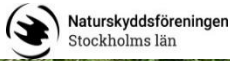


STORSTOCKHOLMS NATURGUIDERS PROGRAM



2 MARS – 27 APRIL 2025

❖ SÖNDAG 2 MARS Uggletid i Nationalstadsparken

Följ med Henrik Waldenström på en ugglespaning i Nationalstadsparkens vårvintermörker. Ta med kikare och varma kläder och följ med på en spännande vandring. Möt naturen med alla sinnen, där hörseln är extra viktig. Dessutom får du veta mycket om Nationalstadsparken och hur den bildades.

Samling vid Universitets Tunnelbana kl 19:00 och slut i Norra Djurgårdstaden ca 22:00.
3 timmar, ca 4 km
Nationalstadsparken 30 år

❖ SÖNDAG 9 MARS Söders höjder

Sover naturen på vintern och finns det ens någon natur i stan då? Följ med Margareta Lysell på en vandring från Sofia bort mot Skinnarviksbergen (hur långt det blir beror på isförhållanden mm) och fördjupa dig i förkastningsbranter, bergsparker och det naturlandskap som gjort staden Stockholm till en av världens vackraste städer. Se träden i vinterversionen och kolla vilka fåglar som är kvar i stan. Ta gärna med kikare.

Samling kl 11:00 vid busshållplats Sofias skolan.
Ca 2 timmar, 3 km

❖ SÖNDAG 16 MARS Judarn - islossning och vårkänsla?

Vid Judarnsjön om vintern kan du skåda skridskoåkare och korvgrillare. Men vid sidan av detta finns skogens och sjöns alla växter och djur som bidar sin tid inför vårens återkomst. Så här i mars börjar ljuset återkomma och fåglarna kvittrar och kanske har isen smält på sjön. Här får du också veta vad en de Geermorän är. Helena Klangemo tar er med på en vandring genom ett stadsnära naturreservat i vårvintern.

Samling kl 11:00 vid Åkeshovs slott, T-bana Åkeshov.
3 timmar, 3 km

www.utinaturen.nu

Besök gärna vår Facebooksida "**Storstockholms Naturguider**"
Där finns bland annat mer information om guidningarna och bilder från tidigare guidningar.



Skarv som torkar vingarna

Nationalstadsparken fyller 30 år!

Vi uppmärksammar detta under året med ett antal guidningar i området. Guidningarna är markerade med "**Nationalstadsparken 30 år**"

Det finns mycket mer om jubileet på den här sidan:

www.nationalstadsparken.se

OBS! I år har vi sänkt priset på guidningarna till 100 kr för medlemmar i Naturskyddsföreningen och till 120 kr för icke medlemmar. Under 18 gratis.

- lättgången tur i lugnt tempo
- ❖ terränggående, snabbare tur
- ◆ mer krävande tur

❖ SÖNDAG 23 MARS Nackareservatet – favorit i repris

Detta reservat återkommer vi gärna till. Stort och stadsnära är det ett av de mest besökta naturreservaten i Stockholm. Ett sammanhängande grönt område från Nacka till Skarpnäck. Ett viktigt område för den biologiska mångfalden i Stockholm. Tobbe Ljunglöf tar er med på genom parken som alltid har spännande saker att visa upp.

Samling vid Björkhagens tunnelbanestation kl 11:00.
Ca 4 timmar, 5 kilometer

❖ SÖNDAG 30 MARS Lidingö – från Baggeby till Kappsta

Upptäck Lidingös kustnära pärlor – en vandring genom natur och kultur!

En tur genom grönskande parkmiljöer, förbi historiska gårdar och längs den vackra kusten med utsikt över Stockholms inlopp. Isak Isaksson leder oss och vi spanar särskilt in vårfloran i två fina lövskogslundar, nämligen Ekbacken i Larsberg och naturreservatet Kappsta.

Samling Baggeby torg kl 10:00 (Hpl Baggeby, Lidingöbanan, från Ropsten 9:41 tåg 21*)
4 timmar 4 km

❖ SÖNDAG 6 APRIL Sandemar

Ett Eldorado för fågelskådare, men även fina betade marker gör Sandemar till ett unikt område. Häckande och rastande fåglar och en variationsrik flora möter besökaren.

Följ med Anders Tranberg på en tur som ger en helhetsupplevelse av vacker natur i Östersjöns närhet med vårens fåglar i fokus.

Samling vid busshållplats Sandemar 9:45 (Buss 839 från Handens station kl 9:14)
5 timmar, 4 km

Storstockholms naturguider



Kommer du med kostar det **100 kr** om du är medlem i Naturskyddsföreningen. **120 kr** om du inte är med. Är du under 18 år går du med gratis.

Så medlemskap i Naturskyddsföreningen har många fördelar – inte bara för naturen!

Vandringarna genomförs i alla väder - ingen föranmälan behövs!

Betalning på plats
Swishkonto:
123 115 22 22

Ta med matsäck/fika för turerna över 2 timmar.

Våra guider är universitetsutbildade biogeovetare, biologer eller motsvarande, och många är auktoriserade av Stockholm Visitors Board. Vi tar även in duktiga gästguider ibland.

*Buss och tågtider. Kontrollera gärna tiden med SLs trafikinformation: [http://sl.se/](http://sl.se)
Många aktuella guidningar genomförs i samarbete med Länsstyrelsen i Stockholms län. Se symbol.



Storstockholms naturguider

www.utinaturen.nu
KONTAKTPERSON
Torbjörn Ljunglöf

Torbjorn.ljunglof@naturskyddsforeningen.se

Foto: Tobbe Ljunglöf

UPPTÄCK NATUREN I STOCKHOLMS LÄN

2 MARS – 27 APRIL 2025

◆ ◆ ONSDAG 9 APRIL

Kyrksjön

Nu börjar grodorna kväka och det myllrar i översvämningsmarkerna. Dessutom har vårkvittret börjat i snären och träden, även om det kanske tystnat så här framåt kvällen. Men vi hoppas på grodlåten och annat som vårkvällen har att erbjuda.

Mitt i Bromma ligger denna pärla till sjö med gångvänliga stråk och en varierad natur. Ronny Fors tar er med på en vandring runt sjön och vi hoppas på att grodorna är alerta denna kväll.

Samling vid Åkeshovs T-banestation kl 19:00
2 timmar, 3 kilometer

◆ SÖNDAG 13 APRIL

Norra Djurgården

Anton Blanch leder oss genom Nationalstadsparken med dess natur och rekreationsvärden till Norra Djurgårdsstaden. Vi kollar in vad naturen visar upp för oss under i vårmånaden april.

Det blir också mycket om hur planeringen går till när det gäller byggnation av bostadsområden och annan infrastruktur i närheten av parken.

Ta gärna med kikare, fika och något att sitta på.

Samling utanför T-banestation Universitet kl 10:00. Avslut vi T-bana Ropsten.

3 timmar, ca 4 km

Nationalstadsparken 30 år



Algräs i vinterskrud

Påsklovsextra!

◆ ONSDAG 16 APRIL

Skutans grodorkester

Upplev en kväll av grod och paddspaning runt våtmarken vid Skutans gård. Om vårtiden nu är som den brukar så ljuder en hel orkester av bubblande, knarrande och kurrande. Britta Ahlgren leder turen och berättar vilka som spelar. Ha gärna med egen ficklampa och ta ordentligt på fötterna – markerna är fuktiga/våta.

Samling kl 19:15 på parkeringen vid Skutans gård (buss 839 från Handens station kl 18:59* anländer 19:05 till busshållplats Skutans gård).

- lättgången tur i lugnt tempo
- ◆ terränggående, snabbare tur
- ◆ mer krävande tur

Vad händer i maj?

Preliminärt program med reservation för ändringar:

Söndag 4 maj
”Gröna kilarnas dag”
Rydboholm

Onsdag 7 maj
”Kvällstur med salamander”
Judarn

Söndag 11 maj
”Ekar och vitsippor”
Norra Malma,
Svanberga, Norrtälje

Lördag 17 maj
”Fågelhelg”
Fysingen

Söndag 18 maj
”Fågelhelg”
Angarnsjöängen

Söndag 25 maj
”Vårblommor”
Täby prästgårdsängar

◆ MÅNDAG 21 APRIL

Gålö om våren

(Annandag påsk) Sedan länge är markerna betade i detta naturreservat. Det gör att en unik och numera hotad betesmarksflora växer i hagarna. Dessutom hittar vi strandnära områden med magnifik utsikt över skärgården. En påskutflykt där vi hoppas att några av vårens växter visar sig. Tobbe Ljunglöf guidar genom ett förhoppningsvis försommargrönt landskap.

Samling vid busshållplats Stegsholm kl 11:35. Buss 845 från Västerhaninge station 11:20.*
3 timmar, 4 km



Snöbärsbuske i snö

◆ ◆ SÖNDAG 27 APRIL

Sånglärkans dag

Nu börjar sånglärkans drillande höras över åkrar och öppna marker. Den lilla skönsångaren som aldrig tycks vila, har en ganska jobbig tillvaro nu och minskar i antal.

Följ med Henrik Waldenström över bland annat Ladugårdslandets gräsytor och hör mer om denna fågel och andra arter. Här blir det också gedigen information om parkens bildande av initiativtagaren Henrik som också inventerat sånglärkorna i området. Medtag kikare och fika för en rast.

Samling vid busshållplats "Thielska Galleriet" kl 10:00 (buss 67). * Slut: Ladugårdsgårde ca kl 12:30.
3 timmar, 3 km

Nationalstadsparken 30 år

Storstockholms naturguider



Naturskyddsföreningen
Stockholms län

Kommer du med kostar det **100 kr** om du är medlem i Naturskydds föreningen. **120 kr** om du inte är med. Är du under 18 år går du med gratis.

Så medlemskap i Naturskyddsföreningen har många fördelar – inte bara för naturen!

Vandringarna genomförs i alla väder - ingen föranmälan behövs!

Betalning på plats
Swishkonto:
123 115 22 22

Ta med matsäck/fika för turearna över 2 timmar.

Våra guider är universitetsutbildade biogeovetare, biologer eller motsvarande, och många är auktoriserade av Stockholm Visitors Board. Vi tar även in duktiga gästguider ibland.

*Buss och tågtider. Kontrollera gärna tiden med SL:s trafikinformation: <http://sl.se/>

Många aktuella guidningar genomförs i samarbete med Länsstyrelsen i Stockholms län. Se symbol.



Länsstyrelsen
Stockholm

Storstockholms naturguider

www.utinaturen.nu

KONTAKTPERSON
Torbjörn Ljunglöf

Torbjorn.ljunglof@naturskyddsforeningen.se

Foto: Tobbe Ljunglöf

Vi ses ute i naturen!