenziata l'importanza per la stabilità e la sopravvivenza dei branchi, di "aree critiche" coincidenti con le zone di riproduzione e rifugio caratterizzate da copertura forestale estesa e continuativa, presenza delle prede principali (ungulati selvatici quali Cinghiali, Caprioli e Cervi) e da una ridotta densità e accessibilità. Il Lupo è un animale sociale, vive in gruppi gerarchicamente organizzati i cosiddetti "branchi" la cui dimensione è legata alla consistenza numerica e qualitativa delle prede. Nel territorio del Parco del Pollino, nonché in quello italiano in genere, tale consistenza corrisponde ad un gruppo familiare comprendente una coppia con i cuccioli dell'anno e qualche subadulto. Importante per il mantenimento della struttura sociale è la comunicazione tra gli individui individuata in un complesso sistema di comunicazione visivo (postura del corpo, posizione della coda e delle orecchie), uditivo (ululati, guaiti, latrati) ed olfattivo. Difficile da osservare in natura se non in sporadici e fortuiti casi, anche a causa della lunga storia di persecuzione da parte dell'uomo, che hanno portato il Lupo ad evitare l'incontro con la nostra specie.

Elenco Guide del Parco

Acquaformosa (CS) Antonietta Campagna: Tel. 0984.33577 - Cell. 339.8685287-
Nicolino Mele: Tel. 0981.949232 - Cell. 347.9967186 - e-mail orthi@libero.it
Alessandria del Carretto (CS) Antonio Larocca: Tel. 0981.53025
Altamura (BA) Campochiaro Mirella Benedetta: Cell. 347.6311373
Belvedere Marittimo (CS) D'Aprile Lucia: Tel. 0985.82822 - Cell. 349.7349474 -
e-mail lucia.daprile@alice.it
Buonvicino (CS) Cauteruccio Ciriaco Maurizio: Tel. 0985.85080 - Cell. 347.2314388 -
e-mail maurizio.pollino@libero.it
Castrolibero (CS) Giacomo Gervasio: Tel. 0984.445526 - Cell. 333.6350917 - e-mail info@scgreenwood.it
Castrovillari (CS) Roberto Pozzoli: Tel. 0981.483037 - Cell. 338.5950330
Francesco Rotondaro: Tel. 0981.27643 - Cell. 347.9310765
Francesco Sallorenzo: Tel. 0981.28404 - Cell. 339.8446060 - e-mail rancesco.sallorenzo@gmail.com
Sangineti Gaetano: Tel. 349.5346434 - e-mail sanginetigaetano@yahoo.it
Vacchiano Andrea: Tel: 0981.480140 - Cell. 348.2745771 - e-mail a.vacchiano@hotmail.it
Silvestro Carrieri: Tel. 0981.483302 - Cell. 347.6519686 - e-mail silvio.carrieri@gmail.com
Cerchiara di Calabria (CS) Luca Cosimo Franzese: Tel. 0981.941041 - Cell. 339.6197005
Paolo Franzese: Cell. 340.5261463 - 338.7724950 - e-mail franzesep@yahoo.it
Vancieri Giovanni: Tel. 0981.991088 Cell. 333.8271599 - e-mail gvancieri@libero.it
Chiaromonte (PZ) Bruno Niola: Cell. 339.7646529 - e-mail niolabruno@katamail.com
Civita (CS) Pietro Palazzo: Tel. 0981.73338 - Cell. 329.8126414
Emanuele Pisarra: Cell. 333.8732829 - e-mail episarra@tiscali.it
Dipignano (CS) Crispino Francesca: Tel. 0984.445526 - Cell. 334.3001543 -
e-mail crispino.francesca@libero.it
Firmo (CS) Franco Salvatore: Tel. 0981.940352 - Cell.3409241485 - e-mail salvatore.franco@firmo.net
Frascineto (CS) Domenico Gioia: Tel. 0981.32764 - Cell. 347.6550784 - e-mail pollinopicchio@libero.it
Camodeca Immacolata: Tel: 0981.32537 - Cell. 346.6213217
Grisolia (CS) Gennaro Cavaliere: Tel. 0985.83542 - Cell. 333.9286017-377.1169850 -
e-mail rinocavaliere@libero.it
Giuseppe Crusco: Tel. 0985.83013 - Cell. 320.3709007 - e-mail pino.crusco@libero.it
Laino Borgo (CS) Cersosimo Massimo: Tel. 0981.82387 - Cell. 347.5421035
Laino Castello (CS)Carmine Mario Tedesco: Tel. 0984.631502 - Cell. 347.3506963 -
e-mail carminetedesco8@virgilio.it
Latronico (PZ) Gaetano Antonio Lofrano: Tel. 0973.858420 - Cell. 340.6786865 -
e-mail gaetanolofrano@tellusmater.it
Forastiere Rosita: Tel. 0973.858420 Cell. 339.7980173
Lauria (PZ) Limongi Fabio: Tel. 0973.821001 - Cell. 338.3525928
Lungro (PZ) Frega Pierre Francois: Cell. 339.7665640
Malvito (CS) Carmelo Pizzuti: Tel. 0984.509147- Cell. 340.3280485
Mendicino (CS) La Carbonara Francesco: Tel. 0984.638006 - Cell. 349.7273574
Morano Calabro (CS) Motta Roberto Angelo: Tel. 0981.399823 - Cell. 328.5712073
Parrilla Antonio: Tel 0981.30747 - Cell. 347.6743106
Mormanno (CS) Luigi Perrone: Tel. 0981.81424 - Cell. 347.4416619 - e-mail info@guidaparcopollino.it
Armentano Angela: Cell. 320.2223719
Noepoli (PZ) Nicola Salvatore Salerno: Tel. 0973.92315 - Cell. 328.4342015
Noicattaro (BA) Anna Pia Colucci: Tel. 080.5433531 - Cell. 338.8447245
Plataci (CS) Bellusci Andrea: Tel. 0981.56337 - Cell. 338.9336012
Potenza Maria Luigia De Stefano: Tel. 0971.486097
Rosanna Iannuzzi: Tel. 0981.22597
Alba Tempone: Tel. 0971.282228 - Cell. 349.2643356 - e-mail alba@giro-vagando.it
Rotonda (PZ) Angela Armentano: Tel. 0973.21354 - Cell. 347.4396476 - e-mail a.armentano@libero.it
Giuseppe Cosenza: Tel. 0973.669290 - Cell. 347.2631462 e-mail peppe@viaggiarenelpollino.it
Giuseppe Di Tomaso: Tel. 0973.661431 - Cell. 349.8758417 e-mail pino@guidapollino.it
Esposito Iole: Tel: 0973.661331 - Cell. 388.6927934 e-mail iole.esposito24@gmail.com
San Basile (CS) Giancarlo Gramiccio: Tel. 0981.35216 - Cell. 347.6276282
San Chirico Raparo (PZ) Melfi Giuseppe: Cell. 327.5430314
San Costantino Albanese (PZ) Quirino Alberto Valvano: Tel. 0973.91096 - Cell. 340.4110651
e-mail vuzak@tiscali.it
Cellini Alessandro: Tel 0973.584301 - cell. 349.5162018 - e-mail alessandro.cellini@outlook.com
San Severino Lucano (PZ) Giorgio Braschi: Tel. 0973.576437
Vincenzo Domenico Lo Duca: Cell. 328.2137327 - e-mail vinc12@virgilio.it
Domenico Donato Viceconte: Tel. 0973.576172 - Cell. 347.8587582 - e-mail leo.narduzzo@tiscalinet.it
Scalea (CS) Primo Galiano: Tel. 0985.91033 - Cell. 345.2220575 e-mail primo.galiano@hotmail.it
Terranova del Pollino (PZ) Giovanni Basile: Tel. 347.7119708
Domenico Bruno: Tel. 0973.93473 - Cell. 349.4917189
Salvatore Martorano: Tel. 0973.93262 - Cell. 347.7506851
Antonio Miraglia:Tel. 0973.93407 - Cell. 347.8690093
Mario Salerno: Tel. 0973.95059 - Cell. 347.6993880
Rocco Tufaro: Tel. 0973.93395 - Cell. 329.0661448 - e-mail info@lagaravina.it
Golia Renato: Tel. 0973.93024 - Cell. 347.5216951
Guarino Nicola: Tel. 0973.93322 - Cell. 320.5399099
Tufaro Isabella: Tel. 0973.93395 - Cell. 388.4719436
Trebisacce (CS) Isabella Gatto: Tel. 0981.51117 - Cell. 347.9206129
D'Alba Luca: Tel. 329.6573757
Trecchina (PZ) Ielpo Antonio: Cell. 339.3154816
Vibo Valentia (VV) Prestinenzi Monica: Cell. 320.8792484
Viggianello (PZ) Rita Antonietta Maria Tedesco: Tel. 0973.664247 - Cell. 368.3577657
Armando Mario Vincenzo: Tel. 0973.664016 - Cell. 339.2098857
Maria Angela Vena: Tel. 0973.664016 - Cell. 339.5637451
Corraro Adalberto: Tel. 0973.665033 - Cell. 349.2176398
Poerio Luigi: Cell. 327.0139522
Roberti Rina Antonina: Cell. 339.3338207

Prima di effettuare una visita o un'escursione nel Parco:

-Documentarsi sull'itinerario che si intende percorrere, adeguandolo, eventualmente, alle proprie capacità.
-Dotarsi di un abbigliamento e di un'attrezzatura idonei al tipo di visita o di escursione che si vuole intraprendere.
-Informarsi preventivamente sulle condizioni metereologiche previste.
-Scegliere, possibilmente, l'accompagnamento di una Guida ufficiale ed esclusiva del Parco. Anche se si conosce l'itinerario che si vuole percorrere, una Guida, attraverso le sue competenze, è importante per una buona fruizione della natura e per la sicurezza dell'escursione.
-Segnalare agli uffici di competenza, emergenze, pericoli, danni, eventuali problemi ed inconvenienti e comportamenti scorretti.
Nel Parco non è consentito: inoltrarsi con l'automobile in strade non aperte al traffico e parcheggiare al di fuori delle aree previste; accendere fuochi; campeggiare negli adeguati spazi se privi di autorizzazione; spargere o lasciare sul posto rifiuti; estirpare o danneggiare piante, fiori, funghi; raccogliere minerali; abbandonare strade o sentieri battuti; introdurre animali domestici; portare radioline, strumenti musicali e qualsiasi cosa che violi il silenzio, la pace, la solenne integrità della natura.

Per una buona escursione

Periodo consigliato: dalla primavera all'autunno.
Abbigliamento: fare uso di indumenti comodi che lasciano traspirare il corpo, in una combinazione di strati, al fine di potersi coprire in base alle condizioni atmosferiche trovate durante l'escursione. Fare uso di pantaloni lunghi, scarponcini da escursionismo e calze lunghe traspiranti e ben aderenti. Munirsi di copricapo per ripararsi, a seconda della stagione, dal sole o dal freddo e disporre di occhiali da sole.

Equipaggiamento essenziale

Zaino non troppo grande, dove tenere sempre una mantellina anti-pioggia, indumenti, borraccia, colazione (composta da cibi leggeri e poco ingombranti, privilegiando alimenti freschi: frutta e verdure)
Accessori consigliati: binocolo e macchina fotografica.

Emergenza Ambientale e Soccorso Antincendi Boschivi
1515
Soccorso Alpino - Basilicata 347 1235081
Soccorso Alpino - Calabria 339 6197005 - 339 1916666
Soccorso Speleo 347 3506963

I prodotti tipici

Il territorio del Parco Nazionale del Pollino è caratterizzato da una natura aspra e varia, montagne, boschi, torrenti, e da una flora e fauna unica. L'esperienza emotiva offerta ai visitatori è notevole, ma lo è anche quando si scende a valle verso i centri storici e ci si immerge nei loro dedali di viuzze, dove tra botteghe artigiane e vecchie osterie, saperi e sapori di una volta, il tempo sembra essersi fermato. Il territorio del parco antropizzato conta comunità che tramandano usi e tradizioni popolari, lingue, canti, danze di antichissima tradizione, ed il territorio risulta modellato e curato con attività di coltivazione, semina, pascolo, allevamento, trasformazione dei prodotti vegetali, del latte, delle carni suine in prodotti locali tipici.

Prodotti lattiero - caseari

Da sempre capre e pecore, allevate allo stato brado e semibrado nel territorio del parco, si cibano di erbe spontanee e odorose e foraggi freschi dando il via al processo di produzione di un latte eccellente e dei suoi preziosi derivati. Tra formaggi freschi e stagionati dell'area è da menzionare il pecorino a pasta dura, il paddaccio e la ricotta infornata. Il pecorino a pasta dura è ottenuto dalla trasformazione di latte di ovi-caprino e prodotto con latte di pecora intero e crudo tra il 50 ed il 90%, percentuale che arriva addirittura al 100% nel caso di formaggi ovini, sempre a pasta dura. Il Paddaccio è un formaggio di latte di pecora e capra a produzione stagionale lavorato manualmente, non sottoposto a stagionatura e non salato. Prodotto alle falde del Pollino, in particolare nei comuni di Rotonda, Viggianello e Terranova di Pollino, ha un gusto leggermente acidulo nonché una consistenza morbida e cremosa. In alcuni piccoli caseifici del versante calabrese del parco, viene realizzata la ricotta infornata, che ha la peculiarità di essere cotta in forno in contenitori di ceramica o di terracotta dopo essere stata sottoposta a salatura a secco.

Ortofrutta

L'assoluta unicità dei prodotti ortofrutticoli del Pollino conferisce al paesaggio un aspetto unico e straordinario per forme e colori. Tra questi spiccano i fagioli bianchi, la melanzana rossa e il peperone di Senise . I fagioli bianchi come il tondino o il poverello bianco di Rotonda, prodotto a denominazione di origine protetta, coltivati prevalentemente nella valle del Mercure si seminano entro la prima metà di giugno e vengono raccolti a mano in due o tre passaggi tra settembre ed ottobre, non si adattano ad altitudini inferiori ai 600 metri , privilegiando luoghi con temperature massime estive intorno ai 30°, il che rafforza il contenuto in zuccheri semplici. La melanzana rossa di Rotonda, presidio slow food dal 2002 e prodotto a denominazione di origine protetta, di aspetto rosso e tondeggiante, può essere consumata come antipasto o contorno di piatti a base di carne, in abbinamento a vini rossi leggeri. Si consuma sott'olio e sott'aceto. Apprezzata per il suo sapore caratteristico, piccante ed esotico, ha un profumo intenso e fruttato ed un retrogusto leggermente amarognolo. Il peperone di Senise ha il marchio IGP sin dal 1996. E' prodotto a Senise ed in altri dodici paesi della valle del Sinni. Si distingue per la polpa sottile e per il basso contenuto di liquidi, che ne facilita l'essiccazione al sole, dopo essere stati *'nsertati* a mano nelle classiche collane. Questo peperone può essere gustato fresco o secco dopo essere stato fritto in abbondante olio d'oliva.

Tradizionale lavorazione della pasta fresca - Foto di F. Rotondaro (per gentile concessione)

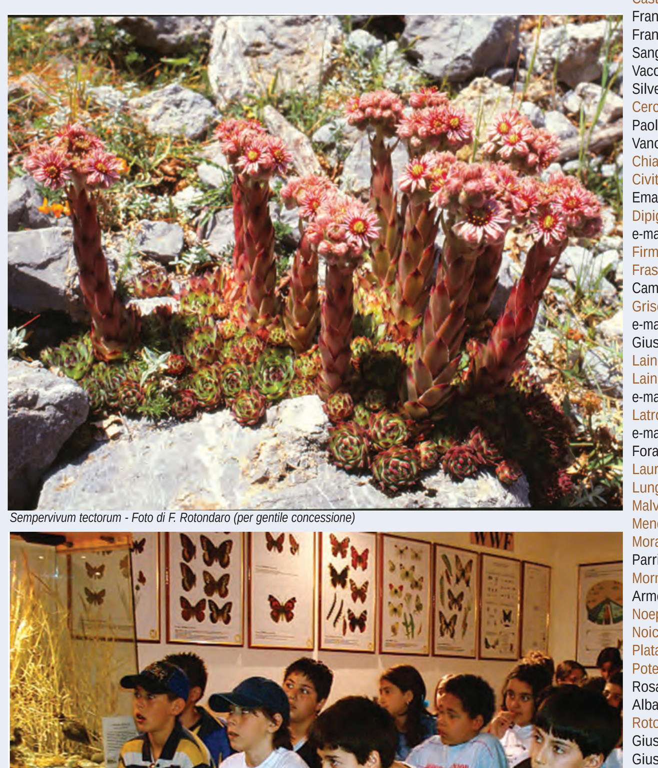
Foto di F. Rotondaro - (per gentile concessione)

I salumi

Variamente denominata a seconda dei paesi di produzione, la soppressata, così detta perché va messa sotto pressa, ha antiche radici nel territorio calabro- lucano del Pollino. L'aspetto è di colore rosso vivo, la consistenza compatta, che risente di alcune variabili in base al territorio di produzione: sale, pepe e peperone rosso dolce o piccante in quella calabrese, sale , pepe nero e bianco in quella lucana. La salciccia viene prodotta con carni di primissima scelta, l'impasto, arricchito da semi di finocchietto selvatico e peperone di Senise in polvere, viene insaccato in budello naturale di maiale. La salciccia può essere consumata fresca o stagionata, ha un gusto lievemente piccante e molto profumata.

Prodotti da forno

I piccoli e caratteristici panifici del Pollino ancora oggi offrono al visitatore prodotti dal gusto e dall'odore inconfondibilmente genuini. Il prodotto da forno più rinomato della filiera è il pane di Cerchiara di Calabria, profumato fragrante e piacevole anche dopo dieci giorni. Qualità straordinaria data da pochi peculiari elementi: il lievito madre, la farina di grano per il 60%, crusca per la restante parte, giusti tempi di lievitazione, acqua di montagna e cottura a legna. Il tarallo, dalla caratteristica forma a otto, si gusta generalmente a fine pasto, con un buon bicchiere di vino. La fresa o fresella, di forma piatta o a ciambella, rotonde o rettangolari, biscottate e croccanti. Si possono condire con un filo d'olio e pomodori tagliati a pezzettini. Nella grande varietà di biscotti e dolci tipici, merita una menzione particolare il pane dolce pasquale "piccidat", tipico di tutta l'area del pollino. La pasta fresca e secca viene prodotta in molteplici formati ed ottenuta secondo ricette tradizionali, con semola derivante dalla molitura del frumento duro coltivato con metodi di produzione integrata nel territorio del parco. Una della paste più tradizionali è il mischiglio, ottenuto con una farina composta da ceci, orzo, semola di grano duro, fave e avena.
Le altre tipicità sono prodotti di assoluta eccellenza, tra cui l'olio, il miele, le marmellate e i liquori che si possono degustare nei ristoranti ed agriturismi del Pollino. La bontà dell'olio del Pollino deriva dall'esperienza degli artigiani locali nei processi di selezione e di lavorazione che danno garanzia di sapore e genuinità. Il miele, alimento semplice e straordinario nelle molteplici varietà in cui viene prodotto, trova la sua massima bontà nel millefiori. Le marmellate sono di esclusiva produzione artigianale, ottenute da frutta fresca come nel caso delle confetture di fragoline di bosco, more selvatiche e sambuco, che si abbinano a formaggi piccanti e stagionati. I liquori prodotti sul Pollino conservano gli aromi intensi dei frutti spontanei con cui vengono ottenuti; il fragolino, finocchietto, alloro, more,sambuco e liquirizia, bene si accompagnano ai dolci e biscotti tipici del Pollino. Il moscato di Saracena, presidio slow food dal 2002, è un dolce nettare ottenuto da uve moscatello, guarnaccia, malvasia e profumatissima odoacra, al palato mantiene eleganza e finezza, discreta persistenza, buon equilibrio con una piacevole nota amarognola. Si abbina volentieri sia ai prodotti dolciari tradizionali del Pollino che ai formaggi non erborinati.



Sempervivum tectorum - Foto di F. Rotondaro (per gentile concessione)

Studenti nel Centro di educazione Ambientale di Chiaromonte - Foto di B. Niola (per gentile concessione)

COMUNI IN BASILICATA	N 32 = Coordinate geografiche sulla carta lato A	COMUNI IN CALABRIA

Calvera — Abitanti: 454 Superficie: kmq 15.79 CAP 85030. Comune : p.zza Risorgimento tel.0973.573061. Da vedere: **Chiesa Madre -Cappella di S. Gaetano - Palazzo Mazzilli - Palazzo Martinese**. Ricettività: **Agriturismo**. www.calveraweb.it — P 7

Castelluccio Inferiore — Abitanti: 2.203 Superficie: Kmq 28.81 CAP: 85040. Comune: largo Marconi tel.0973.663994. Da vedere: **Chiesa Madre di S. Nicola - Chiesa dell'Annunziata - Convento di S. Antonio di Padova - Cappella di S. Maria delle Grazie - Palazzo Marchesale - Palazzo Taranto - Palazzo Arcieri**. Ricettività: **Hotel**. www.comune.castelluccioinferiore.pz.it — I 16

Castelluccio Superiore — Abitanti: 881 Superficie: Kmq 32.28 CAP: 85040. Comune: S.p. 46 tel.0973.662145. Da vedere: **Chiesa Madre di S. Margherita - Chiesa Madonna del Carmine - Chiesa Madonna del Loreto - Palazzo Pizzo - Fontana in Piazza Plebiscito**. Ricettività: **Hotel**. www.comune.castellucciosuperiore.pz.it — I 16

Castelsaraceno — Abitanti: 1,516 Superficie: Kmq 74.18 CAP: 85031. Comune: via Roma tel.0973.832013 – fax 0973.832573. Da vedere: **Chiesa di S. Rocco e Convento dei Cappuccini - Chiesa di S. Spirito - Palazzo baronale**. Ricettività: **Rifugio**. www.comune.castelsaraceno.pz.it — J 7

Castronuovo Sant'Andrea — Abitanti: 1.229 Superficie: Kmq 46.93 CAP: 85030. Comune: P.zza G.Marconi 3, tel.0973.835045. Da vedere: **Chiesa Madre S. Maria delle Nevi - Cappella di S. Maria delle Grazie - Cappella di S. Andrea - Cappella S. Maria La Stella**. www.comune.castronuovosantandrea.pz.it — R 5

Carbone — Abitanti: 725 Superficie: Kmq 47.75 CAP: 85030. Comune: via Vittorio Veneto tel.0973.578023 fax 0973.573907. Da vedere: **Ruderi del monastero basiliano di S. Elia - Chiesa Francescana al Convento - Chiesa parrocchiale di S. Luca Abate - Cappella Fraticelli - Palazzo Cascini - Palazzo De Negris - Palazzo Castronuovo - Palazzo Castelli**. Ricettività: **Agriturismo**. www.comune.carbone.pz.it — N 8

Cersosimo — Abitanti: 742 Superficie: Kmq 24.65 CAP: 85030. Comune: via F.lli Bandiera tel.0973.94023. Da vedere: **Resti della cinta muraria del sec. IV a.C. - Chiesa parrocchiale - Resti della Chiesa di S. Maria di Costantinopoli. - Palazzo Valicenti**. Ricettività: **Agriturismo**. www.comune.cersosimo.pz.it — Y 13

Chiaromonte (CENTRO VISITA) — Abitanti: 2.016 Superficie: Kmq 70.58 CAP: 85032. Comune: via Di Giura tel.0973.571002. Da vedere: **Resti del Convento del Ventrile - Chiesa Collegiata - Chiesa di S. Giovanni - cappella di S. Andrea Avellino- Resti del Castello feudale - Palazzo Vescovile - Ruderi dell'Abbazia cistercense di S. Maria del Sagittario**. Ricettività: **Agriturismo Hotel Ostello**. www.comune.chiaromonte.pz.it — S 9

Episcopia — Abitanti: 1.518 Superficie: Kmq 28.73 CAP: 85033. Comune: via G. Bruno, 80 - tel 0973.655013 fax 655300. Da vedere: **Convento e Chiesa di S. Antonio - Santuario di S. Maria del Piano - Chiesa madre di S. Nicola - Chiesetta dell'Addolorata - Chiesa di S. Rocco - Castello feudale - Palazzo Cocchiaro-Frabasile - Palazzo Guerriero - Palazzo De Salvo - Palazzo Verderosa.** Ricettività: **Agriturismo**. www.comune.episcopia.pz.it — N 12

Fardella — Abitanti: 657 Superficie: Kmq 27.28 CAP: 85030. Comune: c.so V. Emanuele, tel.0973.572051 fax 572000. Da vedere: **Chiesa di S. Antonio - Cappella di S. Vito - Cappella di S. Onofrio - Cappella dell'Assunta - Palazzo De Salvo**. www.comune.fardella.pz.it — Q 10

Francavilla in Sinni — Abitanti: 4.306 Superficie: Kmq 48.95 CAP: 85034. Comune: p.zza Manieri tel.0973.577103. Da vedere: **Santuario della Madonna di Pompei - Chiesa Parrocchiale di SS. Felice e Policarpo - La Certosa di S. Nicola**. Ricettività: **Bed & Breakfast Hotel Agriturismo**. RISERVA NATURALE ORIENTATA RUBBIO. www.comune.francavillainsinni.pz.it — S 12

Latronico — Abitanti: 4,859 Superficie: Kmq 75.98 CAP: 85043. Comune: l.go Marconi tel.0973.853111 fax 0973 853232. Da vedere: **Chiesa di S. Maria delle Grazie già S. Maria della Colla - Chiesa di S. Egidio - Chiesa di S. Nicola - Palazzo Arcieri - Palazzo Gioia - Cappella di S. Cataldo.** TERME LUCANE. Ricettività: **Agriturismo Hotel**. www.comune.latronico.pz.it — J 11

Lauria — Abitanti: 13.441 Superficie: Kmq 175.66 CAP: 85044. Comune: via Roma tel.0973.627111. Da vedere: **Santuario Madonna dell'Armo - Chiesa di S. Nicola di Bari - Chiesa di S. Giacomo Apostolo - Monastero di S. Antonio - Convento dell'Immacolata Concezione - Chiesa dell'Annunziata - Palazzo Viceconti - Castello Ruggiero**. Ricettività: **Agriturismo Hotel Pensione**. www.comune.lauria.pz.it — C 14

Noepoli — Abitanti: 1.024 Superficie: Kmq 51.52 CAP: 85035. Comune: C.da Manche, 12 tel.0973.92034 fax 0973.92033. Da vedere: **Chiesa parrocchiale della Visitazione della Beata Vergine - Cappella della Madonna di Costantinopoli - Cappella della Madonna del Rosario - Resti di fortificazioni**. Ricettività: **Bed and Breakfast Agriturismo**. www.comune.noepoli.pz.it — X 11

Rotonda — Abitanti: 3.616 Superficie: Kmq 42.33 CAP: 85048. Comune: Via Roma, 12 tel.0973.661005 fax 0973.661269. Da vedere: **Santuario di S. Maria della Consolazione - Chiesa Madre - Chiesa del SS. Rosario - Chiesa di S. Antonio - Chiesa di S. Carlo Borromeo - Ruderi del castello feudale - Palazzo di Rinaldis - Palazzo Amato**. Ricettività: **Bed and Breakfast Agriturismo Hotel Affittacamere**. SEDE ENTE PARCO NAZIONALE DEL POLLINO - tel.0973.669311. www.comune.rotonda.pz.it — L 19

San Costantino Albanese — Abitanti: 823 Superficie: Kmq 37.42 CAP: 85030. Comune: l.go Luna tel.0973.91126. Da vedere: **Chiesa dei Santi Costantino ed Elena - Santuario della Madonna della Stella - Chiesa della Madonna delle Grazie - Santuario della Madonna della Conserva - Palazzo Pace**. Ricettività: **Agriturismo Rifugio**. www.comune.sancostantinoalbanese.pz.it — W 14

San Giorgio Lucano — Abitanti: 1,354 Superficie: Kmq 38.94 CAP: 75027. Comune: via Meridionale tel.0835.846032 fax 846355. Da vedere: **Santuario della Madonna del Pantano - Chiesa Parrocchiale - Cappella della Madonna delle Grazie, - Palazzo Zito**. Ricettività: **Hotel Affittacamere Agriturismo**. www.comune.sangiorgiolucano.mt.it — A1 10

San Paolo Albanese — Abitanti: 327 Superficie: Kmq 29.89 CAP: 85030. Comune: via V. Veneto, tel.0973.94367. Da vedere: **Chiesa Madre dell'Esaltazione della Croce - Cappella di S. Rocco - Cappella di S. Francesco - Palazzo Blumetti - Palazzo Smilari**. www.comune.sanpaoloalbanese.cs.it — X 14

San Severino Lucano (CENTRO VISITA) — Abitanti: 1.739 Superficie: Kmq 61.14 CAP: 85030. Comune: via S. Vincenzo tel.0973.576132. Da vedere: **Santuario della Madonna del Pollino - Chiesa Parrocchiale di S. Maria degli Angeli - Chiesa di S. Vincenzo Ferreri - Chiesa della Madonna del Carmine - Chiesa di Maria SS. dell'Abbondanza**. Ricettività: **Bed and Breakfast Agriturismo Hotel Affittacamere**. www.sanseverinolucano.com — P 15

Senise — Abitanti: 7.348 Superficie: Kmq 96.61 CAP: 85038. Comune: p.zza Municipio tel.0973.686200. Da vedere: **Chiesa di S. Francesco - Campanile della Chiesa Madre - Chiesa dei Cappuccini - Municipio, chiostro della chiesa di San Francesco - Palazzo Marcone - Palazzo Donnaperna - Palazzo Fortunato Lago di Monte Cotugno**. Ricettività: **Agriturismo Hotel Pensione Bed & Breakfast**. www.comune.senise.pz.it — Q 29

Teana — Abitanti: 674 Superficie: Kmq 19.61 CAP: 85032. Comune: via Municipio, tel.0973.572001. Da vedere: **Chiesa della Madonna del Carmine. - Cappella di S. Cristofaro - Cappella della Madonna del Carmine – Ruderi della rocca longobarda - Palazzo Lecce.** Ricettività: **Pensione**. www.comune.teana.pz.it — V 8

Terranova di Pollino — Abitanti: 1.380 Superficie: Kmq 112.30 CAP: 85030. Comune: via Dante tel.0973.93009. Da vedere: **Santuario della Madonna della Pietà - Chiesa di S. Francesco da Paola - Cappella di S. Maria delle Grazie - Cappella di S. Antonio - Cappella di S. Rocco - Palazzo Rusciani – Sorgente Catusa**. Ricettività: **Bed and Breakfast Agriturismo Hotel Affittacamere**. www.comune.terranovadipollino.pz.it — Q 9

Valsinni — Abitanti: 1.675 Superficie: Kmq 31.97 CAP: 75029. Comune: via Sicilia, 16 tel.0835.818038. Da vedere: **Castello di Isabella Morra - Palazzo Melidoro - Chiesa Madre - Chiesa dell'Annunziata**. PARCO LETTERARIO ISABELLA MORRA. Ricettività: **Bed and Breakfast Agriturismo Affittacamere**. www.comune.valsinni.mt.it- www.parcomorra.it — C1 6

Viggianello (CENTRO VISITA) — Abitanti: 3.257 Superficie: Kmq 119.83 CAP: 85040. Comune: via Senatore De Filpo tel.0973.664311. Da vedere: **Chiesa di San Francesco di Paola - Cappella S. Maria della Grotta - Cappella di San Luigi - Chiesa Parrocchiale di S. Caterina - Cappella dell'Immacolata Concezione - Cappella di S. Sebastiano. - Cappella della SS. Trinità - Cappella S. Lucia - Chiesa di S. Pasquale – Chiesa di S. Carmelo - Resti del Castello feudale**. Ricettività: **Bed & Breakfast Hotel Agriturismo Residence**. www.comune.viggianello.pz.it — N 18

Acquaformosa — Abitanti: 1.186 Superficie: kmq 22.75 CAP: 87010. Comune: via S. Francesco tel.**0981.949121**. Da vedere:**Santuario di S. Maria del Monte-Chiesa S. Giovanni Battista-Chiesa della Concezione-Chiesa dell'Addolorata-Palazzo Capparelli-Palazzo Buono-Palazzo Rossano**. Ricettività: **Bed & Breakfast**. www.comunediacquaformosa.it — N 32

Aieta — Abitanti: 854 Superficie: kmq 47.97 CAP: 87020. Comune: p.zza Mons. Lomonaco, 11, tel.0985.71016 – 71046. Da vedere: **Chiesa di S. Maria della Visitazione - Cappella di S. Vito martire - Palazzo rinascimentale Spinelli**. Ricettività: **Hotel**. www.comunediaieta.it — C 20

Alessandria del Carretto — Abitanti: 571 Superficie: kmq 39.30 CAP: 87070. Comune: p.zza Municipio, 4 tel.0981.53006. Da vedere: **Chiesa parrocchiale di S. Alessandro- Palazzo Chichidimo**. Ricettività: **Bed & Breakfast - Hotel**. www.comune.alessandriadelcarretto.cs.it — Z 18

Belvedere Marittimo — Abitanti: 9,410 Superficie: kmq 37.22 CAP: 87021. Comune: p.zza G. Amellino, 1 tel.0985.849080. Da vedere: **Chiesa della Madonna delle Grazie - Chiesa di Santa Maria del Popolo - Convento dei Padri Cappuccini - Chiesa del SS. Crocifisso - Castello Aragonese**. Ricettività: **Bed & Breakfast Hotel Agriturismo**. www.comune.belvedere-marittimo.cs.it — D 37

Buonvicino — Abitanti: 2.388 Superficie: kmq 30.35 CAP: 87020. Prefisso: 0985 Comune: via Roma tel.0985.85873. Da vedere: **Chiesa della Madonna del Rosario - chiesa di San Ciriaco Abate - Chiesa della Madonna delle Grazie - Convento dei Padri Cappuccini - Chiesa del SS. Crocifisso - Santuario della Madonna della Neve - Palazzo ducale**. www.comune.buonvicino.net — E 33

Castrovillari — Abitanti: 22,524 Superficie: kmq 130.18 CAP: 87012. Comune: p.zza Municipio tel.0981.2511 fax 21007. Da vedere: **La Chiesa di S. Maria del Castello - Chiesa di S. Giuliano Convento di S. Francesco d'Assisi - Chiesa di S. Francesco di Paola Castello Aragonese**. SEDE COMUNITA' DEL PARCO. Ricettività: **Bed & Breakfast - Hotel**. www.comune.castrovillari.cs.it — S 27

Cerchiara di Calabria — Abitanti: 2.532 Superficie: kmq 82.07 CAP: 87070. Comune: via A. Caputi, 1 tel.0981.991007 fax 0981.991535. Da vedere: **Santuario di S. Maria delle Armi - Convento degli Osservanti - Chiesa di S. Antonio - Chiesa di S. Giacomo - Chiesa di S. Pietro - Chiesa di S. Francesco di Paola - Torre - Ruderi del Castello - Abisso del Bifurto - Grotta del Gufo**. Ricettività: **Agriturismo - Hotel**. www.comune.cerchiara.cs.it — A1-24

Civita — Abitanti: 985 Superficie: kmq 27.11 CAP: 87010. Comune: p.zza Municipio tel.0981.73012fax 0981.73039. Da vedere: **Chiesa di Santa Maria Assunta - Cappelle della Consolazione e di San Antonio- Museo etnico Arbereshe - Centro Educazione Ambientale**. La Gola del Raganello. Ricettività: **Agriturismo - Bed & Breakfast - Hotel**. www.comunedicivita.it — X 26

Francavilla Marittima — Abitanti: 3.002 Superficie: kmq 32.86 CAP: 87072. Comune: via Mazzini, 1 tel.0981.994872 fax 994482. Da vedere: **Chiesa della Madonna degli Infermi - Chiesa della Madonna del Carmine - Chiesa Madre - Cappella di S. Lucia - Cappella S. Emidio - Palazzo Rovitti - Palazzo De Santis - Palazzo Rizzi - Palazzo Montilli**. Ricettività: **Bed & Breakfast Affittacamere**. www.comune.francavillamarittima.cs.it — A1 26

Frascineto (CENTRO VISITA) — Abitanti: 2.310 Superficie: kmq 28.78 CAP: 87010. Comune: P.zza Albania, tel.0981.32013- fax 0981.32488. Da vedere: **Chiesa di S. Maria Assunta - Chiesa dei SS. Pietro e Paolo Chiesa del Purgatorio - Chiesa S. Basilio il Grande- Museo delle Icone- Museo del Costume Albanese**. Ricettività: **Bed & Breakfast**. www.comune.frascineto.cs.it — O 25

Grisolia — Abitanti: 2.431 Superficie: kmq 50.60 CAP: 87020 Comune: via S. Sofia tel.0985.83645 fax 85069. Da vedere: **Santuario di S. Rocco - Chiesa di S. Antonio da Padova Chiesa di S. Sofia - Chiesa di S. Leonardo - Palazzo Ducale**. Ricettività: **Bed & Breakfast - Hotel - Ostello -Pensione**. www.comunedigrisolia.it — D 32

Laino Borgo — Abitanti: 2.094 Superficie: kmq 56.73 CAP: 87014. Comune: V.le Longo,1 tel.0981.82002 fax 0981.82712. Da vedere: **Chiesa di S. Spirito - Santuario di S. Maria dello Spasimo o delle Cappelle - Chiesa del Purgatorio - Chiesa di S. Maria La Greca**. Ricettività: **Agriturismo - Bed & Breakfast - Hotel**. www.comune.lainoborgo.cs.it — I 19

Laino Castello — Abitanti: 907 Superficie: kmq 39.34 CAP: 87015. Comune: via O. Sanseverino,5 tel.0981.82249 fax 0981.82004. Da vedere: **Ruderi del castello feudale - Chiesa di S. Teodoro - Chiesa delle Vergine - Palazzo Attademo - Palazzo Chitarelli - Palazzo Rocca - Palazzo De Franco - Palazzo Lo Passo - Palazzo Palese-Lo Passo -Palazzo Forastieri.** www.comune.lainocastello.cs.it — I 20

Lungro — Abitanti: 2,836 Superficie: kmq 35.18 CAP: 87010. Comune: P.zza Cavallotti - tel.0981.945021 Fax 0981.945155. Da vedere: **Duomo di S. Nicola di Mira Miniera di salgemma**. Ricettività: **Hotel**. www.comune.lungro.cs.it — P 30

Maierà — Abitanti: 1.263 Superficie: kmq 17.80 CAP: 87020. Comune: via Ortaglie, 1 tel.0985.889102 fax 0985.889155. Da vedere: **Chiesa di S. Maria del Piano - Cappella della Madonna del Carmine - Chiesa di S. Pietro - Palazzo Ducale - Porta della Terra- Chiesa di San Domenico. Museo del peperoncino.** Ricettività: **Hotel Agriturismo**. www.comune.maierà.cs.it — D 32

Morano Calabro (CENTRO VISITA) — Abitanti: 4.813 Superficie: kmq 112.34 CAP: 87016. Comune: p.zza Giovanni XXIII, 7 tel.0981.31021 fax 0981. 31036. Da vedere: **Ruderi del Castello normanno - Collegiata dei Santi S. Pietro e Paolo - Chiesa di San Nicola - Convento e Chiesa di S. Bernardino con polittico di Bartolomeo Vivarini - Collegiata di S. Maria Maddalena - Chiesa del Carmine - Convento del Colloreto- Museo dell'agricoltura**. Ricettività: **Hotel Agriturismo Bed & Breakfast**. www.comunemoranocalabro.it — P 25

Mormanno (CENTRO VISITA) — Abitanti: 3.387 Superficie: kmq 75.90 CAP: 87026. Comune: via Alighieri, tel.0981.81008. Da vedere: **Collegiata di S. Maria del Colle - Chiesa S. Maria degli Angeli - Chiesa dell'Annunziata - Chiesa di Santa Apollonia -Chiesa della Madonna del Suffragio -Chiesa di Sant'Anna - Chiesa del Perpetuo Soccorso - Chiesa di Santa Caterina - Chiesa S. Michele Chiesa di S. Rocco -Chiesa della Madonna della Catena -Palazzo Vescovile**. Ricettività: **Agriturismo - Bed & Breakfast**. www.comune.mormanno.cs.it — J 23

Mottafollone — Abitanti: 1.319Superficie: kmq 30.84 CAP: 87010. Comune: p.zza Dante tel.0981.68088. Da vedere: **Chiesa di San Giovanni Battista - Chiesa di Santa Maria Assunta di Capo d'Acqua - Museo nella chiesa di Santa Croce Castello Medioevale**. Ricettività: **Agriturismo**. www.santicello.org — M 36

Orsomarso (CENTRO VISITA) — Abitanti: 1.373 Superficie: kmq 89.8 CAP: 87020. Comune: P.tta Sant'Antonio tel.0985.24104. Da vedere: **Chiesetta di S. Maria di Mercuri - Convento Francescano Chiesa di S. Leonardo - Chiesa di S. Giovanni Battista -Ruderi del Castello di Mercurion - Grotta di S. Michele o dell'Angelo ed eremo di S. Nilo**. Ricettività: **Agriturismo - Bed & Breakfast - Hotel**. RISERVA NATURALE ORIENTATA VALLE DEL FIUME ARGENTINO. www.comune.orsomarso.cs.it — F 27

Papasidero — Abitanti: 874 Superficie: kmq 54.65 CAP: 87020. Comune: via Municipio tel.0981.83078. Da vedere: **Maria SS. di Costantinopoli - Cappella di S. Sofia Chiesa di San Costantino - Chiesa di San Francesco di Paola - Cappella della Madonna del Carmine - Ruderi del Castello Svevo Ruderi dell'abbazia di San Pietro il Grasso - Borgo di Avena-** Grotta del Romito: incisione. rupestre del Bos Primigenius. RISERVA NATURALE ORIENTATA VALLE DEL FIUME LAO. www.papasidero.altervista.org — F 23

Plataci — Abitanti: 846 Superficie: kmq 50.38 CAP: 87070. Comune: P.zza Marconi,16 tel.0981.54011 – fax 0981.54100. Da vedere: **Cappella Madonna di Costantinopoli - Chiesa di San Rocco - Chiesa Madre San Giovanni Battista - Palazzo Brunetti, sec. XVIII - Palazzo Adduci, sec. XVIII - Palazzo Bellusci, sec. XVIII. Palazzo De Paola, sec. XVII.** Ricettività: **Casa Albergo Agriturismo**. www.comune.plataci.cs.it — C1 22

Praia a Mare — Abitanti: 6.824 Superficie: kmq 22.91 CAP: 87028. Comune: p.zza Municipio tel.0985.72353. Da vedere: **Santuario della Madonna della Grotta - Castello di Fiuzzi - Torre di Fiuzzi - Torre dell'isola di Dino. Museo comunale.** Ricettività: **Bed & Breakfast Hotel Agriturismo**. www.comune.praia-a-mare.cs.it — A 22

San Basile — Abitanti: 1.098 Superficie: kmq 18.48 CAP: 87010. Comune: p.zza Bellizzi tel.0981.35005 fax 0981.35443. Da vedere: **Chiesa di S. Giovanni Battista - Monastero di S. Maria Odigitria - Palazzo Tamburi**. www.comune.sanbasile.cs.it — Q 27

San Donato di Ninea (CENTRO VISITA) — Abitanti: 1.542 Superficie: kmq 81,61 CAP: 87010. Comune: via XXIV Maggio, 1 tel. 0981.63419-63361. Da vedere: **Chiesa della SS. Trinità - Chiesa di Santa Maria Assunta - Santuario di San Michele Arcangelo - Grotte Sant'Angelo - Chiesa del SS. Salvatore - Oratorio di S. Domenica - Chiesa rupestre di S. Vito - Palazzo Monaco - Palazzo Baronale - Castello**. Ricettività: **Agriturismo Rifugio**. www.santodonatodininea.net — L 32

Sangineto — Abitanti: 1.416 Superficie: kmq 27.50 CAP: 87020. Comune: via Matteotti, 2 tel.0982.970709 fax 0982.970810. Da vedere: **Castello angioino - Chiesa parrocchiale S. Maria della Neve - Convento di S. Francesco di Paola - Cappella di S. Giuseppe - Cappella della Madonna del Carmine - Cappella di S. Michele.** Ricettività: **Hotel**. www.comune-sangineto.cs.it — G 38

San Lorenzo Bellizzi — Abitanti: 765 Superficie: kmq 39.03 CAP:87070. Comune:P.zza Benedetto Croce,12 tel.0981.993013. Da vedere: **Chiesa Madre di S. Lorenzo Martire - Chiesa del Crocifisso - Cappella Madonna del Carmine- Chiesa di Sant'Anna**. Ricettività: **Agriturismo**. RISERVA NATURALE ORIENTATA GOLE DEL RAGANELLO. www.comune.sanlorenzobellizzi.cs.it — X 22

San Sosti — Abitanti: 2.174Superficie: kmq 43.54 CAP: 87010. Comune: l.go Orto Sacramento, 1 -tel. 0981.60151. Da vedere:**Santuario del Pettoruto - Abbazia di San Sozonte - Abbazia di S. Nicola - Abbazia di S. Nicola - Chiesa Madre Santa Caterina Vergine e Martire - Ruderi del Castello della Rocca - Palazzo Coscarelli già Spagnuolo - Palazzo Guaglianone - Palazzo Bloise - Palazzo Giordanelli-Migaldi - Palazzo Raffaele Coscarelli-Bruno - Palazzo Salerno.** Ricettività: **Hotel**. www.comune.sansosti.cs.it — L 35

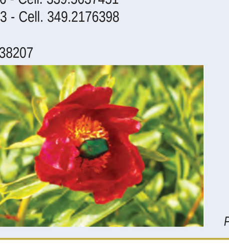
Sant'Agata di Esaro — Abitanti: 2.044 Superficie: kmq 47.20 CAP: 87010. Comune: via Nazionale, 8 tel.098162890. Da vedere: **Convento di S. Francesco - Chiesa Madre dell'Annunziata Chiesa di S. Maria delle Grazie - Chiesa di S. Lucia Ruderi del Convento di S. Domenico**. Ricettività: **Bed & Breakfast Agriturismo Albergo**. www.comune.santagatadiesaro.cs.it — J 37

Santa Domenica Talao — Abitanti: 1.296 Superficie: kmq 35.88 CAP: 87020. Comune: via Ten. Minervino tel.0985.29151 fax 0985. 29544. Da vedere: **Chiesa di San Giuseppe - Chiesetta del Santo Rosario del XVIII sec - Cappella San Giovanni Evangelista - Palazzo Campagna - Palazzo Senise - Palazzo Maione Resti di monastero Bizantino**. Ricettività: **Hotel**. www.santadomenicatalao.net — D 26

Saracena — Abitanti: 4.116 Superficie: kmq 111.51 CAP: 87010. Comune: via C. Pisacane tel.0981.34035. Da vedere: **Convento dei Cappuccini - Chiesa di S. Maria del Gamio Chiesa di S. Leone Taumaturgo - Chiesa di S. Maria delle Armi Cappella Di Santa Maria dell'Alto in Cielo**. Ricettività: **Bed & Breakfast Agriturismo**. www.comune.saracena.cs.it — Q 29

Tortora — Abitanti: 6.100 Superficie: kmq 57.88 CAP: 87020. Comune: via Panoramica al Porto, tel.0985.76601 pro loco: tel.340.5746457. Da vedere: **Chiesa Madre S. Pietro Apostolo - Chiesa dell'Annunziata Cappella del Purgatorio - Palazzo Ducale - Palazzo Lomonaco- Museo Archeologico**. Ricettività: **Hotel Agriturismo Bed and Breakfast**. www.comune.tortora.cs.it — B 20

Verbicaro — Abitanti: 3.283 Superficie: kmq 32.60 CAP: 87020. Comune: via Orologio, 11 tel.0985.6139 - fax 0985.6164. Da vedere: **Chiesa di S. Lucia - Chiesa di S. Maria del Rito - Chiesa di S. Francesco di Paola - Chiesa di S. Maria del Piano - Palazzo del Marchesato**. www.comune.verbicaro.cs.it — G 30



Peonia

I Centri di Educazione all'Ambiente e alla Sostenibilità

CEAS POLLINO - Basilicata
c/o Centro Visite Parco Nazionale del Pollino
C.so Vittorio Emanuele snc- 85032 Chiaromonte
e-mail: ceapollinobasilicata@alice.it
web: www.ceapollinobasilicata.it

CEAS POLLINO - Calabria
loc. Folloreto - 87010 Civita (CS)
e-mail; info@ceapollino.it sito web; www.ceapollino.it

CEAS "Lago Montecotugno"
via poeta Sole, 21 - 85038 Senise (PZ)
e-mail: dragop@tiscali.it

CEAS PINO LORICATO
Piazza Umberto I - Viggianello
www.ceapinoloricato.altervista.org

CEAS "Il Cielo di Indra"
via Pietro Lacava, 91 - 85043 Latronico (PZ)
e-mail: info@ceasindra.it web: www.ceasindra.it

Gli autori hanno redatto la carta con particolare riferimento agli aspetti ambientali e naturalistici e alle principali emergenze culturali e artistiche con l'intento di fornire la migliore informazione, sicuramente non esaustiva, sul Parco Nazionale del Pollino.
I dati statistici, le informazioni dei servizi turistici, i numeri telefonici e gli indirizzi internet, verificati al momento della stampa, possono subire combiamenti.
Saranno graditi suggerimenti e segnalazioni, dei quali si terrà conto in una successiva ristampa.

Progetto e realizzazione: Pompeo Limongi, Mimmo Longobardi (Mondomaratea Servizi Turistici S.r.l.)
Coordinamento editoriale: Bruno Niola (Ente Parco Nazionale del Pollino)
Testi di: E. del Bove, M. Gatto, B. Niola, F. Rotondaro, P. Serroni, P. Vivona
Fotografie di: G. Braschi, B. Niola, B. Romaniello, F. Rotondaro
Hanno collaborato ai testi: Gabriella Labanchi, Elettra Longobardi, Ilaria Pedullà
Edizione: 2016 © Mondo Maratea Servizi Turistici - Maratea - Diritti riservati- info@mondomaratea.it

Ente Parco Nazionale del Pollino