

## Rapport från lättvandrad naturguidning vid Barnsjön den 4 september 2023

Martina Kiibus

En varm och solig septemberdag med 15 deltagare i blandade åldrar, från cirka 50 år och uppåt. Några nya deltagare, några som varit med en eller ett par gånger tidigare och några ”stammisar”. Information via vänner, Mitt i Tyresö, biblioteket och program från tidigare guidningar.

Vi började vid hpl Tyresö gymnasium där jag introducerade guidningen och hälsade välkomna. Så tog vi oss in i skogen där jag berättade att Barnsjöskogen ska bli ett naturreservat och hur värdefullt det är eftersom skogen har höga naturvärden och att det är många som bor i närheten. I och med att skogen skyddas knyter man ihop centrala Tyresö med Tyresta via Barnsjöskogen. På en halvdöd gran hängde flera sjok av tagellav, som direkt talade om för oss att det är en skog med höga naturvärden eftersom lavar växer långsamt och är känsliga för störningar. Tagellaven är också känslig för luftföroreningar så den vittnar om att det är bra luft i skogen. En av de nya deltagarna ville veta lite mer om lavar och skillnaden mellan lavar och mossor, så vi fördjupade oss lite i det. I kort är en mossa en grön växt medan en lav är en symbios mellan en alg och en eller flera svampar.

En kopparödla slingrade sig fram över gångvägen, den glänste verkligen i koppar i solen.

Nästa stopp var ett ekbryn där Park har friställt ekar, dvs de har röjt runt ekarna så att de ska få mer sol och kunna växa fritt. Vilket är nödvändigt om ekarna ska kunna leva och växa, samtidigt skapar man tilltalande miljöer.

Så tog vi oss till bäverdämnet. Pratade om bävern som ekosystemingenjör. När bävrar dämmer och skapar våtmarker så bidrar de till ökad biologisk mångfald. En ny studie har visat att våtmarker med bäver dessutom har en större rikedom av skalbaggar och växter än våtmarker utan bäver. Våtmarker har också en utjämnande effekt på vattennivån, vid skyfall kan de fånga upp vatten och minska risken för översvämningar och vid extremtorka så kan de hålla fukten kvar i området.

Pratade också om den skoningslösa jakt som ledde till att bävern utrotades helt i Sverige 1871. Både för att man var ute efter köttet, bävergällan och skinnet. Av skinnet gjorde man bland annat hattar som kallades för Sverigehattar och som spreds bland de välbesuttna under stormaktstiden och de följande århundradena. Ganska snart efter att bävern utrotats höjdes röster om att den borde återinplanteras i Sverige. Och förra året var det 100-årsjubileum för bäverns återkomst! Det köptes in ett par bävrar från Norge som efter att ha bott på Skansen över vintern fick fraktas med tåg, ångbåt, hästskjuts, bil, motorbåt och roddbåt innan de äntligen kunde släppas ut i frihet i Bjurälven i norra Jämtland. Två år senare fick de barn och parallellt med det sattes andra bävrar ut runtom i landet. Och – nu har vi någonstans mellan 130 och 200 000 bävrar i Sverige!

Fortsatte längs den lilla bäcken där de bäverfällda asparna låg som plockepinn till en liten bro över bäcken bort till ”Krusboda-ängen”, en av de ängsmarker som kommunen sparar och inte klipper som gräsmatta. Just den här ängen är en liten pärla! Pratade om områdets historia och bakgrunden till att det är så fin ängsflora här. Från Krusbodatorpet där klockaren bodde och där det bedrevs jordbruk fram till 50-talet till byggandet av bostadsområdena runt Wättingestråket.

Vi gick sakta längs ängskanten och njöt av ängsfloran. Som mängder av ögontröst. En ljus violett blomma med mörkare strimmor i det violetta som leder mot en gul mittfläck. Strimmorna fungerar som vägvisare för de pollinerande insekterna. Den gula fläcken har gett blomman dess namn och enligt den gamla signaturläran innebar det att den skulle kunna vara verksam mot ögonsjukdomar.

Här växte också höstfibbla, nysört och mängder av ängsvädd. Nysört är släkt med rölleka och som namnet antyder har den använts för att framkalla nysningar. Både ängsvädd och ögontröst är knuten till ängs- och hagmarker. Om man skulle plocka upp roten av ängsvädd, så ser den avbiten ut, vilket man förr tänkte var djävulens verk och som gett blomman dess danska och engelska namn. Djaevelsbid resp Devil's-bit. Ängsvädd är så otroligt fin med sin blålila kupade blomställning och en anledning till att jag vill ha den här guidningen just den här tiden på året. Men även ögontrösten är jättefin. Särskilt när man tittar på den i lupp. Hade som vanligt med min fina lupp som deltagarna fick titta i.

Vi pratade om hur viktigt det är att denna pärla nu sköts på rätt sätt, dvs med någon form av slätter där man tar bort det slagna gräset. Vi pratade också om värdet av ängsmarker, den fantastiska mångfald som är knuten till dessa miljöer, både vad gäller blommor, pollinerande insekter och fåglar. Och hur sorgligt det är att det är så få ängar kvar i vår natur.

För många av deltagarna var det här dagens höjdpunkt, att få upptäcka och uppleva denna fina äng. Trots att de flesta hade varit runt Barnsjön många gånger så hade de inte sett ängen.

Vi gick vidare söderut till en öppen yta som omgärdas av en fin ekkulle och en björkdunge. Även här växte det massor av ögontröst samt lite brunört och blodrot som vi tittade närmare på. Brunörten är snarare lila men lila, gredelin och violett är relativt nya ord i vårt språk så tidigare sade man brun eller blå om lila nyanser. En liten padda skuttade runt i det fuktiga gräset, så jag berättade om Barnsjöns rikedom på paddor.

Här finns också en härlig sälgbuske. Sälgen är liksom ängsblommorna knuten till ett öppet landskap, som ängs- och hagmarker eller soliga skogsbryn. Pratade om att den är som en biologisk skattkammare! Står man vid en sälg en solig vårdag är det som en kör av surrande humlor och bin. Som lockas till sälgens rikedom av nektar och pollen. För den nyvakna humledrottningen är sälgen hennes frukost efter vintervilan. Tack vare sälgen kan humlan sedan bygga upp en koloni som i maj kan pollinera äppelträden. Så det är tack vare sälgen som vi får äpplen! Men även många fåglar dras till sälgen, både för att äta nektar och insekterna som lever på sälgen. T ex vår vanligaste fågel lövsångare som på engelska heter willow (sälg eller pil) warbler! Tyvärr minskar sälgen dramatiskt pga förändringarna i kultur- och skogslandskapet. Att få denna kunskap om sälgen var en av höjdpunkterna för en av de nya deltagarna.

Fortsatte till en ek som ju också hör hemma i det öppna landskapet och är en biologisk skattkammare med sina uppemot 2000 olika arter som behöver gamla ekar. Pratade om att för att bevara ett kulturlandskap så krävs det hävd, det går inte bara att lämna det för fåfot.

Vi gick tillbaka till huvudgångsvägen och fortsatte till en fin mossklädd sten med cypressfläta som vällde ner för slänten som ett vattenfall och björnmossa med sina sporkapslar. På en fint ådrad låga växte platticka, en ticka som växer på stubbar och lågor av lövträd. Även den var fint ådrad, som ett konstverk. Pratade om att även om man inte kan namnet på alla tickor, så vittnar mängden tickor om att det är en skog med höga naturvärden eftersom de flesta tickor vill leva på äldre eller döda träd.

Gick vidare till en fantastisk grovstammig asp, ännu ett exempel på ett träd som är viktigt för så många andra arter. Jag har fått lära mig att på persiska så är den symbol för kärleken, den står stabil, men minsta vindpust får dess löv att darra. Och nog är det kärlek, att finnas till för så många andra! Aspen har dessutom en rik bark som gör att den är bäverns favoritträd. Och murknar i unga år, vilket gör den till lämpligt boträd för hackspettar och andra hålhäckande fåglar.

Strax efter aspen står en högstubbe av en gammal ek. Kronan knäcktes för något år sen men den är fortfarande imponerande och full av liv. Visade mulmen, det pulver som bildas inne i eken när den rötats av svamp och veden blandats med skalbaggsvingar- och spillning och som är en förklaring till att eken är så full av liv. Det kan finnas flera hundra liter mulm i en gammal ek. För att en ek ska producera mulm behöver den vara minst 200 år gammal, oftast betydligt äldre. Pratade om vikten av att låta döda träd finnas kvar i skogen, eftersom så många behöver döda och gamla träd för att kunna leva.

Bakom eken är det ett fint hasselbestånd. Lät deltagarna känna på de mjuka ludna bladen som är typiska för hassel. Hassellunden är också en del av ett betat kulturlandskap som kräver hävd för att inte växa igen. Pratade om varför hasselnötter inte ingår i allemansrätten och att om man ska plocka hasselnötter (med tillstånd av markägaren) så ska man göra det nu i september när de är gröna, ta in och torka och så är de färdiga att äta till jul. Och att det är därför vi fortfarande av tradition äter nötter till jul.

Vid ett fuktigare parti lyste några fackelblomster upp med sina fina rosa blommor. Fackelblomstern har sammandragande garvämnen och har använts både mot magåkommor och i garverier.

Fortsatte in till granskogen, där det var som ett flor av fräken på marken. Fräkenväxterna är en kvarleva från den geologiska perioden karbon då de stora kolinlagringarna skedde (ca 300 miljoner år sedan), de som vi nu eldar upp i skrämmande takt och som ger oss ett allt varmare klimat. Då var fräken- och ormbunksväxterna höga som träd och så småningom när dinosaurierna dök upp, gick dessa jätteödlor runt och betade bland fräken- och ormbunksväxterna. Växter som har sporer istället för frön. Fräken innehåller kisel och har därför använts till att slipa eller putsa koppar, tenn och silver.

Gick vidare till en grovstammig gran och pratade om att det inne i skogen finns gott om gamla grova granar och att de står för en del av naturvärdena i skogen. Granar och våra andra träd bildar mykorrhizza med svampar, det vill säga ett underjordiskt samarbete ("wood wide web"!)) där rötterna slingrar ihop sig med varandra och svamparna får socker från träden och träden får mineraler från svampen. Mykorrhizza utvecklas i äldre skogar och är en del i skogens funktion som kolsänka. Så gammelskogen är viktig både för mångfalden och för vårt klimat!

Vi gick vidare till en fin våtmark. Här var det helt underbara kuddar av stor björnmossa, så inbjudande. Pratade om våtmarkernas betydelse för den biologiska mångfalden och att våtmarken liksom gammelskogen är en viktig kolsänka.

Så kom vi fram till själva Barnsjön. Som ligger som ett litet smycke i sin dalsänka. Så otroligt fin! Det känns ju lite som att stå vid en sjö i Norrland när man står vid Barnsjön. Inte en massa vass och kaveldun och omgiven av skog. Pratade om Barnsjöns hydrologi och att den är en av Stockholmstraktens få sjöar som är näringsfattig och inte övergödd. Här finns också gott om paddor och snok. Pratade om att en sjös vattenkvalitet i mycket hänger ihop med

marken som avvattnas ner mot sjön. Barnsjöns avrinningsområde består framför allt av skog, så ska man behålla sjöns fina vattenkvalitet är det viktigt att skogen får vara intakt.

I strandkanten växte det odon och skvattram, som deltagarna fick dofta på. Skvattram är släkt med rhododendron och har en ganska tung doft, jag tycker att den doftar myr. Den har använts för att fördriva ohyra men även för att brygga mjöd. Men Linné påstod att då fick man ont i huvudet och att man kunde bli såväl rasande arg som rasande kär om man intog skvattram! Även odon påstods fungera som afrodisiaka. Odon kommer av fornsvenskans odher som betyder vid och galen. Här växte också pors som har en fräschare doft än skvattram. Plockade blad från de båda växterna och så fick deltagarna göra doftjämförelser.

Så gick vi vidare upp till hällmarkstallskogen. Barnsjöskogen är så härlig för det är verkligen som olika rum av naturtyper när man går en ganska kort sträcka. Granskog, bäck, äng, hasselbacke, våtmark, sjö och nu hällmarkstallskog som är magrare och kargare än granskogen. Tallar har mer djupgående rötter som gör att de kan växa magrare. Tallen innehåller också mycket c-vitamin i såväl innerbark som barr och var ett viktigt sätt att hålla skörbjuggen stången förr.

Så tog vi oss neråt igen och vek av från spången en bit till ännu en fin plats med stora härliga mossklädda block som ger en trolsk känsla. Stenarna var klädda av kvastmossa, en mossa som liksom gamla sopkvastar är böjd i toppen. Här fanns också vitmossa, som är antiseptisk och blodstoppande och därför skulle ingå i husapoteken förr. Ett lager med vitmossa blir också som ett historiearkiv eftersom det som hamnar där blir så välbevarat, som tex Bockstensmannen. Och – vitmossan är en effektiv kolsänka. Den är torvbildande så det kan vara tusentals års kol som lagras i vitmossan. Så länge den får ligga kvar! Om den bryts för att användas som energikälla eller jordförbättringsmedel blir den istället en kolbomb...

Gjorde ytterligare en avstickare från sjön upp till en granlåga vars undersida var täckt av ullticka. En svamp som ligger tätt mot underlaget och ser ut som om någon skulle hållt ut varm choklad. Ullticka är en signalart som signalerar äldre och tämligen opåverkade granskogar. Tycker det är så läckert, vi var nära bebyggelse och ändå finns det tickor som visar att skogen är mer eller mindre opåverkad. Men det har ju inte kalavverkats här utan skogen får i huvudsak utvecklas i sin egen takt.

Vi fortsatte längs sjön och tog en skön fikapaus vid badplatsen. Efter pausen pratade jag om det för Tyresö och Sörmland så karakteristiska sprickdalslandskapet, där Barnsjön ligger som i en spricka. Jag läste också en strof ur Nils Holgersson där Selma Lagerlöf målande beskriver detta landskap sett från gåsryggen. Selmas beskrivning var också en av höjdpunkterna för en av deltagarna.

Vi fortsatte ett litet stycke längs sjön till en fin brakvedsbuske med sina tydliga bladnerver och mångfärgade bär. Namnet kommer av att den spröda veden liksom knakar när man knäcker den (eller att den har använts som laxermedel...).

Så gick vi uppför den asfalterade backen till en kulle där man står vid foten av mossklädda asprötter, en otroligt fin liten plats. Vi repeterade björnmossa och cypressfläta och tittade på husmossa som växer i våningar. På mossan bredde filtav ut sig som en svartgrå filt. Dess undersida är liksom en filt med hår eller små piggar för att hålla kvar fukten. Här växte det också stensöta på vars undersida dess orangefärgade sporsamlingar syntes tydligt.

Fortsatte på gångvägen till en igenväxningsyta med mycket älgört och i brynet står asparna och liksom väntar på att komma fram. Som än en gång visar på vikten av hävd för att inte

marker ska växa igen. Mittemot igenväxningsytan växer flera aspar som är översållade med asptickor. Asptickorna är en förklaring till att asparna murknar så tidigt och kan bli så fina boträd till många fåglar.

Gick till en kraftig enbuske. Enen är ju också knuten till det öppna landskapet. De taggiga barren är ett skydd mot bete vilket gör att den kan stå kvar i beteshagar. Pratade om alla enens användningsområden förr och nu och hur man skördade enbär.

Här avrundade jag och sammanfattade guidningen. Deltagarna tyckte att det hade varit en så fin tur och härlig guidning. Många bodde som sagt i närheten och gick ofta rundan runt sjön men hade fått upp ögonen för nya stigar och för Många bodde i närheten och gick ofta rundan runt sjön och tyckte det var så roligt att få upp ögonen för den otroliga mångfald och rikedom som finns i Barnsjöskogen. En av de nya deltagarna kom fram till mig efteråt och sade att hon kände sig så uppfylld och fylld av hopp och energi efter guidningen.