

SÄTRASKOGENS NATURRESERVAT

Välkommen

Sätraskogen är ett stort naturreservat i södra delen av Stockholms stad. Området sträcker sig från Villa Lyran i norr till Skärholmens gård i söder, via Mälärhöjdsbadet, Varpaängen, ned till Sätträns dalgång med Sättrastrandsbadet och genom Skärholmsdalen. Upp över berg med tallar och björkar, ned genom dalgångarnas öppna ångar och stora ekar, med Mälaren nästan alltid inom synhåll. Sättraaskogen är viktig för den biologiska mångfalden i Stockholm och landskapet rymmer många kulturspår från människor som levde på platsen förr i tiden.

Vardagslandskap och fristad

För alla oss som idag bor i området är Sättraaskogen vår vardagsnatur som används för motion, promenader, sport och rekreation. Samtidigt kommer många besökare hit med tunnelbana, cykel eller bil. Sättraaskogen är därmed en fristad för både djur, växter och människor.

Istid och jordbruk

Sättraaskogen har en spännande historia. För många miljoner år sen trycktes urberget ihop och fick den form vi ser idag med berg och dalgångar om vartannat. Därefter kom istiderna och slipade ner bergstopparna och avsatte lera i dalgångarna. Det här landskapet är typiskt för Stockholmsområdet.

När den senaste istiden tog slut, för ungefär 12 000 år sen, låg hela landskapet under vatten. Bergen steg genom landhöjningen upp som öar ur vattnet, centimeter för centimeter. Växter och träd växte upp, djur började röra sig i området. Stockholmsområdet var en öppen skärgård och människan försörjde sig som jägare och samlare.

För 6000 år sen började människan med jordbruk och tog hit sina tama djur: kor, får och getter som formade landskapet med sitt bete.

Dagens landskap, träd och växter är i hög utsträckning ett resultat av en flera tusen år lång tidsperiod av småskaligt jordbruk från järnålder fram till 1960-talet. Dalgångarna har odlats som åker eller slagits som ångar, medan ekmiljöerna och bergen betats av kor, får och getter. Den långvariga småskaliga hävden har skapat goda förutsättningar för utvecklingen av gamla ekar i området.

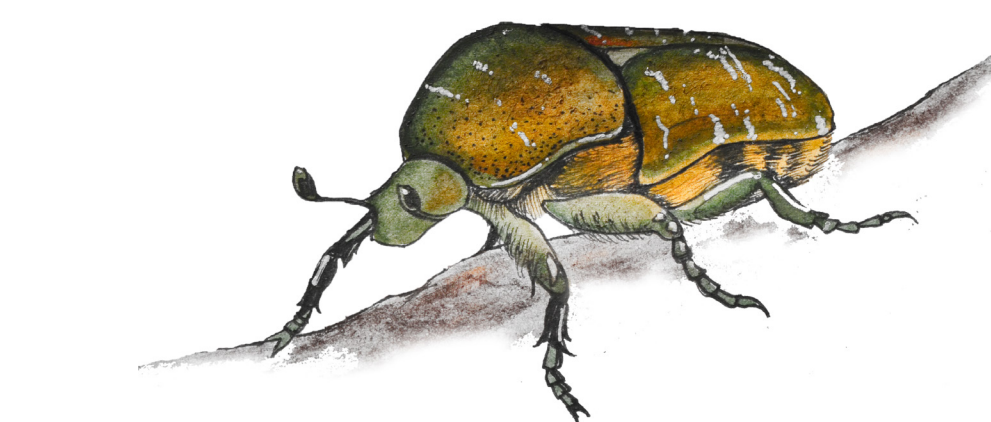
§ I naturreservatet är det inte tillåtet att:

- Låta hund vara utan koppel utanför markerat hundrastområde
- Fälla eller skada träd och buskar
- Förstöra eller skada fast naturföremål och ytbildning
- Gräva upp växter, lavar, mossor och svampar
- Störa djurlivet, t. ex. genom att klättra i boträd, fånga eller döda däggdjur, fåglar, kräldjur eller groddjur
- Rida utanför ridstigar, ridplats eller körväg
- Elda annat än på anvisad och iordninggjord plats
- Cykla på gångvägar och stigar som inte är markerade som cykelvägar i kartan.

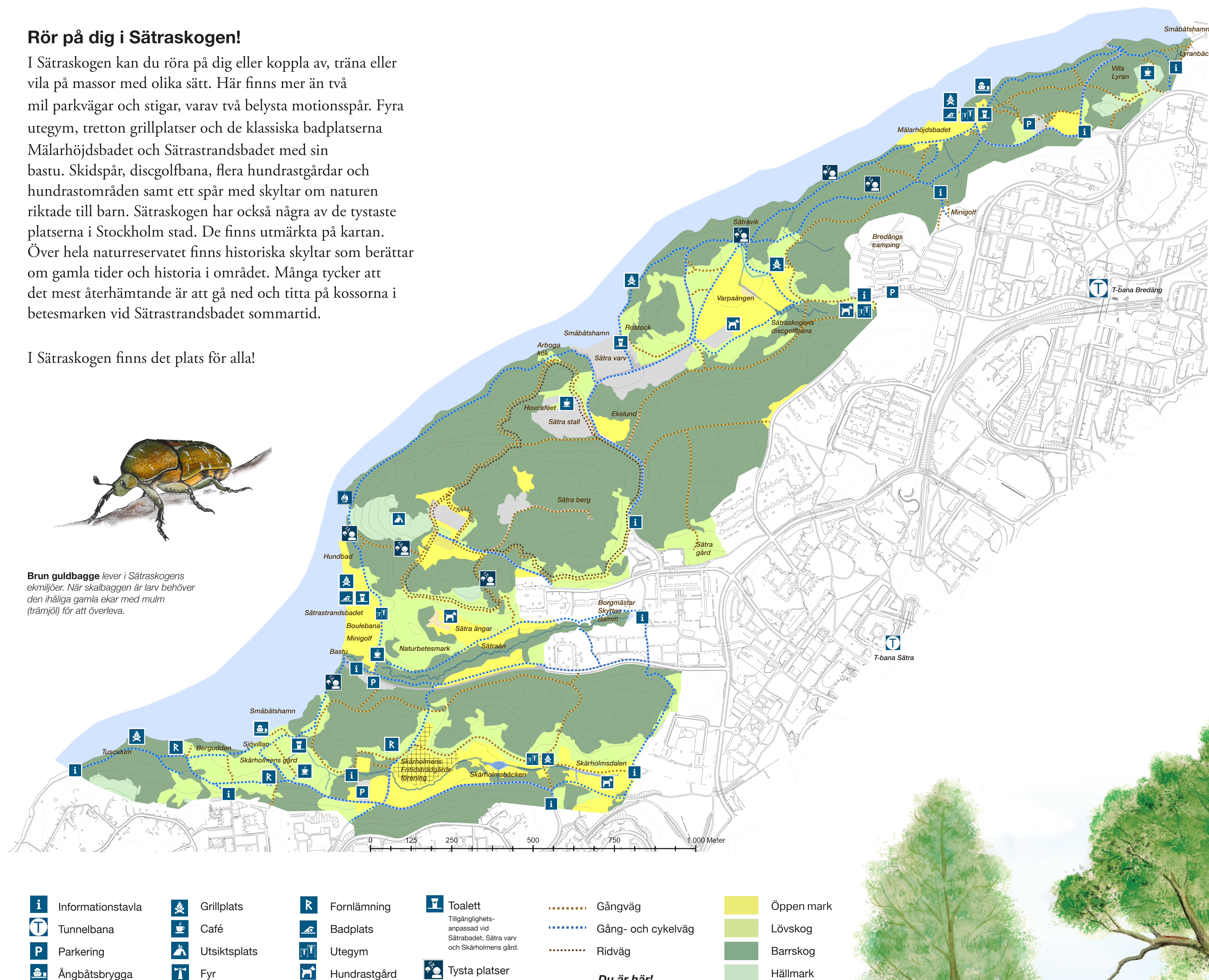
Rör på dig i Sättraaskogen!

I Sättraaskogen kan du röra på dig eller koppla av, träna eller vila på massor med olika sätt. Här finns mer än två mil parkvägar och stigar, varav två belysta motionsspår. Fyra utegym, tretton grillplatser och de klassiska badplatserna Mälärhöjdsbadet och Sättrastrandsbadet med sin bastu. Skidspår, discgolfbana, flera hundrastgårdar och hundrastområden samt ett spår med skyltar om naturen riktade till barn. Sättraaskogen har också några av de tystaste platserna i Stockholm stad. De finns utmärkta på kartan. Över hela naturreservatet finns historiska skyltar som berättar om gamla tider och historia i området. Många tycker att det mest återhämtande är att gå ned och titta på kossorna i betesmarken vid Sättrastrandsbadet sommartid.

I Sättraaskogen finns det plats för alla!



Brun guldbagge lever i Sättraaskogens ekmiljöer. När skalbaggen är larv behöver den ihålliga gamla ekar med mulm (trämjöl) för att överleva.



- | | | | | | |
|----------------------------|-----------------------|-----------------------|--|--------------------------|------------|
| i Informationstavla | ☼ Grillplats | R Fornlämning | 🚻 Toalett | Gångväg | Öppen mark |
| T Tunnelbana | ☕ Café | 🚿 Badplats | 🚰 Tillgänglighetsanpassad vid Sättraabadet, Sättra varv och Skärholmens gård. | Gång- och cykelväg | Lövsog |
| P Parkering | 👁 Utsiktsplats | 🏊 Utegy | 🚰 Tysta platser | Ridväg | Barrskog |
| 🚢 Ångbåtsbrygga | 🔥 Fyr | 🐕 Hundrastgård | | Du är här! | Hällmark |



Motionera, simma och träna

Sättraaskogens naturreservat



Betande kor i ekmiljöerna hjälper till att hålla efter uppväxande sly. Ekarna behöver mycket ljus för att utveckla höga naturvärden.

Welcome

Welcome to Sättraaskogen Nature Reserve, just south of Stockholm city centre, next to the lake Mälaren. This area is ideal for outdoor activities such as walking, cross-country running, swimming and horseback riding, as well as children's play and nature interaction. There are numerous paths and trails for various activities, some of them with night-time lighting. Visitors are free to discover the pathways that suit them best!

Sättraaskogens Nature Reserve is protected in order to ensure its biodiversity, and to enable the maintenance and development of its valuable natural, cultural-heritage and recreational features. Sättraaskogen have been used and shaped by man for thousands of years, resulting in the landscape you can experience here today.

The nature reserve is home to a great number of endangered species and function as steppingstone for many birds and insects in the Stockholm region.

As humans started farming and brought their own animals, some six thousand years ago, cows, sheep and goats shaped the land with their grazing – resulting in the valuable stands of old oaks near Sättrastrandsbadet, Sättra varv and Skärholmens gård. As land rise progressed, grazing and farming continued in the valleys, creating open meadows with a great variety of flowers

Enjoy your visit to Sättraaskogen!