

## Rapport från rullstols- och barnvagnsanpassad naturguidning vid Kolardammarna den 7 september 2023

Martina Kiibus

15 personer deltog denna soliga varma septemberdag. Tre personer från Afasiföreningen, varav en med rullstol, tre personer från Hjärnkraft, varav en med rullstol, ett par med gåsvårigheter. Ett ganska brett åldersspann från cirka 20 år och uppåt. Information via de respektive organisationerna, Mitt i Tyresö, vänner, programblad i Alby och program från tidigare guidningar.

Vid reservatsentrén vid parkeringen vid Fårdala berättade jag om Alby naturreservat och hälsade välkommen. Talade om att vi skulle gå i ett lugnt tempo så att alla skulle hänga med och att det kunde vara skönt för oss alla att få gå lugnt och bara ta in omgivningen. Vilket många höll med om.

Ett tema för dagen var sensommarblommor. Första stoppet bjöd på natt och dag, stinknäva och kärleksört. Pratade om att de lila bladen på natt och dag fungerar som lockbete för att locka pollinatörerna till de gula blommorna. Lät deltagarna lukta på stinknävens blad vars doft gett blomman dess namn. De fick också smaka på kärleksörtens saftiga blad.

Vi fortsatte till ett bestånd johannesört och rödklöver. Jag berättade att johannesört är antidepressivt och ganska kraftfullt så att det motverkar många mediciner. Och att rödklöver som andra ärtväxter har bakterier som kan fånga in kväve från luften och omvandla till kvävenäring, varför man förr odlade klöver och andra vallväxter för att göda åkrarna. Här växte också några små förgätmigej. En blomma som egentligen blommar på våren, men verkar ha fått en andra blomning denna märkliga växtsäsong. Visade kontrastfärgen inne i blomman, att kronan är blå men har en gul ring i mitten för att vägleda de pollinerande insekterna.

En spillkråka drillade över oss, en av våra hotade hackspettar som vill ha äldre skog. Så att få höra spillkråkan vittnar om att vi var i fin natur!

Några små blåklockor växte på en liten torrbacke. Pratade om hur de pollineras av blåklockshumlor och att blomsovarbiet söker nattläger inne i blåklockorna. När humlorna har sugit nektar ur blåklockorna lämnar de en liten doftmarkering så att de ska veta att det är tomt vilket också minskar risken för självpollinering.

Ett annat tema för dagen var vattenreningen i Kolardammarna. Vid inloppet visade jag rensvallret och oljeavskiljningen. Vi pratade också om dagvatten och hur dess kvalitet beror på vilken typ av mark vattnet avvattnar. Jag visade en avrinningskarta för Kolardammarna, där man tydligt ser hur mycket hårdjord mark som avvattnas till dammarna.

Vi såg också några blommade några blåeld. Berättade att de tillhör familjen strävbladiga, dvs samma familj som förgätmigej. Utöver att de kännetecknas av sträva blad, så har många av blommorna i familjen ett färgämne som gör att de först är rosaröda och sen blir allt blåare allteftersom de mognar. Närmare stranden blommade fackelblomster som lyste upp som rosa-

lila facklor. Den innehåller sammandragande ämnen och har använts som blodstoppande medel och i garverier.

På en håll blommade ännu en vårblomma, nämligen styvmorsviol. Visade blommans kontrastfärger med den gula mitten. För att ytterligare försäkra sig om att insekterna hittar rätt är det svarta streck i blomman som fungerar som vägvisare!

Vid inloppet blommade också humlelusern, en annan ärtväxt som liksom klöveran använts som foderväxt, och strimsporre som har vägvisare i form av lila streck inne i blomman.

Fortsatte till centrala dammen där jag berättade om själva reningsprocessen i de olika stegen och vilken effekt reningen har. Namnet Kolardammarna hänger ihop med att det funnits en kolbotten där, där man förr milade träkol. När vi gick nerströms dammarna visade jag de olika stegen och vilken typ av rening som sker var. Sedimentationsdammen där vattnet rinner långsammare så att tungmetaller och fosfor kan sjunka till botten. Tungmetaller som bly, kadmium, krom, koppar, zink och tenn renas på så sätt ur vattnet. Många av dessa tungmetaller är skadliga för såväl växter som djur, inkl människor i för höga halter. Eftersom tungmetallerna lagras i sedimentet är det olämpligt att äta fisk eller kräftor från dammarna. Översilningsytan eller växtbädden där vass och kaveldun fångar upp kvävet och på så sätt är en del av reningen. Vid växtbädden pratade vi också om att vassen och kaveldunet snart ska skördas så att inte näringen frigörs och hamnar i vattnet igen när de vissnar ner.

Och våtmarken där bakterier och delvis växter också fångar upp överskottsning, som fosfor och kväve. Pratade om att näringsämnen som också renas i dammen inte är något miljögift i sig, problemet är att blir det för mycket kväve och fosfor så får vi övergödda sjöar och hav, med igenväxning, algblooming och syrebrist som följd. Men tack vare Kolardammarna så har alltså belastningen på Albysjön minskat avsevärt både vad gäller näringsämnen, tungmetaller och flytande föroreningar som olja.

I stigkanten blommade rödtoppa, en liten röd blomma som växer på öppna marker som betesmarker. Den har minskat i takt med att betesmarker växt igen eller odlats upp.

Bävaren har lämnat spår överallt längs strandkanten och även en bra bit bort från dammarna. Jag berättade om bävern, dess ekologi, hur den använts förr och vilken ekologisk nytta den gör när den skapar nya våtmarker. Och så berättade jag om den skoningslösa jakt som ledde till att bävern utrotades i Sverige 1871 och den återinplantering som genomfördes med start 1922.

Vi stannade vid en stor myrstack och pratade om myrsamhället. Det är onekligen fascinerande insekter med ett välorganiserat samhälle. Dessutom har de bladlöss till husdjur som de mjölkar på den söta avföringen, även kallad honungsdagg.

Längs vägen växte det en del ögontröst, en av mina favoritblommor den här tiden på året. Så otroligt söt! Små violetta blommor med mörkare strimmor som lede till ett gult mittfält och som fungerar som vägvisare till pollinatörerna. Man tyckte förr att det såg ut som ett litet öga och följaktligen skulle ögontrösten användas mot ögonsjukdomar! Lät deltagarna titta på ögontrösten i lupp, den är så otroligt fin när man ser alla detaljer.

Det blommade också en hel del nysört längs gångvägen. En blomma som kunde användas för att framkalla nysningar. Och nere vid vattnet blommade vänderot, som heter *Valeriana officinalis* på latin. *Officinalis* vittnar om att den haft medicinskt bruk, vänderoten har använts som lugnande medel, men även för att få häxor och annat oknytt att vända om.

På en kulle mitt emot den lilla våtmarken växte det en härlig hasselbuske. Lät deltagarna känna på dess mjuka ludna blad och berättade om hasselnötter som ju inte ingår i allemansrätten. Här växte också en berberisbuske, vars bär är syrliga och bland annat används i det persiska köket. Berberis skulle utrotas enligt lag eftersom den spred svartrost till vete och annan stråså. Lagen fanns kvar till in på 1990-talet, vilket flera av deltagarna kände till.

Vid utloppet stannade vi till vid det lilla vattenfallet där vattnet syrsätts och sammanfattade reningsprocessen. Under vattnets dygnslånga färd genom dammarna har 65-85 % av tungmetallerna renats, 70 % av fosfor (som är det näringsämne som har störst betydelse för sjöar och sötvatten) och en tredjedel till knappt hälften av kvävet. Vattnet rinner vidare genom den fina meandrande Fnyskbäcken genom Uddbys kohagar och ner till Albysjön.

Och så beundrade vi de vackra grovstammiga asparna som står vid utloppet. Som är så värdefulla för den biologiska mångfalden - en asp kan hysa omkring 1000 olika arter, bland annat tack vare sin rika mjuka bark. På asparna växte det asptickor som genom att röta aspveden underlättar för spillkråkan att bygga bo. Här växte det också blemlav, en vit lite mjölig lav och asphättemossa, en mossa som växer som i små tuvor på stammarna. På undersidan av asptickorna var det nät av svampmyggor, en relativt nypptäckt organismgrupp. På en annan asp är rötterna alldeles mossinkladda av cypressfläta och husmossa och på mossan bredde filtlav ut sig. En härlig mikromiljö!

Här vände vi och gick tillbaka eftersom det är för backigt på andra sidan dammarna. Och så tog vi en skön fikapaus vid de tillgängliga bryggorna i dammarna. Överhuvudtaget är det här en bra rutt ur tillgänglighetssynpunkt.

Efter fikat berättade jag om djurlivet i dammarna och hur värdefulla den här typen av småvatten är för den biologiska mångfalden. Så Kolardammarna är inte bara reningsverk, de är också ett fint inslag i landskapet och ett värdefullt tillskott till den biologiska mångfalden. Dessutom fungerar de som ett vattenmagasin som kan fånga upp skyfall och minska risken för översvämningar. Dessutom är våtmarker viktiga kolsänkor som vi behöver vara rädda om för att inte få ännu fler extremväder orsakade av klimatförändringarna.

I sjön simmade rörhöneungar runt och vi såg även sothönor. De är rätt lika varandra men sothöna har en vit panna medan rörhönan är röd ovanför näbben. Det flög runt mängder av trollsländor under hela guidningen som lockats fram av solen och värmen. Pratade om vilka glupska rovdjur de är, både när de som vuxna flyger runt i luften och som larver när de lever i vattnet.

Hittade ännu en vårbloffa, nämligen teveronika som också har tydliga kontrastfärger och streck inne i blomman.

Gick vidare till några fina enebuskar och pratade om dem och deras betydelse i det gamla bondesamhället. Här avrundade och sammanfattade vi guidningen. Deltagarna var som vanligt mycket nöjda med dagen och glada för att de kommit med. Flera uttryckte hur bra de mådde av att få komma ut på våra guidningar.