

Miljöhandbok

Föreningen Årstafältets Koloniområde

2018-2019





Innehållsförteckning

Förord	3
Tips för lotten	4
Biologisk mångfald	5
Nya området	7
Kulturarvsväxter	9
Kompost på kolonin	10
Biokol – jordförbättring och kolsänka	11
Föreningens studieverksamhet	12
Miljöregler på Kolonin	13

Förord

Äntligen ett nytt koloniområde! Vi har fått större och fler lotter! Vi har mycket arbete framför oss, och det är styrelsens förhoppning att alla ska kunna forma sin nya lott efter egna önskemål och att området efter ett par år ska börja likna ett omväxlande och grönskande koloniområde. Kort sagt: vi ska bli en pärla i den nya stadsparken.

Du håller i din hand en miljöhandbok, som gäller för två år, mars 2018 - mars 2020. Den innehåller dels våra intentioner för miljön, dels regler och tips inför arbetet på din nya lott. I handboken finner du de miljöregler som togs fram till förra miljöhandboken och som presenterades mer utförligt där. Här tas dessa regler bara upp i form av en lista – "Miljöregler på kolonin".

Vi har i övrigt tagit med sådant som miljögruppen just nu arbetar med: biologisk mångfald för "våra" pollinerare, biokol som jordförbättring på nya lotten, planering för kommande blomsterängar, hur vi kan sprida kulturarvsväxter till kolonisterna och vilka olika komposter som finns. Vidare presenteras de olika fruktlundarna och en karta över nya området. Helt kort tar vi också upp den planering som finns för kommande studieverksamhet.

Handboken har tagits fram av styrelsen och miljögruppen; vi har fått stöd och tips från Studieförbundet, som också stått för tryckningen.



Tips för lotten

När dagen för "inflyttning" närmar sig gäller det att ha en plan klar. Börja i tid, tänk noga och tänk igen. Ändra och ändra igen. Ta reda på vad som gäller för att de växter du vill ha passar just på Årstafältet (med lerjord och 40 cm matjord samt sol större delen av dagen).

Börja gärna i den här ändan: **Hur mycket tid kan jag rimligen ägna åt min nya lott?** Perenna växter tar mindre tid att sköta än ettåringar. Det finns många perenna grönsaker, som det kan vara idé att prova. Hur som helst kommer det att ta tid att få igång de nya lotterna och sedan sköta dem på ett bra sätt. Kraven på oss alla kommer att ställas högre än på det område vi lämnat!

Undvik helst de invasiva växter som finns på Naturvårdsverkets "svarta lista": kanadensiskt gullris, praktlysing, såpnejlika, fingerborgsblomma, stormhatt, blomsterlupin och vresros – för att nämna några av dessa vanliga lättodlade blommor, som när de kommer loss i naturen kan bilda stora bestånd som kväver all annan växtlighet. Håll också koll på om du vill plantera växter som är giftiga.

Håll 30 cm mot grannen fria från plantor och ogräs! Träd och buskar som efter ett tag får längre grenar och rötter än så, behöver naturligtvis planteras längre in på den egna lotten.

Vilken typ av trädgård vill du ha? Var vill du sitta och titta ut över dina växter? Vill du ha mest rabatter eller mest grönsaker? Eller lite av varje? Vill du ha blommor från tidiga vår till sena höst? Vilka färger? Vill du odla grönsaker så att du alltid har något att skörda?

Det nya koloniområdet kommer alldeles säkert bli ett populärt promenadstråk. Vi kommer att ligga i centrum på ett nytt stort bostadsområde. Vad vill du visa upp? Var på lotten vill du ha det lite insynsskyddat?

Utgå från att det första du bör göra på den nya lotten är att plantera träd och buskar. Du behöver också veta var du vill ha dina komposter, var gångarna är lämpliga att dra och var sittplatserna gör sig bäst. Sedan är det annat som du gärna kan ha tänkt på om du vill ha: växthus, pergola, cykelparkering, planteringsbord, vattentunnor, lekplats, insekts-hotell, humlebon, fjärilsväxter, vattenspegel, kryddspiral – för att nämna en del av det som behöver plats om man ska ha det.

Allt behöver inte göras första odlingssäsongen – ett beprövat tips är att börja med ett rejält potatisland. Tänk efter vilka grönsaker du vill odla och gör ett schema över lämplig växtföljd. När du ändå gör iordning kan det vara idé att tänka efter hur mycket biokol du vill ha i dina växtbäddar. Se det som en kolsänka!

Använd våren och sommaren till att förkultivera växter, läsa på om hur trädgårdar kan designas, få inspiration genom att besöka andra koloniområden, fika med övriga kolonister vid "mellanlagringen" och ta till dig all den information som styrelsen kommer att förmedla vid medlemsmöten och via mejl.

Gör en ekonomisk kalkyl, så att du får ut så mycket som möjligt av ersättningen du får för din gamla lott. Pengarna räcker bättre om du köper buskar i oktober än på vårkanten.

En trädgårdsdagbok, där du antecknar vad och var du planterar, hur skörden blev och vad den smakade, underlättar kommande planeringar.

Biologisk mångfald

Bin, humlor, fjärilar och andra insekter behövs för att vi ska få våra växter pollinerade. Utan dem blir det inga skördar! Tänk gärna "fjärilsväxter" när du planerar din nya lott. Snart nog kommer insektshotell byggas, ängsfröer

samlas och lieslätter övas. Sommarängar ska det bli i våra fruktlundar. Där ska eventuellt, i det fall motion till stämman 2018 bifalles, bikupor kunna placeras enligt specifika regler.



Insekter har idag svårare att hitta lämpliga platser för äggläggning och vi kan därför behöva hjälpa dem med detta, t ex genom att bygga insektshotell.

När man bygger insektshotell ska man se till att hålen där insekterna lägger sina ägg är av olika diameter, mellan 3-13 mm med ett djup på 8-10 cm.

Honungsbin pollinerar idag endast 1/3-del av den kommersiella odlingen. Av den anledningen är vi mycket beroende av andra pollinatörer. Av dessa är solitärbin mycket viktiga. Ca 40% av alla solitärbin är utrotningshotade eller hotade.

Man kan dela in solitärbin i olika grupper, några av dessa är: murarbi, storullsbi, citronbi och smalbi.

Murarbin är håriga, de kommer på våren, de vill ha större hål för att lägga sina ägg. De är mycket skygga.

Storullsbin tar ludd från lammöron till sitt bo och är aggressiv mot andra arter.

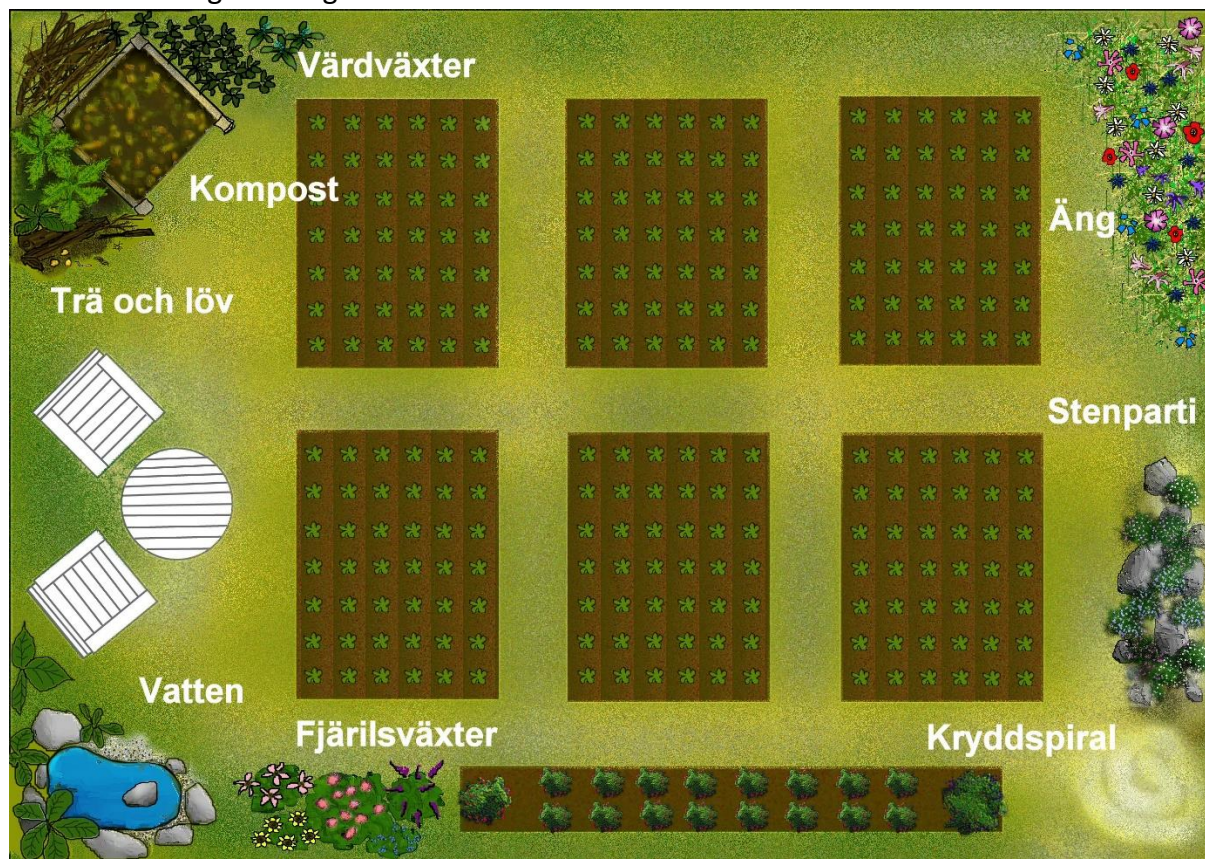
Citronbiet finns framförallt på sommaren, juni-augusti, dessa vill ha mindre bohål, ca 4mm.

Smalbiet vill ha smala hål.

Faktorer att ta hänsyn till för att främja biologisk mångfald.

När vi nu alla står inför anläggandet av en ny kolonilott kan man ta tillfället i akt och tänka på hur man kan främja den biologiska mångfalden på sin lott på bästa sätt. Bilden nedan är tagen från den föreläsning som Kjell Eklind höll för intresserade kolonister avseende Biologisk mångfald hösten 2017.

Bilden beskriver vad man bör ha på sin lott för att uppnå maximal biologisk mångfald. Vi som lyssnade på föredraget vart mycket inspirerade och vill gärna dela med oss av denna kunskap till resten av föreningen.



Fjärilsväxter; bolltistel, steppsalvia, nepeta, marton, rosenstav, röd solhatt, temynta, syrenbuddleja och rosenflockel.

Värdväxter; vallört (kan användas som grön gödslingsväxt), brännässlor (70 fjärilsarter

är beroende av denna växt, kan användas i växthus för att hålla svarmangrepp borta) och löktrav (kan locka kolfjärilar från kolplantor).

Ängsväxter; kornvallmo, väd, röd- och blåklint, åkerklätt, tjärblomster, prästkrage, blåklockor, akleja, gullvivor, nattljus, gulsporre, rödblåra och färgkulla.

Nya området



Kartan ovan visar det nya området samt de sex fruktlundar som är inritade i området.

Området hägnas in av trädalléer på båda långsidorna. Längs den långsida som vetter mot parken växer högstammade prydnadsapel (*Malus 'Evereste'*). Längs den långsida som vetter mot Huddingevägen växer högstammade körsbärsplommon (*Prunus cerasi-*

fera fk *Cecilia*). I allén mot föreningshuset växer högstammade bergskörsbär (*Prunus sargentii 'Rosensky'*). De häckar som omringar området är måbär (*Ribes alpinum 'Schmidt'*)

Fruktlundarna har olika teman vad gäller träd och sommarblommor för att gynna biologisk mångfald.

Fruktlund 1, tema Europeiska kulturarvs- sorter:

Här växer 4 träd, 2 äppelträd av sorterna Malus 'Cox Pomona', samt Malus 'James Grieve', 1 plommonträd av sorten Prunus domestica 'Reine Claude d'Oullins' E samt 1 päronträd av sorten Pyrus 'Esperens Herre'. Här sås normalängsblandning, vilken innehåller: rölleka, stor blåklocka, rödklint, väddklint, brudbröd, gulmåra, humleblomster, flockfibbla, fyrkantig johannesört, äkta johannesört, slätterfibbla, åkervädd, sommarfibbla, prästkrage, svartkämpar, rödkämpar, gullviva, brunört, smörblomma, höskallra, ängssyra, rödblära, smällglim, ängsvädd, kråkvicker, vårbrodd, luddhavre, kamäxing, fårsvingel och rödsvingel.

Fruktlund 2, tema Klassiska frukter, moderna sorter:

Här växer 4 träd, 2 äppelträd av sorterna Malus 'Agnes' E och Malus 'Amorosa' E, 1 plommonträd av sorten Prunus domestica 'Opal' E samt 1 päronträd av sorten Pyrus 'Fritiof' E. Här sås ängsblandning utan gräs, vilken innehåller: klätt, färgkulla, stor blåklocka, blåklint, rödklint, backnejlika, brudbröd, gulmåra, äkta johannesört, åkervädd, sommarfibbla, prästkrage, tjärblomster, myskmalva, kornvallmo, svartkämpar, rödkämpar och rödblära.

Fruktlund 3, tema Från den nya världen:

Här växer 6 träd, 2 kvitten av sorten Cydonia oblonga 'Vranja', 1 vejksel av sorten Prunus mahaleb, 1 svart mullbär av sorten Morus nigra samt 2 högstammade misplar av sorten Mespilus germanica 'Westerveld'. Här sås fjärilsblandning vilken innehåller: rölleka, nysört, rödklint, väddklint, backnejlika, solvända, flockfibbla, åkervädd, sommarfibbla,

prästkrage, käringtand, gökblomster, tjärblomster, svartkämpar, rödkämpar, brunört, ängssyra, bergssyra, fältvädd, gullris, styvmorsviol, vårbrodd, fårsvingel, ängssvingel, rödsvingel och ängsgröe.

Fruktlund 4, Körsbärlunden:

Här växer 4 träd, 3 sötkörsbär av sorterna Prunus avium 'Gårdebo' E, Prunus avium 'Lapins' E och Prunus avium 'Stella' E samt ett surkörsbär av sorten Prunus cerasus 'Skuggmorell'. Här sås humleblandning vilken innehåller: klätt, färgkulla, stor blåklocka, blåklint, rödklint, väddklint, blåeld, gulmåra, humleblomster, äkta johannesört, åkervädd, prästkrage, gulsporre, käringtand, myskmalva, kungsmynna, kornvallmo, gullviva, höskallra, rödblära, ängsvädd, mörkt kungsljus, vårbrodd, darrgräs, fårsvingel och rödsvingel.

Fruktlund 5, tema Från bakom järnridån:

Här växer 6 träd, 2 körsbärskorneller av sorten Cornus mas och lågstammad Cornus mas 'Macrocarpa', 2 aronia/rönnyhybrid av sorten Sorbaronia fallax 'Burka', 1 kvitten av sorten Cydonia oblonga 'Vranja' samt 1 plommonträd av sorten Prunus domestica 'Komet'. Här sås ängsblandning utan gräs, samma som i fruktlund 2.

Fruktlund 6, tema Svenska kulturarvssorter

Här växer 4 träd, 2 äppelträd av sorterna Malus 'Katja' E och Malus 'Gyllenkroks Astrakan' E, 1 plommonträd av sorten Prunus domestica 'Victoria' E samt ett päronträd av sorten Pyrus communis 'Göteborgs Diamant' E. Här sås fjärilsblandning, samma som i fruktlund 3.

Kulturarvsväxter

Föreningen har – när du läser det här – troligen antagit ett program för bevarande av gamla kulturväxter. Det program som diskuterats innehåller följande: hur förslag på tänkbara växter kan tas fram och hur man får tag i fröer. Växterna provodlas för att skörden ska kunna bedömas - sedan tillagas och avsmakas de. Information om växterna tas fram och kolonisterna erbjuds fröer/plantor. Ett antal kolonister behöver åta sig att odla fram nya fröer; det behövs kanske fyra kvadratmeter och man behöver vara lite extra noga så att sorten bevaras. Allt som ingår i programmet bör vara lättodlat, tåligt, ge stor skörd på liten yta och passa Årstafältets lerjord och klimat. Efter ett antal år kan vi på detta sätt få fram sorter som trivs bra hos oss och med vårt odlingsätt. Och som vi gillar att äta upp!



Miljögruppen har under de senaste åren informerat extra om "Den Gode Henrik" och gråärtorna "Solberga" och "Holma Kvarn".



Ett antal av våra kolonister har fått fröer och plantor.

Miljögruppen har fått hjälp av SESAM, en förening för fröodling och beskydd av gamla kulturväxter, med tips och fröer. På det nya området kommer följande växter lyftas fram: "Lokförare Bergfälds Jätteärt", bondbönan "Arne" och kryddväxten libbsticka. Även olika perenna lökar kan komma att tas in i programmet.



Kompost på kolonin

Samtliga medlemmar i föreningen ska ha en kompost på sin lott för att ta hand om eget avfall. Föreningen har inga krav på vilken typ av kompost man ska ha. När man väljer typ av kompost är det viktigt att tänka på vad man vill ha den till. För kompostering av matavfall behövs en varmkompost som är godkänd som rättsäker.

Vill man ha en kompost enbart för ogräs och annat som kommer från lotten, räcker det med en kallkompost.

Det går också att kompostera genom att lägga avfallet i en hög på utsett ställe på lotten.

Nedan är exempel på olika komposter som kan införskaffas:



Varmkompost Gröna Johanna med vinterkappa. Gröna Johanna är godkänd för året-runt-kompostering och uppfyller kommunernas krav på behållare för hemkompostering.

Denna kostar ca 2000kr.

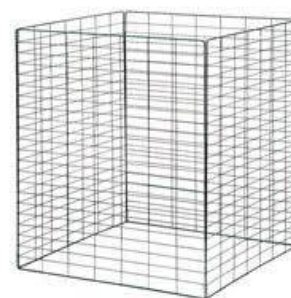


Greenline Garden. Trädgårdskompost för trädgårdsavfall och vegetabiliskt köksavfall. Denna kostar ca 650kr.



Biokub. Isolerad varmkompost för hushållsavfall. Enfacksbehållare. Denna kostar ca 1200-1400kr.

Kallkomposter finns i olika varianter varav några presenteras nedan:



Biokol – jordförbättring och kolsänka

Biokol är en produkt som kommer från förbränning av organiskt material. Det biokol vi i föreningen är intresserade av kommer från förbränning av trädgårdsavfall i Högdalens återvinningsanläggning.

Biokol tros ha jordförbättrande egenskaper vilket medför att användande av biokol kan gynna odling/plantering.

Genom att använda biokol återförs en större del av kolet till marken än vid normal förmultning eller förbränning. På sikt bidrar detta till att halten av koldioxid i atmosfären minskas. Detta för i sin tur med sig minskade effekter av den växthuseffekt vi idag upplever.

Biokol binder vatten och näringsämnen och på så sätt minskas näringsläckage och övergödning av vattendrag.

Det förekommer olika förslag till hur man kan blanda ut biokolet.

Här är ett: ta 1 del biokol och 1 del nässelvatten (eller annan näring som du spätt ut). Låt stå några timmar. Häll det sedan i såraden. Lägg på lite jord och sätt dina frön! Gödsla sedan som vanligt.

Plantor kan sättas direkt i biokolet. När du startar en ny kompost, grunda med ett lager biokol i botten, och näringen som "regnar" ner kommer då att tas om hand av biokolet. 10 liter biokol räcker till 20 kvm odling.

Vid Högdalens avfallsanläggning (Trädgård) kan man hämta 10 liter biokol (ta med en hink med lock – det väger inte mycket). Kolla Stockholms vattens hemsida om hur och när det går att komma.



Inför användning av biokol är det viktigt att kolet mätas med näringslösning. Detta kan göras genom att kolet läggs i nässelvatten och får dra.

Stockholms stad använder idag biokol vid renovering och nyplantering av växtbäddar för träd och andra växter. Staden anser att biokolet helt kan ersätta material såsom torv, sand och lera. De tycker sig kunna se ett resultat av biokolsanvändningen i form av starkare och friskare växter och träd. Träden i våra fruktlundar kommer att planteras enligt denna metod. Växtbäddarna med biokol har också den fördelen att de håller längre än tidigare lösningar och blir bättre och bättre med tiden eftersom kolet är beständigt.

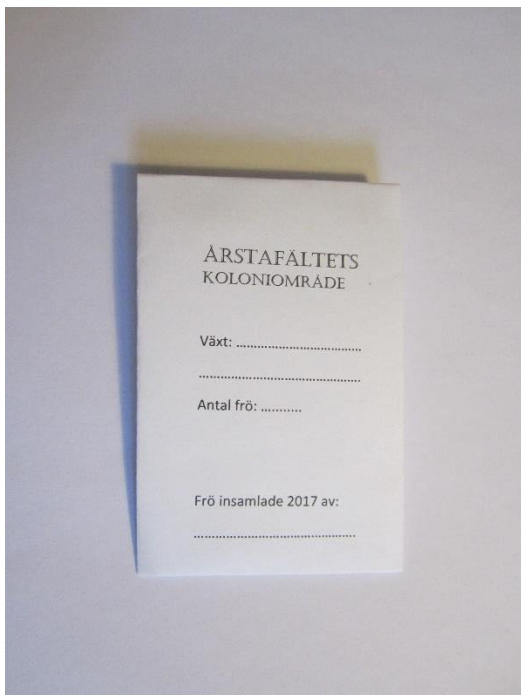
Växtbäddarna består oftast av en blandning av biokol och makadam. Makadam är ett stenmaterial som består av krossad sten med minsta storlek 2 millimeter. När biokol blandas med makadam samlas det i hålrummen mellan stenarna. Biokolet håller vatten, näring och syre och förbättrar syresättningen av marken vilket får träd och växter att växa bättre.

Föreningens studieverksamhet

Vi kommer att fortsätta den studieverksamhet vi redan nu bedriver: cirklar, föreläsningar, olika aktiviteter och studiebesök. Miljögruppen lägger förslag ett halvår i taget. Det finns gott om uppslag på vad som kan göras! Cirklar som blir fullbokade dubbleras. Mycket kommer förstås att knytas till det faktum att vi ska ställa i ordning nya lotter och ett nytt område.

Frösamlargrupp

Under 2017 har vi haft en aktiv frösamlargrupp. Att samla fröer är hur roligt som helst! Så snart vi kommit igång på vårt nya område är det dags att starta upp den gruppen igen. Vi börjar med en snabbkurs i vad man behöver tänka på när man samlar fröer. Deltagarna i gruppen samlar dels till sig själva och dels till föreningen. Koppling behöver göras till de kolonister som fröodlar de nyttoväxter som ingår i föreningens speciella program för bevarande av gamla kulturväxter. Fröbyttardagar planeras varje vår. Alla kolonister som samlar fröer till sig själva, kan då vara med och dela med sig av sitt överskott.



Miljögrupp

Miljögruppen arbetar med att få föreningen miljödiplomerad enligt de krav som Koloniträdgårdsförbundet ställer. Kraven omfattar dels sådant som gäller själva föreningen och dels hur de olika kolonilotterna sköts. Mycket har vi redan uppnått – det är inte särskilt svårt att avstå från gifter och annat som förstör miljön. Miljögruppen träffas regelbundet varannan söndag. Vill du vara med, är det bara att säga till!

I början av hösten 2018 kommer vi att inbjuda till aktiviteter av olika slag som hör ihop med den biologiska mångfalden: vi bygger insektshotell, går igenom vilka ogräs som är värst och förhoppningsvis ska vi också kunna smaka av bondbönan "Arne".

Omställning

Hur ska vi få till en koloni som är hållbar på lång sikt? Hur ska vi kunna vara en del av samhällets omställning till ett hållbart samhälle? Detta tål att diskuteras, och miljögruppen har för avsikt att initiera en sådan diskussion. Vad kan vi göra för att stödja den biologiska mångfalden? Vad kan vi göra för olika insekter och fåglar? Finns det andra djur vi ska vara rädda om, t ex igelkottar? Har vi vanor vi behöver ändra? Att ta hand om skörden måste vara en självklarhet – det man inte äter upp själv kan man låta någon annan ta del av. Vilka växter är tåliga vid ombytliga väderförhållanden? När kan vi få ny växtzon?

Kulturarvsgrupp

Det nya programmet för hur föreningen ska arbeta med gamla kulturväxter förutsätter en grupp som tar ansvar för detsamma. Den nya kulturarvsträdgården måste planeras och skötas. En rad andra aktiviteter blir snart nog aktuella: dokumentation, visningar, skörd till marknader, avsmakningar.

Miljöregler på Kolonin

Miljömärkningar

- Som kolonist är det viktigt att man på området väljer miljömärkta produkter. I föreningshuset ska bara miljömärkta produkter användas till disk och rengöring.

Bevattna

- På vårt nya koloniområde ska vattning ej ske klockan 12-13. Detta då avdunstningen är maximal mitt på dagen. Det gör att mycket av vattnet försvinner utan att komma växterna till nytta, vilket är ett slöseri med våra resurser. Bäst är att vattna tidigt på morgonen när jorden är kall och sval. Växten kan då ta tillvara vattnet under dagen. Spara gärna regnvatten och vattna med detta.

Kompostera

- Alla medlemmar ska kompostera trädgårdsavfall på den egna lotten. Kom ihåg att kompostering av matavfall kräver en sluten kompost, t ex Gröna Anna.

Gödsla

- Välj miljövänliga alternativ då du tillför näring. Använd naturgödsel, från t ex

ko, häst eller höns, gärna kravmärkt. Ett annat sätt att tillföra näring och struktur till jorden är att grüngödsla – föreningen kommer att erbjuda fröer till grüngödslingväxter (gräva ner de uppvuxna plantorna får man göra själv).

Skydda växterna

- Välj miljövänliga alternativ om du vill bekämpa ogräs och angrepp. Undvik gifter.

Hantera sopor

- Ta med sopor från koloniområdet. Föreningen har ingen gemensam sophantering. Varje kolonist får därför själv ta med sig sitt skräp från området.

Elda och grilla

- Det är förbjudet att elda inom området. Detta gäller även trädgårdsavfall.
- Grillning är tillåtet men använd miljövänliga tändalternativ.

Bygga och måla

- Bygg och måla klokt och välj rätt färg för att undvika gifter.

Mer info om reglerna finns att läsa på föreningens hemsida i miljöhandboken för 2017.

Bildförteckning

Omslagets framsida	I november 2017 kom denna skylt upp i anslutning till det nya området.
Sid 2	Bilden till vänster visar en liten del av Karin Arvers tulpanodling på lott 5. Bilden till höger visar en blomma från en av de fjärilsbuskar som fanns i kryddträdgården på vårt gamla koloniområde.
Sid 3	Bilden visar kolonilotter på Skansen i Stockholm.
Sid 4	Bilden togs när frösamlingsgruppen rekognoserade bland ängsblommorna på Årstafältet, sommaren 2017.
Sid 5	Kjell Eklind, Studieförbundet, arrangerade en kurs i biologisk mångfald. Denna bild visar ett förslag på disponering av kolonilott för att främja biologisk mångfald.
Sid 7	Karta över nya koloniområdet.
Sid 9	Bild till vänster visar gråärter vilket var föreningens temaväxt sommaren 2017. Föreningen prövade då att odla flera olika sorters gråärter. Detta är den sort som växte allra bäst: "Solberga". Den blev över två meter.
Sid 9	Översta bilden till höger visar olika rätter lagade på gråärt. Den 27 augusti 2017 träffades ett 10-tal kolonister för att smaka av olika gråärter och tillsammans lagade vi olika maträtter.
Sid 9	Nedersta bilden till höger visar en fröpåse med en brytsockerärt som är på modet just nu: "Lokförare Bergfälts Jätteärt". År 2019 kommer förhoppningsvis denna sorts ärta kunna erbjudas kolonisterna.
Sid 10	Bilder på olika komposter.
Sid 11	Vid Vårmarknaden den 14 maj 2017 informerade Britt Kinnegård om biokol som jordförbättringsmedel. Påsar och informationsfoldrar från biokolsanläggningen i Högdalen delades ut.
Sid 12	Bild på föreningens egna fröpåse.
Omslagets baksida	Bilden är från vårt gamla koloniområde – den är tagen från planen framför föreningshuset och ut mot Årstafältet.



Årstafältets koloniområde

Studie 
främjandet