

# Kultur- og naturguide gjennom vakker kystlynghei



Ta deg en tur i flott natur og frisk sjøluft langs kyststien! Lær om kulturlandskapet, flora, fauna og geologi på veien.

©Haakon Haaverstad, SNO

## Kultur- og naturguide langs kyststien på Asmaløy

Vi har laget en kultur- og naturguide for å informere om kystlyngheiene på søndre Asmaløy, Hvaler. Målet er at turgåere skal lære om kystlyngheiene som en viktig del av kulturlandskapet på søndre Asmaløy. I tillegg får du informasjon også om andre naturtyper, planter, dyr og geologi i området.



Kultur- og naturguiden følger kyststien som går mellom Åsebu og Viken på søndre Asmaløy. Den er merket med blå merker og kyststisymbolet. Kart og mer informasjon om hva som kan oppleves langs stien finnes inne i brosjyren.



Hva du kommer til å oppleve på turen kommer litt an på når på året du tar turen ut i heiene. Våren er den beste tiden for å lytte til fuglesang. Da kan du også finne vårmarihånd, en vakker orkidé som blomstrer allerede i mai. Går du stien om sommeren vil det være rikelig av blomster, insekter og sommerfugler. Fra august til september kan du nyte at landskapet er farget i purpur. Det er nemlig da røsslyngen står i full blomst.

Vil du vite mer om lyngheiene på Hvaler kan du besøke Ytre Hvaler nasjonalparksenter på Skjærhalden, eller nasjonalparkens hjemmeside ([www.ytrehvaler.no](http://www.ytrehvaler.no)).

Vårmarihånd.  
©Kim Abel/naturarkivet.no

Konvensjonen om biologisk mangfold forplikter Norge til å ta vare på kunnskap om tradisjonell naturbruk. I prosjektet *Mennesket og naturarven*, ledet av Statens Naturoppsyn, blir kunnskap om tradisjonell naturbruk samlet inn for å brukes i formidling, forvaltning og skjøtsel.

Kristine Ekelund og Grethe Hillersøy har skrevet teksten i brosjyren og samlet det faglige grunnlaget i rapporten «Lokal tradisjonskunnskap om kystlyngheiene på Asmaløy. Ytre Hvaler nasjonalpark, Hvaler kommune».

*Vi håper du får en flott og lærerik tur i de vakre lyngheiene på søndre Asmaløy!*





# Kystlyngheia – fiskerbondens landskap



Torvtekt

Innmærk

Utmark

Nybrent lyng

Utmarksslått

Fiskerbonden var avhengig av både fiskeri og jordbruk for å overleve. Mens mannen var ute på fiske var det stort sett kvinnene og barna som drev gården hjemme.

På innmarka dyrket bonden korn og grønnsaker, og hadde slåtteenger for å tørke gress til vinterfôr. Den store utmarka var viktig beite for husdyrene, både sommer og vinter. Viktige ressurser som torvbrensel, gjødsel og vinterfôr ble også høstet i utmarka.



# Kystlyngheier – et viktig kulturlandskap

Lyngheier er kystens kulturlandskap. Langs hele den europeiske kysten mot Atlanterhavet strekker lyngheilandskapet seg som en del av en felles europeisk kulturarv. Fra Portugal i sør til Lofoten i nord. Kystbøndene skapte lyngheiene ved å fjerne skogen med øks, ild og beitende husdyr. De fjernet skogen til fordel for den eviggrønne røsslyngen som trives svært godt i det vintermilde klimaet langs kysten. Steinalderbøndene begynte ryddingen av skogen for 5000 år siden, men først i vikingtiden ble kysten helt fri for skog.



Landskapet på søndre Asmaløy vekslar mellom åpne lyngheier, strandenger, grasbeiter og svaberg.  
©Haakon Hæaverstad, SNO

## Røsslyng

Det er røsslyngen som fremfor alt dominerer og skaper kystlyngheiene våre. Røsslyng er en av de få plantene som er grønn hele året og samtidig er en god fôrplante. Beitedyr kan derfor gå ute på lyngbeite hele året så lenge det er nok røsslyng som stikker opp av snøen. Slik ble mye tid spart på å slippe å sanke vinterfôr til dyra i det tradisjonelle kystjordbruket. Lyngheidriften gjorde det dermed mulig å kombinere jordbruk og fiske.



Røsslyng. ©Haakon Hæaverstad, SNO



## Lyngbrenning

Når røsslyngen ble for grov og gammel, var den dårlig fôr til dyrene. Jevnlig lyngbrenning på seinvinteren var nødvendig for å fjerne gamle lyngplanter og for å få nye friske skudd til å spire.

◀ Jevnlig brenning er viktig for foryngelse av lyngen.  
©Haakon Hæaverstad

## Mosaikk

Bonden brant bare små stykker med lynghei hvert år. De første årene etter en brann fikk man en blanding av gress, urter og mindre lyngplanter. Dette var godt sommerbeite for både sauer og kyr. Etter noen år vokste røsslyngen til mer og mer, og var godt vinterbeite. Bonden passet på å brenne slik at det ble et lappeteppes av lyng i forskjellig alder. Dermed hadde de beite for husdyrene året rundt i lyngheiene.



Lyngspire. ©Grethe Hillersøy, SNO



Lynghonning er kjent for sin mørke farge og høye innhold av mineraler. ©Ed Hæzebroek/Lyngheisenteret

av hva den allsidige planten har blitt brukt til. Planten har også blitt brukt til farging av garn. Den gir en fin og varm gulfarge.

Ikke minst har røsslyngen gitt et viktig næringsbidrag for de bøndene som produserte lynghonning. Faktisk kommer omkring halvparten av den norske honningen fra røsslyng.

## En allsidig ressurs

Røsslyngen var også et viktig tilleggsfôr for kyrne som sto inne om vinteren. De øverste, myke delene av planten ble skåret på seinsommeren og fraktet til gården. Røsslyng har også vært et viktig tillegg som brensel og strø under dyrene. Rivetinder, akebrett, feiekoster, korgfletting, taktekking, medisinsplante, lyngøl, sengebunn og dynefyll, er noe

*En potet og én sild. Når man skulle sette poteter la man gjerne en sild sammen med poteta i åkeren. Dette var gjødsel for potetplanten.*

## Innmærk og utmærk

Bonden bygde steingjerder rundt innmærka og utmærksslåttene sine. Det var viktig for at husdyra ikke skulle spise avlingen. Gresset som ble slått på innmærka ble tørket på hesjer og lagret til vinterfôr. Åkrene ble gjødslet både med møkk, skjellsand, fiskeslo og tang.

Utmærka ble brukt som beite for husdyrene. Om sommeren gikk både sauer og kyr i utmærka. Sauene gikk ute på lyngbeite store deler av vinteren, mens kyrne ble sluppet ut når det var vær til det. Utmærka var felles for gårdene på Asmaløy fram til utskiftingene tok til på slutten av 1800-tallet. Etter dette ble utmærka delt opp med steingjerder mellom hovedgårdene. I de treløse lyngheiene var det mangel på ved, men tørka torv fra myrene gav god brensel.



## Husdyr

På søndre Asmaløy har det vært tradisjon for å holde kyr og sau. På gårdene kunne de ha tre kyr, tre-fire sauer og en hest. Utover 1900-tallet ble det mer vanlig med gris, høner og biavl. Kuene her ute var enten telemarksku eller raukolle. Hvert bruk lagde sitt eget smør og sin egen ost.

Kua «Noenlunde» var en telemarksku. Navnet kunne gjenspeile hvor mye melk en ku gav. ©Fotograf ukjent/Østfold fylkes billedarkiv

## Naturmangfoldet

Kulturlandskapet er rikt på både planter og dyr. I eldre tider skjøttet bonden markene si gjennom slått, brenning og husdyrbeite. Denne bruken holdt de dominerende plantene i sjakk, og ga rom for de mange små og sårbare plantene. Mange planter er avhengige av bondens tradisjonelle skjøtsel for å overleve.



Kystfrøstjerne, en truet plante som er vanlig i lyngheia på Asmaløy. ©Hermod Karlsen

## En naturtype i tilbakegang

I dag har rundt 90 prosent av kystlyngheiene, som hadde sin største utbredelse i Norge på 1800-tallet, forsvunnet. Den viktigste grunnen til at kystlyngheiene er i ferd med å gå tapt fra norsk natur, er at dagens intensive gårdsdrift fører til at bøndene ikke lenger bruker utmærka slik som før. Uten beite og jevnlig brenning gror det igjen med busker og trær. Planter og dyr som er avhengige av dette åpne landskapet står også i fare for å forsvinne.



Heiblådmåler/Larven til heiblådmåleren lever helst på røsslyng. ©Hermod Karlsen

Men det er fortsatt håp for en del av kystlyngheiene. På Hvaler har Ytre Hvaler nasjonalpark, i samarbeid med bøndene, som mål å restaurere store deler av de lyngheiene som er igjen. Forvaltningen i dag baserer seg så langt som mulig på lokal kunnskap om den tradisjonelle skjøtselen. På den måten blir mangfoldet av planter og dyr også bevart.

Det er satt i gang fjerning av busker og trær i lyngheiområdene. Mindre områder med lyng brennes hver vinter. I dag beiter det mellom 20 og 30 kyr av rasen Hereford på søndre Asmaløy. På flere av øyene beiter det sau.

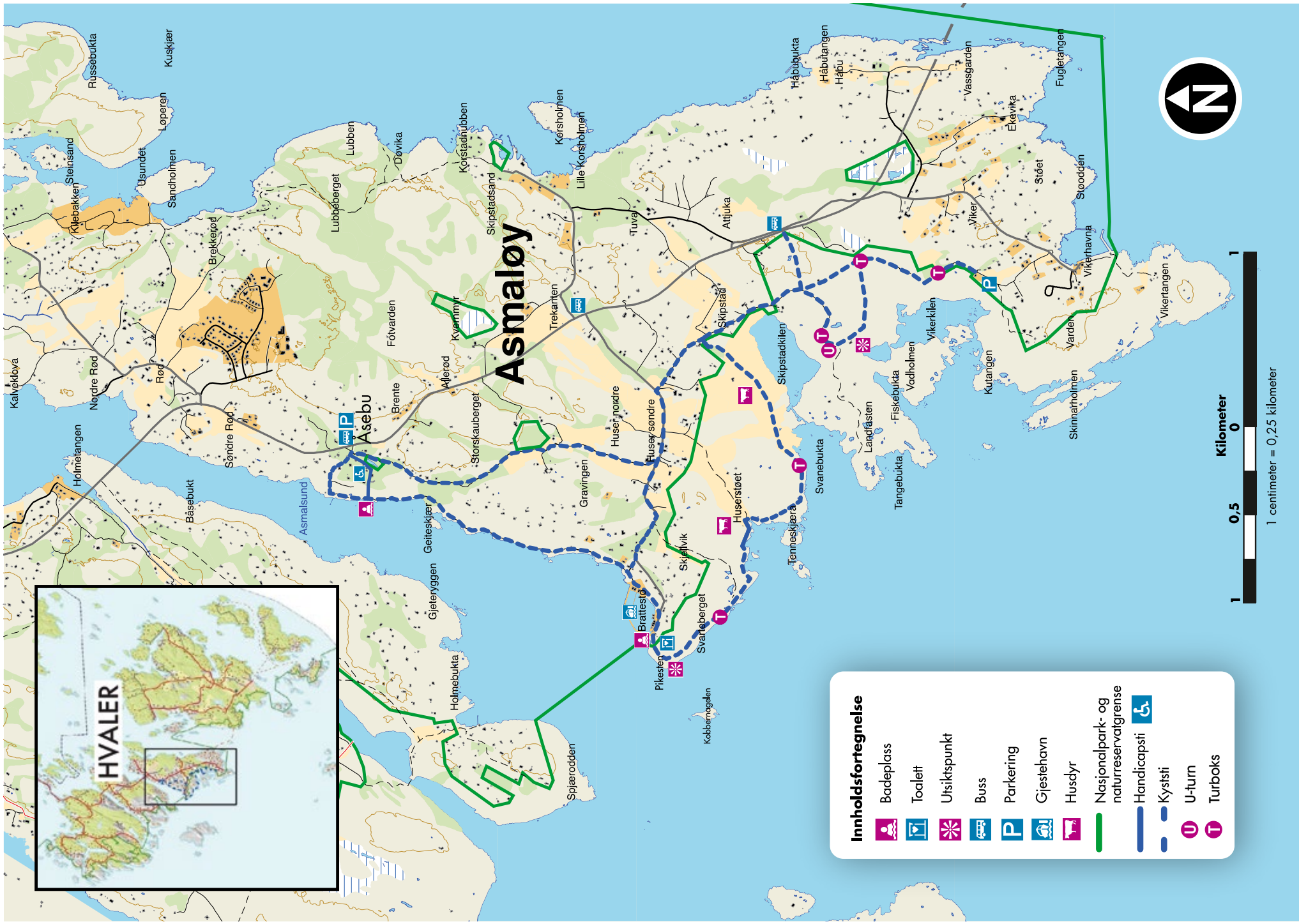


Einer tar over når lyngheia gror igjen. ©Hermod Karlsen



Hereford kyr. ©Grethe Hillersøy, SNO





# Asmaløy

**Innholdsfortegnelse**

	Badeplass
	Toilett
	Utsiktspunkt
	Buss
	Parkering
	Gjestehavn
	Husdyr
	Nasjonalpark- og naturreservatgrense
	Handicapsti
	Kyststi
	U-turn
	Turboks



# Informasjon langs kyststien

## U-turn

Sør for Skibstadkilen ligger det et fint utsikts- og rastepunkt. Her har vi også satt opp en U-turn. Denne inneholder ulike lydfiler som du kan lytte til. Lydfilene inneholder fortellinger og fuglesang fra lyngheiene og fuglene som lever der. Du skaper selv elektrisiteten som trengs for å lytte til denne!



U-turn. @Lexter AB

## Turbokser

Langs stien står det fem turbokser. Oppi disse finnes det mer informasjon om ulike temaer: planter, fugler, sommerfugler, barndommen i gamle dager, og geologi. På kartet ser du hvor disse befinner seg langs stien. Koordinater og informasjon om boksene finnes også på [www.geocaching.com](http://www.geocaching.com) for de som vil ut på en elektronisk skattejakt! Hold utkikk langs stien for å finne boksene. Lykke til!



Turboks. @Grethe Hillersøy, SNO

## Ut på tur

I området mellom Svarteberget og Skibstadkilen går det storfe og hest på beite i sommerhalvåret. De kan være ganske nysgjerrige på turgåere, men er bare vennlige. Men husk på at det er båndtvang for hund hele året i områder med beitedyr (lokal forskrift, Hvaler kommune). Husk å lukke godt igjen alle grunder etter deg.

Deler av stien går gjennom Ytre Hvaler nasjonalpark. Der gjelder spesielle regler for ferdsel. Mer informasjon kan du finne på [www.ytrehvaler.no](http://www.ytrehvaler.no) og [www.dirnat.no](http://www.dirnat.no).



Skuringsstriper. @Grethe Hillersøy, SNO

## Geologi

Øyene her ute ble isfrie etter siste istid for rundt 12.000 år siden. Mens isbreen lå og tynget ned landet lå øyene her 150 meter under havoverflaten. Etter at isbreen forsvant har landet sakte, men sikkert steget opp fra havet. Landet stiger fortsatt med ca. 30 cm per 100 år. Etter hvert som landet steg ble det liggende igjen marine avsetninger med blant annet skjellsand som mange steder gir fruktbar dyrkningsjord. Noen steder kan du se skjellsand og sneglehus langt oppe på land, noe som vitner om at dette en gang var havbunn.

Langs stien på søndre Asmaløy finnes det spor etter isbreen som en gang dekket dette landskapet: Skuringsstriper er slipte spor i fjellet etter at stein som satt fast under isbreen har blitt ført bortover fjellet. Litt som et gigantisk sandpapir. Skuringsstripene viser hvilken vei isbreen beveget seg da stripene ble dannet.

Endemorener er rygger av stein og grus som har blitt avsatt fra en bre når den har stått stille. Hvalerraet er en endemorene fra ca. 13 500 år før vår tid. Isbreen har polert steinene runde og glatte gjennom titusener av år. Rullesteinsrøysene ved Pikesten er en del av Hvalerraet.

## Spor etter mennesker i landskapet

### Steingjerder

Når du går på tur i kulturlandskapet ser du at det ligger gamle steingjerder på kryss og tvers. Steingjerdene markerte grensene mellom eiendommene i det gamle jordbrukslandskapet. De var også bygget rundt innmarka eller utmarksslåtter for å holde husdyra borte fra avlingen.



Steingjerde ved Skibstadkilen. @Grethe Hillersøy, SNO



Hoggorm. @Ed Hæzebroeck/Lyngheisenteret

Når nye gjerder mellom flere gårder skulle bygges ble hvert bruk pålagt en gjerdeplikt. Hver mann som hadde eiendom som grenset mot gjerdet fikk en viss lengde gjerde som han måtte bygge og vedlikeholde.

Steingjerdene er viktige for dyrelivet i lyngheiene. Slinger bruker gjerne disse som overvintringsplass, og fuglene som et trygt sted å bygge reiret sitt.

### Steinhugging

Svabergene på Hvaler er av granitt og gneis. På slutten av 1800-tallet satte steinindustrien på Hvaler fart. Etter hvert ble det den tredje største næringsvirksomheten etter jordbruk og fiske. Steinen ble brukt til gatestein, kantstein, bygningsstein og skulpturer. Den ble eksportert ut til hele verden. På Hvaler var det mange som leide ut områder i utmarka til steinhugging.

I området mellom Vikerkilen og Skibstadkilen kan man se spor etter steinhugging.



Steinhoggere på Hvaler. @Fotograf ukjent/Østfold fylkes billedarkiv



# Planter i kulturlandskapet



Røsslyng. @Liv S. Nilsen

## Planteliv i lyngheia

Røsslyng er den dominerende planten i lyngheia. Røsslyngen er glad i lys og vokser derfor godt i åpne områder. Planten kan bli opptil 50 år gammel. Når lyngen blir brent, vokser nye planter opp fra rotskudd eller frø. Frøene spres med vinden, og kan ligge så lenge som 70 år i jorden og vente på at det skal bli gode forhold for å vokse, før de begynner å spire.



Blåknapp. @Kim Abel/naturarkivet.no

I en velskjøttet lynghei vokser en hel rekke andre planter innimellom røsslyngen. Noen eksempler er kystfrøstjerne, blodstorkenebb, blåfjær, krattalant, gulmaure, legeveronika, blåklokke, kattefot, hjertegras, vill-lin, blåknapp, engknoppurt, tyttebær og blåbær.

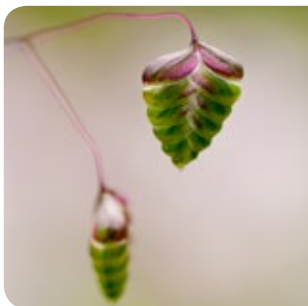
To eksklusive planter i lyngheia er lyngøyentrøst og prikkperikum. De finnes stort sett bare knytta til denne naturtypen.

*Visste du at røyken fra en brann faktisk stimulerer lyngfrøene til å begynne å spire? Så godt tilpasset er de bondens brenning!*

## Brente lyngområder

Hver vinter fremover skal mindre stykker av lyngheiene brennes for å ta bedre vare på dem. Området oppover fra Huserstøt ble brent vinteren 2012. Kan du finne andre områder som har blitt brent siden?

Utforsk områder som har blitt brent! Kan du finne noen lyngspirer? Tror du de spirer fra en gammel rot eller fra et frø? Hvilke andre planter kan du finne?



Hjertegras. @Kim Abel/naturarkivet.no



Lyngøyentrøst ble mye brukt mot øyensykdommer i gamle dager. Man kokte også vanlig te på den. @Inger E. Måren



Tyttebær. @Kim Abel/naturarkivet.no

Den tradisjonelle lyngbrenningen ble vedlikeholdt frem til slutten av 1940-årene her på søndre Asmaløy.

## Utmarksslåtter

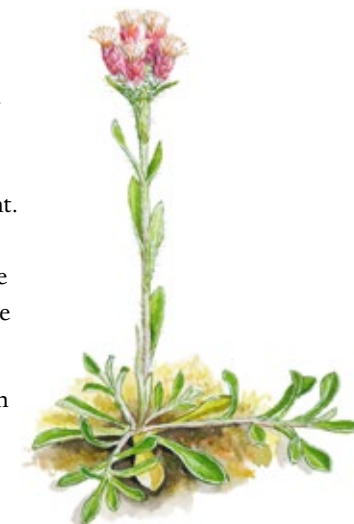
Gårdene hadde gjerne utmarksslåtter som kunne ligge i ekstra fruktbare områder, slik som strandenger. Det er ikke alltid like lett å vite hvor disse slåttene lå for mer enn hundre år siden. Men om du er en riktig plantedetektiv, kan du se spor etter dem ennå. Du kan lete etter steingjerdene som en gang må ha ligget rundt dem for å holde husdyr ute, og så studere plantene som vokser der. Noen planter liker seg aller best der gresset blir slått



Flekkmarihånd. @Sigve Reiso/naturarkivet.no

De første årene etter en brann kommer det opp en del tyttebær. Disse kan skilles fra melbær, som ikke er gode å spise, ved at tyttebær har en innrullet bladkant. Kjenn på kanten om det er en tyttebærplante, så kan du kanskje komme igjen til høsten og plukke litt tyttebær.

Den tradisjonelle lyngbrenningen



Kattefot er blant de første plantene som spirer etter en brann. ©Hermod Karlsen



Nattfiol. @Bård Bredesen/naturarkivet.no

*Mange av disse plantene er sjeldne, så vi oppfordrer deg til å bare nyte synet av dem når du finner dem.*

# Dyreliv i kulturlandskapet



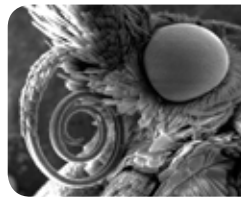
Svalestjert. ©Olaf Leilinger, wikipedia



Ildgullvinge. ©Grethe Hillersøy

## Sommerfugler

Søndre Asmaløy er berømt for sitt store mangfold av sommerfugler. I området har det blitt registrert 960 ulike arter av sommerfugler! Det er nesten halvparten av alle arter som finnes i Norge. Grunnen til dette mangfoldet er trolig den store variasjonen i naturtyper og planter i området. Sommerfugler lever av å suge nektar fra blomster. Til dette har de en snabel som de suger opp nektaren med. Når de ikke bruker den er snabelen rullet opp under hodet. Om du følger godt med på en sommerfugl som lander på en blomst kan du kanskje se den. Det er lettest å se sommerfugler når det er sol, varmt og lite vind. Da er sommerfuglene mest aktive.



Sugesnabel hos sommerfugl. ©wikipedia.com



## Småkryp

I lyngheia er det mange insekter og edderkopper. En av dem er lyngrovedderkopp. Den er ganske stor, med en kroppslengde på opptil 1,5 cm. Den bygger ikke et vanlig edderkoppnett, men jakter aktivt på insekter. Hunnen lager en kokong av edderkoppsilke som hun legger eggene sine i. Denne bærer hun rundt på til eggene klekkes til små miniatyredderkopper. Hunnen er en omsorgsfull mor og passer på ungene også etter at de har klekket.

◀ Lyngrovedderkopp. ©T. Tarvainis, wikipedia



Gulspurv. ©Hermod Kårtsen

## Fugleliv

Ute i lyngheia er fugler som heipiplerke, sanglerke, heilo og gulspurv vanlige. De er avhengige av det åpne kulturlandskapet for å trives. En velkjøtt lynghei gir dem gode reirplasser og mye mat. Den åpne lyngheia gir også bedre beskyttelse mot rovfugl fordi det finnes færre utkikksposter for dem i trær og busker. Uten gode utkikksposter er det ikke så lett for kråka å finne ut hvor småfuglene har reirene sine.

Fuglene synger mest om våren når de skal hevde territorium og tiltrekke seg en partner. Fra slutten av mars til sankthans er en fin tid for å høre fuglesang. Ta med en kikkert og fuglebok, eller lær deg å kjenne igjen fuglene på sangen deres. Besøk vår U-turn langs stien for å høre fortellinger og sang fra fuglene som lever her.



Heipiplerka er vanlig i det åpne kulturlandskapet. ▶ ©Ed Hæzebroek/Lyngheisenteret