



# Nektar- och pollenrika blommor

## Hur gör jag?

- Placera rabatten varmt och skyddad från vind. Gärna soligt hela dagen.
- Välj blommor som blommar från vår till höst så att det finns pollen och nektar hela säsongen.
- Om du kan hitta arter som inte är förädlade och som finns i landskapet runt omkring är de extra värdefulla.
- Plantera helst inhemska växter. Invasiva främmande arter räknas som ett av de största hoten mot vår biologiska mångfald. På Naturvårdsverkets webbplats finns information om vilka växter som är främmande och vilka som bedöms vara invasiva.
- Här kommer förslag på växter som är rika på nektar och pollen, det finns naturligtvis ännu fler. Tänk på att de olika växterna har olika krav på växtplats.

### Vårblommande växter

- aubrieta
- gullviva
- lungört
- luktviol
- mossflox
- pingstljor
- revsuga
- våriris

### Sommarblommande växter

- allium
- akleja
- anisört
- backlök
- backtimjan

- blågull
- blåklockor
- bolltistel
- fackelblomster
- fibblor av alla arter
- gräslök
- gurkört
- heliotrop
- honungslök
- isop

- jätteverbena
- kantnepeta
- koriander
- kungslilja
- lavendel
- martorn

- praktbrunört
- prästkrage
- ringblomma
- rödklint
- röllikor
- salvia
- stjärnflocka
- vadd av alla arter
- vaddklint

### Höstblommande växter

- astrar
- höstanemon
- höstflox
- höstsilverax
- krokadblomster

- kärleksört
- ljung
- rosenstav
- röd solhatt
- stjärnklocka
- tidlösa

### Kvällsdoftande växter

- blomstertobak
- lövkoja
- smällglim
- trädgårdsnattviol
- vänderot

## Vilka arter hittar jag här?

Insekter kan flyga långt för att komma åt sin nektar, men ju kortare de behöver flyga desto bättre är det. Genom att skapa en rabatt med blommor som är rika på pollen och nektar hjälper du en mångfald av färgglada och surrande insekter. Flera av dem gör dessutom ett oerhört viktigt jobb när de pollinerar våra andra växter. Så på köpet kan du njuta av rikligt med frukt, bär och tomater. Rabatten i sig är också färgglad och dekorativ.

Olika arter av insekter flyger olika tider på året. Plantera därför växter som blommor under hela säsongen, från april till oktober. Vissa blommor pollineras av nattaktiva fjärilar. De har mindre doft dagtid, men så snart kvällningen närmar sig släpps de ljuvliga dofterna och de nattliga besökarna kommer flygande.

Växter som inte är förädlade och som finns naturligt i landskapet runt omkring är extra värdefulla att plantera in. Då kan de gynna insekter som är specialiserade på en eller ett par växter. Det kan betyda mycket för de arter som annars får svårt att hitta föda när landskapet rationaliseras. Fyllda blommor med extra många kronblad gör det svårt för insekter att komma åt nektar och pollen. Satsa därför på mer ursprungliga varianter där du ser pistillerna.



Mörk jordhumla på blåklint. Det pollen humlan har samlat på bakbenen har en svag ton av rosa och blått. Färgen kommer från de blommor humlan har besökt.



En citronfjäril med hopslagna vingar suger nektar från en rosa klätt.



Stormhattshumlans tunga är lång och anpassad efter de djupa stormhattsblopparna där den hittar sin föda.

Länsstyrelsen Västmanland, november 2022 Foto: Karin Sandberg, David Andersson och Ulrika Mogren