

# UPPLANDSSTIFTELSEN OCH AGENDA 2030

ÅRSSKRIFT 2019



” 17 globala mål

” Plockas ned till regionalt  
och lokalt perspektiv

” Självklar del av  
Upplandsstiftelsen



## VD:S INLEDNING

FN:s Agenda 2030 för en hållbar utveckling består av 17 globala mål alla med syfte att bidra till de tre dimensionerna av hållbar utveckling: den ekonomiska, sociala och miljömässiga. När vi på Upplandsstiftelsen ser på vår verksamhet är det uppenbart hur väl den platsar in i de globala målen.

Att kunna plocka ned de globala målen till regionalt och lokalt perspektiv är ett sätt att göra dem begripliga och göra dem till en del av människors vardag, vilket är en självklar del av Upplandsstiftelsen uppdrag. Vår verksamhet har fokus på naturskola, naturvård, friluftsliv, folkhälsa och biologisk mångfald. Upplandsstiftelsen har en unik möjlighet och förmåga att gå från det globala till det verkligt lokala. Våra naturområden och leder finns över hela länet och är tillgängliga året runt och dygnet runt. Vår friluftsverksamhet gör det möjligt för dem som har sämre vana vid att röra sig i naturen att komma ut och uppleva naturen i närområdet.

Av alla 17 målen vill jag lyfta fram tre lite särskilt: ekosystem och biologisk mångfald (15), hav och marina resurser (14) samt hälsa och välbefinnande (3). Man kan se dessa var för sig eller alla tre tillsammans. Det är just att se dessa tillsammans som är Upplandsstiftelsens uppdrag. Ett exempel är de våtmarksrestaureringar vi just nu genomför i Ledsjär och Lortfjärden. Restaureringarna bidrar till en ökad biologisk mångfald, de förbättrar vattenkvaliteten och sist men inte minst öppnar de upp markerna för fågelskådning, vandring med mera.

Jag önskar er en trevlig läsning.

Thomas Bertilsson, vd



---

REDAKTION Nic Kruys, Karolina Vessby, Emelie Runfeldt, Gillis Aronsson,  
Barbro Nilsson Garbergs, Elisabet Odhult, Martin Amcoff

FOTOGRAFER Upplandsstiftelsen, om inte annat anges



När man ser på hur barn<sup>a</sup>  
växer opp och står i.  
Kan man undra om barn<sup>a</sup>  
nå<sup>n</sup>sin får det som vi.

Om det finns jobb, om det finns mat,  
om det är drägligt där dom bor.  
Finns det får och kor,  
och vatten och luft?

Kan de sola sig gratis?  
Finns det blommor och blad?  
Har de fläsk och potatis?  
Kan de ta sig ett bad?

*Hans Alfredson, (88-öresrevyn, 1971)*

## VAD ÄR AGENDA 2030?

Vid FN:s toppmöte den 25 september 2015 antog världens stats- och regeringschefer 17 globala mål och Agenda 2030 för hållbar utveckling. Världens länder har åtagit sig att från och med den 1 januari 2016 fram till år 2030 leda världen mot en hållbar och rättvis framtid.

De 17 globala målen omfattar tillsammans alla tre aspekter av hållbar utveckling; sociala, ekonomiska och miljömässiga. Många av målen hänger ihop med varandra, och det är meningen att Agenda 2030-arbetet ska ske integrerat.

### FAKTA

#### De 17 globala målen för Agenda 2030



## Varför är det så viktigt att lokala organisationer tar in Agenda 2030 i verksamheten?

### Mia Crawford, Samordnare Agenda 2030, Utrikesdepartementet

– Om tio år ska de globala målen ha uppnåtts, men ännu är det en lång väg kvar att gå. Under 2020-talet som kallas för "the Decade of Action and Delivery" efterfrågas ett ökat engagemang från såväl länder, internationella organisationer, forskning, industri, civilsamhälle, kommuner, regioner och lokala aktörer. Den i särklass viktigaste nivån för genomförandet är arbetet på lokalnivå. Det är på den nivån som Agendan kan konkretiseras i partnerskap med flera samhällsaktörer för att möta hållbarhetsutmaningar. Agenda 2030 är ett ramverk för att förstå och se hur olika mål är kopplade. Det kan handla om positiva kopplingar som att biologisk mångfald kan positivt bidra till en rad olika ekosystemtjänster som god vattenkvalité och god hälsa. Det kan också handla om målkonflikter som t.ex. hur vår konsumtion negativt påverkar vårt klimat. Allt hänger ihop och Agenda 2030 erbjuder en plattform för gemensamt agerande. Arbetet med de globala målen ska inte vara ett sidoprojekt, det måste integreras i ordinarie verksamhet. Alla organisationer gör sina egna prioriteringar men genom att koppla och se samband utifrån Agenda 2030 så styrs verksamheten mot de globala målen. Genom Agenda 2030 kan lokal handlingskraft bidra till en bättre värld globalt.

### Jenny Lundström, ordförande Upplandsstiftelsen

– Lokalt arbete är en förutsättning för att vi ska nå de globala målen. Även om Agenda 2030 är antaget på högsta globala nivå så är det på den lokala nivån som stora delar av det praktiska arbetet kommer att göras. För Upplandsstiftelsen är det en självklarhet att vara en del i genomförandet av Agenda 2030. Vårt arbete är mycket konkret och spänner över ett flertal av de globala målen, och vår verksamhet har ett stort fokus på att alla länets invånare ska ges möjligheter att bli delaktiga i våra verksamheter. Här är jag extra stolt över det arbete som riktar sig till unga genom vår stimulans av naturskolor och naturpedagogik, som ju bidrar till ökad kunskap och förståelse för vikten av biologisk mångfald. Men minst lika viktigt är vårt fokuserade arbete för att främja hälsa hos grupper där det krävs lite extra omtanke och planering för att möjliggöra för välgörande upplevelser i naturen. Genom Upplandsstiftelsen tydliggörs vikten av uthålliga och stabila ekosystem för våra möjligheter att även uppnå de sociala och ekonomiska målen inom Agenda 2030. Att vara en aktör i det arbetet känns både stort och otroligt stimulerande!



Mia Crawford.  
Foto Regeringskansliet.



Jenny Lundström.  
Foto Hans Wennberg.



*Schematisk figur över de globala mål som direkt påverkas av Upplandsstiftelsens kärnverksamhet. Ju större koppling till Upplandsstiftelsen, desto större återges symbolen i figuren.*

## VÅTMARKER FÖR FÅGEL, FISK OCH MITTEMELLAN

Upplandsstiftelsen arbetar på många håll i länet med att återskapa våtmarker som tidigare dikats ut och torrlagts.

Utdikningar och sänkningar av sjöar var tidigare vanliga åtgärder för att göra "försumpade" marker tillgängliga för odling. Uppsala län är starkt påverkat av detta.

En återskapad våtmark med grunda vattensamlingar som snabbt värms upp på våren kan vara en utmärkt föryngringsplats för fiskar t.ex. gädda som tar sig upp längs fria vandringvägar från havet. Fiskynglen äter upp sig på djurplankton och insekter såsom mygglarver, innan de vandrar ut i havet och bygger upp de värdefulla kustnära fiskbestånden.

En våtmark full av fiskyngel är förstås rena smörgåsbordet för många fågelarter. En av dessa, den hotade skräntärnan har ett viktigt fäste vid Upplandsstiftelsens naturreservat Björns skärgård. Vårt arbete med att restaurera våtmarker i länet gynnar både skräntärnans, och många andra fågelarters möjligheter att söka föda.

Våtmarkerna är dock inte bara till glädje för fågel och fisk. När vi röjt bort sly och vass, och vattnet i våtmarken sjunkit undan under försommaren kan markerna ofta betas av nötdjur, vilket främjar lokal livsmedelsproduktion. Djuren kan i sin tur gynna en flora och fauna som är beroende av regelbunden beteshävd. En fungerande våtmark hjälper till att hålla kvar vattnet i landskapet. Det kan gynna grundvattenbildningen, binder kol, och buffrar både mot torka och översvämningar.

Agenda 2030-mål som kopplar till våtmarksrestaurering:



Skräntärna är en hotad fågel som gynnas av fiskrika våtmarker.



"När gäddorna leker i vik och vass, och solen går ner bakom Sjöbloms dass, jag då är det VÅR!!!"

## Agenda 2030-mål som kopplar till tätortsnära naturreservat:



## GRANÅSEN ÅRET RUNT

I Granåsens naturreservat höjer sig den mäktiga Uppsalaåsen och bildar en brant rygg genom landskapet. Skogen på åsen är över 100 år gammal, vissa träd närmar sig 200 år.

Reservatet ligger 4 km norr om Bålsta och är ett omtyckt och välbesökt friluftsområde, alla tider på året. Den mest välbesökta platsen är Kvarnkojan, en öppen glänta med eldstäder, rastbord med möjlighet till picknick och lek. Hit kommer även många skolor och förskolor på utflykt. Platsen omges av ett 2 km långt elljusspår. På vintern används Granåsen för längdskidor, pulka och slalom. Det är lätt att ta sig till Granåsen, både med bil och med buss. Det går också att vandra hit längs Upplandsledens etapp 29 från Bålsta station.

I reservatet har Upplandsstiftelsen och Håbo kommun på senare år gjort åtgärder för öka tillgängligheten. Från reservatets huvudparkering är det en lättgången men ganska brant stig fram till rastplatsen vid Kvarnkojan. För att underlätta för personer med rörelsesnedsättning har vi istället gjort i ordning en 300 m lång tillgänglighetsanpassad stig från parkeringen vid slalombacken. Längs stigen finns möjlighet att rasta eller vila vid ett fikabord eller en soffa. Skyltar längs stigen berättar om naturen i området.



Granåsen äng i slalombacken Ullfjärden.



I ett LONA-projekt som avslutades 2019 var syftet att stärka besökarnas kunskap om naturen och uppmåna till rörelse. Stort fokus var på barn som kommer till området. Detta projekt drevs av Upplandsstiftelsen tillsammans med Håbo kommun. Resultatet blev att besökare nu kan lyssna på olika ljud från naturen med hjälp av en vevlåda, vilket många tycker är roligt. Barnen kan balansera och klättra på stockar som placeras ut. Stockarna fungerar också bra som sittplatser. För skolan finns temalådor att låna. Lådorna innehåller lärarhandledningar och material som lappar och bestämningsnycklar, för olika lektioner. Temalådorna finns i en låst låda vid Kvarnkojan och lärarna bokar via en webbsida.

För yngre barn finns upptäckarlådor uppsatta på olika platser. Lådorna kan fyllas med material från naturen och barnen öppnar en lucka för att undersöka vad som finns i lådan.

Så här säger Anett Wass, kommunekolog på Håbo kommun, om Granåsens naturreservat. – Granåsen är ett mycket viktigt friluftsområde för boende, skolor och flera föreningar i Bålsta. Närheten och att det är lättillgängligt gör att området passar en bred grupp av besökare. Många uppskattar också att det är välstädat och alltid finns ved till grillarna, vilket är tillsynsmannens förtjänst!



Anett Wass.



Vevlåda där man kan lyssna på olika fåglar och djur. Veva på hjulet i mitten så hörs ljuden.

## TIPS

Vi som jobbar på naturskolor runt om i Sverige har skrivit en bokserie, *Att lära in ute*, som ger exempel på hur och vad man kan göra för att använda sig av utomhuspedagogik i sin undervisning. Här kan ni läsa mer om hur man kan använda dessa böcker för att arbeta ute med de globala målen <https://www.outdoorteaching.com/sv/vara-bocker/serien-att-lara-in-ute/>



*Rörelseglädje i naturen; där finns ständigt nya utmaningar för både barn och vuxna.*

## NATURSKOLAN OCH DE GLOBALA MÅLEN

Utbildning är en av de viktigaste nycklarna till en hållbar utveckling, vilket bland annat FN slagit fast.

Vi måste ge våra barn och unga kunskap om och erfarenheter av den natur vi alla är beroende av. Vår övertygelse är att eleverna måste ha egna upplevelser av naturen för att kunna förstå.

Vi vill att de ska få uppleva glädjen i att paddla eller åka skridskor på en sjö, vandra i en skog, tillfredsställelsen i att sitta runt en eld och äta sin matsäck och uppleva förundran inför en myllrande mångfald. De ska få uppleva skönheten i såväl det storslagna som det vi upplever när vi tittar nära genom luppen. Vi vill också att de ska få uppleva hur vistelse i naturen kan få oss att slappna av och må bra.

Dessa tankar har funnits länge. Så här uttryckte Luther Standing Bear, Siouxindianernas hövding det: "De gamla lakotas var visa. De visste att människans hjärta hårdnar när det är avskilt från naturen. De visste att brist på respekt för det som lever och växer snart leder till brist på respekt också för människor. Så höll de sin ungdom alltid nära naturens goda inflytande."

För naturskolan är strävan mot en hållbar utveckling en ledstjärna i det mesta vi gör. Vi är övertygade om att barn och unga (liksom vuxna) behöver naturkontakt både för att förstå och för att må bra.

Naturskolan tar ut elever och lärare i naturen för att ge dem upplevelser och kunskap. Vi håller kursdagar för pedagoger från förskola och grundskola. Vi underlättar för pedagogerna att gå ut själva genom att ta fram material. Just nu arbetar vi för att vidga detta arbetssätt till att också omfatta gymnasiet. I regionen finns det lokal naturskoleverksamhet i sex av kommunerna.



## Agenda 2030-mål som kopplar till naturskoleverksamhet:



Att vi mår bra både av att vistas i naturen och av att röra på oss är väl känt. Naturskolans roll är att eleverna ska få uppleva det också.



En god utbildning för alla innebär bland annat att alla elever ska få möjlighet att lära på sitt sätt. Ute använder vi alla sinnen, vilket gör det lättare att både förstå och komma ihåg.



Ute får pojkar och flickor på ett självklart sätt lika stor plats. Språkbarriärer kan överbyggas. Rollerna i klassen blir ofta annorlunda än inne i klassrummet. Fler får chansen att lyckas.



Vi kan visa på aktiviteter som varken kostar pengar eller tär på miljön. Naturen är till för alla, men vi måste visa upp den för de grupper som inte redan hittat dit.



Alla våra livsval är något som påverkar klimatet. Många ungdomar är redan mer än medvetna om vad som håller på att hända. Ute i naturen kan vi både diskutera detta och visa på vägar som leder åt rätt håll.



Vi ger eleverna upplevelser av och kunskap om ekosystem och biologisk mångfald, både på land och i vatten.



Friluftsliv är ett sätt att skapa gemenskap mellan människor, att få fler att känna sig inkluderade.

*Att undersöka livet i vatten är spännande och kul.*



*Kursdag för lärare med naturskolan.*



# SÅ HÄR KAN INSATSER I ETT LANDSKAPSAVSNITT BIDRA TILL AGENDA 2030-MÅLEN

3 GOD HÄLSA OCH  
VÄLBEFINNANDE



Tillgängliga friluftsområden främjar folkhälsa och fysisk aktivitet.

4 GOD UTBILDNING  
FÖR ALLA



Många naturområden används av naturskola, och annan pedagogisk verksamhet.

6 RENT VATTEN OCH  
SANITET FÖR ALLA



Genom att restaurera våtmarker och skapa hållbara ekosystem främjar vi grundvattenbildning.

10 MINSKAD  
OJÄMLIKHET

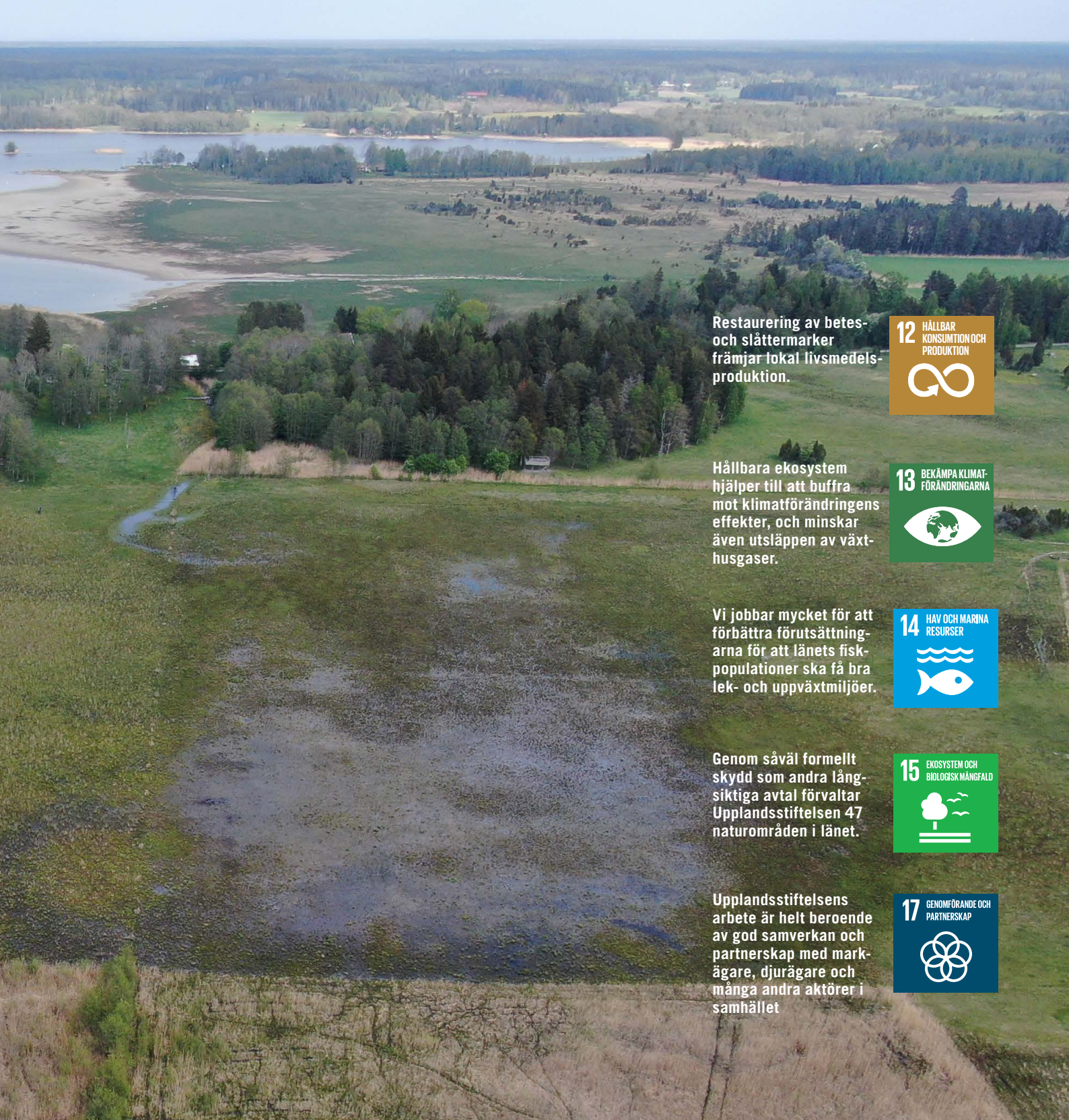


Tillgängliga friluftsområden främjar folkhälsa och fysisk aktivitet. Naturen är gratis och öppen för alla!

11 HÅLLBARA STÄDER  
OCH SAMHÄLLEN



Naturområden som kan nås med cykel eller kollektivtrafik blir tillgängliga även för de som inte har tillgång till bil.



Restaurering av betes- och slättermarker främjar lokal livsmedelsproduktion.



Hållbara ekosystem hjälper till att buffra mot klimatförändringens effekter, och minskar även utsläppen av växthusgaser.



Vi jobbar mycket för att förbättra förutsättningarna för att länets fiskpopulationer ska få bra lek- och uppväxtmiljöer.



Genom såväl formellt skydd som andra långsiktiga avtal förvaltar Upplandsstiftelsen 47 naturområden i länet.



Upplandsstiftelsens arbete är helt beroende av god samverkan och partnerskap med markägare, djurägare och många andra aktörer i samhället



Agenda 2030-mål som kopplar till tillgänglighet i skärgården:



## FÖRVALTNING – RÄVSTEN

Rävsten är en fantastisk plats i skärgården. För att ta sig dit från fastlandet tar man färjan från Öregrund till Gräsö. Från Gräsös södra spets, Åspskär, åker man sedan passbåten till Rävsten. Väl på plats får man uppleva en unik skärgårdsmiljö med torpmiljöer, betesmarker, slätterängar, havsvikar och skog.

De senaste åren har arrendatorerna och Upplandsstiftelsen arbetat tillsammans för att tillgängliggöra Rävsten så att alla oavsett funktionsnedsättning ska kunna uppleva ön. En skärgårdsö är av naturen lite otillgänglig och det kan vara en utmaning att skapa förutsättningar för att alla ska kunna ta sig runt själv. Ibland kan man få till lutningar som gör att personer som sitter i rullstol kan ta sig runt själva men ibland gör naturen att det inte går att skapa sådana förutsättningar



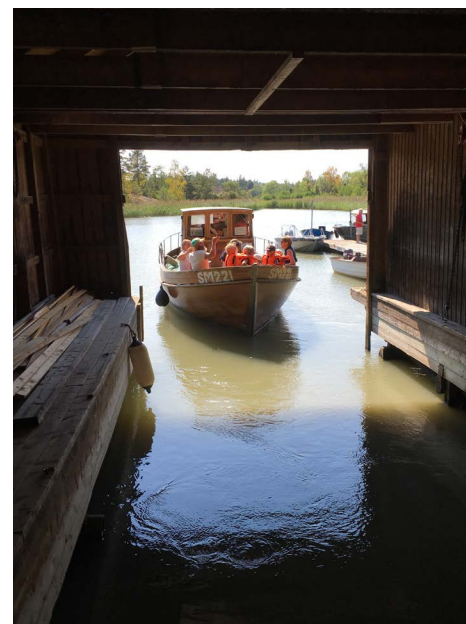
*Rävsten stugby.*

Arbetet startade med att bygga nya toaletter och att anpassa duscharna. Det har varit viktigt att se till att ramper har bra lutning och att det finns svängradie på duschar och toaletter. Arbetet har fortsatt med att samlingslokalen Stallet har fått en ramp och ny trappa. Vi har även anpassat en stuga så att sovrum och kök ska vara tillgänglighetsanpassat.

Inom Leaderprojektet *Fiskevänliga och tillgängliga Rävsten* arbetar vi med att skapa förutsättningar för alla att kunna komma ned till vattnet och fiska eller håva. Detta görs genom nya flytbryggor där man ska kunna sitta i rullstol och fiska eller bara uppleva vatten. Intill bryggan bygger vi en fiskrensod där man ska kunna rensa fisk både sittande i rullstol och stående. Vi kommer även att köpa in en båt med ramp som ska underlätta transporterna mellan Äpskår och Rävsten.



*Fackelblomster är vanlig i skärgården.*



*Rävstensbåten.*



*Rävstensklippor. Foto Kerstin Söderberg.*



Kerstin Söderberg.

## Intervju med Kerstin Söderberg, arrendator Rävstens stugby sedan 2014

*Varför är det viktigt att arbeta med tillgänglighet?*

– Jag känner mig fri och stärkt, kanske till och med stark, när jag riktar ansiktet mot vinden när jag åker båt. När jag drar med handen på en solvarm klipp-häll eller plaskar med fötterna i vattnet så njuter jag. Jag tror inte den känslan skulle bli mindre om jag råkade ut för en olycka eller på annat sätt fick min rörlighet kraftigt begränsad. På samma sätt tänker jag om gäster som kommer hit. Upplevelsen av att ha tillgång till en vacker plats ska inte behöva styras av personens fysik. Vi har många gäster som kommit hit i väldigt många år. Dessa gäster kommer inte sluta älska Rävsten bara för att de åldras och blir mindre rörliga. Att kunna ta sig till dasset med rollatorn eller ta rullstolen med sig in i duschen, kan göra skillnaden mellan att säga farväl till sitt sommarparadis eller fortsätta komma hit. Det som kan göra resan möjlig för en kan också underlätta för en annan. Det kan handla om så mycket mer än att behöva en ramp för sin rullstol. Många gäster gläds åt ledstänger när balans och knän krånglar. Det är också lite extra roligt när nya gäster upptäcker Rävsten och de lite nyförälskat utbrister – men, jag som trodde att det var lite krångligt att ta sig hit men det var det ju inte alls!

*Vilka tillgänglighetsbehov möter ni hos Rävstensbesökande gäster?*

– Det kan se lite olika ut. När gäster bokar kan de ha frågor om hur stigen till olika stugor är eller hur många trappsteg det är in i stugan, hur långt det är till dasset och liknande. En större grupp som årligen besöker oss kommer med ett flertal rullstolar. De kom även innan Upplandsstiftelsen, genom att bygga nya dass och tillgängliga duschar, gjorde den här fina satsningen på tillgänglighet. Gruppens medlemmar är uppfinningsrika och har tillsammans med oss klarat tunga lyft i och ur passbåten, haft gamla dörrar som ramper och krånglat med de gamla dassen. Det känns otroligt bra att kunna erbjuda dem dessa förbättringar. Nu till säsongen 2020 har en stuga försetts med ramp in och med en nödutgång med ramp. Jag ser verkligen fram emot att de ska komma hit och bo där i samma stuga som tidigare år men nu så mycket bättre. Vi har också en samlingslokal som används flitigt av gästgrupper eller när vi har evenemang här. Från år 2020 kan alla ta sig in dit via en ny, bred ramp. Många gäster uttalar sin uppskattning för alla förbättringar och det värmer gott.





*Byggnaden till höger innehåller tillgängligt dass plus tre vanliga dass och en urinoar. Duschar finns i mittenbyggnaden. Till vänster Stallet. Ramperna gör att man kan rulla mellan dass, duschar och samlingslokalen. Foto Kerstin Söderberg.*

*Klippor på Rävsten. Foto Kerstin Söderberg.*





*Gamla skogar med olika trädslag och död ved ger plats för artrikedom och biologisk mångfald. Här ett exempel; Upplandsstiftelsens skogsområde på Långnäset, vid sjön Tämnaaren.*

**Agenda 2030-mål som kopplar till ekologisk mångfald:**



## MÅNGFALD I SKOGEN

När man talar om biologisk mångfald avser man ofta tre olika slag. Mångfald av ekosystem, mångfald av arter och genetisk variation. Skogen bildar ett ekosystem där djur, växter och svampar lever och påverkar varandra på olika sätt. Genom evolutionen har mångfald byggts upp under årtusenden och arter har anpassat sig till naturliga förlopp. Många av skogens arter är till exempel anpassade till skogsbrand och stormfällning.

En stor del av dagens skogar är inte naturliga. Träden kommer från uppdrivna skogsplantor och där dessa planteras blir bestånden ensidiga. Sådana s.k. skogsmonokulturer är fattiga på arter och genetisk variation. Till skillnad från naturskogen är dessa skogsplantager dessutom mer känsliga för yttre påverkan som torka, storm- och insektsangrepp.

Upplandsstiftelsen äger och förvaltar skogsområden där vi strävar efter att bevara den biologiska mångfalden. Vi låter skogen bli gammal och vi lämnar kvar döda träd. Det är den döda veden som många arter lever av eller söker skydd i. Vi tillåter också självföryngring på gamla hyggesytor, vilket resulterar i en blandskog med många olika trädslag. Finns det många trädslag i skogen, finns också goda förutsättningar för mångfald av arter och skogen blir mer motståndskraftig mot yttre påverkan.



*Biologisk mångfald innebär en rik förekomst av arter, t.ex. cinnoberbagge (Upplands landskapsinsekt), almfläckmätare, dagghätta, lunglav och lunglavsknapp.*

## TYST SOMMAR – UTAN SURRANDE INSEKTER

Världens vilda växter och en stor del av odlade grödor är beroende av pollinering. Vanligtvis förknippar man pollinatörer med bin och humlor, men det finns många andra t.ex. blomflugor, skalbaggar, dag- och nattfjärilar. I Sverige finns cirka 3 000 pollinerande insektsarter.

På senare tid har det visat sig att många pollinatörer minskar i antal och flera är hotade, speciellt i Europa och Nordamerika. Det finns ingen lättolkad förklaring utan troligen är det en kombination av olika faktorer som orsakat minskningen av pollinering.

Upplandsstiftelsen arbetar med att bevara och förstärka miljöer som är viktiga för pollinering, t.ex. blomrika miljöer, sandiga marker, steniga kulturmarker, småvatten, odränerade och fuktiga marker, gamla träd och död ved.



*Det är inte bara bin och humlor som pollinerar, utan även andra insekter. Till exempel skalbaggar, som den här fyrbandade blombocken.*



*Torslundagropens naturreservat är ett gammalt grustag som Upplandsstiftelsen äger och förvaltar. Här finns blomrika, värdefulla sandmiljöer för insekter. Bland annat blommande blåeld som uppskattas mycket av bin, humlor och fjärilar.*

## NATUREN GÖR GOTT FÖR DE YNGSTA OCH DE ÄLDSTA

### Åsa Sjögren, Upplandsstiftelsen

*Vad händer när familjerna från Öppna förskolan kommer ut i naturen?*

Jag ser att barnen blir nyfikna på sin omgivning. Utomhus finns det väldigt mycket att upptäcka. Barnen blir inte uttråkade och ber om mammas mobiltelefon utan hittar pinnar och kottar, myror och grässtrån. Genom att vi är i naturen och inte på lekplatsen blir det inte kö till rutschkanan, det finns pinnar och grässtrån så det räcker åt alla. Det krävs lite mer passning av barnen, men det skapar också en gemensam upplevelse för barnen och deras föräldrar. Många föräldrar har också märkt att eftermiddagen blir mer rofylld när de varit ute. De som kommer en gång kommer oftast tillbaka. Utedagarna är ett sätt att introducera unga familjer till utevistelse.



Åsa Sjögren.

### Ann-Christin Hanning, Liljeforstorgs Öppna förskola, Uppsala kommun

*Vad är vinsten med att ha Öppen förskoleverksamhet i naturen?*

Genom att vi är ute en gång i veckan visar vi föräldrarna att man kan vara ute i alla väder. Barn i dag sitter mycket i vagn och är mest inne, och därför har de inte motoriken. Då är det bra att röra sig ute och att gå på marken. Ute blir det frisk luft och rörelse. Vi ser att barnen blir gladare och mår bättre. Ute finns också mer rymd och man kan hantera större grupper. Det går att springa och stoja. Man behöver inte åka till Ikeas bollhav eller Leos lekland. Vi går ut i nära natur för att visa vad Uppsala har att erbjuda. Vi måste ge föräldrarna det här, det är lika viktigt som att vi har planerade aktiviteter inomhus.



Ann-Christin Hanning.

### FAKTA

Öppna förskolan riktar sig till föräldrar som är hemma med små barn. Upplandsstiftelsen har sedan 2017 arbetat tillsammans med Uppsala kommun för att skapa regelbundna utedagar. Öppna förskoleverksamheten i Uppsala finns i stans socialt utsatta områden.



*Välbehållande i en vattenpö!*

### Agenda 2030-mål som kopplar till god hälsa:



## Eva Arnemo, Upplandsstiftelsen

*Vilka vinster finns det med uteverksamhet för seniorer?*

Jag tänker att naturen påverkar hälsan på ett positivt sätt. Många äldre är mycket inomhus. Genom att komma ut i naturen och att göra aktiviteter tillsammans upplever man något meningsfullt och hamnar i ett sammanhang. De allra flesta upplever det som positivt. Att tända en eld väcker många minnen och det är något att samlas runt i gemenskap

Antalet äldre ökar, och det är trångt i många lokaler, så det kan vara bra att även kunna vara ute. Att vara ute ger också mindre risk för smittor.

*Gruppen seniorer är inte enhetlig. Vad ser du för olika behov?*

Det krävs att man anpassar aktiviteten utifrån deltagarna. För de som har ganska omfattande funktionsnedsättningar är det en vinst att bara komma ut. För dem som är pigga pensionärer handlar det mer om att tillföra något i deras vardag. Att gå ut i grupp kan också skapa trygghet om man inte vågar gå ut ensam.

*Vad är planen framöver?*

Vi hoppas kunna inspirera Träffpunkter att flytta ut aktiviteter. Vi vill också utbilda personal.



Eva Arnemo.

### FAKTA

Upplandsstiftelsen provar just nu att arbeta med natur- och utomhusaktiviteter vid Träffpunkter för +65-åringar i Uppsala. Externa medel har sökts för att utveckla verksamheten.





Informationstavlor om natur och fåglar.

## ÅNGE

### Ånge tillgängliga besöksmål

Upplandsstiftelsen samverkar med markägaren Alf Lundin vid Ånge gård, 4 km norr om Storvreta. Syftet med samverkan är att utveckla och göra området tillgängligt för flera besöksgrupper. Vi arbetar också med att restaurera och bevara de stora naturvärden som finns längs Vattholmaåsen och Fyrisåns dalgång. Stora insatser görs för att området ska bli tillgängligt för allmänheten och särskilda insatser görs för personer med funktionsnedsättning.

### Hagmarker restaureras

Längs Vattholmaåsen har 15 hektar biologiskt värdefulla hagmarker restaurerats. Träd och buskar har avverkats, stängsel satts upp och markerna betas av kor. Beteshagarna på åsen ingår i ett Natura2000-område och har höga naturvärden bl.a. en rik flora.

### Ånge fågelsjö anläggs

Intill Ånge gård har en tre hektar stor våtmark anlagts med ekonomiskt stöd från Landsbygdsprogrammet. Våtmarker och småvatten är en bristvara i dagens jordbrukslandskap. Groddjur och många arter insekter och fåglar är helt beroende av våtmarker. Från den tillgängliga utsiktsplatsen precis intill Ånge fågelsjö kan man på nära håll uppleva det rika fågellivet. I sjön häckar bl.a. grågås, snatterand, knipa, tofsvipa, svarthakedopping och fiskmås. På våren rastar många vadarfåglar och har man tur kan få se spelande brushanar.

För att ta sig till utsiktsplatsen vid fågelsjön kan man utgå från den nyanlagda parkeringsplatsen vid nedfarten till Ånge gård. Härifrån följer man en 300 meter lång grusad och hårdgjord stig fram till utsiktsplatsen vid fågelsjön. Stigen är tillgänglig med rullstol. Vid utsiktsplatsen finns bänkar, tillgängligt bord och information. Stigen är omgiven av staket så att man kan passera beteshagen utan att komma i direkt kontakt med betesdjuren.





Markägaren Alf Lundin tillsammans med arrendator Lennart Pettersson till höger och Marie Johansson till vänster på den nyanlagda hårdgjorda vägen till fågelsjön.

## Ångeprojektet vidareutvecklas

Vid Vargkullbackarna på åsen norr om Ånge gård planeras under 2020 en tillgänglig besöksplats. Här kan man uppleva åsmiljön med blommande backsippor under våren, ett gravfält från bronsåldern och utsikten över Fyrisåns dalgång en gång i tiden transportled för vikingaskepp. För att göra platsen tillgänglig för fler besöksgrupper planeras ett tillgänglighetsanpassat torrdass, parkering och ett lågt trädäck tillgängligt med rullstol. Den gamla landsvägen mellan Ånge och Vargkullbackarna kommer att grusas upp och bli väl framkomlig med rullstol och därmed sammanbinds de båda besöksplatserna. Besöksplats Vargkullbackarna utvecklas i samverkan mellan markägare Alf Lundin, Länsstyrelsens kulturmiljöenhet och Upplandsstiftelsen.

Agenda 2030-mål som kopplar till tillgänglighet:



Backsippa



UPPLANDSSTIFTELSEN bildades 1972 för att underlätta och stimulera allmänhetens friluftsliv samt verka för bevarande och skydd av den uppländska naturen. Medlemmar är Region Uppsala och kommunerna i Uppsala län. Vår verksamhet finansieras via Region Uppsala, uppdrag och projektmedel.

I den här skriften berättar vi om hur vi arbetar med de globala målen ur ett lokalt perspektiv.

Besöksadress är Storgatan 27 i Uppsala.

På vår hemsida

[www.upplandsstiftelsen.se](http://www.upplandsstiftelsen.se) får du mer utförlig information. Kontakta oss gärna.

Telefon 018–611 62 71.

