

Rapport från rullstols- och barnvagnsanpassad naturguidning vid Barnsjön den 7 oktober 2021

Martina Kiibus

En skön och stilla oktoberdag med 15 deltagare inklusive Sofia Arnsten från Studieförbundet, som vi arrangerar den här guidningen i samarbete med. Fem av deltagarna kom från Hjärnkraft, varav en satt i rullstol. Tre kom från Afasiföreningen, varav en satt i rullstol. En deltagare körde permobil, hon hade hittat information om guidningen i Mitt i Tyresö. Övriga hade fått info via kommunens hemsida och program från tidigare guidningar.

Vi började vid hpl Marsvägen och entrén från Banskölingen i Trollbäcken, där jag introducerade guidningen och berättade om reservatsplanerna. 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.

Hösten är ju mossornas tid så vi tittade på några av alla landets 1000 olika mossarter, nämligen björnmossa, kammossa, väggmossa, kvastmossa och cypressfläta. Berättade om 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. Några små söta bägarlavar stack också upp i mossan.

Pratade 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.

På andra sidan gångvägen tornar dramatiska branter upp sig, så vi stannade till och bara tog in terrängen och kände på cypressflätan som vällde fram över bergväggarna.

Under en gran var det fullt av ekorrättna kottar. Visade med bilder hur man kan skilja på vem som ätit av kottarna, både utifrån hur de har gnagt men också var man hittar kottarna. Musen sitter ofta mer dolt och äter för att inte riskera bli uppäten, medan ekorren sitter uppe i granen och därför hittar man ekorrättna kottar direkt under granarna.

Vid en grovstammig tall pratade vi om tallens rikedom på C-vitamin, som var viktig förr för att inte få bristsjukdomar. Innerbarken blandades i mjölet för att baka barkbröd, till exempel. Något som vi kanske mest förknippar med mindre välsmakande nödföda. Men om man skördar barken i juni när tallen växer som mest, så smakar den faktiskt som kokosflingor, något som samerna som åt mycket barkbröd hade koll på. Skördar man den på hösten istället har tallen hunnit bilda en massa skyddsämnen för att undvika angrepp och det är dessa ämnen som ger dess mindre goda smak.

Så kom vi fram till Barnsjön, denna fina näringsfattiga skogssjö. Det är märkligt stilla här med tanke på hur nära bebyggelsen det ändå är. Idag låg den alldeles spegelblank, som en liten pärla nersänkt i skogen. 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.

Häri från 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 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 och kan fungera som ett historiearkiv eftersom den också är torvbildande. I t ex Skede mosse på Öland har man hittat 50 människor, 30 hästar och en mängd föremål, alla från 200-500 e Kr. Som alltså hållits välbevarade tack vare mossan. Pratade också om vitmossan som viktig kolsänka. Problemet är att man bryter torv för att få energi och jordförbättringsmedel och då frigörs kol som lagrats i tusentals år i form av koldioxid, metan och andra växthusgaser. Bättre då att hitta andra energikällor och göra egna lövkomposter eller biokol!

Här vände vi tillbaka längs sjön och gick sedan upp på en bredare spång norr om sjön till en torraka som var full av hål från olika vedlevande insekter och hackspettar, bland annat brun barkbock, en långhorning som främst lever på nydöda tallar. 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.

Vi tog en skön fikapaus vid vattnet och eldstaden. Ett par av assistenterna hade lagat god tabouleh som de bjöd på och det uppstod många fina möten och samtal i solen vid sjön. Det är så fint när människor kan mötas kring ett gemensamt intresse oavsett bakgrund, vilket också är en viktig del av guidningarna, att kunna ge förutsättningar för möten.

Efter fikat pratade jag om sprickdalslandskapet, Barnsjön ligger ju som i en spricka. Om hur detta för Tyresö och Sörmland så karaktäristiska landskap har bildats och att det är det som gör att terrängen är så härligt kuperad och dramatisk. Lät deltagarna dofta på pors som växte vid eldplatsen, en doft som Harry Martinsson liknade vid lavendel.

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 sårhälsande 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. Ganska ny forskning visar att träden kommunicerar med varandra via svampar. Om t ex en gran blir angripen av något skadedjur kan den skicka signaler till andra granar i närheten för att de alla ska sätta igång och bilda ämnen som försvar mot angrepp. Ungefär som att skapa en slags flockimmunitet. Mykorrhizzan tar tid att utveckla och är en viktig del av gammelskogen, som också är en viktig kolsänka.

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 botråd för olika hålhäckande fåglar. Här avslutade jag guidningen med att läsa Tage Danielssons ”Här står nu en höstdag förtrollande skön”, ord som passade en dag som denna.

Deltagarna var jättenöjda med turen och det är verkligen en liten pärla till skog. En man brukade gå runt sjön som sin morgonrunda men tyckte det var så roligt för nu lagt märke till branterna. Att jag fått honom att titta både upp på den dramatiska geologin och ner på de små mossorna. Flera av deltagarna tyckte att just mossorna var en av höjdpunkterna, att få namn på dem. Och den här tiden på året är verkligen mossorna som finast. När jag frågade om vad som var dagens höjdpunkt frågade den nya kvinnan i permobil om man får säga: ”Allt”. Och det fick man ju! Och så tyckte hon att jag hade en så behaglig röst (!). Jag använder ju högtalarväst numera så att man kan hålla avstånd. I början kände jag mig rätt obekvämt och liksom begränsad när jag använde den eftersom jag gestikulerar ganska mycket när jag pratar, men nu har jag vant mig och jag kan förstå att man tycker att det låter behagligt. Den har ett bra ljud, jag behöver inte prata för högt och ändå kan alla höra. Så jag kommer nog fortsätta med det även efter pandemin. En annan deltagare uppskattade blandningen, att det var både om växter, djur och geologin. En deltagare sade att hon älskar mitt sätt att förmedla mina kunskaper, att det är på rätt nivå och att det får henne att känna sig inkluderad. Jag brukar

försöka tänka på det, att det inte ska handla om att jag ska hålla show, utan att jag bara är en förmedlare.

Det här var årets sista rullstolsanpassade guidning, det känns jättekul att vi börjar nå så många ur målgruppen. De som varit med några gånger började redan prata om vårens guidningar, medan ett par andra skulle försöka komma med även på de mindre tillgängliga guidningarna i höst.