

## Rapport från lättvandrad naturguidning - Vintervandring i Alby naturreservat den 11 januari 2024

Martina Kiibus

Årets första guidning - så roligt att vara igång igen! Och så roligt med riktig vinter! 16 deltagare kom denna härliga om än lite kalla och blåsiga vinterdag. Informationskällorna var program från tidigare guidningar, guidehemsidan, vänner och min naturguide-facebooksida.

Vi samlades på busshållplats Öringe och gick in i Alby naturreservat. Berättade om själva reservatet och om guidningarna. Temat för guidningen var vintern, hur våra växter och djur anpassar sig till vintern. Ett annat minitema var tickor. Det är ju inte så lätt att fokusera på mossor när snön ligger utan man får anpassa guidningarna till naturens förutsättningar.

Nästa stopp var en aspdunge, där vi tittade på hur man kan känna igen aspar på vintern och pratade om vilka utmaningar vintern innebär för våra växter och djur, dvs kyla, matbrist och torka. När det blir tjäle i marken kan växterna inte ta upp så mycket vatten de behöver, så för att inte förlora för mycket vatten så faller lövträd som aspar sina löv. Och innan de faller löven drar de in näringen till stammen. Näringen sitter knutet till klorofyll så när det gröna färgämnet dras in från bladen kommer de gula höstfärgerna fram. Barrträd har inte lika stor svett- eller vätskeförlustyta som lövträden och barren omges dessutom av ett vaxskikt som hindrar uttorkning, därav att barrträden behåller sina barr. En del växter vissnar ner helt och lagrar sin näring i rötterna eller i frön. Medan exempelvis blåsippor lagrar näringen i bladen och har därmed kvar sina blad över vintern. Det beror på att de knappt har några rötter. Därav också att blåsippan har så mycket svårare än vitsippan att spridas och därför är fridlyst.

På en solbelyst björk bakom aspdungen såg vi dagens första tickor, nämligen björktickor. Som ger ett sammetsmjukt intryck och är porösa och därför har använts till bl a flöte och nåldynor.

Fortsatte till Kolardammarna och berättade om deras funktion som dagvattenrenare. Men också hur viktiga våtmarker är som kolsänkor och för den biologiska mångfalden. I Kolardammarna finns det en mängd olika sländlarver, skalbaggar och snäckor som lever i vattenmiljön. Dessa smådjur sover på vintern.

Vi såg också spår av bäver. Det var en del bävergnag längs dammarna och på ön kunde man se dess snötäckta hydda. Med sitt dammbyggande skapar bävern nya våtmarker och bidrar därmed till ökad biologisk mångfald samtidigt som bäverns närvaro i sig innebär att det blir fler skalbaggar och växter i våtmarkerna. Eftersom det var vintertema fokuserade jag bäverpratet på hur bävrarna klarar vintern. Flera deltagare trodde att de sover, men de är vakna över vintern och är så kallade samlare, dvs de lägger upp ett förråd på botten av sjöar eller dammar av aspar och andra träd som de kan äta av under vintern.

Vi fortsatte till den nedre dammen / våtmarken där en knipholk fick bli ingången till fågellivet i dammarna och vilka olika strategier fåglarna har för att klara vintern. Antingen stanna som gräsänderna som vi såg flera exemplar av eller flytta som knipan. Det som framför allt styr är tillgången på födan, dvs fåglar som främst lever på insekter flyttar medan fröätare stannar.

Knipan är en så kallad kortdistansflyttare, den flyttar bara precis så långt den behöver, ofta inte längre än till Danmark. Ibland flyttar den inte alls. Medan lövsångaren, t ex, är en långdistansflyttare som flyttar till Afrika, söder om Sahara. Berättade också om silvertärnan som har rekord i långflytt och flyttar ända från Arktis till Antarktis och tillbaka, en sträcka på över 80 000 km! Rekordet är 96 000 km! Det allt varmare klimatet innebär ett förändrat beteende hos flyttfåglarna. Studier visar att kortflyttarna kommer tillbaka allt tidigare, medan långflyttarna lägger ägg tidigare. Citerade UNEPs (FN:s miljöprogram) direktör som sade att flyttfåglar är resenärer som i generationer länkat samman människor, länder och ekosystem. Tycker det är en så fin bild.

Nästa stopp var en myrstack. Berättade om myrornas fascinerande samhälle och att myror och andra insekter är växelvarma, dvs de har samma temperatur i kroppen som i omgivningen. Så de sover sig igenom vintern. Myrorna övervintrar under jord i klumpar så att de kan få lite värme från varandra. Vilket innebär att det är lätt för myrätare som gröngöling eller grävling att få sig en munsbit. Det var tydliga spår av just grävling som hade ätit här. Som förde in oss på vad grävlingen gör på vintern, nämligen sover. Även om det inte är någon djupsömn, utan den kan vakna ibland och äta och gå på toa. Grävlingar är otroligt renliga av sig och vill inte ha toaletten inne i grytet.

Vi gick vidare till utloppet av dammarna som kantas av grovstammiga aspar. Berättade om reningen i dammarna, hur mycket tungmetaller och näringsämnen som renats ur vattnet på dess resa från inlopp till utlopp. Och pratade om asparna och deras betydelse för den biologiska mångfalden, en enda asp kan vara hem till över 1000 olika arter, varav 600 är knutna till just asp! Vi tittade på blemlav och hättmossa som växte på asparna. Och de fina asptickorna som är typiska för äldre stående aspar. Tickorna rötter upp asparna så att det bildas bohål som hålhäckande fåglar kan bo i.

Vi tittade också på en asp vars rötter stack fram under snön. På rötterna växte mossan cypressfläta och på den var det som en filt av filtlav. Tittar man på undersidan är det som ett ludd som hindrar uttorkning. Här växte det också stensöta, lingon och blåbär som förde oss in på varför stensötan och lingonen är vintergröna till skillnad från blåbären. Det beror på att deras blad liksom barren omges av ett läderartat vaxskikt som skyddar mot uttorkning och därför kan hålla kvar vattnet över vintern.

Mossorna då? De är ju mjuka och lena och allt annat än läderartade. Till skillnad från träd och blommor har mossorna inga rötter och kärl som transporterar vattnet nerifrån marken och ut i växten. Så det spelar ingen roll om det är tjäle eller inte. Istället tar alla celler upp vatten, så

mossorna behöver leva fuktigt. Mossorna har också en förmåga att snabbt sänka sin ämnesomsättning vid tillfällig torka så att de inte torkar ut.

Vi följde den meandrande Fnyskbäcken. Pratade om att det rinnande vattnet inte fryser lika lätt som stillastående vatten, så t ex strömstaren flyttar hit på vintern, där våra rinnande vatten inte fryser som norrlandsälvarna gör. Pratade också om hur viktiga livs- och spridningsmiljöer dessa meandrande vattendrag är för många vattenlevande växter och djur.

En död gran var full av unga klibbtickor, så snygga med sina orange-röda tillväxtzoner. Klibbtickorna pressar ut vatten ur granarna och torkstressar träden så att de till slut knäcks och lämnar fina högstubbar. De är också viktiga nyckelarter, dvs banar väg för många andra svampar och insekter som kräver inte bara död ved utan klibbtickerötad ved för att kunna leva. Med andra ord är klibbticka ett tecken på höga naturvärden.

Vi stannade också och tittade på en fantastisk dubbelstammad asp med otroliga fruktkroppar av aspticka. Även de visar på höga naturvärden eftersom de framför allt går på äldre levande aspar.

Nästa stopp var en ihålig asp i kohagen, där kattugglan bor. Tyvärr visade den inte upp sig idag, men alla deltagare var väl förtrogna med området och hade sett den tidigare. Jag berättade om kattugglan och hur viktigt det är med gamla ihåliga träd för den och våra andra hålhäckande fåglar. Kattugglan är en stannfågel och ett av de härligaste ljuden jag vet när vintern börjar övergå i vårvintern är just kattugglornas hoande.

Gick vidare till en fantastisk grovstammig ek som liksom aspen hyser en otrolig mångfald av mossor, lavar, svampar, insekter och spindlar. Bland annat ekticka, dagens fjärde ticka som växte i flera fina grova knöliga exemplar på den här eken. Ektickan behöver ha solbelysta ekmiljöer, en naturtyp som minskar och därmed minskar också ektickan som är rödlistad, dvs en hotad art. Så även ektickan är ett tecken på Albys höga naturvärden.

Häriifrån fortsatte vi vidare genom hagen. Så fint att gå i solen och njuta av de fina betesmarkerna. Så kom vi in i skogen och Sörmlandsleden. Under en gran var det fullt av avgnagda granskott som ett spår från ekorre. De biter av årsskotten av gran under höst-vårvinter för att komma åt knoppanlagen. Ekorrens vinterstrategi är annars att den får tjockare päls och lägger upp ett förråd, precis som bävern.

Vi gick vidare till ett bestånd blåbär, som ju faller sina blad på vintern. Blåbärstriset är en viktig vinterföda för rådjuren, som ändrar sin diet som ett sätt att överleva vintern. Pratade om att vi borde lära oss av rådjuren och äta mer säsongsanpassat och klimatsmart. Tipsade om WWF:s klimatpyramider, i korthet handlar det om att äta efter säsong, att radikalt minska köttintaget och äta mycket mer ekologiskt. Med andra ord, bli mer som rådjur: Ät säsongsanpassat, ät vegetariskt, lokalproducerat och ekologiskt!

Nästa stopp var en avbarkad grovstammig ek. Pratade om att man kan spana efter knappnåslavar och spiklavar på den här typen av avbarkade träd så deltagarna fick spana med mina fina lappar (jag hade kollat innan att det fanns spiklavar där). Som alltid väckte det samma fascination att få upptäcka luppvärlden!

En deltagare som kom med första gången i höstas frågade om skillnaden mellan exempelvis ärgspik och spiklav. Blev minst sagt imponerad och glad över att han snappat upp så mycket på bara ett par guidningar. Ärgspik och även småspik är svamp som inte växt samman med en alg och bildat en lav. Medan spiklav är just en lav, alltså en symbios mellan en alg och en eller flera svampar.

Vi gick upp för dagens enda uppførsbacke och kom in lite mer i skogen. En bit in pratade vi om skogens däggdjur och att deras sätt att anpassa sig till vintern är att få vinterpäls, ibland också med en vitare färg som kamouflage. Sammanfattade också de olika strategierna som djuren har för att klara vintern;

- samla mat som bäver och ekorre
- vinterpäls som rådjur, hare och räv
- sova som grävling och björn och grod- och kräldjur, myror, snäckor och andra växelvarma djur
- flytta som fåglar men även groddjur
- ställa om dieten som t ex rådjur

Vi pratade också om att även om vintern är en utmaning så är våra växter och djur anpassade till vintern vilket innebär att det kan bli problematiskt när vintern uteblir eller blir för mild. Snötäcket blir som en mysig koja för t ex möss och näbbmöss. I rummet under snötäcket, det subnivala rummet, är det en jämn temperatur, vindskyddat och jämn luftfuktighet. Här kan de hitta saftiga rötter och en och annan dagmask. När det inte är snö men ändå rätt kallt, blåsigt och regnigt är det svårare att hålla värmen för dessa djur. Att det också blir så många temperaturväxlingar innebär att det kan bli mer skare som försvårar åtkomsten till marklevande lavar för djur som renar, rådjur och lämlar som får svårare att hitta mat.

Gick upp till en liten tallhäll. På en av tallarna växte det talticka, en ticka vars fruktkroppar dyker upp först när tallen är minst 100 år gammal, oftast är den snarare över 150-200 år och ibland till och med äldre än så. I och med att vi inte har så många gamla tallar i vårt landskap så är taltickan precis som ektickan rödlistad. Taltickan är också en så kallad signalart, som signalerar höga naturvärden.

Så var vi framme vid Ahlstorp. Berättade om båtsmanstorp och dess historia och tog en fikapaus. Det är så bra vid Ahlstorp för det finns gott om sittbänkar och husväggar att luta sig mot, vilket passar bra på en lättvandrad guidning. Nackdelen idag var dock att solen inte orkade upp och lysa på oss.

Efter pausen pratade jag om hur fattigt och tufft livet i Ahlstorp var. Bad deltagarna fundera på hur torparna klarade vintern. Dvs de lade upp ett förråd, precis som bävern och ekorren.

Och de (och vi) tar ju på oss varmare kläder, som vår motsvarighet till vinterpälsen. Numera tenderar vi ju också att flytta till varmare länder. Något som är ohållbart, iallafall om flytten sker med flyg. Samtidigt som livet i Ahlstorp var ohållbart ur andra perspektiv. Så utmaningen som vi måste förhålla oss till är att hitta ett sätt att leva som är hållbart, både ekologiskt, socialt och ekonomiskt. Och det måste ske snabbt. Det finns ingen planet B!

Häriifrån gick vi vidare till groddammarna, som vi anlade 2017. Berättade om syftet med dammarna och grodornas amfibiska liv. Och hur groddjuren övervintrar. De letar upp någon frostskyddad plats på land och sover. En sömn som är mer som en dvala, jämfört med grävling och björn som sover och vaknar till under vintervilan. En effekt av det varmare klimatet är att dessa djur vaknar tidigare på våren än förr.

På vägen stannade vi vid lite al-sly. En deltagare hade noterat att knopparna lyste så vackert violett så vi stannade upp och förundrades och kom in på hur man kan känna igen träden på dess knoppar. De violetta knopparna är karaktäristiska för just alen.

Nästa stopp var järnåldersgravfältet vid utegymmet, ett av Albys bygravfält. Visade också Uddbys motsvarande gravfält. Detta vittnar om att trakten varit bebodd åtminstone sedan järnåldern, vilket också efterledet –by är ett tecken på. Det som hände på järnåldern var att det blev kallare vilket gjorde att människorna i Mälardalen blev mer bofasta, började stalla djuren och därmed började slå ängsmarker för att ha vinterfoder till djuren. Dvs det förändrade klimatet tvingade fram en förändrad livsstil.

Vi gick vidare till Alby friluftsgård, där jag berättade lite om gårdens historia. Så gick vi in i Naturens rum och avslutade guidningen där. Det blev en mysig avrundning i lite värme. Sammanfattade de olika strategierna som djuren och växterna har för att övervintra och repeterade tillsammans med gruppen vad vi hade sett mer under guidningen. Pratade om att även om vintern innebär utmaningar för många så är det minst lika problematiskt när vintern uteblir. Växterna behöver frövila och många växter och djur behöver som sagt ett skyddande snötäcke. Vi är helt enkelt anpassade till ett klimat där vintern ingår som en av årstiderna. Så jag vädjade till deltagarna att ta klimatkrisen på allvar och agera utifrån det så att vi kan fortsätta njuta av härliga skidturer och livet på vår fantastiska planet!

Deltagarna var som vanligt jättenöjda och glada över guidningen. Några av höjdpunkterna var att få titta i lupp, att bli påmind om hur viktigt det är med fungerande ekosystem och klimat, att få lära sig så mycket nytt, att få gå i de fina hagmarkerna bland de grovstammiga ekarna, hela guidningen och guidandet och att få en förståelse för hur viktiga våtmarker är. För en av deltagarna blev det verkligen en aha-upplevelse, som hon återkom till flera gånger.