

## Rapport från lättvandrad naturguidning vid Gammelström och Tyresta 31 aug -23

Martina Kiibus

Det var varmt och soligt. 22 personer deltog från i ganska blandade åldrar från ca 25 år och uppåt. Info via vänner, biblioteket, Epilepsiföreningen, Aktuella händelser i Tyresö, hemsidan och program från tidigare guidningar. En av deltagarna var med i Hjärnkraft och har varit med på de rullstolsanpassade guidningarna och ville komma med även på denna. Vilket än en gång visar på hur värdefullt det är att vi har guidningar som är lättvandrade också. En annan deltagare från Epilepsiföreningen var också med för att det var lättvandrat liksom några av de äldre deltagarna. Eftersom det kommit fram önskemål om att ha någon guidning på eftermiddagen ibland, så var det här en eftermiddagsguidning.

Vi började vid busshållplats Nyfors där jag introducerade guidningen innan vi gick vägen bort mot och entréskylten till Tyresta och skogen. Tyresta börjar egentligen inte här, men berättade att det kommer att bli ett naturreservat där skogen norr om Tyresö-Flaten kommer att ingå. En vacker vriden grov torraka fick bli vår ingång till skogen. En torraka som var full av härliga kläck- och ingångshål av alla de insekter som måste ha döda träd för att leva. Det fanns också en hel del större hackspettshål. Vi tittade lite närmare på hålen av brun barkbock och en vedlevande stekel. När mamma stekel lägger ägg i hålet ympar hon in en svamp med ägglägningsröret som rötar upp veden så att hennes barn får mer lättuggad mat! I några av hålen av brun barkbock var det nät av huggormsspindel som deltagarna fick titta på i lupp. Det var också svarta lakritsremsliknande mycel (rottrådar) av honungsskivling som faktiskt är världens största organism!

Gick ut på en liten häll vid Tyresö-Flaten som ingår i Tyresås sjösystem och är som så många andra av Tyresös och Tyresås sjöar övergödd. Pratade om vad det innebär och hur man kan åtgärda det, både på kommunal och mellankommunal nivå och som enskild person. Och att det framför allt är de omgivande markerna, avrinningsområdet som påverkar hur en sjö mår. Berättade såklart om dagvattendammarna på Prästängen, som anlagts för att fånga upp det dagvatten som kommer från Krusboda till Tyresö-Flaten och som förhoppningsvis kommer att innebära ett renare vatten i sjön.

Vi tittade också på bladen och de överblommade blommorna av kattfot. Den är så otroligt fin och deltagarna blev som alltid glada över att få se den. Berättade att den minskat pga att våra betesmarker minskar, den är ju betesgynnad. Den har sina blad tätt tryckta mot marken som ett försvar mot bete, det är svårt för kornas mular att komma åt bladen när de ligger så. Bladens undersidor är gråludna för att förhindra avdunstning och därför kan de växa torrt.

I en backe blommade ett fint bestånd av liten blåklocka. Så fina och sirliga. Förr trodde man att det var älvornas kjolar som de hängt på tork. Det finns också de som menar att kyrkklockor är inspirerade av blåklockans form. Blåklockor pollineras av humlor, som ser

blått och gult bäst. Berättade om hur pollineringen går till, att humlorna behöver besöka över 100 blommor för att fylla sin lilla mage och att det kan bli 3-400 blommor på en flygtur. Det finns också ett litet bi, blomsovarbiet som kryper in i blåklockor och sover där om natten och på så sätt bidrar till pollineringen.

Lite längre fram blommade ängsvädd med sin härligt blålila färg. Vid fikapausen var det ett riktigt stort bestånd av ängsvädd som lyste så fint i solen.

Vi kom längre in i granskogen. Strandkanten kantades av fackelblomster, blomvass och väldoftande pors som vi doftade på och som Harry Martinsson beskrivit som de svenska vildkärrens lavendel. Det är också gott om säv i vattnet. Säven har en svampig märm som gör att stråna flyter och förr användes det till simdynor.

Vid stranden växte också brakved, en buske vars blad har tydliga bladnervor och vars namn hänger ihop med att veden är skör och ”brakar”. Barken har också använts till laxermedel vilket möjligen kan vara en annan förklaring till namnet...

På en låga och knäckt stubbe var det fullt av klibbtickor. En svamp som drar ut vatten ur gran och även andra träd. Det syntes som små vackra vattendroppar på undersidan av tickorna. Återigen kom kamerorna fram! Klibbtickan är en nyckelart som gynnar många andra arter och är en viktig del av mångfalden i skogen.

Gick över bron vid Gammelström och tittade på den slingrande ån och pratade om vikten av meandrande åar som livs- och spridningsmiljöer för många växter och djur. Alrötterna som kantar ån inger nästan ett tropiskt intryck, som en mangroveskog. Pratade om att man inte behöver åka så långt för att uppleva exotisk och vacker natur. Vikten av ”hemester”, att semestra mer på hemmaplan, dels för att det inte håller att åka flyg kors och tvärs över världen av miljöskäl men också för att hemmanaturen är så mycket mer lättillgänglig och finns där hela tiden. Och då är ju Tyresös natur alldeles ypperlig att fira sin ”hemester” i!

Vi gjorde en liten lov till det fina beståndet sårläka, som har vintergröna blad och blomställningarna kvar. En ovanlig blomma som vill ha mullrika skogar. Sårläka är en signalart för skogar med lång kontinuitet. Det är verkligen speciellt att få se ett så stort bestånd sårläka och som vanligt väckte det stor förundran. Namnet kommer av att den har använts som sårmedel förr. Vi stannade också vid min favoritstubbe, som lutar sig ut mot Gammelström och är alldeles översållad av olika mossor, som t ex björnmossa. Bredvid stubben växer två av våra stora ormbunksarter pedagogiskt bredvid varandra; träjon och majbräken. På latin har träjon artemitetet felix-mås, dvs den manliga ormbunken. På engelska heter den male-fern. Medan majbräken har epitetet felix-femina, den kvinnliga ormbunken och heter på engelska lady-fern. Visade småbladen som är en förklaring till dessa namn. Träjon med breda trubbiga småblad, som står liksom på rad som en slags bredaxlade militärer. Och majbräken med lite spetsiga småblad med mer krusiduller!

Några undrade över de små prickarna på undersidan av bladen, som är sporer, så då kom vi in på växternas evolution och att på jordens medeltid när det gick dinosaurier och betade i skogarna så var det trädhöga ormbunkar som fyllde trädnischen.

På en gran mittemot var det små små hål av granbarkgnagare som gnager i barken och inte in i själva trädet. Till skillnad från granbarkborre som borrar sig in i veden, men som ju inte är något större ”problem” i naturskogar eftersom det inte är samma monokultur där som i produktionsskogar. Granbarkgnagaren behöver äldre träd så att se spår av dem visar att det är ett gammalt träd.

Så kom vi in i själva Tyresta, denna härliga skog som ju är den största riktiga skogen vi har i Sverige söder om Dalälven. På undersidan av en ganska nedbruten granlåga växte vedticka, en svamp som är en signalart, dvs signalerar höga naturvärden, i det här fallet äldre barrskog och lång kontinuitet av döda barrträd.

Vi stannade vid en gran med olika lavar, som blåslav, näverlav och tagellav. Berättade att en lav är en symbios mellan en alg och en eller flera svampar och att den symbiosen är känslig. I synnerhet hänglavar som tagellavar är känsliga för luftföroreningar och indikerar därför ren luft. De växer också långsamt och visar att skogen har fått stå ifred ett tag. Betonade att i en riktig skog som Tyresta och Barnsjöskogen så får skogen och träden leva i sin egen takt, åldras i sin egen takt och dö i sin egen takt och det är det som är livet, det är det som gör skogens rikedom.

På marken växte det kammossa, en fin neongrön mossa som är knuten till lite äldre skogar. Vi gick vidare till ett lite fuktigare område och tittade på några fler mossor, nämligen cypressfläta, björnmossa och palmmossa. Palmmossan ser verkligen ut som små miniträd eller –palmer.

Gick vidare till Oppsätra och berättade om torpets historia. Här vidtog en liten blomstervandring där vi njöt av kulturlandskapets sensommarblommor.

- Kärleksört, vars vätskelagrande fetblad innehåller c-vitaminer och aminosyror och dessutom är goda.
- Johannesört, som innehåller antidepressiva ämnen. Gnuggar man på knoppen blir fingrarna blodröda, en färg som man kan måla med. (Johannes döparens blod!).
- Såpnejlika, en typisk växt vid gamla torp. Som odlades bl a för att ha som såpa. Kokar man rötterna blir det löddrigt och renande.
- Gulmåra, som doftar sött. Kallas också Jungfru Marie sänghalm, eftersom man tänker sig att Maria klädde Jesus krubba med den. Eller Trätogräs eftersom man pga dess väldoft lade ut den på salsgolven vid gästabuden och då kunde det uppstå bråk och slagsmål. Då var det ju bekvämt att skylla på den lilla gulmåran.
- Backnejlika, med rosa kronblad och en vit mittfläck i form av en triangel som fungerar som en vägvisare för pollinatörer. På latin heter den *Dianthus deltoides*, delta efter den triangulära fläcken och *Dianthus* eftersom blomman ansågs vara gudomlig.

- Gulsporre, en gul lejongapsväxt med sporrar på undersidan av blomman. Enligt Linné kokades den i mjölk för att bli av med flugor, så den kallades också flugblomster. På norska heter den torskemunn och på engelska toadflax.
- Trampört, en liten växt med små små ljusrosa blommor i bladvecken. Typisk i vägkanter och vid gångstigar, dvs där människor trampar. Enligt Linné så uppskattades den både av grisar och småfåglar, så han kallade ett stort bestånd av trampört (som det vi såg vid Oppsätra) för tättingåker. Även här skickade jag runt luppen så att deltagarna kunde titta på blommorna i förstoring.
- Bergmynta, en mjukhårig blomma med rosa blommor i kransar.
- Överblommad skogslök eller kajp.

Blomstervandringen ledde oss till ett par mäktiga ekar där vi pratade om eken, dess betydelse för den biologiska mångfalden och att den hör hemma i ett hävdad kulturlandskap, och att om dessa marker inte hålls efter, så kommer de att växa igen.

Här lämnade vi gångvägen och slog en liten lov upp över torpets marker. Vi gick till en härlig björklåga och högstubbe av björk som var översållad av vackra fnösketickor i olika åldrar. Visade hur man kan känna igen fnösketickan och berättade hur man använde den för att göra upp eld förr. I tickorna fanns det hål av jättesvampmal, ytterligare en signalart som är typisk för äldre löv- och blandskogar.

På en annan björklåga var det fullt av hål av björksplintborre vars larver gör som kulhål när de kläcks.

På ett berg bakom lågorna växte tre olika små ormbunksarter, nämligen svartbräken, gaffelbräken och hällebräken. Så fina! På hällarna växte gråfibbla vars blad liksom kattfotens är ludna på undersidan för att förhindra avdunstning och tryckta mot marken för att undgå bete.

På en tall växte det flera talltickor, ännu en signalart som signalerar gamla tallar och skyddsvärda tallbestånd. Fruktkroppen på talltickan dyker inte upp förrän tallen är minst 100 år gammal, ofta betydligt äldre än så.

Så var det dags för fika vid Lillsjön. Jätteskön paus i solen. Deltagarna hade så mycket att prata med varandra om så jag valde att förlänga pausen lite och hoppa över ett par stopp istället.

Gick tillbaka till gångvägen norr om Tyresö-Flaten. Stannade till på bron och blickade ut över strandfloran av fackelblomster, säv och kaveldun. På samma sätt som såpnejlika var ”fattigmanstvål” så användes kaveldunets dun till stoppning av sängkläder.

Vi gick tillbaka längs Tyresö-Flaten till en gammal ek, som hade en massa härlig mulm vid foten av stammen. Mulm är som en häxbrygd av pulvriserad ved som svampar har rötat, skalbaggsvingar och spillning från skalbaggar och fladdermöss. I en gammal ek kan det finnas flera hundra liter mulm. En ek måste vara minst 200 år gammal innan den kan börja urholkas till mulm. Mulmen skapar en egen hemvist för många ovanliga skalbaggar och det är en av förklaringarna till att eken är så rik på biologisk mångfald.

Fortsatte till en torraka med spår av brun barkbock och med fina spiklavar som är jätteroliga att titta på i lupp. Flera av de nya deltagarna fick verkligen en aha-upplevelse här och det hördes många förtjusta utrop.

Avslutade guidningen på hällen vid Tyresö-Flaten och sammanfattade vad vi hade sett under vår tur. Deltagarna var som vanligt jättenöjda och tyckte guidningen var kul, lärorik och fantastisk. Och en viktig påminnelse om hur viktig naturen är och hur viktigt det är med en levande fungerande natur.