Rapport från lättvandrad naturguidning från Långsjön till Tyresö-Flaten den 6 november 2024

Martina Kiibus

Det här var delvis en ny guidning även om jag haft den här rutten förut. Men det som var nytt var att det var ännu mer fokus på vatten än tidigare och att vattenstrateg Hanna Portin var med och guidade.

Det var en mulen och råkall novemberdag. Det märks också att vi befinner oss i en virusperiod för det var många sena virusrelaterade avhopp. 19 personer deltog, varav fyra var nya och sju var nya för i år. Åldersspannet var från ca 30 år och uppåt. Information via vänner, Mitt i Tyresö, sociala medier, Servicecenter och hemsidan samt program från tidigare guidningar. En av de nya hade aktivt sökt efter natur och guidningar och hittat oss.

Vi utgick från Skälsätra, busshållplats Liljegränd och vandrade längs Långsjön, Gammelström, Lillsjön och Tyresö-Flaten, dvs längs delar av Tyresåns sjösystem.

Dagens första sjö var Långsjön, vid Täppudden. Två hägrar flög upp när vi kom till sjön och en styvmorsviol blommade på en slänt. Berättade om Långsjön och Tyresåns sjösystem och så tog Hanna vid och berättade om Tyresåns vattenvårdsförbund, förbundets syfte, vattendirektivet och om målet att nå god ekologisk status i sjösystemet till år 2033.

Jag pratade om fortet som finns på udden och som är en del av den gamla korvlinjen, som uppfördes i början av 1900-talet. Deltagarna fick gå in i fortet och utforska denna fantasieggande miljö. De fick gå in i omgångar medan de andra fick chans att prata lite mer med Hanna. Vi sade också att de skulle ta chansen att ställa frågor till henne under guidningen, vilket många gjorde så det blev ett bra tillfälle att möta våra medborgare.

Många hade aldrig varit inne i fortet förut och tyckte det var en speciell plats. Den yngre deltagaren vågade först inte gå in så jag erbjöd mig att gå in med henne när de andra hade gått ut eftersom jag såg att hon gärna ville och då kunde de övriga prata mer med Hanna under tiden.

Så gick vi vidare in i skogen och stannade vid en härlig grovstammig gran. Här välkomnade jag in till Barnsjöskogen och berättade om skogens höga naturvärden. Pratade också om att för att granen ska kunna bli så grovstammig så behöver den hjälp av svampar. Där skogens träd via sina rötter kopplar ihop sig med svamparnas mer fintrådiga rötter (hyfer) i ett underjordiskt samarbete som kallas mykorrhiza (=svamprot), där de byter mineraler och näringsämnen med varandra. Samt inte minst vatten! Växternas superkraft är ju att ta upp koldioxid ur luften och omvandla den till socker medan svamparna har mycket större förmåga att ta upp vatten och mineraler ur jorden. Det tar tid att utveckla mykorrhizan, så det kräver äldre skogar för att den överhuvudtaget ska finnas.

Vi fortsatte till några grovstammiga tallar och pratade vidare om mykorrhizan, som ”bevisades” först på 50-talet av några Uppsalaforskare som spårade några radioaktivt märkta molekyler och kunde se hur de transporterades mellan tall och sandsopp. Och sen var det först i slutet av 90-talet som en kanadensisk forskare visade att träden kan kommunicera med varandra och föra socker till grannträden via mykorrhizan. Tycker det är så fascinerande att tänka att det är som ett underjordiskt nätverk under våra fötter, ett skogens WWW = Wood Wide Web. Och – för att återknyta till vattnet så är det också fascinerande att tänka att när vi

går i skogen så går vi på vatten. Allt det som finns där nere under marken som vi inte ser men som är en förutsättning för det som vi ser!

Nästa stopp var ett par tallar. Närmast gångvägen växer en stor grovstammig tall som man kan tänka sig har några år på nacken. Längre ner mot vattnet stod en inte lika imponerande tall, men som jag ändå kunde säga var minst hundra år gammal eftersom det växte flera talltickor på den, en hotad svamp som lever på levande gamla tallar. När talltickornas fruktkroppar börjar synas är tallen minst hundra år gammal, oftast 150-200 år eller ännu äldre. Det är en så kallad signalart som signalerar höga naturvärden, i det här fallet gamla tallar och skyddsvärda tallbestånd.

Vid nästa stopp tittade vi på olika mossor som björn-, hus-, vägg- och kvastmossa. I mossan stack det upp sporkapslar som förde oss in på hur mossor förökar sig. Berättade också om hus- och väggmossans samarbete med kvävefixerande bakterier som fångar in kvävgas från luften och omvandlar det till kvävenäring. Det är så lätt att tänka sig att träden står där rakryggade och självständiga, men i själva verket är de helt beroende av såväl svamparna som mossor och andra organismer för att kunna ta upp det livsviktiga vattnet och för att kunna växa. Tycker det är en tilltalande tanke ändå, att vi alla är beroende av varandra.

I mossan växte det också bägarlavar och pigglavar. Förklarade skillnaden mellan lavar och mossor och att en lav är som en variant av mykorrhiza där algen och svampen blivit en organism.

Vi gick ner till stranden och spanade ut över bäverhyddan på andra sidan vattnet. Pratade om bävern, att den fäller mest aspar nu inför vintern för att kunna bygga upp ett vinterförråd och att hyddan som ser ut som en rishög är en fin bostad med olika rum. Samt att när den bygger dammar så skapar den våtmarker som är värdefullt ur så många aspekter. Och därmed kom vi in på Tyresö kommuns återställande av våtmarker som Hanna berättade vidare om. Hon berättade både om varför markerna har dikats ur historiskt och alla värden som återskapande av våtmarker ger, som att gynna biologisk mångfald, flödesutjämning, avlasta dagvattennätet, rening av våra vatten och upptag av växthusgaser - om det finns torv i markerna.

Vi betonade också att än viktigare än att återskapa våtmarker är att behålla vattnet i skogen från början. Det blev som ett mantra för dagen. Behåll vattnet i skogen. Och att skog och vatten hänger ihop.

Här tog vi en skön paus. Efter fikapausen pratade jag om sprickdalslandskapet och läste en strof ur Selma Lagerlöfs Nils Holgersson där hon så målande beskriver det ständiga ombytet och hur sjöar smalnar av till åar och åar vidgas till sjöar.

Gick tillbaka till gångvägen fram till en bävergnagd björkstubbe och låga. Pratade om hur värdefullt det är med döda träd för att skogen ska leva, hur många insekter, mossor, lavar och svampar och andra arter som är helt beroende av döda träd. Att de är grunden för livet i skogen!

På och vid stubben var det var fullt av plattickor. En ticka som är platt och brunaktig på ovansidan och vit på undersidan, men svartnar om man drar med en nagel i det vita. Jättefin! Pratade om att många svampar ju lever i symbios med träden genom mykorrhiza, medan de flesta tickorna är saprofyter, dvs lever av döda eller gamla träd. Så att se en mångfald av tickor vittnar om att skogen är gammal och är ett tecken på skogens höga naturvärden.

Stubben kläddes också av cypressfläta och i mossan växte filtlavar; svarta platta lavar som är håriga på undersidan, som en filt. Framför stubben såg vi fina lilafärgade blåsippeblad.

Sen fortsatte vi längs gångvägen till Gammelström, där sjön smalnade av till en å, som kantas så fint av alrötterna, som stabiliserar stränderna och motverkar erosion. Som ett mangroveträsk, vi behöver inte flyga till Thailand för att uppleva mangrove, det räcker med att gå till Gammelström! Hanna berättade om Fritt fram Tyresån och för att förstå nuvarande tillstånd i sjöarna behöver vi också förstå historien, vad vattnet har betytt och hur den betydelsen har ändrats från energikälla till något som man ville bli av med för att få mer odlingsbar mark. Därav att man kring 1870 sänkte flera sjöar i sjösystemet, vilket bland annat medförde att Tyresö-Flaten blev grundare och att fallhöjden i Nyfors minskade från 7 till 5 meter. Det blev många intressanta funderingar och resonerande kring vad det är vi vill återskapa när man nu försöker få tillbaka mer naturliga flöden i systemet och vilka konsekvenser det kan få.

Även om också Gammelström är utgrävd så slingrar den fortfarande fram så fint i landskapet så jag avslutade det stoppet med att citera Nalle Puh: ”Åar vet att det inte är någon brådska. Tids nog kommer de fram.”

Vi tog en liten lov in i Tyresta, gick fram till en härligt mossklädd slänt. ”Vilken vy!” sade flera av deltagarna. Bad deltagarna titta sig omkring, se all mossa som bidrar till att vattnet blir kvar i skogen, alla döda träd och träd i olika storlekar. Alla härliga naturvärden i denna fantastiska gammelskog i storstadens närhet. Sade att det finns lika höga naturvärden i Barnsjöskogen vilket innebär att vi har ett sammanhängande stråk av härlig gammelskog rån Farmarstigen och in i Tyresta. Till glädje för både människor och natur!

Vi gick till ett stort bestånd sårläka, en raritet som är en signalart för lundar och skogar med mullrik jord. Och framför allt för en lång kontinuitet av beskuggning och skog, alltså att det funnits skog där länge utan att den huggits ner. Sårläka har använts som sårmedel då man gjorde en dekokt på bladen.

På en grovstammig gran var det fullt av små runda millimeterstora hål av den lilla granbarkgnagaren, en skalbagge som gnager i barken men inte in i veden på gamla grova granar. Det var ännu en signalart – för gamla granar och granskogar. De dödar inte träden eftersom de bara gnager i barken men är ett tecken på höga naturvärden eftersom de bara går på gamla grova granar. Granbarkborren, däremot, borrar sig in i veden och kan som bekant döda granar. Pratade om att i gammelskogen så är den sällan ett problem eftersom den inte gillar doften av lövträd, den framför allt angriper torkstressade träd och i en riktig skog är det mycket bättre fuktbalans än i en produktionsskog, att i de döda lågorna lever rovsteklar som äter granbarkborrar och att i äldre skog så har träden utvecklat mykorrhiza och kan på så sätt varna varandra via rötterna när granbarkborren börjar angripa. Alltså, problemet är inte granbarkborren, problemet är vårt skogsbruk!

Vid Gammelström såg vi också en strömstare till allas förtjusning! Såg den igen när vi gick tillbaka längs Lillsjöns norra strand. Den är verkligen fin med sin vita hakklapp där den dyker upp och ner i vattnet på jakt efter nattsländelarver. Det är en flyttfågel som precis kommit hit norrifrån, för mig kommer den med hopp om vintern!

Pekade också ut värnet ovanför Gammelström och berättade att där uppe i slänten växer det lunglav. En fantastisk signalart! Jag hade med en bild så att alla fick se hur den ser ut och

förklarade att det är en synnerligen exklusiv lav som kräver bra luft och gamla lövträd. Ofta där man hittar lunglav finns det många andra ovanliga arter och här har vi hittat flera rariteter.

Pratade mer om mykorrhizan som också gör så att skogen kan binda kol och att det är mycket tack vare mykorrhizan som gammelskogen är en så viktig kolsänka. En gammelskog lagrar mer än dubbelt så mycket kol som en ungskog. Häromveckan kom det en ny studie som visade att år 2023 var det samlade nettoupptaget av världens skogar och marker bara en fjärdedel av vad det brukar vara. Vilket man tror beror på bland annat den kraftiga torkan i Amazonas och de stora skogsbränderna i Kanada, som gör att skogen inte kan ta upp lika mycket koldioxid som annars. Alltså, klimatförändringarna gör att vi får mer och mer extremväder som i sin tur gör att skogens förmåga att agera kolsänka minskar. Det är så viktigt att vi värnar våra naturliga levande ekosystem, både för den biologiska mångfalden och människors rekreation och välmående men också för att vi måste bevara våra naturliga kolsänkor. Och – behålla vattnet i skogen!

Vi fortsatte längs Lillsjöns norra strand. Nu hade alltså ån vidgats till en sjö igen. Här växte det pors i strandkanten som deltagarna fick dofta på. Som förde oss in på växtligheten i vattnet. Hanna berättade om hur viktig denna vegetation är som skydd och hem för fiskar och andra vattenlevande organismer.

En torraka låg utsträckt i vattnet så jag pratade mer om vikten av död ved, inte bara i skogen utan även i vattnet. Eftersom de utgör naturliga hinder i bäckar och vattendrag och samlar på sig gräs och löv som blir till mat för smådjur samt precis som vattenväxterna skapar gömställen för fiskar.

Fortsatte till en knäckt gran som var översållad av klibbticka, en ticka som är lite orangebrun och har ljusare tillväxtzoner. Den pressar ut vatten från granarna och stressar på så sätt träden så att de till slut bryts av en bit ner och skapar fina högstubbar. Klibbtickan är en nyckelart som gynnar många andra svampar och insekter. Det finns många insekter och svampar, ofta ovanliga arter, som är beroende av att det finns klibbticka i veden. Att få se träd som inte dött av motorsågen utan som knäckts, dött av svampangrepp eller av ålder är en så härlig syn. Det tar tid att bygga upp den fauna och flora som är knuten till de döda träden. Man måste komma ihåg att biologisk mångfald tar tid.

Nu var vi framme vid nästa sjö, Tyresö-Flaten, den djupaste sjön i Tyresåns sjösystem. Hanna berättade om sjön och vikten av att minska mängden näringsämnen som tillförs hela sjösystemet, alltså minska övergödningen. Det handlar t ex om att rena dagvattnet från bebyggd miljö, som t ex Prästängsdammen. Ibland kan det också vara lämpligt att behandla sedimenten med aluminiumsulfat för att binda fosforn som är det näringsämne som bidrar mest till sjöars övergödning. Det har man gjort i flera av systemets sjöar, nu senast i Drevviken i juni i år. Hanna förklarade att det är en poäng att börja uppströms och sedan arbeta sig ner i systemet när man gör en sådan åtgärd och att det tar några år innan sjön kommer i ny balans.

Här sammanfattade och avslutade vi guidningen. Avslutade med att citera Bo Landin: ”Av vatten är du kommen, av vatten skall du åter varda”. Deltagarna var som vanligt jättenöjda med dagen och guidningen och tyckte det var så fint, inte minst att vi hela tiden hade kontakt med vattnet. Några av höjdpunkterna var strömstaren, Nils Holgerssons flykt över landskapet, den fascinerande mykorrhizan och hela guidningen. En deltagare sade till mig efteråt att det varit så roligt och att det var en välbehövlig terapi med tanke på presidentvalet i USA, att det

gav henne kraft att orka vidare. En av de nya deltagarna blev så förundrad över mykorrhizan, hon tyckte det kändes lite socialistiskt, som att det var ett stort kollektiv under marken. Efteråt skrev en ny deltagare i utvärderingen: Trevliga deltagare med kunnig guide. Toppen att ta med Tyresöborna ut i den fina och vackra naturen".

Hanna och jag var också nöjda med dagen. Det var uppenbart att det fanns ett intresse att få prata med Hanna om olika vattenrelaterade frågor. Jag tycker det är roligt när vi kan hitta nya vinklingar på guidningarna och framför allt tänker jag att det här är ett sätt att möta kommuninvånarna, att jag som naturguide kan bli som en länk mellan invånarna och strategerna. Så, vi hoppas kunna ha flera liknande guidningar ihop med vattentema nästa år.