



# Välkommen till Paradisparkens trädgårdsstråk

Den här lilla biten av Paradisparken kallar vi trädgårdsstråket. Här får du som är nyfiken på trädgård och odling chansen att lära dig lite mer. Längs stigen finns nämligen informationsskyltar om de växter vi planterat här och tips för din egen

trädgård. På varje skylt finns en fråga. Facit har du här nedan och på skyltarna vid de andra entréerna. Längs trädgårdsstråket kan du också spela boule, träna på utegymmet, och för barnen har vi skapat en alldeles egen liten stig.

## Följ med på en tur i trädgården

- 1 Träd, buskar, klängväxter och marktäckare
- 2 Perenner, fjärilar & bin
- 3 Växtfärgning, äng
- 4 Grönsaker, frukt och bär
- 5 Hållbar odling, hållbar trädgård
- 6 Frukt och bär







# Välkommen till Paradisparkens trädgårdsstråk

Den här lilla biten av Paradisparken kallar vi trädgårdsstråket. Här får du som är nyfiken på trädgård och odling chansen att lära dig lite mer. Längs stigen finns nämligen informationsskyltar om de växter vi planterat här och tips för din egen

trädgård. På varje skylt finns en fråga. Facit har du här nedan och på skyltarna vid de andra entréerna. Längs trädgårdsstråket kan du också spela boule, träna på utegymmet, och för barnen har vi skapat en alldeles egen liten stig.

## Följ med på en tur i trädgården

- 1 Träd, buskar, klängväxter och marktäckare
- 2 Perenner, fjärilar & bin
- 3 Växtfärgning, äng
- 4 Grönsaker, frukt och bär
- 5 Hållbar odling, hållbar trädgård
- 6 Frukt och bär







# Välkommen till Paradisparkens trädgårdsstråk

Den här lilla biten av Paradisparken kallar vi trädgårdsstråket. Här får du som är nyfiken på trädgård och odling chansen att lära dig lite mer. Längs stigen finns nämligen informationsskyltar om de växter vi planterat här och tips för din egen

trädgård. På varje skylt finns en fråga. Facit har du här nedan och på skyltarna vid de andra entréerna. Längs trädgårdsstråket kan du också spela boule, träna på utegymmet, och för barnen har vi skapat en alldeles egen liten stig.

## Följ med på en tur i trädgården

- 1 Träd, buskar, klängväxter och marktäckare
- 2 Perenner, fjärilar & bin
- 3 Växtfärgning, äng
- 4 Grönsaker, frukt och bär
- 5 Hållbar odling, hållbar trädgård
- 6 Frukt och bär







# Träd

Titta upp i trädgårdens tak! Spelet mellan ljus och skugga ger liv åt trädgården, och på rätt ställen - värdefull skugga. Här i trädgårdsstråket har vi främst använt de mindre trädarterna.

## Trädgårdens tak

I villaområden från 60-talet och framåt är de riktigt stora träden ovanliga. Men i Bergslagsbyn finns allt från stora lindar, lönnar och björkar till lite mindre rönnar och oxlar som gatuträd tack vare framsynt planering av trädgårdsmästaren på 1920-talet (1).

Träden ska inte bara passa in i trädgården utan också trivas i vårt klimat. Här är ett urval av träd som klarar minst upp till zon 4. **Lärkträdet (2)** blir ett riktigt stort träd. Ett praktfullt exempel är trädet vid Jussi Björling-muséet i Liljeqvistska parken.

**Ullungrönnen (3)** (*Sorbus Dodong E*) har ett frodigt bladverk som ger ett spännande exotiskt intryck (behöver gnagskydd).

Den vackra **katsuran (4)** (*Cercidiphyllum japonicum*) vill ha en fuktig miljö och får en vacker höstfärg med lukt av brödbak. En vacker glänsande stam har **näverhäggen (5)** (*Prunus mackii*). Den är fin som flerstammig, är mellanstor och växer snabbt.

- ODLINGSLOTT
- TRÄD
- RABATT
- BYGGNAD
- 📍 HÄR ÄR DU

ETT URVAL AV ARTER FÖR VÅR VÄXTZON

### Små träd

Träd med slutstorlek 5-10 m: ginnalalönn, klotlönn, blodhägg, pärlhägg, glanskörsbär, hagtorn, klotkörsbär.

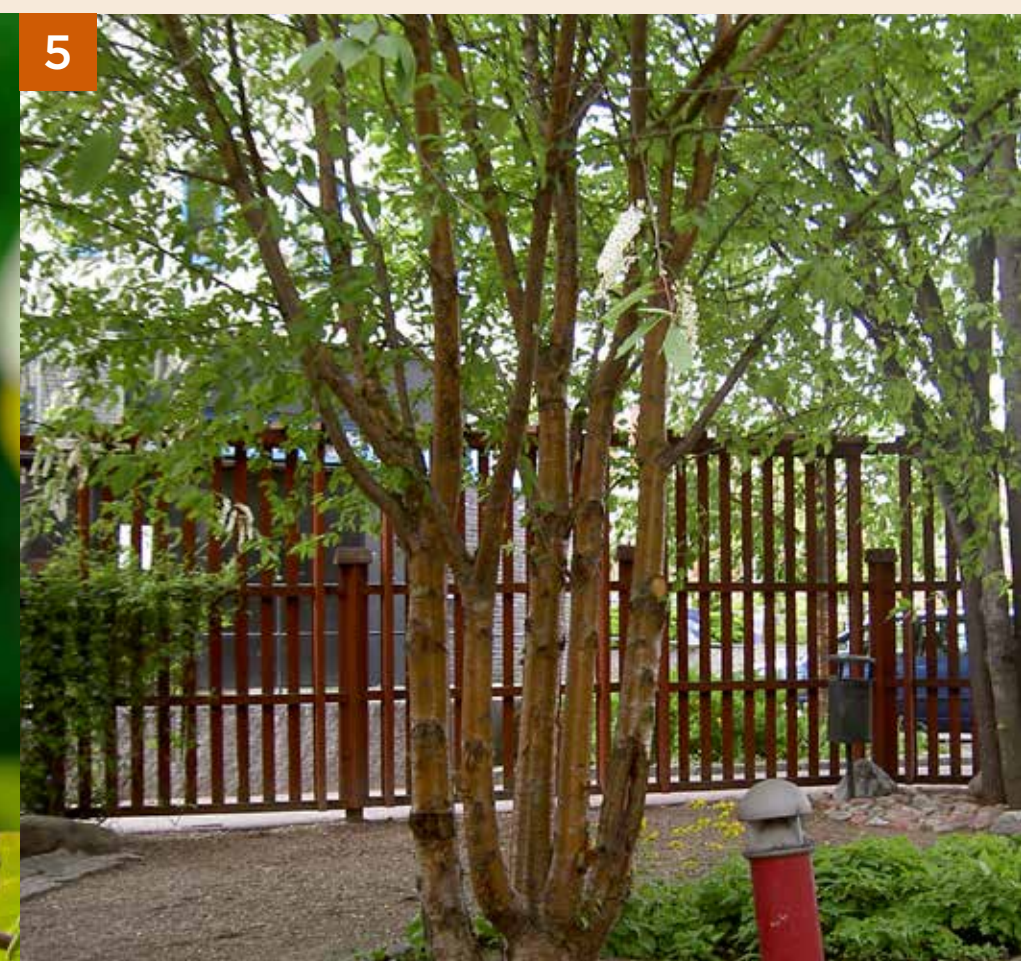
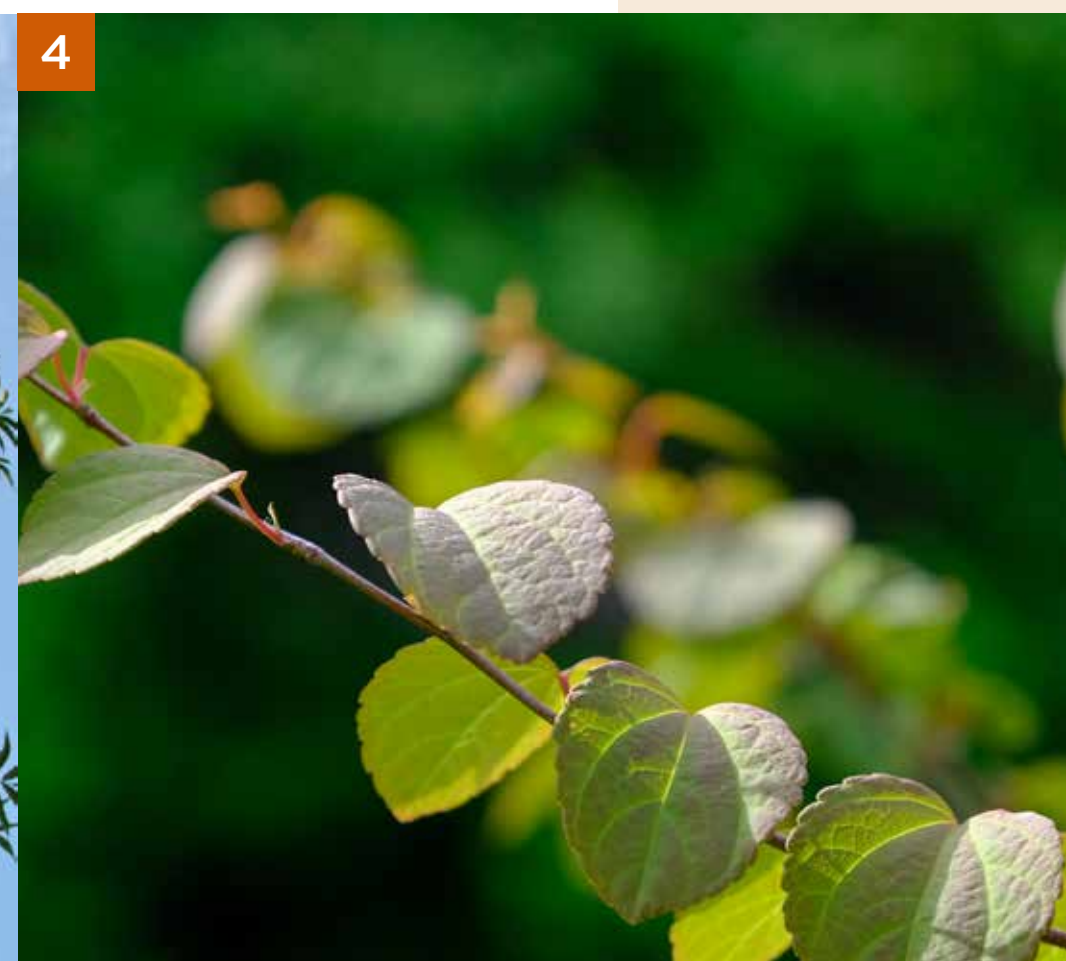
### Mellanstora träd

Träd med slutstorlek 10-15 m: rönn, oxel, säl, hägg, bergkörsbär, asklönn, katsura, näverhägg.

### Stora träd

Träd med slutstorlek 20-25 m: skogslönn, skogsek, skogslind, lärk, tall, vårtbjörk, ornäsbjörk, gråal, blodbok (blir inte så stor längre norrut). Popplar och pilar blir oftast väldigt stora och rötterna påverkar hus och ledningar.

Kom ihåg att härdigheten mellan de olika sorterna inom vissa av arterna kan variera.



VISSTE DU ATT

### Ornäsbjörken är allergivänlig

Ornäsbjörken (*Betula pendula Dalecarlica E*) uppkom som en spontan mutation av vårtbjörken. Det var Hans Gustaf Hjort på gården Lilla Ornäs som hittade en planta av björken med de vackra djupt flikiga bladen i ett skogsbyn. 1768 skickades några löv till Carl von Linné som blev förundrad. Moderträdet föll i en storm 1887, men genom att ympa en kvist på ett annat träd säkrades ornäsbjörken för framtiden. Till skillnad från vanlig björk är ornäsbjörken allergivänlig, det beror på att det är enkönat utan pollen.

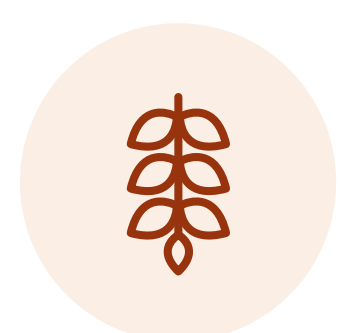
FRÅGA 1

### Vilket barrträd tappar alla barr på vintern?

- A Cembratall
- B Lärkträd
- C Idegran

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Klängväxter

Glöm inte klängväxterna i trädgården - de kan skärma av och skapa magiska platser genom att bilda väggar, tak och portaler. Dessutom kräver de liten plats. Om du ser dig omkring här i Paradisparken hittar du klängväxter både på stolpar och bakom sittplatser.

## Skapa väggar i trädgården

Garageväggar, soptunnor och trista staket kan du enkelt gömma med klängväxter. Och det behöver inte ta lång tid innan du har ett frodigt resultat. Många är snabbväxande, och de allra aggressivaste kan du behöva hålla tillbaka på sikt.

Den härdiga **humlen** (*Humulus lupulus*) slingrar sig snabbt upp för stötar eller annat stöd, de kan bli upp emot 4-5 meter på en sommar. Nya skott kommer nerifrån varje år. Den trivs i näringsrik och djup jord, på en solig plats som i Staberg utanför Falun (1). **Klätternvildvin** växer också snabbt och kan behöva klippas tillbaka ibland. På ett stängsel blir vildvinet en fin häck. I stadsparken i Örebro ser

man dess växtkraft på pergolan som nästan blivit en grotta (2). Rådhusvinet är något mindre härdigt och klättrar själv på murar.

Blommigare alternativ är rosor, kaprifol och klematis. **Klematis** (3) finns i så många olika färgställningar, blomstorlekar och växtegenskaper att det sägs att det finns en för varje läge. Här gäller det att läsa på inför köp vad som passar just hos dig. Vi tipsar gärna om den otroligt växtkraftiga **Clematis Vitalba Summersnow** som har lång blomningstid. En bra idé för variation i perennrabatten är att kombinera klängväxter och perenner - här park i Uppsala (4).

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

- A Koreansk pipranka - *Aristolochia manshuriensis* E
- B Atrageneklematis - *Clematis Albina Plena*
- C Atrageneklematis - *Clematis George* E
- D Pagodklematis - *Clematis Pointy*
- E Vitalbaklematis - *Clematis vitalba Summersnow*
- F Viticellaklematis - *Clematis Carmencita* E
- G Viticellaklematis - *Clematis viticella Mrs T Lundell*
- H Klätthortensia - *Hydrangea anomala ssp petiolaris*
- I Humle - *Humulus lupulus Nordbrau*
- J Guldhumle - *Humulus lupulus Aureus*
- K Klätternvildvin - *Parthenocissus quinquefolia*
- L Vingfröranka - *Triterygium regelii Tiara* E

ETT URVAL AV ARTER FÖR VÅR VÄXTZON

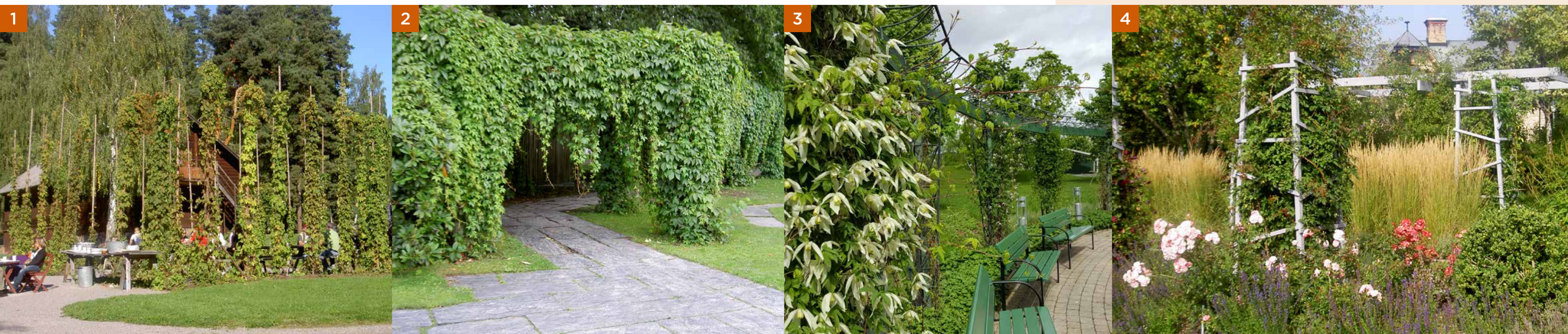
### Fleråriga klängväxter

- Vildvin
- Humle
- Pipranka
- Kaprifol
- Clematis
- Klängrosor

### Ettåriga klängväxter

- Malabarspenat
- Blomsterböna

Kom ihåg att härdigheten mellan de olika sorterna inom vissa av arterna kan variera.



VISSTE DU ATT

### Det är humlehonan som ger kottar

Att odla humle har lång tradition i Sverige, då det fram till 1860 faktiskt fanns lagar om odlingsplikt av humle. Det finns han- och honplantor av humle och det är honplantorna som ger de eftertraktade humlekottarna. De är både vackra och viktiga om man tänkt sig att brygga öl. Så se till att det är en honplanta du köper!

FRÅGA 2

### Vilken klängväxt används vid öltillverkning?

- A Pipranka
- B Vildvin
- C Humle

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Buskar

Ölandstok och spirea i all ära, men glöm inte bort att titta på de buskar som blir 3 meter höga och uppåt. De ger inte bara en vägg, utan också ett tak i mänsklig skala - en vacker bakgrund till dina övriga planteringar som skapar lä och minskar insyn.

## Så väljer du rätt buskar & häckar

För att hitta rätt buske eller häck till din trädgård är det bra att veta mer om var den ska stå. Vilken växtzon gäller? Är det ett soligt eller skuggigt läge? Hur är marken? Sedan kan du fortsätta med att fundera på vilken funktion och form du vill åt. Vill du ha en friväxande eller klippt häck? Vilken höjd är optimalt? Vintergrön eller lövfällande?

En klippt häck tar mindre plats. Stramheten blir en fin bakgrund till böljande perennrabatter och andra växter med mjuka former. **Bok** och **avenbok** kan vara på gränsen när det gäller hårdighet (1). Satsa på säkra kort som oxel, amerikansk hagtorn, häggmispel, lärk, thuja och gran.

En klippt **idegranshäck** (2) ger en rygg åt sittplatsen med perenner som täcker marken under. Lägre klippta häckar kan avgränsa en rabatt och ge kontrast till friväxande växter. Här har man planterat en infattningshäck av **buxbom** (3). Hårdigare varianter är måbär, åbrodd, lavendel, pontisk malört och isop.

Försök se helheten i trädgården och använd dig av alla byggstenar - tak i form av träd, klippta häckar och friväxande buskar i olika höjder från låga marktäckare till högre. Här ett friväxande blandat buskage i Soltorgsparken (4).

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

ETT URVAL AV ARTER FÖR VÅR VÄXTZON

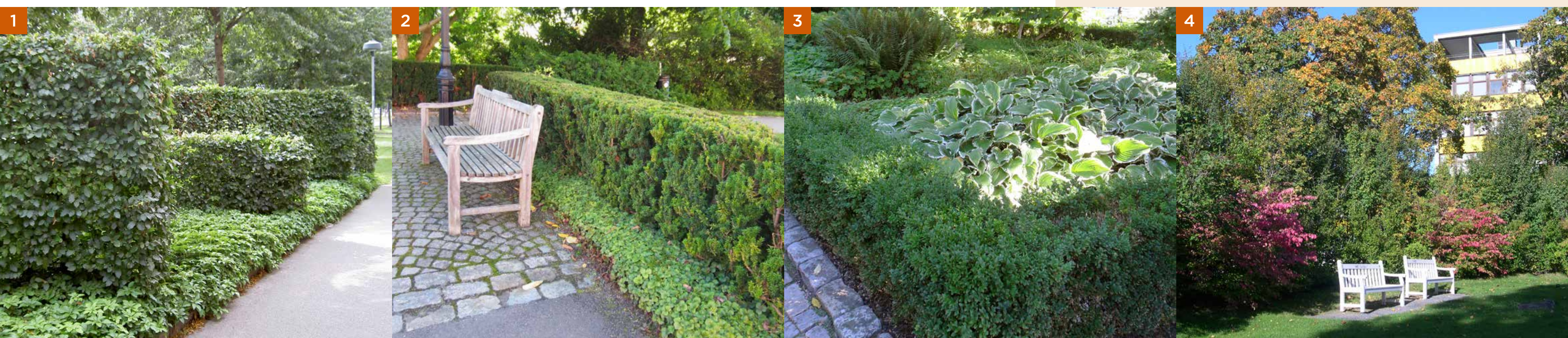
### Höga buskar

- Häggmispel
- Syren
- Amerikansk hagtorn
- Fläder
- Trysorter
- Idegran
- Ginnalalönn
- Thuja

### Mellanhöga buskar (1,5-2 meter)

- Brudspirea
- Bukettspirea
- Forsythia
- Snöbär (finns även riktigt låga sorter)
- Måbär (finns även lägre sort)
- Korneller
- Kolkwitzia
- Eleagnus

Kom ihåg att hårdigheten mellan de olika sorterna inom vissa av arterna kan variera.



### VISSTE DU ATT

#### Idegranen med sina röda bär är giftig

Idegranen är en tacksam häckväxt i trädgården. Den är tät, vacker och formbar. Dessutom står den emot det mesta den utsätts för och kan bli riktigt gammal. Men! Den är också giftig. Hela idegranen är giftig, förutom det saftiga röda köttet i bäret. Den hårda lilla kärnan i bäret är också giftigt, men om man inte tuggar går den oftast genom tarmen utan att gift läcker ut. För säkerhets skull: lär barnen att inte äta växter och bär man inte känner!

### FRÅGA 3

#### Vilken buskes bär kan man använda till sylt och saft?

- A Gullregn
- B Snöbär
- C Aronia

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Marktäckare

Nu står du alldeles nära en bädd av marktäckare. Eller trädgårdens superhjälte. De ser nämligen till att hålla ogräset borta, och klarar samtidigt tuffa lägen som svårskötta slanter, skuggiga hörn eller bortglömda stenpartier. Med marktäckare kan du skapa gröna eller blommande ytor utan att behöva lägga massor av tid på skötsel.

## Ett grönt golv håller ogräset borta

Ta inspiration från det som kallas "woodland" - en naturinspirerad plantering i tre skikt; taket i form av träd, sedan buskar i olika höjder och längst ner marktäckare i form av örter, ris och låga buskar (1).

Med perenner krävs det att du är noggrann i både valet av växter och med ogrärensandet tills rabatten sluter sig. Välj växter utifrån läget i trädgården, om det är soligt eller skuggigt, och vilken typ av jord det är. I halvskugga trivs **funkian** (2) som kännetecknas av de frodigt gröna bladen. Den långlivade **dagliljan** (2) som trivs i sol till halvskugga (*Liliospathodeus*) syns på samma bild till höger om funkian. Dess bladverk är vackert även efter blomning.

Tre arter som trivs i skuggan är **hasselörten** (3) som växer långsamt med blanka gröna blad, vintergrönan som sprider sig snabbt och gärna, och sockblomman som är speciell då den också klarar ett torrt läge. Waldsteinian eller gullgröna, blommar tidigt i gult och täcker marken effektivt.

Låga buskar är ett bra alternativ till bottenskiikt. De kräver ofta mindre skötsel än perennerna som också behöver förnyas emellanåt. I Soltorgsparken planterades ett buskage av lågt **blåbärstry** (4), som snabbt täcker in marken. De fina bären är ätbara och fulla av c-vitaminer och antioxidanter.

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

ETT URVAL AV ARTER FÖR VÅR VÄXTZON

### Låga skuggperenner

- Hasselört
- Funkia
- Vintergröna
- Sockblomma
- Kaukasisk förgätmigej
- Lungört
- Daggkäpa

### Låga buskar

- Låg blåbärstry
- Lågt snöbär
- Låg aronia
- Björkbladsspirea
- Stephanandra



VISSTE DU ATT

### Det finns många fina trädgårdar att besöka i Dalarna

I boken Trädgårdar i Dalarna av Inger Berglund får man sig en dos trädgårdshistoria och fina beskrivningar av åtta trädgårdar i Dalarna, bland annat Gamla Staberg, Carl Larsson gården, Stjärnsund och Hildasholm. Dessutom - tips på besöksmål och turer för den som vill uppleva trädgårdarna med alla sinnen.

FRÅGA 4

### Gamla Stabergs trädgård har renoverats till som den såg ut på:

- A 1500-talet
- B 1700-talet
- C Början av 1900-talet

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Marktäckare

Att kombinera marktäckande perenner med lökväxter är en närapå genial lösning. Lökväxterna ser trista ut efter sin blomning, men ska ju helst inte klippas ner. Perennerna å sin sida kan dröja innan de kommer upp. Plantera dem tillsammans så får du både vårfärgning och sommargrönka (som döljer de skruttiga lökväxterna efter blomning).

## Låt bottenskiktet blomma

Vår och försommarlökar som tulpan, scilla, påskliljor och snödroppar ger dig en tidigt blommande trädgård. Sätt dem på hösten, gärna många av samma sort tillsammans för ett maffigt intryck. Har du problem med rådjur i trädgården kan du blanda in sorter som de inte gillar, till exempel narcisser, allium och kejsarkrona. En vit narciss med enkla blommor som sprider sig är Thalia. Tips på en lite ovanligare lökväxt är den eleganta blå eller vita höga stjärnhyacinten Camassia.

Blanda gärna olika typer av lökar och andra vårfärgningsväxter som liljor och bellis. Här är ett exempel på en vårperennrabatt med **bollök**,

**daggkåpa** samt lysande gulgrön **euphorbia** och **kaukasisk förgätmigej** i bakgrunden (1).

Olika slags nävor fungerar bra som bottenplantering. I Liljeqvistska parken används en **Geranium macrorrhizum** (2) som kant. Den är kraftigväxande och med rosavita blommor.

Den silverfärgade låga **malört Schmidtiana Nana** (3) är en fin kontrastväxt, men är känslig för kyla och kan frysa vissa vintrar. **Alunroten** (4) finns i många olika bladfärger, dessutom med vackert nervmönster. Här vackert rödfärgad. Plantan har en skir vacker blomställning.

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

ETT URVAL AV ARTER FÖR VÅR VÄXTZON

### Låga/halvhöga perenner för ljusare lägen

- Daggkåpa (sol och skugga)
- Smultron
- Kantnepeta
- Alunrot
- Salvia
- Humbleblomster
- Waldsteinia
- Nejlökrot
- Silverarv
- Ulleteknell
- Lammöron
- Krypmalört
- Timjan
- Kärleksört
- Sedum
- Nävor



VISSTE DU ATT

### Daggkåpan användes som sårförband

En användbar marktäckare är daggkåpan med sina vackra blad och ljusgula blommor. Den trivs i sol och skugga och passar till både kalla blåliga färger och varma gulröda färgställningar. Förr användes daggkåpan till sårförband eftersom den innehåller garvämnen som drar ihop huden.

FRÅGA 5

”En daggkåpa ville jag vara och bara daggpärlor klara” - från vilken barnbok kommer citatet?

- A Majas alfabet
- B Mio min Mio
- C Klas Klättermus

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Perenner

De fleråriga blommorna ger färg och form till trädgården. År efter år. Därför kan det vara en bra idé att se över helheten när rabatterna utformas. Alla växter i de cirkelformade rabatterna här är fleråriga. Ettåriga sommarblommor håller en säsong - se på dem som utropstecken i kruka eller på balkongen.

## Sätt färg och form på trädgården

När man ska komponera en rabatt finns inga rätt eller fel. Det är du som ska trivas med blommorna i din trädgård. Men det finns ändå några tips och tekniker för att lättare kunna uppnå den där rabatten man tänkt sig.

**Formen** på de enskilda växterna påverkar helheten. Överdriv och gör rabatten kontrastrik genom att blanda stora blommor med små, axformade blommor med bollformade osv. **Echinaceans (röd solhatt) (1)** stora blommor är fin i kontrast till småblommiga skira arter som Perovskia.

**Färger** kan harmoniera eller stå i kontrast med varandra. Vilken känsla vill du ha? Kalla blålila blommor ton i ton ger en harmonisk rabatt som

bäst betraktas på nära håll (2). Instick av blommor med färger som till exempel silver, vitt eller ljusgult lite här och där skulle kunna "tända" detta blåa blomsterhav lite grann. Den silvriga **ulleternellen (3)** hade passat bra som kontrast bland allt det blå. Väljer man i stället en rabatt i varma toner som rött, gult och orange får man ett utropstecken som syns bra på lite längre håll.

**Läget** avgör också vilka perenner som kan fungera i rabatten. Ligger rabatten i sol, skugga eller halvskugga? Ljusläget påverkar nämligen inte bara hur växterna trivs, utan också hur färgerna uppfattas. Väg också in om det blött, fuktigt eller torrt på platsen. Den silvriga **ulleternellen (3)** gillar inte fuktiga lägen.



VISSTE DU ATT

### Röd solhatt kan stärka immunförsvaret

Den vackra Echinacean, som när den används som trädgårdsväxt kallas röd solhatt eller röd rudbeckia, är en populär läkeväxt. Echinacean härstammar från Kanada och USA, där ursprungsbefolkningen började tugga på växtens rötter för att lindra halsont och tandvärk. Echinacea purpurea heter den sort som sägs vara mest verksam och som används inom alternativ medicin för att stärka immunförsvaret.



- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

- 1 Temynta - *Monarda didyma* Purple Lace
- 2 Solhatt - *Echinacea* Green Jewell
- 3 Stenkyndel - *Calamintha nepeta*
- 4 Kattmynta - *Nepeta x fassenii* Six Hills Giant
- 5 Fläckflockel - *Eupatorium maculatum* Purple Blush
- 6 Solhatt - *Echinacea* Green Jewell + Magnus
- 7 Kungsmynta - *Origanum vulgare*
- 8 Bolltistel - *Echinops bannaticus* Taplow Blue
- 9 Mörkröd stjärnflocka - *Astrantia major* Haspens Blood
- 10 Krypmalört - *Artemisia schmidtiana* Nana
- 11 Stäppsalia - *Salvia nemorosa* Caradonna
- 12 Vitmalört - *Artemisia ludoviciana* Silver Queen
- 13 Kransveronika - *Veronica virginium* Erica
- 14 Röd sockblomma - *Epimedium rubrum*
- 15 Plymspirea - *Aruncus dioicus*
- 16 Silverarv - *Cerastium tomentosum*
- 17 Afganperovskia - *Perovskia atriplicifolia* Little Spire
- 18 Koreansk plymspirea - *Aruncus Aethusifolius*
- 19 Solbrud - *Helenium Rubinzweg*

ETT URVAL AV ARTER FÖR VÅR VÄXTZON

### Höga perenner

- Tuvrör (*Calamagrostis* Karl Foerster)
- Flerårig solros
- Fläckflockel (*Eupatorium Maculatum* "Purple Blush")
- Höstrudbeckia
- Kransveronika

### Medelhöga/låga perenner

- Röd solhatt (*Echinacea*)
- Salvia
- Solbrud
- Perovskia (inte helt härdig)
- Kattmynta
- Nävor
- Vädd
- Stjärnflocka

FRÅGA 6

### Vilken av växterna nedan älskar katterna?

- A Kungsmynta
- B Kantnepeta
- C Temynta

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Fjärilar & bin

Fjärilar och bin har minskat drastiskt de senaste decennierna, bland annat eftersom ängarna - deras livsmiljö - har blivit färre och mindre. Utan bina skulle vi inte ha frukter eller många av våra grönsaker. Ungefär en tredjedel av den mat vi äter kommer från växter som bin och humlor pollinerar. Du kan öka den biologiska mångfalden genom att skapa en blomsteräng eller plantera sådana blommor som både fjärilar och bin tycker om.

## Blommigt för fjärilar

Plantera blommor som ger nektar och pollen hela sommaren - i kruka, balkonglåda eller i rabatten. Nektarrika blommor är ofta färgstarka, doftande och enkelblommade.

Skapa en miljö där fjärilarna trivs - det ska vara ljus, varmt och vindskyddat, gärna med en grund vattensamling om det är riktigt varmt. Spara gärna lite rufs med mycket blad på våren för fjärilslarverna. Påfågelläga, citronfjäril och nässeljäril är några av de få fjärilar som övervintrar och syns tidigt på våren. Vårväxter för dessa tidiga arter är viktigt.

Kryddträdgården med krypande **timjanarter (1)** samt kungsmynta och isop lockar många fjärilar, men också bin och humlor.

## Hjälp bin och humlor

Honungsbiet lever tillsammans i bikupor (ca 50 000) och kan flyga flera kilometer på jakt efter mat. Du kan underlätta deras jobb genom att låta en bit av gräsmattan växa upp till en äng. Kommer inte ängsblommorna av sig självt kan du så. Sommarblommor som heliotrop, blåklint, jätteverbena, solros, ageratum, salvia, rosenskära och enkelblommade tagetes är värdefulla för bina (2).

Solitära bin lever ensamma och producerar inte honung men är mycket viktiga för att befrukta växterna. De håller sig inom ett par hundra meter från boet. Hjälp dem genom att bygga ett insekshotell (borra hål i träbitar, använd vass eller bamburör) och sätt i en torr och solig miljö.

För både fjärilar och humlor är en tidigblommande **sälg (3)** värdefull.

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

ETT URVAL AV ARTER FÖR VÅR VÄXTZON

### På fjärilarnas önskelista

- Vårlökar
- Träd och buskar som sälg, fruktträd och bärbuskar, syren, rosor och kaprifol.
- Perenner som myntor, vaddar, anisisop, salvia, stjärnflocka, rosenflockel, bolltistel, aubretia, gullviva, akleja, lavendel, kärleksört och höstflox.
- Sommarblommor som solrosor och jätteverbena.
- Vilda växter som tussilago, brännässlor, klöver och maskrosor.

### På binas önskelista

- Scilla och krokus till binas larver.
- Vilda växter som tussilago, maskrosor och vitklöver.
- Ogräs som mjölkört, tistlar och kirskaål får gärna finnas kvar i trädgården.
- Blommig hägg och lind, kastanj, lönn och fruktträd.
- Perenner som kärleksört, malva, stockros, höstaster och höstrudbeckia.
- Kryddväxter som citronmeliss och gurkört.
- Stjärnflocka



VISSTE DU ATT

### Det krävs 5 miljoner blomsterbesök för att fylla en honungsburk!

Det finns 270 olika arter av vilda bin i Sverige, en tredjedel är hotade och rödlistade. Men hur bra är vi på att gynna vilda bin och andra pollinatörer? Ganska bra faktiskt. När Naturskyddsföreningen rankar Sveriges bivänligaste kommuner 2020 hittar vi Borlänge på en fin 7:e plats av de 212 kommuner som svarade på enkäten.

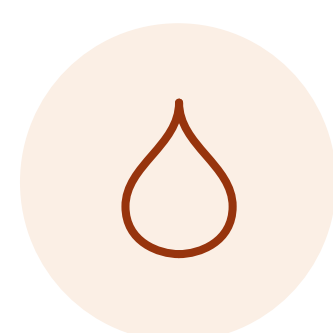
FRÅGA 7

### Hur många arbetsbin kan som mest finnas i ett honungsbisamhälle?

- A 9 000 st
- B 20 000 st
- C 90 000 st

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Växtfärgning

Fram till 1800-talets mitt färgades allt tyg med färgämnen från naturen. Numer färgas textilier på syntetisk väg, men kanske kan växtfärgning få ett uppsving? Färgerna kan du odla både lokalt och ekologiskt i din egen trädgård!

## Hitta färgerna i naturen

Det går att färga med många växter i trädgården, men här i rabatten mitt emot uteköket har vi samlat några av de vanligaste. Även träd och buskar som björk, avenbok, ek, fläder, gran, havtorn, jolster och klibbal kan användas för färgning.

**Färgkullans (1)** latinska artnamn *tinctoria* (färga, färgad) avslöjar vad den traditionellt sett använts till. Gult blir slutresultatet! Den gula färgen på blombladen är också det som skiljer den från prästkragen.

Ett annat sätt att färga gult är att använda **gurkmeja (2)** - som du kan förodla inomhus från rotknölar inköpta i livsmedelsaffär. Recept hittar du i tegelgolvet vid uteköket och här intill.

Bergianska trädgården i Stockholm har en intres-

sant trädgård med information om växtfärgning. Kolla in deras hemsida om du vill veta mer om hur man färgar med växter.

### Uteköket Gul

Genom Statens konstrådets projekt Konst händer har konstverket Uteköket Gul skapats här i Paradisparken. Konstnären Lina Sofia Lundin har involverat boende bland annat genom workshops där man provat att färga textilier på olika sätt och med olika växter. Projektet utmynnade också i detta utekök, skapat av konstnären och byggt av elever på Yrkesakademien i Borlänge.

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

#### NÅGRA EXEMPEL PÅ FÄRGVÄXTER

- 1 Daggkäpa
- 2 Äkta johannesört
- 3 Rabarber
- 4 Kungsmymta
- 5 Renfana
- 6 Ängssyra
- 7 Pepparmynta
- 8 Färgkulla
- 9 Ängsvädd

#### RECEPT FÖR FÄRGNING

##### Du behöver:

- 1 msk gurkmeja
- 1 gammal tepåse
- 2 nävar björklöv
- 1 bomullstyg
- 4 liter vatten

Koka ingredienserna under 30 minuter och låt stå i en rostfri kastrull till över natten. Lägg därefter i tyget och värm badet på nytt, håll temperaturen mellan 60-80 grader i en timme och låt svalna av. Dagen efter tar du upp tyget ur färgbadet och sköljer försiktigt. Låt torka och tvätta på nytt längre fram.

Gurkmeja ger en skarp men flyktig färg som får lite bättre hållfasthet när garvämnen från teet tillsätts och björklövens gula färgämne får bidra. Tyget kan behöva färgas om efter ett tag men färgningen är enkel, rolig och utan farliga kemikalier!

Receptet togs gemensamt fram av de som deltog i projektet.

#### BOKTIPS

##### Boktips för de som vill veta mer:

Naturlig färgning  
Förf: Lina Sofia Lundin  
Bokförlag: Natur och Kultur



#### VISSTE DU ATT

### Våra äldsta växtfärgade textilier är från 900-talet

Tidiga bevis på växtfärgning har man hittat i antikens Grekland och i Pompeji. I material från Naturhistoriska riksmuséet kan man läsa att våra äldsta växtfärgade textilier med bevarade färger är Överhogdalstapeten från 900-1100-talet och Skogstapeten från 1200-talet. De är färgade i rött med krapp, blått med vejde och gult med mjölon.

#### FRÅGA 8

Vad är ett vanligt "betmedel" när man växtfärgar garner och tyger så att färgen fäster bättre?

- A Alun
- B Krapprot
- C Indigo

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Äng

Drömmer du om en blommande äng i trädgården? Eller vill du bidra till bättre miljö för insekter? För att göra om hela eller delar av gräsmattan till äng är det bra om jorden magras ut.

## Från gräsmatta till äng

Det tar två till tre år för ängen att etablera sig. Här följer några olika sätt att gå tillväga. Allt från att ändra skötselmetod till att helt sonika byta ut jorden, så och plantera.

Sluta klippa gräset och se vad som händer! Antagligen får du inte dina drömväxter, men det kanske duger? Om marken är näringsrik tar maskrosorna chansen, men de försvinner på sikt om du magrar ut jorden genom att ta bort höet efter att ha slagit ytan.

Du kan också prova att ta bort grässvålen, luckra och så. Eller byta ut jorden och addera sand. Det är bra om jorden är fri från fleråriga rotagräs som åkertistel och kvickrot. Anlägg ängsytan med "färdig äng på rulle" eller så med ängsfröbland-

ning anpassad efter platsen. Komplettera med ettåriga frön som **vallmo** och **blåklint** för att få blomning det första året (1).

Köp små örtpluggplantor av ängsväxter - plantorna kan också kombineras med sådd. Vattna noga och så länge mattan inte är etablerad. I sin egen trädgård kan man förstås också plantera perenner med ängskänsla som är bra för insekterna som till exempel vädd, färgkulla, blåklocka och prästkrage.

I Paradisparken har vi provat olika sätt att etablera äng. Vi har använt olika underlag på olika platser. Första säsongen hade vi uppslag av mycket och stora plantor av fröogräs som inte gav utrymme åt de frön som såtts.

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

ETT URVAL AV ARTER FÖR VÅR VÄXTZON

### Bra ängsarter för frisk till torr mark

- Rölleka
- Stor blåklocka
- Rödklint, väddklint
- Brudbröd
- Gulmåra
- Humleblomster
- Flockfibbla, slätterfibbla, sommarfibbla
- Johannesört
- Åkervädd, ängsvädd
- Prästkrage
- Svartkämpar, rödkämpar
- Gullviva
- Brunör
- Smörblomma
- Höskallra
- Ängssyra
- Rödblåra



VISSTE DU ATT

### Ängen med dess biologiska mångfald är en hotad landskapstyp

På en kvadratmeter äng finns mer än 40 stycken olika arter. Men ängsmarken har minskat drastiskt sedan början av 1900-talet och åkerarealen har istället blivit större. Att bevara ängar är en viktig del av klimatarbetet, eftersom naturen bättre klarar av klimatrelaterade kriser med en stor biologisk mångfald. Idag lever hela 46 % av de hotade arterna i jordbrukslandskapet.

FRÅGA 9

Visan "Änglamark" med textrad: "Jorden vi ärvde och lunden den gröna. Vildrosor och blåklockor och lindblommor och...". Vilken växt avslutar raden?

- A Vallmo
- B Kamomill
- C Vitsippa

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Grönsaker

Vill du odla grönsaker och träffa andra odlare? I en odlingsförening kan du byta erfarenheter med andra - och lära dig något nytt. Du får tips om nya saker att odla, kan dela med dig av fröer och plantor och kanske byta recept!

## Hyr en odlingslott!

I Paradisparken finns det möjlighet att hyra en odlingslott av någon av de två odlingsföreningarna. Odlingslotterna finns i olika storlekar från 4 till upp mot 40 kvadratmeter. De flesta är kring 25 kvadratmeter stora.

Föreningarna arrenderar marken av Borlänge kommun och föreningen betalar en arrendeavgift till kommunen samt betalar för vattnet. Områdena har förråd för redskap, vattenposter och containrar för växtrester. Medlemmarna sköter även marken

utanför den egna lotten - men Borlänge Energi sköter planterade träd, buskar och örter inom området och vissa stora grusytor maskinellt.

Föreningen har en styrelse som har hand om köfrågor och fördelar lotterna. Intresseanmälan för odlingslott lämnas till de olika föreningarna. Kontaktuppgifter finns på infotavlor på förråden i respektive område, alternativt via Borlänge Energis kundtjänst.

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

LOTTERNA I PARADISPARKEN

### Paradisparkens odlingsföreningar

#### Borlänge Odlingslottsförening

- Arrenderar område 1 (närmast förskolan)
- Bildades 2012
- Innehåller 74 st lotter i området närmast förskolan.
- De flesta är 25 m<sup>2</sup>, men det finns några större och några mindre.

#### Paradisparkens Odlingslottsförening

- Arrenderar område 2 (mellanområdet) och område 3 (närmast lekplatsen)
- Bildades våren 2020
- Innehåller två stycken odlingslottsområden med totalt 97 st lotter. Det minsta av de två områdena innehåller många små lotter på mellan 4-25 m<sup>2</sup> samt några lådor (totalt 32 st lotter). Det större området innehåller 65 st lotter som alla är kring 15-30 m<sup>2</sup>.



### VISSTE DU ATT

#### I Malmö finns det 1800 odlingslotter

Är Malmö en av Sveriges bästa kommuner på odling? Kanske! Här finns 1800 odlingslotter fördelade på 26 områden. Malmö stad vill också utveckla möjligheter till nya, annorlunda former av odling. 2014 startades en ambulerande odling i form av flyttbara odlingslådor i Västra Hamnen. Smart val? Man har också ett temaområde sedan 2011 där man odlar enbart vindruvor.

### FRÅGA 10

Vilken av våra mest populära grönsaker är egentligen den mest näringsrika?

- A Morötter
- B Gröna blad som spenat och mangold
- C Kikärter

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Frukt & bär

Frukt och bär kan göra att trädgården känns mer meningsfull att jobba med. Men det finns så mycket mer än bara vinbär och hallon. Flera av buskarna listade nedan har också många andra bra egenskaper förutom frukterna.

## Våga prova andra frukter och bär

**Aronian (1)** används mest som prydnadsbuske i Sverige men odlas till exempel i Ryssland för sina svarta bär som är rika på vitaminer och antioxidanter. Prova att torka bären eller koka marmelad och sylt (blanda gärna med andra bär som är mer pektinrika). Det finns svartaronia och slånaronia samt även mer lågväxande sorter.

Många av oss har aldrig plockat hasselnötter. Hasseln växer i naturen i mycket begränsad omfattning i borlängetrakten. Vi testar nu med två **hasselbuskar (2)** här i Paradisparken och ser om de vill växa och ge frukt.

**Rosenkvitten (3)** är en låg buske med fina tegel-

röda blommor, äppeliknande frukter med hårt skal och massvis med frön. Smaken kommer fram först vid tillredning och kallas inte "Nordens citron" utan anledning. Fruktköttet är extremt syrligt och kan användas till bland annat sylt och glass. Planterar flera olika sorter för bättre frukt-sättning.

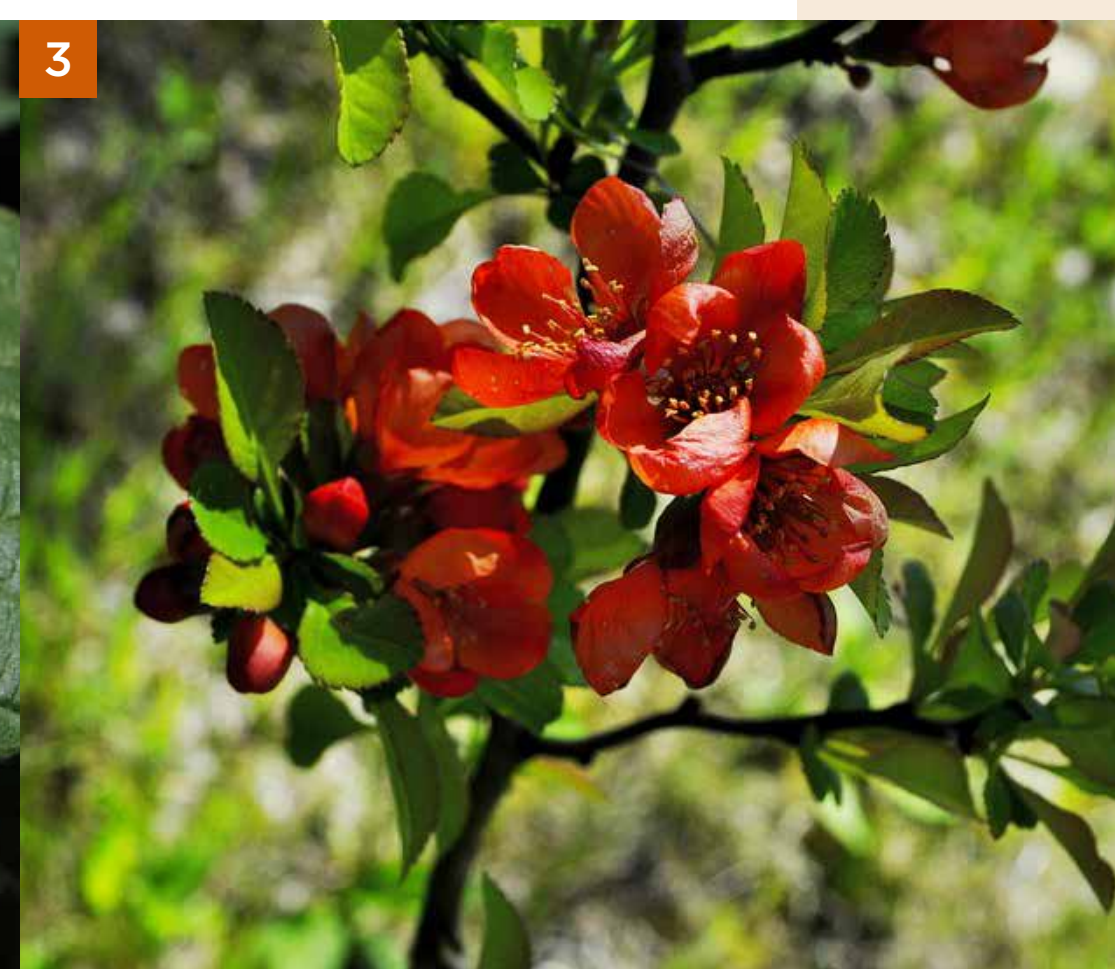
**Slånbär (4)** är inte så vanligt i Dalarna. Men nere i Uppsalatrakten står åkerholmarna i en sky av slån med vita blommor på bar kvist under senvåren. Frukten är stor som ett blåbär men inuti mer likt ett plommon. Det behöver en frostknäpp för att bli av med den bittra smaken från garvsyran. Bären används bland annat till saft och likör.

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

- Slånaronia - *Aronia prunifolia* FK Västeråker E
- Svartaronia - *Aronia melanocarpa* Glorie E
- Mullbär - *Morus Mulle E*
- Blåbärsstry - *Lonicera daerulea v kamtschatka* Anja E
- Liten rosenkvitten - *Chaenomeles japonica* FK Motala E
- Bärhaggsmispel - *Amelanchier alnifolia* Martin
- Hassel 2 st sorter
- Slån - *Prunus spinosa* Västeråker E
- Fläder - *Sambucus nigra*

### Har du smakat Bärhaggsmispel?

Haggsmispelarter är vanliga i trädgårdarna. Bärhaggsmispeln är en art vars bär kan användas till sylt och saft, gärna tillsammans med andra bär. Kallas i kommersiellt syfte för blåbärsträd eller Saskatoon.



VISSTE DU ATT

### Slånbärsbusken har också kallats för korvsticksbuske

Dialektalt har Slånbärsbusken också kallats korvsticksbuske. De långa tornarna användes nämligen till att fästa korvskinet i korvens ändar.

FRÅGA 11

### Vilken växt har använts som värdväxt vid silkesmaskodling ?

- A Mandelträd
- B Strimlönn
- C Vitt mullbär





# Hållbar odling

**Biologisk mångfald handlar inte bara om att rädda en utrotningshotad art eller två. Eftersom allt hänger ihop är det hela ekosystem som står på spel. Som hemmaodlare kan vi lära av ekobonden som varierar växtföljden på åkern för att minska skadeangrepp. Variation är nyckeln till livsmiljöer som passar många växter och djur.**

## Börja odla!

Om du funderar på att börja odla finns det flera sätt att göra det på. Det traditionella är att gräva ett nytt trädgårdsland, ta bort grästorven och föra på ny jord. Ett annat sätt är att odla i pallkragar eller andra upphöjda odlingsbäddar. Ett tredje sätt är täckodling utan grävning. Lägg ut tidningspapper (vanliga dagstidningar) på gräset och bygg upp med olika täckmaterial som löv, trädgårdsskräp, växtdelar från odlingen, halvförmultnad kompost, halm eller några år gammalt hö. Då ges maskarna mat och man får gödsling av landet.

För den biologiska mångfaldens skull kan du också tänka till vad du odlar. Bland kryddväxterna finns nämligen några av binas storfavoriter - gurkört, hjärtstilla, kungsmymta, **timjan (1)**, lavendel och sal-

via. Den gräslök som inte går åt till midsommarsillen lockar dit bina när den blommar i slutet av juni. Andra blommande grönsaker bina gillar är grönkål, pumpa, purjolök och rädisor. Och strunta i att riva upp tistlar, mjölkört och kirskål från trädgården, bina älskar det!

Bland odlingslotterna i Paradisparken finns många olika arter odlade. Odlarna kommer från olika kulturer och har erfarenheter från andra klimat där till exempel mycket korta kulturer av bladgrönsaker används. **Ringblommorna (2)** används att göra hudsalva av.

Blanda friskt! Ett år kanske man väljer att låta blommorna ta större plats än kålplantorna **(3)**.

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

### RECEPTFÖRSLAG

#### Zucchinilåda

2 personer, ugn 225 grader

- 1 normalstor zucchini
- 2 krm salt
- 2 tomater
- ½ dl olivolja
- 2msk balsamvinäger
- 2 grovhackade vitlöksklyftor
- svartpeppar
- 2 msk färsk timjan eller 1 tsk torkad
- gourmetsalt

Skär zucchini i halvcentimetertjocka skivor. Salta lätt på båda sidorna och låt skivorna ligga en stund. Häll bort den vätska som bildas. Skiva tomaterna. Smörj en ugnsfast form och varva tomater och zucchini. Blanda olivolja, balsamvinäger, grovhackad vitlök, svartpeppar och timjan och häll det över grönsakerna. Strö över lite gourmetsalt och ugnsbaka i 25-30 minuter. Passar till: Potatishalvor som rostas samtidigt i en annan form i en blandning av olivolja, citronsaft, rosmarin och svartpeppar.



### VISSTE DU ATT

#### All import av köksväxtfrö stoppades under andra världskriget

Men svenska staten ingrep och på något år hade vi en tillräcklig produktion av köksväxtutsäde (främst i Skåne och på Öland). Men efter kriget upphörde den inhemska produktionen nästan helt och hållet. Visst förädlingsarbete pågår men knappast någon produktion av frö för konsumenter.

*Ur Runäbergs fröer av Johnny Andreasson. Boken innehåller många tips om gamla inhemska sorter och utländska alternativ som passar i vårt klimat.*

### FRÅGA 12

**Ordet ekologi myntades första gången 1866 av tyske biologen Ernst Haeckel. Men vad betyder det?**

- A** Läran om reflekterat ljud
- B** En märkning av nyttig mat
- C** Läran om samspelet i naturen

*(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)*





# Hållbar trädgård

Genom små insatser i din egen trädgård kan du sätta igång en spiral av positiva händelser för den biologiska mångfalden och förbättra livschanserna för smådjur, fåglar, insekter, bin och humlor. I gengäld hjälper de till att hålla dina växter friska och förbättrar skörden av frukt och bär.

## Bidra till biologisk mångfald

Trädgårdar med inslag av äldre träd och buskar ökar djurens trivsel. Omväxlande miljöer med en mångfald av träd, buskar, klättrväxter och örter ger föda och skydd. Soliga partier liksom skuggiga och fuktiga partier i trädgården har viktiga roller som livsmiljö för olika organismer. Så här skapar du en riktig win-win situation i trädgården:

- Frakta inte bort trädens löv från trädgården. Istället kan du klippa dem med gräsklipparen, använda dem för täckodling, eller göra en lövkompost.
- Plantera sälj och andra växter som gillas av bin och fjärilar. Enkelblommade sorter har ofta mer nektar som är lättare att komma åt jämfört med dubbla, fyllda blommor. Stora grupper av samma art underlättar för insek-

terna att hitta. Ettåriga jätteverbena och den perenna **salvian (1)** gillas båda av fjärilar.

- Välj olika växter för blomning från tidig vår till sen höst för att locka insekterna och få dem att flytta in genom att tillverka eller köpa insekshotell **(2)**.
- Städa inte för mycket, utan behåll rufsiga hörn. Vill du inte se dem kan de döljas med fina klängväxter.
- Plantera många tidiga vårlökar för nyvakna insekter på våren **(3)**.
- Undvik användning av bekämpningsmedel och konstgödsel.
- Låt växternas fröställningar sitta kvar över vintern, olika korborrar och tistlar har särskilt värdefulla frön. Även cembratall, syren, solros och vallmo har närande frön.

- ODLINGSLOTT
- TRÄD
- RABATT
- BYGGNAD
- 📍 HÄR ÄR DU

ETT URVAL AV ARTER FÖR VÅR VÄXTZON

### Tips på växter som är värdefulla för insekter och fåglar

- **Stora träd**  
Al, gran, körsbär, äpple, lönn, hägg, fläder och hassel.
- **Buskar**  
Nypon, olvon, try, slån, vinbär och björnbär.
- **Klättrande växter**  
Kaprifol
- **Perenner och andra blommande växter**  
Blå bolltistel, ljung, kransveronika, ringblomma, silverax, aster, pärlhyacint, lavendel, isop och verbena och många fler.



### VISSTE DU ATT

#### Läget för den biologiska mångfalden är akut

FN:s expertpanel för biologisk mångfald (IPBES) är den mest omfattande rapporten om livet på jorden som gjorts. Läget är akut och tempot i utarmningen av arter har under vår tid aldrig varit högre. Det positiva är att kopplingen mellan arter och vår framtid på jorden äntligen lyfts på allvar. Ska vi nå de globala målen behöver vi fortsätta kommunicera att biologisk mångfald handlar om mer än att bara rädda en skalbagge, det handlar om att resilienta ekosystem är avgörande för vår existens. Genom att tänka globalt och agera lokalt kan vi göra stor skillnad.

Källa: Ekologigruppen.se

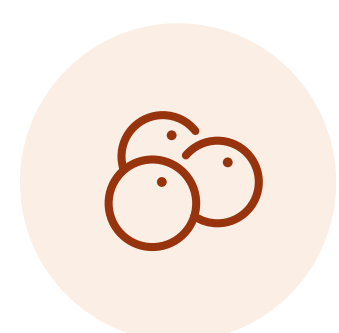
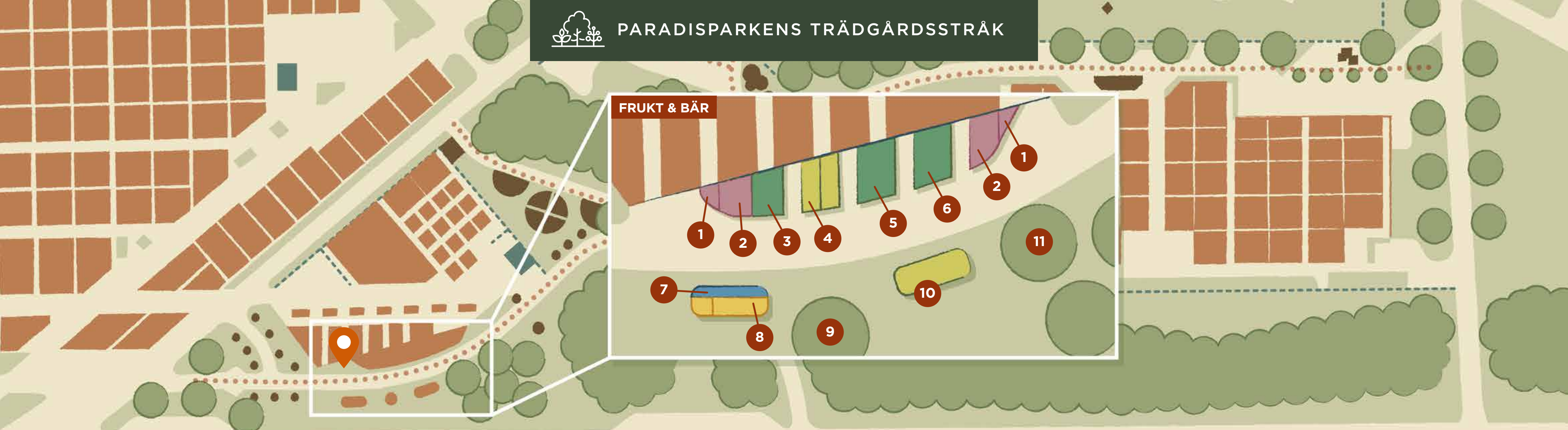
### FRÅGA 13

#### Honungsbisamhällen består av drottning, arbetsbin och drönare. Vilket kön har drönarna?

- A Hankön
- B Honkön men ej fullt utvecklad
- C Honkön

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)





# Frukt & bär

Vill du prova något annat än hallon och jordgubbar? I denna del av trädgården har vi planterat andra växter med ätbara bär. Här finns bland annat havtorn, fläderbuskar och blåbärstry - som också är en fin kantbuske i en rabatt, smultron, smulgubbe och ett litet barnäpple med små frukter.

## Havtorn och humle

**Havtornet (2)** kan med sina orange frukter och exotiska utseende locka till att plantera. Att det är supernyttigt gör inte heller saken sämre. Ett bär innehåller sex gånger så mycket C-vitamin som en apelsin. De innehåller också höga halter av omega 7 som är bra för slemhinnorna.

Bäret är inget man kanske äter direkt från busken. Men det går bra till saft, sylt eller gelé och även i glass. Havtorn är smakkompisar med morot, apelsin och ingefära. Störst chans att hitta den taggiga busken i det vilda har man på sandstränder längs östkusten mellan Uppland och Gästrikland.

Vill du odla havtorn ska du tänka på att skaffa

både han- och honplantor för att det ska bli bär. Busken kan bli ett litet träd om förhållandena är goda. Den behöver mycket ljus och ska inte stå skuggigt. Bären mognar mellan juli och oktober.

Vid entrén till parken står ett antal riktigt höga "humlestöror" för att markera entrén till trädgården. **Humlen (2)** är mycket härdig och klarar sig långt upp i Norrland. Sedan urminnes tider har den använts som ett lugnande och antiseptiskt läkemedel och till brygging av öl. Humlekottarna ger ölet dess beska och samtidigt stor del av dess friska arom och smak. Växten har skilda hon och hanplantor. Det är honplantorna som har de medicinska egenskaperna och de vackra kottarna.

- ODLINGSLOTT
- RABATT
- HÄR ÄR DU
- TRÄD
- BYGGNAD

- Smulgubbe - *Fragaria ananassa vescana Rebecka E*
- Smultron
- Vita vinbär Holländska
- Krusbär
- Röda vinbär Holländska
- Svarta vinbär Polar E
- Blåbärstry
- Havtorn - *Hippophae Rhamnoides*  
2 st sorter Svenne o Lotta E
- Barnäpple Rescue
- Hallon - Rubus Laszka E
- Fläder - Sambucus nigra



VISSTE DU ATT

### Svenska bönder tvingades odla humle

Vi hade länge odlingsplikt på humle i Sverige. Det var ett sätt att försäkra sig mot missväxt och svält. Under 1400-talet var det lagstadgade kravet 40 störor per gård, vilket senare utökades till 200 störor. Humlen användes inte så mycket för sin smak utan för dess bakteriehämmande inverkan - den hindrade ölet från att surna. Öl höll sig friskt längre än vatten, som ofta togs från förorenade vattendrag.

FRÅGA 14

### Hur långt kan en humleplanta växa på ett dygn?

- A 80 cm
- B 15-20 cm
- C 5 cm

(Rätt svar hittar du på entréskyltarna i början på trädgårdsstråket)