

4 – FLORA

1. La premessa generale della descrizione della flora comincia con una macro visione d'insieme e come se si osservasse il parco da lontano grosso modo come riporta sotto **parchi attivi evidenziato giallo**
2. **Suddividere poi il bosco secondo gli strati?secondo la quota?** fare parte con macrosistema. Cioè oltre alle singole specie botaniche, i singoli individui, alberi monumentali ecc.. fare anche descrizione di es. Bosco, prateria , cioè le formazioni vegetali,
- 3.

Gli strati del bosco

Strato arboreo

Strato arbustivo

Strato erbaceo alto

Strato erbaceo basso e crittogamico

I boschi e le macchie

Prateria

4. https://it.wikipedia.org/wiki/Parco_del_Sulcis vedi qui come si classifica la vegetazione

5. Elencare specie più importanti??

<http://www.parchiattivi.it/parco.monte.subasio/index.php>

Punti d'interesse

L'Ambiente Naturale

Le pendici del Subasio sono oggi coperte da un'importante alberatura che si distingue in tre fasce:

1. la prima caratterizzata dall'olivo la cui coltura si estende da Assisi fino a Spello su un versante e sull'altro da Costa di Trex ad Armenzano, a San Giovanni;
2. la seconda da vegetazione arborea naturale di Cerro e Roverella, Carpine Nero, Orniello, Acero nonché di Faggio e Leccio;
3. fustate di resinose, realizzate dai rimboschimenti, caratterizzano la terza fascia insieme ai prati pascolo cacuminali.
4. *si deve aggiungere prati sommitali?? Così si completa non solo con le pendici, ma con l'intero monte*

Le più importanti valenze ambientali

Lecceta dell'Eremo delle Carceri

E' un esempio interessantissimo di lecceta ad alto fusto ed è stata da sempre protetta dai frati che hanno abitato sul monte dai tempi di San Francesco.

Faggeta del Macchione

Le vaste faggete presenti nel passato ora sono limitate ad alcune aree, la più vasta delle quali è quella conosciuta come il Cacchione che si trova tra Armenzano e Costa di Trex

Prati sommitali

Sono praterie perenni che si estendono su una superficie di 1.190 ettari.

Questo prati in primavera sono colorati da numerosi fiori tra i quali va ricordato il narciso che è un po' il fiore del Monte Subasio. Questo fiore, oggi protetto come tutte le altre specie flogistiche, in passato veniva raccolto nel giorno dell'Ascensione per comporre le tradizionali "mazze fiorite".

Colli di Selvalonga

Zona caratterizzata da grandi estensioni boscate di cerro e roverella.

<https://www.parcomontesubasio.it/>

Flora -

MALVA vedi wikilink <https://it.wikipedia.org/wiki/Malva>

Malva sylvestris

La malva (*Malva sylvestris*) è una pianta appartenente alla famiglia delle Malvaceae e originaria probabilmente del Nordafrica. La malva è molto conosciuta per via dei suoi fiori violetti.

Usi

Meno note al grande pubblico sono invece le proprietà di questa pianta che vedono proprio in quei fiori dal colore così accattivante, la parte più ricca di proprietà.

Curiosità

Si tratta anche di una delle pochissime piante che si può utilizzare in gravidanza.

A questa pianta sono legate varie leggende popolari e proprietà magiche. I fiori della malva sono venati di rosa, simili a gocce di sangue che secondo la leggenda ricoprono la pianta generata dalle lacrime versate da Venere per la morte di Adone ucciso da un cinghiale. Era considerata fin dall'epoca romana una vera panacea; racconta Plinio che bevendone il succo ogni giorno si era preservati da ogni malattia. Anche nel rinascimento furono riconosciute alla malva varie proprietà curative, tanto da soprannominarla omnimorbia.

Ricetta: infuso di malva

Per 1 tazza : 100cl di acqua bollente, 1 cucchiaino di fiori e foglie di malva essiccate, zucchero a piacere.

Si può preparare una tisana di malva (si trova facilmente in erboristeria) da bere al bisogno lasciando in infusione per circa 10-15 minuti 1 cucchiaino di fiori e foglie per ogni tazza d'acqua bollente utilizzata. La malva infatti, oltre a sfiammare, ha doti espettoranti, ovvero aiuta a fluidificare il catarro e dunque a liberarsene meglio. In alternativa in erboristeria si possono trovare estratti secchi e capsule a base di questa pianta da utilizzare seguendo le istruzioni riportate sulla confezione

Menta Peperita

Rosa Canina

Sambuco

Santoreggia Montana

Tartufo Bianco Pregiato

http://www.assisionline.it/assisi_207.html

Flora e Fauna del Subasio

Flora

Un paesaggio ricco e vario di vegetazione che in epoche non troppo remote ha subito alcune trasformazioni. Nella zona più bassa del parco, intorno a 600-700 metri c'è una marea di ulivi presente sul versante che da Assisi porta a Spello, nei dintorni di Costa Trex, Armenzano e San Giovanni e nella fascia che guarda Foligno. Le imponenti faggete, un tempo floride, ora per l'intervento dell'uomo sono relegate in spazi marginali, la più vasta è quella denominata *Macchione*. Interessante l'importante presenza di conifere (pini e abeti) e pascoli montani con una varietà importante di fiori e ginestre che nel periodo primaverile cambiano il colore del manto erboso sul Parco.

Da segnalare che dopo il medioevo si assiste ad un impoverimento delle varietà e quantità di vegetazione sul Subasio.

L'opera vera di rimboschimento cominciò durante la 1° guerra Mondiale utilizzando i prigionieri austro-ungarici. Nel secondo dopoguerra l'opera della Corpo Forestale di Stato è stata fondamentale per il controllo, salvaguardia e i progetti che erano stati posti in essere.

La grande varietà di fiori e erbe aromatiche hanno accresciuto il valore di alcune interessanti manifestazioni tipo l'infiorata di Spello dove, il giorno del Corpus Domini, vengono costruiti dei veri dipinti utilizzando i soli fiori freschi, di cui il Subasio è estremamente ricco. Particolarmente apprezzato, nel periodo dell'ascensione, è il classico fiore del Subasio (narciso) caratterizzato da un dolce e intenso profumo, con un colore bianco-giallo pallido e venature centrali arancio (ora specie protetta).

Asparagi, ginepro, la malva e la cicoria sono solo alcune varietà che fanno parte della vegetazione spontanea utilizzate per impreziosire le innumerevoli specialità culinarie, di cui queste zone sono particolarmente ricche.

le macchie e la lecceta dell'Eremo delle carceri

Sulla sommità del Subasio ci sono boschi artificiali, all'inizio del '900 non c'erano alberi solo sassi. Solo la lecceta dell'Eremo benedettino è autoctono. Vi sono due faggete settentrionali sopra i 900 metri di quota: uno chiamato macchione (comune di Assisi); l'altra è la macchia di Pale.

Vicino all'abbazia delle carceri verso Abbazia S. Benedetto c'è la pineta dei prigionieri dove, nella guerra del '15-18, fu piantato il pino nero dai prigionieri austro-ungarici.