

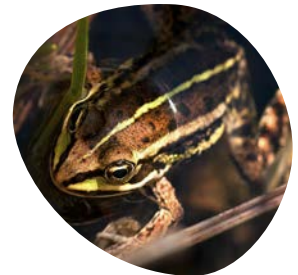
## ÅRSSKRIFT 2014



HUR GÅR DET FÖR GÄDDAN  
I ÖSTERSJÖN?



VI RÄKNAR ASP I UPPSALA



MYLLRANDE VÅTMARKER

## VATTEN OCH VÅTMARKER



#### TIPS

När vattentemperaturen närmar sig 7 grader och vårfloödena står som högst är det läge att uppsöka en lämplig forssträcka i någon av de Mälarmynnande åarna. Då leker nämligen aspen, Upplands landskapsfisk, ett mäktigt skådespel.

#### FAKTA

Upplandsstiftelsen arbetar med naturvård, friluftsliv och naturskola. Vi samarbetar med många olika organisationer och har inget eget vinstintresse. Uppsala län är vårt geografiska område. Vi är organisatoriskt en ideell förening med Landstinget i Uppsala län och alla länets kommuner som våra medlemmar.

## VD:S INLEDNING

Ur vatten kommer allt liv, menade den grekiske filosofen Thales (625–545 f kr). Att denna insiktsfulle tanke stämmer vet vi numera, få om ens någon livsform överlever utan vatten. Med all rätt ges vattenvårdsfrågorna allt större utrymme i den internationella debatten och så även här i Sverige.

Ser vi till Uppsala län är våra problem, liksom på andra håll i världen, att vatten förorenas, vi torr-lägger våtmarksområden, övergöder sjöar och hav och det storskaliga fisket tär på fiskbestånden. Vi har dock stora möjligheter att påverka utvecklingen. Myndigheter, expertgrupper, organisationer, markägare m fl blir allt mera medvetna om bristerna. Kunskapsläget förbättras och nationellt ökar resurserna för konkreta åtgärder.

Upplandsstiftelsen har under många år kartlagt naturvärdena i sjöar, vattendrag och kustlandskapet. Vi har i flera avseenden ett unikt kunskapsunderlag. Sedan tidigare arbetar vi aktivt med att förbättra förutsättningarna för växter och djur i ett antal av länets sjöar och vattendrag. I många fall samverkar vi med aktiva föreningar, kommuner och privatpersoner. Mycket glädjande är också vårt samarbete med Sportfiskarna och flera länsstyrelser med syftet att restaurera våtmarker och öka biotopvärden i rinnande vatten. Ett liknande samarbete har också startat i samverkan med Skärgårdsstiftelsen med starkt stöd från Världsnaturfonden WWF. Restaurering av våtmarker och återställande av tidigare ekosystem ger många fördelar, de fungerar som näringsfällor, utgör rika miljöer för många växter och djur och är oerhört värdefulla som uppväxtområden för fisk. Många människor hör av sig och intresset för åtgärder är stort. Ett omfattande arbete väntar oss.

Jag önskar er en trevlig läsning.

Björn-Gunnar Lagström

**REDAKTION** Johan Persson, Karolina Vessby, Tomas Remén Loreth, Anett Wass och Barbro Nilsson Garbergs

**FÖRFATTARE** Johan Persson, Tomas Remén Loreth, Björn-Gunnar Lagström, Anett Wass, Frida Hermanson, Emelie Runfeldt och Kajsa Molander

**FOTO OMSLAG** Johan Persson, stor bild, uppfifrån och ned: Johan Persson, Malin Hjelm och Gillis Aronsson

**ÖVRIGA FOTON** Martin Amcoff sid 21 övre hö, Gillis Aronsson sid 20 övre vä, 20 nedre vä, Yvonne Byström sid 20 övre hö, Pär Eriksson sid 18, Frida Hermanson sid 21 nedre vä, Gustav Johansson sid 7 övre, Pia Lagström sid 2, Calle Landfors, sid 14, 15 hö, Kajsa Molander sid 16, 17, Jens Olsson sid 13 nedre vä, Johan Persson sid 2, 5 nedre vä, 8, 9, 10, 11 övre, 12 nedre hö, 13 övre hö, 13 nedre hö, 21 nedre hö, 23, Pia Persson Holmberg, sid 12 nedre vä, Tomas Remén Loreth sid 5 övre, 5 nedre hö, 7 nedre, 19 hö, Emelie Runfeldt sid 22, Per Stolpe sid 11 nedre, Johanna Svahn sid 13 mitten hö, Micael Söderman sid 15 vä, 19 vä, Karolina Vessby sid 21 övre vä.

**ILLUSTRATION** Linda Nyman, ur Nationalnyckeln Ryggsträngsdjur: Strålfeniga fiskar.

## VI ÄR OMGIVNA AV VATTEN

På resa genom det uppländska landskapet är avsaknaden av vatten, både sjöar och åar påtaglig. Men om du rör dig ut mot yttergränserna sker en markant förändring – det märks att vi är omgivna av vatten! Vi avgränsas av tre kuster, Dalälven, Östersjökusten och Mälaren, som alla är fantastiska tillgångar för oss naturälskare! Längs Dalälven, med sina forsar och fjärdar, möter vi den norrländska naturen. Kuststräckan från Dalälven i norr till Hargshamn i söder är lång och innehåller allt från exponerade klippkuster till grunda och skyddade innerskärgårdar. Mälaren är även den en fantastisk tillgång med unika naturvärden och ett läge nära tätorterna Knivsta, Uppsala, Enköping och Bålsta som gör den extra attraktiv för ett stort antal människor.

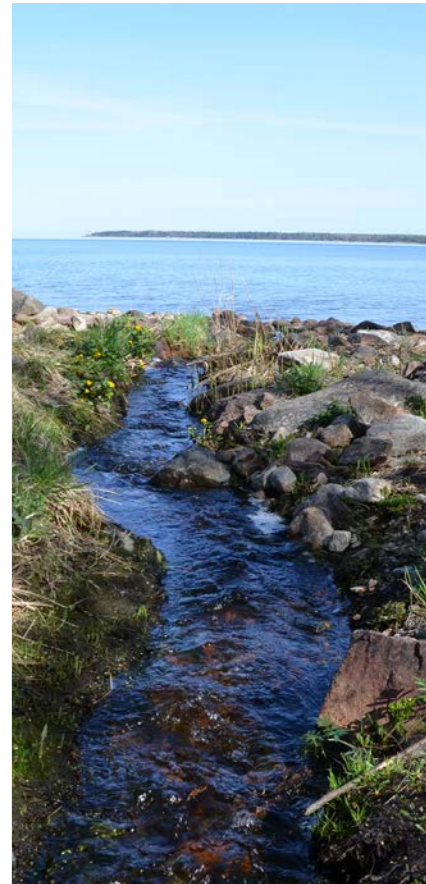
## VATTNET FÖRSVINNEN UR LANDSKAPET

Tittar man på en karta så ser man att det trots allt finns ganska gott om sjöar och även en del åar och bäckar i vårt landskap. Men många sjöar för en tynande tillvaro. Runt förra sekelskiftet var behovet av jordbruksmark skriande. För att kunna odla tillräckliga mängder spannmål lät man sänka sjöarna i låglänta delar av landet och Uppsala län var inget undantag. Sänkta sjöar växer snabbt igen och en vattenspegel byts till ett hav av vegetation.

## SVERIGE SATSAR PÅ VATTEN

Sedan några år tillbaka går vattenvårdsarbetet på högvarv i Sverige. Omfattande satsningar görs på havsmiljön och genom bildandet av den nya Havs- och vattenmyndigheten finns goda förutsättningar för åtgärder även i sjöar och vattendrag. Upplandsstiftelsens erfarenhet av att samarbeta i projektform har aldrig känts så naturlig, och viktig, som just nu. Tack vare breda samarbeten med kommunerna, Sportfiskarna, Länsstyrelsen, Världsnaturfonden WWF och lokala markägare kan vi jobba med direkta åtgärder i vatten.

Målet är att minska näringsbelastningen på sjöar och hav och öka den biologiska mångfalden. Läs mer i denna årsskrift om vårt vattenarbete!







Asp (*Aspius aspius*)

## ASPEN, VÅR HOTADE LANDSKAPSFISK

Aspen är en häftig och rovgirig fisk som växer sig stor på fiskdiet. Tidigt på våren simmar den upp i vattendragen för att leka i kraftiga strömmar. Vandringshinder och förstörda lekplatser har gjort att aspen har hamnat på rödlistan över hotade arter.

### LEVER I SJÖN, LEKER I STRÖMMEN

Stora delar av året befinner sig aspen ute i sjön för att söka föda. När våren kommer och vattnet blir lite varmare söker den sig upp i åar för lek. Leken infaller ofta under andra halvan av april och sker i strömmande vatten över sten och grus. Romkornen är mycket klubbiga och fäster sig på det substrat som finns tillgängligt. Leken kan vara över på några få dagar men kan också hålla på upp till en vecka beroende på temperaturen i vattnet. Precis som lax och öring verkar det som att aspen återvänder till samma lekplats år efter år och att de yngel som kläckts på en plats återvänder dit som könsmogna.

### ASPEN ÄR HOTAD

I Sverige återfinns aspen huvudsakligen i avrinningsområdet för de stora sjöarna Vänern, Hjälmaren och Mälaren. Under senare år har arten även påträffats i Nedre Dalälven, vilket är det nordligaste fyndet som finns registrerat. Aspen är upptagen på ArtDatabankens rödlista över hotade arter i Sverige. Ett stort hot för arten är bristen på tillgängliga strömsträckor där asparna kan leka, på grund av dämmen och andra vandringshinder som människan skapat. Aspen är dessutom mycket känslig för uttag i fisket på grund av att den blir könsmogen sent. Risken är att aspen hinner fångas innan den leker första gången.

### VART TAR YNGLEN VÄGEN?

Vart de små ynglen tar vägen efter kläckning är ännu inte helt klarlagt. Under sensommaren 2014 hittade Upplandsstiftelsen för första gången årsyngel av asp utanför Fyrisåns mynning i Mälarfjärden Ekoln. Genom att dra en yngelnot, ett specialanpassat fiskeredskap, i de grunda strandzoner som ofta utgör fiskars barnkammare kan yngel samlas in och artbestämmas. Arbetet hade då pågått sedan 2009 och glädjen var mycket stor bland de som arbetar med att förbättra kunskaperna och därmed också möjligheten till en god förvaltning av aspen.

#### FAKTA

Aspen är en utpräglad rovfisk som kan bli mycket stor. Den största asp som fångats på sportfiske i Sverige vägde drygt åtta kilo! Som längst kan den bli över en meter lång. Aspen blir könsmogen vid cirka 8–10 års ålder, vilket får anses sent för en fisk. Dessutom har nya analyser visat att de kan uppnå en ålder av 25 år eller äldre!

#### TIPS

En populär lekplats att besöka för den som vill skåda asp är vid Funbo kyrka utanför Uppsala. För den som kommer vid rätt tid finns möjligheten att se ett spektakulärt skådespel när de stora fiskarna vältrar sig i ytan.



Provfiske efter aspyngel med en not. Här vid Lyssnaängen i Ekoln, Mälaren.



Asprom är klubbigt och fäster på stenar och pinnar.



Tre årsklasser av asp fångade i Ekoln augusti 2014.



## HUR RÖR SIG ASPEN I VÅRA VATTENDRAG?

Mitt i centrala Uppsala vid Islandsfallet fångades de första asparna den 14 april 2014. Stora klunsar på 3–6 kg! Glädjen var stor! Nu hade vi fått det bevis vi väntat på. Asparna kunde passera upp genom fisktrappan. Visserligen hade aspar under flera år syntts tydligt på de siluettbilder som fiskräknaren tar när fisk passerar genom fisktrappan. DNA-analyser av rom från Kvarnfallet hade fastlagt att aspen lekte nedanför Kvarnfallet.

## MÅNGA MÄRKTA ASPAR, MEN KOMMER DE TILLBAKA?

Fortfarande vet vi ganska lite om aspens lek- och rörelsemönster. Tack vare medel från Uppsala kommun kunde en pilotstudie genomföras våren 2013. Tanken var att fånga asparna på ett antal lekplatser och märka dem med så kallade PIT-tags som kan läsas av med speciella läsare. Beroende på vilken lokal individen senare återfångas på får vi viktig information om hur aspen vandrar. Vi kan också få reda på i vilken utsträckning den utnyttjar nya lekplatser efter att nya fiskvägar skapats eller vandringshinder rivits ut. Första året märktes endast fyra fiskar. Under 2014 utökades insatsen för att fånga och märka asp tack vare finansiering genom fiskevårdsmedel från Länsstyrelsen. Under några intensiva dagar innan påsk fångades och märktes 18 aspar vid Islandsfallet i Fyrisån, 50 vid Vånsjöbro i Örsundaån samt tre vid Funbo kyrka i Funboån.

Under 2015 kommer vi att märka fler aspar och de redan märkta ska vi försöka återfånga. Först då vet vi med säkerhet om de kommer tillbaka till samma lekplatser. Med ny kunskap om aspen och med förhoppning om att arbetet med att göra fler lekområden tillgängliga genom rivning av vandringshinder och byggen av omlöp kring kraftverk och dammar ser framtiden positiv ut för aspen!

### FAKTA

För att fånga asparna i åarna hade vi dispens eftersom aspen är fredad från fiske från 1 april till 30 maj i alla vattendrag som mynnar i Mälaren.



Här märktes aspar våren 2014.

En pampig asp ska märkas i Örsundaån. Med hjälp av märkningar kan vi följa dem och se om de återvänder till samma lekplatser i framtiden.



Både 24UNT och Upplandsstiftelsen gladdes åt fångsten av aspyngel vid Fyrisåns mynning i Mälaren i augusti 2014.



## FAKTA

Upplandsstiftelsen har sedan 2005 provfiskat i centrala Uppsala för att utvärdera hur kommunens fiskvägar fungerar. Följande arter har fångats:

Asp  
Abborre  
Benlöja  
Gädda  
Gers  
Id  
Lake  
Mört  
Nors  
Nejonöga  
Sarv  
Småspigg  
Stensimpa  
Sutare  
Ål  
Öring

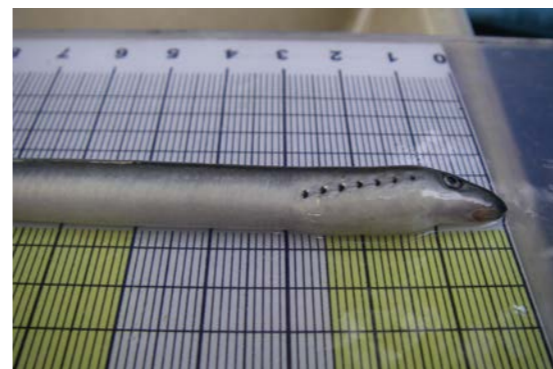
## FINNS DET FISK I CENTRALA UPPSALA?

Fyrisån rinner rakt genom centrala Uppsala. Ibland är den fylld av grumligt högvatten medan den under torrperioden förvandlas till en liten rännil. Inga naturliga stränder någonstans, utan mestadels stensättningar. Här kan väl inga fiskar trivas, eller?

## FISKEN VANDRAR GENOM UPPSALA

Fiskvandringvägen förbi Islandsfallet, som invigdes 2008, innebär att fisk kan vandra fritt från Mälaren upp genom Uppsala (via det så kallade omlöpet i Rosénparken) ända till Ulva kvarn några kilometer norr om staden. Senast det var fri passage vid nuvarande Islandsfallet var för mer än 140 år sedan! Provfisken med elfiske och ryssjor i kombination med data från fiskräknaren vid Islandsfallet visar att fiskvandringen är omfattande, framförallt på våren. Glädjande resultat som Uppsalaborna kan tacka kommunen för som anlagt vandringsvägarna!

Svaret är alltså ja, det finns massor av fisk i Uppsala!



Alla fångade fiskar artbestäms och mäts på en mätskiva. Här ett nejonöga.



Stensimpa ser man sällan eftersom den gömmer sig bland stenarna på botten.



Abborren är vanlig i alla vattendrag i länet.



Oftast fångas abborre, mört och löja vid provfiske i Uppsala. Ibland fångas mer ovanliga arter som öring.

Nu vet vi att fisk och andra vattenlevande organismer kan röra sig från Mälaren ända upp till Ulva kvarn.







Harren känns lätt igen på den stora ryggen.

## VI HJÄLPER HARREN I BREFFORSEN

I Bredforsen i Nedre Dalälven finns harren, en laxsläkting som här lever på en av sina sydligaste utposter i Sverige. Tyvärr har harren sedan utbyggnaden av vattenkraftverket i Söderfors i slutet av 1970-talet fört en tynande tillvaro i Bredforsen. Harren behöver strömmande vatten för både lek och uppväxt. Beståndet var innan utbyggnaden starkt och vida omtalat.

### GRUS GER MER HARR?

Fiskfaunan i strömsträckorna har undersökts årligen sedan 2009. Enstaka harr yngel har fångats varje år, oftast på ett och samma ställe. Den vårlekande harren kräver bra lekbottnar där den ska lägga sin rom. I Bredforsen har sten och grus vid två tillfällen lagts ut med hjälp av helikopter för att förbättra lekmöjligheterna.

Under 2014 års inventeringar noterades en märkbar förändring. Fler harrar fångades och även antalet lokaler med fångst ökade till fem. Vi hoppas att detta är en positiv trend, men för att få tillbaka ett starkt harrbestånd behöver mer vatten rinna genom Bredforsen.

### SAMARBETE NYCKEL TILL FRAMGÅNG

Sedan 2009 samarbetar Upplandstiftelsen med Fortum för att bevara naturvärden i Nedre Dalälven. Projektet finansieras av medel som kommer från försäljning av el märkt med Bra miljöval och har godkänts av Naturskyddsföreningen. I arbetet med att stärka harrbeståndet i Bredforsen har vi haft ett mycket bra samarbete med Söderfors-Hedesunda fiskevårdsområdesförening. De har bidragit med tid och engagemang samt en ansevärd summa pengar för att få ut mer lekgrus i forsarna.



Bredforsen, en strömsträcka med känsla av Norrland.



Med helikopterhjälp har bättre lekbottnar skapats i Bredforsen.



Elfiske är en metod som används för att bestämma fiskpopulationen i strömmande vatten.



## FAKTA

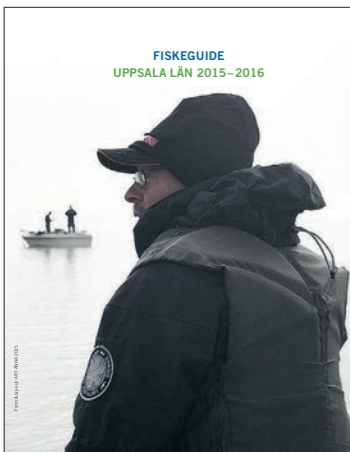
Tips om fiske nära tätorter:

**UPPSALA** Fyrisån, Ekoln. Båtuthyrning vid Hammarskog.

**ÖSTHAMMAR** Kusten. Bra fiske efter abborre, gädda, gös och strömming.

**ENKÖPING** Enköpingsån, Mälaren.

**BÅLSTA** Mälaren, både norr och söder om Bålsta.



## TIPS

Nu finns en omarbetad upplaga av *Fiskeguide Uppsala län 2015-2016*. Hämta den i sportfiskebutikerna, Turistbyrån i Uppsala eller beställ från Upplandsstiftelsen. Guiden finns även som pdf på vår och Länsstyrelsens hemsida.

Fiskeguiden är ett samarbete mellan Upplandsstiftelsen, Länsstyrelsen och Regionförbundet.

## FISKE MED VARIATION

Sport- och fritidsfiskare i Uppsala län är utan tvekan lyckligt lottade, oavsett vad de vill fiska efter eller vilka naturupplevelser de söker. På mellan en och två timmar tar de sig med bil vart som helst i länet, och då finns det mycket att välja mellan:

- Havsöring och lax i Dalälven
- Gädda, abborre och gös vid kusten
- Havsöring och lax i havet
- Mete efter karpfiskar (mört, id, sutare, braxen m.fl.) i åar
- Gädda, abborre och gös i Mälaren
- Fiske efter udda arter som asp, vimma och faren

I Fiskeguiden kan du läsa om hur du fångar olika arter, var och när de nappar och vilka regler som gäller. Låt oss även i framtiden kunna njuta av det fria spöfisket i Mälaren och vid kusten genom att visa hänsyn till naturen och bara ta upp de fiskar du själv äter upp!



Pimpla abborre är härligt en solig vinterdag. Glöm inte isdubbar och sällskap!



Harr kan du fånga i Dalälven.

## HUR GÅR DET FÖR ABBORREN OCH GÄDDAN VID KUSTEN?

De senaste decennierna har vi läst om dramatiska minskningar av bestånden av abborre och gädda längs delar av den svenska ostkusten. På en del håll är rekryteringen till och med helt utslagen. Men hur går det egentligen för fiskbestånden ute vid den uppländska kusten, och särskilt för två av våra populäraste sportfiskar abborren och gäddan?

Kustfiskbestånden övervakas genom nätprovfisken på fasta stationer längs kusten. Stationerna ligger glest och omfattar inte yngel. Därför genomförs yngelprovfiske med små undervattensdetonationer på olika platser varje år av flera aktörer. Upplandsstiftelsen har under många år provfiskat yngel i Öregrundsgrepens grundområden. I inner-skärgården verkar tillgången på gädda vara god medan det är sämre i de yttre delarna. Under de senaste fyra åren har abborrekryteringen varit riktigt lyckad men det är viktigt att påpeka att mellanårsvariationerna i fiskproduktion naturligt är stora.

## VI FRÅGADE NÅGRA INSATTA PERSONER SOM JOBBAR MED FISK

*"Mellan 2005 och 2010 såg det mörkt ut för abborren och gäddan längs Upplandskusten, men på senare år har det gått mycket bättre, framförallt för abborren. Trots att föryngringen av gädda svängt rejält på sista tiden så verkar bestånden ganska bra vilket gläder mig som gärna sportfiskar efter både abborre och gädda på fritiden!"*

Daniel Brelin, länsfiskekonsulent, Länsstyrelsen i Uppsala län

*"Bestånden av kustfisk är lokala och statusen varierar stort mellan områden. Generellt sett är bestånden av abborre längs den svenska kusten stabila eller ökande i skärgårdarnas inre och mellersta delar. I ytterskärgården, som är randområde för abborre, finns indikationer på svaga bestånd. Samma mönster gäller också för gäddan, med svaga bestånd i ytterskärgården och starka i inre skärgårdsområden. Områdena med svaga bestånd av abborre och gädda har i stället höga tätheter storspigg, och mycket tyder på att spiggen kan minska reproduktionen hos rovfiskarna genom att äta upp deras ägg och larver. Gösen har gått tillbaka kraftigt, sannolikt pga av ett alltför högt fisketryck."*

Jens Olsson, fiskforskare, Kustlaboratoriet, SLU



Jens Olsson, fiskforskare



Risvasar läggs ut för att förbättra fiskbeståndet. Här syns romsträngar från abborre i Kallriga naturreservat. Strängarna påminner om meterlångt blött toapapper.



Daniel Brelin, länsfiskekonsulent



Rudan är en tålig fisk som klarar bottenfrysning. I gäddrika vatten får den ett bättre skydd mot att bli uppäten genom att utveckla en hög kroppsform. I gäddfria vatten är rudan mer långsträckt.

## ATT ÖVERLEVA SOM YRKESFISKARE PÅ HÅLLNÄSHALVÖN

I Fagerviken på Hållnäshalvön ligger Calles fisk. Där arbetar Calle Landfors, hans fru Eva och deras söner. De fångar och förädlar abborre, sik, strömming och öring och så röker de odlad lax som säljs i butiken.

Calle och hans söner är väldigt engagerade i hur fisken och havet mår. De har tipsat oss om bäckar där fisken efter gammalt steg i stora mängder på våren för att leka men fiskvandringen har minskat och något behöver göras för att fisken ska nå till sina lekplatser. Calles åsikt är tydlig – vi måste ta hand om den resurs vi har. Förutom att komma med värdefulla upplysningar om tillståndet för kustfisken hjälper de oss med provfisken i närliggande bäckar. I en av bäckarna har det lett till att biotopvårdsinsatser genomförts för att underlätta fiskvandringen. Dessutom har en närliggande våtmark projekterats så att den kan restaureras för att främja fiskek.



Calle berättar att fisket ser annorlunda ut nu jämfört med förr, då de fångade stora mängder fisk, och sålde vidare det mesta även om försäljningen av rökt fisk hela tiden funnits med. Numera pausar de i fisket när de fått tillräckligt för egen bruk, då det både är tidskrävande och ger lite pengar att sälja fisk vidare. Istället är det förädlingen och försäljningen i den egna butiken som tagit över mer och mer. Calle trivs som fiskare. Det bästa med hans jobb är friheten, även om det idag är ett komplicerat regelverk som styr fisket och mathantering. Jobbet är tungt och inget man gör på egen hand.

### HUR SER CALLE PÅ FRAMTIDEN?

Calle är 63 år och hoppas att sönerna fortsätter att arbeta med fisk och fiske, precis som sju generationer Landforsare har gjort före dem. Konceptet med lokalt fångad fisk och egen förädling fungerar bra. Som sista fråga passar vi på att höra vilken fisk han tycker är godast. Abborre och gös blir svaret även om den egna inläggningen av saltpanneströmming inte går av för hackor. Extra roligt då att abborren efter flera dåliga år äntligen finns i god tillgång längs kusten.



Far och son Landfors förädlar fisken i sitt rökeri.



När isen ligger fångas fisken med isnät.



FAKTA

Enligt läroplanen ska eleverna kunna hantera nödsituationer vid vatten med alternativa hjälpredskap under olika årstider.

## ISDAGAR MED NATURSKOLAN

"Det här är en av de viktigaste dagarna under hela er skolgång, den kan rädda ert liv!" Så inledde läraren till en klass som var på Naturskolan i Hammarskog en dag med tema is och issäkerhet. Och eleverna deltog med full uppmärksamhet på vår genomgång av hur man gör för att undvika att gå igenom isen och vad man gör om det trots allt skulle hända. Sedan berättade vi om allt roligt man kan göra på isen.

Hundratals elever, de flesta från högstadiet, kommer varje vinter till Naturskolan för att lära sig iskunskap. Bara under januari och februari i år har man haft 700 besökare. På isen får de känna med ispiken om isen håller, lyssna på ljudet och känna på istjockleken. Att öva med livlina och isdubbar är ett nyttigt inslag.

På Naturskolan har vi verksamhet året om, vi gör det som passar gruppen, årstiden och syftet med besöket. Vatten är ett populärt tema. Under den gröna årstiden paddlar vi, lägger ut nät som eleverna får ta upp och håvar för att ta reda på hur livet under ytan ser ut. Kanske blir det också tid för bad och lek.



De modigaste provar ett bad i isvak. Kunskap om hur du tar dig upp på isen igen kan rädda liv.



Eleverna får också prova på att åka skridskor, pimpelfiska och spela curling.



Isblocken från vaken kan man göra isskulpturer av.



De får såga upp ett hål och hoppa i.





## FAKTA

I våtmarker är det alltid mer eller mindre fuktigt. Våtmarker har en egen växt- och djurvärld som är anpassad till dessa fuktiga förhållanden. Vegetationsrika våtmarker bromsar upp vattnet i landskapet och fungerar därmed som näringsfälla vilket bidrar till en minskad övergödning av våra sjöar och hav. I våtmarkernas grunda vatten trivs fiskar, fåglar, grodor, insekter och strandväxter.

## VÅTMARKER I DET UPPLÄNDSKA LANDSKAPET

Upplands flacka landskap har varit rikt på våtmarker, men många har försvunnit allt eftersom människans behov har förändrats. Våtmarker har nyttjats under lång tid, då de bland annat har givit hö, använts som betesmark eller dämats till vattenmagasin. Men i och med ett ökat behov av jordbruksmark har de också dikats ut i stor omfattning.

I Uppland finns det många typer av våtmarker, som öppna kärr, mossar och sumpskogar. Flera växt- och djurarter har nord- eller sydgräns för sin utbredning i Uppland.

### VÅTMARKER BEHÖVS!

Tre fjärdedelar av alla våtmarksområden har försvunnit från södra Sveriges jordbruksområden de senaste 200 åren på grund av omfattande utdikningar. Därmed har man förlorat en av naturens renande funktioner liksom en viktig miljö för många växt- och djurarter. Hela 17 procent av landets rödlistade arter är knutna till våra våtmarker. Gölgrodan är en sådan art som bara finns i strandnära våtmarker längs Nordupplands kust, vilket är dess enda förekomst i Norden.

### SAMARBETE FÖR BLÖTARE MARKER

Upplandsstiftelsen arbetar sedan några år tillbaka med att återskapa våtmarker. En nyckelfaktor är samarbeten med andra parter i samhället och intresserade markägare. Via vår verksamhet vid kusten har vi de senaste åren fått kontakt med många markägare som är intresserade av att arbeta med våtmarker och skötsel av dessa. Vårt långvariga samarbete med Världsnaturfonden WWF samt projektanslag från Havs- och vattenmyndigheten har gett viktig grundfinansiering vilket vi sedan har kunnat växla upp i andra projekt tillsammans med Länsstyrelserna i Uppsala och Gävle, Sportfiskarna och Skärgårdsstiftelsen.



## BLÖT ÅKERMARK BLIR LEKPLATS FÖR FISK

I närheten av Kavarö, strax söder om Öregrund, ligger ett betes- och åkermarksområde som årligen översvämmas i samband med vårens snösmältning. Området avvattnas genom ett dikessystem som mynnar i skärgårdsviken Innerfjärden. Vid ett informationsmöte om kusten 2010 träffade Upplandsstiftelsen markägarna. De berättade att de hade ett dike där fisk årligen vandrar upp från havet för att leka. Problemet är att våtmarken kring diket torkar ut för snabbt på våren så att rommen blir torrlagd eller fiskyngeln blir instängda och dör. För att förbättra situationen behöver vattnet hållas kvar i området under en längre tid på våren. År 2013 gjordes en projektering och därefter söktes tillstånd och i augusti 2014 startade grävarbetet. Snart är våtmarken klar!



Våtmarken i Kavarö har främst utformats så att den ska fungera som lekplats för fisk som gädda och abborre. Fiskarna vandrar upp i kustmynnade bäckar för att leka i översvämmade våtmarker under våren. En anlagd strömsträcka runt dämnet gör att fisk kan passera fritt.



Våtmarken är full med vatten! Genom att dämna håller vi kvar vattnet längre tid på våren så att fiskynglen hinner kläckas och växa till sig innan de simmar ut i havet. När man sänker vattennivån i våtmarken under sommaren kan man sedan beta eller slå strandängarna.

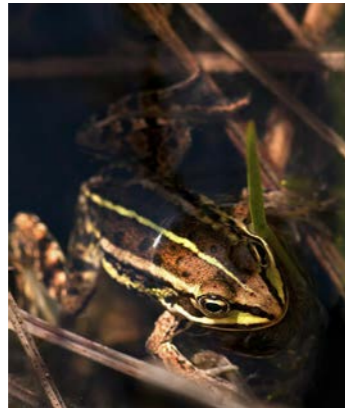


## FAKTA

Gölgrodan är unik för Uppland och finns idag endast på lite mer än 100 lokaler i Sverige. Alla lokalerna ligger längs norra Upplandskusten. Eftersom arten finns inom ett så pass litet område med relativt få individer är den känslig för förändringar i miljön. De främsta hoten mot gölgrodan är att deras lekvatten torkar ur eller växer igen, samt förekomst av rovfisk, exempelvis gädda, i pölnarna.

## EN FÖRSUMPAD ÅKER FÅR NYTT LIV

En försumpad åker vid Skaten på Hållnåshalvön har blivit en våtmark för den ovanliga gölgrodan. En gång i tiden låg här en kvarndamm som dikades ut och användes som åker. Eftersom åkern var liten och låg en bit från gården, så slutade den med tiden att skötas och började försumpas. Nu har vi återskapat våtmarken där vi hoppas att gölgrodan ska trivas och hålla konsert på vårarna framöver!



Den ovanliga gölgrodan finns i Norduppland.



Hösten 2014 återskapades en våtmark vid Skaten på Hållnåshalvön för att gynna gölgrodan.

## VÅTMARKSFÅGLAR BEHÖVER STRANDÄNGAR

På strandängarna, just i mötet mellan land och vatten, finns våtmarker som kan bli rena skafferier för tofsvipor och trollsländor. Den vägg av bladvass som fanns vid Wiks slott, nära Mälaren, är idag ersatt av en betad strandäng. Nu stannar änder, gäss och vadarfåglar åter till på strandängen. De hittar gott om föda i det grunda vattnet.



Restaurerade strandängar gynnar insektlivet. Här en tidig mosaikslända.



Al och vass har ersatts av en fin utsikt över den betade strandängen vid Wik. Här testar en pilotgrupp tillgängligheten.



Längs Fyrisån norr om Storröta finns förhoppningsvis en ny våtmark år 2016! Under våren forsar det sen ut näringsrikt vatten i Fyrisån som rinner vidare ut i Mälaren och till slut når Östersjön. Genom att leda in en del av detta vatten i en våtmark fångas näring upp innan det når ån. Här kommer även många fåglar att trivas!



Övergödning orsakar problem i sjöar och längs kusten.



Innan restaureringen var Wiks strandäng igenväxt med bladvass. År 2010 fräste vi området och 2011 släpptes betesdjur ut vilket gör att våtmarksfåglar återigen trivs.

## FAKTA

Östersjöns algbloomingar orsakas av övergödning, varav mycket näring kommer från jordbruksmarker. Nästan 60 % av kvävet och 50 % av fosfor i vattnet kommer från jordbruket (HELCOM).



## FAKTA

Upplandsstiftelsen förvaltar Lilla Färnäsens kanotled tillsammans med Älvkarleby kommun. Vi förvaltar även kanotlederna Fyrisån, Tämnrån och Kolarmoraån. Läs mer om lederna på vår hemsida: [www.upplandsstiftelsen.se/kanotleder](http://www.upplandsstiftelsen.se/kanotleder).



Lilla Färnäsens kanotled är troligen länets enda kanotledslinga.



## EN DAG PÅ LILLA FÄRNÄSETS KANOTLED

Vi lyfter av kanoten från biltaket och bär den ner för backen till åns strand. Vi slår oss ner vid rastbordet för en förmiddagsfika innan vi äntrar kanoten och skjuter ut den från land. Sakta och nästan ljudlöst glider vi fram över Leråns mörka vatten. Det enda som hörs är droppandet från paddeln när den höjs ur vattnet. Plötsligt lyfter en häger från en vassrugge snett framför oss. En bit längre fram simmar en andfamilj snabbt mot den skyddande vegetationen i strandkanten. Vi passerar slätterängen och rastplatsen vid den gamla eken, men än är det för tidigt för lunch. Istället fortsätter vi mot åns mynning i Storfjärden. Vädret är lugnt idag och sjön ligger nästan blank. Bara en liten bit från mynningen klättrar vi iland på Fogdön. Vi slår oss ner i vindskyddet och tänder en brasa i eldstaden, det blir grillat till lunch. Kaffepannan och kokkaffet åker också fram. I en kanot får man plats med mycket packning och kan lyxa till det med god mat.

Vi letar oss in igenom vassen till Tångsåån. Ån slingrar sig fram och tillbaka genom den lummiga skogen. Vi har ingen brådska, här kan vi glida fram i sakta mak och bara njuta av lugnet och dofterna från naturen. Vi håller utkik efter spår av bäver, vi har hört att bävrar ska finnas längs ån. Men idag håller dom sig borta, och spåren också.

## UPPLANDSSTIFTELSEN BLICKAR FRAMÅT

Det är lätt att inse att behovet av naturvårdsåtgärder i vatten är stort. Sänkta sjöar, rätade och rensade åar, övergödning, miljögifter, muddringar, vattenkraftverk, ja listan på vår påverkan på vattenmiljöerna kan göras lång. Både nationellt och internationellt är vattenvårdsfrågor i fokus och stiftelsens projektverksamhet blir alltmer viktig. Tack vare vår egen medfinansiering finns det ofta en förutsättning för att få externa medel till angelägna projekt.

### INSATSER VID KUSTEN BEHÖVS

Vid kusten är behovet av fler våtmarker samt biotopvårdsåtgärder i vattendrag stort. Våtmarker gynnar den biologiska mångfalden där fåglar och groddjur trivs och ofta ökar fiskproduktionen markant. Yngelproduktionen av främst abborre, gädda och sik bör följas upp årligen i särskilt utpekade områden. Insatser för att öka fiskproduktionen bör genomföras, exempelvis fiskefredning på sikens lekplatser och utplacering av risvasar. Uppföljning av restaureringsinsatser krävs.

### ASPEN ÄR VIKTIG

Landskapsfisken asp vill vi värna särskilt om. Fler vandringshinder måste rivas, eller förses med fiskvägar. Fler lekplatser bör biotopvårdas för att öka produktionen av denna hotade art. Fiskmärkningsförsöken kan utökas så vi lär oss mer om vilka lekplatser aspen nyttjar, och hur ofta.

### GLÖM INTE MÄLAREN!

Kunskaperna om Mälarens naturvärden är dåliga. Biologiska inventeringar behövs liksom åtgärder för att återskapa våtmarker och förstörda lekbiotoper för fisk.

### UPPFÖLJNING

Bristen på uppföljningar är ett stort problem för naturvärden i landet eftersom det ytterst sällan satsas medel på att följa upp de åtgärder som görs. Detta är olyckligt eftersom vi vill se effekten av dyrbara naturvårdsinsatser och dessutom lära oss att optimera åtgärder så att de får störst effekt.

### MER SAMARBETEN

Framgångsrika samarbetsprojekt med kommuner, markägare och föreningar kan handla om att återställa sjötrösklar, restaurera vattendrag samt riva och/eller bygga sig förbi vandringshinder. Friska vattenmiljöer med biologisk mångfald är en stor utmaning för framtiden. Genom Upplandsstiftelsens verksamhet kan vi, ofta i samarbeten med andra aktörer, genomföra åtgärder som förbättrar våra vatten. Människans behov av tillgänglighet till vatten är mycket stort och friska vatten ger oss fina naturupplevelser.



Utan bete växer strandängar igen. Ibland behövs fräsning med kraftiga maskiner innan bete kan återupptas.



En naturlig å ska slingra sig fram (meandra) genom landskapet för att fungera bra för växter och djur. Den här ån är rätad och i stort behov av åtgärder.



Risvasar har använts i över 100 år för att skapa lek- och uppväxtmiljöer för fisk.



## UPPLANDSSTIFTELSENS ÅRSSKRIFT 2014

Vatten i naturen. Våtmarker. Stora vatten eller småvatten. Forsande vatten eller stillastående vatten. I årsskriften visar vi hur vi jobbar för att förbättra livsmiljöerna för fisk, groddjur, insekter och vattenvegetation, både i obebyggda områden och exempelvis i centrala Uppsala. Här finns också tips för friluftsliv. Ge dig ut och upptäck Dalälven, Mälaren eller kusten, eller varför inte din sjö eller å hemma vid?



NATURVÅRD & FRILUFTSLIV

Box 26074, 750 26 Uppsala  
info@upplandsstiftelsen.se  
www.upplandsstiftelsen.se

