

## **Naturguidning med Synskadades riksförbund (Srf) Södertörn i Alby den 10 september 2021**

Martina Kiibus

Fem deltagare inklusive Srf:s kontaktperson deltog denna lite mulna höstdag. Vi gick 1 km-slingan i Alby som är rullstolsanpassad och lättgången, samtidigt som man på en kort sträcka får uppleva så många olika naturmiljöer och får en känsla för naturvärdena i Alby.

När jag introducerat guidningen och Alby naturreservat vid utegymmet gick vi medsolsvarvet runt. Stannade vid en aspdunge och lyssnade på vinden som prasslade i löven. Lät deltagarna känna på de långa tillplattade bladskäften som förklarar varför asplöven darrar så. Men vi pratade också om att egentligen darrar löven för att de är rädda för att bli tändstickor!

I hagen till höger om gångvägen gick det runt getter och betade, man kunde känna hur det doftade get. I slutet av hagen övergår den i ett alkärr med fina alsocklar. Nu är det ju så torrt men på våren brukar det vara vatten runt alarna.

På andra sidan gångvägen är det en fin gran-blandskog med mycket blåbär. Jag pratade om blåbär som en nyckelart, hur många som lever på blåbär. Som björn, grävling, gnagare och fåglar som äter av bären; rådjur som äter av riset och fjärilar som äter av blommorna. Tjäderhonan lägger gärna sina ägg i blåbärsriset, dels för att få bär men också för att tjäderungarna äter larverna av insekter som lever på blåbär. Tyvärr minskar blåbär i våra produktionsskogar som antingen är för slutna granplanteringar eller för öppna kalhyggen för att blåbär ska kunna trivas. Deltagarna fick också smaka på blåbär. Och så fick de känna på blåbärsblad och lingonblad och jämföra känslan i de olika bladen. Blåbärsbladen håller redan på att vissna och kommer ju falla inför vintern, medan lingonbladen omges av ett skyddande vaxskikt som gör att de kan behålla sitt gröna klorofyll även under den torra vintern.

Vi fortsatte längs den fina skogen. Jag försökte måla upp hur den ser ut, så att deltagarna skulle få en inre bild av skogen. Olika mossor klädde marken, som deltagarna fick känna på. Särskilt björnmossan som är mörkt grön är som en härlig skön bädd under händerna. De fick också känna på de små sporkapslarna som stack upp i mossan, som är fulla av sporer. Vi kom in på skillnaden mellan mossor och lavar och att det som säljs till jul som "vitmossa" egentligen är en lav, nämligen fönsterlav.

En bit upp på slänten står det två stubbar. Den ena har självdött och på den andra är det fullt av hål från vedlevande skalbaggar. Pratade om hur viktigt det är med döda träd för livet i skogen, hur många av våra svampar och skalbaggar som är beroende av döda och döende träd och att det nästan inte finns några döda träd i våra produktionsskogar som därför utarmas på arter.

Det blev många samtal kring skogen och granbarkborrarna. Som ju inte är något problem i en naturskog som Alby eftersom det finns så mycket inslag av löv där, vars doft granbarkborrarna inte gillar. Dessutom går de framför allt på torkstressade träd vilket det sällan är i en naturskog. All död ved som finns i en riktig skog blir viktiga livsmiljöer för de rovtäcklar som äter granbarkborrar.

Nu kom vi ut på öppnare marker, gick fram till en gammal beteshage med en ekkulle. Det känns att det blir öppnare och ljusare. Pratade om eken och hur den kan hysa ännu fler arter än aspen, nämligen uppemot 1500 arter och att man kan känna igen den på dess utbredda växtsätt, men också att en förutsättning för att den ska kunna bli så spärrkronig är att den får växa fritt.

I kanten av gångvägen var det ett fint bestånd natt och dag, en blomma med starka kontrastfärger så att de flesta kunde se den när de fick den på nära håll. Den mörka lila färgen är ett färgat högblad, vars funktion är att fungera som ett lockbete för att locka till sig de pollinerande insekterna så att de hittar till de ljusa gula blommorna.

Här vek vi av på 1 km-slingan. Till höger om gångvägen växte det blekbalsamin vars frukter är som en köttig kapsel som sprätter iväg fröna vid beröring. Skickade runt några mogna kapslar så att deltagarna skulle få känna hur det känns när fröna sprätter iväg. Som vanligt väckte det förtjusning! Pratade om olika fröspridningsstrategier, som sprätta iväg vid beröring, fastna i djurpälsar (som kardborre), ta hjälp av vinden eller ha ett välsmakande paket runt fröna som våra bär och frukter.

Nu hade vi en av Uddbys hagar på vänster sida. Här går det hästar och betar. Pratade om vikten av hag- och ängsmarker, det paradoxala i att bete och slåtter kan ge flera arter fast man tar bort vegetation. Men det handlar ju om att ängs- och hagmarksväxterna vill ha mager jord och mycket ljus. Om man släpper på hävden, växer markerna snart igen och vi får en utarmning av arter.

I kanten av hagen blommade johannesört, som deltagarna fick känna och lukta på. Den används ju som spritkrydda men också som antidepressivt medel.

På marken var det flera intensivt vinröda asplöv som jag skickade runt. Flera av deltagarna sade att de aldrig tänkt på att asparna får så fina höstfärger. Lite längre fram öppnar sig hagarna mot Uddby gård, så jag beskrev husen och gårdens historia.

Till höger om oss växte en stor tall i den lilla hagen. Jag lät deltagarna känna på de styva tallbarrarna vars vaxartade ytskikt hindrar uttorkning och är en förklaring till att tallen – och granen – inte faller sina barr på vintern. Precis som de lingonblad vi känt på tidigare. Flera sade spontant: ”Tallen den har långa barr, sitter två och två”. Fascinerande hur viss kunskap från skolan sitter kvar. Vi pratade också om att tallbarr och tallens innerbark är fulla av c-vitaminer.

I den lilla hagen gick det runt getter igen. Här är det också ett gammalt gravfält från järnåldern som vittnar om att Alby och Uddby varit bebott åtminstone sedan dess eftersom man på järnåldern begravde sina döda nära gårdarna.

Fortsatte till den gamla arrendatorsbostaden och berättade om dess historia. Att det var prästgårdens arrendator med familj som bodde där och som fick bruka marken och betala hälften av intäkterna till prästen.

Gick vidare till den humlebar som Naturskyddsföreningen anlagt i gräsmattan. Pratade om att det inte bara är blommor som försvinner när ängs- och hagmarker växer igen utan även de pollinerande insekterna som är beroende av dessa blommor. Så den här humlebaren är ett sätt att se till att humlorna och bina får mat. Här växte lila åkervädd, blå ängsvädd och gul käringtand. Och kungsmymta/oregano som deltagarna fick dofta på. Invid humlebaren växer en lönn som börjar få fina höstfärger, så jag skickade runt ett lönnblad och en ”näsa” som deltagarna kunde känna på.

Fortsatte mot friluftsgården och gick under en asptunnel. En stor gren böjde sig ner över gångvägen. Flera av deltagarna sade att de aldrig sett en så stor asp förut.

På gårdsplanen vid friluftsgården berättade jag om Alby prästgårds historia. Efter guidningen åt deltagarna lunch tillsammans på caféet.

Det blev en väldigt fin tur, med glada, intresserade och härligt nyfikna deltagare. De tyckte det var så roligt att få lära sig så mycket nytt, både om historien, kulturen och naturen och att få repetera och återuppliva gammal kunskap. Det märktes att många av dem varit vana att vara ute och röra sig mycket i skog och mark, något som nu begränsats för dem. Då känns det så fint att vi kan erbjuda dessa anpassade guidningar. Det är också speciellt att guida synskadade, det är som att mina egna sinnen skärps eftersom jag måste iaktta och återge för deltagarna vad det är vi ser och försöka beskriva det så målande som möjligt så att de kan få egna inre bilder.