

Ανακαλύψτε
τον **Παρνασσό**
DISCOVER PARNASSOS

ΕΝΗΜΕΡΟΤΙΚΟ
ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ
BOOKLET





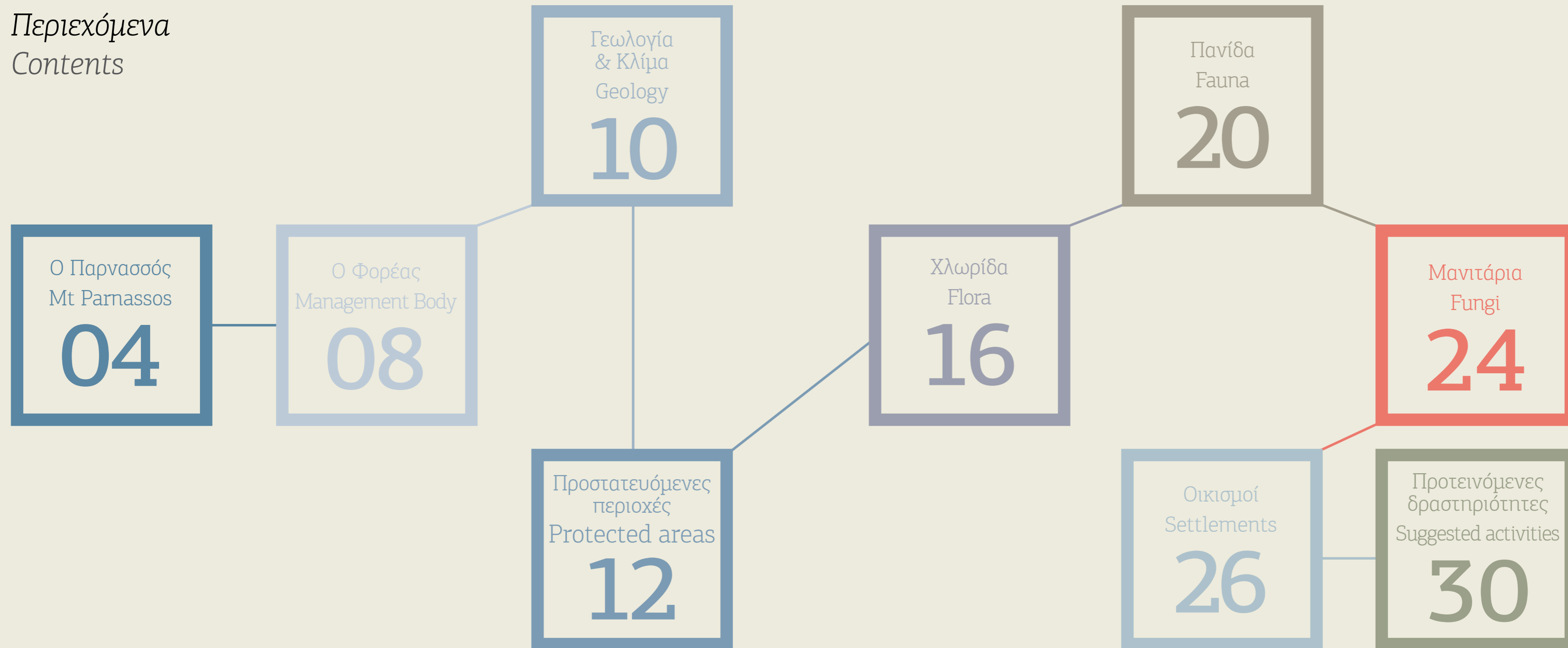
Ανακαλύψτε
τον **Παρνασσό**
DISCOVER PARNASSOS



Φορέας Διαχείρισης
Εθνικού Δρυμού
Παρνασσού

Parnassos National Park
Management Body

Περιεχόμενα
Contents



Ο Παρνασσός

Ο Παρνασσός, το τρίτο ψηλότερο βουνό της Στερεάς Ελλάδας, υψώνεται πάνω από την πεδιάδα της Βοιωτίας στα ανατολικά και τον κόλπο της Ιτέας στα νοτιοδυτικά. Η γεωλογία του «χωρίζει» τον Παρνασσό σε ανατολικό, με κύριο πέτρωμα τον ασβεστόλιθο, και χαρακτηρίζεται από ένα συγκρότημα υψηλών κορφών **Λιάκουρα** (2457 μ.), **Γεροντόβραχος** (2396 μ.), **Τσάρκος** (2416 μ.), **Μαύρα Λιθάρια** (2327 μ.), και σε δυτικό, με κύριο πέτρωμα τον φλύσχη, ηπιότερο ανάγλυφο, χαμηλότερο (**Παλαιοβούνια**, 1650 μ.) και δασωμένο.

ΤΟ ΟΝΟΜΑ ΤΟΥ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ είναι τόσο αρχαίο όσο κι η Ελλάδα, αφού ετυμολογικά, η λέξη Παρνασσός προέρχεται από τη γλωσσική ρίζα «παρν-» (Νεολιθική Εποχή) και σήμαινε τόπος με πολλά και πυκνά δάση. Τα δάση του Παρνασσού παραμένουν ακόμη ζωντανά και πανέμορφα, παρά τις απώλειες από πυρκαγιές και υπερβόσκηση. Πρόκειται για ένα σύνθετο οικοσύστημα με μια μεγάλη ποικιλία τοπίων και βιοτόπων που φιλοξενεί μια πλούσια όσο και σπάνια βιοποικιλότητα. Ο Παρνασσός είναι ένας τόπος με εξαιρετικά μεγάλη πολιτιστική – ιστορική κληρονομιά. Το Ιερό του Απόλλωνα και το Μαντείο των Δελφών (που οι αρχαίοι πίστευαν ότι είναι το κέντρο ή ο ομφαλός του κόσμου) είναι κάποια από πολλά αρχαία, και όχι μόνο, μνημεία που εντοπίζονται σε αυτόν.

ΜΥΘΟΛΟΓΙΑ

Σύμφωνα με την ελληνική μυθολογία, το βουνό οφείλει το όνομά του στον ήρωα Παρνασσό, ο οποίος είχε κτίσει πάνω στο βουνό μια πόλη. Όταν αυτή καταστράφηκε από τον κατακλυσμό του Δευκαλίωνα, οι κάτοικοι της, ακολουθώντας τις κραυγές των λύκων οδηγήθηκαν ψηλότερα για να γλιτώσουν. Εκεί ψηλά, έχτισαν μια νέα πόλη την οποία ονόμασαν Λυκώρεια, που σημαίνει κραυγές των λύκων. Το όνομα αυτό διασώζεται και σήμερα ελαφρώς παραλλαγμένο (Λιάκουρα ονομάζεται η ψηλότερη κορυφή του, ενώ σε δημοτικά τραγούδια ο Παρνασσός αναφέρεται ως Λιάκουρα).

ΠΡΟΪΣΤΟΡΙΑ - ΙΣΤΟΡΙΑ

Ο Παρνασσός κατοικούταν ήδη από τα προϊστορικά χρόνια, σύμφωνα με αρχαιολογικές σκαπάνες. Η ευρύτερη περιοχή του Παρνασσού ταυτίζεται με την Αρχαία Φωκίδα, η οποία γνωρίζει μεγάλη άνθιση για εκατοντάδες χρόνια. Οι Περσικοί και οι Ιεροί πόλεμοι που ακολούθησαν οδήγησαν τις περισσότερες πόλεις που ανήκαν στην Αρχαία Φωκίδα σε παρακμή. Το 198 π.Χ. η περιοχή καταλαμβάνεται από τους Ρωμαίους. Η περιοχή θα αλλάξει πολλά χέρια κατακτητών (Γότθοι, Βούλγαροι, Φράγκοι, Καταλανοί), μέχρι την κατάκτησή της από τους Τούρκους. Κλέφτες και αρματολοί θα βρουν καταφύγιο στα πυκνά δάση και τις απρόσιτες σπηλιές, ενώ οι οπληρχηγοί οργανώνουν τον ξεσηκωμό του Γένους. Όταν ξεσπάει η Επανάσταση, γίνονται πολλές και σημαντικές μάχες (η μάχη στο Χάνι της Γραβιάς, η μάχη της Αράχωβας κ.α.). Κατά τη διάρκεια του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου οι Γερμανοί κατακτητές κατέστρεψαν χωριά και δολοφόνησαν απάνθρωπα πλήθη αθώων μεταξύ των οποίων πολλά γυναίκοπαιδα, ως αντίποινα για την αντιστασιακή δραστηριότητα. Χαρακτηριστικότατο παράδειγμα της αγριότητας των αντιποίνων τους αποτελούν οι σφαγές και καταστροφές που έζησε το μαρτυρικό Δίστομο, αλλά και άλλοι οικισμοί του Παρνασσού, όπως η Λιλαία, ο Επτάλοφος και η Βάργιανη.



1



2



3

MT Parnassos

*Parnassos Mt., the third highest mountain in Central Greece, stretches from the plains of Boeotia in the east to the bay of Itea in the southeast. Geologically, it is “divided” in two parts. Eastern Parnassos Mt. is dominated by limestone. Here we meet the highest peaks: **Liakoura** (2,457 m), **Gerontovrachos** (2,396 m), **Tsarkos** (2,416 m) and **Mavra Litharia** (2,327 m). On the contrary, the western part, which is dominated by flysch rock, is lower (**Paleovouna**, 1,650 m) and covered in forests.*

DESPITE FIRES and overgrazing, the forests of Parnassos Mt. remain alive and beautiful until today, forming a complex ecosystem with a variety of landscapes and habitats, and a rich and rare biodiversity. It hosts numerous monuments of ancient Greece and following historical periods. The Oracle of Delphi and the Temple of Apollo have the most prominent position among them, since it was considered “the navel”, i.e. the center, of the earth in ancient times.

MYTHOLOGY

According to Greek mythology, Parnassos Mt. is named after the hero Parnassos, who founded a city with the same name on the mountain. The city was destroyed during the deluge of Deucalion; however, its inhabitants, notified in time by the howling of wolves, fled to higher ground and were saved. They built there a new settlement in memory of the event, which they named Likoria, meaning “the howling of wolves”. This name survives, slightly varied, at Parnassos Mt. to this day. Apart from its highest peak, “Liakoura” is a name also used at some folk songs for Parnassos Mt.

HISTORY

According to archaeological research, Parnassos Mt. has been inhabited since the prehistoric period. The broader area is identified as ancient Phocis, which flourished over the centuries. The Persian Wars, the civil wars that followed, led most cities of Phocis into decline. In 198 BC the region was conquered by the Romans, who were succeeded in the 4th century AD by the Byzantines. During medieval times, the area of Parnassos Mt. became the target of raids and despots (Goths, Bulgarians, Franks, Catalans), until its final capture by the Ottoman Turks in the 15th. The klephts and armatoloi of the pre-revolutionary period found refuge in the dense forests and inaccessible caves of Parnassos Mt. After the Greek Revolution of 1821, Parnassos Mt. became the field of numerous and critical clashes (battle of Gravia Inn, battle of Arachova etc.) between the Greeks and the Ottoman Turks. During World War II, the villages on Parnassos

Mt. experienced the inhuman face of hundreds of people, including many women and children, were executed and whole villages were depopulated and razed to the ground, in retaliation for the resistance movement of the locals. Apart from the Distomo massacre, which is the most famous example of Nazi atrocities, executions took place in other villages of Parnassos Mt., which were devastated as well, like Lilaia, Eptalofos and Vargiani.

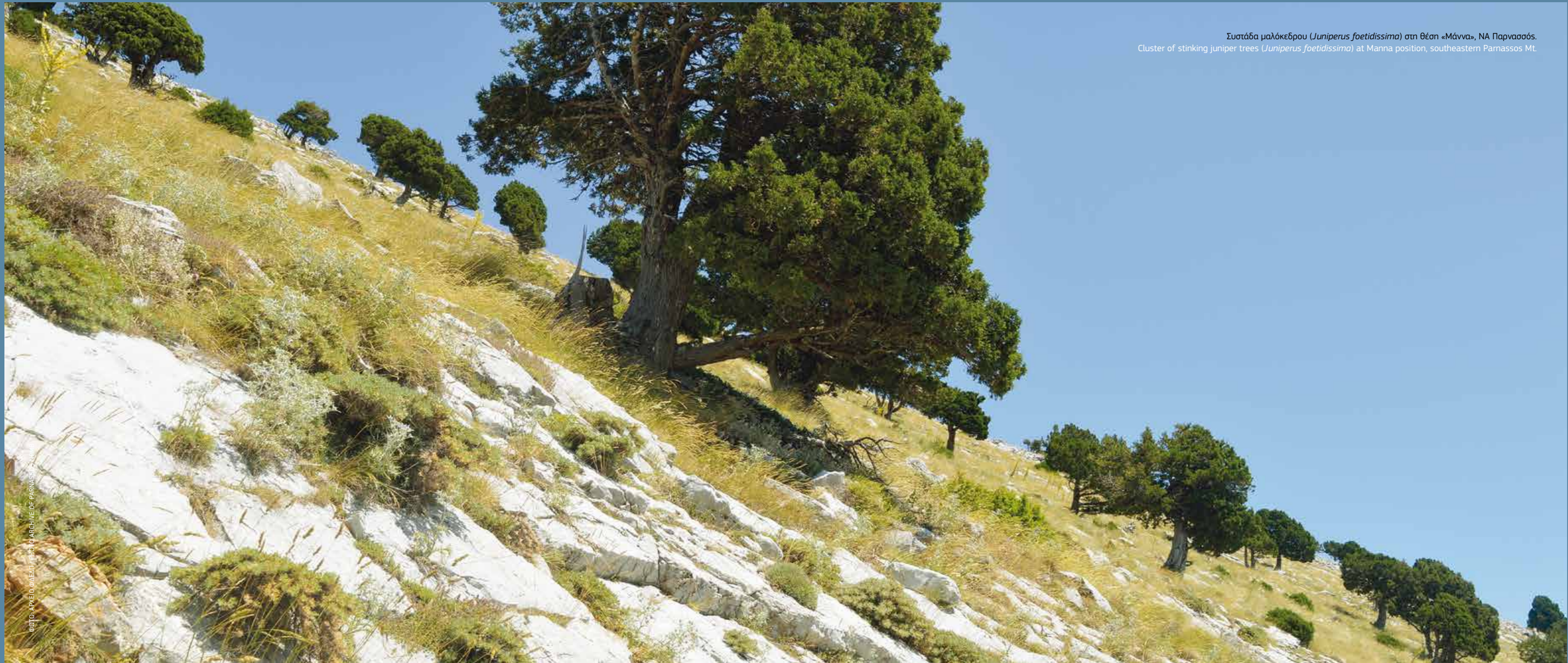
- 1 Part of the fortification of Ancient Tithorea at Velitsa or Tithorea settlement.
- 2 Mixed fir and oak forest, western Parnassos Mt.
- 3 The legendary “Black Hole”, the refuge cave of Odysseas Androutsos (Velitsa).
- 4 Varko seasonal lake in a Greek fir (Abies cephalonica) forest in western Parnassos Mt.



4

1 Τμήμα οχύρωσης Αρχαίας Τιθόρας στον οικισμό Βελίτσα ή Τιθορέα. 2 Δάσος Ελάτνης-Δρυός, Δ. Παρνασσός. 3 Η θρυλική σπηλιά “Μαύρη Τρούπα”, καταφύγιο του Οδυσσέα Ανδρούτσου (Βελίτσα). 4 Εποική λίμνη στη θέση Βαρκό, μέσα σε δάσος κεφαλληνιακής ελάτνης (Abies cephalonica) - Δ. Παρνασσός.

Συστάδα μαλόκεδρου (*Juniperus foetidissima*) στη θέση «Μάννα», ΝΑ Παρνασσός.
Cluster of stinking juniper trees (*Juniperus foetidissima*) at Manna position, southeastern Parnassos Mt.



Φορέας Διαχείρισης Εθνικού Δρυμού Παρνασσού

Ο ΦΟΡΕΑΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ Εθνικού Δρυμού Παρνασσού (ΦΔΕΔΠ) ιδρύθηκε με το Ν.3044/2002 (ΦΕΚ197/Α) με σκοπό την προστασία και διαχείριση των προστατευόμενων περιοχών του με την αναγνωρισμένη αξία της κλωρίδας, της πανίδας, των οικοτόπων, του τοπίου και του πολιτισμού. Πρόκειται για Νομικό Πρόσωπο Ιδιωτικού Δικαίου (Ν.Π.Ι.Δ.) που εποπτεύεται από το Υπουργείο Παραγωγικής Ανασυγκρότησης, Περιβάλλοντος και Ενέργειας (Υ.Π.Α.Π.Ε.Ν.) και διοικείται από 11 μελές Διοικητικό Συμβούλιο. Η περιοχή χωρικής αρμοδιότητας του εμπίπτει εντός των χωρικών ορίων τριών Νομών (Βοιωτίας, Φωκίδας και Φθιώτιδας) και σύμφωνα με τον παραπάνω νόμο ανέρχεται σε 237.590 στρέμματα. Ωστόσο, δεν έχει εκδοθεί προς το παρόν Προεδρικό Διάταγμα, με το οποίο καθορίζονται οι ζώνες προστασίας. Η έδρα του ΦΔΕΔΠ βρίσκεται περίπου 6km από την Αμφίκλεια, στο δρόμο πρόσβασης προς τη βόρεια πλευρά του βουνού. Κύριοι στόχοι του είναι:

- ▶ Οργάνωση και διασφάλιση της εποπτείας και προστασίας της προστατευόμενης περιοχής και της κατάστασης διατήρησης των ειδών και οικοτόπων που εμπεριέχει
- ▶ Ενίσχυση της φύλαξης της περιοχής σε συνεργασία με τις αρμόδιες αρχές
- ▶ Ανάδειξη του τοπίου και της ποικιλότητας της Προστατευόμενης Περιοχής
- ▶ Επιστημονική παρακολούθηση και αξιολόγηση της κατάστασης διατήρησης των απειλούμενων ειδών κλωρίδας, πανίδας και οικοτόπων
- ▶ Περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση, εκπαίδευση και ενη-

μέρωση του κοινού με στόχο την ανάδειξη της σπουδαιότητας των ειδών κλωρίδας, πανίδας και οικοτόπων

Για την επίτευξη των στόχων του, ο ΦΔΕΔ Παρνασσού υλοποιεί δράσεις έρευνας, περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και φύλαξης της προστατευόμενης περιοχής, με τη συνεργασία δημόσιων, ερευνητικών και τοπικών φορέων.

- ▶ Η συνεργασία με τα κατά τόπους Δασαρχεία και την Πυροσβεστική Υπηρεσία για αρτιότερη φύλαξη και προστασία του Παρνασσού, ειδικά την περίοδο πυροπροστασίας
- ▶ Η επιστημονική παρακολούθηση ειδών κλωρίδας, πανίδας και οικοτόπων η οποία αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα εργαλεία για την προστασία του Παρνασσού και εκτελείται στο πλαίσιο του έργου "Παρακολούθηση τύπων οικοτόπων και ειδών"
- ▶ Η διοργάνωση σεμιναρίων, ημερίδων, εθελοντικών καθαρισμών και δενδροφυτεύσεων, περιβαλλοντικών περιπάτων και ενημερώσεων συλλόγων και μαθητών καθώς και η συμμετοχή σε εκδηλώσεις της τοπικής κοινωνίας και άλλων φορέων
- ▶ Οι επισκέψεις του επιστημονικού προσωπικού του Φορέα σε σχολικές μονάδες των παραπαρνασσίων οικισμών για την περιβαλλοντική ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των μαθητών.



1 Άποψη από τα γραφεία μας και τμήμα του Βοτανικού Κήπου. **2** Περιβαλλοντική ενημέρωση – ευαισθητοποίηση μαθητών στο προαύλιο χώρο του ΦΔΕΔΠ. **3** Από το "Σεμινάριο Μανιταρογνωσίας", στο πλαίσιο ενημέρωσης – ευαισθητοποίησης πολιτών (Πνευματικό Κέντρο Αμφίκλειας). **4** Διάσχιση μονοπατιού «Τιθορέα – Σπηλιά Οδ. Ανδρούτσου» στο πλαίσιο του προγράμματος "MEDIMONT Parks" για την ανάδειξη μονοπατιών σε προστατευόμενες περιοχές της Μεσογείου. **5** Από το έργο "Παρακολούθηση ειδών και οικοτόπων."

1 View of our offices from the Botanical Garden. **2** Environmental awareness for students at the yard of Parnassos NPMB. **3** "Mushroom Seminar", for the information and awareness of citizens (Cultural Center of Amfikleia). **4** Crossing the "Tithorea-Cave of Od. Androutsos" path, under the "MEDIMONT Parks" program for highlighting paths in protected areas of the Mediterranean. **5** "Monitoring species and Habitats". Project



Parnassos National Park Management Body

PARNASSOS NATIONAL PARK Management Body (Parnassos NPMB) was established in 2002. It is a private legal entity, supervised by the Ministry of Environment and Energy, governed by an 11-member board, (composed of representatives from ministries, agencies, local authorities, NGOs and by experts). The Management Body is responsible for the preservation, protection and management of the Protected Areas of Parnassos Mt., recognized for the value of their vegetation, birdlife and wildlife in general, habitats, landscape and culture, which are an important priority at a national, European and international level.

Located 6km from Amfikleia, following the access road in the north side of Parnassos Mt, its offices are at the Center for Environmental Education and Information of Amfikleia.

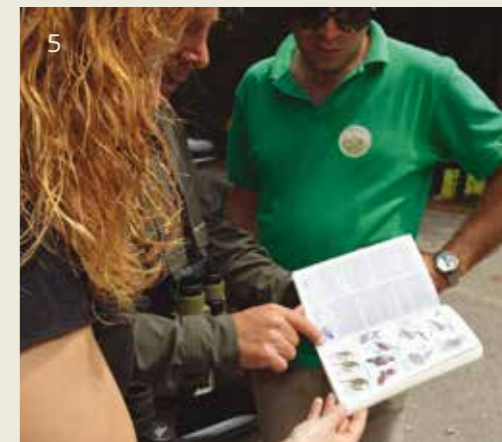
The main objectives of the Body are:

- ▶ supervision and protection of its Protected Area and the conservation status of its contained species and types of habitats
- ▶ enhancing the safeguarding of the area in cooperation with the competent authorities
- ▶ enhancing the landscape and diversity of the Protected Area
- ▶ monitoring and assessment of the conservation status of endangered species of flora, fauna and types of habitats
- ▶ environmental and public awareness and, information, to highlight the importance of the species of flora, fauna and types of habitats.



Among the main actions to achieve its objectives:

- ▶ collaboration with local Forest Services and the Fire Brigade for better safeguarding and protection of Parnassos Mt., especially during the Fire Danger Period
- ▶ scientific monitoring of species of flora, fauna and habitats
- ▶ organizing seminars, workshops, volunteer cleaning, as well as participating in events of the local community
- ▶ visits of the scientific staff of the Body at school units for the environmental information and awareness of students



Γεωλογία και Κλίμα

Η ευρύτερη περιοχή ανήκει στην γεωτεκτονική ζώνη “Παρνασσού-Γκιώνας”. Έχει ως κύριο γεωλογικό υπόβαθρο τον ασβεστόλιθο.

Το κλίμα στην περιοχή του Παρνασσού κατατάσσεται στον «υγρό κλιματικό τύπο με ψυχρό χειμώνα».

ΓΕΩΛΟΓΙΑ

Άλλοι γεωλογικοί σχηματισμοί που συναντώνται στην περιοχή είναι ο φλύσχης (ψαμμιτικός, αργιλικός και μικτός), οι δολομίτες, και οι σύγχρονες αποθέσεις (αλλούβια και κολλούβια) στα χαμηλότερα σημεία κοιλάδων και επικλινών πρανών.

Το μεγαλύτερο ποσοστό (76,6%) σε όλη την έκταση του δρυμού αποτελούν οι σκληροί ασβεστόλιθοι, όπου κυριαρχούν σχεδόν απόλυτα στο ανατολικό και κεντρικό τμήμα του.

Ο μικτός φλύσχης εμφανίζεται επίσης δυτικά της Αμφικλείας με κατεύθυνση νότια, στον άνω Πολυδρόσο και μέχρι τη θέση Καρκαλέσι, γύρω απ’ τον Επτάλοφο και τέλος γύρω, αλλά κυρίως νότια, της Αράχοβας. Ο αργιλικός φλύσχης έχει μικρές εμφανίσεις γύρω απ’ την Αράχοβα και βόρεια του οικισμού Ζεμενού.

Ο ψαμμιτικός φλύσχης εμφανίζεται βόρεια του οροπεδίου Καλύβια-Λιβιάδι, νότια του οικισμού Μαριολάτα, βορειοανατολικά του Δροσοχωρίου, καθώς και βόρεια της θέσης Τρία Σύνορα.

Οι δολομίτες (ανθρακικό ορυκτό του ασβεστίου και του μαγνησίου που προέκυψε από ασβεσίτη) συναντώνται νότια της Τίθορας.

Τα αλλούβια εμφανίζονται, κυρίως υπό μορφή δολινών (κλειστών ασβεστολιθικών κοιλάδων), βορειοδυτικά της Αράχοβας στη θέση Καλύβια-Λιβιάδι, καθώς και σε μικροθέσεις σε άλλα σημεία του οροπεδίου ή στα όρια ευρύτερων πεδινών κοιλάδων, όπως της Άμφισσας, Γραβιάς και Αμφικλείας.

Τα κολλούβια, τέλος, εμφανίζονται κυρίως στα νότια της περιοχής και στα χαμηλότερα σημεία επικλινών πρανών, ενώ μικρές εκτάσεις από σάρρες απαντώνται ως επί το πλείστον στα ανατολικά.

ΤΟ ΚΑΡΣΤ ΣΤΟΝ ΠΑΡΝΑΣΣΟ

Ο όρος “καρστ” προέρχεται από την περιοχή των Ανατολικών Άλπεων όπου επιστημάνθηκε πρώτη φορά το φαινόμενο αυτό. Οι καρστικές περιοχές έχουν χαρακτηριστικό ανάγλυφο που δημιουργήθηκε από την διάβρωση του ασβεστόλιθου από το νερό της βροχής και την απορροή του.

Με το που θα σχηματισθούν οι περιοχές αυτές, δεν εμφανίζεται επιφανειακή απορροή. Αντίθετα, είναι συχνή η παρουσία υπόγειας ανάπτυξης υδροφορίας με ένα σύστημα αγωγών ποικίλου μεγέθους, κλειστών μικρών και μεγάλων λεκανών και η χαρακτηριστική διαμόρφωση αυλακώσεων στην επιφάνεια των ασβεστολίθων.

Υπάρχουν διάφορες μορφές καρστ, οι κυριότερες από τις οποίες είναι

1. τα Σπήλαια οριζόντια ή κατακόρυφα (κάρκαροι, καρκάνια, βάραθρα), οι Καταβόθρες (καταβόθρα ονομάζεται ο φυσικός σχηματισμός, ένα άνοιγμα στο έδαφος, είτε κάτω από το νερό, στο οποίο εισέρχεται ή εξέρχεται νερό),

2. οι Δολίνες (βαθιές λακούβες ή τρύπες, οι διαστάσεις των οποίων κυμαίνονται από 20 έως εκατοντάδες μέτρα για το πλάτος και από 2 έως 100 μέτρα για το βάθος. Ο πυθμένας τους είναι σχετικά επίπεδος), οι Ούβαλοι (διευρυμένες δολίνες), οι Πόλγες (με τη σειρά που αναφέρονται μπορεί να αποτελούν από λακούβες έως και μεγάλες πεδιάδες που

σχηματίζονται σε καρστ, με εύφορα εδάφη για καλλιέργειες) και

3. τα Λαπιάζ (ρωγμές και σχισμές που δημιουργούνται στον ασβεστόλιθο από την επίδραση του νερού).

Στον Παρνασσό απαντώνται όλα τα παραπάνω φαινόμενα με μεγάλη συχνότητα, δεδομένου ότι ο κύριος όγκος του είναι ασβεστολιθικός. Το καρστ στην περιοχή του Παρνασσού είναι σημαντικό στοιχείο του τοπίου και ορισμένα φαινόμενα είναι ιδιαίτερα εντυπωσιακά και γνωστά σε εθνικό επίπεδο (Εφτάστομος Επτάλοφου, Κάρκαρος Λιλαίας). Η Πόλγη των Λιβαδίων Αράχοβας η οποία κατακλύζεται με νερό το χειμώνα σε μεγάλη έκταση, είναι από τα σημαντικότερα φαινόμενα στον Παρνασσό το χειμώνα. Η κατάκλυση διαρκεί μικρό διάστημα ύστερα από τη διάνοιξη (1951-52) αγωγού για την αποστράγγιση και το πότισμα των ελαιώνων Αράχοβας - Δελφών. Σημαντικά επίσης είναι το «Κωρύκειο Άντρο», η Καταβόθρα της Λιλαίας, όπως επίσης και η Νεραϊδοσπηλιά της Βάργιανης, ενώ εντυπωσιακή είναι η παρουσία δολινών με ποικίλο μέγεθος σ’ όλο τον ορεινό όγκο του Παρνασσού.

ΚΛΙΜΑ

Κύρια χαρακτηριστικά της περιοχής είναι οι μεγάλης διάρκειας και δριμείς χειμώνες και η μικρής διάρκειας θερμές περίοδοι, που συνήθως διαρκούν από 1-2 μήνες. Συγκεκριμένα παρατηρούνται τα εξής:

Καλοκαίρι. Ο καιρός είναι αίθριος, τυπικά μεσογειακός, κατά διαστήματα με πολλούς δυνατούς ανέμους, με πολύ ασθενείς βροχοπτώσεις από τον Ιούνιο μέχρι τον Αύγουστο, ή και με μερικές θερμικές καταιγίδες και κυρίως στην ορεινή ζώνη. Η θερμοκρασία αέρος και η ηλιοφάνεια είναι υψηλές.

Χειμώνας. Ο καιρός είναι γενικά άστατος, ανεμώδης, με σχετικά πυκνή νέφωση και άφθονες βροχοπτώσεις, ιδιαίτερα στην ορεινή ζώνη. Υπάρχουν μικρά διαλείμματα «καλοκαιρινών ημερών» και συνήθως κατά τον Ιανουάριο. Η κυρίως χειμερινή περίοδος διαρκεί από το Δεκέμβριο μέχρι και το Μάρτιο και η ψυχρή από το Νοέμβριο μέχρι τον Απρίλιο.



ΦΩΤΟ: ΑΡΧΕΙΟ ΦΩΤΕΛΠ / ΣΠΕΛΕΟ / PHOTO ARCHIVE OF PARNASSOS NPMB / SPELEO

1 Χαρακτηριστικό τοπίο με ασβεστόλιθο στη Β.Α. πλευρά του Παρνασσού (Βελίτσα). 2 Αποστρωγγυλεμένες κορυφές στο Δ. Παρνασσό (Αγ. Κοσμάς – Αργοσύλεια). 3 Η πόλγη των Λιβαδίων Αράχοβας, όπως φαίνεται από Κωρύκειο Άντρο. 4 Σπηλαιοβάραθρο Επταστόμου.

1 Typical limestone landscape on the northeast side of Parnassos Mt. (Velitsa). 2 Curved peaks on west Parnassos Mt. (Ag. Kosmas-Argostylia). 3 The polje at Livadia Arachovas, as seen from Corycian Cave. 4 Cave-gulch Eptastomos.

Geology

The area belongs to the “Parnassos-Giona” geotectonic zone. The climate in the Parnassos region is of the wet climate type, with a cold winter.

BEDROCK

Its main bedrock consists of limestone. Other geological formations encountered here are flysch (sandstone, aluminate and mixed), dolomites and recent deposits (alluvial and colluvium) in the lower parts of valleys and slopes.

Formations of hard limestone cover most of the park area (76.6% of the total) and almost completely dominate its eastern and central part.

Mixed flysch appears west of Amfikleia, towards the south. It can also be found in Ano Polydrosos, up to the Karkalessi position, in and around Eptalofos, but mainly south of Arachova.

Aluminate flysch appears briefly around Arachova and north of Zemeno village.

Sandstone flysch appears north of the Kalyvia-Livadi plateau, south of Mariolata village, northeast of Drosochori, as well as north of the “Τρία Σύνορα” position. Dolomites (calcium and magnesium carbonate mineral, resulting from calcite) can be encountered south of Tithorea. Alluvial, mainly in the form of dolines (closed limestone valleys), can be found northwest of Arachova at the Kalyvia-Livadi position, as well as in the limits of wider lowland valleys, like Amfissa, Gravia and Amfikleia. Finally, colluvium mainly occurs in the south of the region and lower parts of the slopes, while small areas of scree can be found mostly in the east.

KARST IN PARNASSOS MT.

The term “karst” refers to the area of the eastern Alps where this phenomenon was noted for the first time. Karst landscapes have a characteristic relief, which is formed by the erosion of limestone caused by the runoff of rainwater. In those areas there is no surface runoff.

Instead, there is often a developed underground drainage system of pipelines of varying size, closed large and small basins and the formation of characteristic grooves on the surface of limestones.

The main types of karst are:

1. horizontal or vertical caves (e.g. pit holes) and sink holes (natural formations, openings in the ground or under water, through which water flows)
2. dolines, expanded dolines and poljes (varying from very large puddles to large plains of fertile farmlands) and
3. lapiaz (cracks and fissures created on the limestone by the effects of water).

All these phenomena occur frequently in Parnassos Mt, given that the main geological bedrock is limestone. The kars, of Parnassos Mt. is widely known at a national level, and is particularly impressive, such as Eftastomos at Eptalofos and Karkaros at Lilaia. The Corycian Cave, the Sink Hole at Lilaia and Neraïdospilia at Vargiani are also noteworthy, while the presence of dolines of various sizes around the mountain of Parnassos is impressive. The polje at Livadia Arachovas, most of which is flooded with water in the winter, is one of the most striking phenomena in Parnassos Mt. The flooding of this polje lasts less since the opening of a pipeline (1951-52) for the drainage and irrigation of the olive groves in the Arachova-Delphi region.



Προστατευόμενες Περιοχές

Ο Παρνασσός περιλαμβάνει προστατευόμενες περιοχές που υπάγονται στο Νόμο 1650/86 «Για την προστασία του περιβάλλοντος». Σε αυτόν έχουν ενσωματωθεί παλιότερες νομοθεσίες –οι οποίες είναι ακόμα ενεργές- για περιοχές υπό καθεστώς προστασίας (π.χ. εθνικοί δρυμοί και καταφύγια άγριας ζωής).

ΣΤΟΝ ΟΡΕΙΝΟ ΟΓΚΟ του Παρνασσού, εντοπίζονται οι εξής προστατευόμενες περιοχές:

► Ο Εθνικός Δρυμός Παρνασσού, ο οποίος ιδρύθηκε το 1938 με σκοπό την προστασία του σπάνιου ομορφιάς περιβάλλοντός του. Βάση αυτού θεσμοθετήθηκε ο πυρήνας του, ως περιοχή προστασίας, όπως αυτός ορίζεται από τα Βασιλικά Διατάγματα του 1938 και 1939 (ΦΕΚ 286/Α και ΦΕΚ 1/Α, αντίστοιχα).

► Το Καταφύγιο Άγριας Ζωής «Ασπρόχωμα- Ψιλό – Προντόλη – Κελάρι (Αράχωβας)», έκτασης 4.670,3 εκταρίων (ΦΕΚ 1043/Β/1976) και το Εκτροφείο Θηραμάτων «Αμφίκλειας» (κρατικό), έκτασης 250 εκταρίων, (ΦΕΚ 406/Β/76).

► Μερικά χρόνια αργότερα, θεσμοθετήθηκε ως Αισθητικό Δάσος το «Περιοστικό Δάσος Τιθορέας», έκτασης 200 εκταρίων (ΠΔ ΦΕΚ 125/Δ/1979).

Πέρα όμως από την προστασία σε εθνικό επίπεδο, υπάρχουν προστατευόμενες περιοχές σε κοινοτικό επίπεδο: το οικολογικό δίκτυο «Natura 2000» εκτείνεται σε όλη την Ευρωπαϊκή Ένωση (το μεγαλύτερο οικολογικό δίκτυο παγκοσμίως) με σκοπό την εξασφάλιση της μακροπρόθεσμης επιβίωσης απειλούμενων ειδών και οικοτόπων της Ευρώπης. Η ανάγκη για τη δημιουργία του δικτύου

προέκυψε μετά τη διαπίστωση της καταστροφής ενδιαιτημάτων και της φθίνουσας πορείας πολλών ευρωπαϊκών ειδών κλωρίδας και πανίδας τις τελευταίες δεκαετίες.

Το δίκτυο «**Natura 2000**» διέπεται:

► από την κοινοτική οδηγία για τη διατήρηση της άγριας ορνιθοπανίδας 79/409/ΕΟΚ (η οποία έχει αναθεωρηθεί με την 2009/147) δηλ. από ένα σύνολο οδηγιών που περιγράφει τη διαδικασία ένταξης περιοχών, σημαντικών για την αναπαραγωγή και διαμονή των πουλιών, σε καθεστώς προστασίας και που ονομάζονται Ζώνες Ειδικής Προστασίας (ΖΕΠ). Στον Παρνασσό έχει θεσμοθετηθεί η ΖΕΠ "Όρος Παρνασσός" με κωδικό GR 2410002, το μεγαλύτερο τμήμα της οποίας εποπτεύεται και προστατεύεται από τον ΦΔΕΔ Παρνασσού.

► από την κοινοτική οδηγία για τη διατήρηση φυσικών οικοτόπων και της άγριας πανίδας και κλωρίδας 92/43/

ΕΟΚ. Σύμφωνα με αυτή κάθε κράτος-μέλος έχει χαρακτηρίσει εντός της επικράτειάς του «Ειδικές Ζώνες Διατήρησης» (ΕΖΔ). Σε αυτές πρέπει να εξασφαλίζεται η διατήρηση ή η αποκατάσταση των οικοτόπων, σύμφωνα με τις αρχές της αειφορίας, έτσι ώστε να έχουν τη δυνατότητα να απολαμβάνουν την ποικιλία των φυτών, των ζώων και του τοπίου που εμπεριέχουν και οι μελλοντικές γενιές. Στον ορεινό όγκο του Παρνασσού έχει θεσμοθετηθεί η ΕΖΔ "ΝΑ Παρνασσός - Εθνικός Δρυμός Παρνασσού - Δάσος Τιθορέας" (GR 2450005).

Στις προστατευόμενες περιοχές του Παρνασσού εντοπίζονται ο εθνικού ενδιαφέροντος οικότοπος με δάση κεφαλληνιακής ελάτης –*Abies cephalonica*, καθώς και οι τύποι οικοτόπων κοινοτικού ενδιαφέροντος που αναφέρονται στον παρακάτω πίνακα (παράρτημα Ι της Οδηγίας 92/43/ΕΟΚ)

1 Άποψη δάσους κεφαλληνιακής ελάτης (*Abies cephalonica*) που φιλοξενεί την παρνασσική παιώνια (*Paeonia parnassica*).

1 View of a Greek fir (*Abies cephalonica*) forest and the beautiful *Paeonia parnassica*.



Protected Areas

Parnassos Mt. includes nationally Protected Areas under the 1650/86 Law "On environmental protection". This law incorporates past active legislation concerning areas under protection status (e.g. national parks and wildlife refuges).

MORE SPECIFICALLY, Parnassos Mt. includes the following Protected Areas:

- Parnassos National Park, founded in 1938 when its core was instituted, in accordance with the Royal Decrees of 1938 (GG 286/A) and 1939 (GG 1/A), as a protection area of the rare beauty of its environment,
- "Asprochoma-Fine-Prontoli-Arachova" Wildlife Refuge, an area of 4,670.3 hectares, (GG 1043/B/1976),
- «Amfikleia» Wildlife Refuge, an area of 250 hectares, (GG 406/B/76),
- "Dasos Tithoreas" Aesthetic Forest, an area of 200 hectares, (PD Gov. 125/D/1979), which was instituted some years later.

Apart from protection at a national level, there are Protected Areas at a European level, which are included in the "Natura 2000" ecological network, which extends throughout the European Union (the largest ecological network in the world), in order to ensure the long-term survival of the endangered species and habitats of Europe. The need to create the network came after finding out that, in recent decades, many species of European flora and fauna are in danger of extinction.

The "Natura 2000" network is governed by:

- the Directive 79/409/ECC for the preservation of wild avifauna (revised by Directive 2009/147/EE), which describes the integration process of important areas for the reproduction and residence of birds under protection status, named "Special Areas of Conservation" (SACs). Parnassos Mt. has been instituted as "Parnassos MT" SAC, by code GR 2410002,

- the Directive 92/43/ECC for the preservation of natural habitats and of wild fauna and flora. According to this, each Member State has identified within its territory "Special Areas of Conservation" (SACs). These should ensure the preservation and restoration of habitats, in compliance with the principles of sustainability, so that future generations have the opportunity to enjoy the variety of plants, animals

and landscapes. Such an area is "Notioanatolikos Parnassos-Ethnikos Drymos Parnassou-Dasos Tithoreas" SAC (GR 2450005).

Habitats with cephalonica fir (*Abies cephalonica*) forests are of national interest as well as the habitats of European interest mentioned in the following table (Annex I Council Directive 92/43/ECC).

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΤΩΝ ΤΥΠΩΝ ΟΙΚΟΤΟΠΩΝ ΤΟΥ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΟΣ Ι ΤΗΣ ΟΔΗΓΙΑΣ 92/43/ΕΟΚ, ΠΟΥ ΑΠΑΝΤΟΥΝ ΣΤΟΝ ΠΑΡΝΑΣΣΟ
LIST OF NATURAL HABITAT TYPES, ANNEX I COUNCIL DIRECTIVE 92/43/ECC, OF PARNASSOS

4 ΕΥΚΡΑΤΑ ΧΕΡΣΑ ΕΔΑΦΗ ΚΑΙ ΛΟΧΜΕΣ TEMPERATE HEATH AND SCRUB	
4090	Ενδημικά ορεινά μεσογειακά χέρσα εδάφη με ακανθώδεις θάμνους Endemic oro-Mediterranean heaths with gorse
6 ΦΥΣΙΚΕΣ ΚΑΙ ΗΜΙΦΥΣΙΚΕΣ ΧΛΟΩΔΕΙΣ ΔΙΑΠΛΑΣΕΙΣ / NATURAL AND SEMI-NATURAL GRASSLAND FORMATIONS	
62	Ημιφυσικές ξηρές χλοώδεις διαπλάσεις και περιοχές όπου φύονται θάμνοι Semi-natural grasslands and scrubland facies
6220	Ψευδοστέπα με αγρωστώδη και μονοετή φυτά από <i>Thero-Brachypodietea</i> Pseudo-steppe with grasses and annuals (<i>Thero-Brachypodietea</i>)
6230	Χλοώδεις διαπλάσεις με <i>Nardus</i> , ποικίλλων ειδών, σε πυριτιούχα υποστρώματα τωνορεινών ζωνών (και των υποορεινών ζωνών της ηπειρωτικής Ευρώπης) Species-rich <i>Nardus</i> grasslands, on siliceous substrates in mountain areas (and submountain areas, in continental Europe)
8. ΒΡΑΧΩΔΕΙΣ ΟΙΚΟΤΟΠΟΙ ΚΑΙ ΣΠΗΛΑΙΑ / ROCKY HABITATS AND CAVES	
81	Λιθώνες Scree
8140	Λιθώνες της Ανατολικής Μεσογείου Eastern Mediterranean scree
82	Βραχώδη πρηνή με χασμοφυτική βλάστηση Chasmophytic vegetation on rocky slopes
8210	Ασβεστολιθικά βραχώδη πρηνή με χασμοφυτική βλάστηση Chasmophytic vegetation on calcareous rocky slope
9 ΔΑΣΗ / FORESTS	
93	Μεσογειακά δάση σκληρόφυλλων Mediterranean sclerophyllous forests
9340	Δάση με <i>Quercus ilex</i> και <i>Quercus rotundifolia</i> <i>Quercus ilex</i> and <i>Quercus rotundifolia</i> forests
95	Μεσογειακά και μακαρονησιώτικα ορεινά εύκρατα δάση κωνοφόρων Mediterranean and macaronesian mountainous coniferous forests
9530	(Υπο)μεσογειακά πευκοδάση με ενδημικά μαυρόπευκα (Sub)Mediterranean pine forests with endemic black pines
9560	Ενδημικά δάση με <i>Juniperus</i> spp. Endemic forests with <i>Juniperus</i> spp.



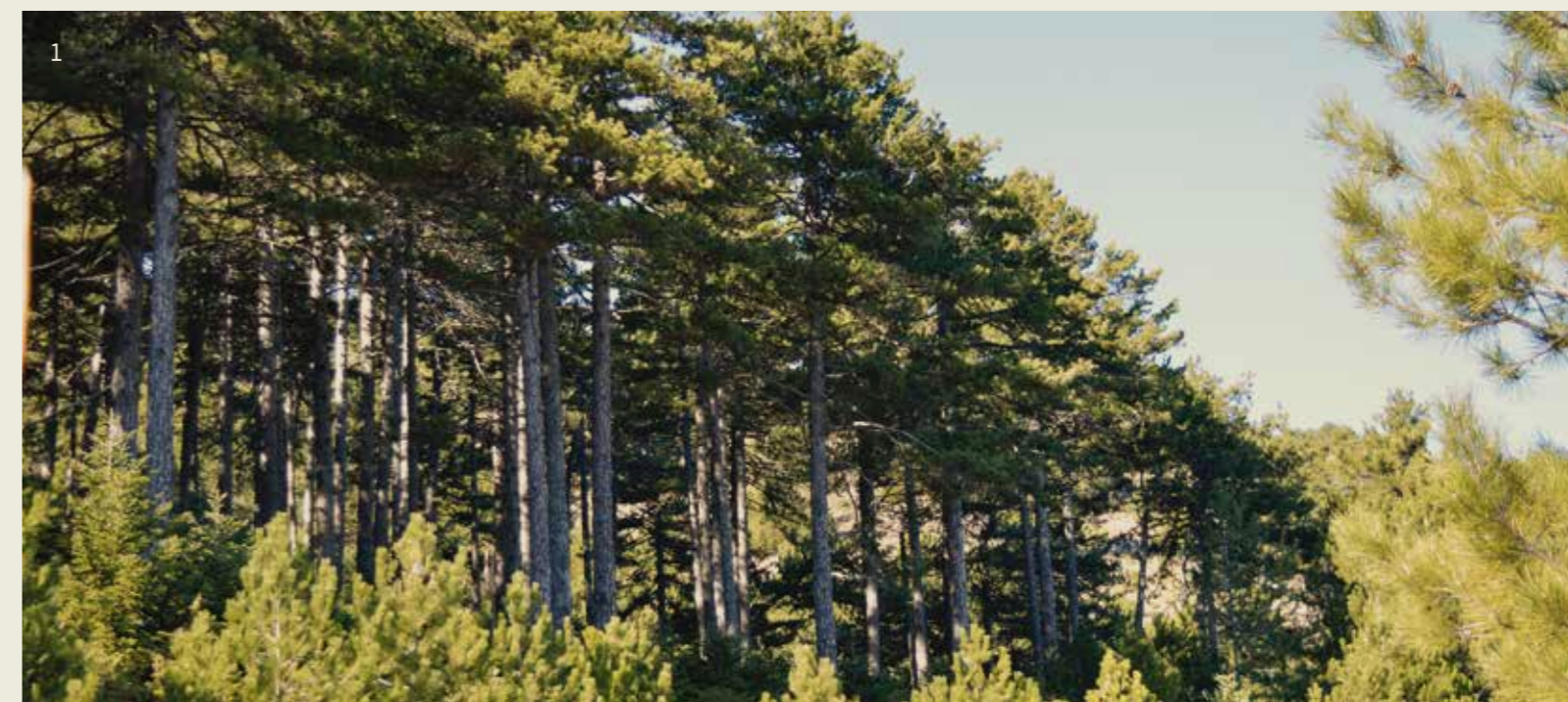
ΦΟΡΕΑΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΘΝΙΚΟΥ ΔΡΥΜΟΥ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ

ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΜΕΝΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ/ PROTECTED AREAS ΥΠΟΜΝΗΜΑ/LEGEND

- Περιοχή Χωρικής Αρμοδιότητας ΦΔΕΔ Παρνασσού/ Boundaries of Parnassos National Park Management Body
- ΖΕΠ Όρος Παρνασσός/ SPA Oros Parnassos (GR2410002)
- ΕΖΔ ΝΑ Παρνασσός- Ε. Δ. Παρνασσού-Δασος Τιθορέας/ SAC NA Parnassos- E.D. Parnassou-Dasos Tithoreas (GR2450005)
- Εκτροφείο Θηραμάτων Αμφικλίας/ Wildlife Refuge of Amfiklia
- Καταφύγιο Αγρίας Ζωής Αράχωβας/ Wildlife Refuge of Arachona
- Αισθητικό Δάσος Τιθορέας/ Aesthetic Forest of Tithorea

Γεωγραφική Προβολή Χάρτη: ΕΓΣΑ 87
 Συντάκτης Χάρτη: Βαρβαρήνος Γεώργιος
 ΜSc Δασολόγος

0 1:150.000 8 Km



1 Δάσος μαύρης πεύκης (*Pinus nigra*) στη βόρεια πλευρά του Παρνασσού.
 2 Καλοκαιρινό αλπικό τοπίο σε Π.Π. του Παρνασσού.

1 Black pine (*Pinus nigra*) forest on the north side of Parnassos Mt.
 2 Summer alpine landscape.

ΦΩΤΟ: ΑΡΧΕΙΟ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΩΝ / PHOTO ARCHIVE OF PARNASSOS NPMB

Χλωρίδα

Η γεωγραφική θέση του Παρνασσού, το ποικίλο ανάγλυφό του (χαράδρες, απότομες και ήπιες πλαγιές, αποστρωγγλωμένες κορυφές, βραχώδεις εξάρσεις, κοιλάδες κ.α.), τα μητρικά πετρώματά και εδάφη του αλλά και οι ανθρωπογενείς επιδράσεις, βοήθησαν στη διαμόρφωσή ιδιαίτερων συνθηκών που είναι ιδανικές για τη εμφάνιση πλούσιας χλωρίδας με τέτοια ιδιαιτερότητα και σπουδαιότητα, ώστε από πολύ παλιά να έχει προσελκύσει το ενδιαφέρον πολλών βοτανικών επιστημόνων και ερασιτεχνών

ΤΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ από τα σπάνια και απειλούμενα φυτικά είδη απαντώνται στις χαράδρες Βελίτσα και Νερομάνα και στους βραχώδεις βιότοπους του Γεροντόβραχου, στις ορθοπλαγιές, αλλά και στην ευρύτερη περιοχή πάνω από τα όρια δασών της Ελάτης. Έτσι, προκύπτει η αναγκαιότητα διατήρησης και προστασίας του φυσικού περιβάλλοντος της ευρύτερης περιοχής.

Από πλευράς γεωγραφικής εξάπλωσης, ο Παρνασσός φιλοξενεί φυτά που απαντούν και σε άλλες περιοχές της γης (κοσμοπολίτικα και υποκοσμοπολίτικα είδη), όπως φυτά που τα βρίσκουμε σ' όλη την παραμεσόγειο περιοχή ή σε ένα μεγάλο τμήμα της, αλλά και πιο μακριά. Σημαντικά είναι τα ενδημικά της Στερεάς Ελλάδας, τα Ελληνικά Ενδημικά, και τα Ενδημικά της Βαλκανικής Χερσονήσου. Η σημαντικότερη κατηγορία, όμως, είναι αυτή των ενδημικών του Παρνασσού, μια φυσική κληρονομιά που χρήζει τουλάχιστον προστασίας και διατήρησης: η κενταύρια των μουσών (*Centaurea musarum*), το ερίσιμο του Παρνασσού (*Erysimum parnassi*), η ευφόρβια του Ορφανίδη

(*Euphorbia orphanidis*), το τριχοειδές βουπλέουρο (*Bupleurum capillare*) και η βραχόβια καμπανούλα (*Campanula rupicola*).

ΔΑΣΗ

Τα δάση που καλύπτουν τη μεγαλύτερη έκταση (σχεδόν 70%) στον Παρνασσό είναι αυτά της κεφαλληνιακής ελάτης (*Abies cephalonica*) και αποτελούνται από αμιγείς ανομήλικες, σπερμοφυείς συστάδες μεγάλης ηλικίας, οι οποίες καταλαμβάνουν σημαντικές εκτάσεις σε μέσα και μεγάλα υψόμετρα της περιοχής. Η ελάτη εμφανίζεται από το υψόμετρο των 800 μ. και μέχρι το υψόμετρο των 1700 μ., περίπου, όπου σχηματίζει και τα δασοόρια. Μεμονωμένα άτομα εμφανίζονται και σε χαμηλότερα υψόμετρα μέχρι και τα 500 μ. Εμφανίζονται σε όλους τους τύπους των εδαφών που εμφανίζονται στην περιοχή, και πολλές φορές πάνω σε τελειώς άγονες, βραχώδεις ασβεστολιθικές εκτάσεις ή απότομες κλιτύς με ελάχιστο έδαφος. Αποτελούν πολύτιμα δασικά οικοσυστήματα, τα οποία θα πρέπει να διαφυλαχτούν και να προστατευτούν από βιοτικούς και αβιοτικούς παράγοντες.

Άλλο σημαντικό δασικό είδος στον Παρνασσό είναι η μαύρη πεύκη (*Pinus nigra*), η οποία εμφανίζεται στις βόρειες πλαγιές του βουνού, πάνω από τους οικισμούς Αμφίκλεια (μια μεγάλη έκταση μαύρης Πεύκης κάπκε κατά την πυρκαγιά του 1977) και Πολύδροσο, από ένα υψόμετρο 750 περίπου μέτρων, ταυτοχρόνως με την ελάτη και φθάνει μέχρι τα



1.500 περίπου μέτρα. Τα δάση της συγκροτούν τον τύπο οικοτόπου προτεραιότητας «(Υπό) Μεσογειακά πευκοδάση με ενδημικά μαυρόπευκα» (κωδ. 9530) του παραρτήματος I της Οδηγίας 92/43/ΕΕ. Κατά θέσεις σχηματίζει μεικτούς πληθυσμούς με την ελάτη, ενώ στα χαμηλότερα σημεία εξάπλωσής της εμφανίζεται στη ζώνη αειφύλλων πλατυφύλλων μαζί με πουνράρι (*Quercus coccifera*), φιλύρα (*Phyllirea media*), αγριόκεδρο (*Juniperus oxycedrus*) ή και με φυλλοβόλα πλατύφυλλα όπως φράξος (*Fraxinus ornus*), κουτσουπιά (*Cercis siliquastrum*) και χνοώδη δρύ (*Quercus pubescens*).

Στα χαμηλότερα υψόμετρα του Παρνασσού, παρατηρείται αμιγής παρουσία δρυοδασών σε μικρές κηλίδες στη βόρεια πλευρά του βουνού, σε επαφή



συνήθως με τα χαμηλότερα όρια των ελατοδασών, ενώ στις ρεματιές μεταξύ Μαριολάτας και Λιλαίας κατέρχονται πολύ χαμηλότερα. Οι δρύες που απαντώνται στην περιοχή είναι κυρίως: πλατύφυλλη δρυς (*Quercus frainetto*) και χνοώδης δρυς (*Q. Pubescens*). Η *Q. frainetto* εμφανίζεται στα καλύτερα εδάφη και αποτελεί το κύριο είδος δρυός στα μικτά με ελάτη δάση, ενώ η *Q. pubescens* καταλαμβάνει τα φτωχότερα εδάφη και εμφανίζεται στην περιοχή κυρίως πάνω σε σκληρούς ασβεστόλιθους. Η εμφάνιση διάσπαρτων ατόμων δρυός αρχίζει από τους πρόποδες του Παρνασσού (430 μ.) και φθάνει μέχρι τα 1.100 μ. σε μείξη με την ελάτη. Αξιοσημείωτη είναι η ανεύρεση (από Γ. Μπρόφα) μιας αραιής συστάδας μερικών δεκάδων στρεμμάτων βελανιδιάς (*Quercus ithaburensis ssp. macrolepis*) σε υψόμετρο 850 - 900 μ., στο κατώτερο όριο της ελάτης άνωθεν της κοινότητας Λιλαίας

ΠΟΕΣ ΚΑΙ ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΦΥΤΑ

Από τα ομορφότερα αγριολούλουδα που συναντάμε στον Παρνασσό είναι το λείριο το χαλκιδόνιο ή κόκκινο κρίνο (*Lilium chalconicum*), η παιώνια η παρνασσική (*Paeonia parnassica*), η οποία κινδυνεύει σοβαρά από την υπερβολική συλλογή και τη βόσκηση, η λάμπουσα ανεμώνη (*Anemone ranonina*), είδη γερανιών -με αντιπροσωπευτικότερο το πολύ όμορφο γεράνι το μακρόρυζο (*Geranium macrorrhizum*), διάφορες ίριδες, όπως η αττική ίριδα



(*Iris attica*) και η εντυπωσιακή *Iris unguicularis*, αλλά και καμπανούλες (με αντιπροσωπευτικότερο το τοπικό ενδημικό *Campanula topaliana subsp. delphica* αλλά και την *Campanula rupicola*), είδη αγριογαρύφαλων (*Dianthus* sp), κολχικά (*Colchicum* sp) όπως το κολχικό του Παρνασσού (*Colchicum parnassicum*) που είναι ενδημικό της Κεντρικής Ελλάδας, και το σπάνιο κολχικό το τρίφυλλο (*Colchicum triphyllum*), καθώς και πολλά είδη κρίκου (*Crocus* sp) όπως ο κρίκος ο αδριατικός (*Crocus hadriaticus subsp. parnassicus*) που ανθίζει το Φθινόπωρο σε αντίθεση με τον κρίκο τον χρύσανθο (*Crocus chrysanthus*) που ανθίζει την Άνοιξη. Τέλος, απαντώνται και πολλά είδη βιόλας (*Viola* sp) με υπέροχο μενεξεδί χρώμα.

Επίσης, στον ορεινό όγκο του Παρνασσού φυτρώνουν διάφορες ορεινές orchidées, όπως το κεφαλάνθηρο το ερυθρό (*Cephalanthera rubra*), το κεφαλάνθηρο το δαμασσόνιο (*Cephalanthera damasonium*), η κλομή orchidέα (*Orchis pallens*) και η αρρηνωπή orchidέα (*Orchis mascula*) ενώ σε χαμηλά υψόμετρα ανθίζει η ενδημική και πολύ σπάνια οφρύς των Δελφών (*Ophrys delphinensis*). Άλλα ενδημικά, σπάνια και ενδιαφέροντα φυτά είναι ο αστράγαλος του Παρνασσού (*Astragalus parnassi*), η σκουτελάρια του Παρνασσού (*Scutellaria rupestris subsp. parnassica*), η σκουτελάρια της Ανατολής (*Scutellaria orientalis*), ο κονβόλβουλος του Παρνασσού (*Convolvulus parnassicus*), το σέδο το απολείπον (*Sedum apoleipon*), το κεράστιο το πάλλευκο (*Cerastium candidissimum*) και πολλά άλλα.

Ωστόσο, ο Παρνασσός είναι ξακουστός από την αρχαιότητα και για τα αρωματικά - φαρμακευτικά του φυτά. Αναφορικά, ο Θεόφραστος στα συγγράμματά του χαρακτηρίζει το βουνό «φαρμακωδέστατον», ενώ ο Διοσκουρίδης στο βιβλίο του «Περί ύλης ιατρικής» δίνει έμφαση στις φαρμακευτικές ιδιότητες του ελλέβορου από τον Παρνασσό. Ένα άλλο γνωστό φαρμακευτικό φυτό είναι το τσάι του Παρνασσού (*Sideritis raeseri subsp. parnassica*), με αντιφλεγμονώδη δράση. Άλλα φαρμακευτικά είδη είναι η μέντα (*Mentha longifolia*), το θυμάρι (*Thymus leucospermus*), η δάφνη (*Daphne oleoides*), ο σαμπούκος (*Sambucus* sp.), το βέρατρο (*Veratrum* sp.) και το αλπικό άρον (*Arum alpinum*).



- 1 Η κεφαλληνιακή ελάτη ντυμένη στα χειμερινά της.
- 2 Οφρύς του Σπρούνερ (Ophrys spruneri).
- 3 Σεσέμαντο (Achillea holosericea).
- 4 Περιοχή με πουνράρια (Quercus coccifera). Μπροστά τα μωβ άνθη της λυγαριάς (Vitex agnus-castus).
- 5 Χνοώδης δρυς (Quercus pubescens).
- 6 Ανατολικός πλάτανος (Platanus orientalis).

- 1 *Abies cephalonica* with a winter attire.
- 2 *Ophrys spruneri*.
- 3 *Achillea holosericea*.
- 4 Area of kermes oak trees (*Quercus coccifera*). At the front, the purple flowers of chaste trees (*Vitex agnus-castus*).
- 5 *Quercus pubescens*.
- 6 *Platanus orientalis*.

Flora

The geographical position of Parnassos Mt., its varied terrain of ravines, steep and minor slopes, curved peaks, rocky elevations, valleys etc., but also anthropogenic influences, have contributed in the shaping of idiosyncratic and distinct conditions, ideal for the emergence of rich flora with such special features and importance that has been attracting the interest of many botanical scientists and amateurs.



- 1 Τσαί του βουνού (*Sideritis raeseri*).
- 2 Δάφνη ελαιώδης (*Daphne oleoides*).
- 3 Κεφαλάνθηρο δαμασόνιο (*Cephalanthera damasonium*).
- 4 Είδος αστραγάλου (*Astragalus sp.*).
- 5 Ποικιλόχρωμη καμπανούλα (*Campanula versicolor*).
- 6 Αρσενική ορχιδέα (*Orchis mascula*).

- 1 *Sideritis raeseri*.
- 2 *Daphne oleoides*.
- 3 *Cephalanthera damasonium*.
- 4 *Astragalus sp.*
- 5 *Campanula versicolor*.
- 6 *Orchis mascula*.

IN TERMS OF GEOGRAPHICAL EXPANSION, Parnassos Mt. hosts cosmopolitan species, as well as species found in the Mediterranean. The endemic species of Central Greece, the “Greek” endemic species and the endemic species of the Balkan Peninsula. are worthy of attention.

However, the endemic species of Parnassos Mt. are the most important category, a natural heritage that needs to be protected and preserved.

More specifically, the *Paeonia parnassica* and *Bupleurum capillare* species are included in Annex II of the 92/43/EEC Directive, the *Centaurea musarum* and *Silene guicciardii* species in the 67/1981 Presidential Decree, while the *Erysimum parnassi* and *Euphorbia orphanidis* species are included in the Red List of the International Union for the Conservation of Nature (IUCN).

FORESTS

The forests that cover the largest part (almost 70%) of the Parnassos Mt. area consist of Greek fir (*Abies cephalonica*), which occupy reckoned areas in mid and high altitudes of the region. Fir forests appear from an altitude of 800 m and reach approximately

1,700 m, where they form treelines. Single trees appear at lower altitudes of up to 500 m. They grow in all types of soil found in the area and sometimes on completely barren, rocky limestone areas or steep slopes with little soil.

Another noteworthy forest species of Parnassos Mt. is black pine (*Pinus nigra*). It appears on the northern slopes of the mountain, above the settlements of Amfikleia (where a large area of black pine trees was burned during the fire of 1977) and Polydrosso. It stretches from about 750 m, at the same altitude with fir trees, and reaches up to 1,500 m. In various places, they form mixed populations with fir trees, while, at the lowest points of their expansion, they appear in the zone of evergreen broadleaved trees, along with kermes oak (*Quercus coccifera*), phillyrea (*Phillyrea media*), wild juniper (*Juniperus oxycedrus*), or with deciduous broadleaved trees, like Fraxinus (*Fraxinus ornus*), Judas tree (*Cercis siliquastrum*) and pubescent oak (*Quercus pubescens*). Finally, in the southern and southeastern part of Parnassos Mt., there are clusters of juniper (*Juniperus foetidissima*).

At lower altitudes of Parnassos Mt. there is a sheer



presence of oak forests. In small spots on the north side of the mountain, usually in contact with the lower limits of fir forests, while in the Mariolata and Lilaia ravines they descend much lower. The oaks

found in the area are mainly of the broadleaved oak (*Quercus frainetto*) and pubescent oak (*Q. pubescens*) species. *Q. frainetto* appears on the best soils and is the dominant oak species in the forests mixed with fir trees, while *Q. pubescens* occupies the poorest soils and appears in the area mainly on hard limestone. The appearance of scattered oak trees starts from the foot of Parnassos Mt. (430 m) and reaches up to 1,100 m

HERBS AND AROMATIC PLANTS

Some of the most beautiful wildflowers met on Parnassos Mt. are *Lilium chalconicum*, included in the 67/1981 Presidential Decree, *Paeonia parnassica*, which is at risk from over-collection and grazing, *Anemone pavonina*, species of geranium, with *Geranium macrorrhizum* being the most representative, various irises, like *Iris attica* and the impressive *Iris unguicularis*, as well as campanulas (such as the beautiful *Campanula rupicola* and *Campanula versicolor*). There are also (*Dianthus sp.*), (*Colchicum sp.*), like *Colchicum parnassicum*, which is endemic in central Greece, as well as many species of (*Crocus sp.*), like *Crocus hadriaticus* subsp.



parnassicus, which blooms in autumn, opposed to *Crocus chrysanthus*, which blooms in spring. Finally, there are many species of viola (*Viola sp.*) with a beautiful purple color.

Different kinds of mountain orchids grow at Parnassos Mt., like *Cephalanthera rubra* and *Cephalanthera damasonium*, *Orchis pallens* and *Orchis mascula*, while at lower altitudes blooms the endemic and very rare *Ophrys delphinensis*.

Other endemic, rare and interesting plants are *Astragalus parnassi*, *Scutellaria rupestris* subsp. *parnassica*, *Scutellaria orientalis*, *Convolvulus parnassicus*, which is included at the 67/1981 Presidential Decree, *Sedum apoleipon*, *Cerastium candidissimum* and many more.

However, Parnassos Mt. is renowned from antiquity for its aromatic and medicinal plants. Reportedly, in his writings, Theophrastus characterizes the mountain as «φαρμακωδέστατον» (“full of medicines”), while Dioscorides, in “De Materia Medica”, emphasizes the medicinal powers of *Helleborus odorus* from Parnassos Mt. Another well known medicinal plant is the antiinflammatory tea of Parnassos Mt. (*Sideritis raeseri* subsp. *parnassica*). Other medicinal species are mint (*Mentha longifolia*), various species of thyme (*Thymus sp.*), daphne (*Daphne sp.*), sambucus (*Sambucus sp.*) and *Arum alpinum*.

Πανίδα

Η βλάστηση, το έντονο και ποικίλο ανάγλυφο της περιοχής με τα μικροκλίματα του και το γενικότερο κλίμα του Παρνασσού, τον καθιστούν ιδιαίτερα πλούσιο σε πανίδα.

Ο ορεινός όγκος του είναι σημαντική περιοχή σε διεθνές επίπεδο για έναν αξιόλογο αριθμό και μεγάλη ποικιλία προστατευόμενων ειδών.

Η ΠΑΝΙΔΑ ΣΧΕΤΙΖΕΤΑΙ, κατά ένα μεγάλο μέρος της, με τα δάση κεφαλληνιακής Ελάτης, ενώ σημαντικοί βιότοποι είναι, επίσης, οι ορθοπλαγιές του βουνού και τα λιβάδια του αλλά και οι εποχικές λίμνες και ρεματιές του. Τα είδη από τα οποία αποτελείται είναι κοινά για τον ελλαδικό χώρο θηλαστικά, όπως λαγούς, σκίουρους, ασβούς, αλεπούδες, λύκους, τσακάλια, καθώς και από μεγάλο αριθμό ορνιθοπανίδας (π.χ. γεράκια, χρυσαετούς, δρυοκολάπτες) που τελούν κι αυτά υπό προστασία. Ποικίλα είδη ερπετών και εντόμων βρίσκουν επίσης καταφύγιο στον εθνικό δρυμό, ενώ αξιοσημείωτη θεωρείται και η παρουσία της σπάνιας «Απολλώνιας Παρνασσιακής» πεταλούδας.

ΘΗΛΑΣΤΙΚΑ

Τα πιο κοινά θηλαστικά που απαντώνται στον Παρνασσό είναι ο σκαντζόχοιρος (*Erinaceus concolor*), ο λαγός (*Lepus europaeus*), ο σκίουρος (*Sciurus vulgaris*), η αλεπού (*Vulpes vulpes*), το κουνάβι (*Martes foina*), ο ασβός (*Meles meles*) αλλά και διάφορα είδη τρωκτικών, εντομοφάγων και χειρόπτερων (νυχτεριδών). Η σύνθεση μεγάλων θηλαστικών στον Παρνασσό, χορτοφάγων και σαρκοφάγων, έχει αλλάξει σε μεγάλο βαθμό κατά τη διάρκεια του 20ου αιώνα. Από τα χορτοφάγα, το αγριόγιδρο (*Rupicapra rupicapra balcanica*) όπου η παρουσία του ήταν έντονη κατά τον 19ο αιώνα έχει πλέον εξαφανιστεί, το ζαρκάδι (*Capreolus*



1

capreolus), αν και παλιότερα είχε εξαφανιστεί από την περιοχή, πλέον έχει κάνει την επανεμφάνιση του. Το αγριογούρουνο (*Sus scrofa*) διατηρεί ακόμα έναν μικρό πληθυσμό στη δασωμένη βόρεια και δυτική πλευρά του Παρνασσού. Μάλλον πρόκειται για μικρό εναπομείναντα πληθυσμό, που εμπλουτίζεται διαρκώς από ζώα που περνούν από τη Γκιώνα. Από τα σαρκοφάγα, οι επισκέψεις του λύκου (*Canis lupus*) στην ευρύτερη περιοχή Γκιώνας-Παρνασσού, που αποτελεί και το νοτιότερο όριο στη βαλκανική εξάπλωση του είδους, είναι σποραδικές και ακανόνιστες. Η παρουσία του αγριόγατου (*Felis sylvestris*) έχει αναφερθεί παλιότερα στο «51 χιλιόμετρο» Μπράλλου-Άμφισσας αλλά δεν είναι γνωστό αν το είδος αυτό εξακολουθεί να υπάρχει στο βουνό.

Στο Βοιωτικό Κηφισσό (εκτός των πηγών) έχει εντοπισθεί η βίδα (*Lutra lutra*), ένα από τα πιο απειλούμενα με εξαφάνιση είδη, το οποίο προστατεύεται από διεθνείς και ευρωπαϊκές οδηγίες.

Ο νανοκρικετός (*Cricetulus migratorius*), είδος ασιατικό, έχει παρατηρηθεί σε καλλιεργημένες εκτάσεις της Στερεάς Ελλάδας και πιθανότατα υπάρχει στους πρόποδες του Παρνασσού. Ο χιονοπόντικας (*Microtus nivalis*) παγιδεύτηκε στη γειτονική Γκιώνα και αναμένεται να υπάρχει στις αλπικές κορυφές του Παρνασσού.

Τέσσερα είδη, η μικρομωτίδα (*Myotis blythii*), η τρανο-



2



3

μωτίδα (*Myotis myotis*), ο τρανορινόλοφος (*Rhinolophus ferrumequinum*) και ο μικρορινόλοφος (*Rhinolophus hipposideros*) είναι είδη που έχουν καταγραφεί στην περιοχή, αναφέρονται στο Παράρτημα II της Οδηγίας 92/43/ΕΕ.

ΠΟΥΛΙΑ

Ο ορεινός όγκος του Παρνασσού είναι σημαντική περιοχή σε διεθνές επίπεδο για ένα αξιόλογο αριθμό και μεγάλη ποικιλία προστατευόμενων ειδών ορνιθοπανίδας, ιδιαίτερα για αρπακτικά, δασικά και αλπικά είδη καθώς και για είδη των αειφυλλων πλατύφυλλων. Τριάντα οκτώ (38) είδη από τα πτηνά που απαντώνται στην περιοχή περιλαμβάνονται στο Παράρτημα II της Οδηγίας 92/43/ΕΕ.

Στον Παρνασσό είχαν παρατηρηθεί σε αξιόλογους πληθυσμούς τα είδη πετρίτης, γυπαιετός, χρυσαετός, αιγαιοτσιροβάκος και φρυγανοτσιχίλονο, καθώς και τα είδη πετροπέρδικα, όρνιο, χρυσογέρακο, φιδαιετός, μαύρος δρυοκολάπτης, λευκονώπτης δρυοκολάπτης και βλαχοτσιχίλονο.

Η σημασία της περιοχής για την προστασία του χρυσαετού (*Aquila chrysaetos*), του χρυσογέρακου (*Falco biarmicus*), του πετρίτη (*Falco peregrinus*) και του αιγαιοτσιροβάκου (*Sylvia rueppelli*) είναι μεγάλη. Ο πληθυσμός του χρυσαετού είχε μειωθεί ανησυχητικά. Το διάστημα 1999-2001 υπήρχαν πέντε ζευγάρια χρυσαετών στην περιοχή, ενώ το 2009 (Εκθεση Ελληνικής Ορνιθολογικής Εταιρείας) συγκεντρώθηκαν στοιχεία για τουλάχιστον δύο κατειλημμένες επικράτειες στις μεγάλες ορθοπλαγιές του κεντρικού και ανατολικού τμήματος του Παρνασσού όπου αποτελούν σημαντικό βιότοπο αναπαραγωγής του.

Εκτός αυτών, έχουν εξαφανιστεί ως αναπαραγόμενα είδη όλα τα πτωματοφάγα πουλιά, με τον γυπαιετό (*Gypaetus barbatus*) να έχει εξαφανιστεί από τα μέσα της δεκαετίας του 90, το όρνιο (*Gyps fulvus*) τα τέλη της δεκαετίας του 80 και τον ασπροπόρφη (*Neophron percnopterus*) τις αρχές της δεκαετίας του 80.

Αντίθετα από την υποβάθμιση που έχει υποστεί ο Παρνασσός αναφορικά με τα παραπάνω είδη, η περιοχή διατηρεί σημαντικούς πληθυσμούς σε εθνικό επίπεδο των ειδών φιδαιετός (*Circaetus gallicus*), βουνοστακτάρα (*Apus melba*), μαύρος δρυοκολάπτης (*Dryocopus martius*), λευκονώπτης δρυοκολάπτης (*Dendrocopos leucotos*), ωχροκελάδα (*Anthus campestris*) και βλαχοτσιχίλονο (*Emberiza hortulana*).

ΕΡΠΕΤΑ - ΑΜΦΙΒΙΑ

Ο Παρνασσός φιλοξενεί επίσης αρκετά είδη ερπετών και αμφιβίων. Από ερπετά, στις πιο χαμηλές ζώνες του εντοπίζονται η μεσογειακή χελώνα (*Testudo hermanni*) και η κρασπεδωτή χελώνα (*Testudo marginata*), ενώ η αιγαιοσαυρα (*Podarcis erhardii*) είναι αυτή που απαντάται κατά κύριο λόγο στον Παρνασσό. Επίσης, η οχιά (*Vipera ammodytes*), το ασινόφιδο (*Coronella austriaca*), το γιατρόφιδο (*Elaphe longissima*) και το σπιτόφιδο (*Elaphe situla*).



4

Αναφορικά με τα αμφίβια, στον Παρνασσό έχουν παρατηρηθεί όλοι σχεδόν οι βάτραχοι και οι φρύνοι, με πιο δημοφιλείς το δενδροβάτραχο (*Hyla arborea*) και την κιτρινομπομπίνα (*Bombina variegata*).

Στην περιοχή διαβίει και ο ιταλικός τρίτωνας (*Triturus cristatus*) που μαζί με την μεσογειακή και κρασπεδωτή χελώνα και την κιτρινομπομπίνα αποτελούν τα τέσσερα είδη ερπετών και αμφιβίων που περιλαμβάνονται στο Παράρτημα II της Οδηγίας 92/43/ΕΕ, ενώ έχει παρατηρηθεί και το σπάνιο είδος *Triturus cristatus* (λοφιοφόρος τρίτωνας). Επίσης, η σαλαμάνδρα (*Salamandra salamandra*) πιθανολογείται ότι υπάρχει εδώ.

ΨΑΡΙΑ

Από παρατηρήσεις που έχουν γίνει στα νερά του Βοιωτικού Κηφισσού, τα οποία προέρχονται μόνο από τον όγκο του βουνού, έχουν καταγραφεί η πασκόβιτσα (*Telestes beoticus*) και το σκαρούνι (*Barbus graecus*) τα οποία είναι ενδημικά της Βοιωτίας.

ΑΣΠΟΝΔΥΛΑ

Ένα σπάνιο ασπόνδυλο που απαντάται στον Παρνασσό είναι το σκαθάρι λούκανος ελαφόμορφος (*Lucanus cervus*) που περιλαμβάνεται στο Παράρτημα II της Οδηγίας 92/43/ΕΕ.



5

- 1 Ζαρκάδι (*Capreolus capreolus*).
- 2 Δενδρομωξός (*Dryomys nitedula*).
- 3 Μεσογειακή ωτονυχτερίδα (*Plecotus kolombatovici*) - Μπαρμπαστέλλος (*Barbastella barbastellus*).
- 4 Λευκονώπτης (*Dendrocopos leucotos*).
- 5 Σαλαμάνδρα (*Salamandra salamandra*)

- 1 *Capreolus capreolus*.
- 2 *Dryomys nitedula*.
- 3 *Plecotus kolombatovici*, *Barbastella barbastellus*.
- 4 *Dendrocopos leucotos*.
- 5 *Salamandra salamandra*.

Fauna

Parnassos Mt. is an important area internationally, because it presents a significant number and wide variety of protected species. The fauna is largely related to the forests of Greek fir, while important habitats are also the steep slopes and the meadows of the mountain, as well as its seasonal lakes and gullies.

THE SPECIES that make up the fauna of Parnassos Mt. are common in Greece. Mammals include hares, squirrels, badgers, foxes, wolves and jackals. The avifauna of Parnassos Mt. is rich and consists of hawks, golden eagles, woodpeckers and others, many of which are under protection status. Various species of reptiles, amphibia and insects also find shelter in the national park, while noteworthy is the presence of a rare species of butterfly, called “Apolonia Parnassica”.

MAMMALS

The most common mammals in Parnassos Mt. are hedgehogs (*Erinaceus concolor*), hares (*Lepus europaeus*), squirrels (*Sciurus vulgaris*), foxes (*Vulpes vulpes*), martens (*Martes foina*), badgers (*Meles meles*), as well as other species of rodents, insectivores and bats.

The composition of the list of large mammals, herbivores and carnivores, in Parnassos Mt. has been diversified greatly during the 20th century. In terms of herbivores, the chamois, whose presence was intense in the 19th c., is now extinct (*Rupicapra rupicapra balcanica*), while, the roe deer (*Capreolus capreolus*) believed disappeared from the area, has now reappear. Wild boars (*Sus scrofa*) still main-



1



3

tain a small population in the north and west side of Parnassos Mt., which is covered in forests. Carnivores of the area are, the wolf (*Canis lupus*) whose visits are rare. Also, the presence of wildcats (*Felis sylvestris*) has been reported in the past on the 51 km of the Bralos-Amfissa road, but it is not known whether this species still exists on the mountain. Otters (*Lutra lutra*) have been spotted in Boeotian Ki-



2



4

fissos river which are one of the most endangered species and are protected by International and European Directives.

Rodents, such as the gray dwarf hamster (*Cricetulus migratorius*) and the snow voles (*Microtus nivalis*).

Four species of bats, the lesser mouse-eared bat (*Myotis blythii*), the greater mouse-eared bat (*Myo-*



5

tis myotis, the greater horseshoe bat (*Rhinolophus ferrumequinum*) and the lesser horseshoe bat (*Rhinolophus hipposideros*) have been recorded in the area and are mentioned in Annex II of the 92/43/EEC Directive.

BIRDS

Parnassos Mt. is internationally important for a wide variety of protected species of avifauna. Thirty-eight (38) species of birds found in the area are listed in Annex II of the 2009/147/EU Directive.

The area is very important for the protection of the golden eagle (*Aquila chrysaetos*), the lanner falcon (*Falco biarmicus*), the peregrine falcon (*Falco peregrinus*) and the Rüppell's warbler (*Sylvia rueppelli*). Apart from that, the bearded vulture (*Gypaetus barbatus*) has been extinct since the mid-90s, the griffon vulture (*Gyps fulvus*) since the mid-80s and the Egyptian vulture (*Neophron percnopterus*) since the beginning of the same decade.

Nevertheless, the area retains nationally reckoned populations of the following species: short-toed snake eagle (*Circaetus gallicus*), alpine swift (*Apus melba*), black woodpecker (*Dryocopus martius*), white-backed woodpecker (*Dendrocopus leucotos*), tawny pipit (*Anthus campestris*) and ortolan bunting (*Emberiza hortulana*).

- 1 Κιτρινογάστρος (*Bombina variegata*).
- 2 Πράσινη σαύρα (*Lacerta viridis*).
- 3 Τοιχόσαυρα (*Podarcis muralis*).
- 4 Παρνάσσια μνημοσύνη (*Parnassius mnemosyne*)
- 5 *Zerynthia polyxena*.
- 6 Το νέο είδος που ανακαλύφθηκε στον Επτάλοφο Παρνασσού, *Daphniola eptalophos*.

- 1 *Bombina variegata*.
- 2 *Lacerta viridis*.
- 3 *Podarcis muralis*.
- 4 *Parnassius mnemosyne*.
- 5 *Zerynthia polyxena*.
- 6 *Daphniola eptalophos*, the new species of snail discovered at Eptalophos.

culapian snakes (*Elaphe longissima*) and European ratsnakes (*Elaphe situla*).

In terms of amphibians, almost all frogs and toads have been observed in Parnassos Mt., with most popular being the European tree frog (*Hyla arborea*), the yellow-bellied toad (*Bombina variegata*), the alpine newt (*Triturus alpestris*) and the fire salamander (*Salamandra salamandra*).

The Hermann's tortoise and the marginated tortoise, along with the yellow-bellied toad are the three species of reptiles and amphibians included in Annex II of the 92/43/EEC Directive.

FISH

From observations made in the waters of Boeotian Kifissos River, *Telestes beoticus* and *Barbus graecus*, have been recorded.

INVERTEBRATES

A rare invertebrate found in Parnassos Mt. is the Lucanus cervus beetle, which is included in Annex II of the 92/43/EEC Directive. Moreover, a new species of snail was discovered relatively recently at a spring near the settlement of Eptalofos in Parnassos Mt., the *Daphniola eptalophos*.



6

REPTILES - AMPHIBIANS

Parnassos Mt. also hosts several species of reptiles and amphibia.

Reptiles, such as Hermann's tortoises (*Testudo hermanni*) and marginated tortoises (*Testudo marginata*) found at the lower zones, while Erhard's wall lizard (*Podarcis erhardii*) is the species mostly encountered in Parnassos Mt. There are also horned vipers (*Vipera ammodytes*), *Coronella austriaca*, aes-

Μανιτάρια

Οι μύκητες, το δεύτερο σε πλήθος ειδών άθροισμα στον πλανήτη μετά τα έντομα, συγκροτούν ένα από τα πέντε Βασίλεια. Αποτελούν από τα βασικότερα μέλη των δασικών οικοσυστημάτων καθορίζοντας τη δομή και λειτουργία τους είτε ως σαπροτροφικοί οργανισμοί, είτε ως παρασιτικοί-παθογόνοι, είτε ως συμβιωτικοί.

ΟΙ ΜΑΚΡΟΜΥΚΗΤΕΣ, οι οποίοι παράγουν τα μανιτάρια, υπολογίζονται σε 50.000 είδη ενώ από αυτά, περίπου 2.000 θεωρούνται αξιόλογα εδώδιμα μανιτάρια. Μανιτάρια ονομάζονται οι καρποφορίες Ασκομυκήτων (υπόγεια βολβώδη αλλά και υπέργεια κυπελλόμορφα μανιτάρια) και Βασιδιομυκήτων (με το γνωστό σχήμα ομπρέλας) και παρουσιάζουν αξιοσημείωτη ποικιλία σε σχήματα και χρώματα. Το γνωστό σχήμα ομπρέλας είναι το τμήμα του μύκητα που περιέχει τα σπόρια για την αναπαραγωγή του. Ο υπόλοιπος μύκητας ζει μέσα στο έδαφος ή σε κάποιο άλλο υπόστρωμα, με τη μορφή πολύπλοκων ινών (μυκήλιο ή μυκηλιακές υφές).

Γίνεται κατανοητό, ότι αν δεν υπήρχαν αυτοί οι οργανισμοί να αποσυνθέτουν την νεκρή οργανική ουσία που προκύπτει καθημερινά και να την αποδίδουν πάλι στη φύση με τη μορφή θρεπτικών στοιχείων, η γη θα ήταν σαν ένα τεράστιο νεκροταφείο ζώων και φυτών.

Μια άλλη σημαντική λειτουργία που επιτελούν ορισμένοι μύκητες είναι η δημιουργία μυκόρριζας, μια ιδιόμορφη σχέση συμβίωσης φυτού – μύκητα, όπου και οι δύο εξασφαλίζουν αμοιβαία οφέλη. Οι μυκηλιακές υφές περιβάλλουν τα λεπτά ριζικά τριχίδια των δέντρων και σχηματίζουν μυκόριζες. Από αυτές, ο μύκητας απομυζά κυρίως υδατάνθρακες –τροφή έτοιμη για αυτόν. Παράλληλα, η μυκόρριζα διευκολύνει

την απορρόφηση θρεπτικών ουσιών από τα φυτά (άλατα, αζωτούχες ενώσεις, ιχνοστοιχεία, κ.α.) και τα κάνει πιο ανθεκτικά σε διάφορες ασθένειες. Τελευταίες έρευνες δείχνουν ότι τα περισσότερα δασικά είδη δημιουργούν τέτοιες συμβιωτικές σχέσεις με μύκητες. Αυτό δείχνει πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος τους στην ύπαρξη των δασικών οικοσυστημάτων.

Επίσης, περιέχουν ουσίες που χρησιμοποιούνται στην παρασκευή φαρμάκων. Αναφέρεται η ανακάλυψη των αντιβιοτικών από το γένος *Penicillium* καθώς και πλήθος ιατρικών τομέων στους οποίους χρησιμοποιούνται μύκητες για θεραπευτικούς σκοπούς. Επίσης, σχετικά πρόσφατα η ανακάλυψη ανοσοδιεγερτικών ιδιοτήτων του είδους *Lentinula edodes* δίνει ελπίδες σε ερευνητικό επίπεδο για αντιμετώπιση του AIDS.

Αν και ο ρόλος τους στη διατροφή μας είναι σημαντικός, κάποια μανιτάρια είναι δηλητηριώδη ή και θανατηφόρα. Για αυτό, οι συλλέκτες μανιταριών συλλέγουν όσα γνωρίζουν ότι τρώγονται με απόλυτη βεβαιότητα.

Παρά το σημαντικό ρόλο που επιτελούν, τα μανιτάρια δεν προστατεύονται από τη νομοθεσία. Για το λόγο αυτό, η διατήρηση των πληθυσμών τους και των βιοτόπων τους, αφορά όλους.

ΣΠΑΝΙΑ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ

Σημαντική είναι η κληρονομιά από σπάνια μανιτάρια που εμφανίζονται στον Παρνασσό:

Το *Pleurotus nebrodensis* που αναφέρεται μόνο από την Ιταλία και την Ελλάδα (Αχαΐα και Φθιώτιδα) καρποφορεί σε ρίζες των φυτών *Cachrys ferulacea*, *Laserpitium latifolium*, *Laserpitium siler*, *Oropanax chironium*, σε υψόμετρα από 1200 έως 2200m.

Το *Discina melaleuca* Bres. (αναφέρεται μόνο από Καστοριά και Φθιώτιδα) καρποφορεί στο έδαφος σε δάση κωνοφόρων και πλατυφύλλων.

Το *Dumontinia tuberosa* στην Ελλάδα (αναφέρεται μόνο από Κοζάνη και Φθιώτιδα) καρποφορεί την άνοιξη, κοπαδιαστά σε ρίζες φυτών του γένους *Anemone* σε υγρές θέσεις.

Το σπάνιο στην Ελλάδα (αναφέρεται μόνο από Αττική και Φθιώτιδα) *Helvella confusa* καρποφορεί από τον



1 Ζουρλομανιτάρη (*Amanita muscaria*). 2 Βασιλικό ή δικτυωτός βωλίτης (*Boletus reticulatus*). 3 *Pleurotus nebrodensis*. 4 Ελατίσιο ή σολομόχρωμος λακτάριος (*Lactarius salmonicolor*). 5 *Leocarpus fragilis*. 6 Θανατίτης ή φαλλοειδής αμανιτίνης (*Amanita phalloides*).

1 *Amanita muscaria*. 2 *Pleurotus nebrodensis*. 3 *Lactarius salmonicolor*. 4 *Boletus reticulatus*. 5 *Leocarpus fragilis*. 6 *Amanita phalloides*.

Μάιο έως τον Ιούλιο σε δάση ελάτης, ερυθρελάτης και κεφαλληνιακής ελάτης.

Το σπάνιο στην Ελλάδα (αναφέρεται μόνο από Γρεβενά, Καστοριά και Φθιώτιδα) *Ongyena equina* καρποφορεί σχεδόν ολόκληρο το χρόνο σε συμπλέγματα, πάνω σε κέρατα και οπλές βοοειδών και προβάτων που σαπίζουν και παράγει μικρά ασκώματα με μορφή σπιρτόξυλου.

Το σπάνιο στην Ελλάδα (αναφέρεται μόνο από Θεσσαλονίκη και Φθιώτιδα) *Psathyrella melanthina* καρποφορεί από την άνοιξη έως το φθινόπωρο, κατά ομάδες από ολιγάριθμα βασιδιώματα, σε υγρές θέσεις παράκτιων οικοσυστημάτων, σε σάπιο –μερικές φορές θαμμένο- ξύλο πλατυφύλλων (ακακίας, συκιάς, καρδιάσχημης φιλύρας).

Fungi

Fungi are a key part of forest ecosystems, as saprophytes, parasitic-pathogenic or symbiotic organisms.

MACROMYCETES, produce mushrooms, the famous umbrella shape organ that contains spores for fungi's reproduction. The rest of the fungus lives in the soil or other substratum, in the form of complex fibers (mycelium).

Without fungi, necessary to recycle the dead organic material daily, the earth would be a huge cemetery of animals and plants.

Another significant function by some fungi is to create mycorrhiza, a plant-fungus symbiotic relationship, where both organisms ensure mutual benefits and renders the forest more resistant to disease. Latest research indicates that most forest species create such symbiotic relationships with fungi. This indicates how important their role is for the existence of forest ecosystems.

Furthermore, fungi contain substances used in the preparation of pharmaceutical manufacturing. Although their role in our diet is important, some mushrooms are poisonous or even deadly. That is why mushroom collectors collect only the ones that they know with absolute certainty to be edible. Despite their important role, mushrooms are not protected by Greek legislation. For this reason, the maintenance of their populations and habitats concerns us all.

RARE FUNGI OF PARNASSOS MT.

The inheritance of rare mushrooms appearing in Parnassos Mt is great: *Pleurotus nebrodensis*. Found only in Italy and Greece (*Achaia and Phthiotis*). It fruits in the roots of *Cachrys ferulacea*, *Laserpitium latifolium*, *Laserpitium siler*,



Oropanax chironium and at altitudes from 1,200 to 2,200 m.

Discina melaleuca Bres. In Greece, it has been recorded only in Kastoria and Phthiotis. It fruits in the grounds of coniferous and broadleaved forests.

Dumontinia tuberosa. In Greece, it is encountered only in Kozani and Phthiotis and fruits in spring in damp places, on the roots of plants from the *Anemone* genus.

Helvella confusa. In Greece, it is mentioned to appear only in Attica and Phthiotis. It fruits from May until July in fir forests.

Ongyena equina. In Greece it has been spotted only in Grevena, Kastoria and Phthiotis. It fruits almost all year long, in groups, on the horns and hooves of cattle and sheep, producing small stipes.

Psathyrella melanthina. In Greece, it appears only in the regions of Thessaloniki and Phthiotis. It fruits from spring to autumn, in groups of few in number basidiomycetes, in damp places of coastal ecosystems, on rotten and sometimes buried broadleaved wood.

Οικισμοί

Οι οικισμοί του Παρνασσού ξεκινούν από τους πρόποδες του βουνού και φθάνουν σε υψόμετρο 950 μέτρων.

Ο ΠΡΩΤΟΣ ΟΙΚΙΣΜΟΣ που συναντάμε ξεκινώντας από τη Νοτιοανατολική πλευρά του Παρνασσού είναι η Δαύλεια, η οποία είναι χτισμένη σε υψόμετρο 350 μέτρων, ανήκει στο Νομό Βοιωτίας και έχει πληθυσμό περίπου 1.230 κατοίκους. Η Δαύλεια βρίσκεται στην περιοχή που ήταν χτισμένη η αρχαία Φωκική πόλη Δαυλίσ από την οποία σώζονται σε καλή κατάσταση η οχύρωση της αρχαίας πόλης και κάποια ακόμα κτίσματα. Το γυναικείο μοναστήρι «Ιερά Μονή Ιερουσαλήμ» που βρίσκεται λίγο βορειότερα, αποτελεί αξιοθέατο της περιοχής.

Συνεχίζοντας την πορεία μας νοτιοδυτικά του Παρνασσού με κατεύθυνση προς Δελφούς και σε υψόμετρο 800 μέτρα, συναντούμε το Ζεμενό (Νομός Βοιωτίας), έναν κατάφυτο οικισμό εξοχικών κατοικιών με 32 κατοίκους και φτάνουμε στην ορεινή Αράχωβα, η οποία είναι χτισμένη σε υψόμετρο 950 μέτρων, ανήκει στο Νομό Βοιωτίας και έχει πληθυσμό περίπου 2.650 κατοίκων. Η Αράχωβα αποτελεί σημαντικό χειμερινό προορισμό λόγω της πρόσβασης στα χιονοδρομικά κέντρα του Παρνασσού. Αξιοθέατα του οικισμού αποτελούν ο απόκρημνος βράχος με το ρολόι του 18ου αιώνα, ο Ιερός Ναός του Αγίου Γεωργίου, χτισμένος το 1833 σε ρυθμό σταυρεπίστεγης τρίκλιτης βασιλικής με τρούλο και το Ηρώο του Καραϊσκάκη, πάνω σε τριακόσιες πέτρες που θυμίζουν τα κεφάλια των νεκρών Τούρκων.

Συνεχίζοντας την πορεία μας δυτικά και μετά από 15 χιλιόμετρα καθώς περνάμε στον Νομό Φωκίδας, συναντούμε τον αρχαιολογικό χώρο του Μαντείου των Δελφών, το σημαντικότερο μαντείο του αρχαιοελληνικού κόσμου, με τον Ομφαλό της Γης και τον οικισμό με τον ομώνυμο Δήμο που είναι χτισμένος στα 550 μέτρα υψόμετρο, με 854 κατοίκους.



- 1 Μαρτυρικό χωριό Βάργιανς.
- 2 Το περίφημο «Χάνι της Γραβιάς».
- 3 Το γραφικό χωριό Ελαιώνας.

- 1 The village of Vargiani.
- 2 The famous Gravia Inn.
- 3 The scenic village of Elaionas.

Οι Δελφοί αποτελούν την οικιστική συνέχεια του ιστορικού Μαντείου των Δελφών και του οικισμού Καστρί που αναπτύχθηκε επάνω στα ερείπια του Μαντείου και μεταφέρθηκε στη σημερινή του θέση το 1893 με την έναρξη των αρχαιολογικών ανασκαφών. Ο Αρχαιολογικός χώρος των Δελφών έχει χαρακτηριστεί μνημείο παγκόσμιας πολιτιστικής κληρονομιάς της UNESCO, αποτελεί επίκεντρο παγκόσμιου πολιτιστικού ενδιαφέροντος και είναι μια περιοχή με έντονο τουρισμό.

Αφήνοντας τους Δελφούς και κατηφορίζοντας προς το επίγειό τους την Ιτέα, περνάμε από το Χρισσό (Νομός Φωκίδας), που είναι χτισμένο στις δυτικές πλαγιές του Παρνασσού στα 400 μέτρα υψόμετρο, με υπέροχη θέα προς τον Κορινθιακό Κόλπο και 735 κατοίκους. Προχωρώντας περιμετρικά στους πρόποδες ανεβαίνουμε στα 600 μέτρα υψόμετρο και με κατεύθυνση βορειοδυτική, προσεγγίζουμε τον Ελαιώνα ή Τοπόλια (Νομός Φωκίδας), με 338 κατοίκους, ο οποίος πήρε το όνομά του λόγω του κάμπου με τις ελιές. Αποτελεί ένα ιδιαίτερα γραφικό χωριό με φυσική ομορφιά, βαθύσκιωτα πλατάνια και άφθονα πηγαία τρεχούμενα νερά. Ανηφορίζοντας προς τα βόρεια φτάνουμε στα 910 μέ-

τρα υψόμετρο στο Δροσοχώρι (Νομός Φωκίδας), ένα γραφικό ορεινό χωριό με μόλις 44 κατοίκους, του οποίου οι κάτοικοι αναγκάστηκαν να εγκαταλείψουν και να μετοικήσουν στην Άμφισσα, μετά από μια ισχυρή καθίζηση. Σήμερα η κατάσταση έχει αλλάξει και έχει αρχίσει πλέον να δημιουργείται ένα θαυμάσιο θέρετρο με αναστηλώσεις των παλιών και κατασκευές νέων σπιτιών.

Συνεχίζοντας την περιήγησή μας προς το βορά, στα 900 μέτρα υψόμετρο φτάνουμε στο μικρό παραδοσιακό, αξιόλογο & πετρόχτιστο οικισμό των 38 περίπου κατοίκων, τη Βάργιανη (Νομός Φωκίδας) που είναι γνωστή για τη μεγάλη μάχη και νίκη των Ελλήνων επί των Τούρκων το 1824.

Αξιοθέατο του χωριού είναι η Νεραϊδοσπηλιά, ένα σπήλαιο με σχηματισμένους σταλακτίτες και σταλαγμίτες, στην οποία οδηγεί ένα απόκρημνο μονοπάτι.

Σε λίγα χιλιόμετρα βορειοανατολικά της Βάργιανς συναντάμε σε υψόμετρο 400 μέτρων τη Γραβιά (Νομός Φωκίδας) με περίπου 604 κατοίκους, με πιο γνωστό αξιοθέατο της περιοχής το Χάνι της Γραβιάς, όπου στις 8 Μαΐου 1821 έγινε η γνωστή μάχη. Προς τιμή της νίκης του Οδυσσέα Ανδρούτσου στη μάχη στο Χάνι, κάθε

χρόνο την ημέρα αυτή διοργανώνονται εκδηλώσεις. Κατευθυνόμενοι νοτιοανατολικά συναντούμε τη Μαριολάτα (Νομός Φωκίδας) σε υψόμετρο 350 μέτρα, με πληθυσμό περίπου 368 κατοίκους, η οποία χωρίζεται σε δύο συνοικισμούς, τον παλιό και τον καινούριο. Το όνομά της κατά τη παράδοση το πήρε από την αρχαιότητα διότι αυτοί που πενούσαν με προορισμό το Μαντείο των Δελφών διανυκτέρευαν εκεί όπου υπήρχαν οι «Μαριόλες» που ήταν «κοινές», αλλά ιερές γυναίκες. Ωραία βόλτα κάνει κανείς στο φαράγγι που οδηγεί στη Μπαρουτοσπηλιά, όπου κατά την επανάσταση του 1821 παρασκευαζόταν μπαρούτι. Επίσης στην περιοχή έχουν διασωθεί τα ερείπια της δωρικής πόλης Βόιον που καταστράφηκε από τους Πέρσες το 480 π.Χ.

Συνεχίζοντας με την ίδια κατεύθυνση, συναντάμε τη Λιλαία, η οποία είναι χτισμένη σε υψόμετρο 330 μέτρων, με πληθυσμό 332 κατοίκων. Το όνομα το πήρε από την αρχαία Φωκική πόλη Λιλαία που ήταν μία από τις ισχυρότερες της αρχαίας Φωκίδας και μία από τις εννιά που είχαν συμμετάσχει στον Τρωικό πόλεμο. Από την αρχαία Λιλαία σώζονται σήμερα σε καλή κατάσταση τα τείχη της πόλης.

Η Λιλαία ονομάζεται επίσης και Κάτω Αγόριανη συνέχεια της Αγόριανης ή Επαλόφου που βρίσκεται σε υψόμετρο 830 μέτρων. Η Αγόριανη ή Επάλοφος έχει πληθυσμό περίπου 460 κατοίκους και είναι χτισμένη μέσα σε πανέμορφο ελατοδάσος. Την Επάλοφο διασχίζουν γάργαρα νερά και ο επισκέπτης μπορεί να δροσιστεί στη γραφική πλατεία της με τα ψηλά πλατάνια. Άφθονη δροσιά προσφέρει και η Πολύδροσος, ή αλλιώς Σουβάλα, στα ανατολικά της Λιλαίας χτισμένη σε υψόμετρο 380 μέτρων με πληθυσμό 1.125 κατοίκους, η οποία είναι καλοκαιρινός και χειμερινός προορισμός με πρόσβαση στα χιονοδρομικά κέντρα του Παρνασσού. Στην ίδια θέση που βρίσκεται σήμερα η Πολύδροσος, στην αρχαιότητα (σύμφωνα με τον Ηρόδοτο) υπήρχε η Φωκική πόλη Έρωκος από την οποία σώζονται ορισμένα κτίσματα κοντά στη θέση της Αγίας Ελεούσας που βρίσκονται οι πηγές του Βοιωτικού Κηφισού ποταμού. Η Άνω Πολύδροσος (Άνω Σουβάλα), με μόλις 40 κατοίκους, απέχει περίπου 7 χιλιόμετρα από την Πολύδροσο και είναι χτισμένη σε υψόμετρο περίπου 800 μέτρων, σε προνομιούχο τοποθεσία, μέσα σε πυκνό



δάσος από μαυρόπευκα, έλατα, πλατάνια και τρεχούμενα νερά. Σήμερα έχει πλέον εξοχικές κατοικίες και ωραίες ταβέρνες!

Συνεχίζοντας ανατολικά, στη βόρεια-βορειοανατολική πλευρά του Παρνασσού συναντούμε την Αμφίκλεια (έδρα του Φορέα) που ανήκει στο Νομό Φθιώτιδος, είναι χτισμένη στα 400 μέτρα υψόμετρο και έχει περίπου 3.012 κατοίκους. Διαθέτει ενδιαφέρουσα και αξιόλογη αρχιτεκτονική ως παραδοσιακός διατηρητέος οικισμός, με γραφικά καλντερίμια, εκκλησίες, βρύσες και πλατείες. Μηροστά της απλώνεται η κοιλάδα του ποταμού Κηφισού και η πρώτη ονομασία της ήταν Οφιτεία, ενώ στα χρόνια της Τουρκοκρατίας ονομάστηκε Δαδί. Παρέχει πρόσβαση στα χιονοδρομικά κέντρα του Παρνασσού και ποιοτική φιλοξενία στους επισκέπτες της, καθώς όλο το χρόνο οι κάτοικοι μέσα από συλλόγους και ομάδες δραστηριοποιούνται σε ενδιαφέρουσες παραδοσιακές εκδηλώσεις (πολιτιστικές, αθλητικές, περιβαλλοντικές κλπ), διατηρούν τα ρουμελιώτικα ήθη και έθιμα όπως οι λάκκοι το Πάσχα, η γιορτή της Αναλήψεως (γιορτή των κτηνοτρόφων), τα παραδοσιακά Χριστούγεννα κλπ. Αξιοσημείωτες είναι οι Απόκριες με το άναμμα τεράστιων φωτιών (τα Χένη), την παρέλαση μασκαράδων και το

κοντοσουβλι Γίγας, με τροφή και γλέντι για όλους τους επισκέπτες. Μοναδική πανελλαδικά είναι και η γιορτή του ψωμιού που γίνεται κάθε δυο χρόνια, γιορτάζοντας -ως αγροτική περιοχή- την Παναγία τη Μεσοσπορίτισσα, το Νοέμβριο.

Αφήνοντας πίσω την Αμφίκλεια και συνεχίζοντας νοτιοανατολικά συναντάμε την Τιθορέα ή Βελίτσα. Ανήκει επίσης στο Νομό Φθιώτιδας, έχει 630 κατοίκους και βρίσκεται σε υψόμετρο 440 μέτρων. Είναι ένας όμορφος οικισμός χτισμένος πάνω στο αρχαίο τοίχος που περιέβαλε την αρχαία Φωκική Τιθορέα, ένα από τα καλύτερα σωζόμενα δείγματα ελληνιστικής οχυρωματικής. Ενδιαφέροντα και αξιοθέατα του οικισμού είναι το Αισθητικό Δάσος Τιθορέας (Π.Δ. 1979) έκτασης 2000 στρεμμάτων πλούσιο σε βλάστηση από έλατα, βελανιδιές, κέδρα, κουμαριές και άλλα αυτοφυή δέντρα και θάμνους, η σπηλιά του Οδυσσέα Ανδρούτσου και η δημοφιλής ορειβατική διαδρομή η οποία οδηγεί στην κορυφή Λιάκουρα.

Δίπλα και ανατολικά της Τιθορέας βρίσκεται ο αγροτικός πλέον οικισμός της Αγίας Μαρίας (Νομός Φθιώτιδας) με 229 κατοίκους που είναι γνωστή για το μοναστήρι της, που χτίστηκε την πρώτη χιλιετία μ.Χ. και βρίσκεται ψηλά στον Παρνασσό, καθώς και για τις «Γούρνες» (δολίνες), που είναι ένα σπάνιο γεωλογικό φαινόμενο λίγο έξω από το χωριό.

Τέλος το Παρόριο (και Παρόρι ή Μπεσκένη) είναι οικισμός του Νομού Βοιωτίας χτισμένος σε υψόμετρο 150 μέτρων στους πρόποδες του ανατολικού Παρνασσού. Ονομάζεται έτσι επειδή βρίσκεται στα όρια των νομών Βοιωτίας και Φθιώτιδας και έχει πληθυσμό 228 κατοίκους.

Δείγμα παραδοσιακής αρχιτεκτονικής με πέτρινα σπίτια, στενά πλακόστρωτα δρομάκια, όμορφες κεραμοσκεπές και παραδοσιακά διακοσμητικά στοιχεία, όπου αξίζει να δει κανείς τα παραδοσιακά πέτρινα αλώνια για τα σιτηρά, το μεσαιωνικό πύργο ο οποίος χρησίμευε για την ταχεία μετάδοση μηνυμάτων με το άναμμα φωτιάς και αξιόλογες τοιχογραφίες στην εκκλησία των Αγίων Θεοδώρων.

Συνεχίζοντας νοτιοδυτικά από το Παρόρι καταλήγουμε ξανά στη Δαύλεια «κλείνοντας» μια κυκλική περιμετρική διαδρομή των οικισμών του Παρνασσού!

Settlements

The settlements on Parnassos Mt. extend from the foot of the mountain up to an altitude of 950 m.

STARTING FROM THE SOUTHEAST side of Parnassos, the first settlement we encounter is Davlia (Boeotia prefecture), built at an altitude of 350 m, with a population of approximately 1,800 residents. It is located where the ancient city of Davlis used to be. The fortification of the ancient city, along with some buildings, still stands in good condition. The “Jerusalem nunnery” is a local attraction, located at the north of Davlia.

Heading southwest of Parnassos Mt., on the way to Delphi and at an altitude of 800 m is Zemeno (Boeotia prefecture), a verdant settlement of cottages,

with a population of 32 permanent residents.

The next destination is Arachova, with a population of approximately 2,650 residents. Built at an altitude of 950 m, it belongs to the Boeotia prefecture. Arachova is a major winter destination thanks to its access to the ski resorts of Parnassos Mt. Attractions of the settlement are: the cliff with the 18th century clock, St. George’s church, an aisled cross-roofed basilica, with a dome built in 1833, and the Karaiskakis Memorial, raised to commemorate the victory against the Turks in 1826.

15 km to the west of Arachova stands the most important oracle of the ancient world: the archaeological site of the Oracle of Delphi (Phocis prefecture), as well as the Navel of the Earth. The modern Delphi settlement of the municipality with the same name is built at an altitude of 550 m, with 854 residents. Delphi settlement is the residential continuation of Kastri, developed on the ruins of the Oracle. Kastri moved to its present location in 1893, after the be-

ginning of excavations at its former location by the French Archaeological School of Athens.

The archaeological site of Delphi is considered a UNESCO world cultural heritage site.

Leaving Delphi, towards the seaport of Itea we find Chrisso settlement (Phthiotis prefecture), with 735 residents. It is built on the western slopes of Parnassos Mt., at 400 m altitude, with a magnificent view to the Corinthian Gulf.

Moving northwest around the foot of the mountain, at an altitude of 600 m, we encounter Eleonas settlement (Phthiotis prefecture), named after the famous olive grove. It is a very picturesque village of 338 residents, with natural beauty, trees and abundant springs.

Heading to the north, at an altitude of 910 m we find Drosochori settlement (Phthiotis prefecture), a scenic mountain village of only 44 residents. Many years ago, its residents were forced to move to Amfissa, due to a major landslide. Today, the situation has been reversed, as a wonderful resort has begun to emerge with the restoration of old and newly built houses.

Continuing our tour to the north, we reach Vargiani (Phthiotis prefecture) at an altitude of 900 m, a small traditional village made of stone, of about 38 inhabitants, known for a great battle that led to a Greek victory over the Turks in 1824.

The village is also known for Neraïospilia cave (cave of the fairies). Visitors approach the cave through a steep path.

Continuing the tour to the northeast of Vargiani, is Gravia settlement (Phthiotis prefecture), at an altitude of 400 m, with 604 residents. The major attraction here is the Historic Hostel-“Chani”, where the famous battle took place on 8 May 1821. On that day, happenings are organized each year, to honor the victory in this battle.

Heading southeast, at an altitude of 350 m, we find Mariolata (Phthiotis prefecture), with about 368 residents. According to tradition, its name derives from the ancient “Marioles”, the common but “holy” women that offered their services here, where travellers



- 1 Άποψη της Αμφίκλειας με την πεδιάδα του Βοιωτικού Κηφισού.
- 2 Ο Επτάλοφος ή Αγόριανη περιβάλλεται από δάσος ελάτης.

- 1 View of Amfikleia with the valley of Boeotian Kifissos river.
- 2 Fir forest surrounding Eptalofos or Agoriani



ΦΩΤΟ: ΑΡΧΕΙΟ ΦΩΤΕΙΑΤ / PHOTO: ARCHIVE OF PARNASSOS NPMB

to the Oracle would stay overnight. The settlement is divided into an old and a new district.

The canyon that leads to “Baroutospilia”, a cave used for the preparation of gunpowder during the revolution of 1821, is worth a visit. Also, in the wider area of Mariolata, there are the ruins of the Doric city of Voion, which was destroyed by the Persians in 480 BC. Heading towards the same direction, we find Lilaia (Phthiotis prefecture), built at an altitude of 330 m, with a population of 332 residents. Its name derives from the ancient city of Lilaia (also called “Kato Agoriani”), one of the most powerful cities of ancient Phocis and one of the nine cities that had participated in the Trojan War. The ancient city walls are still in good condition.

Located at an altitude of 830m, Ano Agoriani or Eptalofos is built in a beautiful fir forest and its population is around 460 residents. Gurgling waters cross the village and its picturesque square is surrounded by tall plane trees.

Polydrosos or Souvala (Phthiotis prefecture) is another settlement east of Lilaia, which offers a cool environment to its guests. Built at an altitude of 380 m, with a population of 1,125 residents, it is both a summer and a winter destination, with access to the ski resorts of Parnassos Mt. According to Herodotus, Erochos, a city of ancient Phocis, used to be

at the same location as Polydrosos, parts of which can still be seen near Aghia Eleousa, at the place where the springs of the Boeotian Kifissos river are. Ano Polydrosos or Ano Souvala, a settlement of only 40 residents, is approximately 7 km from Polydrosos, at an altitude of about 800 m. It is in a privileged location, in a forest full of dense pine and fir trees, with an abundance of running waters. Today, it mostly consists of cottages.

Moving on to the east, at the north-northeast side of Parnassos Mt., within the limits of the Phthiotis prefecture, we find Amfikleia, where Parnassos National Park Management Body is located. Its first name was Ofiteia, but during the Turkish occupation it was known as “Dadi”. Built at an altitude of 400 m, it has a great view of the valley of the Kifissos River. Amfikleia is a traditional preserved settlement of 3,012 residents, with an interesting and remarkable architecture of picturesque cobbled streets, churches, fountains and squares. Access to the ski resorts of Parnassos Mt. and hospitality are offered to visitors by the residents, who engage throughout the year in interesting traditional activities.

Leaving Amfikleia behind and heading southeast, we find Tithorea or Velitsa settlement, also belonging to the Phthiotis prefecture. It has 630 residents and is situated at an altitude of 440 m. It is a beau-

tiful village, built over the ancient walls that surrounded ancient Tithorea, one of the finest surviving examples of Hellenistic fortification. Interesting local sights include the “Aesthetic Forest of Tithorea”, stretching over 2,000 acres, the “cave of Odysseas Androutsos” and the popular mountain path that leads to the “Liakoura” peak.

The Aghia Marina settlement is at the east, right next to Tithorea. It is a mostly rural village of 229 residents. The village is known for the Dormition of Virgin Mary monastery, located at an altitude of 720 m, as well as for the dolines, a rare geological phenomenon just outside the village.

Last, Parorio (also Parori or Bescheni) is a village in the Boeotia Prefecture, built at an altitude of 150 m, at the foot of eastern Parnassos Mt. It has a population of 228 residents. A settlement with rich traditional architecture, Parori stands out for its stone houses, narrow cobbled streets, beautiful tiled roofs and traditional decorative elements. The traditional threshing floors and the notable wall paintings in St. Theodore Church are worth visiting, as well as the medieval tower, which was a part of a telecommunication system that used fire to transfer messages. Continuing our journey southwest of Parori we end up in Davlia again, thus ending our journey around the settlements of Parnassos!

Προτεινόμενες δραστηριότητες

Ο επίδοξος επισκέπτης του Παρνασσού, εκμεταλλευόμενος το εθνικό και τοπικό οδικό δίκτυο, μπορεί πολύ εύκολα να έχει πρόσβαση στον Παρνασσό. Η πρόσβαση από τη βόρεια πλευρά του βουνού γίνεται συνήθως από τα χωριά Αμφίκλεια και Πολύδροσο, ενώ από νότια από την Αράχωβα. Βέβαια, μπορεί κανείς να ανέβει οδικώς και από άλλους οικισμούς της περιοχής (στους πρόποδες του βουνού υπάρχουν 18 οικισμοί) ή να χρησιμοποιήσει πεζοπορικά μονοπάτια, που από παλιά συνέδεαν τα χωριά μεταξύ τους.

ΜΕ ΤΟ ΠΟΥ ΦΤΑΣΕΙ ο επισκέπτης στο βουνό, έχει τη δυνατότητα να απολαύσει πληθώρα δραστηριοτήτων στη φύση λαμβάνοντας υπόψη κάποιους κανόνες ορθής συμπεριφοράς, για την προστασία του ίδιου αλλά και του περιβάλλοντος, όπως:

- ▶ στάθμευση του οχήματός σε χώρους που δεν ενοχλεί
- ▶ συλλογή των σκουπιδιών και απόρριψή τους σε ενδεδειγμένους κάδους
- ▶ αποφυγή χρήσης απορρυπαντικών (π.χ. σαπούνι) σε ρυάκια και πηγές, λόγω κινδύνου ρύπανσης ευαίσθητων οικοσυστημάτων των προστατευόμενων περιοχών του Παρνασσού
- ▶ αποφυγή δυνατών θορύβων
- ▶ η χάραξη φλοιών δέντρων, η κοπή τους, η συλλογή φυτοκώματος-βοτάνων-εντόμων η παρενόχληση φωλιών πουλιών και ζώων είναι επιζημία για το

περιβάλλον και απαγορεύονται από τη δασική νομοθεσία για να μην προκληθεί ζημιά σε κάποιο προστατευόμενο είδος του Παρνασσού. Προτιμότερη είναι η λήψη φωτογραφιών

- ▶ τα παιδιά και οι ευαίσθητες κοινωνικά ομάδες καλό είναι να συνοδεύονται

Ενδεικτικά αναφέρονται οι εξής δραστηριότητες: **Πεζοπορία, ορειβασία:** το βουνό διασχίζουν δύο μεγάλα μονοπάτια: το εθνικό μονοπάτι 22 με γενικό προσανατολισμό ΒΔ-ΝΑ (συνδέει τον Παρνασσό με την Πάρνηθα. Ξεκινά από την Αγόριανη του Παρνασσού και καταλήγει στο καταφύγιο Μπάφι Πάρνηθας) και το διεθνές μονοπάτι E4 με γενικό προσανατολισμό Β-N (ξεκινά από Ισπανία και αφού διασχίσει Γαλλία – Ελβετία – Αυστρία – Γερμανία – Ουγγαρία – Βουλγαρία –Ελλάδα καταλήγει στην Κύπρο). Ωστόσο, όπως προαναφέρθηκε, ο Παρνασσός είναι γεμάτος μονοπάτια που χρησιμοποιούνταν από τους κατοίκους, από πολύ παλιά και τα οποία διασταυρώνονται ή αποτελούν μέρος των κύριων αυτών μονοπατιών.

Αναρρίκηση: το έντονο ανάγλυφο του Παρνασσού με τις ορθοπλαγιές του προσφέρει πολλά αναρριχητικά πεδία για επίδοξους αναρριχητές. Αναφέρονται ενδεικτικά το «πεδίο της κόκκινης στέγης» (Λιλαία), τα αναρριχητικά πεδία στο μονοπάτι της Μπαρουτοσπηλιάς (Μαριολάτα).

Κατάβαση φαραγγιών, σπήλαια- βάραθρα, γεωλογικοί σχηματισμοί: ο Παρνασσός αποτελούμενος κυρίως από ασβεστόλιθο και φλύσχη έχει «λαξευτεί» με την επίδραση του κλίματος, αποδίδοντας στο τοπίο ιδιαίτερα εντυπωσιακά φαράγγια και βάραθρα για τους λάτρεις του είδους. Σε όλο τον Παρνασσό, κυρίως τον ανατολικό, όπου επικρατεί ο ασβεστόλιθος, εντοπίζονται οι γεωλογικοί σχηματισμοί που περιγράφονται στην ενότητα Γεωλογίας.

Ορεινή ποδηλασία: στο βουνό εντοπίζονται πολλές διαμορφωμένες διαδρομές οι οποίες διασταυρώνονται με πεζοπορικές και αρκετές φορές ακολουθούν κοινή πορεία.

Αλεξίπτωτο πλαγιάς-paragliding: ακολουθώντας το δρόμο που οδηγεί από Αμφίκλεια προς την έδρα του ΦΔΕΔΠ, οι λάτρεις του είδους απαντούν τέσσερις ειδικές πίστες απογείωσης.

Σκι-χιονοδρομία: συνεχίζοντας την πορεία πέρα από τις πίστες αλεξίπτωτου πλαγιάς, στον ορεινό όγκο του βουνού, φιλοξενοούνται το Χιονοδρομικό Κέντρο Παρνασσού (θέσεις Κελάρια και Φτερόλακα) και το Χιονοδρομικό Κέντρο Γεροντόβραχου - Αθηναϊκού ομίλου φίλων σκι (θέση Γεροντόβραχος).

Πολιτιστικός τουρισμός: ένα βουνό που κατοικείται από τα προϊστορικά χρόνια δε μπορεί παρά να φέρει τα «σημάδια» ύπαρξης διάφορων πολιτισμών που διαμορφώθηκαν στη περιοχή κατά τη ροή του χρόνου. Έτσι, ο Παρνασσός είναι γεμάτος αρχαιολογικούς χώρους, μουσεία, κάστρα και οχυρώσεις. Ενδεικτικά, και λόγω της παγκόσμιας φήμης του, αναφέρεται ο Αρχαιολογικός χώρος των Δελφών.

Θρησκευτικός τουρισμός: εκκλησίες, μοναστήρια και ασκηταριά είναι διασκορπισμένα σε όλο τον όγκο του βουνού.

Κατασκηνώσεις: ακολουθώντας τη διαδρομή από Αμφίκλεια για το βουνό, απαντώνται: το Προσκοπικό Κέντρο Περδικόβρυση Παρνασσού και η Κατασκίνωση Χριστιανικών Μαθητικών Ομάδων Αγοριών Παρνασσού.



1

Suggested Activities

Visitors can easily reach Parnassos Mt. through the national and local road network. The mountain can be accessed from the north through Amfikleia and Polydrosso villages, or Arachova from the south. By car, it can also be reached through other settlements in the area (there are eighteen settlements at the foot of the mountain), or on foot, through hiking trails that used to connect villages in the past.

ONCE YOU REACH the mountain, you will have the opportunity to enjoy many activities, taking of course into account some rules to protect yourself and the environment. More specifically, you should:

- ▶ park your vehicle in designated areas
- ▶ collect your trash and throw them in designated bins
- ▶ avoid the use of detergents (e.g. soap) in streams and springs, due to the risk of pollution of sensitive ecosystems of the Protected Areas of Parnassos Mt.
- ▶ avoid making loud noises
- ▶ avoid engraving and cutting tree barks, as well as collecting humus-herbs-insects
- ▶ avoid heckling bird and animal nests, which can be detrimental to the environment. Besides, this is prohibited by forest law, in order not to cause any damage to the protected species of Parnassos Mt. Taking pictures is recommended instead. Finally, children and people belonging to other sensitive social groups should be accompanied.

ΦΩΤΟ: ΑΡΧΕΙΟ ΦΔΕΔΠ / ΑΡΧΕΙΟ ΣΠΕΛΕΟ / PHOTO: ARCHIVE OF PARNASSOS NPMB / ARCHIVE OF SPELEO

List of suggested activities: **Hiking, mountain climbing.** There are two big hiking trails crossing the mountain: A) National Path 22, with NW-SE direction, and B) E4 European long distance path, with N-S direction. Nevertheless, as mentioned above, Parnassos Mt. has a number of hiking trails used in the past by residents, which intersect or are part of these main paths.

Climbing. The rugged terrain of Parnassos Mt., with its steep slopes, offers many climbing areas for aspiring climbers, e.g. “Kokkini Stegi” (Lilaia) and the climbing areas along the path to Baroutospilia (Mariolata).

Canyoning, caves-precipices, geological formations. Parnassos Mt., consisting mainly of limestone and flysch, has been “carved” by climate changes, which gave to the landscape particularly impressive gorges and precipices for the lovers of this genre. The geological formations described in the Geology section can be observed throughout Parnassos Mt., but mainly in the eastern part.

Trail running. Every year, during the last weekend of April, it is organized at Amfikleia, with long (24.2 km) and a short (10.9 km) path.

Mountain bike. Many paths intersect with the hiking paths, or follow a common path.

Paragliding. Four specific takeoff tracks.

Skiing. “Parnassos Ski Center” (Kalaria and Fterolaka positions) and the “Gerontovrachos Ski Center” (Gerontovrachos position).

Cultural tourism. As a mountain inhabited since prehistoric times, Parnassos Mt. carries the “marks” of the different civilizations that developed in the region over the course of time. Thus, it is studded with archaeological sites, museums, castles and fortifications, e.g. the world famous archaeological site of Delphi.

Religious tourism. Churches, monasteries and hermitages are scattered throughout the mountain. Camping. Following the path from Amfikleia to the mountain, we meet the “Perdikovrysi-Parnassos Mt. Scout Center” and the “Parnassos Mt. Camp for Christian Student Groups”.



2

1 Κατάβαση στο εντυπωσιακό σπηλαιοβάραθρο «Επτάστομο» από μέλη του Ομίλου ΣΠΕΛΕΟ. 2 Ο μαγευτικός καταρράκτης της Τρύπης αμείβει με τη δροσιά του τους επίδοξους περιπατητές του δύσκολου και πανέμορφου μονοπατιού “Τιθορέα – Αγ. Ιωάννης – Τρύπη” - φωτό: αρχείο ΦΔΕΔΠ.

1 Members of the SPELEO club descending the impressive “Eptastomo” cave. 2 The enchanting waterfall of Trypi rewards with its dew aspiring hikers of the difficult but beautiful “Tithorea-Ag. Ioannis-Trypi” path.



Φορέας Διαχείρισης
Εθνικού Δρυμού
Παρνασσού

Κείμενα/Texts:

Θ. Τσιτσώνη / Πρόεδρος ΔΣ, Ν. Τσαπρούνης / Συντονιστής,
Γ. Βαρβαρίγος, Θ. Λαναρά, Ε. Κούκου, Β. Μαργαριτοπούλου / Στελέχη ΦΔΕΔΠ
T. Tsitsoni / Board President, N. Tsaprounis / Coordinator,
G. Varvarigos, T. Lanara, E. Koukou, V. Margaritopoulou / Members of PNPMB

Copyright 2015

Φορέας Διαχείρισης Εθνικού Δρυμού Παρνασσού
Parnassos National Park Management Body





Φορέας Διαχείρισης
Εθνικού Δρυμού
Παρνασσού

Αμφίκλεια 35 002 Φθιώτιδα
τηλ/φαξ: +30 22340 23529

Parnassos National Park
Management Body

Aμφiklia, 35002,
Tel & Fax +30 22340 23529

e-mail: info@parnassosnp.gr

www.parnassosnp.gr

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα “Περιβάλλον και Αειφόρος Ανάπτυξη 2007-2013”
“Προστασία και Διατήρηση Βιοποικιλότητας του Εθνικού Δρυμού Παρνασσού”



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Ταμείο
Περιφερειακής Ανάπτυξης



ΕΠΠΕΡΑΑ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Περιβάλλον και Αειφόρος Ανάπτυξη



ΕΣΠΑ
2007-2013
Πρόγραμμα για την ανάπτυξη

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης