

## Naturguidning vid Gammelström och Tyresta med Medvind, Jobbverket, 1 september 2022

Martina Kiibus

Fem personer deltog från Jobbverket, varav en med rullator och en med gåsvårigheter. Några hade gått med mig tidigare och två var nya. Vi samlades vid parkeringen vid Prästängen. När jag mötte dem sade en av dem som gått med mig tidigare: ”Vet du vad jag drömde om, Martina? Att få se och äta de där fina klöverbladen igen!”. Förstod att hon menade harsyra och jag hade som tur var spanat in stora fina bestånd av just harsyra när vi rekade, så jag kunde leva upp till hennes dröm.

En av de nya deltagarna var otroligt vaken och observant, så vi hann inte ta många kliv in i skogen förrän hon frågade om svamparna som växte på en björk en bit in. Det var fnösketikor så jag berättade om att man kan göra upp eld med dem. Hon undrade också över alla gångar i de olika lågorna vi såg. Det var bland annat vågbandad barkbock och bronshjon. Vi kom överens om att det var otroligt fina mönster och jag berättade att de inte dödar träden utan lever på träd som redan har dött.

Deltagarna tittade också på informationsskylten över Tyresta och undrade om vi också skulle få se de stora bladen (ormbunkar) och de fina svamparna (klibbticka) och det skulle vi ju!

Vi började med att gå ut på hällen och blicka ut över Tyresö-Flaten. För den här målgruppen handlar det också om att orientera sig, att få namn på platser som t ex Tyresö-Flaten, Lillsjön och Långsjön. Det var så fint solglitter i sjön. En av deltagarna sade: ”Man behöver ju inga ädelstenar, sjön ser ut som en vacker safir!”. Det är så härligt att gå med den här gruppen, för de har en sådan förmåga att stanna upp, titta på vackra former, ljusspeglingar, olika nyanser av grönt och – förundras. Och det är ju också då man ser så mycket mer, när man stannar upp och tittar. Som en liten kungsfågel högt upp i en gran, en större hackspett som satte sig på en stam en bit bort och en häger som satt vid stranden. Vi smög försiktigt närmare hägern som verkligen är ståtlig. Den visade upp sig flera gånger under vår vandring till allas vår förtjusning. Vi såg också ekorrar som skuttade mellan träden.

En deltagare frågade om vad det var för pulver som stack fram ur en ihålig ek. Så jag berättade om mulm, att det är pulvriserad ved, som passerat genom skalbaggarnas magar och att det kan finnas flera hundra liter mulm i gamla ekar. Mulmen blir som värsta lyxbostaden för en massa ovanliga skalbaggar.

Det var fullt av trollsländor som flög runt i luften. En deltagare var väldigt intresserad av dinosaurier så vi pratade om att på dinosauriernas tid var trollsländorna stora som fåglar. Ljungen blommade fint i rosa, jag berättade att den har mycket nektar som bina gillar och så blir det en väldigt god honung när bina varit hos ljungen.

På en granlåga och högstubbe av gran var det fullt av klibbtickor, som de kände igen från informationsskylten. Klibbtickor drar ut vatten ur granen och på några av tickorna var det fullt av vackra vattendroppar på undersidan av dem. Så läckert!

Före Gammelström gick vi till det stora härliga beståndet harsyra så alla fick smaka av dessa syrliga delikatesser. Här växer det också en del hassel med sina mjuka sköna blad, som var sköna att känna på.

Vid Gammelström visade jag några stora ormbunkar som deltagarna kunde känna igen från informationsskylten. Vi tittade på undersidan och såg alla sporer som ju är ormbunkarnas motsvarighet till frön. Visade också det stora beståndet av sårläka som är en ovanlig blomma som har använts till sårvård. Och en härlig stubbe som är klädd med harsyra och mörkgrön björnmossa.

Det var gott om gamla spår av bäver, vi tittade på de stora avtrycken av deras tänder. Eftersom de väckte en hel del fascination, gick vi bort till bäverhyddan som ju mest ser ut som en rishög men som är en fin och välplanerad bostad invändigt. Berättade att hyddans ingång är under vattnet så att bävrarna kan komma hem även om isen ligger.

Här vände vi tillbaka mot Gammelström och delade upp oss, så att jag och de som hade lättast för att gå gick genom skogen till Oppsätra medan de andra gick med sin handledare gångvägen till Oppsätra och så möttes vi där.

Vi som gick i skogen fick en fin promenad, där vi plockade blåbär, såg en snok, kände på den mjuka björnmossan, såg en koltrast och tittade på alla hängande lavar som berättade för oss att det var en gammal skog med ren härlig luft.

Vid Oppsätra berättade jag om det gamla torpet och så tittade vi på dess ruiner. Berättade hur livet var där förr. Vi tittade också på såpnejlika som man hade för att göra såpa, tvål och schampoo och som är vanlig växt vid gamla torp. Vi gick bort till de fantastiska jättekarna och beundrade dem. En nötskrika hoppade runt i en ek. Vid torpet blommade också gulmåra som doftar sött av honung och som man lade ut på golven när det var stora fester för att det skulle dofta gott.

Så vände vi ner mot Lillsjön. Vi stannade vid en härlig grovstammig tall. Berättade att både barren och innerbarken hade gott om c-vitaminer och att man kan äta barkbröd och dricka tallbarrste. På en tall lite längre fram växte det fullt av talltickor som talar om att tallen är minst 100 år gammal, oftast betydligt äldre än så.

Längs stigen växte några Natt och dag. Så pedagogiskt namn eftersom de är mörka som natten och ljusa som dagen. Det mörka är blad som är lila för att locka till sig insekter och det ljusa är de gula blommorna.

Så kom vi till fikaplatsen vid Lillsjön. Där blommade ett bestånd ängsvädd, så vacker med sin blålila färg. Gräsänderna flockades runt oss, men vi lät bli att mata dem eftersom de är så otroligt tama här. Hägern satte sig på stranden mitt emot oss, en korp flög över oss och en nötväcka klättrade i en gran en bit bort.

På väg tillbaka mot parkeringen tittade vi på mulmen igen och alla trollsländor som visade upp sig för oss. På gångvägen låg en tordyvel upp och ner som vi hjälpte till rätta.

Det blev en härlig dag och vi var alla nöjda och glada över vår dag tillsammans. Det är små grupper, men det känns otroligt meningsfullt att vi kan erbjuda Medvind naturguidningar. Det är så tydligt att upplevelserna betyder något för dem och stannar kvar i deras minnen och att de mår bra av att få komma ut i vår fina natur.