

Naturkart for Smalvollen

Hilde Friis Solås og Elen M. Søreide Lie

Naturvernforbundet i Oslo og Akershus

**Ta en tur til Smalvollen når mjødurten blomstrer!
Denne oasen i Groruddalen har også mye fuglesang!**



Se bekkeblommen
lyse om våren!



Foto: Bård Bredesen og Naturarkivet ©

Sidsensvan er glad i
rognebær!



Korsved har fargerike
bær om høsten!



Vendelrot – gammel
medisinplante med
sterk lukt!



Naturvernforbundet i Oslo og Akershus
www.noa.no

Innhold

Biologisk mangfold	3
Naturkartene	3
Hva er et vegetasjonskart?	3
Post 1 Piletrær og ugrassamfunn	4
Post 2 Hagemarkskog	5
Post 3 Tursti/kulturpåvirket	6
Post 4 Gråorskog	8
Post 5 Strandsump med mjødurt	9
Post 6 Post med mange erterplanter	10
Alnaelva – langs stien videre	11
Post 7 Blomstereng i veikanten	12
Post 8 Elvesvinger (meandrer)	13
Post 9 Strandsump	14
Post 10 Kratt av gråselje	15
Post 11 Parkslirekne	15
Vegetasjonskart med natursti	16
Post 12 Kjuke i gråorskogen	17
Fugler i området	17
Treslag i området	18

Ordforklaring

Jordstengel - underjordisk del av stengel (ikke rot).

Kjertel - et lite organ som skiller ut stoffer.

Kjertelhår - hår med klebrig, ofte kuleformet spiss.

Sambu - både hann- og hunn-blomster på samme plante.

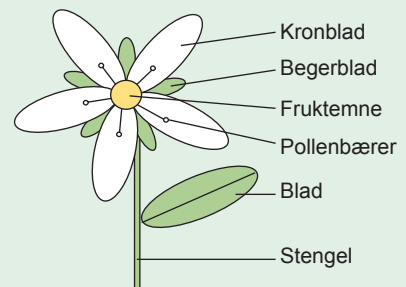
Særbu - hann-blomster på noen planter. Hunn-blomster på andre.

Biologisk mangfold - variasjonene av livsformer som finnes på jorden.

Det betyr millionene av planter, dyr og mikroorganismer, arvestoffet deres og det samspillet de er en del av.

Berggrunn er hardt fjell. Berggrunnen består av ulike bergarter.

Jordsmonn er oppsmuldret fjell blandet med rester av døde planter og dyr. Det er i jordsmonnet planterøttene finnes.



Takk

En stor takk til alle som har bidratt i arbeidet med dette heftet! Maria Lihaug og Elin Haraldsen ved Tveita skole har kommet med nyttige innspill til den pedagogiske utformingen. Egil Bendiksen i NINA og Bård Bredesen i Bymiljøetaten har kommet med gode innspill i forhold til trasévalg. Vegar Bakkestuen i NINA har hjulpet oss med kartgrunnlag. Christer Karlsson i Bymiljøetaten har kommet med nyttige innspill om turveier. Gjermund Andersen og Jørgen Huse har bidratt administrativt og David Keeping har laget layouten. Takk til Naturarkivet, Norsk Botanisk Forening (Plantefotoarkivet), Wikipedia og Jostein Myre for utlån av bilder. Groruddalssatsningen ved Miljøverndepartementet har finansiert prosjektet.

Redaksjon

Forfattere: Hilde Friis Solås og Elen M. Søreide Lie

Foto: Hilde Friis Solås (hvis ikke annen er nevnt)

Layout: David Keeping

©Naturvernforbundet i Oslo og Akershus 2011

Kilder

Bendiksen, E. & Bakkestuen, V. (2000) Flora og vegetasjon langs Alna og Tokerud-bekken. Friluftsetatens rapportserie nr.: 1-2000.

Berg, G.A. (1980) Floraen i farger 1. H. Aschehoug & Co.

Falk, B. & Kallenberg, L. (1985) Barnas bok om trær. Norsk utgave. Aventura forlag.

Fremstad (1997) Vegetasjonstyper i Norge. NINA Temahefte 12: 1-279.

Fylkesmannens miljøvernnavdeling i Oslo og Akershus: fylkesmannen.no

Haugset, T., Alfreidsen, G. & Lie, M.H. (1996) Nøkkelbiotoper og arts mangfold i skog. Siste sjansje, Naturvernforbundet i Oslo og Akershus.

Kummen, T. & Larsson, J.Y. (1990) Vegetasjonskart for Oslo. Oslo kommune, etat for miljørettet helsevern.

Kålås, J. A., Viken, A., Henriksen, S. & Skjelseth, S. (red.) (2010) Norsk rødliste for arter 2010. Artsdatabanken.

Lid, J. & Lid, D. T. (2005) Norsk flora. 7. utgave ved Reidar Elven. Det norske samlaget.

Lindbekk, B. (2000) Våre skogstrær. Omega forlag.

Miljøstatus: miljøstatus.no

Mossberg, B. & Stenberg, L. (2007) Gyldendals store nordiske flora. Norsk utgave. Gyldendal Norsk Forlag.

Naturarkivet: www.naturarkivet.no

Nylén, B. (2001) Sopp i Norden og Europa. Landbruksforlaget.

Pedersen, A.Ø. & Starholm, T.I. (2000) Fugler langs Alna - registrering av syngende spurvefugl våren 2000. Feltrapport 3. Friluftsetaten, div. skog og friluft. 12 s.

Ryvarden, L. (red.) (1994) Norges planter. J. W. Cappelens forlag.

SABIMA-seminar om ny lov om biologisk mangfold: **Professor Nils Chr. Stenseth**, UiO: Hva er nødvendig av arealer for å sikre det biologiske mangfoldet?

Stordal, J. (1977) Soppene i farger. H. Aschehoug og Co.

Store norske leksikon: www.snl.no

Wikipedia <http://no.wikipedia.org>

Biologisk mangfold

Vi vil vise deg noe av den store variasjonen som finnes selv på dette lille området. I Norge finnes det trolig så mye som 60 000 ulike dyre- og plantearter. I 2010 kom det en ny norsk rødliste for arter. Dette er en vurdering av om artene står i fare for å forsvinne fra norsk natur. Artene som står i fare for å forsvinne fra norsk natur kalles truede arter. Dette er mange – hele 2399 arter! Rødlista forteller oss at de største truslene mot artene er skogbruk og menneskers nedbygging. **Det forsvinner et lite stykke Norge hver dag!**

Arter forsvinner ikke alltid med en gang selv om man ødelegger store deler av leveområdet. Men etter en tid kan artene likevel dø. **Det er farlig å være få.** Når det er få individer igjen av en art skal det bare en tilfældighet til for at den skal dø ut. Det er også viktig at de områdene som er igjen er sammenhengende. Da kan dyr og planter av samme art holde kontakten med hverandre og formere seg. Men hva kan så du gjøre? Hvorfor forteller vi dette til deg? Fordi det du gjør betyr noe! Fordi hver og en av oss har et ansvar for hvordan det går med naturen vår. **Vi ønsker å dele naturgleden med deg fordi: Det vi er glad i – det har vi lyst til å verne om!**



Foto:
Jostein
Myre

Naturkartene

Naturvernforbundet i Oslo og Akershus har så langt laget 19 naturkart for områder i Oslo. Flere er underveis. I utgangspunktet inneholder heftene informasjon som er bygget opp rundt et **vegetasjonskart**. Her på Smalvollen har vi i tillegg informasjon om noen dyr i området.

Hva er et vegetasjonskart?

Er ikke skog bare skog? Kan det være noe system på hvor ulike typer skog finnes? Alle ville planter lever i en konstant konkurranse med hverandre. De må konkurrere med hverandre om vann og næringsstoffer til røttene sine og om å få lys til bladene sine. Den planten som er best tilpasset miljøet på voksestedet, vil vinne denne kampen. Hvilke planter som vokser i et område bestemmes av **økologiske faktorer**. Økologiske faktorer er f.eks. vanntilgang, klima, snødekke, berggrunn, jordsmonn og næring, og ikke minst dyr og andre planter. De plantene som vokser et sted, er de som utnytter og tåler de økologiske faktorene best på akkurat det stedet. I områder som har fått utvikle seg fritt gjennom noen hundre år er det derfor langt fra tilfeldig hva som vokser hvor. Planter som har noenlunde samme krav til miljøet, og samtidig er tilpasset hverandres tilstedeværelse, vil vokse på samme sted. De danner det vi kaller et **plantesamfunn** eller en **vegetasjonstype**. Det er disse du finner igjen på **vegetasjonskartet**. Vegetasjonskartet kan fortelle deg hvor du finner blåbær, for eksempel!

Vegetasjonen varierer, men ikke alltid etter skarpe grenser. Det er derfor ikke sikkert du ser noe tydelig skille akkurat der streken går på kartet. Men tenker du på områdene samlet, vil du nok se at det er forskjell på dem.

MILJØMERKET



241 TRYKKERI 702

MILJØMERKET



241 TRYKKSÅK 702



Giftig/ Spiselig

Noen av plantene vi finner underveis er spiselige og også veldig gode. Men vær oppmerksom! IKKE SPIS noe FØR du er HELT sikker på hva det er og at det er spiselig! Mange planter som er giftige kan ligne på spiselige planter.

Plukking

Det kommer andre etter deg! Ikke plukk plantene på postene!

Trykk: BK Grafisk

Trykt utgave ISBN: 978-82-90895-58-2

Digitalutgave ISBN: 978-82-90895-59-9

Post 1 Piletrær og ugrassamfunn



Vi finner ugrasområder på jordfyllinger og andre steder der jorden nylig har vært gravd opp. Åpen jord er bra for planter som klarer å spire raskt og utnytte at området ikke har andre planter enda. Etter hvert får vi inn en annen type planter. Det er planter som klarer å spire og vokse opp tross hard konkurranse. De konkurrerer med de andre plantene om plass, vann og næring. Akkurat dette ugrasområdet gror igjen med gråor, selje, kurvpil, bjørk, spisslønn og alm.

Kurvpil *Salix viminalis* 1–5 m. Stor busk eller lite tre i pilefamilien. Lange, tynne og gulbrune kvister. Bladene er lange og lansettformede. Kurvpil stammer fra Mellom- og Øst-Europa. I Norge dyrkes den som hageplante. Langs Alnaelva vokser den forvillet.



Bringebær *Rubus idaeus* 0,5–2 m. Bladene består av tre små blader som er koblet sammen. Småbladene er tilspissede og hvite under. Kronblad opprette, små og smale, hvite. Trives på lysåpne steder. Røde bær – smak, da vell!



Pastinakk *Pastinaca sativa* 40–120 cm. Toårig. Sterk lukt! Grenet stengel, finnete blad og gule blomster i skjerm. Forvillet hageplante som trives godt på kalkrik jord. Blomstrer i juli–august.



Geitrams *Epilobium angustifolium* 30–150 cm. Rett, ugreinet og tettbladet stengel. Mørkerøde begerblad og rosa blomster. De blomstene som er nederst på stengelen starter å blomstre først. Utover sommeren begynner blomstene lenger og lenger opp på stengelen å blomstre. Dermed kan du se på geitramsen hvor langt vi har kommet på sommeren! Blomstrer juli–august.

Post 2 Hagemarkskog



Rundt gårdstun og gammel dyrket mark finner vi kulturpåvirket skog. Skogen ligner litt på granskog med lave urter, men det er som regel mest løvtrær her. I slike områder var det ofte dyr på beite. Derfor finnes det gjerne mange arter som tåler godt både beiting og tråkk. Hvor stort mangfold vi finner på skogbunnen varierer i forhold til f.eks. lys, varme og hvor næringsrik jorda er.

I hagemarkskogen **akkurat her** finner du: selje, bjørk, osp, rogn, gran, gråor, hegg og gullregn. I tillegg finner vi noen fremmede treslag.



Selje *Salix caprea* Små til store trær, 3–8 m. Blad 5–10 cm lange, eliptiske til omvendt eggformete, Bladene har tenner eller ujevn kant. Du kan lage seljefløyte av greinen når sevjen stiger opp i treet om våren!



Selje –
hannblomst



Selje –
hunnblomst



Gullregn – frø

Gullregn – blomst

Gullregn *Laburnum anagyroides*. Busk eller lite tre opp til 6–7 m. Store hengende klaser med gule blomster. Hvert blad består av tre små blad som er koplet sammen. Svært giftig!



Korsved *Viburnum opulus* 1–4 m. Trenger næringsrik jord med kalk for å kunne vokse. Blomstene står samlet i noe vi kaller en blomsterstand. Hos korsved er den flat, 5–10 cm bred. Det som ser ut som blomster, er ikke egentlig blomsten! Den er bare "reklameapparat". Meningen er å lokke til seg insekter. Selve blomstene er mye mindre og sitter i midten! Blomstrer i juli–august.

Post 3 Tursti/kulturpåvirket



Akkurat rundt en turvei vil det være ganske påvirket av selve turveien. Området nærmest turveien blir lys-åpent. Derfor vil andre planter vokse her enn inne i skogen. Det har vært gravd opp og fylt på jord for å lage turveien. I denne jorda er det gjerne mye frø.

Dette området får derfor en del kultur- og ugrasplanter. Men litt lenger fra turveien finner vi trær igjen.

Treslag rundt turveien **akkurat her**: Selje, bjørk, gråor, svartor, gran, rogn, osp, barlind, ask, alm, poppel, hegg og furu.



Fjellflokk *Polemonium caeruleum*. Opptil 90 cm høy. Planten har blållilla, hvite eller rosa blomster. Blomstene sitter sammen i klaser i toppen av planten. Fjellflokk har vært brukt som medisinplante mot hodepine og feber. Planten vokser vilt andre steder i landet, men her har den nok rømt fra en hage. Blomstrer i juni–august.



Akertistel *Cirsium Arvense* 40–120 cm høy. Flerårig. Blanke blad. Krypene jordstengel. Det som ser ut som en blomst er egentlig mange små blomster som sitter sammen i en kurv. Hannplanter har lyst purpurøde blomster. Hunnplanter fiolette. I slutten av august kan det være mange sommerfugler som suger nektar av åkertistelen. Blomstrer i juli–september.



Ullborre *Arctium tomentosum* 50–150 cm. Blomstrer juli-august. Ser du det ullaktige spindelet på borrene? Det har gitt planten navnet sitt. Bladstilkene til borrer har blitt brukt til suppe, eller kokt som grønnsak i Sverige. Den smaker nesten som asparges! Blomstrer i juli–september.



Marihøne *Coccinellidae* – er den her nå? Eller har den fløyet sin vei? Liten bille med sterke farger og lyse eller mørke flekker. Noen få lever av planter, men de fleste spiser bladlus og andre insekter. Enkelte marihøner brukes til biologisk bekjempelse. Det vil si at marihøner spiser skadeinsekter istedenfor at vi mennesker sprøyter plantene med gift.

Fremmede arter er planter og dyr som kommer fra et annet sted i verden. Der de kommer fra har de naturlige fiender. Det har de ikke alltid når de kommer til nye steder. Derfor kan de bli mange og fortrengte artene som hører naturlig hjemme der de sprer seg. De aller fleste artene utgjør ingen trussel, men en del arter sprer seg ganske kraftig. Eksempler på slike arter er kanadagullris, russekål og hagelupin. Har du hørt om andre?



Russekål *Bunias orientalis* 60–120 cm. Toårig, sjelden flerårig. Grov rot og grov, greinet stengel. Hver blomst har fire gule kronblad. Planten kom til Skandinavia som følge av svensk kornhandel med russerne på 1700-tallet. Første funn i Norge var rett før 1814. Fra da ble den stadig mer vanlig. På slutten av 1800-tallet var den ganske vanlig i Oslo området, og den fantes stedvis i påfallende store mengder. Blomstrer i mai-august.



Hagelupin *Lupinus polyphyllus* 50–250 cm. Innført art som lett forvilles på mager jord. Ofte i veiskråninger og langs jernbaner. Ugreinnet, hul stengel. Blader med 10–16 spisse småblad. Fargen på blomsten kan variere fra lilla til rosa, blå og hvit. Hårete belg med 5–9 frø. Blomstrer juni-august.



Kanadagullris *Solidago canadensis* 50–150 cm. Flerårig. Sagtannede smale blad og gule blomster. Lager store mengder frø. Sprer seg også med rotskudd. Kommer fra Nord-Amerika. I Norge har den vært brukt som hageplante. Planten sprer seg lett fra hagen. Den vokser så tett at ingen andre planter klarer å vokse innimellom. Det blir et problem når den vokser på steder med sjeldne og sårbare arter. Blomstrer i august – oktober.

Post 4 Gråorskog



Fuglereir – hvilken fugl har lagt reir her, tror du? Ikke ta på eggene og ikke stå for lenge og sel! Om du ønsker å studere fuglereir nærmere: Se hvilke retningslinjer Direktoratet for naturforvaltning gir for bruk av kamera i fuglereir: <http://www.dirnat.no/content.ap?thisId=500034462&language=0>



Denne vegetasjonstypen finner vi gjerne langs elver og bekker der jorden ofte utsettes for flom. Gråor og hegg er de vanligste treslagene. Leiren vi finner i bakken på dette stedet er gammel sjøbunn fra istidens dager. Slik gammel sjøbunn holder godt på fuktigheten, og er svært næringsrik. Gråorskogen er frodig. Det er dessuten rikelig med død ved her. Død ved gir næring for insekter og sopp. Disse igjen blir mat for fugler og da får vi fin fuglesang! Hør som fuglene synger! Gråor-heggeskog er på høyde med tropiske regnskoger når det gjelder tetthet av fugler. (Tetthet opp mot 3000 hekkende par/km²).

Treslag i oreskogen akkurat her: Gråor, hegg, selje, bjørk, osp, rogn, ask, asal og alm.

Gråor *Alnus incana*. Tre eller stor busk med lysegrå bark. Vinterknopper butte, hårete. Unge kvister korthårete. Blad matte, dobbelt sagtannete, spisse eller avrundete. Små frukter som ligner på kongler. Oreveden er myk og gulrød, og god å lage kjøkkenredskap og tresko av.



Vendelrot *Valeriana sambucifolia* 50–100 cm. Blad med 3–5 par småblad og et stort småblad i enden. Kronen 5–6 mm lang. Blomstrer juni–juli. Må ha det ganske fuktig, men kan ikke vokse nede i vann slik som elvesnelle. Blomstrer i juli–august.



Hegg *Prunus padus* Stor busk eller tre. Mørk, bitter bark. Blad brett lansettforma eller avlange, fint kvasstannete, dunhårete under. Hvite blomster i lang klase. Kjenn som den dufter om våren! (Denne er det ikke sikkert du ser akkurat her, men den fins litt lenger borte langs stien.)



Skvallerkål *Aegopodium podagraria* 30–100 cm. Blomstene er hvite, av og til rosa, og sitter i skjærmer. Nedre blad 1–2 ganger trekobla. Øvre blad trekobla. Trives på skyggefulle steder med kulturjord. Flerårig. Blomstrer i juni–juli.

Post 5 Strandsump med mjødurt

Se så nydelig mjødurten står her! Her er det nesten bare den som vokser – hvorfor er det sånn, tror du? I kanten finner vi litt andre planter også.



Mjødurt *Filipendula ulmaria* 50–100 cm. Vokser på fuktig/våt moldjord. Sterk lukt. Blad oftest hvitfiltete under. Små gulhvite blomster. Den har hatt betydning i utviklingen av aspirin. Blomstrer i juni–juli.



Fredløs *Lysimachia vulgaris* 50–150 cm. Bladene oftest 3 til 4 i krans eller av og til motsatte. Vokser på våte steder, gjerne kalkrik jord. Krone gul. Flerårig. Vokser i sumpskog, våt eng og vannkanter. Blomstrer i juni–august. For å lokke til seg insekter bruker ikke planten nektar, men olje. Denne oljen blandet med pollen er mat for bienes larver.



Skogsnelle *Equisetum sylvaticum* 15–60 cm. Denne planten har noen "bladskudd" og noen skudd for å formere seg. "Bladskuddene" er ru og har forgreinetete greiner. Se så grasiøst de bøyer seg!



6 Post med mange erteplanter



Hm! Her er det mange planter i samme familie! Familie? Ja, planter som har utviklet seg fra en felles stammor og stamfar er i samme familie. De vil ofte også ligne på hverandre. Her er det mange planter i erteblomstfamilien. Både rødkløver, skogkløver, hvitkløver, tiriltunge, fuglevikke og alsikkekløver tilhører den.

Treslag rundt posten: Bjørk, alm, hegg, rogn, spisslønn, selje, osp, svartor, furu, gråor, rødhyll og gråselje (ved elva).

Og om du leter litt kan du finne markjordbær og stikkelsbær.

Rødkløver og skogkløver - klarer du å se forskjell?



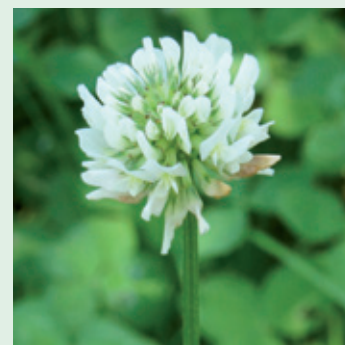
Rødkløver *Trifolium pratense* 15–50 cm. Urt i erteblomstfamilien. Opprett stengel. Trekoblede blad som sitter spredt. Røde blomster i hoder. Vanlig i hele landet. Flerårig. Rødkløver brukes mye som dyrefôr. Blomstrer i juni-september.



Skogkløver *Trifolium medium* 20–50 cm. Flerårig. Krone rød. Hodene stilket. Ligner veldig på rødkløver, men har smalere småblad. Stengelen har dessuten knebøyde ledd. Småbladene er glatte på oversiden, og hårete under. Blomstrer i juni-august.



Alsikkekløver *Trifolium hybridum* 20–50 cm. Småblad butte, lyse grønne og uten flekker. Blomstene er duftende. De er først hvite, senere rosa, til slutt brune. Kløver kan skaffe seg det nitrogenet den trenger rett fra lufta. Blomstrer i juni-august.



Hvitkløver *Trifolium repens* 10–30 cm. Vanlig i plener, på eng og i veikanter. Blomster hvite. Blekbrune etter blomstring. Alle plantene i kløverslekten har 3-koblede blader – derav slektsnavnet trifolium som betyr tre blader. Av og til får den et ekstra blad. Se om du finner en "firkløver" – det skal bety lykke! Blomstrer i juni-august.



Markjordbær *Fragaria vesca* 5–20 cm. Lange utløpere. Blad trekoplete. Midttannen på endesmåbladet er like lang eller lengre enn de andre. Kornblad 4–6 mm lange. Jordbæret løsner lett. Blomstrer i mai-juni. Modne bær fra slutten av juni.

Stikkelsbær *Ribes uva-crispa*. Lave busker. Ved hvert bladfeste sitter 1–3 torner. Blad små, dypt 3–5-flika. Blomster grønne eller litt røde, enkeltstående eller 2 (-3) sammen i bladhjørnene.





Tirltunge *Lotus corniculatus* 10–20 cm. Gule-rødorange blomster. Voker ofte på mager jord. Blomstrer i juni–juli.



Fuglevikke *Vicia cracca* 20–80 cm. Blå blomster. Lang, klatrende stengel. Finnede blad og en grenet klengetråd i enden av bladet. Klengetråden fester seg til andre planter. Da får vikken hjelp til å holde seg opp fra bakken. Hvorfor vil den det, tror du? Fuglevikke vokser i eng, skog og hei. Den kan også vokse i strandkanter og langs veikanter. Blomstrer i juni–september.

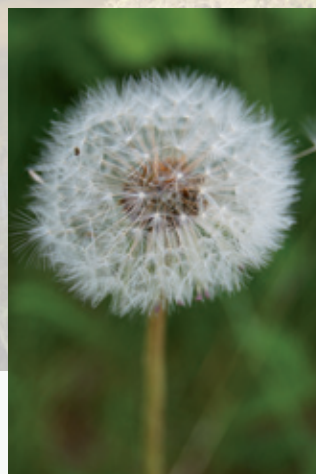
Alnaelva



Alnaelva er Oslos lengste elv. Den bukker seg 15 km fra Lillomarka til Bjørvika. Oslo ble grunnlagt ved elvens munning, og det ble tidlig lagt industri ved elvens fosser. Vannkraft var en viktig energikilde for industrien i gamledager. Elven renner i dag gjennom natur, boligområder, industriområder og parker. Noen steder ser vi ikke elva. Hvor renner den da?

Langs veien videre

Kanskje finner du disse underveis?



Løvetann *Taraxacum* Flerårig. Grov stengel. Blader i rosett. Blomstene står i kurver på bladløse, hule stengler. Plantene er fulle av hvit, besk saft. Kroner gule. Noen blomstrer så tidlig som i mai. Andre så sent som i august.



Fagerfredløs *Lysimachia punctata* 30–100 cm. Stengelen er uten greiner og blomstene er guloransje. Blomstene sitter i bladhjørnene. Fagerfredløs er en prydblade som vokser forvillet på Østlandet og langs kysten til Troms.

Post 7 Blomstereng i veikanten

En liten fargeklatt i veikanten!

Treslag rundt posten: Gran, bjørk, gråor, selje og hegg.



Hestehov *Tussilago farfara* 5–20 cm.
Vanlig på leiret, fuktig jord. Bladene kommer seinere enn blomstene. Bladene har et tett, filtaktig lag av hår under. Blomstrer i mars–april.



Hundekjeks *Anthriscus sylvestris* 50–150 cm. Flerårig. Stengelen er hul og kantete. Kronbladene er hvite. Ser du hvordan blomstene sitter sammen i en skjerm? Det er typisk for skjermplantefamilien som den tilhører. Men pass på, denne familien har mange giftige planter! Blomstrer i mai–juli.



Gulflatbelg *Lathyrus pratensis* 30–90 cm.
Vanlig på næringsrik jord i gjenvoksende eng, veikanter, beitemark og havstrand. Bladet ender i en klengetråd. Stengelen er kantet. 5–12 gule blomster i klase. Gulflatbelg er en næringsrik fôrplante, men smaker bittert. Derfor er ikke husdyr så glad i den. Blomstrer i juni–juli.



Skogstorknebb *Geranium sylvaticum* 15–80 cm. Vanlig på fuktig næringsrik jord. Etter avblomstringen dannes en lang del-frukt som ser ut som et nebb, derav navnet storknebb. Når frøene er modne sprekker "nebbet" opp, og frøene slynges ut. Smart, ikke sant? Blomstrer i mai–juli.



Prestekrage *Leucantemum vulgare* 20–70 cm. Flerårig. Stengel oftest uten greiner. Nederste blad stilkete. Når en eng slås jevnlig, blir det mer av denne. Nokså vanlig i det meste av landet, men det har blitt mindre av den i senere tid. Blomstrer i juni–august.



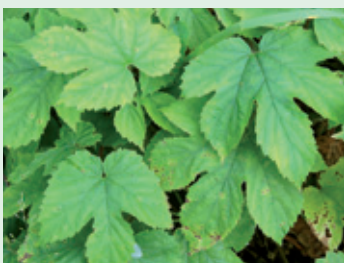
Gjerdevikke *Vicia sepium* 30–50 cm. Blad med 6–7 par småblad. Bladet ender i en lang tynn slyngtråd som er typisk for vikker. 3–4 kortstilkete, blåfiolette blomster i bladhjørnene.

Post 8 Elvesving og gråseljekratt



Elvesvinger (meandrer)

I Groruddalen renner Alnaelva over leirjord. Vi kan se at elven svinger og bukker seg. Vi sier at elven mean-drerer. Når det regner mye, eller det er sterk snøsmelting, blir vannet helt brunt av slam. Hvorfor blir vannet brunt? Når det blir mer vann i elven, renner vannet fortere. Vann som renner fort, klarer å grave løs og bære med seg leire. Elven graver løs leire i yttersvingene, tar leireslammet med seg, og legger det fra seg der vannet renner saktere (innersvinger og på flater). De flate elveslettene er viktige levesteder for planter og fugl.



Humle *Humulus lupulus* 2–5 m. Slyngplante med ru blader. Særbu (hann- og hunnblomster på hver sin plante). Hunnplantene har myke blomsterstander som ligner på kongler. Hannblomstene er i klaser. Blomstrer i juli–august.



Kratt av gråselje

Krattene av gråselje er svært tette – nesten ugjennomtrengelige! Denne vegetasjonstypen finner vi typisk langs innsjøer og elver. Der er jorden fuktig og næringsrik. På avstand ser du bare tett kratt. Går du nærmere innpå akkurat dette krattet vil du se humlen som klatrer i gråseljen.

Treslag i gråseljekrattet **akkurat her**: Gråselje, gråor og hegg.



Gråselje *Salix cinerea* 1–4 m. Store busker eller av og til trær opp til 10 m. Blad mykt gråhåret. Årets kvister er grålodne, fjorårets lodne. Blader 5–10 cm. Vokser på fuktige steder! Blomstrer i april–mai. Vanskelig å skille fra selje!

Post 9 Strandsump

Elvesvingene du nettopp leste om gir hele Smalvollen-området et særpreg. Smalvollen er det eneste strekket langs Alna hvor elva får svinge seg fritt over en stor, åpen elveslette! Hvis du ser ut over sletta kan du se at ulike deler av sletta har ulik farge. Det er ulike arter som vokser på disse stedene. Plantene som skal vokse her må tåle å bli oversvømmet jevnlig. Hadde du klart det? Noen planter tåler det bedre enn andre. Det er med på å bestemme hvilke planter som vokser hvor på sletta.



Bred dunkjævel *Thypha latifolia* 1–1,5 m. Blader 1,5–2 cm brede. Blomsterstanden først grønn, siden brun. Hunn-akset er kjæveformet, 10–20 cm langt og 2–3 cm bredt. Blomtrer i juli. Synes du den ligner på en kjæve?



Valurt *Symphytum officinale* 50–120 cm. Bladet har rund eller av og til hjerteformet bladgrunn. Beger 3–5 mm langt og med korte, eggformete fliker. Krone blå. Spres av maur. Blomstrer i juni-august.



Mjødur *Filipendula ulmaria* – husker du denne fra post 5?



Dagfiol *Hesperis matronalis*, 50–100 cm høy. Fiolette eller hvite, velluktende blomster. Dufter mest om kvelden. Gammel hageplante som forvilles lett. Flerårig. Dagfiol kalles også fruefiol. Blomstrer i juni-august.

Stornesle *Urtica dioica* 50–100 cm. Blad motsatte og tannede, dobbelt så lange som bladstiken. Med eller nærmest uten brennhår. Knippet av blomster er lengre enn bladstilken. Særbu. Blomstrer i juli–august. Vokser på næringsrik jord. Unge skudd kan kokes og gir nydelig nærende suppe. Lag suppe! Men ikke brenn deg!



Post 10 Kratt av gråselje



Enda et kratt av gråselje? Stanset vi ikke ved det i sted? Jo, men vi vil bare vise deg hvordan bekkeblommen lyser om våren! Og utpå sommeren kan det hende du får øye på springfrø.

Treslag i gråseljekrattet **akkurat her**: gråselje, hegg og gråor (osp bak – store trær).



Springfrø *Impatiens noli-tangere* 30–80 cm. Store, gule blomster. Når plantens kapselfrukt er moden, «eksploderer» den ved berøring og frøene slynges ut. Trives i fuktig og skyggefull skog.



Bekkeblom *Caltha palustris* 10–40 cm. Blomster 2–5 cm brede, mørkegule. Bladplater 5–8 cm brede, blankt mørkegrønne. Frøet er laget slik at det lett skal kunne spre seg med vann. Vanlig på våt, næringsrik jord. Ser du at planten klarer å vokse selv om den delvis er dekket av vann? Blomstrer i mai–juni.

Post 11 Parkslirekne



Parkslirekne *Fallopia japonica* 1–2 m. Blad brede og ca 10 cm lange eller større. Blomster hvite på tynne greiner. Innført (prydplante). Nå sprer den seg sterkt i strand- og skogkanter, dessuten langs veier. Den setter hos oss ikke modne frukter, men spres svært lett ved deler av røtter eller deler av stengelen. Disse kan spire på nytt! Blomstrer i september–oktober.

Parkslirekne er en fremmed art – husker du de fremmede artene vi så ved post 3?



Tegnforklaring

- Natursti
- Natursti-poster
- Elv/bekk
- Vei
- T-bane/tog
- Koter
- Bygninger

Vegetasjonstyper

- Oreskog
- Pileskog
- Pileskog/kratt av gråselje
- Kratt av gråselje
- Vanlig hagemarkskog
- Rik eng/vanlig hagemarkskog
- Rik eng
- Strandsump
- Ugras-samfunn
- Tursti (åpent, kulturåpent område)
- Ugras-samfunn/vanlig hagemarkskog
- Rikeng/strandsump

100 m Målestokk 1:5000



Oslos bymarker



Alnakrysset

Ole Deviks vei

Smalvollveien

Sigrid Unsets vei

Smalvollveien

Hellerud vgs

Tveita skole

Tvetenveien

Hellerud t-bane

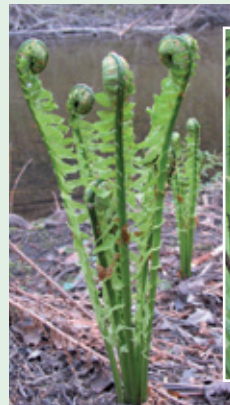
Post 12 Kjucker i gråorskogen



Vi møter gråorskogen igjen. Vi stanser for å se på noen kjucker på død ved og på litt strutseving. Kjucker er en sopp som vokser på trær. Den er hard, og har porer på undersiden. Se om du kan finne et dødt tre med kjucker. Ikke brekk dem av! De er bosted for en rekke biller og andre insekter. Når det er mye død ved i et område, får vi mye kjucker og insekter. Da blir det også mye fugler som lever av insektene. Død ved gir liv til skogen! Et annet vanlig innslag i gråorskogen er bregnen strutseving.



Rødrandkjuke *Fomitopsis pinicola* Fruktlegemene (den delen av soppen vi kan se) er harde som tre og har form som en hov: 10–40 cm bred, og 4–10 cm tykk. Ytterst har den en rødbrun rand. Porelaget (undersiden) er gulhvitt til svovelgult, og lukter syrlig. Vokser på stubber, særlig av gran, men også på andre treslag.



Strutseving *Matteuccia struthiopteris* 70–150 cm. Bregne. Danner store tuer med kortskaffete, lysegrønne og finlodne blad. Disse smalner nedover, men har sin fulle bredde nesten oppe ved den korte spissen. Sporehus sitter på egne blad som står gjennom vinteren. Se så fint den ruller seg ut om våren!

Fugler Mange ulike småfugl bruker Smalvollen som hekkeplass. Her finner fuglene skjulesteder, ro og mat. Her er det bra å bygge reder og få fuglunger. Dra hit om våren! Hører du fuglene synge? Hannfuglene synger for å tiltrekke seg en hunnfugl. Utover sommeren blir både hannfugl og hunnfugl travelt opptatt med å finne mat til sultne fuglunger. Du kan se foreldrene fly med nebbet fullt av insekter, åmer og meitemark.

Områder med gamle trær, tett gråor-heggeskog og våtmark har spesielt mange forskjellige fuglearter. Hvorfor er det slik tror du?

I skumringen suser flaggermus lynraskt på insektjakt mellom tretoppene. De styrer unna hver minste kvist selv i mørket. Flaggermusen lager lyder. Ekkoet fra disse lydene forteller den hvor det finnes kvister. Er det ikke utrolig at den kan finne veien i mørket på denne måten?

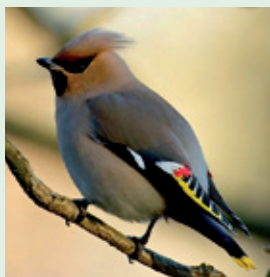


Foto: Bård Bredesen ©

Sidensvans *Bombycilla garrulus*. Sidensvansen kjennes lett på de kraftige fargene den har på vinger og halespiss. Vinger og halespiss har gule, røde, svarte og hvite tegninger. Hodet har en kraftig topp. Sidensvansen holder gjerne sammen i flokker, og er svært glad i bær. Rognebær er en favoritt! Oslo og Akershus er det området i landet hvor det finnes mest sidensvans.

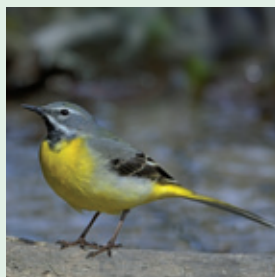


Foto: J. Myre

Vintererle *Motacilla cinerea*. Vintererlen har gult bryst, lang hale, og oversiden er mørkt gråblå med nesten svarte vinger. I vårdrakt har hannen svart strupe. Arten lever nær vassdrag. De fleste trekker sørover, men noen overvintrer. Slik har den fått navnet. Oslo og Akershus er det området i landet hvor det finnes mest vintererle.



Foto: J. Myre

Løvsanger *Phylloscopus trochilus*. Løvsangeren er en av våre minste fugler. Oversiden er grågrønn og undersiden gråhvitt. Fuglen trives der det er mye løvtrær i ulike aldre. Løvsangeren har reiret sitt på bakken. Hvorfor har vi båndvang om sommeren? Løvsangeren synger vakkert, og er en av de vanligste fuglene langs Alna. Om høsten trekker den sørover. Den kommer tilbake til Norge i april–mai.



Foto: Bård Bredesen ©

Gråtrost *Turdus pilaris* Den vanligste og en av våre største troster. Hodet og nakken er askegrått. Brystet er rustgult med svarte flekker. Gråtrost hekker i kolonier over hele landet. Fuglen kan være en skikkelig bærtuv i hagene! Mange gråtroster overvintrer langs kysten. Gråtrost kalles også bjørketrost, fjelltrost og skittrost. Hvorfor tror du den har fått slike kallenavn? Gråtrosten er en av de vanligste fuglene langs Alna.



Nordflaggermus

Flaggermus *Chiroptera* er et pattedyr. Nesten er fjerdedel av alle kjente nålevende pattedyrarter er flaggermus. Rundt 950 arter er beskrevet (og nye arter beskrives stadig). Fra Norge kjenner vi til 12 arter. På nedre Grorud er det registrert nordflaggermus og skjegg/brandtflaggermus. Mer om flaggermus finner du på zoologisk forenings nettside: zoologi.no

Foto: Magne Flåten/Wikipedia

Treslag i området



Alm *Ulmus glabra* Blad dobbelt sagtannet. De er sterkt rue av korte stive hår på oversiden. Bladstilk mindre enn 3 mm lang. Knoppene har rustfargete hår. Blomstrer før løvsprett. Vindbestøvet og vindspredd. Almeveden er hard og holdbar. Før i tiden lagde man blant annet hjul av alm, og trestammene kunne hules ut og brukes som vannrør!



Gråselje *Salix cinerea* 1–4 m. Store busker eller av og til trær opp til 10 m. Blad mykt gråhåret. Årets kvister er grålodne, fjorårets lodne. Blader 5–10 cm. Vokser på fuktige steder! Blomstrer i april-mai. Vanskelig å skille fra selje!



Osp *Populus tremula* Høyt tre med blankt gulgønn bark. Bladstilk lang og flat. Blad runde og bukttannete.



Bjørk *Betula sp.* Stort tre, 7–20 m. Hvite stammer med svarte felter. Bladstilk halvparten så lang som bladplate. Rakler som sprer pollen før løvsprett.



Gråor *Alnus incana*. Tre eller stor busk med lysegrå bark. Vinterknopper butte, hårete. Unge kvister korthårete. Blad matte og dobbelt sagtannete. De er spisse eller avrundete. Små frukter som ligner på kongler. Oreveden er myk og gulrød. Den setter ikke smak på mat og egner seg derfor til å lage kjøkkenredskap av.



Rogn *Sorbus aucuparia* 3–10 m. Tre eller stor busk. Blad med 6–8 par finner. Endefinnen ikke større enn de andre. Hvite blomster. Røde bær. Trosten er glad i rognebær. Rognebær er viktig fuglemat utover høsten og vinteren. Av bærene kan vi også lage god gelé.



Ask *Fraxinus excelsior* Stort tre, opp til 15–20 m. Rak stamme og grågrønn bark. Blad ulikefinna med 3–6 par finner. Blomster små og svartfiolette i tette klaser før løvsprett. Flat nøtt med vingekant. Askeveden er seig og veldig hard. Derfor passer asken bra til skaft på verktøy.



Hassel *Corylus avellana* Stor busk eller av og til et tre, 2–6 m. Blad hårete, avrundete, dobbelt sagtannete, tilspissede. Røde kjertelhår på bladstilk. Blomstrer før løvsprett. Hasselnøtter – du spiser vel det til jul?



Selje *Salix caprea* Små til store trær, 3–8 m. Blad 5–10 cm lange, elliptiske til omvendt eggformete. Bladene har tenner eller ujevn kant. Du kan lage seljefløyte av greinen når sevjen stiger opp i treet om våren!



Furu *Pinus sylvestris* Stort tre med lange, parvise nåler. Nålen er 5–6 cm. Sambu. Furu er et vanlig treslag i hele Norge. Furutreet kan bli 500 år gammelt! Har du smakt furute? Plukk de nye skuddene på furugrenene, og la dem trekke litt i kokvarmt vann. Det smaker godt, og er kjempesunt! Det er like mye C-vitamin i en kopp furuskudd-te som i seks glass appelsinjuice!



Hegg *Prunus padus* Stor busk eller tre. Mørk, bitter bark. Blad brett lansettforma eller avlange. De er fint kvasstannete og er dunhårete under. Hvite blomster i lang klase.



Spisslønn *Acer platanoides*. Stort tre, opp til 10–20 m. Blad håndfliket. Frukten er fin å sette på nesene!



Gran *Picea abies* Høyt tre med korte nåler. Nålen er 15–22 mm. Sambu. Kvæ fra gran har blitt brukt som tyggegummi. Har du prøvd det?



Kurvpil *Salix viminalis* 1–5 m. Stor busk eller lite tre i vierfamilien. Lange, tynne og gulbrune kvister. Bladene er lange og lansettformede. Piletrær vokser ofte langs elver og dammer. Grenene er fine å lage flettekurver med. Denne pilen kan bli flere hundre år gammel.



Svartor *Alnus glutinosa*. Treets blader er ikke spisse i tuppen som gråor, men er butte eller med et innsnitt i bladspissen.