

Rapport från rullstols- och barnvagnsanpassad naturguidning vid Barnsjön den 3 oktober 2023

Martina Kiibus

En gråmulen dag som övergick i alltmer ihållande regn. 13 deltagare inklusive Annika Wegnebring från Fritid och Friluft. Den yngsta deltagaren var 2,5 år och gick eller snarare sprang för egen maskin, härligt full av energi och nyfiken. En deltagare från Epilepsiföreningen och tre från Hjärnkraft, varav en i rullstol. Det skulle varit med fyra deltagare till från Hjärnkraft som dock bokade av pga sjukdom samma morgon. Tre deltagare var nya och hade fått information från Epilepsiföreningen respektive facebook. Övriga hade varit med förut och hade koll på guidningarna. Eftersom det är en del smala passager är det max cirka 15 deltagare på denna guidning.

Det blev en lite stökig start. Den nya deltagaren från Epilepsiföreningen trodde att vi skulle vara vid slottet så hen hörde av sig på mejlen och undrade var vi var (tur att jag har för vana att kolla eposten för att se om det tillkommit några deltagare eller avhopp!). Vi kom överens om att hen skulle försöka få tag på färdtjänst och komma till Bansjöslingan istället och så väntade Annika där. En annan deltagare hade råkat ut för busstrassel i Tyresö centrum men kunde också ansluta senare. Så det var jättebra att Annika var med och kunde lotsa dem rätt. Båda eftersläntare var så glada och tacksamma för att det gick att ordna.

Vi började vid hpl Marsvägen och entrén från Bansjöslingan i Trollbäcken, där jag introducerade guidningen och berättade om att denna fantastiska skog ska bli naturreservat. Fortsatte till en grovstammig asp och visade hur man kan känna igen aspar och pratade om asparnas betydelse för många andra arter. När vi tittade upp mot kronan så började det blåsa lite så vi kunde stå tysta och lyssna på det härliga prasslet. Berättade varför just asplöv darrar och att man använt aspe för att göra tändstickor.

Vid aspen blommade några exemplar av vitplister, visade hur man kan skilja vitplister från brännässlan. Vitplister har vita blommor och saknar brännhår. På engelska heter den dead nettle.

Nästa stopp var ett bestånd blekbalsamin. Lät den lilla pojken trycka på fröskidorna och se hur de öppnade sig och sprätte iväg fröna. Det blev många förtjusta utrop, inte bara från pojken utan även övriga deltagare som testade att sprätta iväg fröna. Så det förde oss in på att hösten är fröspridningens tid och de olika strategier som växterna har för att sprida sina frön.

Hösten är också mossornas tid så vi tittade på några av alla landets 1000 olika mossarter, nämligen björnmossa, väggmossa, kvastmossa och cypressfläta. Berättade att björnmossan fått sitt namn av att björnen klär sitt ide med björnmossan. Eftersom det var en småbarnsförälder med refererade jag också till barnböcker som Plupp, som har ett täcke av

just björnmossa. 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.

Lillkillen kom fram och ville känna på den mjuka mossan, jag uppmanade de andra att följa hans exempel och njuta av känslan. Pratade om att vi kan lära oss av barnen att uppleva naturen med alla sinnen och med hela kroppen vilket verkligen den lilla pojken gjorde.

Jag 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 ormbunken majbräken och åkerfräken. Båda dessa 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. När dessa ormbunkar och fräkenväxter dog lagrades de i våtmarkerna och så började ett kollager byggas upp. Ett kollager som alltså härstammar från karbon, dvs 300 miljoner år sen. Motsvarande process i haven gav upphov till olja. Detta flera hundra miljoner år lagrade kol kom vi på att man kunde använda som energikälla någon gång på 1700-talet. Att tro att man kan förbränna flera hundra miljoner år lagrats kol utan att det får konsekvenser för klimatet och vår miljö är onekligen förbluffande.

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

Vi gick vidare till en björk som var full av fnösketickor, en svamp som växer på björk och bok. Ur fnösketickor framställdes fnöske som var viktigt för att kunna göra upp eld, så viktigt att man hittat fnöske och fnösketickor i gamla stenåldersgravar. På björken var det också en rad hål som såg ut som kulhål. Det är den lilla skalbaggen björksplintborre som orsakar dessa hål. En skalbagge som går på försvagade, döda och döende björkar.

Så kom vi fram till Barnsjön, denna fina näringsfattiga skogssjö. Det är märkligt stilla här med tanke på hur nära bebyggelsen det ändå är. De som inte varit där förut blev som tagna, sjön är verkligen som en liten pärla nersänkt i skogen. Pratade om varför Barnsjön är näringsfattig och att en sjös vattenkvalitet framför allt beror av det område som avvattnas ner mot sjön och vad vi gör på den marken. Och hur viktigt det är att Barnsjön får behålla sin vattenkvalitet. Med andra ord, den omgivande skogen är viktig både för sin egen skull och för sjöns vattenkvalitet. Och – pratade om att man inte ska kissa i sjön eftersom det bidrar till övergödningen.

Häriifrån 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. Pratade om de stora flyttblocken som transporterats dit med inlandsisen. Några kungsfåglar pep en bit bort. På ett av blocken var det klargrönt av kvastmossa. Pratade om att även om man inte lär sig namnen på alla mossor, så är det så fint när man börjar se nyanser i det gröna, ett sätt att upptäcka skogens mångfald. Här tittade vi lite närmare på kvastmossa. Lite längre in i en sänka växte vitmossa som jag hämtade upp. Den har använts som blöjor förr pga dess förmåga att suga upp vatten. Den är också blodstoppande och antiseptisk (här refererade jag till en annan barnbok, nämligen Ronja Rövardotter som ju tar med sig ett fång vitmossa när hon rymmer hemifrån med Birk). 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. Gjorde ett litet stopp där några i taget fick titta på blåmossa som är en kompakt fin mossa som växer som i kuddar. Den växer långsamt och när den får bli tillräckligt hög är det en signalart som signalerar höga naturvärden.

Vi fortsatte på den bredare spången norr om sjön mot eldstaden och bryggan. Invid bryggan växte brakved, en buske med svarta bär. Namnet kommer av att veden är spröd och liksom brakar när den knäcks. Förkolnad ved har använts för att tillverka svartkrut. Barken har även använts som laxermedel, möjligen en annan förklaring till namnet brakved... Brakved är en viktig värdväxt för citronfjäril, vars larver lever på bladen.

Vi tittade och doftade på pors som växer i ett litet kärr. Harry Martinsson jämförde doften med lavendel. Så var det dags för paus. Trots regnet blev det en skön stund även om jag gjorde pausen något kortare än vanligt.

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. Läste en strof ur en annan barnbok, nämligen Selma Lagerlöfs Nils Holgersson där detta landskap beskrivs så målande.

Vi vände tillbaka och stannade vid ett par grovstammiga granar. Pratade 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 och målade upp en tidslinje från bildandet av urberget, via

sprickdalslandskapet och istiderna till stenåldern när människorna dök upp i området. Och fortsatte till 1700-talet då vi började bryta upp det kol som lagrats under karbon när fräkenväxterna var stora som träd. Sen började vi utvinna olja och andra fossila bränslen med de förödande konsekvenser som vi ser nu. Alltså vi har på otroligt kort tid omformat vår natur och miljö och vi har faktiskt ännu kortare tid på oss att vända trenden! Men sade också att vi nu var framme vid det skede när tillräckligt många börjar förstå att det är dags att ställa om och att jag tror att vi kommer att klara det om vi gör det tillsammans. En deltagare jämförde med Berlinmurens fall. Så då kunde jag som halv-est inte låta bli att berätta om "Den sjungande revolutionen". Det som bidrog till Sovjetunionens fall var hur människor bildade en lång kedja från Estland ner till Litauen, höll varandra i handen och sjöng. Tillsammans.

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. Visade de gula asplöven som nästan alla hade gröna fläckar orsakade av aspgallsdvärgmal, en liten fjäril som stryper flödet tillbaka av klorofyll in i bladskafen.

Avslutade guidningen vid ännu en mäktig brant där vi tillsammans gick igenom vad vi hade sett under dagen. En deltagare som inte är med så ofta tyckte det var så bra med denna repetition. Jag avslutade med att läsa Tage Danielssons underbara "Här står nu en höstdag förtrollande skön".

Deltagarna var jättenöjda med turen och det är verkligen en liten pärla till skog och så fint att vi kan ha rullstolsanpassade guidningar även i lite mer skogsmiljö. En deltagare sade att hans partner som satt i rullstol och annars mest brukade blunda satt med öppna ögon på våra naturguidningar. Vilket visade att hen verkligen uppskattar att få komma ut i naturen!

Men – det vore ännu bättre om spången söder om sjön kunde rätas upp och få ett avåkningskydd och om det gick att få en rullstolsanpassad toalett till badplatsen. Bristen på toalett är tyvärr ett hinder för många ur målgruppen, så en toalett skulle sänka trösklarna ytterligare. Många tycker att det här är den finaste rullstolsanpassade turen vi har just för att man får komma in i skogen, så det känns värdefullt att kunna fortsätta erbjuda guidningar i Barnsjöskogen.