

Utflyktsguide till 33 skyddade naturområden i Stockholms län



LÄNSSTYRELSEN
I STOCKHOLMS LÄN



Utflyktsguide till 33 skyddade naturområden i Stockholms län

Redaktion: Eva Sandberg, Björn Carlberg och Marie Månsson.

Text: Eva Sandberg, Björn Carlberg och Magnus Bergström

Grafisk form: Christina Fagergren (omslag)
& Maria Lewander/ Grön idé AB (inläga).

Kartor: Jesper Sannel. Underlagskartor Lantmäteriet. © Länsstyrelsen i Stockholms län och Lantmäteriet, 2005. Ur geografiska Sverigedata 106-2004/188-AB.

Omslagsfoto: Christina Fagergren (prästkrag) och Webshots (nyckelpiga).

Foto: Per Bengtson/Grön idé s 4, 5, 7, 11, 53, 72, 73, 76 m, Per Collinder/Ekologibild s 6, Kenneth Bengtsson/Naturbild s 8, 30, 32, 60, 64, 72, Jan Johannesson s 9, Kristoffer Stighäll s 10, Magnus Sannebro s 12, 44, 73, Folke Härrskog/N s 13, Björn Carlberg, s 14, 18, Jan Töve/N s 15, 19, 65, Mattias Jansson s 16, 49, 56, 66, Anna Ulfstrand/Stockholms läns museum s 17, Bergslagsbild s 22, 58, Mats Wilhelm/N s 22 ntv, 33, Rikard Dahlgren s 23, Eva Sandberg s 26, Elisabeth Boogh/ Stockholms läns museum s 27, Magdalena von Rosen/Skärgårdstugur s 28, Lennart Mathiasson/N s 31, Göran Sehlstedt s 34, 46, 50, 57, Hans Ring/N s 35, Leif Westrin s 36, Bengt Hedberg s 38, 45, Lars Nyberg s 39, Can Burcin Sahin s 42, Pekka Vourio s 48, Eva Simonson/ Haninge kommun s 52, Peter Lilja/N s 54, Henrik Ekman/N s 62, Ola Jennesten/N s 42n, Britt Forsén s 55, 68, Anders Haglund s 70, Jan-Michael Breider/N s 76 tv, Maria Lewander/Grön idé s 76 th.

Flygfotografier är godkända av Försvarsmakten för publicering.

Tryck: Elanders Gummessons 2007

Papper: Arctic Volume, 115 g inläga, 170 g omslag

Första upplagan: 100 000 ex

ISBN 91-7281-245-1

Detta är en FSC- och Svanenmärkt trycksak.

Förord



STOCKHOLM ÄR EN PULSERANDE STORSTAD. Men inte bara det. Naturen finns bokstavligen runt knuten. Rikedomerna på natur och grönområden är en av Stockholmsområdets verkliga tillgångar. I Stockholm finns Nationalstadsparken med en fantastisk kultur- och naturmiljö mitt i stan. Bara ett par mil från city ligger Tyresta nationalpark med milsvida skogar. Stockholms skärgård börjar i stadens centrum och sträcker sig långt ut i Östersjön. De gröna kilarna går långt in mot centrum. All denna rikedom är tillgänglig för alla som bor i regionen men också för den tillfällige besökaren. Den goda möjligheten till naturupplevelser, aktiviteter och rekreation i naturen är också betydelsefull för Stockholmsregionens konkurrenskraft och attraktivitet.

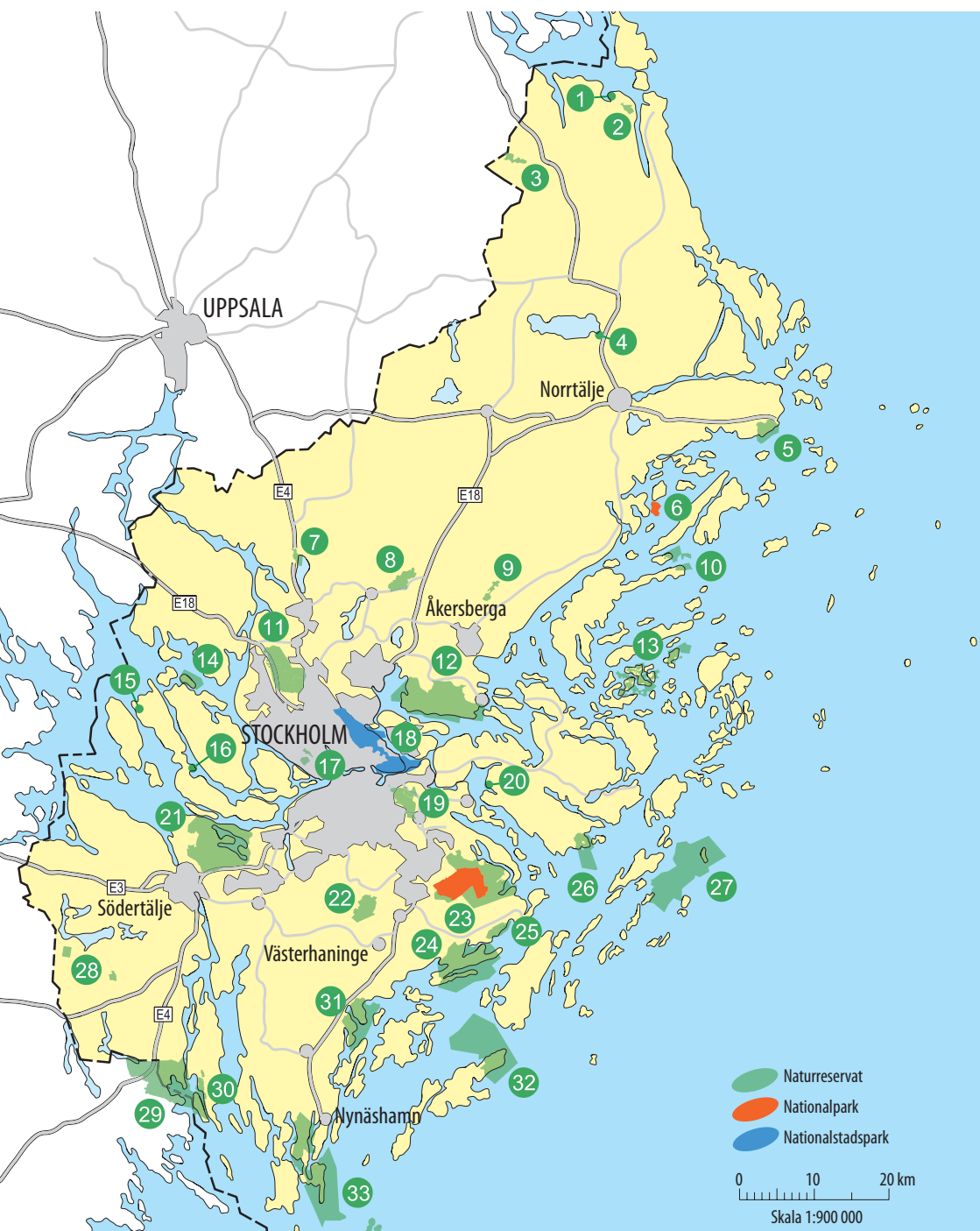
MÅNGA NATUROMRÅDEN ÄR SKYDDADE som naturreservat eller nationalparker och är en del av vårt gemensamma arv som alla kan besöka och uppleva. Utflyktsguiden – här i en ny och utökad utgåva – beskriver några av de finaste av dessa områden. Vare sig du är länsinvånare eller besökare hos oss har du med denna skrift i handen en bra vägledning till vår fantastiska natur!

VÄLKOMMEN UT!

Per Unckel
Landshövding

Välkommen ut i naturen!

1. **Häverö prästäng** – blomsterängar vid Roslagskusten..... 4
2. **Häverö-Bergby** – skog med orkidén guckusko..... 6
3. **Grundsjömassarna** – vildmarksområde med hjortronmyrar i norr 8
4. **Norra Malma** – mäktiga ekar vid Erkens strand 10
5. **Riddersholm** – stränder, lundar och hagar vid Ålands hav 12
6. **Ängsö** – nationalpark med blommande slåtterängar 14
7. **Fysingen** – lättillgänglig fågelsjö 16
8. **Angarnssjöängen** – fågelsjö i vacker kulturbgd 18
9. **Trehörningsskogen** – mäktig gammelskog i sjörikt landskap 20
10. **Östra Lagnö** – slipade badklippor med utsikt mot ytterskärgård 22
11. **Norra Järvafältet** – stadsnära kulturlandskap, slingrande grusvägar 24
12. **Bogesundlandet** – vidsträckt, omväxlande och vandringsvänlig natur 26
13. **Hjälmo–Lådna** – mellanskärgårdsöar med gammalt kulturlandskap 28
14. **Eldgarnsö** – Mälare med lumrig ädellövskog och mistel 30
15. **Väsby hage** – blomrika hagmarker vid Mälärstranden 32
16. **Huvududden** – udde med rullstensås, forngravar och Mälärsikt 34
17. **Judarskogen och Kyrksjölöten** – sjöar, lövskogar och istidshistoria i Bromma .. 36
18. **Nationalstadsparken** – kultur och natur i världens första nationalstadspark 38
19. **Nackareservatet** – grönområde för allt från vandring till långsfärdsskridsko 42
20. **Storängsudd** – lundar med ek och hassel, betesmarker och badklippor 44
21. **Bornsjön** – omgiven av skogar, bronsåldersgravar, slott och gårdar 46
22. **Paradiset** – stort skogsområde med länets äldsta sjöar 48
23. **Tyresta** – vildmark bara två mil från Stockholms centrum 50
24. **Gålö** – vandringsleder, badstränder och skärgårdssjordbruk 52
25. **Sandemar** – kustnära herrgårdslandskap med rikt fågelliv 54
26. **Björnö** – riktig skärgårdsnatur även för dig utan båt 56
27. **Bullerö** – Stockholms ytterskärgård när den är som bäst 58
28. **Vattgruvsmossen och Envättern** – skogar, myrar och sjöar 60
29. **Tullgarn** – omväxlande naturområde med kungligt slott 62
30. **Södra Mörkö** – lundar, beteshagar, skogar och stränder 64
31. **Häringe-Hammersta** – kustlandskap med slott, ekjättar, bad och fiske 66
32. **Utö** – skärgårdsklassiker med gruvhistoria och särpräglad kustnatur 68
33. **Käringboda och Järflotta** – naturskön halvö och ö med fina sandstränder 70



1. Häverö prästäng

Naturreseptatet Häverö prästäng ligger nordost om Hallstavik i Norrtälje kommun. Prästängen är en av de få större ängarna i Roslagen som sköts på traditionellt sätt. Området är känt för den artrika ängsfloran och sitt vackra läge vid Roslagskusten. Förutom slåtterängarna finns lövskog, blandskog och strandängar i reservatet.

Den regelbundna slåttern i kombination med kalkrik mark har resulterat i en stor artrikedom. På våren breder blåsippor och vitsippor ut sig i lundarna. I de torrare ängspartierna växer gullviva, kattfot och Adam och Eva. På strandängarna som omges av havtornsnår finns ängsnycklar, slåtterblomma och höskallra. I lövskogen är fågellivet rikt med till exempel härmsångare, göktyta och mindre hackspett. Ibland hörs grönsångaren, vars sång brukar beskrivas som metalliskt svirrande – likt ett mynt som snurrar på en marmorskiva.

Genom reservatet löper stigar som inbjuder till promenader genom lundar och hagar.

Slåtter och fagning

Ängen är en naturtyp som förr var vanlig men nu endast finns kvar som fragment i det moderna jordbrukslandskapet. Som många andra slåtterängar hade Häverö prästäng nästan helt vuxit igen i mitten av 1960-talet.

När planer dök upp på att bebygga området beslöt man istället att röja sly och restaurera lövängarna. Sedan dess har ungefär fem hektar årligen hävdats genom slåtter. Reservatets övriga delar betas under hela säsongen.

På våren, när vårens växter ”lyfter” vinterns lövtäckte från marken, fagas ängarna. Det inne-

bär att man räfsar ihop och bränner löv och kvistar som fallit ner sedan hösten. I månads-skiftet juli–augusti när de flesta av ängens växter blommat och fröat av sig är det dags att slå ängen, vilket förr skedde med lie men idag görs främst maskinellt, med slåtterbalk. Dessutom hamlar man träden, ett vanligt bruk förr för att ta tillvara grenar med löv från ängarna till gårdens djur.

Artrika ängsmarker

Förr var de naturliga ängsmarkerna nödvändiga för att få hö och löv till djurens vinterfoder. Ju större ängsmarker desto fler djur kunde man ha och desto större åkerareal kunde förses med gödsel som togs tillvara efter vintern i stallen. Därav kommer det gamla uttrycket ”äng är åkers moder”. Den naturliga slåtterängen är mycket artrik tack vare slåttern, som gör att konkurrensstarka växtarter inte tillåts dominera. En kvadratmeter i en äng kan hysa 40–50 olika växtarter. Landskapet i jordbruksbygder var förr fullt av blommande ängsmarker. När jordbruket effektiviserades under 1800-talet plöjdes merparten av de naturliga ängarna upp. Vissa gamla ängar är idag betesmarker. Idag finns bara en spillra av landets ängsmarker kvar i traditionell skötsel. Dagens 4 800 hektar i Sverige kan jämföras med närmare 1,2 miljoner hektar i slutet av 1800-talet. De ängar som finns kvar är oftast resultat av aktiva naturvårdsåtgärder för att bevara platser med en rik ängsflora som i Häverö prästäng.

Gullviva



Adam och Eva, en av de arter som blommar på ängsmarkerna i Häverö Prästäng.

FAKTA

Häverö prästäng ligger på en udde i Singöfjärden vid Rotholmaviken 10 km nordost om Hallstavik i Norrtälje kommun. Reservatet är 44 hektar stort och det bildades 1973. En välbesökt badklippa finns i reservatets norra del. Länsstyrelsen förvaltar reservatet. Markägare: Häverö-Singö pastorat.

VÄGBESKRIVNING

Häverö prästäng ligger långt från allmänna kommunikationer. Närmast är buss 642 från Hallstavik till hållplats Ängsgården (Herräng), sedan cirka 5 km promenad.

Med bil åker du mot Hallstavik och därefter mot Herräng, vid infarten till Herräng tar du av mot Mörtö. Efter cirka 600 meter svänger du vänster och följer sedan skyltning till Prästängen.



2. Häverö-Bergby



I Häverö-Bergbys skogar blommar den praktfulla orkidén guckusko i juni.

Häverö-Bergby naturreservat ligger väster om Grisslehamn i Norrtälje kommun. Området består omväxlande av lövlundar, granskogar, betesmarker, igenväxande hagmarker, kärrmarker och vassområden. Reservatet är främst känt för länets största förekomst av orkidén guckusko.

Häverö-Bergby är besöksvärt för den som är intresserad av orkidéer. Särskilt kan den praktfulla orkidén guckusko locka. Den är spridd i stora delar av reservatet och blommar med tusentals exemplar i juni. De ljusa och glesa skogarna i kombination med kalkrik mark gör att guckuskon trivs särskilt bra i området. Men man kan även träffa på en lång rad andra orkidéer som flugblomster, grönyxne, Jungfru Marie nycklar, korallrot, myggblomster, nästrot, skogsknipprot, tvåblad och ängsnycklar.

Kejsarskivling och violgubbe

Mitt i reservatet ligger den lilla igenväxande sjön Lövfjärden. Från omgivningarna går det knappt att urskilja den återstående vattenspegeln i vassen. Norr om Lövfjärden är skogarna täta och svåra att ta sig fram i. Söder om sjön är de mer strövvänliga och här finns flera av guckuskobestånden. Trots att skogarna inte är särskilt gamla så lever här en rad trädväxande mossor och lavar som annars mest förekommer i gammelskog. Öster om Lövfjärden finns tre små kärr som håller på att växa igen.

I dessa kalkrika så kallade rikkärr växer den rosa majvivan. Reservatet har också en artrik svampflora med cirka 200 påträffade arter. Flera är ovanliga, som till exempel kejsarskivling och violgubbe.

Landets sydligaste fåbodmarker

Området har en intressant historia. Markerna började förmodligen användas som slåtterängar någon gång på 1200- eller 1300-talet av byarna Bergby och Norrby. Med början troligen på 1400-talet inleddes fåbodd drift i området. Bodar för mjölkning och hölador fanns både öster och väster om Lövfjärden. Fåboddriften bedrevs som helfåboddrift vilket innebar att man gjorde smör och ost av mjölken på platsen. Detta är en nordsvensk typ av fåbod som hade sin sydligaste utpost just här vid Häverö-Bergby. Under slutet av 1800-talet upphörde fåboddriften och slåttern, men markerna fortsatte att användas som betesmark. Några av ängarna plöjdes upp till små åkrar. Området har varit hårt nyttjat av människan, inte bara genom slåtter och bete



Flugblomster

utan även genom huggningarna av gärdsgårdsvirke och ved till kolning. Det beräknas ha gått åt 25 000 störar och slänor för att bygga de sex kilometer trägårdsgårdar som i slutet av 1700-talet fanns i området. Idag har skogen återtagit mycket av markerna, förutom några hagar och åkrar som nu sköts med bete och slåtter. På vissa platser hittar man spår av den forna ängsfloran i form av natt och dag, solvända och krissla.

FAKTA

Häverö-Bergby naturreservat ligger i Norrtälje kommun, 4 km väster om Grisslehamn. Reservatets landyta är 124 hektar och det bildades 1983. Länsstyrelsen förvaltar reservatet, som ägs av staten.

VÄGBESKRIVNING

Häverö-Bergby ligger långt från allmänna kommunikationer. Närmast är buss 643 från Hallstavik eller Älmsta till hållplats Bergby handel., sedan cirka 5 km promenad.

Med bil från Älmsta norrut till Bergby; därifrån är det skyltat till reservatet.



3. Grundsjömossarna

Grundsjömossarnas naturreservat är ett skogs- och myrområde med vildmarkskaraktär i norra delarna av Norrtälje kommun. Här finns olika slags våtmarker; allt från fattiga mossar till rikare kärr med kalkpåverkad flora. Myrarna är omgivna av gamla skogar.



På myrarna är
hjortron en
karaktärsväxt.

Namnet på reservatet kommer från den lilla myrsjön Grundsjön. Sjön omges av öppna gungflyn – flytande torv – där man kan hitta växter som tranbär, rosling och vitag. Sydost om sjön finns en tallmosse med doftande skvattram och hjortron. Stora myrstråk fortsätter med olika slags kärr, sumpskogar och mossar både öster- och västerut. Myrarna, som aldrig dikats, är blöta att vandra i men på en spångad vandringsled tar du dig lätt runt i hela reservatet. Glesa bestånd av tall, björk och al växer på myrarna och på marken dominerar oftast trådstarr och olika vitmossarter. På några

platser är myrarna påverkade av kalk vilket ger en artrikare flora med orkidéerna ängs- och sumpnycklar samt gräsull, tagel- och näbbstarr. Även mossfloran blir då artrikare med guldspärrmossa och korvskorpionmossa.

Naturskogar med sällsynta lavar och svampar

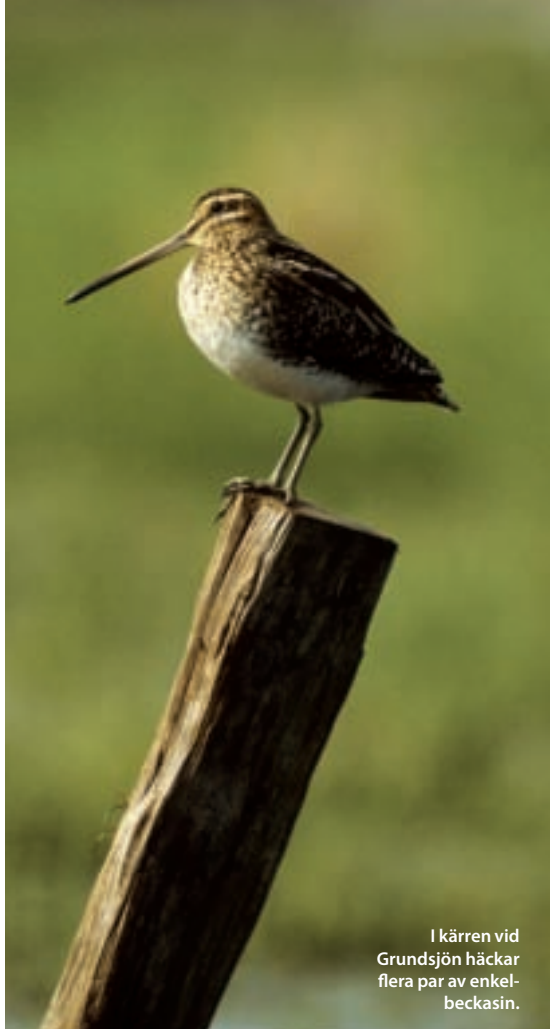
Skogarna i reservatet består dels av sumpskogar i övergången mellan myrmark och fastare mark och dels av äldre barrskogar. I västra delen finns en gammal granskog på blockrik mark med inslag av gamla aspar, lindar och

lönnar. Där kan du hitta sällsyntheter som ringlav och lunglav. Norr och söder om Grundsjön är granskogarna trolska. Här finns mycket döda träd i olika former och förmultningsstadier vilket gynnar vedlevande svampar och insektsarter. På den döda granveden växer svamparna blackticka, gränsticka och ullticka. På de gamla asparna finns stor aspticka och aspgelélav.

Ugglor och hackspettar

Den som vill uppleva storskogens fågelliv har mycket att upptäcka i reservatet. Vid Grundsjön häckar trana och i kärren flera par av enkelbeckasin. Har man tur kan man få höra den ovanliga slagugglan. På våren kan man höra pärluggla och spurvuggla. I skogarna runt kärren finns både tjäder, orre och järpe. De vanliga hackspettarna trivs i reservatet och här kan du även få se de ovanligare arterna tretåig och mindre hackspett.

Idag är det få människor som besöker det avsidet belägna reservatet, men myrarna användes förr som transportvägar för träkol och andra varor. Den gamla vintervägen syns fortfarande i terrängen öster om Grundsjön. Vill man göra ett längre besök i området kan man övernatta i tält på någon av de torrare skogsholmarna som finns runt kärren.



I kärren vid Grundsjön häckar flera par av enkelbeckasin.

FAKTA

Grundsjomossarna ligger 7 km väster om Hallstavik i norra delen av Norrtälje kommun. Reservatets landyta är 205 hektar och det bildades 2001. Länsstyrelsen förvaltar reservatet, som ägs av staten. En vandringsled, delvis spångad, går runt hela reservatet.

VÄGBESKRIVNING

Buss 639 från Tekniska högskolan till Hallstavik. Därifrån buss 805, avstigning vid Västerbacken.

Med bil från Hallstavik mot Uppsala parkerar du vid Västerbacken, där det finns en liten parkeringsplats.



4. Norra Malma



Norra Malmas magnifika ekar är livsplats för många andra växter och djur.

Norra Malma naturreservat ligger vid sjön Erken, nära Svanberga norr om Norrtälje. Reservatet består av en ekhage som rymmer ett av länets största bestånd av grovstammiga ekar. Här finns också ett stort gravfält från järnåldern med synliga stensättningar, högar och andra fornlämningar.

Erken är något så ovanligt som en närings-Erik sjö med klart vatten. På 1580-talet kallades sjön Jerkan och namnet förknippas med Eddans ”jarknasteinar”, ett ord för stenar i smycken. Namnet anses därför betyda ”den klara, glittrande, glänsande”. Sjön, som har höga naturvärden, är länets största efter Mälaren. Här finns ett ovanligt stort bestånd av stork som man kan höra ropa stilla försommarkvällar.

Slåtteräng under århundraden

Den kanske vackraste tiden att besöka Norra Malma är före lövsprickningen då blåsippor, vitsippor, vårlök och gullvivor breder ut sig mellan ekarna. De grova ekarna skvallrar om att marken under historisk tid tillhört kronan. Den som kommer hit en marskväll har stor chans att höra kattugglan som häckar i någon av ekarnas många håligheter. Kaja, skogsduva och storskrake hittar också skyddade häck-

ningsplatser i ekarna senare under året. Fem olika fladdermusarter, bland annat den ovanliga arten stor fladdermus, använder de ihåliga ekarna som sovplatser.

Målsättningen för skötseln av området är att säkra en successiv förnyring av ekbeståndet. När en gammal ek faller skyddas de nya som kommer upp med nät eller så planterar man nya. Området har under århundraden brukats som en ek- och hasselbevuxen slåtteräng där man årligen skördade hö och löv innan gårdens betesdjur släpptes in för efterbete. Hasselbeståndet skördades regelbundet och de smidiga och lättböjliga stammarna användes bland annat till tunnband. Nu hålls området öppet med hjälp av bete.

Eken – hem för många arter

Varje grovstammig ek är växtplats, boplats eller matförråd för många växter och djur. Förutom de hålhäckande fåglarna och fladdermössen lever insekter och andra småkryp i ekarna, vedsvampar bryter långsamt ned eken inifrån och lavar använder bark och grenar som växtplats. En enda ek kan leva i hundratals år och vara hemvist för 1 500 olika arter varav 500 är beroende av just eken för sin levnad.



Innan lövsprickningen breder vårlök (bilden), blåsippor och vitsippor ut sig mellan ekarna.

FAKTA

Norra Malma naturreservat ligger vid stranden av sjön Erken i Norrtälje kommun. Reservatet omfattar 9 hektar och bildades 1955. Norr om reservatet finns en badplats. Reservatet förvaltas av Länsstyrelsen. Markägare: Uppsala universitet.

VÄGBESKRIVNING

Buss 637 mot Singö eller buss 641 mot Hallstavik från Norrtälje till hållplats Norrmalma.

Med bil från Norrtälje mot Svanberga. Tag av vid skylt naturreservat.



5. Riddersholm



Vid Kvarnbacken
blommar rikligt
med gullvivor i maj.

Riddersholm är ett stort, kustnära naturreservat som ligger vid Kapellskär i Norrtälje kommun. Landskapet är mycket varierande med skogar, åkrar och betesmarker, goda badmöjligheter och vackra utblickar mot Ålands hav. Här finns ett av Roslagens största lundområden och ett mycket artrikt kärr.

Alldeles innanför parkeringen vid områdets entré ligger Kvarnbacken, en björkhage som översållas av gullvivor i mitten av maj. Under flera århundraden brukades Kvarnbacken som äng, man slog hö och hamlade löv till vinterfoder åt boskapen. Söderut övergår björkhagen i öppen betesmark där blodnäva, mandelblom och det kalkgynnade gräset älvväxing växer.

Strax intill Kvarnbacken ligger Kapellskärs vandrarhem och Riddersholms herrgård. Området har varit bebott och brukat åtmins-

tone sedan medeltid, då byarna Västersidö och Östersidö låg här. Vid 1700-talets början bestod byarna av sammanlagt elva gårdar som 1719 brändes av ryssarna. Året därpå började herrgårdsbyggnaden uppföras på Östersidös bytomt, med en lång allé ner mot Norrsundet. Herrgården är privat.

Kvarnudden

Ett av områdets finaste utflyktsmål är Kvarnudden, mellan Norr- och Södersundet. På udden finns husgrunder och terrasser. Udden har



fått sitt namn av den väderkvarn som flyttats till Kvarnbacken. På våren innan lövsprickningen tagit fart och solljuset ännu flödar ned till marken är udden täckt av vitsippor. Längs stigen vid stranden mot Södersundet finns rikligt med skogsbingel (har du ingen flora så titta på en hundralapp, där finns den avbildad). Här växer också Sankt Pers nycklar, en av våra ståtligaste orkidéer. Fågellivet är rikt. I Södersundet häckar en stor koloni med skäggdoppingar. Tar man till vänster på spången där stigen delar sig kommer man ut till ett stort område med betade strandängar. Här växer bland annat kustarun, majviva och tätört.

Rikkärr med många växtarter

Det kalkrika kärret Gunnarsmaren i skogen i sydväst är fullt av ovanliga arter och värt ett besök för den som är intresserad av växter. Här finns ett sjuttioal örter och gräs. Rosettjungfrulin, tätört, ängsnycklar, sumpnycklar, kärrknipprot och myggblomster är några av de arter man kan hitta i kärr.

FAKTA

Riddersholm ligger alldeles väster om Kapellskär i Norrtälje kommun. Reservatets landareal är 350 hektar och det bildades 1998. Här finns ett vandrarhem som har öppet året runt, telefon 0176-441 69. I anslutning till reservatet finns en campingplats med uthyrningsstugor, duschar, bastu och kiosk, bokning och information, telefon 0176-442 33. En gästhamn för ett fyrtiotal båtar finns vid Södersundet. Flera vandringsleder och stigar (totalt 15 km) löper genom området. Reservatsförvaltare och markägare: Skärgårdsstiftelsen, telefon 08-440 56 00 eller www.skargardsstiftelsen.se.

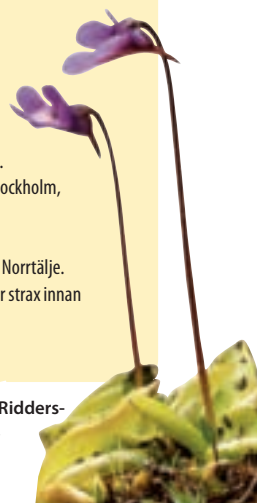
VÄGBESKRIVNING

Buss 676 från Tekniska Högskolan mot Norrtälje. Vid Norrtälje busstation byter du till buss 631 mot Kapellskär, hållplats Riddersholms gård.

Båt går sommartid från Ström kajen i Stockholm, turupplysning: Waxholmsbolaget, telefon 08-679 58 30.

Med bil kör du E18 mot Kapellskär från Norrtälje. Reservatet är skyltat och ligger till höger strax innan Kapellskärs hamn.

Tätört växer i Riddersholms rikkärr.



6. Ängsö



Flera kilometer med trädgårds-
gårdar ramar in Ängsös blom-
mande slätterängar.

Ängsö blev nationalpark 1909 och är en av Europas äldsta. Nationalparken ligger i hjärtat av Roslagen, i skärgården en dryg mil söder om Norrtälje. Parken bildades för att bevara ett stycke vackert odlingslandskap med blommande slätterängar och betade hagar.

Ön är inte så stor men rymmer det mesta som Roslagen har att bjuda av natur och kulturhistoria.

Det finns ett nät av markerade och lättgångna stigar på ön. Även rullstolar och barnvagnar kan ta sig fram längs de större stigarna på sommaren när markerna torkat upp. Vid Hemudden, där turbotarna angör ön, finns en rastbod med en liten utställning om naturen och öns historia.

Ängarna på Ängsö

Ängsö tillhörde förr en liten by på Väringsö utanför Vetershaga. Den låglänta ön utnyttjades som ängsholme, därav dess namn. Bönderna på

Väringsö rodde hit, slog sitt hö, stackade det och lät sin boskap gå här på efterbete när slåtern var klar. Höet fördes hem med släde över isen på vintern. Idag är en sjättedel av Ängsös 73 hektar ängsmarker. Den största är Stormaren, en fuktäng som tidigare var ett sund mellan två lika stora öar. Här växer bland annat majviwa och rosettjungfrulin. Stormaren omges av torrare ängsmarker där det växer rikligt med gullvivor i maj och juni. Värt att besöka i början av juni är bestånden med Adam och Eva vid Norrudden. På Ängsö kan man också hitta orkidéer som grönkulla, nattviol, grönvit nattviol, tvåblad och nästrot.

Hålhäckarnas paradiset

Österskogen i nordost lämnades att utvecklas fritt när nationalparken bildades och på vissa ställen har den fått karaktär av urskog. Här häckar både fiskgjuse och ormvråk. Den goda tillgången till hålträd gör ön till en attraktiv boplatz för hålhäckande arter som till exempel svartvit flugsnappare, en av öns karaktärsfåglar.

Nationalparkens historia

När Ängsö blev nationalpark var syftet att bevara området för framtiden. Men man förstod inte att det var människan som skapat det överdådigt rika landskapet. Torparen, vars kor ”trampade sönder marken och som själv liade ned de mest sällsynta arter”, fick sluta bruka marken. Resultatet blev att de sedan århundraden öppna markerna snabbt växte igen med sly och att granen vandrade in i lövskogarna. Inte förrän i slutet av 1930-talet insåg man på allvar vilket misstag man hade gjort. ”Det är ett problem för



I Hemviken finns en stor koloni med skäggdopping.

en akademi och ett ämbetsverk att med förenade krafter ersätta en ensam torpare.” som det står i ett betänkande. Ett omfattande röjningsarbete inleddes och ängsmarkerna har sedan dess hållits öppna med hjälp av slåtter och bete.

FAKTA

Ängsö nationalpark ligger i Norrtälje kommun cirka 1,5 mil söder om Norrtälje. Öns landyta är 73 hektar. Även rullstolsburna kan ta sig iland på ön vid Hemviken där turbåtarna anländer. Man kan inte övernatta, utom i egen båt. Det finns ingen affär på ön. Guidningar för grupper (avgift) kan bokas via tillsynsmanen, telefon 0176-26 20 23, 070-268 05 55. Med egen båt är det lätt att hitta bra tilläggspatser. Tänk dock på att stora delar av öns östra sida är fågelskyddsområde med tillträdesförbud under tiden från den 1 februari till 15 augusti – området sträcker sig 100 meter ut från stranden. Länsstyrelsen förvaltar nationalparken som ägs av staten.

VÄGBESKRIVNING

Ängsö nås endast med båt. Reguljära turer från Stockholm med Blidö Sundsbolaget i stort sett dagligen sommartid (upplysningar, telefon 08-24 30 90 eller www.blidosundsbolaget.se) För information om övrig tur- och taxibåttrafik, se www.ab.lst.se/utflyktsguide eller kontakta Norrtälje turistbyrå, telefon 0176-719 90.



7. Fysingen

Fysingens naturreservat med slättsjön Fysingen och angränsande gamla kulturlandskap ligger i Sigtuna kommun. Sjön är en av länets bästa fågelsjöar. I närheten av Åshusby finns ett fornlämningsområde med den magnifika storhögen Nordians hög och ett stort gravfält.



Fysingen är en typisk slättsjö med flacka strandängar och mäktiga vassbälten. Sjön och dess stränder är en av länets bästa fågellokalerna med kanske 100 häckande arter. Strandängarna är avsatta som fågelskyddsområde. Skedand, skäggdopping, kanadagås och sångsvan är några av de häckande fågelarterna. Den bruna kärrhöken kan ses flyga lågt över vassarna, men du kan också se rovfåglar som lärfalk, tornfalk, duvhök och ormvårk. Rödrömmens märkliga tutande kan höras under försommaren och näktergalen sjunger nätterna igenom. Rosenfink och gräshoppsångare är inte ovanliga. Kattuggla och oftast även hornuggla häckar kring sjön varje år. Fysingen är också betydelsefull som rastplats för flyttfåglar. Flockar av änder, skrakar, gäss och svanar stannar till under vår och höst.

Under senare år har reservatet gjorts mer tillgängligt och attraktivt för besökare. Ett fågeltorn med anslutande spång har byggts längst ut i vassen vid Fysingens nordvästra strand. På de norra strandängarna har ett område rensats från tuvor och vass. Här betar nu kor. Vintertid är Fysingen perfekt för skridskoåkning och skridskosegling.

Rullstensås med gravfält och betesmarker

Längs Fysingens västra sida löper Stockholmsåsen. Åsen bildades av sand och grus som transporterades av en älv i inlandsisen och sedan avlagrades utanför iskanten när isen smälte bort från området för cirka 11 000 år sedan.

Norr om Ström finns en hagmark på åsen och därifrån har man en vacker vy ut över Fysingen

och de norra strandängarna. På åsens krön strax söder om Åshusby ligger Nordians hög, som är en av de största så kallade kungshögarna i landet med sina 50 meter i diameter och 12 meters höjd. Här finns ett drygt sex hektar stort gravfält med över 190 fornlämningar bestående av stensättningar, mindre högar, treuddar, en skeppssättning och några resta stenar. Gravfältet anlades under äldre järnålder och var i bruk ända fram till kristen tid. Vid gravfältet finns tre hålvägar som är en del av den gamla järnåldersvägen mellan Ström och Åshusby. Hålvägar är tydligt nedsänkta stigar som under århundraden nöts av fötter, klövar och hovar.

På Nordians hög och de öppna markerna på åsen kan man se mängder av backsippa blom-



Nordians hög

ma i maj. Senare på sommaren blommar också trift, kattföt, låsbräken, fältmalört och våldof-tande backtimjan. Artrikedomen gynnas av att området sköts med slåtter varje år.

FAKTA

Fysingen ligger i Sigtuna kommun, strax öster om Rosersberg nära E4. Reservatets landyta är 110 hektar och det bildades 1984. Strandängarna är fågelskyddsområde mellan 1 april och 15 juli. Länsstyrelsen förvaltar naturreservatet som ägs av staten, Sigtuna kommun och enskilda.

VÄGBESKRIVNING

Buss 577 från Upplands Väsby eller Märsta till hållplats Åshusby gård. Buss 576 från Märsta till hållplats Strömmens väg. Pendeltåg till Rosersberg, sedan 2 km promenad till reservatet.

Med bil från E4, avfart mot Märsta och söderut mot Upplands Väsby, därefter mot Åshusby eller en mindre väg mot Åholmen.



8. Angarnssjöängen

Angarnssjöängen inte långt från Vallentuna är mest känd som en av Stockholmsområdets finaste fågelsjöar. Men området har mycket att erbjuda för alla. Sjön är omgiven av ett öppet odlingslandskap som inbjuder till vandringar över betade strandängar, skogsklädda höjder och betesmarker. Angarnområdet är en gammal kulturbygd, rik på fornlämningar.



Byksberget vid sjöns
sydöstra strand är en bra
utsiktspunkt.

Deflesta fågelskådare söker sig till Midsommarberget som ligger till höger när man går ned mot sjöängen från entrépunkten Örsta. Berget ger en god överblick över sjön. Längre österut finns ett fågeltorn. På våren rastar flockar med bläsänder, krickor och även stjärtand och snatterand i sjöängens öppna vattenspeglar. Sångsvanar, tranor och många olika vadare, som till exempel brushane och grönbena, stannar också till för att proviantera. I skydd av skränandet från en stor skrattnåskoloni häckar svarthakedopping, sothöns, olika andfågelarter och sångare senare under vår och sommar. Brun kärrhök är en annan av de häckande fåglarna. I omgivningarna bosätter sig också fiskguse, bivråk och lärkfalk. I början av september när fåglarna drar söderut igen sträcker blåhakar i

stort antal över Angarnssjöängen. Videsparv, lappspurv och blå kärrhök samt många vadare passerar också.

Spår av vår historia

I det öppna jordbrukslandskapet runt sjöängen finns många intressanta fornlämningar. Här har man bott och brukat marken sedan bronsåldern, i nästan 4000 år. En hållristning som ligger vid Örsta, exponerad mot den dåvarande havsviken, är en av de äldsta kända lämningarna i området. Den föreställer två hästar och två skepp. Havsviken avsnördes för ungefär 2500 år sedan och omkring år noll stod vattnet fortfarande 10 meter högre än i dag. Därför hittar man de flesta av gravfälten, runstenar och andra förhistoriska lämningar på höjderna



På våren finns en stor skrattnäskoloni i Angarnssjöängen.

i landskapet. Byarna som ligger runt sjöängen har legat på ungefär samma platser och marken har odlats, slagits och betats i mer än 2 000 år. Öster om sjön fanns ett av östra Mellansveriges viktigaste kommunikationsstråk från Östersjön till Uppsala, Långhundraleden. Leden stod ännu under vikingatiden i förbindelse med sjön.

Om restaureringen

Från 1851 till 1936 försökte man genom sänkningar att förvandla den dåvarande Angarnssjön till åkermark. Utloppsdiket växte dock igen med tiden, torrläggningen uteblev och på 1930-talet uppmärksammades sjöns rika fågelliv. På 1960-talet fanns planer på att bygga en stad för 50 000 personer vid Angarn. Förslaget blev aldrig verklighet och istället avsattes Angarnssjöängens naturreservat 1982. Sjön hade vid tiden för reservatets tillkomst börjat växa igen kraftigt. Åren 1992–93 genomfördes därför en omfattande restaurering. Med hjälp av en dammlucka vid utloppet efterliknas de naturliga årstidsvariationerna i vattenståndet vilket gagnar fågellivet och bromsar sjöns igenväxning. Strandängarna runt hela sjön betas av kor.

FAKTA

Angarnssjöängens naturreservat ligger ett par km öster om Vallentuna. Reservatet är 455 hektar stort och bildades 1982. Vandringsleden "Sjöängsslingan", som delvis går på spångar, är 6,7 km lång och löper runt hela sjön. Fågelskyddsområdet (se karta) får ej beträddas mellan 1 april och 30 september. Roslagsleden passerar i sydost. Vid reservatets huvudentré vid Örsta finns vindskydd, grillplats och en utställning om fåglar och natur i området samt ett helgöppet café. Entrén vid Örsta har anpassats så att rullstolsburna kan ta sig fram till sjöängen. Länsstyrelsen förvaltar reservatet. Markägare är staten, Stockholms stad och enskilda.

VÄGBESKRIVNING

Med buss: Ta buss 625 från Danderyds sjukhus till Örsta alternativt Roslagsbanan från Östra station till Vallentuna och därifrån buss 665 mot Kårsta.

Med bil: Åk E18 från Stockholm mot Norrtälje. Ta av vid avfarten mot Åkersberga och kör rakt fram i rondellen mot Gillinge och Angarn. Efter 4,5 km passerar Angarns kyrka. Ta till vänster vid skylt "Angarnssjöängens naturreservat" efter 200 meter för att komma till entrépunkten Örsta. P-platser finns också bland annat vid Skesta och Olhamra, se karta.

9. Trehörningsskogen

Trehörningsskogens naturreservat ligger norr om Åkersberga. Reservatet är ett naturskogsområde präglat av gammal granskog i ett småbrutet mosaiklandskap av tallbevuxna höjder, stup, dalar, våtmarker och sjöar. Det lättaste sättet att nå området är att följa Roslagsleden norrut från Domaruddens friluftsgård.



I Trehörningsskogen finns riktig "trollskog". Döda träd är viktiga för den biologiska mångfalden.



Bitvis kan det vara svårt att orientera sig i Trehörningsskogen. Det bästa är att följa de stigar som går genom området och fram till sjöarna Trehörningen och Oppsjön. Vid båda sjöarna finns rastplatser med vindskydd. Reservatsområdet är till största delen opåverkat av modernt skogsbruk. På många håll finns grovstammiga aspar insprängda i granskogen och lågor – träd som fallit – tas inte bort utan ligger kvar i gläntorna.

Fristad för hotade arter

Gammal skog som är opåverkad av modernt skogsbruk hyser många växter och djur som är ovanliga i konventionellt brukade skogar. Många av dessa arter är på väg att försvinna från skogslandskapet i stort. Träd i olika åldrar skapar förutsättningar för en rik biologisk mångfald till skillnad från jämnåriga skogar som breder ut sig över stora områden.

Bland kryptogamerna – mossor, svampar och lavar – finns många arter som är beroende av tillgång till gamla eller döda träd i olika

nedbrytningsstadier. Den ovanliga vedsvampen osticka är en art som funnit en fristad i Trehörningsskogen. Grön sköldmossa och liten punktlav som förekommer relativt rikligt i skogen är andra exempel. Här finns också trettåig hackspett, tjäder och järpe.

FAKTA

Trehörningsskogen ligger i Österåkers och Vallentuna kommuner, strax norr om Domaruddens naturreservat och friluftsgård. Reservatet är 152 hektar stort (landarea) och bildades år 2000. Reservatsförvaltare: Länsstyrelsen. Markägare: Stiftelsen Danviks hospital, enskilda.



Reservatet är delfinansierat av EUs miljöfond Life.

VÄGBESKRIVNING

Buss, bland annat 621 från Danderyds sjukhus till hållplats Skeppsöds vägskäl (se kartan), sedan 3 km promenad.

Med bil från Åkersberga mot Domaruddens friluftsgård (skyltat).

10. Östra Lagnö



Östra Lagnö ligger längst ut på Ljusterös nordöstra del i Österåkers kommun. Från reservatets mjukt slipade berghällar har man en storslagen utsikt mot ytterskärgården. Här finns också rester av mellanskärgårdens gamla odlingslandskap, strövvänliga barrskogar och många stigar. Området är en del av naturreservatet Själbottna-Östra Lagnö.

När området blev reservat 1977 var de vackra jordbruksmarkerna med sina stengårdsgårdar under igenväxning. En syn som är vanlig bland skärgårdens tidigare ängar, betesmarker och åkrar. På Östra Lagnö har områdena röjts för att behålla det ålderdomliga kulturlandskapets karaktär och dess flora. Här bedrivs nu bete och slåtter. Skötseln gör att gullviva,

prästkraze, blåklocka och andra ängsarter trivs. Runt de öppna markerna växer en lövskog av björk, asp, hassel och gamla ekar.

Stråk av urkalksten löper i berggrunden utmed hela norra stranden. Att berget är kalkrikt märks på floran för här växer orkidén Adam och Eva. Den förekommer både som röd- och gulblommiga individer. Andra orkidéer som finns i reservatet är tvåblad, spindelblomster och grönkulla. På strandängarna växer



Roskarl



majviva tillsammans med höskallra, ormröt, trift, ormtunga och gåsört. De inre delarna av reservatet består av tätvuxna äldre granskogar med inslag av ek, ask och björk omväxlande med glesa tallskogar och mindre kärrpartier. Skogarna är strövvänliga med bär- och svamprika marker. Mot havet övergår de glesa hållmarkstallskogarna i kala strandhällar.

Inom naturreservatet finns lättframkomliga, hårdgjorda stigar och handikappanpassade toaletter. En fiskebrygga för rörelsehindrade finns också.

Bad, fiske och fågelskådning

Brännholmen är udden vid nordöstra spetsen av reservatet. Här finns goda möjligheter till bad, tältning och sportfiske. Klipporna mot havet är mjukt slipade av inlandsisen och randiga av bergarterna svart diabas och ljusrod fältspat. Från udden har man en sagolikt vacker utsikt över Svartlöga fjärdens öppna vatten med kobbar och skär. På Brännholmen finns ett gammalt självföryngrande idegransbestånd. Idegranen känns

igen på att den saknar kottar. Fröet omges istället av ett rött köttigt hylle som liknar ett bär (giftigt). Området är en viktig häckningslokal för många fågelarter. Skären öster om Skakroksudden har ett rikt fågelliv med bland annat roska, strandskata och måsfåglar. Här rastar också rovfåglar och sjöfåglar som ejder, svärta och alfågel.

FAKTA

Östra Lagnö ligger längst ut på nordöstra Ljusterö i Österåkers kommun. Området är 65 hektar (landyta) och är en del av Sjöbottna-Östra Lagnö naturreservat, bildat 1977. I reservatet ingår också ön Sjöbottna i norr. Reservatsförvaltare och markägare är Skärgårdsstiftelsen: telefon 08-440 56 00, www.skargardsstiftelsen.se.

VÄGBESKRIVNING

Buss 621 från Danderyds sjukhus till Östanå färjeläge, byte till buss 626 till Lagnö by. Därefter 3 km promenad.

Med bil: E18 Norrtäljevägen, därefter väg 276 förbi Åkersberga mot Östanå färjeläge där bilfärjan går mot Ljusterö. På Ljusterö skyltat mot Östra Lagnö. Till Sjöbottna går reguljär Waxholmsbåt sommartid.

11. Norra Järvafältet

Norra Järvafältet är ett stort sammanhängande naturområde i Järfälla, Sollentuna och Stockholms kommuner. Området karaktäriseras av ett småskaligt odlingslandskap med omväxlande natur. Här finns såväl sluten barrskog och lummiga ädellövskogar som öppna åkrar och betesmarker. Området är lätt att röra sig i både till fots och på cykel.



I hela området bedrivs ett aktivt jordbruk för att hålla landskapet öppet. Bete sker med kor, hästar och får. Väsby gård i områdets östra del omges av ett vackert och välbevarat odlingslandskap. Strax söder om Väsby gård finns en liten våtmark, Väsby sjöäng, som liksom sjön Ravalen i norr lockar många olika fågelarter. Säbysjön i väster är en grund slättsjö med rikt fågelliv. Vid sjön finns fågeltorn och flera utsiktsplatser. För att gynna fågellivet har man återupptagit bete på strandängarna.

Gamla kulturmarker

Det bodde människor i området redan under bronsåldern för mer än 2 500 år sedan och på Järvafältet finns många intressanta spår av människans brukande genom tiderna. Landskapet rymmer fornborgar, gravfält och platser

FAKTA

De naturreservat som ingår i området är Östra Järvafältet i Sollentuna kommun, Hansta i Stockholms kommun, Västra Järvafältet och Molnsättra i Järfälla kommun (totalt 1938 hektar landarea). För den som rider finns särskilda ridstigar. Getholmen i Översjön är fågelskyddsområde med landstigningsförbud mellan 15 april och 30 juni. I Floras trädgård vid Väsby gård visas många av de vilda växter som finns i kulturlandskapet på Norra Järvafältet. Många av vägarna i området går att ta sig fram på med rullstol.

För mer information om raststugor, kaféer, grillplatser, aktiviteter med mera kontakta Sollentuna kommun, telefon 08-96 43 70 eller www.sollentuna.se, Järfälla kommun, telefon 08-580 285 00 eller www.jarfalla.se, Rinkeby-Kista stadsdelsförvaltning i Stockholm, telefon 08-508 010 00 eller www.stockholm.se/miljo/naturreservat. Respektive kommun förvaltar reservaten, Molnsättra dock av markägaren.

VÄGBESKRIVNING

Till Norra Järvafältet tar man sig lätt till fots eller med cykel. Det ligger många pendeltågs- och tunnelbanestationer runt fältet, ofta på gångavstånd. Huvudentréer in i området är Säby gård i Järfälla, Bögs gård i Sollentuna och Hågerstalund norr om Akalla. Flera busslinjer passerar Järvafältet, till exempel 517 från Spånga station till tunnelbanan i Kista centrum, buss 520 från Norrvikens station mot Viby, buss 542 från Kallhälls station och Jakobsbergs station och buss 548 från Kallhälls station mot Ängsjö friluftsgård, hållplats Molnsättra (vissa turer helger). Det finns många infartsparkeringar (se karta). Inne i området är biltrafik förbjuden.

som varit bebyggda kontinuerligt sedan förhistorisk tid. Att fortfarande kunna uppleva ett levande småskaligt jordbrukslandskap så nära Stockholm är ovanligt.



Gamla barr- och ädellövskogar

I områden med gammal barrskog som i skogarna söder om Fäboda förekommer järpe och tretåig hackspett. I Hansta i söder finns Järvafälts största sammanhängande ädellövskog. Den är särskilt värdefull eftersom det sannolikt vuxit lövträd här sedan bronsåldern. Skogen består idag av ek och hassellundar vilket tyder på att den under historisk tid brukades som

äng. Taggig hjorttryffel är en av många ovanliga svamparter i Hansta, den finns bara här och på Gotland i hela landet. De gamla och döende träden i skogen är rika på bohål och insekter. Här trivs hackspettar och nötkråka. På våren täcks marken av blåsippor, vitsippor och andra vårbloomor.

12. Bogesundslandet

Bogesundslandet ligger i Vaxholms kommun och är ett av de större naturområdena i Storstockholms närhet. Området är värt ett besök för dig som vill koppla av med promenader, bär- och svampplockning eller besöka Bogesunds slott.



Bogesundslandet med sina stora sammanhängande skogar och vittförgrenade stigar omtalas redan på 1950-talet som en plats ”där stadsbon kan finna rekreation från trafikbuller och jakt”. Naturen i området är varierande med stränder mot Saltsjön, skogar och kulturlandskap. Här finns fornlämningar från bronsålder och järnålder, äldre gårdsmiljöer och ett riktigt ”sagoslott”.

Bogesunds slott uppfördes ursprungligen på 1600-talet av Per Brahe d.y. På 1800-talet byggdes slottet om med en Normandisk medeltidsborg som förebild och fick dagens särpräglade utseende. Slottet och dess ägor tvångsinlöstes av staten 1946 efter en uppmärksam tvist och en särskilt instiftad lag om vanhävd, ”Lex Bogesund”. Den som vill se slottet inifrån kan följa med på visningar sommartid. I den gamla parken som omger Bogesunds slott växer sällsynta svampar som avenboksriska och den giftiga lömska flugsvampen.

Skogar, hagmarker och vandringsleder

Bogesundslandets natur består till stor del av barrskogar. Riktig gammelskog finns bara i några små partier, till exempel norr om den lilla vildmarkssjön Dammstakärret. Trots namnet en liten vacker sjö som omges av våtmarker där det växer doftande skvattram, odon samt många olika arter av vitmossor. Lövskogarna är områdets mest värdefulla naturmiljöer. Vid Frösvik finns en stor ädellövskog med små gläntor. Tidiga morgnar sjunger härmsångare och rosenfinnar från träd och buskage. Mindre hackspett, mindre flugsnappare och stenknäck hör också till de fåglar som brukar häcka i området. Söder om Frösvik finns ett litet bestånd med stora, 300-åriga lindar. Ett annat lövskogsområde är Montebelloparken vid Tenö som består av ädellövskog med ek, alm och lind. Parken har en rik lundflora med vitsippor, tandrot, lungört och gullvivor som täcker marken i maj.



Vid Sundby och Söderby gårdar finns öppna jordbruksmarker med artrika beteshagar där du kan hitta solvända och backnejlika. På stenblock och odlingsrösen sitter stenskvättan och spanar. Mellan gårdarna, som har anor från vikingatiden, löpte en gång det sund som skiljde Bogön i söder från fastlandet. Vid Broknäs finns en liten välbetad havsstrandäng och en ekhage.

På Bogesundslandet finns flera vandringsleder som på senare tid har rustats upp. Längden varierar från 2 till 12 kilometer. Informationsskyltar finns vid parkeringsplatserna. Vid Ellboda finns en raststuga, rastplatser och en handikappanpassad toalett. I Askrike finns badplats och camping. Badplatser finns också vid Tenö och Fridhem. Längs stranden mot Askrikefjärden och vid Kvarnberget finns goda möjligheter till klippbad och fiske.



Bogesunds slott

FAKTA

Bogesundslandet ligger väster om Vaxholm nordost om Stockholm. Området är ännu (2007) inte formellt skyddat, men reservatsbildning pågår. Landytan är cirka 3 000 hektar. Markägare är Statens fastighetsverk, som också förvaltar området. Ett omfattande system med vandringsleder finns. Bogesunds slott visas för allmänheten sommartid, telefon 0734-34 36 02. Vid slottet ligger Bogesunds vandrarhem, telefon 08-541 750 60. Askrike camping, tel. 08-541 350 13. En restaurang finns vid Waxholms golfbana.

VÄGBESKRIVNING

Buss 670 från Tekniska högskolan passerar i norr längs Bogesundslandet. Buss 681 går genom Bogesundslandet och passerar bland annat slottet, kolla med SL för detaljer.

Båt till Frösвик går sommartid från Ropsten nära tunnelbanestationen. Trafikinformation, telefon 08-541 313 35 eller www.kronudden.com.

13. Hjälmö-Lådna



Hjälmö-Lådna naturreservat är ett stort skärgårdsområde väster om Möja i Värmdö kommun. Här finns ett av mellan-skärgårdens bäst bevarade kulturlandskap, sommaröppna vandrарhem och goda tältmöjligheter. Du kan ta dig till flera av öarna med reguljär båttrafik.

Skärgårdsnaturens öar, ängs- och betesholmar har under århundraden hållits öppna genom huggningar, slåtter och bete av kor och får. Sedan 1940-talet har stora delar av skärgårdens jordbruk lagts ned och odlingslandskapet har vuxit igen.

I naturreservatet Hjälmö-Lådna är skärgårdsjordbruket levande. Skärgårdsstiftelsen har köpt in områden där jordbruket annars lagts ned och arrenderat ut marken. Jordbruk med kor och får finns på både Hjälmö och Lådna. I byarna finns äldre och välbevarad bebyggelse. Hus och byggnader ligger i lummiga trädgårdar

med fruktträd och syrénbersåer. De smala grusvägarna slingrar fram mellan husen, förbi åkrar och ängar och genom skog. Vägnetet har inte förändrats nämnvärt under de senaste hundra åren. Dagens åker- och hagmark sammanfaller i stort sett med den som fanns på 1800-talet.

Med roddbåt till Lådnaön

Från någon av de två ångbåtsbryggorna på Lådna kan du vandra söderut och låna en av båtluftarledens roddbåtar för att ta dig över till Lådnaön. Där kan du promenera vidare någon kilometer till Skomakarviken och en fin tält-

14. Eldgarnsö



Ädellövskogen på Eldgarnsö domineras av ek, ask och alm.

Eldgarnsö naturreservat ligger nordost om Färingsö i Ekerö kommun. Reservatets inre och östra del domineras av ädellövskog. Landskapet i övrigt är omväxlande med öppna åkermarker, barrskog och strandängar med breda vassbälten. Eldgarnsö är känd för sitt täta bestånd av mistel.

På vandring runt Eldgarnsö finns mycket att upptäcka. Ön är låglänt och var ännu på 1700-talet två öar med ett sund emellan. Marken brukades huvudsakligen som äng. Lillängen låg på östra ön, Storängen på den västra. Idag växer här ädellövskog som domineras av ek, ask och alm. Innan lövsprickningen ser man rikligt av den fridlysta misteln i trädkronorna. Fågellivet är rikt och arter som bivräk, göktyta och ortolansparv förekommer.

Går man stigen runt ön från parkeringen och österut kommer man först till en gammal ekha-

ge där det växer lungört, tandrot och vårärt. Senare på sommaren blommar den sällsynta vippärten. Markerna hålls öppna genom bete av nötkreatur och det gör att några husgrunder, en brunn och flera odlingsrösen tydligt går att se på Österudd. På den nordöstra sidan av ön växer underviol och nattviol i ädellövskogens skugga.

På Eldgarnsö finns flera sällsynta insektsarter som främst är knutna till ädellövskogen. Många är beroende av en särskild värdväxt för att överleva. En långhorning (skalbagge) som



finns på ön lägger till exempel sina ägg i lindar som angripits av mistel.

Mistel

Mistel vill egentligen ha ett betydligt varmare klimat än vårt för att trivas. Den mistel som växer här, liksom långhorningen, är reliktarter (kvarlevor) från varmare tidsperioder. De klarar sig här tack vare det relativt milda klimatet i Mälardalen. Misteln är en halvparasit som utnyttjar värdträdets kärlsystem för att komma åt näring och vatten. Främst förekommer den på lind, lönn och fruktträd. Fröna sprids med fåglarnas spillning efter att de ätit de klibbiga, vita bären.

FAKTA

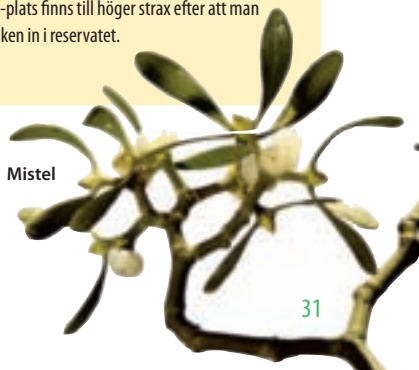
Eldgarnsö ligger i Mälaren vid Näsfjärden i Ekerö kommun och skiljs från Färingsö av ett smalt sund. Ön har fast vägförbindelse. Reservatet är 191 hektar stort (landarea) och det bildades 1979. Stigen runt ön är cirka 6 km lång. Länsstyrelsen förvaltar reservatet. Markägare: enskild.

VÄGBESKRIVNING

Buss 317 från Brommaplan till hållplatsen Karlskär – därefter cirka 2 km promenad.

Bil: Brommaplan via Drottningholm mot Färingsö, Färentuna och Eldgarnsö. P-plats finns till höger strax efter att man passerat vägbanken in i reservatet.

Mistel



15. Väsby hage

Längst ut på Munsö i Mälaren ligger Väsby hage. I reservatet finns stora sammanhängande hagmarker med pampiga ekar som ger området dess karaktär. Området växlar mellan öppna ängs- och betesmarker och slutna skogspartier. Väsby hage är lättvandrat och lämpar sig väl för strövtåg. På Roparhällsudden vid Mälarstranden i väster finns fina badklippor.



Naturen i Väsby hage lämpar sig väl för strövtåg.

Kartor från 1600-talet över byn Väsby ägor visar att området då brukades som slättermark. När man på 1800-talet började odla vall på åkrarna upphörde ängshävdens och området blev betesmark. Floran är mycket rik och i mitten av juli blommar brudbröd och vildlin. Det lilla oansenliga gräset älvväxing, som är vanligt i Roslagen men ganska ovanligt i Mälardalen, ger delar av markerna en blåviolett ton när det blommar. Mer ovanliga arter är toppjungfrulin, rosettjungfrulin och den lilla ormbunken ormtunga. Större delen av Väsby hage betas med kor och får, men slätter sker också i en mindre del av reservatet.

Nötkråka och stenknäck

Den varierande växtligheten i reservatet ger utrymme för ett rikt djurliv, både bland insekter och fåglar. Ibland ger sig nötkråkan tillkännan med ett ljudligt kraxande på sin jakt efter hasselnötter. Den skygga stenknäcken, som knäcker körsbärskärnor och andra stenfrukter med sin kraftiga näbb, är en annan art som man kan stöta på i Väsby hage.

FAKTA

Väsby hage ligger längst ut på västra Munsö i Ekerö kommun. Reservatet är 96 hektar stort (landyta) och bildades 1981. Söder om reservatet ligger Hässlesandsbadet. Reservatet förvaltas av Länsstyrelsen. Markägare: enskild.

VÄGBESKRIVNING

Buss 311 eller 312 från Brommaplan till hållplats Sjöängen, därefter en kilometer lång promenad på en skyltad grusväg norrut.

Med bil från Brommaplan mot Drottningholm, Ekerö och Munsö. Ta av till höger på en liten väg strax innan färjeläget mot Adelsö (skylt "naturreseptat").



Toppjungfrulin



16. Huvududden



Huvududden är ett av de vackraste partierna av Uppsalaåsen.

Huvududdens naturreservat bildades 1970 för att skydda den fina rullstensås som sträcker sig ut i Mälaren norr om Menhammarsviken i Ekerö kommun. Åsens krön är täckt med gles tallskog och på sluttningarna växer gran. En kilometerlång stig löper genom skogen till åsryggens spets. Här vid några förhistoriska gravar har man fin utsikt över Mälaren och Färingsö. Badmöjligheter och en populär grillplats finns nedanför åsen vid stranden.

En av de mer kända och mäktiga rullstensåsarna i länet är Uppsalaåsen som sträcker sig från Gävle i norr, över Mälarsjöarna och ner på Södertörn. Huvududden är ett av de vackraste partierna.

Rullstensåsarna bildades när inlandsisen smälte undan för ungefär 10 000 år sedan. Stora vattenkanaler bildades i isen. De framströmmande isälvarna var fulla av sand, grus och sten som sorterades och avsattes utanför tunnelmyningarna. Allteftersom isen smälte undan bildades stora åsar. Vid platser där isblock bäddats in i marken efter att isen dragit bort kan man hitta dödisgropar. När isblocken smälte bildades groparna.

Redan under bronsåldern ansågs Huvududden strategiskt belägen vilket omvittnas av de gravar som ligger på rad uppe på åsens yttersta krön. Rösena syntes tydligt när man färdades på vattenvägarna i området. På 1700-talet gick ännu vintervägen på isen till Stockholm över Kårsödraget och vidare söder om Huvududden.



Rikt fågelliv söder om reservatet

För den fågelintresserade kan ett besök i Huvududdens naturreservat kombineras med en stunds fågelskådning i Menhammarsviken söder om reservatet. Den vassomgärdade viken med fina strandängar är en av Mälarsjöarnas bästa fågellokal. Här kan man följa det rika fågellivet året om. Salskrakar ses vid islossningen, på sommaren tutar rördrommen dold i vassarna, vår och höst rastar änder och vadare och vintertid kan man se tornfalk och ormrör. Från fågeltornet vid Skytteholm i vikens östra del har du fin utsikt över vassar och strandängar.

FAKTA

Huvududdens naturreservat ligger norr om Menhammarsviken i Ekerö kommun. Reservatets landarea är 33 hektar och det bildades 1970. Länsstyrelsen förvaltar reservatet, som ägs av staten.

VÄGBESKRIVNING

Buss 311 mot Slut eller buss 312 mot Adelsö från Brommaplan till hållplatsen Kersödrag. Den som ska till Menhammarsviken ska kliva av vid Bergviksvägen (2,5 km promenad till fågeltornet).

Med bil från Drottningholm mot Ekerö och Munsö, reservatet är skyltat. Den som ska till fågeltornet tar av till höger mot Skytteholms kursgård, före naturreservatet.



17. Judarskogen och Kyrksjölöten



Judarskogen och Kyrksjölöten är två närbelägna naturreservat i Bromma. Sjön Judarn omges av skogsmark och öppna gräsmarker och kring Kyrksjön växer lövskog. I båda områdena finns dramatiska spår efter inlandsisen. Det är lätt att besöka reservaten eftersom de ligger nära tunnelbanan och har många stigar och parkvägar.

Mitt i Judarskogens naturreservat ligger sjön Judarn. Namnet Judarn kommer av ordet ljuda, låta. Judarskogen är ett gammalt tillhåll för större vattensalamander, men kanske är arten nu försvunnen härifrån, liksom från många andra platser. Salamandrarna hotas främst av att deras livsmiljöer, dammar och småvatten, försvunnit. Stockholms stad ska anlägga dammar vid sjön för att återskapa goda livsbetingelser för salamandrarna.

Kyrksjölötens naturreservat är ett skogsområde kring Kyrksjön. En barnvagnsvänlig promenadväg runt sjön har nyligen ställts i ordning. I den lövskog som omger sjön finns många nedfallna och döda träd vilket ger en ypperlig miljö för fåglar, insekter och rötsvampar. Fågellivet är rikt; du kan få se duvhök, sten-

knäck och mindre hackspett. I Kyrksjön häckar bland annat smådopping, svarthakedopping, brunand och rörhöna. Sjön och fuktlövskogen är viktiga platser för groddjur. Här fanns tidigare regionens samtliga groddjursarter; idag är större vattensalamander försvunnen liksom i Judarn. Men mindre vattensalamander, padda, åkergroda och vanlig groda finns kvar i området. Även här anläggs en damm för att gynna groddjuret.

Spår av inlandsisen och fornlämningar

I båda reservaten finns spår efter inlandsisen, som drog sig tillbaka från området för cirka 11 000 år sedan. Särskilt intressanta är de talrika stora, kantiga block och De Geer-moräner som finns i området. De Geer-moräner är



avlånga ryggar som är upp till några hundra meter långa och en till sex meter höga. När iskanten drog sig tillbaka blev det stora spänningar i isen och berggrunden och kraftiga jordskalv blev följden. Moränryggarna och blocken i området är spår efter detta. Den kände geologen Gerhard de Geer studerade under 1940-talet inlandsisens avsmältning i området. Många geologiska exkursioner har sedan dess förlagts hit. Ryggarna på lerslätten norr om Judarn och vid koloniområdet i Kyrksjölöten framträder tydligast. Anhopningar av block finns på flera ställen.

I reservaten finns också lämningar av människor från brons- och järnålder, bland annat i form av stensättningar. Genom reservaten går en mur som kallas Ryssmuren. Enligt

traditionen skulle den vara uppförd av ryska krigsfångar på 1700-talet men senare forskning tyder på att den snarare är ett slags odlingsröse från 1800-talet.

FAKTA

Judarskogen och Kyrksjölöten är båda kommunala naturreservat i Bromma i västra Stockholm. Judarskogen bildades 1995 och har en landyta på 88 hektar. Kyrksjölöten bildades 1997 och har en landyta på 43 hektar. Reservatsförvaltare och markägare är Stockholms stad, www.stockholm.se/miljo/naturreservat.

VÄGBESKRIVNING

Båda reservaten är lätt tillgängliga med kollektivtrafik. Judarskogen: tunnelbanans gröna linje till Åkeshov eller Ångbyplan. Kyrksjölöten: tunnelbana till Åkeshov eller buss 117 från Brommaplan eller Spånga station, hållplats Bromma kyrka.

18. Nationalstadsparken

Sveriges första nationalstadspark ligger mitt i Stockholm och sträcker sig från Djurgården och Fjäderholmarna i söder till Ulriksdal och Sörentorp i norr. Nationalstadsparken är en grön oas med en unik blandning av kultur och natur. Ett stenkast från Stockholms city kan du både ströva i gammelskog och bada från en egen badklippa.



Naturen i Nationalstadsparken består av många olika naturtyper. Här finns alkärr, mörka granskogar, strandskogar, öppna ängsmarker och ekhagar med mycket stora och gamla träd. Artrikedomen är stor med drygt 800 olika blomväxter och minst 100 olika häckande fågelarter. Här finns också många sällsynta insekter knutna till ek.

Kungliga slott och militäranläggningar

Nationalstadsparken har ända sedan 1400-talet präglats av kungligt inflytande. Här finns tre kungliga slott, Haga, Rosendal och Ulriksdal

samt den unika parkmiljön kring Brunnsviken. I Nationalstadsparken finns också platser med spår av militära verksamheter. Hit hör till exempel Beckholmen, Skeppsholmen, Fjäderholmarna och regalskeppet Vasa.

Södra Djurgården – folknöjen och ståtliga ekar

Under kung Gustav III:s tid på 1700-talet utvecklades framför allt södra Djurgården till en plats för ”muntert folkliv”. År 1883 tillkom Sveriges första tivoli, Gröna Lund, och 1891 öppnades världens första friluftsmuseum,

Skansen. Ständigt nya attraktioner tillkommer, Junibacken, Vasamuseet och Aquaria vattenmuseum är några exempel.

Ett kungligt nöje var fram till 1800-talet jakt och djurhetsning. Lejon och björnar hölls i fångenskap och fick utkämpa strider på liv och död. Området framför Nordiska museet kallas än idag för Lejonslätten.

Södra Djurgården har de ståtligaste ekbestånden inom Nationalstadsparken. På våren blommar mängder av vitsippor i ekbackarna och i de gamla håliga ekarna häckar skogsduvor och kattugglor. På den östra delen ligger Isbladskärret, som efter restaurering blivit en bra lokal för fågelskådning. Här kan man få se arter som bläsand, brunand, häger, kricka, rörhöna, skedand, skäggdopping, smådopping, snatterand och svarthakedopping.

Fjärderholmarna

– Stockholms närmsta skärgård

Fjärderholmarna är Nationalstadsparkens östligaste utpost. Hit kan man göra dagsutflykter med båt från Nybrokajen eller Slussen och uppleva en del av skärgården. Här finns trevliga promenadvägar, fina picknickplatser och ett båtmuseum. Fågellivet är rikt och arter som ofta syns här är bland annat bläsand, drillsnäppa, grågås, storskrake, småskrake, strandkata, silltrut och vitkindad gås.

Norra Djurgården

– vild natur och intressant arkitektur

Norra Djurgården präglas av en blandning av modern bebyggelse och Nationalstadsparkens största naturområden. Stadion, som byggdes till olympiaden 1912, och Stockholms Universitet är exempel på intressant arkitektur från 1900-talet. Naturen hittar du bland annat vid Lappkärrsberget, Oxbergsbacken och Stora Vargjakten. Lappkärret är en fin liten fågelsjö – av många ansedd som Nationalstadsparkens bästa. Centralt på Norra Djurgården finns Stora Skuggans friluftsanläggningar med stora öppna

ytor för lek och en 4H-gård där barn kan få se får, grisar, höns och andra djur.

Brunnsviken

– parker, slott och botanisk trädgård

Hagaparken tillkom under Gustav III:s tid och är ett fint exempel på engelsk park. Här kan man koppla av på Sveriges kanske populäraste picknickgräsmatta, Pelousen, och uppleva all skönhet Brunnsvikens omgivning har att



Näckros i Bergianska trädgården.

erbjuda. Strax intill ligger Haga slott, Gustav III:s Paviljong, Ekotemplet, slottsruinen och de berömda Koppartälten samt Fjärilshuset.

Bergianska trädgården vid Brunnsviken ger besökaren möjlighet att lära känna växterna och deras roll. Här finns över 9000 växtarter från jordens alla hörn. Speciella attraktioner är Edvard Andersons medelhavsväxthus och Victoriahuset med jättenäckrosorna.

Ulriksdals slott

Ulriksdals slott i Nationalstadsparkens norra del uppfördes under stormaktstidens Sverige. Här finns Sveriges äldsta teater i drift, Confidencen, som inreddes i början av 1750-talet. Ett orangerimuseum med exotiska växter bland svenska skulpturer av bland andra Milles och Sergel finns också här.



FAKTA

Nationalstadsparken Ulriksdal-Haga-Brunnsviken-Djurgården, som är parkens fullständiga namn, bildades genom beslut i riksdagen 1995 efter ett omfattande arbete av bland annat många föreningar och enskilda personer. Området ligger i Lidingjö, Solna och Stockholms kommuner och sträcker sig cirka 13 kilometer i nord-sydlig riktning och är ungefär 27 kvadratkilometer stort. Området sköts till största delen av Kungliga Djurgårdens Förvaltning. Nationalstadsparken är regionens enskilt viktigaste rekreationsområde med cirka 15 miljoner besök per år.

Information om flertalet museer och slott i Nationalstadsparken:

www.stockholmsmuseer.se. Skansen: www.skansen.se.

Attraktioner på Södra Djurgården: www.djurgarden.net.

Guidade turer i Nationalstadsparken:

www.stromma.se, www.ekoparken.com.

Fjäderholmarna: www.fjaderholmarna.nu. Några av öarna är fågel-skyddsområde med tillträdesförbud under perioden 1 april – 15 juli.

VÄGBESKRIVNING

Till Nationalstadsparken tar man sig lätt med kollektivtrafik. Det ligger många buss-, tunnelbane- och spårvagnsstationer i området, www.sl.se. Djurgårdsfärjan är ett omtyckt sätt att färdas till Nationalstadsparken, www.waxholmsbolaget.se. Från Stockholms innerstad och från Solna centrum kan man också gå eller cykla. Goda möjligheter för funktionshindrade att parkera finns i området.



19. Nackareservatet



Nackareservatet kallas det stora skog- och sjörika naturområde som ligger på gränsen mellan Stockholm och Nacka. Området har under lång tid varit ett av Stockholmstraktens mest attraktiva strövområden, och här finns möjligheter till en mängd olika aktiviteter.

Reservatet fungerar som ett ovärderligt andningsskåp för de många besökarna året om. Området erbjuder en mängd friluftssamhetersomvandring, orientering, skidåkning, skridskoåkning, fiske, cykling, kanotpaddling, svamp- och bärplockning. Sörmlandsleden börjar i Björkhagen och löper genom reservatets södra delar och vidare österut. I området finns även flera andra småvägar, stigar och elljusspår. Viktiga besöksmål är Hellasgårdens friluftsanläggning samt badplatserna vid Källtorpssjön och Söderbysjön. På vintern plogas en mycket omtyckt långfärdsskridskobana upp på Källtorpssjön.

Sjösystemet i området

Kärnan i reservatet utgörs av sjösystemet som från Ältasjön i söder löper via Söderbysjön till

Dammorpssjön och ut i Järla sjö i norr. Sjöarna omges av skogsmark och tidigare ekhagar och öppna kulturmarker som är under igenväxning eller används som golfbana. Källtorpssjön är en fin badsjö och häckplats för storlom och drillsnäppa. Nordväst om sjön finns bäckraviner med bland annat den vackra ormbunken strutbräken. I Dammorpssjön häckar kricka och skäggdopping. I Dammorpssjön och i Söderbysjöns västra delar finns också stora bestånd av den ovanliga vattenaloe vars täta bladrosett flyter upp till ytan när den blommar. Den gröna mosaiktrollsländan är beroende av vattenaloe för sin äggläggning. Trollsländan kan man få syn på vid sjöarna varma sommardagar. Under vintern är Nackabäcken en säker lokal för den lilla svartvita strömmaren som energiskt dyker i det kalla vattnet i jakt på vattenlevande insekter.



I dalgången mellan Söderbysjön och Ulvsjön finns en vacker lindskog. Här blommar underviol, vätteros och tandrot på våren. Med kanot kan man göra en fin paddlingstur från Dammorpssjön via Söderbysjön till Ältasjön. En tidig försommarmorgon får man uppleva det rika fågellivet och näktergalens sång från stränderna på nära håll. Det finns gott om spår efter bäver på trädstammar längs delar av sjösystemet. Bävern faller både små och stora träd, bland annat för att komma åt näringsrika skott och knoppar.

Vid Erstaviks gård i öster, utanför det egentliga reservatet, avlöses barrskogen av en av Sveriges finaste herrgårdsmiljöer från gustaviansk tid. Gården omges av ett jordbrukslandskap av åkrar, hagar och betade strandängar. Här har över 200 fågelarter observerats genom åren och i Erstaviksbacken leker havsöringen.

FAKTA

Nackareservatet består egentligen av två kommunala naturreservat, ett i Nacka* och ett i Stockholm. Reservatens landyta är totalt 705 hektar och de beslutades 2005 och 2006. Hellasgården är centrum för områdets aktiviteter, här finns bland annat stigar, motionsspår, badplats, plogad skridskobana och servering. Sörmlandsleden börjar vid Björkbyens t-banestation. Lilla och Stora holmen i Källtorpsjön är fågelskyddsområde 1 april–15 juli. Reservatet förvaltas av Stockholms stad, marken ägs av Stockholms stad och enskild. Mera information: www.stockholm.se/miljo/naturreservat, www.nacka.se, www.hellasgarden.se.

VÄGBESKRIVNING

Tunnelbana till Björkby, Kärrtorp, Bagarmossen eller Skarpnäck.

Buss 401 från Slussen till Hellasgården. Buss 875 från Gullmarsplan till hållplats Öringe.

Med bil, Ältavägen genom Sickla.

*Nackareservatet i Nacka var vid utgivningen överklagat.

20. Storängsudd

Storängsudds naturreservat ligger på en udde vid Baggensfjärden i Värmdö kommun. Landskapet växlar mellan slutna lundar med ek och hassel och öppnare marker. Vid klippstranden mot fjärden finns goda chanser att hitta en egen klippa för sol och bad på sommaren.

Storängsudd är ett litet men fint reservat. Som vackrast är området på våren då rikligt med Adam och Eva blommor i ek- och hasselskogens gläntor. I skogsbrynet i söder kan du hitta schackrutiga kungsängsiljor.

Kungsängsiljan kommer ursprungligen från Mellaneuropa men togs hit som trädgårdsväxt på 1600-talet och är numera ett vilt inslag i

den svenska floran. Sitt namn har den fått från Kungsängen i Uppsala som var den plats där den hittades vildväxande första gången. I den nordvästra delen av området kan man också hitta vätteros, tandrot, skogslök, vårärt och desmeknopp. På våren blommor rikligt med svalört och vitsippor.

1936 önskade den dåvarande markägaren Sten Westerberg att området skulle fridlysas. Han motiverade sin önskan som följer: ”Om också hela skärgården bleve exploaterad och nedskräpad så vill jag att Stockholmare ändå ha något minne av hur vacker deras skärgård en gång var.”

Spår av hamling

Området nyttjades under historisk tid som ängsmark till Stora och Lilla Kårnäs och senare under gården Beatelund. Vid 1800-talets slut hade ängsbruket med slåtter och hamling, att ta hö och löv från ängen, upphört och området började långsamt växa igen. Trots igenväxningen finns i reservatet några gamla lindar med tydliga spår av hamling. Idag betas området av får.

I den östra delen av reservatet finns ett gravfält med 25 kända gravar från yngre järnålder. Det kan vara gårdsgravfältet till den ursprungliga Kårnäs gård. Här finns bland annat en större hög och både rektangulära och runda stensättningar. I nordväst finns ett område med fyra, vad som troligen är, så kallade ryssgravar och två ryssugnar, fornlämningar från ryssarnas härjningar längs den svenska kusten år 1719.



Kungsängsilja



I Storängsudd finns lundar med gamla ädellövträd.

FAKTA

Storängsudd ligger vid Baggensfjärden i Värmdö kommun, cirka tre km söder om Gustavsberg. Reservatet är 10 hektar stort och bildades 1936. Reservatet förvaltas av Länsstyrelsen. Markägare: enskild.

VÄGBESKRIVNING

Med bil: ta av mot Ingarö från Värmdöleden och efter cirka tre km till höger på en mindre väg som är skyltad naturreservat.

Buss 428-430 från Slussen (eller med anslutning från Gustavsberg) till hpl. Beatelundsvägen. Därefter cirka tre km promenad.



21. Bornsjön

Bornsjöns naturreservat rymmer ett stort och varierat landskap sydväst om Stockholm, strax bortom storstadens höghusrand. I norr gränsar reservatet till Mälaren. Centralt i området ligger Bornsjön omgiven av djupa skogar och gods och gårdar i ett levande kulturlandskap med en lång och intressant historia.



Bornsjön – fredad
sjö i en gammal
kulturbygd.

Bornsjöns omgivningar erbjuder möjlighet till alltifrån cykelturer på slingrande småvägar och vandringar i lummiga skogar till söndagsutflykter i ekhagarna. Söder om sjön löper en elva kilometer lång naturstig. En lämplig start- och målpunkt för naturstigen är det gamla gatstensbrottet vid Bergaholm. Bara naturstigen kan vara värd en egen dagsutflykt, men det finns mycket mer att upptäcka.

Sturehovs säteri ligger vackert vid Mälarens södra strand. Herrgården, vars bebyggelse härrör från slutet av 1600-talet, ägs av Stockholms stad. Slottet är omgivet av en vacker park. Sydväst om Sturehov ligger den lilla fornborgen Skansberget med utsikt över Bornsjön. Ett stort område med lövskog sträcker sig längs Mälarstranden österut från Sturehov. Här är vårfloran rik med mängder av vitsippor och blåsippor och även gulsippa, vårlök, desmeknopp och stor nunneört.

Längst ut på Männö i reservatets östra del finns en annan fornborg som är värd ett besök. Hit kan man ta sig på en smal stig. Färden går genom högstammig granskog och partier av frodiga ormbunksrika alkärr. Diken och små gläntor visar att delar av skogen brukades som åker och äng för bara 100 år sedan. Större delen av Männö består av en stor isälvsavlagring med mäktiga dödisgröpar (läs mer på sid 35).

Våtmark och bronsåldersröse

Söder om Skårby gård och gamla Södertäljevägen ligger Skårbydammen, en återskapad



våtmark. Dammen anlades 1990 för att fånga upp näringsämnen från åkermarken runt om, men också för att gynna fågellivet. Från parkeeringen vid vägen har man god överblick över sjöns fågelliv och man kan se arter som stjärtand, skedand och svarthakedopping.

Vid Skårby finns ett av traktens magnifika bronsåldersrösen. Det ligger på ett karaktäristiskt sätt högst uppe på ett berg med vidsträckt utsikt över Bornsjöbygd.

Storlom och gräshoppsångare

Den skygga storlommen trivs med att Bornsjön är fredad som reservvattentäkt och flera par brukar häcka i sjön. Bivråk, fiskguse och storskrake syns också i området. När gräshoppsångaren upptäcktes som häckande fågel i Stockholms län på trettioalet var det i en våtmark norr om Bergaholm. Man kan höra dess monotont svirande sång om man passerar en tidig junimorgon.

FAKTA

Bornsjöns naturreservat sträcker sig in i tre kommuner; Salem, Botkyrka och Södertälje. Reservatet är stort (3 820 hektar landyta) och bildades 1995. Skyddsområdet Bornsjön med omgivningar köptes av Stockholms stad redan vid sekelskiftet 1900 för att skydda stadens reservvattentäkt. Skjutfältet i väster är oftast öppet för allmänheten.

Sturehovs slott är öppet för allmänheten. Visningar söndagar under sommarhalvåret. Slottscaféet har öppet dagligen utom måndagar sommartid, på helger året om. Information, telefon 08-530 282 40 samt www.sturehof.se. Reservatet ägs och förvaltas av Stockholm Vatten, www.stockholm.vatten.se.

VÄGBESKRIVNING

Buss 708 från Hallunda T-banestation eller Rönninge pendeltågsstation till hållplats Norsborgsvägen (därifrån 3 km till fots till Sturehovs slott) eller om du vill ta dig till naturstigen, hållplats Salems kyrka. Alternativt, om du besöker reservatets västra del, buss 751 till Brunnäng centrum från Södertälje central, byte till buss 750 mot Höganorp, hållplats Ladvik.

Med bil via E4 från Stockholm mot Södertälje, efter Hallunda, ta avfarten Tumba/Alby. Ta sedan vänster mot Södertälje på gamla Södertäljevägen för att ta dig in i området. Från söder kan du välja avfarten mot Salem/Rönninge och ta vänster under E4 in i området.

22. Paradiset



Paradisets naturreservat är ett stort sammanhängande, höglänt skogsområde med vildmarkskänsla i Hanveden i Huddinge kommun. Området är ett omtyckt friluftsområde och har höga naturvärden.

Hanvedenområdet är det högst belägna naturområdet i Stockholms län. Strax söder om reservatet ligger länets högsta punkt, Tornberget, 111 meter över havet. Det var alltså här som land först steg upp ur havet efter istiden. I området finns hundratals stenåldersboplatser, lämningar från de första länsinvånarna. Boplatserna ligger 50 till 85 meter över havet, vilket betyder att de är 7 000 till 10 000 år gamla.

Paradisets naturreservat är välbesökt och uppskattat för sin vackra och tysta natur. Skogarna är till största delen opåverkade av

modernt skogsbruk och ger ett orört intryck. Karga hållmarkstallskogar är vanliga men här finns också granskogar, lövskogar och myrmarker. Området inbjuder till skogsutfärder, längdskidåkning, svamp- och bärplockning, naturstudier och sportfiske. Vid det gamla torpet Paradiset finns en raststuga och parkeeringsplats. Från torpet utgår flera markerade vandringsleder in i Hanvedensskogarna varav Sörmlandsleden är en. Längs lederna finns sjöar, rastplatser, skärmskydd och kojor. Det går bra att hyra Paradiset för övernattnig.

FAKTA

Paradisets naturreservat är ett kommunalt reservat i Huddinge kommun. Reservatets landyta är 738 hektar och det bildades 2002. Det finns gott om markerade vandringsleder genom området. För att boka övernattnin i torpet Paradiset, kontakta Friluftsrådet, telefon 08-774 85 99. Markägare: Stockholms och Huddinge kommuner, enskilda. Reservatsförvaltare: Huddinge kommun. Mera information www.natur.huddinge.se, www.paradisets-hanveden.se.

VÄGBESKRIVNING

Buss 709 från Huddinge station till hållplats Bruket. Gå Årtorpsvägen-Vandrarstigen 1,7 km till torpet Paradiset. Buss 865 från Handen eller Huddinge sjukhus till hållplats Lissma skola. Därifrån 3,5 km promenad till Paradiset.

Med bil: Kör väg 259 mellan Huddinge och Haninge. Tag av mot Ådran, efter 1,6 km vänster på Årtorpsvägen. Följ vägen mot Paradisets parkeringsplats. Du kan även nå parkeringsplatser längs vägen mot Öran öster om reservatet.



Paradisets gamla odlingsmark sköts med bete och slåtter. Här kan man hitta de typiska ängsarterna darrgräs, ormröt och kattfot. Fjärilsfaunan är artrik och området hyser ett antal ovanliga arter som midsommarblåvinge och violett kantad guldvinge.

Hällmarksskogar och gamla sjöar

Vissa delar av skogarna, till exempel hällmarkerna vid Ormputten, är i princip orörda. Bestånden av orre och järpe är starka och tjädern har här en av sina största stammar i södra delen av länet. Under sommarnätterna kan du höra nattskärrans spinnande läte.

Vid sjön Öran är norrlandskänslan påtaglig. Sjön har höga naturvärden; här finns flera häckande par storlom och fiskgjuse och en skyddsvärd sötvattensmiljö. Även i Trehörningen, där Sörmlandsleden passerar, kan man höra storlommen ropa. Ormputten är en liten tjärn som

helt omges av gungflyn, en matta av levande och döda växter och torv som flyter på vatten. Var försiktig, du kan lätt gå igenom! Sjön befinner sig i det sista skedet innan den växer igen helt och övergår till myrmark. Ormputten är länets suraste sjö med ett naturligt lågt pH.



Har du tur kan du hitta en fin Karl-Johan.

23. Tyresta

Tyresta nationalpark är den centrala delen av ett stort vildmarksområde i Haninge och Tyresö kommuner, bara ett par mil från Stockholms centrum. Området präglas av gammelskogar, myrar och sjöar. Nationalparken omges nästan helt av Tyresta naturreservat. Här finns ett större inslag av lövskog, levande kulturmarker och bebyggelse.

Tyresta är mest känt för sin urskog. En stor del av skogen är 120–350 år gammal, de äldsta tallarna är omkring 400 år. Landskapet präglas av karga, tallbevuxna bergryggar omgivna av dalgångar med frodigare skog, myrar och sjöar. Stora delar av skogen i Tyresta är orörd och har historiskt bara brukats för skogsbete.

Vandringsleder och rastplatser

Tyresta by, som är områdets viktigaste entrépunkt, har anor från järnåldern. Härifrån kan man vandra en hel dag österut och komma fram till havet utan att lämna skogen eller korsa några större vägar. Nationalparken och det omgivande naturreservatet är genomkorsat av ett system med vandringsleder som totalt



Bylsjön – en av flera skogs-
sjöar i Tyrestas urskog.



omfattar fem och en halv mil. Det finns många iordningställda rastplatser.

I Tyresta by finns raststuga och servering samt Nationalparkernas hus med information om Tyresta och Sveriges alla nationalparker. Här finns också utomhusinformation om nationalparken. Strax bortom byn startar urskogsslingan, en två och en halv kilometer lång självinstruerande naturstig.

Branden

I augusti 1999 utbröt en skogsbrand som spred sig i de södra och centrala delarna av nationalparken och naturreservatet. Branden pågick i en vecka och innan den var under kontroll hade cirka 450 hektar skog brunnit. Området som brann ligger mellan Bylsjön, Årsjön, Långsjön och Stensjön samt söder och öster om Stensjön. Bandområdet är intressant att besöka för den som vill följa hur naturen återkoloniserar ett område som har varit utsatt för skogsbrand.

FAKTA

Tyresta nationalpark och naturreservat ligger i Haninge och Tyresö kommuner och förvaltas av Stiftelsen Tyrestaskogen. Det skyddade områdets landyta är 4 340 hektar varav nästan 3 000 hektar är skog. Markägare: staten, Stockholms stad och enskilda. I Tyresta by finns servering (stängt måndagar), raststuga, gårdsbutik (endast öppet helger) och Nationalparkernas hus (fri entré, stängt måndagar). Nationalparkernas hus är tillgängligt också för rörelsehindrade. En 5 km lång barnvagnsslinga utgår från Tyresta by och löper runt Bylsjön. Längs slingan kan även rullstolsburna med ledsagare samt rullstol med stora hjul eller permobil ta sig fram. Vissa partier är branta.

Kontakt: Stiftelsen Tyrestaskogen, telefon 08-741 08 76 (vardagar kl 8–10) eller Nationalparkernas hus, telefon 08-745 33 94 eller www.tyresta.se.

VÄGBESKRIVNING

Buss 807 eller 809 från Gullmarplan till hållplats Svartbäcken (alternativt buss 834 från Haninge pendeltågsstation). Från Svartbäcken drygt 2 km markerad promenad till Tyresta by. Vissa turer av buss 807 och 834 fortsätter fram till Tyresta by.

Med bil till Tyresta by: Ta av från Nynäsvägen (väg 73) mot Brandbergen. Följ sedan skyltar "Nationalpark".

Från Tyresö kan området nås från flera håll. Parkering finns bland annat vid Prästängan, Storängan, Brakmaren och Ängsudden.

Till Äva: Ta av från Nynäsvägen mot Dalarö. Från Dalarövägen, ta av mot Äva. Vid Stensjödalen finns parkering och informationstavlor.

24. Gålö

Gålö naturreservat är ett välkänt friluftsområde vid kusten i Haninge kommun. Området har mycket att erbjuda besökaren i form av naturupplevelser, vandringar, bad, sportfiske och svamp- och bärplockning.



De fina badmöjligheterna vid skärgårdens längsta sandstrand – Skälåker – och klippbadet på Oxnö gör Gålö välbesökt på sommaren. Reservatets varierade natur inbjuder emellertid till vandringar året om, både längs stränderna och i det omväxlande kulturlandskapet. Flera vandringsleder utgår från Skälåker och Stegsholm. Vattnen som omger Gålö är mycket rika på fisk. Strömming och sik i sunden och mellansveriges bästa havsöringsfiske lockar många sportfiskare. Flera av de grunda vikarna i reservatet har stor betydelse som lek- och föryngringsområde för abborre, gädda, gös och andra fiskarter.

Gården Stegsholm på norra Gålö är ett gods med medeltida anor. Stegsholm och Gålö tjäna-

de under senare delen av 1800-talet och första delen av 1900-talet som uppfostringsinrättning för fattiga stockholmsbarn. På 1940-talet övertogs Gålö av Stockholms stad, och har sedan dess utvecklats till ett populärt friluftsområde. Reservatet ägs numera av Skärgårdsstiftelsen.

Odlingslandskap av klass

En av Gålös verkliga sevärdheter är odlingslandskapet kring Stegsholm. Det är småskaligt med en mosaik av åkermarker, ekhagar, lundar och betade havsstrandängar, och lämpar sig väl för en vandring, gärna längs stigen som börjar vid Stegsholms parkering. I hagarna finns växter som fältgentiana, låsbräken och solvända. I samma hagar kan man på hösten

se en rad små mycket färggranna ängssvampar, så kallade vaxskivlingar. I de blomrika hagarna finns också en mångfald av fjärilar med sällsyntheter som liten blåvinge samt bredbrämad och liten bastardsvärmare. På strandängarna vid Lännåkersviken finns växter som gynnas av bete, till exempel blåsklöver, kustarun och strandrödtoppa.



Kustarun

Jättegrytor och strandklippor

Vid Nor på mellersta Gålö finns en fornborg och flera jättegrytor som är upp till en meter vida. De bildades under istidens slutskede av stenar och virvlande vatten i isälvarna. Strax väster om Nor har ett vackert och fågelrikt viltvatten skapats, värt ett besök under vår och försommar.

Vandringsleden mot Havtornsudd från Skälåker går till stora delar längs stranden. Här kan du uppleva såväl rika lundar som karg skärgårdsnatur med sten- och klippstränder, tallskogar och milsvid utsikt över havet. Havtornsudd är en bra plats för att skåda sträckande sjöfågel under tidig vår då stora flockar ejder och alfågel samlas.

FAKTA

Gälö naturreservat är beläget 10 km öster om Västerhaninge i Haninge kommun. Reservatets landyta är 1 754 hektar och det bildades 2006. Det finns tre huvudentréer till området: Stegsholm, Skälåker och Oxnö där du finner information, parkering och toaletter. Vandringsleder utgår från Skälåker och Stegsholm. Strandbad: Skälåker och Oxnö. Vid Gälö havsbad i Skälåker finns en turistcamping, stugby och sommaröppen servering, telefon 08-500 331 56, www.galohavsbad.com. Servering med stuguthyrning finns också vid Badhusviken, telefon 08-500 331 20. Gärdscafé sommartid vid Stegsholm. Året-runt-öppen affär och servering vid Dalarövägen. Öarna Fågelgrundet, Mödömen (stor silltrutkoloni) samt Västra och Östra Fjäderholmen är fågelskyddsområden 1 april-31 juli. Markägare och reservatsförvaltare är Skärgårdstiftelsen: tel. 08-440 56 00, www.skargardstiftelsen.se.

VÄGBESKRIVNING

Buss 845 från Västerhaninge till Gälö. Alla bussar till Dalarö stannar vid Gälö handel, strax utanför reservatet i norr.

Med bil från Nynäsvägen (väg 73), avfart mot Dalarö. Efter 10 km avfart mot Gälö.



25. Sandemar

Sandemars naturreservat är ett naturskönt kustnära herrgårdslandskap beläget längs vägen mot Dalarö i Haninge kommun. Området är mest känt för det rika fågellivet på strandängarna väster om Sandemars slott och ett område med Södertörns finaste rikkärr i öster. I sydväst finns skogsklädda bergsuddar med badvänliga klippor.

Kom en tidig junimorgon till Sandemar och ta stigen från parkeringsplatsen ut mot strandängarna. Snart kommer du fram till fantastiska blommande marker. Lysande gul kabbeleka och hundratals rutiga kungsängs-

liljor breder ut sig. Fortsätter du mot havet öppnar sig vidsträckta strandängar, betade av hästar och kor. Tar du istället till höger över bron hittar du mängder av Adam och Eva, gullviva och en utmärkt plats för picknick. På Höggarnsberget har du god utsikt över området. Sandemars slott, från slutet av 1600-talet, är ett av få slott som undgick ryssarnas härjningar 1719. Utanför Sandemar ligger det välkända sjömärket Dalarö skans med sitt rundade torn.

Fågelliv året om

Vid fågeltornet nere på strandängen kan du studera fågellivet. Sandemar är rikt på fåglar under alla årstider. Vadarfåglar rastar under vår och höst: här kan du se grönbenor, brushanar och olika arter av snäppor. Under vinterhalvåret innan isen lagt sig ligger sångsvan och stora flockar av vigg på det öppna vattnet utanför slottet.

Majviva och ängsnycklar

Öster om Sandemars slott ligger Södertörns finaste rikkärrsområde. Ett system med kärr där kalkhaltigt vatten rinner upp och ger upphov till en speciell flora och snäckfauna. Kärren sköts regelbundet genom slåtter. På försommaren blommar rosa majviva och djupblå tätört i kärren och senare på sommaren ängsnycklar och gulyxne. I juli blommar kärrknipprot och slåtterblomma som med sin blomning förr gav signal till bönderna att det var dags att slå ängarna.



Sångsvan



Sandemars betade stränder är viktiga för fågellivet.



FAKTA

Sandemar ligger på vägen mot Dalarö från Haninge. Reservatet bildades 1997 och dess landyta är 220 hektar. En stor del av Sandemar är fågelskyddsområde med tillträdesförbud mellan 1 april och 31 augusti. Undvik att gå nära slottet eller slottsparken som är privat mark. Reservatet förvaltas av Länsstyrelsen. Markägare: enskild, Haninge kommun.

VÄGBESKRIVNING

Buss 839 från Handenterminalen (Hanninge centrum) mot Dalarö - avstigning hållplats Svärdsnäsaviken, eller Sandemar om du ska till rikkärren.

Med bil tar man avfarten mot Dalarö från motorvägen (väg 73). Fortsätt ut mot Dalarö cirka 15 km och ta av till höger vid skylt naturreservat. För att komma till rikkärren fortsätter du Dalarö-vägen förbi slottet och tar sedan av till höger på en liten väg alldeles efter grustakten. Från parkeringen kan du följa en stig ned mot stranden.

26. Björnö

Björnö naturreservat ligger längst ut på Ingarö i Värmdö kommun. Reservatet består av typisk skärgårdsnatur med ett öppet småskaligt odlingslandskap insprängt i dalar mellan skogar och klippor. Området, som ligger på en halvö, är lättillgängligt även för den som inte har båt. Skogarna består mest av hållmarkstallskog, men i området finns också granskog, tallmossar, lövkärr och ädellövskog.

Många kommer till Björnö för att njuta av sol och bad på klipporna och den fina sandstranden vid Torpesand med utblick mot Nämndöfjärden. Men Björnö har mycket att erbjuda under alla årstider. För den som vill vandra och uppleva mer av skärgårdsnaturen breder resten av reservatet ut sig i nordost. Halvön genomkorsas av ett nätverk av stigar och grusvägar.



Utmark till Björnö gård

Det område som idag är skyddat som naturreservat var tidigare utmark till gården Björnö som ligger någon kilometer före avfarten till reservatet. Marken brukades i första hand som betesmark, men den var också betydelsefull som gårdens förråd av virke och ved. På 1700-talet fanns fyra torp i området och 30 personer odlade och levde i huvudsak på vad de små åkerlapparna och betesmarken kunde ge. Odlingsrosen, stengärdesgårdar samt förvildade fruktträd och rosenbuskar är några exempel på de många spår av människors arbete och slit man kan se i området.

Blommande betesmarker på Näset

När Skärgårdsstiftelsen köpte området 1981 hade mycket av de öppna markerna vuxit igen. Idag håller arrendatorn på Småängsgården, ett nyskapat skärgårdshemman, delar av reservatet öppet med hjälp av bete och slåtter. Vackra och värdefulla betesmarker finns på Näset, där Adam och Eva blommar på försommaren. Gåsörten färgar strandängarna gula senare på sommaren. Här hittar man också havssälting, kärrvial och den lilla ormbunken ormtunga. Vid Slängen finns även ett ek- och hasselområde med praktfull lundflora. Blåsippor och tibast blommar tidigt på våren och vårärt, tandrot och myska tar vid senare på säsongen. Tibastens bär som lyser röda på sensommaren är mycket giftiga för människor men ofarliga för fåglar.



Björnö – ett lättillgängligt skärgårdsområde längst ut på Ingarö.

FAKTA

Björnö naturreservat ligger längst ut på Ingarö i Värmdö kommun. Reservatets landareal är 340 hektar. I anslutning till stranden finns ett handikappanpassat klippbad. En utställning om Björnös kulturhistoria finns vid Ramsviken i öster. I sydost finns ett utsiktstorn där man har fin utsikt över den omgivande skärgården. Möjlighet att tälta finns bland annat vid Näset i nordväst där det också finns en sopmaja och färskvattenpump. Reservatsförvaltare och markägare: Skärgårdsstiftelsen, telefon 08–440 56 00, www.skargardsstiftelsen.se.

VÄGBESKRIVNING

Buss 428 och 429 från Slussen mot Björkviks brygga, hållplats Björkviks gård.

Med bil från Värmdöleden, ta av mot Ingarö, avfart till reservatet skyltad strax före Björkviks havsbad.



27. Bullerö

Längst ut i havsbandet utanför Nämdö ligger Bulleröarkipelagen med 900 öar, kobbar och skär. Det här är Stockholms skärgård när den är som bäst med härliga badklippor, vacker natur och intressant historia.



Bullerön längst ut i havsbandet är reservatets huvudö.

Bruno Liljefors köpte Bullerön år 1908 och året därpå byggde han en jaktstuga där han och hans familj vistades på somrarna. Många andra konstnärer som till exempel Anders Zorn, Axel Sjöberg och Albert Engström kom till Bullerön på besök. De bildade det så kallade "Bullerölaget" som med sina målningar gjorde skärgårdsnaturen känd under början av 1900-talet.

1967 köpte staten Bulleröskärgården och området skyddades som naturreservat. Idag är ett naturum inrett i jaktstugan som förutom några reproduktioner av Liljefors målningar också visar en utställning om skärgården. En 600 meter lång naturstig utgår från naturum och slutar i byn. Kulturstigen, som är något längre och mer kuperad, utgår från byn och slutar vid naturum.

Ölivet förr

Bullerön var bebodd redan mot slutet av 1600-talet och runt 1830 livnärde sig som mest tolv personer på det ön och skärgården gav. På 1800-talet fanns fjorton små åkerlappar i dalgångarna där man odlade potatis och rotfrukter. Boskapen fick sommartid hålla till godo med bete på kråkris och ljung på omgivande öar. Med salt fisk i tunnor seglade Bulleröborna in i Mälaren och kunde byta till sig brödsäd från Upplandsbönderna.

Naturen i Bulleröskärgården

Öarna i väster är skogsklädda, längre österut blir växtligheten allt kargare. Bullerön, vars namn betyder stenig ö, är arkipelagens största. Mycket blåst, hårda vintrar och regnfattiga somrar gör att vegetationen påminner



en del om den i fjällen. Mellan kala hällar i sänkor med vitmossa växer hjortron, tuvull och silesår. De kala skären övergår i en skog av vindpinade björkar. I strandkanten blommar fackelblomster och strandveronika på sommaren. Fågellivet är intensivt – ejdern är vanligast men man träffar också på vigg, svärta, småskrake, grågås samt massor av måsar, trutar och tärnor. På ytterskären rör sig strandskata och roskarl och har man tur kan man få höra orrtupparnas kuttrande spel från kala skär på våren.

ATT TÄNKA PÅ!

Respektera fågelskyddsområdena. Många arter är beroende av att deras häckningsplatser får vara ostörda. Om du åker båt ska du köra sakta när du närmar dig fågelflockar. Högst 7 knop inom 100 meter från land gäller i hela reservatet. Undvik att vistas på små kobbar och skär under maj och juni.

FAKTA

Bullerö naturreservat ligger i ytterskärgården utanför Nämndö i Värmdö kommun. För dig som färdas med egen båt finns gott om naturhamnar och tillgång till skärgårdsmajor på flera platser. På Bullerö gästhem kan man övernatta i självhushåll med enkel standard. Bokas genom tillsynsmanen, telefon 08-571 590 92, 070-622 31 37. Det finns också en enkel tältplats på Bullerön. Vid raststugan finns begränsat med färskvatten. Det finns ingen affär på ön. Naturum är öppet 15 maj till 15 juni, helger kl 9–19, 16 juni till 15 augusti alla dagar kl 9–19, 16 augusti till 15 september, helger kl 9–19.

VÄGBESKRIVNING

Om du inte har egen båt kan du sommartid ta dig till Bullerön med passbåt från Stavsås. Turupplysning, www.ab.lst.se/ utflyktsguide eller tillsynsmanen (se ovan). Buss 433 eller 434 till Stavsås eller buss 428 eller 429 till Björkvik från Slussen. Reservatsförvaltare: Länsstyrelsen. Skötseluppdrag: Skärgårdsstiftelsen.

28. Vattgruvsmossen och Stora Envättern



Stora Envättern

Naturreseptat Vattgruvsmossen och Stora Envättern ligger i det sjö- och skogrika området söder om sjön Yngern i Södertälje kommun. Här passerar Sörmlandsleden och området är ett omttyckt utflyktsmål för svamp- och bärplockning.

Mitt i Vattgruvsmossens naturreservat ligger den stora öppna mossen som omges av sumpskogar med pors och skvattram. Besöker du området under våren finns chans att höra spelande orrar och trumpetande tranor. Runt Vattgruvsmossen löper en markerad stig och genom reservatet går Sörmlandsleden, som har en fin rastplats vid sjön Stora Kobäck.

Vattgruvorna är gamla järnmalmsgruvor som ligger i anslutning till reservatet. Från början av 1700-talet och fram till 1860-talet

bröt man järnmalm här. Åtta djupa schakt och många lämningar av husgrunder och varphögar (sten som inte var malmbärande) vittnar om den forna gruvsdriften. Vattgruvan, som är det djupaste av schakten, sträcker sig drygt hundra meter snett nedåt. Stora mängder ved gick åt för att hålla gruvsdriften igång. Skogen i området har säkerligen varit mer eller mindre kalavverkad tidigare, men är idag mellan 50 och 150 år gammal.



Stora Envättern

Stora Envättern är en näringsfattig och förhållandevis opåverkad skogssjö. Siktdjupet är hela sex meter och största djupet är elva meter. Sjön är artfattig men här finns abborre, mört, gärs och gädda. Fiske är dock inte tillåtet. Sörmlandsleden har en vacker sträckning längs sjöns norra strand och här finns flera eldplatser. Runt sjön finns upp till 200 år gamla skogsbestånd, vilket är ovanligt i dagens skogslandskap. På död ved i den gamla skogen finns de sällsynta vedsvamparna blackticka, gränsticka och laxticka. Söder om sjön ligger några små myrtyrarnar omgivna av tallmossar med siles-hår och tranbär. Här växer även vår minsta orkidé, spindelblomster. På Långviksmossen kan man stöta på tjäder och över sjön ses ofta fiskgjusen flyga.



FAKTA

Vattgruvsmossens naturreservat ligger 6 km väster om Järna i Södertälje kommun. Området är 74 hektar stort och reservatet bildades 1996. Stövlar rekommenderas. **Stora Envättern** ligger 9 km norr om Gnesta. Reservatets landyta är 109 hektar och även det bildades 1996. Det är förbjudet att fiska i sjön. Länsstyrelsen förvaltar reservaten som ägs av Sveaskog. **OBS!** Det är cirka 10 km mellan reservaten längs Sörmlandsleden.

VÄGBESKRIVNING

Vattgruvsmossen: pendeltåg till Järna, därefter Sörmlandsleden till fots cirka 6 km eller med cykel enligt nedan.

Med bil kör du på väg 57 västerut från Järna och tar av mot höger strax efter Järna tätort, reservatet är skyltat. P-plats vid Vattgruvorna. Därifrån utgår stig och Sörmlandsleden.

Stora Envättern ligger långt från allmänna kommunikationer.

Med bil: från vägen mellan Nykvarn och Järna, tag av västerut där det är skyltat "Gnesta 17". Fortsätt 6 km till Yngsviken, därefter till fots på Sörmlandsleden 2 km. En ny parkeringsplats anläggs våren 2007 vid Römossen, varifrån du når reservatet via en markerad stig.

29. Tullgarn



Tullgarns slott

Mitt i Tullgarns naturreservat ligger Tullgarn, ett av landets kungliga slott. Tullgarnsområdet är ett kustnära herrgårdslandskap med allt från åkrar, hagmarker och rika lundmiljöer med mång- hundraåriga ekar till havsstrandängar, mossar och barrskogar. Man har hittat över 800 olika kärlväxtarter i naturreservatet och Tullgarn är därmed ett av landets botaniskt rikaste reservat.

Slottsmiljön bär huvudsakligen prägel från 1700-talet men har medeltida anor. Visning av slottet sker sommartid. I slottsparken kan man hitta nästan samtliga Sveriges lövträdsarter. Här finns också en stor äppelträdgård. Parken, framför allt den engelska parkdelen från 1800-talet, har en intressant flora med många mellaneuropeiska gräs och örter. Slottet och parken ingår inte i reservatet.

Fågel och vildsvin på Tullgarnsnäs

Tullgarnsnäs öster om slottet är värt ett besök (p-plats 200 meter väster om gården Näset). Längs stigen runt näset hittar man ädellövskog med gamla ekar och vidsträckta betade strandängar. Både strandängarna och de grunda vikarna är viktiga fågellokaler. Havsörn ses ofta i området. På strandängarna finns flera så kallade saltbrännor, där bara några extremt



salttåliga växter kan växa, som till exempel glasört. Frigående vildsvin finns i området och dessa lämnar spår efter sig när de bökar efter föda i marken.

Goda möjligheter till vandring

Det finns goda möjligheter till vandring, längs Sörmlandsleden som genomkorsar reservatet. Sträckan från slottet och söderut passerar först Västerviken, en fin fågellokal, därefter fina ekhagar. Från bergen söder om Västerviken har man en fantastisk utsikt över Tullgarnsviken.

Orkidékärr

Skräddartorpskärrret norr om Norasjön är ett kalkriktt kärr med värdefull flora. Här finns bland annat orkidéer som honungsblomster och kärrknipprot (fridlysta!). Kärrmarken sköts genom årlig slåtter med lie.

FAKTA

Tullgarns naturreservat ligger i Stockholms och Södermanlands län. Reservatets landyta är 1 510 hektar och det bildades 1984. Sörmlandsleden sträcker sig genom området. Slottet visas dagligen under perioden 1 juni – 31 augusti, www.royalcourt.se. Tullgarns vårdshus med stallcafé och trädgårdscafé i parkens orangeri ligger i anslutning till slottet, telefon 08-551 720 26, www.tullgarnsvardshus.com. Länsstyrelsen förvaltar reservatet. Marken ägs av staten.

VÄGBESKRIVNING

Från Södertälje hamn (pendeltågsstation) går buss LT 702 till hållplatsen Tullgarns allé. Därifrån är det cirka 1 km till slottet.

Med bil åker man E4 söderut från Stockholm till avfart mot Trosa och Vagnhärad. Därifrån finns väg mot Tullgarns slott skyltad. Parkeringsplatser finns på flera platser, bland annat vid slottet och Näset. Avgångsväg mot Näset norr om allén.

30. Södra Mörkö

På södra delen av Mörkö i Södertälje kommun finns tre naturreservat belägna i ett vackert kustlandskap: Eriksö, Kålsö och Slessberget. Betesmarker och strandängar präglar Eriksö och Kålsö. Slessberget är ett markant skogbevuxet berg med en strålande utsikt.



På Eriksö kan du vandra runt i ett levande odlingslandskap.

På Eriksö finns ett kustnära odlingslandskap med ålderdomlig karaktär. Här är landskapet småbrutet med omväxlande skogar, hållmarker och jordbruksmark. Eriksö är både strövvänligt och naturskönt. Typiskt för Eriksö är den rika förekomsten av ekar. I många fall är de flera hundra år gamla och därmed viktiga för de växter och djur som har eken som sin livsmiljö. Betesmarkerna är artrika med växter

som ormrot, vildlin och ängsskallra. Om du följer Bovikens strand ned mot Klubbsundet finner du artrika strandängar med blåsklöver och kustarun. Den från Östersjön nästan helt avsnörda havsviken Boviken, som delas med det angränsande Kålsö naturreservat, är en viktig yngelplats för gös. På öns norra och södra delar överväger äldre barrskog med inslag av gammal ek.

Kålsö och Slessberget

Kålsö är en lummig halvö strax norr om Eriksö. Kålsö präglas av betade ädellövskogar, ekhagar och strandängar, avbrutna av små bergknallar med fin utsikt över innerskärgårdens fjärdar och vikar. På Kålsö finner du många ädellövträd: ek, lind, alm, ask och lönn. I lövskogen är vegetationen frodig med arter som spenört, myska, lungört och underviol. Här sjunger rosenfink och härmsångare. Både på Eriksö och Kålsö kan du få se vildsvin.

Slessberget, eller Slesshagsberget som det ibland kallas, ligger norr om Kålsö och är ett markant berg som höjer sig över omgivande landskap. I den östra delen finns resterna av en fornborg. Från berget har man fin utsikt över södra delen av Mörkö. På vandring i reservatets branta terräng får man känslan av riktigt trolldskog. Skogen är gammal och högvuxen mellan mossklädda bergsstup. Här och var växer knotiga gamla martallar och i bergbranterna ligger stora vassa stenblock lutade mot varandra. På flera ställen finns grova aspar och döda granar, som lockar till sig hackspettar och andra fågelarter.

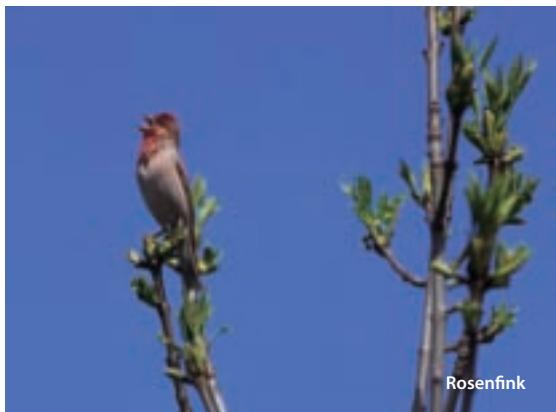
FAKTA

De tre reservaten ligger i Södertälje kommun. Eriksö omfattar 285 hektar landyta och bildades 1998. Länsstyrelsen är reservatsförvaltare, Sveaskog är markägare. Det är förbjudet att fiska i Boviken under tiden 1 april till 31 juli. Kålsö har en landyta på 141 hektar och bildades 1992. Länsstyrelsen förvaltar reservatet som är privatägt. Slessberget omfattar 32 hektar landyta och bildades 1992. Reservatet ägs och förvaltas av Svenska kyrkan.

VÄGBESKRIVNING

Buss 784 från Södertälje centrum till hållplatsen Idala, därefter 3 km promenad söderut till Slessberget.

Med bil till Mörkö, tag av söderut vid Idala (skyltat naturreservat) mot Eriksö. Parkeringsmöjligheter finns vid alla reservaten.



Rosenfink

31. Häringe-Hammersta

Häringe–Hammersta naturreservat är beläget vid kusten på gränsen mellan Haninge och Nynäshamns kommuner. Här finns slottsmiljöer, jätteekar, ädellövskog, barrskogsområden och havsvikar. Det ljusa, omväxlande landskapet är fint för strövtåg och cykelturer.



Jätteekar står i åkrarna vid Hammersta.

Häringe slott fick sitt nuvarande utseende på 1770-talet och är idag konferensanläggning. Söder om slottet är landskapet öppet och vackert med slån- och trädbevuxna åkerholmar. Fina vandringsstigar tar dig runt halvön. På Häringenäs finns utsiktspunkter mot skärgården och in mot land. Under Byholmens lönnar och lindar blommar myska, vårärt, underviol och vätteros på våren. Bobäcken är en sjö som står i kontakt med Hästholmsviken. Båda har ett rikt fågelliv, särskilt under våren då stora skaror änder och svanar rastar. Detta brukar locka till sig havsörn, som ofta patrullerar över området. Bobäcken är ett viktigt lek- och uppväxtområde för braxen, ruda, sutare

och andra karpfiskar. Runt sjön växer några av områdets gamla ekar. I övrigt domineras halvön ner mot Häringenäs av strövvänlig gammal barrskog. Markerna är rika på vilt och under tidiga morgonpromenader stöter du ofta på rådjur, fälthare, grävling och räv.

Jätteekar och spännande grotta

Det finns gott om ädellövskog och gamla lövträd i hela reservatet. På vandring i reservatets västra del lägger man särskilt märke till de månghundraåriga ekarna. Ädellövskogen i Hammersta är en av de botaniskt rikaste i länet. I lövträdens skugga växer sällsynta så kallade lundgräs som skogskorn, storgroë, lundslok

FAKTA

Häringe-Hammersta naturreservat ligger i Häringe och Nynäshamns kommuner. Reservatets landyta är 1 050 hektar och det bildades 1990.

Häringe slott är hotell- och konferensanläggning med restaurang, telefon 08-504 204 40, www.haringeslott.se.

Hammersta gårds café och gårdsbutik, telefon 08-500 494 10.

De flesta vägarna i Häringe och Hammersta är avspärrade för biltrafik. Det är båtförbud på Bobäcken, Maren och i Muskån.

Markägare och reservatsförvaltare är Skärgårdsstiftelsen: telefon 08-440 56 00, www.skargardsstiftelsen.se.

VÄGBESKRIVNING

Buss 847 från Västerhaninge till hållplatserna Häringe grindar eller Hammersta.

Bil: Nynäsvägen (väg 73), skyltade avfarter mot Häringe och Hammersta.



och strävlost. Lättare att känna igen är vildväxande murgröna, doftande ramlök och hässleklocka.

Söder om Hammersta gård ligger den gamla borgruinen efter Hammerstahus från 1300-talet. I reservatet finns också fyra gravfält och tre fornborgar. Vid Frubergets västra sida finns en bergbrant med en grotta – Frugrottan eller Frubergsgrottan. Du måste klättra för

att komma in i den tio meter långa och fem meter höga grottan och det kan vara lite svårt att hitta ingångarna. Ficklampa kan vara bra att ha. Enligt traditionen är Frugrottan uppkallad efter en fru på Hammersta som med sina rikedomar och husdjur försökte gömma sig undan förföljare i grottan men som blev avslöjad av en galande tupp.

32. Utö

Utö ligger i Haninge kommun i Stockholms södra skärgård. Den norra delen av ön med omgivande öar och vattenområde är skyddad som naturreservat. Mitt i reservatet ligger Gruvbyn vid öns gamla järnmalsgruva. Naturen domineras av barrskog, hagmarker, kalkstråk med ett rikt växtliv och kalspolade klippor mot öppet hav i öster.



På vissa delar av Utö finns urkalksten i berggrunden. Kalkstråken finns främst i ett band på öns norra del och här växer många kalkgynnade arter som till exempel Adam och Eva, mandelblom och grusbräcka. Vid Kroka nära Utös nordligaste udde är floran som rikast. Kroka är inte bara intressant ur botanisk synvinkel utan är också en fin fågellokal, särskilt vid västliga och nordvästliga vindar under hösten, då flyttande rov- och småfågel blåser dit. Norra Utö är också känd som fjärilslokal. Under högsommaren flyger till exempel den stora apollofjärilen över hållmarkerna

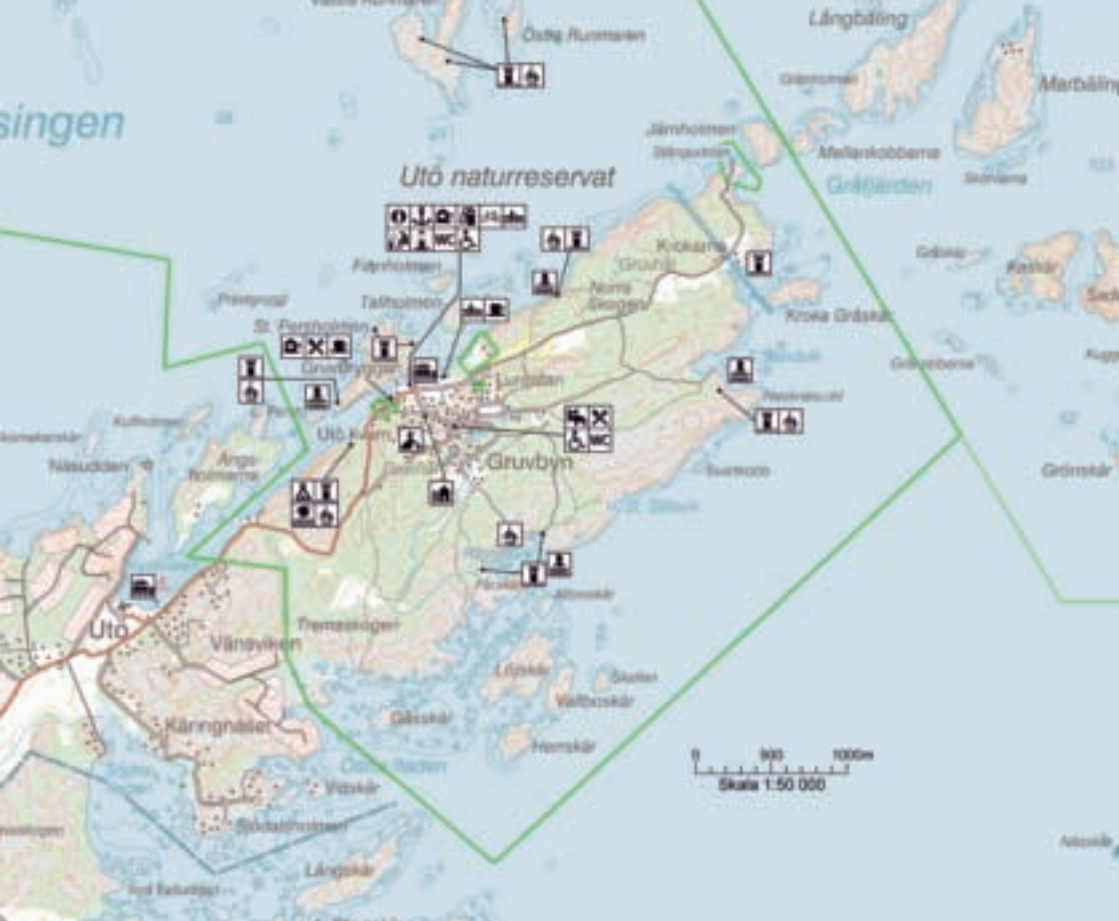
norr om Tremaskogen. Apollofjärilens larver lever på kärleksört som växer i klippskrevorna (fjärilen är fridlyst).

700 år som gruvsamhälle

I reservatet ingår också Utö gruvor som vittnar om den järnmalsbrytning som förekom här till och från under 700 år med början redan under 1100-talet. Här finns flera byggnader bevarade från 1700- och 1800-talets gruvsamhälle. Den karaktäristiskt småskaliga och enkla trähusbebyggelsen längs Lurgatan är den mest välbevarade i Gruvbyn. På berget väster om byn står den sevärda väderkvarnen som uppfördes 1791. Varphögarna från de stora gruvhålén är spännande att undersöka för



Apollofjäril



den mineralintresserade – här kan man hitta guldglänsande svavelkis, blå turmalin och röda granater. Tänk dock på att låta stenarna ligga kvar!

Cykel, kanot och bad

Norra Utö har många fina badställen med långgrunda, barnvänliga stränder och klippbad. Ett av de mest lättillgängliga klippbaden finns vid Rävstavik. En fin strand finns vid Barnens bad strax norr om Grubbyn. I Grubbyn, där båtarna från Årsta brygga anlöper, finns väl utbyggd service för besökarna med bland annat gästhamn, affär, bageri, världshus, kajak- och cykeluthyrning, konferensanläggning och vandrarhem.

FAKTA

Utö naturreservat ligger i Stockholms södra skärgård öster om fjärden Mysingen i Haninge kommun. Reservatet omfattar ett stort skärgårdsområde med hela norra Utö samt öarna Mysingsholm, Östra och Västra Runmarö samt några öar öster om Utö. Reservatet bildades 1974 och har en landyta om 605 hektar. Reservatsförvaltare och markägare: Skärgårdsstiftelsen, telefon 08-440 56 00, www.skargardsstiftelsen.se. Utö turistbyrå, telefon 08-501 574 10, www.utoturistbyra.se.

VÄGBESKRIVNING

Buss 846 från Västerhaninge pendelstation till Årsta brygga, därefter Waxholmsbåt året om till Grubbryggan. På sommaren går även turer från Strömkajen i Stockholm via Saltjöbaden (cirka 3 timmar). På vintern går vissa turer från Dalarö (buss 839 från Handens pendeltågsstation).

Med bil till Årsta brygga, ta Nynäsvägen (väg 73) söderut, skyltad avfart från Fors trafikplats mot Årsta brygga.

33. Käringboda och Järflotta

Käringboda naturreservat är ett naturskönt område som ligger vid Nynäsviken sydväst om Nynäshamn. Halvön präglas av skogsklädda bergshöjder, uppodlade dalgångar och stora grunda havsvikar med smala inlopp. Strax sydost om Käringboda ligger ön Järflotta. Båda reservaten inbjuder till skogspromenader med svamp- och bärplockning och bad.



Sandstrand med strandvial på Järflotta.

Hela området är exempel på ett levande småskaligt odlingslandskap. Ett bondens landskap, med ängar, hagar, diken, stenrösen och skogsbryn, livsmiljöer för olika växter och djur som försvunnit eller hotas i dagens odlingslandskap. I Käringboda håller betande djur hagmarker och strandängar öppna. Flera mindre gårdar brukade förr marken på halvön. Idag är det Långholms gård som håller landskapet öppet.

Värmeälskande murgröna

För den som är intresserad av växter finns en hel del att upptäcka på halvön. I hagmarkerna växer rikligt med orkidén Adam och Eva på försommaren. På strandängarna kring gården Långholm finns spåttistel, backnejlika och jung-

frulin. I de lövskogsklädda sluttningarna mot bergen växer murgröna, en värmeälskande art med vintergröna blad.

Den norra delen av halvön genomkorsas av ett väl markerat stignät. Södra delen är mer orörd. Allra längst i söder skiljer en smal kanal Käringboda från Järflotta.

Till Järflotta med båt

Till Järflotta kommer man bara med egen båt eller taxibåt. Järflotta gård inramas av ett öppet jordbrukslandskap och björk-, ek- och hasselskogar med ett rikt fågelliv. Annars dominerar ön av karga tallskogar med fina sandstränder. Särskilt stränderna i söder samt vid Sågviken lockar många besökare på sommaren.



FAKTA

Käringboda och Järflotta naturreservat ligger sydväst om Nynäshamn. Reservaten är stora, tillsammans omfattar de en landyta om 1 795 hektar. Järflotta bildades 1968 och Käringboda 1974. Här finns många skyddade naturhamnar för den som kommer med båt. Reservatsförvaltare är Skärgårdsstiftelsen, telefon 08-440 56 00, www.skargardsstiftelsen.se. Markägare: Skärgårdsstiftelsen och enskild.

VÄGBESKRIVNING

Till Käringboda och hållplats Järflottavägen tar man sig med buss 848 och 852 från Nynäshamn, promenad cirka 1 km till reservatsgränsen.

Med bil: Ta av mot Torö från Nynäsvägen.

Skyltat till reservatet.

Järflotta nås med egen båt eller taxibåt. För taxibåt kontakta Nynäshamns turistbyrå, telefon 08-520 737 00.

Naturskydd i Stockholms län

I Stockholms län finns 2 nationalparker, drygt 230 naturreservat och 2 kulturreservat. Såväl Länsstyrelsen som kommunerna kan bilda reservat. Det finns cirka 50 kommunala naturreservat i Stockholms län. Länsstyrelsen skyddar främst områden som har nationell eller regional betydelse, medan kommunerna oftare arbetar med naturområden som är viktiga lokalt.

Länsstyrelsens arbete med nya naturreservat styrs ytterst av de nationella miljömål som fastställts av regering och riksdag samt de regionala miljömålen. För närvarande är Länsstyrelsens arbete med naturskydd i vårt län till stor del inriktat på att skydda skogar med höga naturvärden, våtmarker, tätortsnära naturområden samt vissa områden i skärgården.

Naturreservat, nationalparker och andra områdesskydd

Naturreservat är den vanligaste formen för naturskydd av områden. Reservaten avsätts för att skydda värdefulla naturmiljöer, den biologiska mångfalden eller för att bevara områden för rekreation och friluftsliv. *Kulturreservat* bildas för att bevara värdefulla kulturmiljöer.

Det starkaste områdesskyddet är *nationalpark*, där avsikten är att bevara ett större

sammanhängande område av en viss landskapstyp i dess naturliga tillstånd. Sverige har för närvarande 28 nationalparker. Nationalparkerna bildas av regering och riksdag.

Sveriges hittills enda *nationalstadspark*: Ulriksdal–Haga–Brunnsviken–Djurgården, bildades av riksdagen 1995.

För att skydda störningsskänsligt djurliv kan *fågelskydds- och sälskyddsområden* avsättas. Där är det förbjudet att vistas under en viss tid av året. *Naturminne* kan bildas för att skydda ett särpräglad naturföremål, till exempel ett gammalt träd eller ett flyttblock. *Biotopskydd* kan råda för mindre områden som är livsmiljöer för hotade djur- eller växtarter eller som annars är särskilt skyddsvärda.

Natura 2000

Natura 2000 är ett nätverk av skyddade områden inom hela EU. Sverige och de andra medlemsländerna i EU ska bevara områden som är värdefulla i ett europeiskt perspektiv. I Stockholms län finns det idag cirka 240 Natura 2000-områden. Områdena är utvalda för att där finns vissa särskilt skyddsvärda biotoper och naturtyper eller för att de hyser vissa växt- eller djurarter.



NATURA 2000-OMRÅDEN

Områden i denna guide som helt eller delvis ingår i Natura 2000:

Häverö prästäng, Häverö-Bergby, Grundsjomossarna, Norra Malma, Riddersholm, Ängsö, Angarnssjöängen, Trehörnings-skogen, Norra Järvafältet, Bogesundslandet, Väsby hage, Huvududden, Judarskogen-Kyrksjölöten, Nackareservatet, Storängsudd, Bornsjön, Paradiset, Tyresta, Gålö, Sandemar, Bullerö, Vattgruvsmossen-Envättern, Tullgarn, Södra Mörkö, Häringe-Hammersta, Utö och Käringsboda-Järflotta.



Hamlade träd i Ängsö nationalpark.

De olika länderna har ansvar för att Natura 2000-områdena får den skötsel de behöver och att de skyddas från skador. Många av områdena är redan skyddade som naturreservat eller nationalparker. Vissa områden kommer att bli reservat, andra bevaras på annat sätt.

Skötsel av områdena

Många av de naturvärden som finns i våra reservat och nationalparker kräver skötsel för att bibehållas. Jordbruk med betesdrift är ofta en viktig förutsättning för att bevara natur- och kulturvärden i jordbrukslandskapet. Många markägares och brukares engagemang och insatser för skötseln är därför av stor betydelse för områdenas värden.

Vissa skogar är helt avsatta för naturvård och får inte avverkas. Inom andra områden bedrivs skogsbruk som är anpassat till friluftsliv och naturvård.

I vårt län är det oftast Länsstyrelsen, kommunen eller Skärgårdsstiftelsen som förvaltar naturreservat och nationalparker.

NÅGRA FAKTA OM SKYDDADE OMRÅDEN I STOCKHOLMS LÄN

- I Stockholms län finns 2 nationalparker, 235 naturreservat och 2 kulturresevat (år 2007).
- De skyddade områdenas landyta är cirka 40 000 hektar, vilket motsvarar 6 procent av länets totala area eller två gånger Stockholms kommuns landyta!
- Länets största naturreservat, om man räknar med vattenområdet, är Storö-Bockö-Lökaö utanför Möja i Stockholms skärgård, 6 048 hektar.
- Det minsta reservatet är Fäviksgrundet i Norrtälje kommun, endast 0,6 hektar stort.
- Det nordligaste reservatet är den lilla ön Långgrundet norr om Singö i Norrtälje kommun. Det sydligaste är Öja-Landsort utanför Nynäshamn.
- Länets äldsta skyddade område är Ängsö nationalpark, som tillhör Sveriges första nationalparker bildade den 24 maj 1909. De är också Europas första nationalparker! Därför firas nationalparkernas dag i hela Europa den 24 maj varje år.

Allemansrätten

DU FÅR TA DIG FRAM till fots, cykla, rida, åka skidor och tillfälligt vistas i naturen om du inte riskerar att skada växande gröda, skogsplantering eller annan känslig mark. Men du måste respektera hemfriden och får inte passera över eller vistas på privat tomt eller gårdsplan.

DU FÅR PASSERA genom inhägnad betesmark och liknande bara du inte skadar stängsel eller stör boskapen. Stäng grindar efter dig så att boskap inte kommer lös.

DU FÅR FÄRDAS ÖVER VATTEN, bada, tillfälligt förtöja din båt och gå iland överallt, utom till exempel vid tomt och privat brygga. Det kan finnas särskilda regler för sjötrafik, till exempel fartbegränsning.



DU SOM RIDER måste vara extra försiktig. Risken för markskador är stor, särskilt när man rider i grupp. Rid inte i markerade motionsspår, skidspår, vandringsleder eller över mjuka och ömtåliga marker.

DET ÄR TILLÅTET ATT slå upp ett tält för något dygn på mark som inte används för jordbruk och som ligger avsides från boningshus. För camping i grupp eller under längre tid bör markägaren frågas om lov.

DU FÅR GÖRA UPP ELD om det inte är någon fara för brand. Släck noga. Vid torrt väder råder ofta eldningsförbud. Elda aldrig direkt på klipp hållar, de får sår som aldrig läks.

DU FÅR INTE KÖRA bil, motorcykel, moped eller andra motordrivna fordon på barmark i terrängen. Det är inte heller tillåtet att köra in med motordrivna fordon på enskilda vägar som genom vägmärke är avstängda för motortrafik. Du kan normalt parkera omedelbart intill vägen om du inte bryter mot trafikregler, skadar marken eller stör markägaren.

DU FÅR PLOCKA VILDA BÄR, blommor och svamp och ta nedfallna grenar och torrt ris på marken. Men du får inte ta kvistar, grenar, näver, bark eller löv. Självklart får du inte heller ta buskar eller fälla träd. Vissa växter är fridlysta, se sidan 76.



ALL NEDSKRÄPNING utomhus är naturligtvis förbjuden. Glas, burkar och kapsyler kan skada både människor och djur, och plastpåsar kan orsaka stort lidande om djuren får dem i sig.

HUNDEN FÅR UNDER TIDEN I mars–20 augusti inte springa lös i skog och mark. Även under annan tid på året måste du ha din hund under sådan uppsikt att den inte kan skada eller störa djurlivet.

JAKT OCH FISKE INGÅR INTE i allemansrätten. Men du får fiska fritt med spö och andra rörliga handredskap i Mälaren och längs kusten. I alla andra vatten krävs tillstånd, till exempel fiskekort. Alla vilda däggdjur och fåglar och deras ägg, ungar och bon är fridlysta och får bara jagas enligt förutsättningsarna i jaktlagen.

OBSERVERA ATT ALLEMANSRÄTTEN kan ha vissa begränsningar inom naturreservat och nationalparker. Det kan till exempel vara förbjudet att elda. Särskilda föreskrifter finns anslagna i varje område och finns också på Länsstyrelsens webbplats www.ab.lst.se/natur.

LÄS MER om allemansrätten på Naturvårdsverkets webbplats: www.naturvardsverket.se/allemansratten.

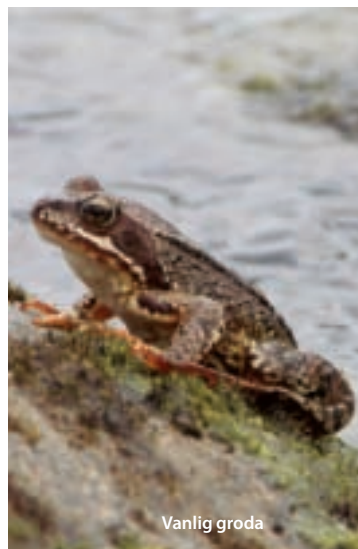
Fridlysta växter och djur



Backsippa



Björktrastungar



Vanlig groda

NÅGRA EXEMPEL PÅ VÄXTER i Stockholms län som inte får plockas eller skadas: samtliga orkidéer, blåsippa, backsippa, murgröna och mistel. Följande växter får plockas, men inte grävas upp och inte plockas för försäljning: Gullviva, liljekonvalj och samtliga lummerarter.

ALLA VILDA FÅGLAR OCH DÄGGDJUR (inklusive fladdermöss) och deras ägg och bon är fredade, med undantag av vissa arter som får jagas enligt jaktlagens regler.

ALLA SVERIGES GRODOR, PADDOR OCH ÖDLOR är fridlysta. De vanligaste arterna – kopparödla, skogsödla, mindre vattensalamander,

vanlig groda, åkergroda och vanlig padda – får man ta upp i handen och studera, men inte flytta från platsen. Det är också tillåtet att ta hem lite rom eller yngel för att studera djurens utveckling men då måste djuren sedan sättas tillbaka.

ALLA ARTER AV ORMAR är fridlysta. Dock får man på sin tomt fånga huggorm och flytta den, eller om ingen annan lösning finns, avliva den.

EN KOMPLETT FÖRTECKNING över fridlysta arter i länet finner du på Länsstyrelsens webbplats, www.ab.lst.se/natur.

TECKENFÖRKLARING

	Naturreservat, beskrivet
	Övrigt naturreservat
	Nationalpark
	Område med tillträdesförbud under hela eller delar av året
	Vandringsled, större stig
	Stängsel
	Informationstavla
	Parkering
	Telefon
	WC
	Torräss / Sopmaja
	Serverting / Café
	Restaurang
	Affär / Kiosk
	Naturhamn / Gästhamn

	Brunn / Färskvatten
	Campingplats / Tältplats
	Husvagnscamping
	Vandrarhem
	Hotell
	Rastplats
	Raststuga
	Vindskydd
	Eldplats
	Söptunna
	Badplats
	Utsiktsplats
	Båtuthyrning (roddbåt / kanot / kajak)
	Cykeluthyrning
	Gångbro
	Fågelitom
	Förminne
	Sevärdhet
	Handikappanpassat
	Friluftsgård
	Golfbana
	Skidsko
	Dusch
	Bastu
	Vägbom
	Bensinstation
	Sikergårdsbåt / Taxibåt
	Busshållplats
	Tunnelbanestation
	Järnvägsstation

ATT TÄNKA PÅ

I naturreservat och nationalparker gäller särskilda regler som är olika för varje område. Vanligtvis gäller följande:

- Hunden ska hållas kopplad. Om du besöker områden med lösgående betesdjur, var extra varsam!
- Elda får man bara göra på anvisade platser.
- På några platser finns fågel skyddsområden med tillträdesförbud, oftast under vår och sommar. Respektera dessa!
- I många områden pågår jordbruk och annan verksamhet som bedrivs av markägare och andra brukare. Tänk på att du som besökare visar hänsyn.

Föreskrifterna finns anslagna på skyltar i områdena eller kan läsas på Länsstyrelsens webbplats www.ab.lst.se/utflyktsguide. Finns anslagna på skyltar i områdena eller att läsa på Länsstyrelsens webbsida www.ab.lst.se/natur.

I Stockholms län finns mycket att upptäcka för den som vill besöka naturen. Skärgårdens och kustens natur, gamla kulturbygder med ängar och hagar, vidsträckta skogsområden och naturområden alldeles inpå storstaden.

I länet finns över 200 naturskyddade områden - naturreservat och nationalparker. I denna skrift har vi samlat 33 av de mest besöksvärda. Områdena beskrivs med text, karta och bilder. Allt för att du som länsinvånare eller besökare hos oss ska kunna hitta ut i vår fina natur!

Ytterligare exemplar av utflyktsguiden kan kostnadsfritt beställas från Länsstyrelsen. Gå in på vår webbplats www.ab.lst.se/utflyktsguide för att beställa, eller ring 08-785 47 45. Guiden finns också som pdf på webben
ISBN 91-7281-245-1

Länsstyrelsen i Stockholms län
Hantverkargatan 29
Box 22067
104 22 Stockholm
Telefon 08 - 785 40 00 (vxl)
www.ab.lst.se