

Rapport från rullstols- och barnvagnsanpassad naturguidning vid Barnsjön den 6 oktober 2020

Martina Kiibus

Vi hade satt max antal till 15 på den här guidningen (av coronaskäl) – med lite marginal. Det var 20 anmälda men när det blev uppenbart att dagen skulle bjuda på hällregn så började avbokningarna trilla in. Så det blev 12 deltagare plus Sofia Arnsten från Studieförbundet. Tre av deltagarna kom från Hjärnkraft, varav en satt i rullstol. Fyra kom från Neuroförbundet, varav en satt i permobil. En gick långsamt med kryckor. Info förutom de olika organisationerna var från vänner och program från tidigare guidningar. Det var fyra anmälda från afasiföreningen också men de hörde till dem som bokade av.

Vi hade ändå lite tur med vädret för det öste ner både före och efter guidningen, men under själva turen var det mestadels uppehåll. Vi började vid hpl Marsvägen och entrén från Bansjöslingan i Trollbäcken, där jag introducerade guidningen och berättade om reservatsplanerna. En nyuppsatt skylt med ”Fridlysta arter” ledde in oss på lite prat om sjöns groddjursfauna.

Fortsatte till en grovstammig asp och visade hur man kan känna igen aspar och pratade om asparnas betydelse för många andra arter. Har lärt mig av en persisk kvinna att i deras kultur symboliserar aspen kärlek. Den står där robust och kraftfull och så kan minsta vindpust få dess löv att darra. Och nog är det kärlek att aspen är så viktig för så många andra levande organismer. Cirka 600 olika arter lever i och på aspar.

Några vitplister stod i blom. Vitplister liknar brännässla men saknar brännhår. På engelska heter de dead nettle, just för att de är som nässlor men utan brännhår. Ett bestånd blekbalsamin förde in oss på olika fröspridningsstrategier. Blekbalsaminen sprätter iväg sina frön vid beröring.

Hösten är ju mossornas tid så vi tittade på några av alla landets 1000 olika mossarter, nämligen björnmossa, husmossa, väggmossa, kvastmossa och cypressfläta. Berättade om hus- och väggmossan, att de användes till att täta mellan timmerstockar och att de har kvävefixerande bakterier som tillför näring till marken och på så sätt bidrar till att skogen växer bättre. Och pratade om björnen som klär sitt ide med björnmossan. På ett ställe stack det upp sporkapslar i björnmossan, så då pratade vi om att mossor och många av skogens växter har sporer istället för frön.

I mossan växte det överblommad klotpyrola, så fin med sina kulor till blommor. En blomma som tillhör samma familj som ljung och våra skogsbär lingon och blåbär. Pratade också om blåbär, detta superbär som så många djur kan äta av. Som olika fåglar, fjärilar, grävling, gnagare, björn och rådjur. Blåbär minskar i våra produktionsskogar eftersom det där är antingen för slutet eller för öppet.

Nere i fuktmarken växte det en del fräken. Som är som hälsningar från forntiden. De härstammar från den geologiska period som kallas karbon då de stora kolinlagringarna skedde. Då var fräkenväxterna och ormbunkarna trädhöga och betades så småningom av dinosaurier. Fräken lagrar in kisel i sina stjälkar, vilket man utnyttjade förr och använde fräken för att putsa koppar, tenn och silver.

Så kom vi fram till Barnsjön, denna fina näringsfattiga skogssjö. Det är märkligt stilla här med tanke på hur nära bebyggelsen det ändå är. Pratade om varför Barnsjön är näringsfattig och varför så många andra sjöar i Tyresö och Stockholmstrakten är näringsrika och övergödda och att en sjös vattenkvalitet framför allt beror av det område som avvattnas ner mot sjön och vad vi gör på den marken. Även om den pga kvävenedfall från luften är näringsrikare än andra näringsfattiga sjöar, så är den inte övergödd och det är nästan ingen vass som kantar dess stränder. Pratade också om växt- och djurlivet i sjön, alla paddyngel som syns där på våren och att sjön är en fin snoklokal.

Härifrån följde vi den lilla spången till höger (söderut). Talade om att det var en liten utmaning men att vi ville erbjuda en chans att få komma in i skogen och kunna njuta av närheten till sjön. Så vi följde spången ett stycke till en liten ”avfart” där man kommer in i en härlig blockig miljö med mycket skogskänsla. På ett av blocken växte det björnmossa, cypressfläta och kvastmossa. Lite längre in i en sänka växte vitmossa som jag hämtade upp. Den har ju använts som blöjor förr pga dess förmåga att suga upp vatten. Men den är också blodstoppande och antiseptisk.

Så vände vi och gick tillbaka längs spången. Vid en brant växte det olika lavar som pigg- och bägarlav. Jag berättade om de lavarna när vi stod vid blocken och lade ett gult björklöv där så att deltagarna skulle kunna titta själva på vägen tillbaka eftersom det är svårt att stanna på spången och hålla avstånden. När vi kom ner från spången berättade jag om lavar, om skillnad mellan mossa och lav och att lav är en symbios mellan en alg och en eller flera svampar.

Vi gick upp på en bredare spång norr om sjön till en torraka som var full av hål från olika vedlevande insekter och hackspettar. Pratade om hur viktigt det är med döda träd för att ge liv i skogen. Att döden är förutsättning för livet. Och att vi i våra produktionsskogar har alldeles för få gamla och döda träd.

Gick vidare till en brakvedsbuske. Brakveden har så fina tydliga bladnerv, namnet kommer av att veden är rätt skör och liksom brakar när man bryter den. Samt att den använts som laxermedel! Vid brakveden växte det också pors som deltagarna fick dofta på. Och med denna lavdendelliknande doft i näsan gick vi till bryggan med eldstad där vi tog en skön paus.

Efter fikat pratade jag om sprickdalslandskapet, Barnsjön ligger ju som i en spricka. Och läste en strof ur Nils Holgerssons resa som beskriver detta omväxlande småbrutna landskap så väl.

Vi vände tillbaka och stannade vid ett par grovstammiga granar. Längs den ena rann det kåda, som glimrande guld. Grankådan har också terpentin i sig som är sårläkande och harts som är vidhäftande. Så det blev som salva och plåster i ett. Pratade också om att granen liksom många andra träd och växter samarbetar med svampar och har ett underjordiskt näringsutbyte som kallas mykorrhizza.

Gick tillbaka längs gångvägen och stannade vid den häftiga branten. Visade att vi nu gick i en sprickdal och pratade om vårt nästan två miljarder år gamla urberg. Beskrev hur man tänker sig att granit och gnejs har bildats.

Fortsatte till två grovstammiga aspar med asptickor. Dessa tickor bidrar till att aspen murknar vilket gör att den blir ett bra boträd för olika hålhäckande fåglar.

Avslutade vid en fin stubbe som liksom är inträngd i ännu en av dessa härliga bergbranter som kantar gångvägen. Citerade Linnés valspråk, Omnia mirari etiam tritissima, dvs Förundra dig över allt, även det mest alldagliga. Även om Barnsjön inte är så stor och vi bara nosat lite i kanten av skogen så finns det så mycket att förundras över där. Och trots vädret var deltagarna jättenöjda och tyckte det var så fint och härligt att få komma till skogen. En av de nya deltagarna sade att höjdpunkten var guidningen, att hon liksom sögs med av berättandet och att det förhöjde upplevelsen av skogen. Så fint uttryckt!

Det här var årets sista rullstolsanpassade guidning, det känns jättekul att vi börjar nå så många ur målgruppen. Och roligt att guidningarna är så uppskattade, att vi kan ge människor en chans att återuppleva skogen och naturen.