

27 Vidingsjöskogen

Vidingsjöskogens naturreservat är närnatur kryddad med vildmark. Här väntar ett rikt växt- och djurliv, spännande sumpskog och strövvänlig granskog. En skog med plats för både elljusspår och myrstigar.

Vidingsjöskogen har länge varit populär bland skogsvandrare och motionärer. Det är enkelt att ta sig hit och nätet av motionsspår och stigar gör skogen lättillgänglig. Här finns alla möjligheter till naturupplevelser, från vårens intensiva fågelsång till skidturer på gnistrande snö. Mycket finns att upptäcka, särskilt för den som ger sig ut vid sidan om stigarna, bland mossklädda stenblock och myrstackar.

Barrskogen är helt dominerande, bitvis ung, på andra ställen gammal och grov. Floran är typisk för barrskog med blåbärsris som ett dominerande inslag. Bland örterna märks exempelvis harsyra, linnéa, klotpyrola och den lilla orkidén knärot. Sumpskogar med klibbal och björk är spännande inslag i den annars så barrträdspräglade skogen. Att ge sig in här kan vara ett riktigt äventyr. Stövlar rekommenderas!

I Vidingsjöskogen kan du få se alla de vanliga skogsfåglarna, bland annat kungsfågel, Sveriges minsta fågel som endast väger sex gram. Kungsfågeln rör sig ofta högt upp i granarna i jakten på insekter. Trots sin litenhet övervintrar många kungsfåglar i våra skogar.

Vidingsjöskogen: Vidingsjö motionscentrum är en naturlig startpunkt för besöket. Hit är det skyltat från Haningeleden.



Tillsynsmannen Janne Moberg visar ett träd som ringbarkats för att skapa död ved och därmed mer liv i skogen.

I södra delen av reservatet ligger en trevlig lövträdsrik hagmark. Här står vidkroniga hagmarksekar bland blommande liljekonvalj och korskovall. Betande djur är här en viktig del av skötseln.

I Vidingsjö motionscentrum ligger ett populärt café att avsluta turen på.



28 Ullstämmaskogen

En vildvuxen barrskog med gammelfuror och blöta sumpskogar. Ullstämmaskogens naturreservat är en fristad för urskogens mossor och svampar, men också en skog för spännande naturupplevelser, motion och bärplockning.

Till en början kan Ullstämmaskogen te sig som en helt normal barrskog. Rätt snart kommer du dock att märka att det är lite mer "stökigt", att fallna träd ligger kvar här och var samt att en del tallar tycks vara ovanligt gamla. Här befinner du dig mitt ute i storskogen. Möten med en och



Svampplockning i Ullstämmaskogen.

Foto Lennart Lundwall



Foto Lennart Lundwall

Linnés favoritväxt linnea växer i de båda skogsreservaten.

Ullstämmaskogen: Från Vidingsjö motionscentrum kan du följa Östgötaleden och LOK-milen till Ullstämmaskogen. Med bil: Från Haningeleden svänger du in vid Korpvallen och kör ca 3 km. Sväng vänster mot Brukslundklubben och följ grusvägen till parkeringen.

annan skogsvandrare och motionär är det enda som påminner om närheten till staden. Ullstämmaskogen är ett populärt strövområde och det är lätt att ta sig runt i reservatet. Östgötaleden passerar genom skogen och här finns de lokala lederna LOK-milen och Röda stigen liksom ridstigar.

I blöta partier är lederna spångade, men tag gärna på dig stövlar och ge dig ut på upptäcktsfärd vid sidan av stigarna. Lummiga sumpskogar med gott om klibbal och björk är spännande inslag som gör skogen varierad. Inte minst mossor trivs i den fuktiga miljön. Lägg märke till de täta runda kuddarna med en blågrön färgton. Det är blåmossa, en karaktärsart för sumpskogen där den växer på stambaser och på marken. Kuddarna kan bli flera decimeter i diameter.

Längst i söder öppnar sig rester av ett gammalt odlingslandskap där små torp en gång legat.