
































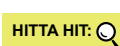




TIPS TILL UTFLYKTER OCH AKTIVITETER

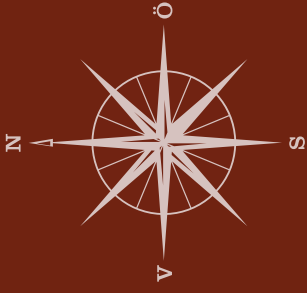
HÄMTA KRAFT
UR NATUREN

NATURGUIDE

HÄRNÖSAND

TECKENFÖRKLARING

	Besöksområde		Naturreservat
	Besökspunkt		Bad
	Naturreservat		Vandring
	Vattendrag		Träd
	Vildmarksområde		Geologi
	Fiskevatten		Friluftsområden
	Vandringsled		Anpassat för funktionshindrade
	Vandringsstig		Växter
	Stig		Djur
	Traktorväg		Historia
	Mindre väg		Fåglar
	Större väg		Utsiktsplats
	Järnväg		Sydvästberg
	Bäck / å		Barnvänligt
	Höjdkurva		Vattenkällor
	Åkermark / öppen mark		HITTA HIT: Vägbeskrivning
	Skog		
	Våtmark		
	Hygge		
	Sjö / hav		



SVERIGE



Härnösands Kommun

- 1. Furuholmen och Storholmen
- 2. Storflippet
- 3. Brattås växtlokal
- 4. Nickebo
- 5. Smitingen & Hämöklubb
- 6. Notsand & Hämö Södra
- 7. Speckstaggrottan
- 8. Speckstajärn
- 9. Vängsta
- 10. Vårdkasen
- 11. Tallen på Stenhammar
- 12. Gerestabacken
- 13. Kapellsberg
- 14. Sälsten
- 15. Klåvsten
- 16. Labyrint i Gädeåparken
- 17. Tullportsparken
- 18. Gädeåbergsöräman
- 19. Murberget
- 20. Godstjärn
- 21. Blömers backar
- 22. Franzéns kulle
- 23. Ek i Näs
- 24. Lövudden och Gädeåleden
- 25. Tjusarklinten
- 26. Fällberget
- 27. Bad i Svarvik – Frölandsanden
- 28. Tallen i Sörmark
- 29. Bad i Bränsviken
- 30. Grofällsberget
- 31. Sligsberget
- 32. Hällkista
- 33. Ålandsån och Trappberget
- 34. Kragomviken
- 35. Bad i Nyåkersviken, Amsjön
- 36. Bad i Amsjön
- 37. Trefaldighetskälla
- 38. Bad i Aspenäs
- 39. Uvberget
- 40. Flinsviken – Överdalsån
- 41. Förlövningsskälla
- 42. Åberget
- 43. Middagsberget
- 44. Gravösen i Flinsvik
- 45. Lusholmen
- 46. Lungön
- 47. Hammarkullberget
- 48. Hemsö fästning
- 49. Storåberget
- 50. Sögsand badplats och hälsokälla
- 51. Kapellutgrävning i Prästhus
- 52. Hultomsberget
- 53. Klubben
- 54. Antjärns bad i Skiljesjön
- 55. Trefaldighetskälla
- 56. Minnesplats för avrättningsplats
- 57. Daljärnen
- 58. Byjärnen
- 59. Byviken
- 60. Muggård
- 61. Grötsjön och Lindomsberget
- 62. Häggberget
- 63. Labyrint och rösen
- 64. Fiskeläge i Glon
- 65. Lervik
- 66. Barsviken
- 67. Skarpudden
- 68. Sallholmen
- 69. Vågsjöknösen
- 70. Sandstensfjärden
- 71. Brännsån
- 72. Bad i Öjesjön
- 73. Stallaråa
- 74. Janne Vängman torpet
- 75. Starred
- 76. Gillersberget
- 77. Flarkmyran
- 78. Västanåfallet
- 79. Diatrem i Tunbodarna
- 80. Latmansmon
- 81. Bad i Viksjön
- 82. Hippaberget
- 83. Billberget
- 84. Abboorsjöklippen
- 85. Hornsjököjan och Hornsjömoarna
- 86. Bastusjön bad och fångstgrop
- 87. Bastusjöklippen
- 88. Vitmarksområdet i Högsjö
- 89. Badplats Snibben
- 90. Badplats Utansjö
- 91. Skäreberget
- 92. Röse på Åbordisön
- 93. Långröse på Gammellandet
- 94. Brudstenarna
- 95. Valön



Välkommen till Härnösands Naturguide.

Här hittar du 95 spännande utflyktsmål i Härnösandsnaturen.

Det är till exempel badplatser, utsiktsberg, vandringsleder, grottor och mycket annat. Till varje besöksområde finns karta, vägbeskrivning och information om platsen.

Välkommen ut i naturen!

INNEHÅLL

Inledning

Välkommen till Härnösands unika natur	9
Tack	10
Härnösands historia	11
Den läkande naturen	12
Allemanrätten	13
Känn dig trygg i Sveriges natur	14
Föreningar i kommunen	16

Härnön med närområde

1. Furuholmen och Storholmen	18
2. Storklippet	19
3. Brattås växtlokal	20
4. Nickebo	21
5. Smitingen & Hämöklubb	22
6. Notsand & Hämö Södra	24
7. Speckstaggrottan	25
8. Speckstajärn	25
9. Vangsta	26
10. Vårdkasen	27
Mer om vårdkasar	27
Vandringsled	28
11. Tallen på Stenhammar	29
12. Gerestabäcken	29
13. Kapellsberg	30
14. Sälsten	31
15. Klåvassten	32
16. Labyrint i Gådeåparken	33
17. Tullportsparken	33
18. Gådeåbergsbrännan	34
19. Murberget	35
Mer om Härnösand	36

Säbrå

20. Godstjärn	38
21. Björners bäckar	39
22. Franzéns kulle	40
23. Ek i Näs	40
24. Lövudden och Gådeåleden	41
25. Tjusarklinten	43
26. Fälleberget	44
27. Bad i Svartvik - Frölandsanden	45
28. Tallen i Sörmark	46
29. Bad i Brånsviken	47
30. Grofällsberget	48
31. Stigsberget	49

32. Hällkista	49
Mer om häxprocesser	50
Mer om Norrstigen	50
33. Ålandsån och Trappberget	51
34. Kragomviken	52
35. Bad i Nyåkersviken, Åmsjön	53
36. Bad i Åmsjön	53
37. Trefaldighetskälla	54
38. Bad i Aspnäs	55
39. Uvberget	56
40. Finsviken - Överdalsån	56
41. Förtovningskälla	57
42. Åberget	58
43. Middagsberget	58
44. Gravrösen i Finsvik	59
45. Lustholmen	60
46. Lungön	61

Hemsö

47. Hammarkullberget	64
48. Hemsö fästning	64
49. Storråberget	64
50. Sågsand badplats och hälsokälla	65
51. Kapellutgrävning i Prästhus	66
52. Hultomsberget	66
53. Klubben	67

Häggdånger

54. Antjärns bad i Skiljesjön	70
55. Trefaldighetskälla	71
56. Minnesplats	71
57. Dalsjämen	72
58. Byjämen	72
59. Byviken	72
60. Muggård	73
61. Grötsjöns bad och Lindomsberget	73
62. Häggberget	74
63. Labyrint och rösen	75
64. Fiskeläge i Glon	75
65. Lervik	77
66. Barsviken	78
67. Skarpudden	79
68. Saltholmen	80
69. Vägsjöknösen	81
70. Sandstensfjärden	81

Stigsjö

71. Brånsån	84
72. Bad i Öjesjön	85
73. Stallarna	86
74. Janne Vängman torpet	87
75. Bad i Starred	88
76. Gillersberget	89

Viksjö

77. Flarkmyran	92
78. Västanåfallet	93
Mer om finnbygd	94
Mer om flottning	94
79. Diatrem i Tunbodarna	95
80. Latmansmon	96
81. Bad i Viksjön	97
82. Hippaberget	98
83. Billberget	98
84. Abborrsjöklippen	99
85. Hornsjökojan och Hornsjömoarna	100
86. Bastusjön bad och fångstgropar	101
87. Bastusjöklippen	102

Högsjö

88. Vildmarksområdet i Högsjö	104
A Grenigtmyran	105
B Lutmyrhöjden	106
C Storvattenkullen	106
D Ritjärnskullen	106
E Björnlandshöjden	106
F Svanabäcken	106
G Såghöjden	106
H Lomtjärnsåsen	106
I Skogen runt Smaltjärnen	106
J Långmyrberget	106
K Surpussen	106
89. Snibbens badplats	107
90. Utansjö badplats	108
91. Skåreberget	109
92. Röse på Åbordsön	110
93. Långröse på Gammellandet	111
94. Brudstenarna	111
95. Vålön	112

Välj din upplevelse

Barn och natur	113
Barnaktiviteter	114
Badplatser	115
Friluftsområden	116
Äta ute	116
Aktiviteter för funktionshindrade	117
Utsiktsplatser	118
Grottor och geologi	119
Mer om geologi	119
Fågelskådning	122
Fiske	123
Djur	127
Värdefulla träd	127
Mer om bäver	128
Historiska platser	129
Vattenkällor	130
Växter	131
Sydväxtberg	132
Mer om biologi	133
Naturresevat	136
Områden med särskilt skydd	136
Fridlysta arter	138
Åtgärdsprogram	139
Ansvarsarter	139
Intressearter	139
Mer om Mjällådalen	140
Vandringsleder	141
Rör dig i naturen	141
Böcker	143
Länkar	144

Inledning



Påfågelläga (*Inachis io*). Foto Lena Östman

Välkommen till Härnösands unika natur

Vi på Härnösands kommun har förhoppningen att Naturguiden kommer att locka fler människor ut i naturen för att upptäcka kommunens unika natur- och friluftsmiljöer. Om fler aktiverar sig ute i naturen är vi övertygade om att folkhälsan kommer att förbättras, vilket betyder att kommunens invånare och turister skulle må bättre både i kropp och i själ. På köpet får vi uppleva den natur och historia som finns alldeles nära oss.

Målet är också att erbjuda våra invånare och turister en guide till några av de platser som vi är stolta över i vår kommun.

Naturen i Härnösand är speciell för att den är så varierad, vi har hav, sjö, skog och äng alldeles inpå knutarna. Ett stort plus med vår närmatur är att den är så lätt att nå och att vi kan välja att besöka den på så många sätt, som att sakta promenera på fina vandringsleder, besöka platser där historiens hjärtslag ännu hörs eller gå rakt ut i den vilda, näst intill orörda naturen. Vi kan alla vara stolta över vår kommun och dess natur.

Naturguiden presenterar 95 områden som är intressanta besöksmål. Självklart finns det fler

områden i vår kommun som också förtjänar ett besök, men vi kan tyvärr inte få med alla våra smultronställen! Är du intresserad av att hitta fler spännande och vackra platser i din närhet så rekommenderar vi dig att ta kontakt med någon av hembygdsföreningarna i kommunen.

Varje besöksområde som Naturguiden presenterar har fått en kort beskrivning, en översiktlig karta samt en vägbeskrivning för bil. De ungefärliga koordinaterna som området ligger på finns också med. Koordinaterna är angivna i SWEREF99 (Härnösands kommun ligger i SWEREF99 zon 17° 15'). Vill du göra om koordinaterna till ett annat system finns det möjlighet att på Lantmäteriets hemsida göra en koordinattransformation (se länkar sid 144).

Besöksområdena är indelade i de församlingar som de rent geografiskt ligger i. I slutet av boken är områdena indelade i aktiviteter, som bad och utsiktsplatser. I slutet av boken har vi också skrivit enklare förklaringar för olika begrepp som du hittar i boken. Tänk på att förklaringarna är förenklade och tanken är att de ska locka till lust att lära sig mera, och inte att de ska ge ett fullständigt svar.



Foto Monika Bertgren

Ett stort tack till:

Alla föreningar i Härnösand, särskilt
Naturskyddsföreningen i Härnösand: Hans Sundström och Sofia Lundell
Friluftsförbundet i Härnösand: Elving Karlsson
Härnösands ornitologiska förening: Leif Johansson
Härnösands Skoterförening: Jörgen Andersson
Samtliga Fiskevårdsföreningar i Härnösand

Länsstyrelsen i Västernorrland: Per Sander och Pekka Bader
Skogsstyrelsen: Stig-Åke Sundström
Roten- och Janne Vängmanleden: Kjell Bäckvall
Arkeolog: Peter Persson
Geograf: Rebecca Litzell

Härnösands kommun: Lena Östman, Lars O Forsberg, Ingrid Norrgård och alla på
Samhällsförvaltningen som har kommit med tips och råd.

Även ett stort tack till alla Er som har bidragit med illustrationer, fotografier och på
annat sätt har medverkat till att vi kunnat arbeta fram en attraktiv naturguide!

Vi som har arbetat med Naturguiden på Härnösands kommun är:

Projektledare: Monika Bertgren
Projektsamordnare: Linda Stiernberg
Styrgruppen: Birgitta Westerlind, Agneta Höglund-Sjölander och Gungerd Johnsson-Grip

Naturguiden i Härnösands kommun har finansierats med hjälp av statligt stöd – LONA bidrag. LONA står för "Lokala Natur-
vårdssatsningen" och är ett bidrag som kommuner och lokala aktörer kan söka via Länsstyrelsen. Bidraget ska användas till att
skydda naturen och göra den mer tillgänglig för människor.

För-historisk tid	Stenåldern		Äldre stenålder	10000 – 4100	f.v.t
			Yngre stenålder	4100 – 1700	f.v.t
	Bronsåldern		Äldre bronsålder	1700 – 1100	f.v.t
			Yngre bronsålder	1100 – 500	f.v.t
	Järnåldern	Äldre järnålder	Förromersk järnålder	500 – 0	f.v.t
			Romersk järnålder	0 – 375	e.v.t
			Folkvandringstid	375 – 550	e.v.t
Yngre järnålder		Vendeltid	550 – 800	e.v.t	
		Vikingatid	800 – 1050	e.v.t	
Historisk tid	Medeltiden		Tidig medeltid	1050 – 1200	e.v.t
			Hög medeltid	1200 – 1350	e.v.t
			Sen medeltid	1350 – 1527	e.v.t
	Nyare tid			1527 e.v.t och framåt	

Tabellen visar vår historia indelad i tidsepoker. F.v.t. står för "före vår tidräkning" och e.v.t" står för "efter vår tidräkning.



Mitt i skogen kan de dyka upp, spåren från vår forntid. Här ser du ett långröse (s. 111)

Härnösands historia

För 10 000 år sedan var Härnösand, som resten av Sverige, täckt av inlandsisen. När isen slutligen började smälta hade dess tyngd pressat ned marken, vilket gjorde att stora delar av vår kommun låg helt under havet. När landet steg började djur och människor vandra hit. Läs mer om landhöjning på sidan 121.

Människor har under långa tider tyckt att detta är en bra plats att bo på. Vi kan se rester av deras liv bland annat på Härnön där det finns gravrösen från bronsåldern och järnåldern. På vikingatiden fanns en handelsplats på ön som är grunden till vår nuvarande stad Härnösand. I närheten av den, på Hovsjorden låg förmodligen en av Ångermanlands finaste hedniska kultplatser; Hov på Härnön. Härn är ett av gudinnan Frejas namn, när Hon bland annat verkar som linets beskyddarinna.

Staden Härnösand började byggas år 1585 på order av dåvarande kung Johan III. Han ville få kontroll över handeln som pågick här. 1592 blev Härnösands första kyrka färdig. Den låg på samma plats som Domkyrkan ligger nu. Innan kyrkan var färdig användes det kapell som låg vid Kapellsberg (s. 30).

1646 blev Härnösand residensstad för ett nytt län som kallades Härnösands län. En residensstad är den stad som länsstyrelsen sitter i och kan alltså kallas för länets huvudstad. I länet ingick landskapen Ångermanland, Medelpad och Jämtland. 1653 slogs Härnösands och Hudiksvalls dåvarande län ihop och Härnösand blev en vanlig stad igen, men 1778 återtog Härnösand rollen som residensstad och då över nuvarande Västernorrlands län.

Staden växte tack vare varvsepoken mellan 1648 och 1930, då vi byggde hela 250 skepp. 1741 byggdes även en linnefabrik i staden, som vid sidan av skeppsvarven var Härnösands viktigaste industri. Sågverksepoken 1850-1950 hjälpte ytterligare till för stadens försörjning. Flertalet sågverk låg utefter Ångermanälvens havsvik och tog hand om timret som flottades ned från inlandet.

Härnösands stad har härjats av flera bränder, de tre värsta var under 1700-talet, men en var så sent som 1877. Trots det utmärker sig Härnösand mot andra städer i Sverige eftersom vi har flera stadsdelar med intakta gårdar och trähus från 1700- och 1800-talen.



Sitt still och lyssna på bäckens porlande ...

Den läkande naturen

I Härnösand finns naturen alltid runt hörnet, så det är bara att ta sig ut, det finns så mycket roligt att göra. Att röra sig är nödvändigt för att vi ska hålla oss friska och må bra.

Vi kan undvika flera sjukdomar bara genom att regelbundet röra på oss. Ge dig ut i naturen och kombinera din motion med ett äventyr!

Ja, att röra sig är livsviktigt, men det är också konsten att kunna slappna av. Om vi inte får tillfälle att koppla bort de krav som ställs på oss under arbetstid och fritid, påverkas våra kroppar negativt av stressen. Vi behöver en balans mellan aktivitet och vila. Genom att bara vara i naturen erbjuder den oss denna nödvändiga återhämtning.

En lång promenad i skogen under tystnad är ett bra sätt att stressa av. Vi kan gå i timmar utan att träffa någon. Hjärnan och kroppen kan slappna av och vi känner lugn och frid.

Ibland är konsten att göra ingenting. Att sätta sig ned, och sitta kvar. Pröva att sitta stilla och betrakta havet, låt vågornas brus tömma ditt huvud på alla tankar. De problem du har kan du inte göra något åt nu, så lämna dem kvar

någon annanstans, du löser dem senare. Vid havet är det bara du och vågorna och vinden.

Allemansrätten ger oss möjlighet att förbättra vår hälsa genom att ta tillvara den helt kostnadsfria kraftkälla som naturen utgör. Naturen ger smärtlindring och stresshantering. Den ger våra barn bättre koncentrationsförmåga och motorik. Den ger oss möjlighet att röra på oss och uppleva livet och framförallt att ha roligt. För att ta del av naturens välgörande egenskaper behöver du inte vandra runt flera dagar ute i den djupaste av skogar (även om det såklart har sin tjusning). Det kan räcka att du regelbundet tar en lugn promenad i naturområdet nära dig, eller i någon av stadens parker.





Kanot på Stor-Vegsjön (s. 55). Foto Stefan Morell

Allemansrätten - inte störa, inte förstöra

Allemansrätten är inskriven i Sveriges grundlag och handlar om att alla ska ha tillgång till naturen. Det är en stor frihet att kunna röra sig fritt nästan överallt i Sverige, men det innebär också ett ansvar. Vi ska inte störa vare sig djur eller markägare och vi ska inte förstöra naturen eller skräpa ned. Den frihet som Allemansrätten erbjuder fungerar bara om alla tar sitt ansvar. Var och en som vistas i naturen ska visa hänsyn och varsamhet i sitt umgänge med den.

Hustomter får du inte gå in på, du får inte heller gå på eller skada odlingar, varken i trädgårdar eller på åkrar. Tänk på att alltid plocka upp efter dig. Du bör inte störa andra människor som är ute i naturen genom att till exempel spela hög musik. Du har möjlighet att övernatta i naturen, så länge du inte är för nära någons bostad.

Allemansrätten ger dig möjlighet att elda, om du gör det på ett säkert sätt. Du får inte elda på klippvallar för de kan spricka, och du får inte elda på platser där det är eldningsförbud, eller när det är väldigt torrt. Löst liggande grenar och kvistar får du plocka, men du får inte skada levande träd. Bär, svamp och blom-

mor får plockas, men tänk på att en del arter är fridlysta. Fridlysning innebär att en växt- eller djurart är skyddad. Du får inte plocka, samla in, fånga, döda eller på annat sätt skada en art som är fridlyst. Lista på fridlysta arter finns på sidan 138. Det är inte heller tillåtet att samla fågelägg, skada bon eller ta hem djurungar eller skadade djur. Dessutom är alla vilda fåglar och däggdjur fredade i hela landet. Det betyder att du inte får fånga, skada eller döda några fåglar eller däggdjur. Detta är beslutat i jaktlagsstiftningen. Undantaget är ungefär 50 arter som jagas vissa tider på året. För att jaga krävs det jaktlicens vilket du får genom utbildning och jaktprov.

Om du tar bilen ut till naturen ska du se till att parkera bilen på ett säkert sätt och kontrollera att den inte blockerar vägen för någon som vill ta sig fram. På våren och hösten kan vissa mindre vägar vara i sämre skick, och du ska inte åka på vägar som du riskerar att köra sönder.

Med sunt förnuft, hyfs och hänsyn klarar du av att följa Allemansrätten. Har du även respekt för naturen, dess invånare och markägarna så kommer du att klara dig utan problem.



Brunbjörn. Illustration Helena Winberg

Känn dig trygg i Sveriges natur

När du vistas i naturen har du ansvar över din egen säkerhet, men du kan vara trygg i att Sveriges natur är väldigt säker. Du kan dricka vatten ur många bäckar, du kan plocka bär att äta och du kan vandra i skogarna utan att behöva vara orolig.

Det finns rovdjur, giftiga bär och ormar också här i Härnösand, men de är inte många, och lär du dig hur du ska hantera mötet med dessa, kan du sedan lugnt njuta av naturen.

Här ger vi dig några råd om hur du ska möta det vilda livet i skogen.

Rovdjur

I Sverige har vi fyra större rovdjur förutom människan: björn (*Ursus arctos*), varg (*Canis lupus*), järv (*Gulo gulo*) och lodjur (*Lynx lynx*). I vissa fall räknas även kungsörnen (*Aquila chrysaetos*) som ett av våra stora rovdjur. Du behöver inte vara rädd för något av dem, men precis som när du möter människor så behöver du bemöta alla djur med respekt. En tumregel är att aldrig gå mellan ett djur och dess ungar, eller ett fält byte. I Härnösands kommun har vi några lodjursfamiljer och björnar som ännu



Björnsplinning. Foto Monika Bertgren

klarar av att föryngra sig. För närmare information kan du kontakta Länsstyrelsen Väster-norrland. Är du orolig för ett möte med rovdjur kan du kontakta Viltskadecentret där du bland annat kan beställa informationsbroschyren "Om du möter en björn".

Lite kort om du skulle möta en björn:

Om du ser en björn vet den antagligen inte att du är där, för då skulle den ha gömt sig. Rovdjurscentret De 5 Stora rekommenderar att du betar dig på följande sett om du möter en björn i skogen.

Stå stilla – du har oerhörd tur om du någonsin får se en björn ute i det fria. Låt den få veta att du är där genom att prata med den i ett vanligt



Lodjur. Illustration Helena Winberg

och vänligt tonläge, hosta eller harkla dig lite grann. Hör den dig inte, så klappa lite lätt i händerna. Gå inte närmare utan gå sakta bakåt utan att vända dig om. Spring inte och klättra inte upp i ett träd, för björnen är snabbare. Följer björnen nyfiket efter, släpp då några av dina tillhörigheter eller klädesplagg på marken, en efter en. Då stannar den ofta en stund för att lukta och undersöka. Skulle du mot alla odds ha sådan otur att bli anfallen bör du lägga dig ner i fosterställning med ansiktet mot marken och hålla händerna till skydd över nacken och armarna på sidorna av huvudet.

Ormar

Vi har två ormarter i Sverige, en snok (*Natrix natrix*) och en huggorm (*Vipera berus*). De är båda fridlysta och du får inte skada eller döda dem. Snoken är ofarlig men huggormen är giftig. De anfäller dig bara om du kommer för nära, oftast om du håller på att trampa på den. Ett bra tips är att ha på dig gummistövlar eller kängor med högt skaft när du är i skogen. Då tränger inte deras huggtänder igenom. Oavsett om du blir biten av huggorm eller snok är det en bra idé att besöka läkare. Huggormsgiftet är i vanliga fall inte dödligt, men kan göra dig

sjuk. Om du får se en orm, backa och gå däriifrån, den kommer inte att följa dig.

Insekter (till exempel mygg, bin, getingar, knott, broms) och spindlar i Sverige utgör knappast något hot mot människor, men om du är allergisk eller blir biten/stungen runt halsen, ögonen eller i munnen är det en bra idé att kontakta läkarvården snabbt. I våra skogar och våtmarker är det troligast att du blir biten av mygg, vilket kan klia och vara obehagligt. Det finns bra myggmedel att köpa. Tänk på att inte använda för mycket, läs på förpackningen. Små barn ska inte använda myggmedel, ett tips är att istället ha myggnät över barnens sovplats när ni sover ute och hatt med myggnät över ansiktet på dagen.

Fästingar är spindeldjur som har börjat ta sig hit söderifrån. De kan sprida sjukdomar. Ta bort hela fästingen och är du orolig att du blivit smittad, kontakta läkare.



Blåbär är barnens favoritbär

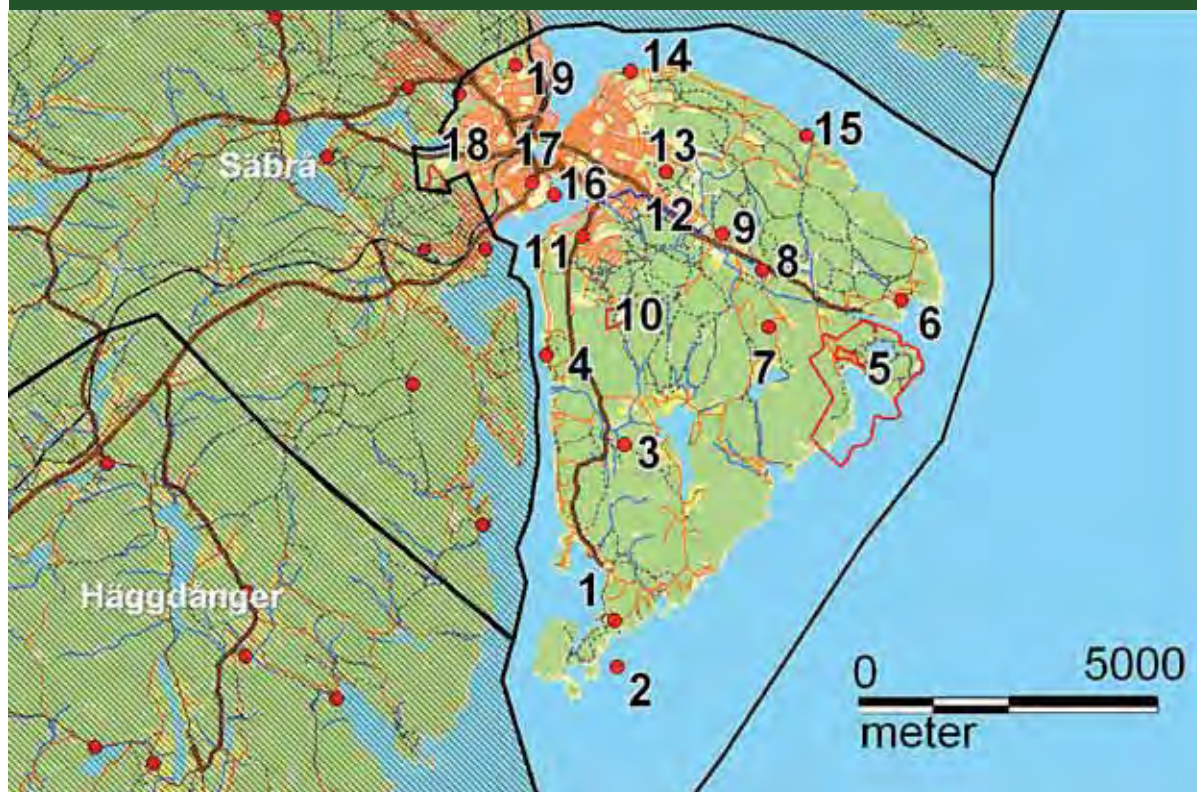
Svamp finns det gott om i skogarna runt om Härnösand. Många svampar är goda och räknas som riktig fin mat. Torkad svamp är en förstklassig gåva. Men du ska inte plocka svamp om du inte är säker på vilken svamp det är. Det finns svampar som är dödliga och det finns de som ger leverskador. Vill du lära dig att plocka svamp, ta hjälp av någon som vet. I kommunen finns en aktiv svampklubb.

Bär är en av skogens bästa gåvor till oss. Många sorter är ätliga och fulla med nyttigheter och är dessutom goda och helt gratis. Lättast att känna igen är blåbär (*Vaccinium myrtillus*) och lingon (*Vaccinium vitis-idaea*). Ta med barnen in i skogen och låt dem äta blåbär direkt från riset medan du plockar för att ta med hem. Hemma kan du göra paj, saft eller sylt. Eller frys in och ta fram för att äta när du vill.

Föreningar i kommunen

Ibland kan det kännas tryggare att röra sig i naturen tillsammans med andra, och dessutom blir det så mycket roligare! Det finns flera föreningar som genom sin verksamhet ofta är ute. För att komma i kontakt med dessa, eller med de idrottsföreningar som finns här, prata med Samhällsförvaltningen på kommunen eller titta i föreningsregistret på kommunens hemsida. På samma sätt kan du få kontakt med hembygdsföreningarna och andra föreningar som arbetar för sin bygd, de kan ge dig fler tips om smultronställen nära dig och om bygdens historia.

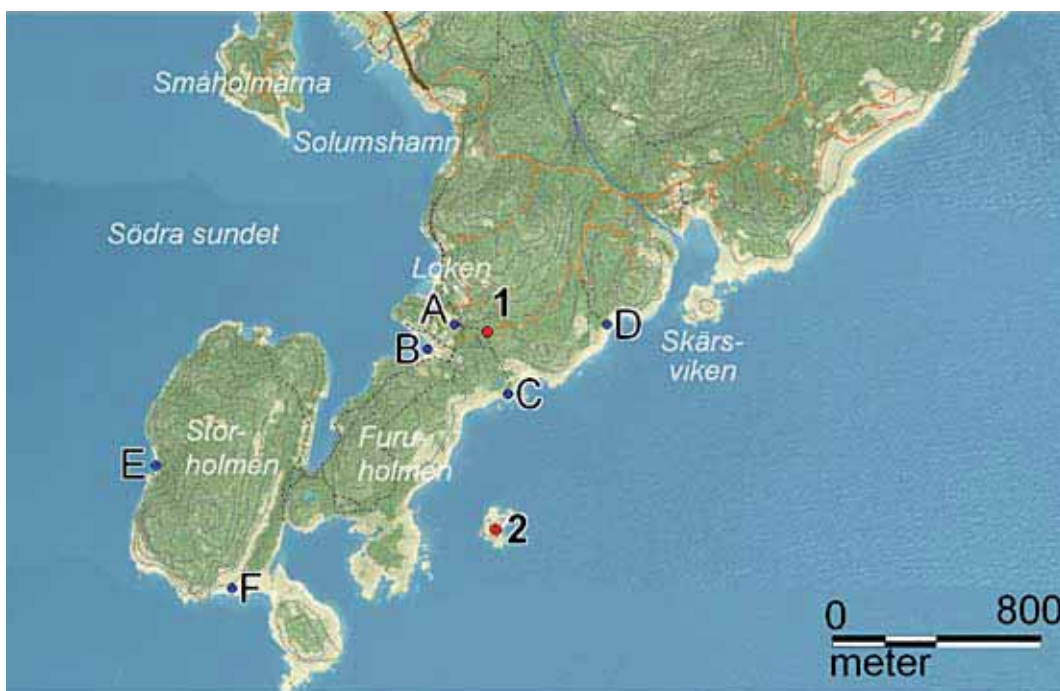
Härnön med närområde



Härnösands domkyrkoförsamling består av Härnön och den del av fastlandet som Härnösands stad ligger på. Härnön är till stor del bebyggd, här finns förutom staden flera bostadsområden spridda över ön. Det finns också odlingslandskap, mest beteshagar för hästar. Härnön har vackra skogsbeklädda berg och är känd för sin kust med slipade hållar och härliga badstränder. På Härnön finns det två större vägar, Gånsviksvägen som går i en öst-västlig riktning, från staden ut till Gånsvik vid kusten, och Solumsvägen, som går i en nord-sydlig riktning från Härnösands stad till Solumshamn vid södra kusten.

Mitt i staden ligger Härnösands Domkyrka. Den första kyrkan på samma plats byggdes 1593, men under rysshärjningarna 1721 brändes den ned. Den nuvarande kyrkan stod färdig 1846 och 2011 påbörjades en utbyggnad.

På Murberget (s. 35) ligger en byggnad som uppfördes på 1920-talet och är en rekonstruktion av medeltida kyrkor i Norrland. Den är byggd i sten och invändigt är den prydd med vackra kalkmålningar.



1 Furuholmen och Storholmen

För 100 år sedan var Storholmen och Furuholmen delade från resten av Härnön. Då kunde små fiskebåtar fortfarande använda havsvattenkanalen som gick mellan Alderskärsviken och Furuholmens östra sida som en genväg ut till havs. Tack vare landhöjningen är nu holmarna sammanbundna med Härnön. Gölen som kallas Loken är en vattenrest från kanalen.

I den växer bland annat den fridlysta gulsvärdsliljan (*Iris pseudacorus*). I gölen finns också den fridlysta mindre vattensalamandern (*Lissotriton vulgaris*). Lite söder om gölen finns Alderskärsviken med en härlig badstrand.

Följ vägen sydväst från parkeringen så ser du strax gölen på höger sida.

Runt Storholmen hittar du flera mysiga platser för bad och solning, bland annat Revberget i söder.

- A Loken
- B Alderskärsviken
- C Furusanden med klapperfält
- D Grillplats
- E Badplats Svikten
- F Badplats Revberget



I Loken lever den fridlysta mindre vattensalamandern. Illustration Helena Winberg

HITTA HIT:

Ta Solumsvägen söderut ca 7 km.
I södra Solumshamn finns en väg åt vänster som går brant uppför. Fortsätt den ca 1 km, i korsningen ta höger mot Smålaviken. Fortsätt rakt fram i ca 500 meter, i en mindre korsning håller du vänster mot Alderskärsviken. Efter ca 100 meter finns plats att ställa bil och cykel.
Ö 186 260 N 6 939 736
Markerar plats för parkering.



Från Furusanden på östra Furuholmen kan du se ut mot Storklippet

2 Storklippet

Öster om Furuholmen finns fågelskyddsområdet Storklippet. Du kan vandra på Furusandens klippor och spana ut mot fågellivet på Storklippet, gärna med kikare. Där finns mest måsar, men även tobisgrissla (*Cephus grylle*), småskrake (*Mergus serrator*) och vigg (*Aythya fuligula*) häckar här. Landstigningsförbud gäller på ön mellan 15 april och 15 augusti, som skydd för fåglarna och deras häckning.

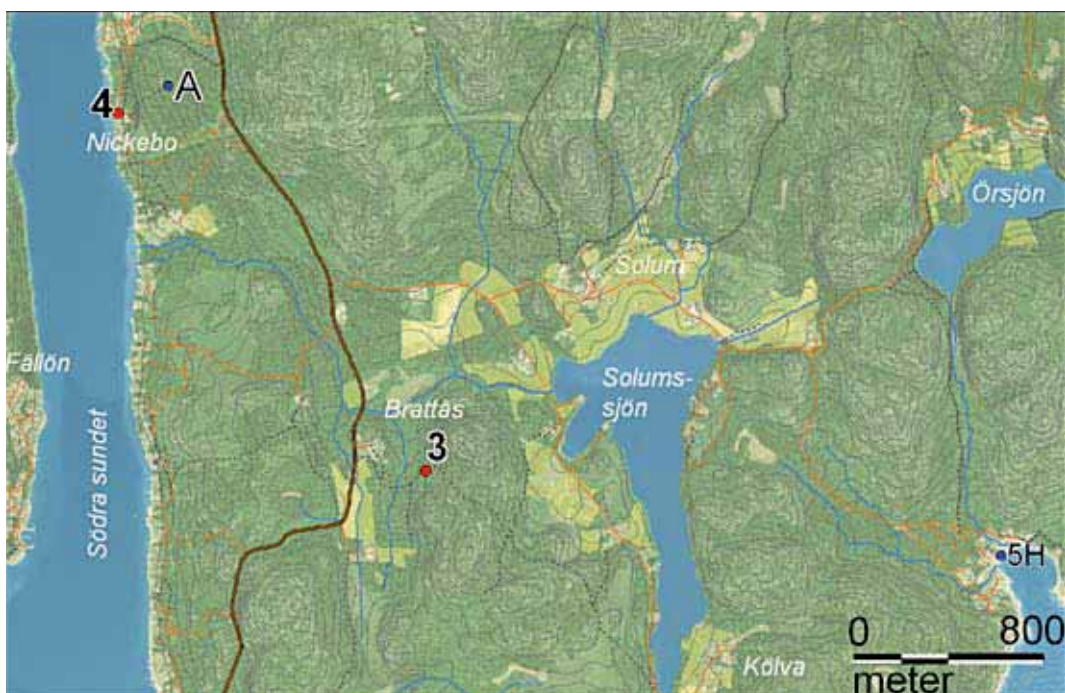


Vigg. Illustration Helena Winberg

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 18. Stigen österut från "parkeringen" (se vägbeskrivning för besöksområde 1) leder till den vackra klapperstenstranden utmed Furuholmen, den kallas Furusanden, där kan du skåda ut mot Storklippet.
Ö 186 344 N 6 939 502





3 Brattås växtlokal

Denna vackra blåsippbacke på Kallkällbergets västsluttning förtjänar ett besök om våren.

I den övre delen av backen finns det kalkrikt skalgrus. När vattnet sipprar genom skalgruset nedför berget blir det kalkrikt och gynnar arter som behöver den extra näringen, till exempel blåsippor (*Hepatica nobilis*).

När den gamla vägen blir brantare ser du snart fler blommor som vitsippor (*Anemone nemorosa*), liljekonvaljer (*Convallaria majalis*) och ormbär (*Paris quadrifolia*).



Blåsippan blommor vackert på våren, du får plocka den, men akta så du inte drar upp rötterna. Se till att inte barn äter av blomman, för den är giftig



Ormbär blommor i början av sommaren, och får sedan ett vackert blått bär, som är giftigt

HITTA HIT:

Ta Solumsvägen söderut ca 4 km. När vägen passerar över Solumsbäcken första gången ska du börja titta åt vänster efter en traktorväg, den ligger ca 300 m efter bäcken. Parkera lämpligt efter vägen och gå traktorvägen ca 300 meter genom skogen upp mot berget. När vägen blir brantare kan du börja titta på vägrenen och in i skogen efter blommor. Ö 186 415 N 6 942 689



Nickebo förknippas mest med detta vackra hus. Foto Ida Eriksson

4 Nickebo

Härnösands Domkyrkoförsamling äger fastigheten och har på sommaren caféverksamhet. Här kan du bada och hyra kanot för en tur ute på havet. Om du tar med egen ved så kan du använda den stora grillplatsen som finns nära stranden. På våren och hösten är det så mycket folk som vill använda grillplatsen, så kyrkan rekommenderar dig att först boka grillplatsen via Församlingsexpeditionen.

Det går en mysig stig från Nickebo in i skogen, runt stigen finns små informationsskyltar om bland annat landhöjningen.

A Följ stigen upp mot öster så kommer du till ett stort bronsåldersröse. Under bronsåldern gick havet ända upp hit och gravröset var väl synligt för dem som färdades med båt.



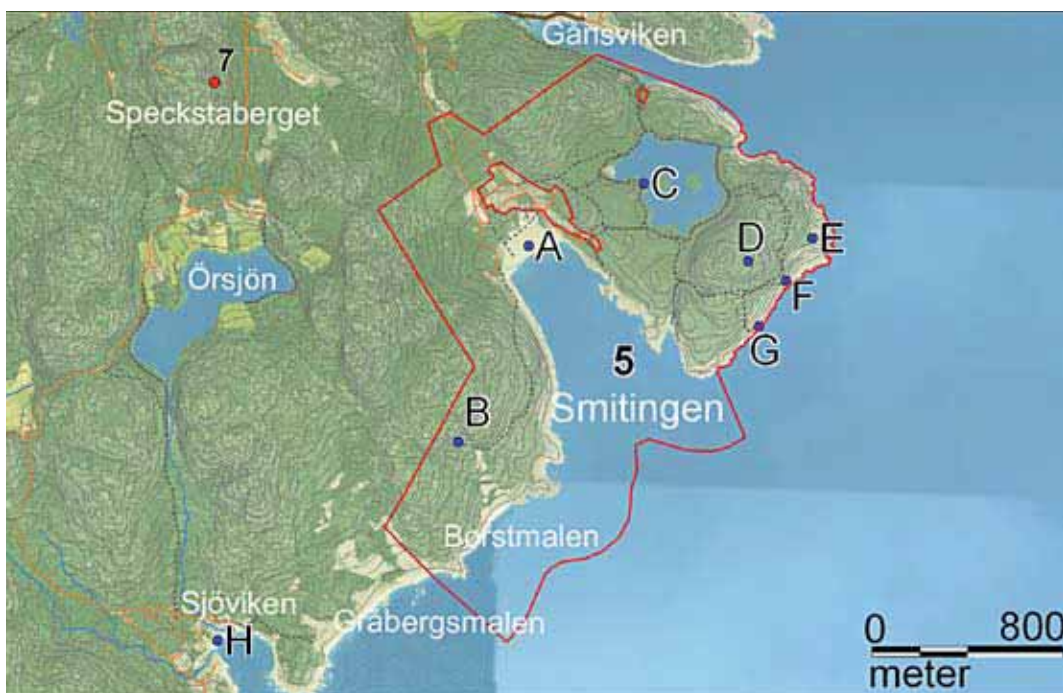
Några hundra meter in i skogen ligger det stora bronsåldersröset

HITTA HIT:

Karta finns på sidan 20. Ta Solumsvägen söderut ca 2,5 km. Ta väg in till höger vid skyltning till Nickebo och Södra sundet. Vid korsning, ta vänster in på den mindre vägen. Du är framme efter några hundra meter. Plats att ställa cykel och bil finns.

Ö 185 123 N 6 944 200





5 Smitingen – Härnöklubb naturreservat

Hela naturreservatet har intressant geologi med raukar, grottor och klippor. Området är också ett populärt friluftsområde med vandring, bad och fågelskådning.

A Smitingens Havsbad

Under somrarna är det fullt med människor som badar, barnen leker på sandstranden, här finns volleybollnät och grillplats. Vid caféet finns det toalett och ombyteshytter. Kommunen sköter badplatsen.

B Geologi på Smitingen

Tar du geologistigen från havsbadet kommer du att få se raukar, skrevor och grottor. Går du vidare söderut en kilometer hittar du två klapperfält, Borstmalen och Gråbergsmalen.

C Klubbsjön

Hit kommer du lätt med både barnvagn och rullstol om du tar stigen från havsbadet. Här finns det vindskydd, grillplats och ett torr-dass. Vattnet är varmare än i havet och att bada här ger en riktig ”Emil och Alfred”-känsla. Om du går hit på kvällen så kan du om du har tur se bäver (*Castor fiber*) som simmar i sjön.

Runt om sjön kan du hitta egna små badplatser, följ då de mindre stigarna.

D Klubberget

En fantastisk utsikt över havet och Härnön har du från denna topp. Här häckar korpar (*Corvus corax*) på bergets sidor. På hållmarkerna finns knotiga tallskelett, krypgranar och växter som lever i bergets sprickor.

E Härnöklubb

I närheten av fyren som står här finns bra platser för fågelskådning, särskilt för att se fågelsträck på hösten. Redan i mitten av juli börjar de första vadarna att sträcka. Änder och gäss ser du bäst i september-oktober.

Söder om fyren finns släta klippor och jät-teblock som verkar kasta sig mot havet. Sten som möter hav - detta kännetecknar Härnö-sandskusten. Två intressanta växter som du kan hitta här är strandtrav (*Cardaminopsis petraea*) och fjällnejlika (*Lychnis alpina*). Berghällarna och stenarna består huvudsakligen av gråvacka, det är en finkornig bergart som innehåller klumpar av mjukare material, vilket gör att de lätt nöts ned.



Smitingens havsbad passar alla åldrar

Det är förklaringen till att vår kust har fått så vackra former, skapade av isen och vågorna. Ett exempel på det är jättegrytor och grottor som du kan se här.

F och G Grottor i Klubbviken

Testa att gå in i de två tunnelgrottor som ligger precis ovanför havet.

H Sjöviken

Någon kilometer söder om naturreservatet finns Sjöviken. Här finns en härlig sandstrand, något mindre än badet på Smitingen. Om du vill kan du vandra utefter klipporna från besökspunkt B mot Sjöviken, då får du uppleva mer av Härnösunds vackra kust. Annars kan du ta Gånsviksvägen och svänga av mot Örsjön. Efter 3 km är du i Svältan och tar vänster mot Sjöviken, du är då framme efter ca 1 km.

Mer information om jättegrytor, grottor och raukar hittar du på sidan 120.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 22. Du tar dig hit från Härnösands stad via Gånsviksvägen. Ta sedan höger efter 30-området (gårdsplan), följ skyltningen för bad.
Ö 189 950 N 6 944 090

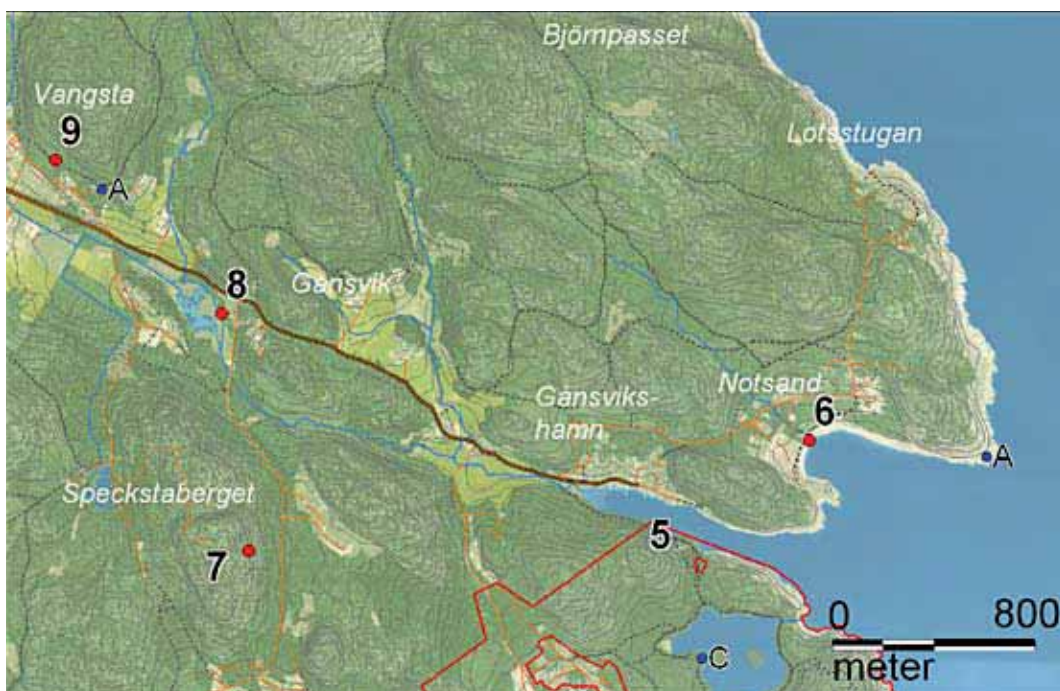


Tunnelgrottorna hittar du vid Klubbviken, nedanför Klubberget



Strandtrav finns bara i Ångermanland, men är ganska vanlig här bland grus och klippor nära havet





6 Notsand

Havsbad med både sandstrand och badklippor. I gruset på strandens stenar växer rikligt med strandglim (*Silene uniflora*), som är en vanlig växt på våra havsstränder. Vi kan också hitta den fridlysta växten klådris (*Myricaria germanica*). Det är en meterhög risartad buske med hårda barrliknande blad och ljusröda blommor.

A Härnö Södra

Fortsätt ut efter stranden så kommer du till fyren Härnö Södra. Här ute på udden är ett bra ställe för fågelskådning, främst fågelsträck på hösten. Redan i mitten av juli börjar de första vadarna att sträcka. Änder och gäss kommer i september-oktober. Som fågelskådningsplats är den väderberoende då det kan blåsa rejält här. Bäst att skåda fågel härifrån är när det blåser nordostvindar.

HITTA HIT: 🔍

Tag Gånsviksvägen ut ur staden och följ den ca 6 km till Gånsvikshamn. Ta vänster mot Lotsstationen. Efter en dryg km finns parkeringsplats på höger sida. Stranden syns nedanför den. Klådriset växer i det steniga/grusiga området närmast parkeringsplatsen.
Ö 191 050 N 6 945 096



Klådris. Illustration Helena Winberg



Från Härnö Södra ser du Klubberget (s. 22).
Foto Monika Bertgren





Speckstatjärn. Foto Monika Bertgren

7 Speckstagrottan

Från vägen mellan Örsjön och Gånsvik går en stig åt väster, in i skogen och upp mot Speckstaberget. Stigen markeras av en liten skylt från Upptäck Härnösand.

Följ stigen genom skogen så kommer du till en stor spricka i berget, fortsatt in så kommer du till två tunnelgrottor. En är någorlunda enkel att ta sig till, den andra kräver klätterutrustning och erfarenhet.

För 6000 år sedan var Speckstagrottan bara en spricka, och den låg på samma höjd som havet. Havet grävde ut sprickan och skapade grottan. Landhöjningen var snabbare då än idag, så vågorna hade inte lika lång tid på sig att gröpa ur sprickan som de hade med de grottor som nu ligger vid havet, därför är grottans form inte lika lökformad som dem du hittar utanför Smitingen. Ö 188 832 N 6 944 660

Mer information om tunnelgrottor hittar du på sid 121.

Lite lättare klättring krävs för att nå grottans ingång.
Foto Monika Bertgren



8 Speckstatjärn

Här hittar du en av Härnösands mest lättåtkomliga fågelskådningsplatser. Vid tjärnen finns ett fågeltorn där du kan klättra upp och se ut över det rika fågellivet. Du lär få se olika arter av måsar, hackspettar och sångare.

Kommer du hit sent på kvällen eller tidigt på morgonen kan du få turen att se bäver (*Castor fiber*) i tjärnen också.

HITTA HIT:

Karta finns på sidan 24. Ta Gånsviksvägen mot Smitingen. Sväng av höger mot Örsjön. Tjärnen ligger nästan i korsningen. För att komma till grottan fortsätter du mot Örsjön ungefär 1 km, en liten stig finns markerad upp mot grottan på höger sida av vägen, alldeles vid stigen finns en mindre parkeringsficka, den är lättare att upptäcka än själva stigen. Stigen ligger ca 100 meter norr om där elledningen korsar vägen. Ö 188 724 N 6 945 598





Rektangulär grav, gravfältet i Vangsta. I bakgrunden syns skåpet från Läns museets Förlorad Fortid

H

9 Vangsta gravfält

Vangsta ligger centralt på Härnön och det stora gravfältet ger en förevisning om vilken viktig plats Vangsta var.

Här finns ett 20-tal gravar som stammar från vendeltiden (*700-talet*), det finns en informationsskylt från Läns museet och ett tittskåp som visar att gravfältet tillhör museets Förlorad Fortid.

Gravfältets västra del undersöktes 2007 och sköts nu av MC-klubben Albatross som har sina lokaler i närheten.

Känner du för en liten promenad en härlig dag, så kan du lätt ta dig mellan Vangsta och friluftsområdet på Kapellsberg, (s. 30).

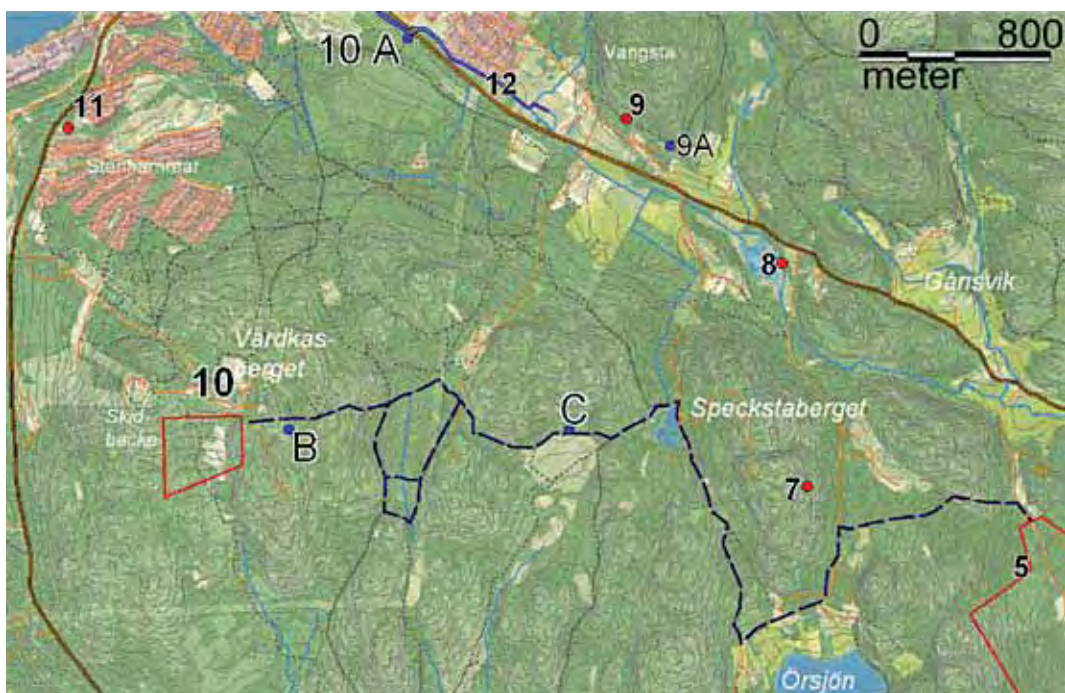
A Här kan du ställa bilen för att följa stigen till gravfältet.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 24. Från Härnösand åker du Gånsviksvägen mot öster. 2 km efter rondellen (du har då passerat ridskolan) tar du av mot vänster.

Det finns ingen skylt och vägen går tvärt och brant, så den kan vara lätt att missa. Följ vägen ca 200 meter så ser du ett stort rött hus på din högra sida. Före infarten till det huset går det en skogsväg in åt höger, också den är svår att se, men sväng in på den. Följ skogsbilvägen ca 200 m så finns det plats för dig att ställa bilen på väggen (detta är innan vägen gör en sväng åt höger). Fortsätt till fots några meter framåt och du ser en väl upptrampad stig åt vänster. Följ den till gravfältet.

Ö 188 068 N 6 946 206



10 Vårdkasmalens naturreservat

Vårdkasberget är ett populärt friluftsområde med stigar, backar för utförsåkning, spår för längdskidor och så klart härlig natur.

Själva naturreservatet består av ett stort klapperfält som ligger hela 130 meter över havet. Utsiktstornet vid slalombacken är format som en vårdkase, och bjuder på vy över Härnösands stad och ända bort till Höga Kustenbron.

För att komma till utsiktstornet så tar du sikte på vindkraftverket som ligger högst upp i närheten av slalombacken, när du har kommit upp på en vändplan så ser du utsiktstornet.

Information om klapperfält finns på sidan 120.

A Här börjar en av stigarna som går runt Vårdkasbergets friluftsområde. Ta denna stig och vandra över berget genom skogen. Det finns flera utsiktsplatser och även bord med bänkar uppställda runt friluftsområdet. Här har du möjlighet att hitta dina egna smultronställen.

Mer om vårdkasar

En *vårdkase* är en signaleld. Vårdkasar byggs upp av träspiror på berg och de tändes

när en fara upptäcktes, till exempel under rysshärjningarna 1721. Vårdkasar var placerade så att när de tändes var de inom synhåll till varandra, även om avståndet mellan dem var stort. När de brann fungerade de som ett signalsystem, en kedja av signaleldar som varnade befolkningen för att fienden var på väg mot dem. Äldre ord för (vård)kasar är böte och bonn. Ett till exempel på vårdkasberg som vi har i kommunen är Grofällsberget (s. 48).



Vårdkasmalens klapperfält

HITTA HIT: 🔍

Ta Solumsvägen söderut, följ skyltning mot Vårdkasen.

Ö 186 370 N 6 944 910

Härnösands kommun





Vandring genom skogen. Foto Härnösands kommun



Vandringsled Vårdkasen Smitingen

Mellan Vårdkasen (s. 27) och Smitingen (s. 22) har kommunen ordnat en vandringsled. Den går mestadels på stigar genom skogen, men några kortare sträckor går på mindre bilvägar.

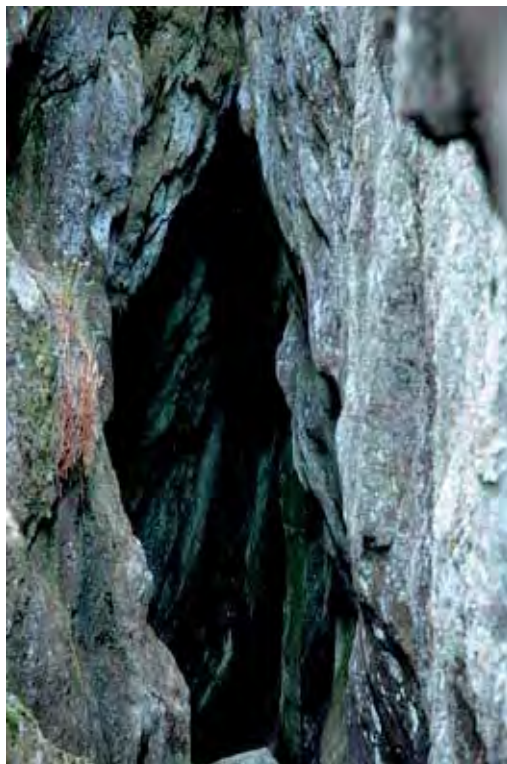
Leden går i närheten av Speckstagrottan (s. 25), så om du vill kan du passa på att besöka grottan och se på utsikten.

B och **C** Leden passerar två utsiktsplatser med bord och bänkar.

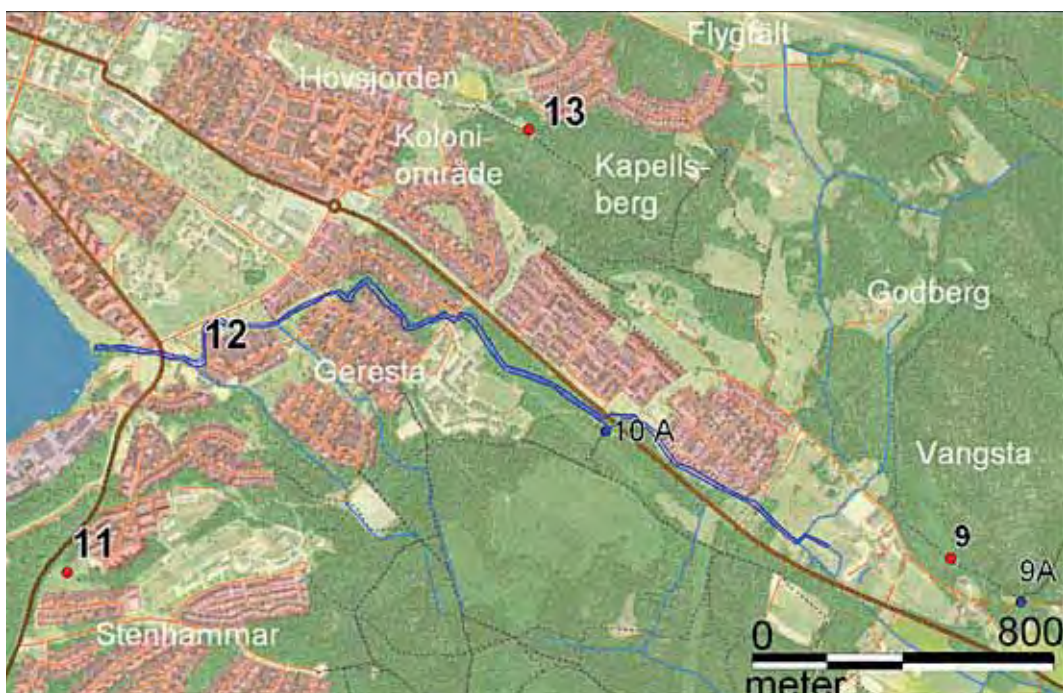
Leden är märkt i mörkblått på kartan, sträckning kan komma att ändras, men följ skyltarna så kommer du rätt.

HITTA HIT: 

• Karta finns på sidan 27.



Speckstagrottan. Foto Monika Bertgren



11 Tallen på Stenhammar

En gammal tall som Läns museet äger står mitt i ett bostadsområde. Den växer på en äng som under sommaren är full med blommor. Det här är ett perfekt mål för en mindre utflykt med barnen.



Tallen på Stenhammar. Foto Monika Bertgren

HITTA HIT: 🔍

Ta Solumsvägen söderut ca 1 km, sväng vänster upp på Stenhammarsvägen. Ta nästa vänster in på Lövsångarvägen och kör fram till vändplanen i slutet av vägen. Gå stigen nedför backen och du ser tallen rakt framför dig. Ö 185 720 N 6 946 170

12 Gerestabäcken

Bäcken som rinner mitt på Härnön är lekområde för havsvandrande öring (*Salmo trutta*). Här växer öringen upp och simmar ut till havet igen.

Den forntida marknaden som hölls varje år på Härnön kan mycket väl ha legat vid dåtidens utlopp av Gerestabäcken. Nu för tiden kallas marknaden för Korsmässommarknaden och håller till i Stadsparken i september varje år.



Havsöring. Illustration Helena Winberg

HITTA HIT: 🔍

Bäcken rinner från en mindre sjö nedanför ridskolan ut i Södra Sundet, lite norr om Kattastrand. Ö 186 092 N 6 946 820





Ridgrupp. Foto Stefan Morell



13 Kapellsberg



Kapellsberg är ett friluftsområde med en härlig pulkabacke, fin skog med stigar och från toppen har du utsikt över staden.



Vid utsiktsplatsen finns det bänkar och bord lämpligt för fika. Det är även populärt att rida i området.

Namnet Kapellsberg kommer från ett gammalt kapell av trä som troligen har legat i närheten av detta berg. Kapellet låg i så fall så pass långt från Härnös centrum (som då var runt Hov) att när det byggdes, var Hov fortfarande aktivt som kultplast för forna religioner.

Nu ligger Domkyrkan mitt på Hov i Härnösand. Det var vanligt att kyrkor byggdes på de äldre kultplatserna, både för att människor redan var vana att gå dit vid religiösa sammankomster, och för att visa att den nya religionen hade tagit den forna sedens plats. Kanske ansågs också själva platsen som helig.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 29. I rondellen vid Gånsviksvägen tar du vänster (norrut), vid macken tar du höger in på Prästängsvägen och sedan direkt vänster in på Kaplansvägen. Fortsätt några hundra meter och ta vänster mot Koloniområdet. Parkera på lämplig plats. Ö 186 947 N 6 947 345



Påfågelläga (*Inachis io*). Foto Carina Näslund



14 Sälsten

Det här havsbadet lockar många besökare under sommaren, en av fördelarna är att det ligger alldeles i utkanten av staden. Här kan du välja att sola på gräsplan eller sandstrand. Kommunen sköter badplatsen.

A Om du följer stranden, eller tar vägen, en bit österut hittar du gamla sjöbodar på en lite mer stenig strand. Det är ett gammalt fiskeläge som har flyttats hit från Grunnan på södra Ulvön, och ingår i Läns museets samlingar under namnet Murbergets fiskeläge (*Läns museet Murberget beskrivs på s. 35*). Det är självklart förbjudet att skada bodarna.

B En bit öster om fiskeläget hittar du en grillplats.

C Vill du sitta vid ett picknickbord och ha en mysig utsikt över havet när du eldar, tar du den lilla stigen från grillplatsen vidare hit.

D Följer du stigen ytterligare en bit kommer du fram till släta klippor som ger dig möjlighet till lite mer avskilt bad.

HITTA HIT: 🔍

Hitta hit: Åker du med bil tar du lättast Brunnshusgatan norrut och följer skyltarna med badplatsymbolen. Du tar av åt vänster i korsningen vid havet (skyltat). Plats för parkering finns. Går du till fots kan du ta vägen vid hamnen som kallas Skeppsbron, rakt fram via Långgatan och Fiskaregatan.
Ö 186 522 N 6 948 925



Murbergets fiskeläge. Foto Monika Bertgren



Klåvasten. Foto Monika Bertgren



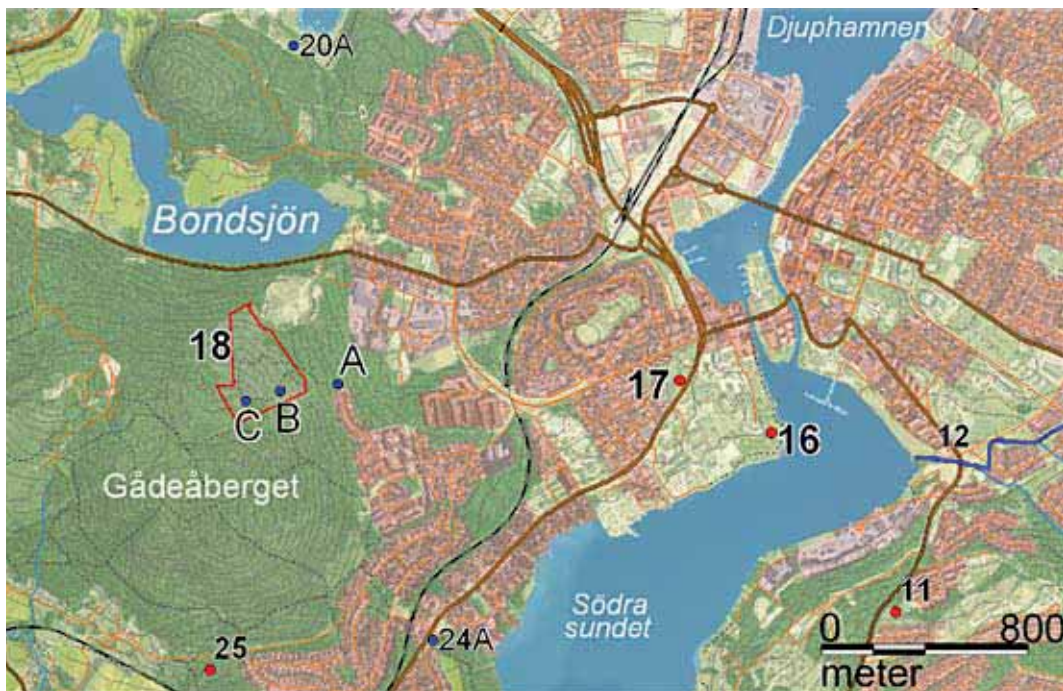
15 Klåvasten



Från vägen leder en liten stig ned mot denna stora sten. Det finns en skylt från Upptäck Härnösand med information om stenens historia. Stenen är platt på ovansida och kluven i nordöst. "Klåfva sten" (den kluvna stenen) nämns i 1559 års fögderiräkenskaper för Härnön. Fögderi var det område som kungens fogde ansvarade över, och räkenskapen var den rapport som fogden gav till kungen om de tillgångar som fanns där. Stenen har använts av lantmätare när kartor har ritats, men är ingen egentlig gränsmarkering. Vid vägrenen i närheten av stenen växer det gott om smultron.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 31. Fortsätt Brunnhusgatan åt höger istället för att ta vänster mot badplatsen. Kör förbi Murbergets Fiskeläge och fortsätt genom den stora vändplatsen/parkeringen vid fiskestugorna och upp på skogsbilvägen. Fortsätt ca 3 km. Två vägbommar finns utmed vägen, ungefär 1 km mellan dem. Om någon av dem är nedfälld får du inte passera, ej heller till fots, på grund av militär övning. Du får återkomma en annan dag istället. När vägen gör en skarp sväng till höger är du framme, det finns plats att parkera utefter vägen. Gå ut mot stranden genom hygget, Klåvastenen syns tydligt. Ö 189 480 N 6 947 850



16 Labyrinten i Gådeåparken

Labyrinten invigdes 2002 och består av större stenar som barnen älskar att klättra på. I labyrinten är flera olika trädarter planterade, bredvid finns det informationsskyltar med små berättelser och lite fakta om varje träd. Hela parken är ett vackert strövområde, en gångstig går utefter Södra Sundet ända fram till den gamla sjukhusbyggnaden. Det finns några parkbänkar och massor av gräsmatta - perfekt för picknick.



Labyrinten i Gådeåparken. Foto Ida Eriksson

HITTA HIT:

Ta vänster in från Storgatan in på Hospitalgatan. Efter ca 100 meter finns parkeringsplats på vänster sida. Gå ned mot vattnet och följ stigen österut så ser du labyrinten på höger sida.
Ö 185 255 N 6 946 867

17 Gravfält i Tullportsparken

Vid Härnösands infart ser du spår av vår historia, här ligger flera gravhögar som restes under järnåldern. På andra sidan E4:an finns ytterligare gravar, dessa tillhör Länsmuseets satsning Förlorad Forntid.
Ö 184 857 N 6 947 028



Det ligger nog inga vikingar begravda här...

Härnösands kommun





Utsikt från Gådeåbergsbrännan. Foto Monika Bertgren



18 Gådeåbergsbrännans naturreservat



Under hösten 2006 brann skogen på Gådeåberget i hela tre veckor. Många träd dog eller skadades och föll omkull. Efter en brand ser marken död ut, men det finns mycket liv som är redo att återkolonisera området. En brand kan faktiskt gynna en del växter som i vanliga fall blir utkonkurrerade av större växter.

Många insekter och svampar är beroende av skogsbrand för att kunna föröka sig. Andra arter är beroende av död ved. De första växter som börjar växa på hyggen eller brandskadad mark kallas pionjärer. De sprids med vinden eller har frön som ligger och väntar i jorden.

Gådeåbergsbrännan är nu ett naturreservat, och det finns en stig som går runt reservatet med härlig utsikt och intressanta informationsskyltar. Vill du veta mer om naturreservatet kan du titta i kommunens broschyrer om Gådeåbergsbrännan.

Mer information om succession hittar du på sidan 133.

A Kommunen har ställt i ordning parkeringsplats för besökare till naturreservatet.

B och C Två områden är iordningställda för den vackra utsikten

HITTA HIT:

Karta finns på sidan 33. Vid trafikljusen på Storgatan, i korsningen vid E4:an, fortsätt rakt in på Tullportsgatan. Efter Solenskolan, sväng vänster in på Sockenvägen. Följ Sockenvägen rakt fram. Den övergår snart i Skogsstigen. Sväng sedan till höger in på Utmarksstigen. Vid Utmarksstogens slut finns en parkeringsplatsen, där börjar stigen som leder genom reservatet.
Ö 183 340 N 6 947 030



19 Murberget

Du har inte gjort Härnösand om du inte har besökt Murberget. Här ligger Västernorrlands Länsmuseum och Härnösands Friluftsmuseum. Du kan gå en stig genom friluftsmuseet och skogen och uppleva delar av vår intressanta historia.

Murberget ligger mycket naturskönt med skog, äng och utsikt över Norra Sundet. Länsmuseum har fasta utställningar varvat med tillfälliga utställningar, café och en affär som säljer hantverk. Det finns också ett uppskattat lekrum för barnen. Under sommaren ordnas många aktiviteter för hela familjen, och varje vinter äger den välbesökta julmarknaden rum.

Vår äldre historia kan du besöka genom att följa stigen norrut.

A Först kommer du till två gravrösen från bronsåldern.

B Ytterligare ett gravröse från bronsåldern hittar du om du följer stigen en bit till.

C Längst bort ligger ett gravfält från perioden mellan stenåldern och järnåldern, med fem gravrösen och en stensättning.

HITTA HIT: 🔍

Från Storgatan tar du höger (norrut) på E4:an. Håll höger och sväng av efter ca 100 meter, och ta höger mot Resecentrum. Fortsätt rakt i rondellen och i rondellen efter det. Passera industriområdet på höger sida och ta sedan vänster, det är skyltat mot Länsmuseum.
Ö 184 595 N 6 949 031



På sommaren finns det mycket att göra på Murberget. Ta en titt på kalendariet på deras hemsida, eller fråga i receptionen.
Foto Härnösands kommuns webbredaktion





Smitingen (s. 22)

Mer om Härnösand

Upptäck Härnösand

Upptäck Härnösand är en mindre guide i form av en karta med rolig information om 31 olika platser i närheten av Härnösands stad. Alla besöksplatser är lätta att nå via cykel och markeras med en skylt i formen av en snedställd kvadrat. Varje skylt har en bokstav och den hågade kan cykla runt till alla besöksplatserna och samla ihop bokstäverna. Kartan Upptäck Härnösand kan om du har tur fortfarande säljas för en mindre peng på turistbyrån. Det är inte troligt att alla informationsskyltarna finns kvar, men det kan vara trevligt att besöka platserna i alla fall.

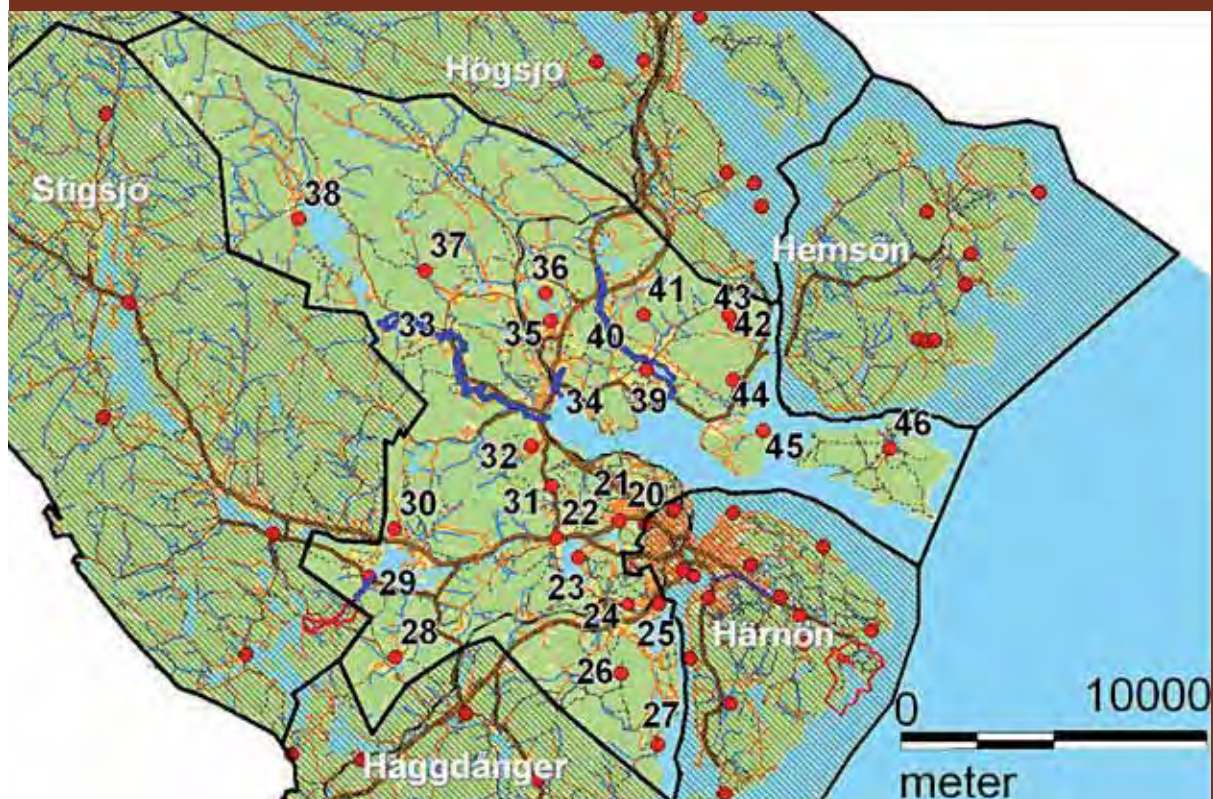
Förlorad Fortid

Under 2008-2009 lyfte Länsmuseet Väster-norrland fram sju historiskt intressanta platser i Härnösand. Dessa platser fick informations-skåp med små figurer i och orienteringskon-troller. Den som ville kunde besöka platserna och stämpla ett kort. Den som besökt alla platserna och lämnat in kortet till museet kunde vinna ett pris. Vissa av skåpen står kvar. Vill du besöka alla sju platserna, prata med Läns-museet (s. 35) för att få reda på var de ligger.

Rysshärjningar

När Finland tillhörde Sverige hade vi alltså Ryssland som granne. Sverige låg i krig mot Ryssland många gånger. År 1700 gick Ryssland, Polen och Danmark till gemensam attack mot Sverige, detta krig pågick ända till 1721 och kallades det stora nordiska kriget. 1719-1721 skedde så kallade rysshärjningar. Den ryska flottan tog sig då till den svenska östersjökusten där de plundrade och brände många städer och byar. På Murberget (s. 35) finns en stuga som kallas för "rysstugan". Det är en av få byggnader som inte blev nedbränd i Härnösand under härjningarna. Tre nya krig mellan Sverige och Ryssland påbörjades efter det stora nordiska kriget och slutade med att Sverige tvingades avträda hela Finland till Ryssland år 1809.

Säbrå

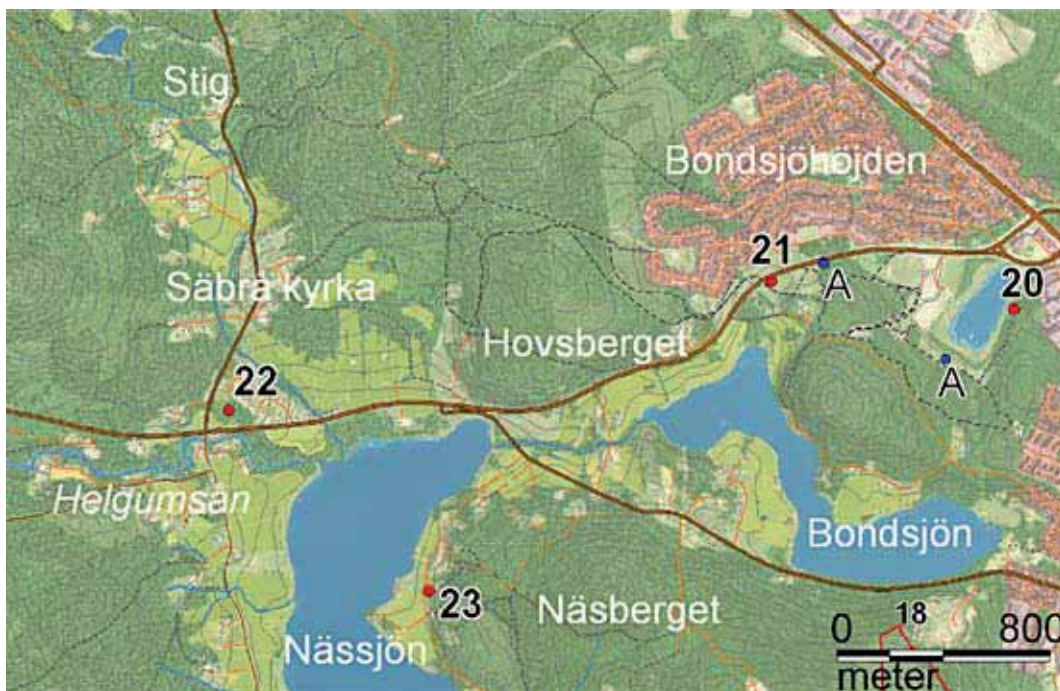


Säbrå församling ligger mitt i Härnösands kommun och gränsar till alla andra församlingar. Här finns det åar och sjöar, skogar och odlingslandskap. Flera vägar går genom församlingen, varav E4:an och Stigsjövägen är de största.

E4:an kommer från Häggdånger församling i söder, via Härnösands stad upp mot kusten och vidare norr mot Högsjö församling. Stigsjövägen i södra Säbrå går i öst-västlig riktning, från Härnösands Domkyrkoförsamling till Stigsjö församling. I Säbrå hittar du Säbrå kyrka som byggdes efter att den gamla stenkyrkan brändes ned av ryssarna 1721. På Lungön i östra Säbrå finns dessutom Lungö kapell.

I södra Säbrå finns den lilla orten Fröland, den ligger i princip mitt emot Härnön. Detta är väldigt intressant, eftersom Frö är ett av guden Frejs namn. Det är lätt till att börja spekulera i hur balansen mellan de kvinnliga och manliga krafterna upprätthölls av Freja (Härn) på ön och Frej (Frö) på fastlan-

det. Extra spännande blir det av att namnet Gådeå (s. 41) kan komma från "Godens å". De hedniska "prästerna"/ceremoniledarna kallades just för godar.



20 Godstjärn



Här häckar och rastar stora mängder fåglar varje år, du kan se rörhöna (*Gallinula chloropus*), skrattpås (*Larus ridibundus*), vigg (*Aythya fuligula*), svarthakedopping (*Podiceps auritus*) och kricka (*Anas crecca*). Öster om tjärnen finns ett fågeltorn. Här växer ett av Ångermanlands största bestånd av bredkavel-dun (*Typha latifolia*).

A Alldeles söder om tjärnen finns en Fjärils-äng som kommunen låter slå varje år. Här finns flera växtarter som lockar fjärilar och humlor. Ett elljusspår går förbi fjärilsängen, och strax öster om ängen går en stig från elljusspåret, norr mot fågeltornet och ut på en gång- och cykelväg.



Skrattpåsar flyger över Godstjärn

HITTA HIT: 🔍

Ta E4:an norrut, sväng av mot Viksjö in på Stigsjövägen (ta höger vid macken, sen vänster vid korsningen och fortsätt under bron).

Fortsätt rakt fram, sväng inte av mot Godstjärns industriområde utan fortsätt några hundra meter och sväng in vänster mot Bondsjöhöjdens idrottsplats.

Ö 183 647 N 6 948 552



Eftermiddags lek i backen. Foto Härnösands kommun

21 Björners backar

Perfekt för pulkaåkning under vintern!
Både vinter och sommar kan du använda grillplatsen och vindskyddet. Det är en bra utflyktsplats för hela familjen året om.

A Plats att ställa bilen.



Björners backar

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 38. Kör förbi infarten till Bondsjöhöjdens idrottsplats (se vägbeskrivning s. 38) och fortsätt ca 400 meter. Sväng in vänster på den lilla parkeringen innan Björners backar. Under sommaren är backen full av vackra blommor. Grillplatsen med bord och vindskydd kan du använda både sommar och vinter.
Ö 182 736 N 6 948 655





22 Franzéns kulle

Biskop Franzén använde denna kulle under mitten av 1800-talet för att få ro och kunna dikta de psalmer han skrev.

Det är lätt att tänka sig hur lugn denna plats var innan Stigsjövägen blev så trafikerad som den är idag. Ljudet från Helgumsåns strömmande vatten blandades med ljudet från vindens lek med trädens löv. Nu finns här en vacker vitsippebacke på våren, och under den tidiga sommaren kan du plocka dig vackra buketter med liljekonvaljer (*Convallaria majalis*).

På själva kullen finns en minnesten över Franzén, och bänkar att sitta på.

I närheten av kullen ligger en gravhög från perioden mellan bronsålder och järnålder, också denna är bevuxen med vackra vårbloomor. Kullen och gravhögen ingår i Förlorad Fortid.



Eken i Näs

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 38. Kör förbi infarten till Bondsjöhöjdens idrottsplats (se vägbeskrivning s. 38) och fortsätt ca 3 km. Ta höger mot Säbrå kyrka (skylt finns). Du ser kullen på höger sida. Parkera lämpligt efter vägen.
Ö 180 700 N 6 948 174

23 Eken i Näs

Alldeles vid vägen står en gammal ek. Den är fridlyst sedan 1948 och är klassat som ett naturminne.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 38. Kör söderut på E4:an i ca 3 km. Ta höger mot Fröland. Efter ca 1 km svänger du höger över bron, ta sedan vänster i kommande korsning (in på Sockenvägen) och fortsätt knappt två km.
Du ser eken på din högra sida. Det finns inget bra ställe att parkera bilen i närheten.
Det bästa sättet att se detta träd är att via cykel eller till fots göra en liten avstickare från Gådeåleden (s. 41) som delvis går via Sockenvägen.
Ö 181 450 N 6 947 492



24 Lövudden och Gådeåleden

Lövudden ligger strax söder om Härnösands stad. Kommunen har färdigställt en promenad slinga på lite mer än fem och en halv kilometer med flera vackra informationstavlor. Leden går från Lövudden utefter södra Gådeån och tillbaka igen.

A Kommunen har ordnat parkering i närheten.

B Varje år låter kommunen slå en fjärilsäng som har en mångfald av blommor.

C, D, E, F Det finns flera rastplatser utefter Gådeåleden.

I området låg en herrgård på 1850-talet. Ägaren förde med sig ovanliga träd, buskar och blommor från sina resor till Medelhavet och planterade dem i parken på Lövudden. Herrgården är borta nu, men flera av växterna finns kvar, som krollilja (*Lilium martagon*).

Läs mer om områdets botanik i Jan W Mäschers inventering.

E Vid Sparrudden mynnar Gådeån ut i Norra Fällövikén. Under våren är det här en bra

plats att skåda fågel tidigt på morgonen och det finns ett fågeltorn här. Du kan bland annat se blåsand (*Anas penelope*), årta (*Anas querquedula*), stjärtand (*Anas acuta*), knipa (*Bucephala clangula*), vigg (*Aythya fuligula*), sångsvan (*Cygnus cygnus*) och drillsnäppa (*Actitis hypoleucos*). Vid Gådeåns utlopp kan du tillsammans med barnen hitta spännande smådjur i vattnet, ta med en håv och lär er mer om era fynd. Se till att vara försiktig med djuren och återföra dem oskadda till vattnet. Här finns också vindskydd och grillplats.

G Janne Vängman leden tar vid här.

Mer information om leder hittar du på sidan 141.



Lövuddens Herrgård. Foto Länsmuseum Väster-norrland





Gådeån. Foto Carina Näslund



Gådeån har varit viktig för Härnösand under lång tid. Förutom att ån har använts för fiske och haft en gemensam plats med tvättgryta för Frölands kvinnor, fanns det redan 1757 en kvarn vid ån. Vid Lövudden drevs också en ångsåg mellan 1903 till 1950, den gjordes senare om till cirkelsåg. I den sågindustrin ingick hyvleri och snickerifabrik. I området uppfördes det på 1870-talet en spikfabrik i området samt en smalspårig järnväg som transporterade spik och bräder. Namnet Sparrudden kommer från att man vid denna udde lastade sparrar på lastskepp. Sparrar är kortare stolpar för att hålla

upp tak, som i gruvgångar, och sådana stolpar tillverkades vid sågen.

År 1884 beslöt stadsfullmäktige i Härnösand att köpa fastigheten med kvarn, såg och spikfabrik, för att låta bygga landets första kommunala elverk för gatubelysning. 1885 hade Härnösand som första stad i Europa fullständig elektrisk gatubelysning. 1888 byggdes elkraftverket i Gådeån och det var Sveriges första vattendrivna kommunala elverk. Det kallades för Gådeåstationen och var i drift ända till 1980, men revs 1992.

Vid Lövudden och Gådeån finns det fladdermöss, till exempel har den rödlistade trollfladdersmusen (*Pipistrellus nathusii*) setts här, i vanliga fall finns den inte längre norrut än Uppland.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 41. Kör E4:an söderut. Räkna från den stora korsningen där E4:an korsas av Storgatan-Tullportsgatan kör du ungefär 2 km. Sväng sedan vänster in på Lövuddsvägen. Ta direkt till höger där en mindre parkeringsplats finns efter några meter. ☎ 184 035 N 6 945 580



Krollilja



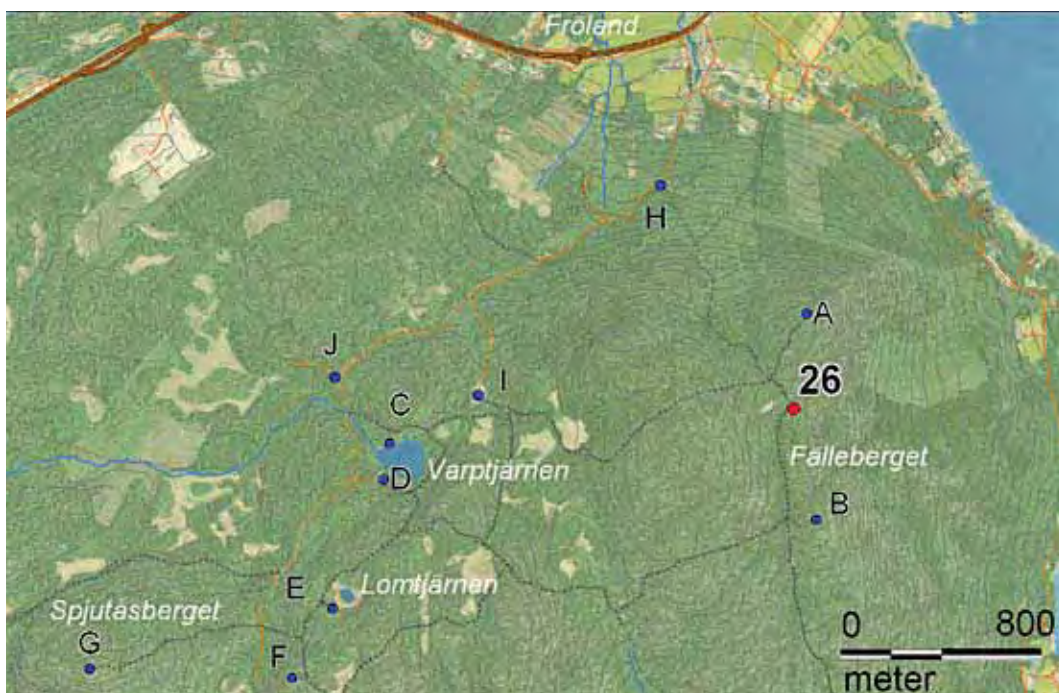
25 Tjusarklinten

Här brukar det vara festligheter med sång och majbrasa sista april. Namnet på det lilla berget kommer från ordet tjusa som betyder charma, locka och förföra. En bra plats för nyförälskade att hand i hand titta på utsikten alltså. Eller så kan du gå hit med barnen, för stigen är lätt att gå och det är inte så brant till utsiktsplatsen, dessutom så växer det fullt med blåbär (*Vaccinium myrtillus*) vid stigen under juli-augusti.

HITTA HIT:

Karta finns på sidan 41. När Gådeåleden svänger in vänster på Sockenvägen, ta då istället höger och följ vägen uppför backen. Stigen in mot Tjusarklinten markeras av en portal i trä.
Ö 183 073 N 6 945 943





26 Fälleberget



Fälleberget är ett omtyckt utflyktsmål för oss naturintresserade. Hela området används till friluftsliv och avkoppling i naturen. Fällestugan ligger på bergets topp, härifrån har du en härlig utsikt över skog och hav. På vintern tar du dig hit på skidor eller snöskor, eller till fots om det finns skoterspår. Ta gärna med dina barn, är de unga så använd pulka eller bärsele, och kom ihåg fikapauser! Det här är en bra skog för dem att börja sina naturupplevelser i. Några söndagar per vinter har Friluftsförbundet öppnat stugan för alla besökare och då går det att köpa nygräddade våfflor med sylt och grädde.

A-B Utsiktsplatser

C-F Vindskydd

G Utsiktsplats

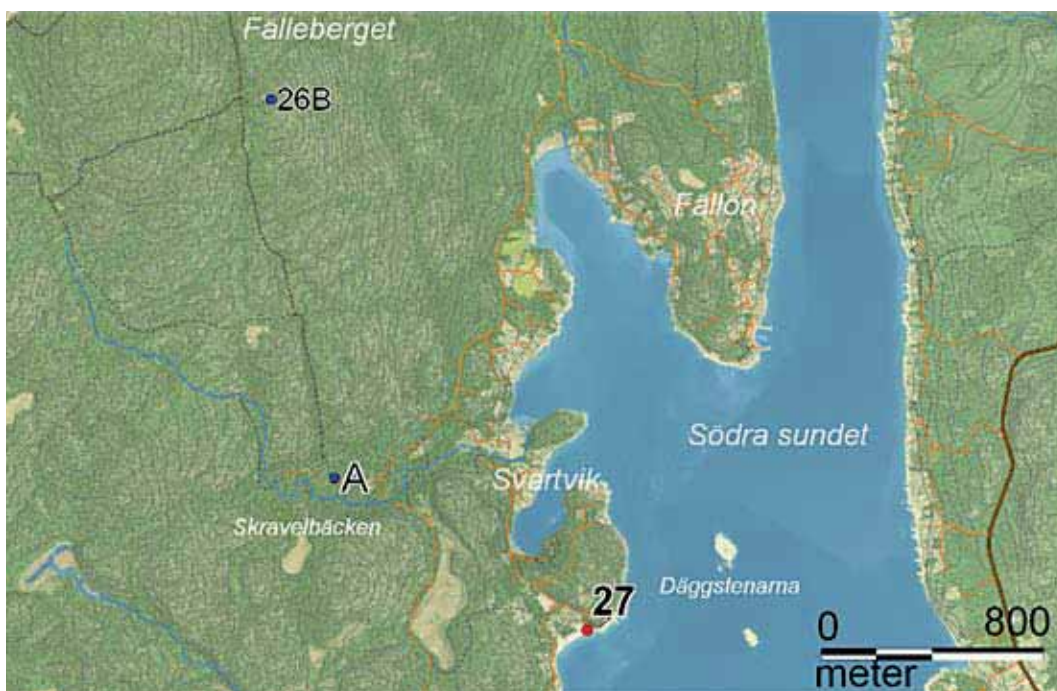
H-J Plats att ställa bilar på. Under vintern är det i första hand H som plogas upp.



Fällestugan ägs av Friluftsförbundet

HITTA HIT:

Ta E4:an söderut, efter ca 3 km går en väg in till vänster. Det är skyltat till Fälleberget. Följ vägen uppåt tills du ser en parkering (H) åt vänster, alldeles under en stor elledningsgata. Härifrån går en stig upp mot Fälleberget. Det finns fler parkeringar och stigar upp mot berget, men det här är en bra början.
Ö 182 880 N 6 943 700



27 Badplats Frölandsanden i Svartvik

Här finns en härlig badplats med vacker sandstrand där barnen kan leka. Det är kommunen som sköter badplatsen och de har även ordnat med parkeringsplatser för badgästerna.

Om du står på södra sidan av stranden kan du se ut mot de två små öarna som kallas Däggstenarna. Där häckar många fåglar, mest måsar av olika slag.

Om du är sugen på en längre promenad kan du ta stigen som går upp till Fälleberget. Stigen börjar lite norr om Skravelbäcken.

A Här börjar stigen mot Fälleberget.



HITTA HIT: 🔍

Tag E4:an söderut från stan. Efter ungefär 3 km, strax efter bron över Gådeån, svänger du vänster mot Ytterfälle och Svartvik. Följ den vägen ca 4 km, så kommer du fram till badplatsen på Frölandsanden.

Ö 184 105 N 6 941 346





28 Tallen i Sörmark

Denna grova tall (*Pinus sylvestris*) är väl värt ett besök, du kommer att bli imponerad över dess gigantiska krona. På nedre delen av tallens stam kan du hitta signalarten grovticka (*Phaeolus schweinitzii*).

Mer om signalarter hittar du på sidan 137.

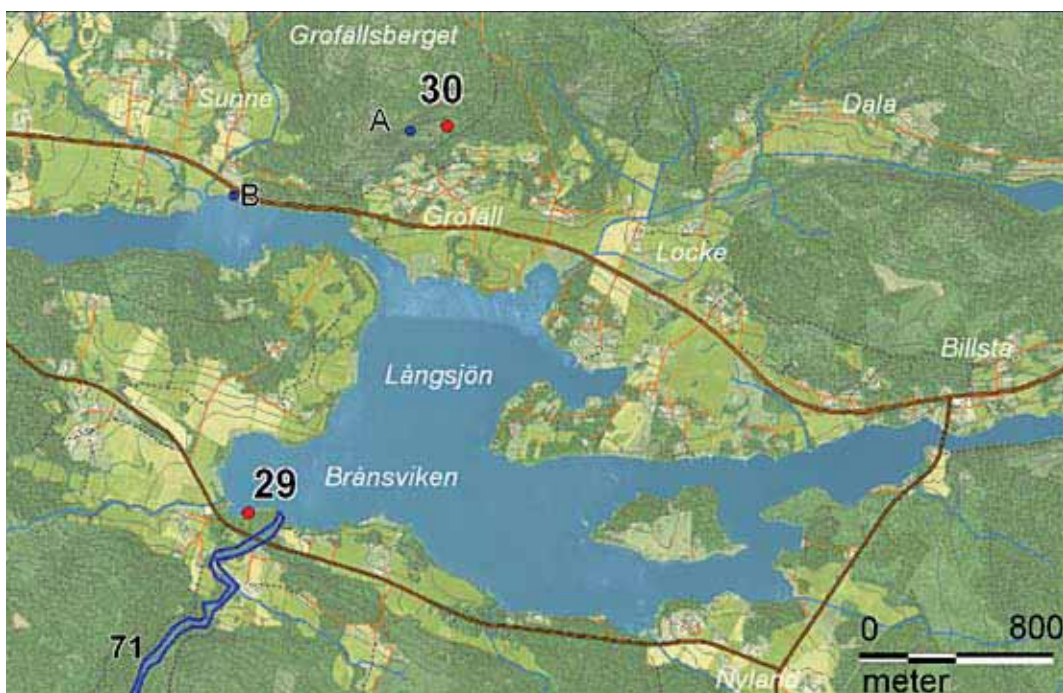


Tallen i Sörmark

HITTA HIT: 🔍

Kör söderut från Härnösand på E4:an i ca 9 km. Sväng höger mot Sörmark, ta första vänster (efter 200 m) i fyrvägs korsningen. Följ denna väg när den svänger höger mot Sörmark efter ca 1 km. Efter ca 2 km till, följ vägen när den svänger höger runt Stortjärnen. Efter ca 500 m, i en uppförsbacke, ser du tallen på vänster sida av vägen.

Ö 175 460 N 6 944 200



29 Badplats i Brånsviken

Ta ett dopp i Långsjön en varm sommardag. Här i Brånsviken finns en liten badplats som kommunen sköter, den har en härlig sandbotten. Alldeles i närheten har Brånsån (s. 84) sitt utlopp.



HITTA HIT: 🔍

Ta Stigsjövägen västerut. Efter ca 7 km är du i Billsta och tar vänster mot Stigsjö kyrka och Nyländ. I Nyländ tar du höger på Rinäsvägen. Efter ca 2 km passerar du Brånsån, och ca 100 meter efter ån tar du en liten väg mot höger, ned till badplatsen. Vägen till stranden kan vara svår att se, så du får köra sakta och hålla utkik den sista biten.

Ö 174610 N 6 946 840





Gruvfrun i Grofällsberget



30 Grofällsberget



Grofällsberget är ett gammalt vårdkasberg och dessutom ett sydväxtberg. Från Grofällsbergets topp har du vacker utsikt över Långsjöns dalgång och på förmiddagar under våren kan du se flyttande rovfåglar, särskilt vid lugnt och klart väder. Både pilgrimsfalk (*Falco peregrinus*) och kungsörn (*Aquila chrysaetos*) har kryssats av härifrån. Själva berget består av bergarten amfibolit. Blomman svedjenäva (*Geranium boheicum*) har påträffats på bergets hållar.



A I sydsluttningen hittar du växter som är vanliga vid sydväxtberg. Det finns gott om blåsippa (*Hepatica nobilis*) och vitsippa (*Anemone nemorosa*). Du kan också hitta getrams (*Polygonatum odoratum*), vårärt (*Lathyrus vernus*), skogssallat (*Lactuca muralis*), flenört (*Scrophularia nodosa*) och stinksyska (*Stachys sylvatica*) i lövdungarna.

B Ett bra ställe för fågelskådning finns nedanför Grofällsberget. Du kan se vadare och änder och sträckande fågel på våren samt hösten.

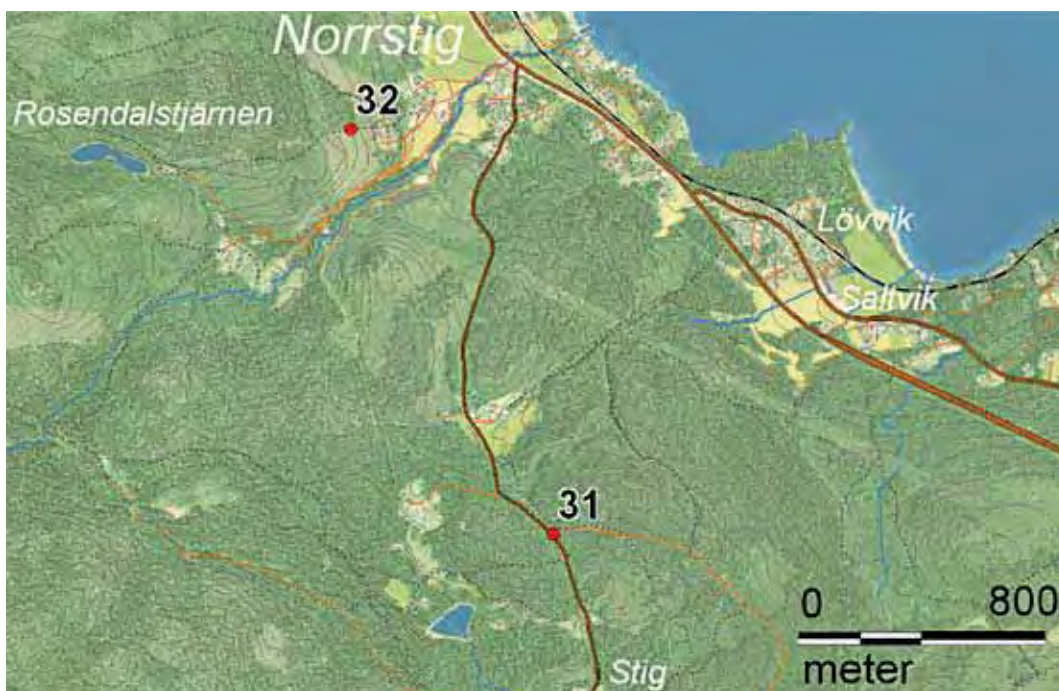
Gruvfrun i Grofällsberget. Sedan slutet av 1600-talet har flera misslyckade försöka att bryta koppar i berget gjorts. Sägner säger att Gruvfrun, hon som härskar över berget, ville

gifta sig med en vacker spelman från Västerbrån, men han var inte intresserad. Då lade Gruvfrun en förbannelse över berget, ”allt som ni lyckas bryta under dagen skall rasa ned under natten, i evig tid”. Sedan dess har ingen gruvsdrift varit lönsam i berget.

Läs mer om vårdkasar i stycket om Vårdkasberget (s. 27). På sidan 132 finns information om sydväxtberg och Janne Vängmanleden är omnämnd på sidan 141.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 47. Ta Stigsjövägen ca 8 km förbi Billsta och Locke till Grofäll. Det är svårt med parkeringsmöjligheter, men du kan testa att svänga in höger där skylten pekar mot Gårdsbutik, efter den blå Lockeby vägs skylten. Fråga gårdsbutiken om du kan parkera på deras kundparkering. Eller så tar du höger vid nästa infart, mot Grofhäll Gården och hör med dem om du kan stå på deras stora gårdsplan. Sen följer du Janne Vängmanleden, det finns små skyltar i närheten av båda gårdarna. Du ser Grofällsberget åt norr, utsiktsplatsen ligger där berget ligger i dagen. Följ små traktorvägar och ridvägar tills du kan ta dig upp för berget. Sydväxtfloran hittar du lite varstans på bergets sydsluttning. Ö 175 290 N 6 948 810



31 Stigsberget

På Stigsberget låg en avrättningsplats för brottslingar som dömts till döden. 1674 halshögs och brändes 26 kvinnor och 4 män, anklagade för trolldom. Platsen låg på ett berg vid Norrstigen, lite norr om Säbrå kyrka, men ingen vet exakt var berget ligger. Antagligen ligger det ungefär här, så Läns museet har satt upp en informationsskylt vid vägkorsningen.

HITTA HIT:

Ta Stigsjövägen ca 3 km och sväng höger mot Säbrå kyrka. Du passerar kyrkan och fortsätter ca 1,5 km och sväng höger in på en liten väg och ställ bilen på lämplig plats. Ö 180 583 N 6 949 837

32 Hällkista

Tre stycken stenhällar är ställda vinkelrätt mot varandra och täckta av ytterligare en häll. Detta bildar en hällkista som antagligen är en grav från någon gång mellan stenåldern och järnåldern. Nu är den övervuxen med mossa och blåbärsris och nästan osynlig från stigen. Men gå runt till andra sidan och titta in.



Hällkistan

HITTA HIT:

Fortsätt norrut förbi avfarten in till Stigsberget. Efter ca 2 km kommer du fram till Norrstig och E4:an. Kör inte ut på E4:an, utan ta istället vänster alldeles innan. Hitta en lämplig plats att ställa bilen på. Efter 300 meter ser du en stor röd lagerbyggnad, fortsätt förbi den. Snart ser du på din högra sida en vacker lada som delvis står på stenstoder. Följ den mindre vägen upp mot höger, nära ladan, men inte in på gården. Fortsätt istället åt vänster via en gräsbevuxen traktorväg in bland lövträd och ut på ett hygge. Fortsätt denna traktorväg ca 200 meter och du kommer fram till en liten skylt som markerar lagskyddat fornminne. Ö 179 925 N 6 951 151

Härnösands kommun



Teckningen sitter på Läns museets informationsstolpe vid Stigsberget (s. 49)

H

Mer om historia

Häxprocesser

1921 avskaffades dödsstraffet i Sverige för brott begångna under fredstid. 1972 blev det förbjudet även under krigstid. Innan dess kunde ett antal brott straffas med döden. Under 1700-talet gavs dödsstraff för över 60 olika brott. Bland dessa räknades trolldom och häxeri in. Under 1600-1700 talet svepte en våg av påhittade anklagelser om häxeri över Sverige, där grannar anklagade grannar, barn anklagade föräldrar och alla som inte passa helt in i samhället var i fara. Ångermanland och Härnösand blev hårt drabbade.

Det finns mycket att läsa om detta ämne för dig som är intresserad, se tips i slutet av boken.

Norrstigen

Norrstigen byggdes under medeltiden. Det var en väg som skulle underlätta för kungen och kyrkomännen att ta sig fram från Stockholm via Härnösand till Torneå. Kungsgårdar placerades vid denna väg. En kungsgård var kungens gård i omgivningen, dit fördes skatten och dit kunde kungen och hans följe resa för att äta och inspektera riket. Fogden bodde på kungsgården och styrde där när inte kungen var på besök. I Säbrå nådde Norrstigen fram

till kusten och kunde kopplas samman med de viktiga sjötransporterna. Detta var alltså en betydelsefull plats, och byn som låg där Norrstigen mötte vattnet kallades just för Norrstig, och har än idag kvar det namnet. I byn Norrstig fanns det på medeltiden en kungsgård, idag ligger byn i ett skogs- och åkerlandskap och ingen vet exakt var den gamla kungsgården stod. Själva vägen Norrstig lever delvis kvar i och med att det ännu idag finns vägar som har samma sträckning som den gamla Norrstigen, till exempel vägen mellan Säbrå kyrka och Norrstig.



33 Ålandsån

Från Lill-Vegsjön rinner Ramsåsån ut mot havet. Innan ån når havet byter det namn till Ålandsån. Hela vattendraget är viktigt eftersom det finns flodpärmusslor (*Margaritifera margaritifera*) och havsöring (*Salmo trutta trutta*) här. Flodpärmusslan är fridlyst och kan bli över 100 år gammal. För att flodpärmusslan ska kunna fortplanta sig krävs det att större fiskar, som till exempel öring (*Salmo trutta*) eller lax (*Salmo salar*) kan röra sig fritt i vattnet där musslan lever. Musslans larver fäster sig på dessa fiskars gälar som parasiter, och först våren efter släpper de taget och kan börja växa som en mussla på en grusig flodbotten.

A Trappberget

Från Trappberget har du en vacker utsikt över ån och dess dalgång. Karta finns på sidan 53.

HITTA HIT: 🔍

E4:an norrut. I Ålandsbro tar du vänster vid den stora korsningen, in på Ramsåsvägen (skyltat mot Ramsås). Hitta en lämplig plats att ställa bilen på, och gå söderut, förbi bostadsområdet till vattendraget. Du kan också köra vidare ca 6 km rakt fram tills du ser Lill-Vegsjön på din vänstra sida. Ö 180 152 N 6 952 034



Ålandsån. Foto Monika Bertgren





Kragomsviken. Foto Monika Bertgren



34 Kragomsviken



Strax norr om Älandsbro ligger den lilla sjön Kragomsviken. Sjön ligger bara någon meter över havets yta och det är inte mer än drygt hundra år sedan landhöjningen snörde av förbindelsen med havet. I vattendraget mellan sjön och Älandsfjärden vandrar havsöringen (*Salmo trutta trutta*) upp, också abborre (*Perca fluviatilis*) och gädda (*Esox lucius*) finns i det strömmande vattnet.

Kragomsviken är en fin fågelsjö. Här häckar knölsvan (*Cygnus olor*), drillsnäppa (*Actitis hypoleucos*) och vigg (*Aythya fuligula*). Under våren rastar även andra fåglar, framförallt änder (*Anatidae*) av olika slag.

HITTA HIT:

Karta finns på sidan 51. Sväng höger in på Ulviksvägen mot Hemsön, efter 200 meter svänger du höger in på Sågarvägen, mot träindustrin. Hitta lämplig parkering. Vattendraget är precis i närheten, och vill du komma till sjön går du tillbaka mot Ulviksvägen, sjön ser du då rakt norrut.

Ö 180 744 N 6 952 924



35 Bad i Nyåkersviken, Åmsjön

Här hittar du ett litet bad med sandstrand och liten gräsmatta. Badplatsen är omgärdad av vackra hagar som ger en härlig sommarkänsla, det finns också en liten bänk och plats att grilla. Respektera privata anläggningar längre bort på stranden.

HITTA HIT:

Kör norrut på E4:an. Passera Älandsbro och fortsätt rakt fram ca 1,5 km (du ska köra uppför berget innan du svänger av). Ta av vänster mot Östersjäländ, och välj den mindre vägen åt höger i korsningen som kommer några meter senare. Efter 1,5 km ser du en tjärn på en lägda på höger sida. Fortsätt rakt fram tills det höga staketet på din högra sida tar slut och du har kommit till vägs ände. Parkera lämpligt efter vägen. En liten stig på höger sida går längs med staketet och leder fram till badet.
Ö 180 550 N 6 955 240

36 Bad i Åmsjön

Är du sugen på en lite större badplats med klippor och en liten sandstrand åker du till andra sidan sjön. Du har skogen i ryggen och flera möjligheter till grillning.



Badplatsen i norra Åmsjön

HITTA HIT:

Kör norrut på E4:an. Passera infarten till Östersjäländ (se förra beskrivningen) och fortsätt ca 1,5 km nedför backen. Sväng av vänster mot Berge. Fortsätt ca 1 km och du kommer till en mindre korsning, det är skyltat till Brunnäs mot höger, men du ska svänga vänster. Fortsätt ca 500 meter och du ser en liten väg åt höger. Parkera bilen lämpligt efter vägen vid åkern, var noga så du inte blockerar vägen till stugan. Gå till fots ca 100 meter in på den vägen, och du ser badstället på vänster sida.
Ö 180 393 N 6 956 141





För att komma till källan går du genom en lummig skog



37 Trefaldighetskälla

Denna källa besöktes enligt tradition under Trefaldighetshelgen. Dess utlopp är mot norr vilket ansågs ge extra läkande vatten. Källan rinner ned i en bäck efter ungefär fem meter. Det finns en bro över bäcken mot källan och ett gammalt bord är uppställt, men inget annat som visar att det är en källa med tradition här. Vattnet verkar vara järnrikt och samlas i en dyg damm innan det fortsätter ned mot bäcken. Härnösands kommun har inte tagit några vattenprover på källan och kan inte garantera vattnets kvalitet.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 53. Ta E4:an norrut. I Ålandsbro tar du vänster in på den stora vägen mot Ramsås. Efter ca 4 km tar du av höger mot Gryttjom och Skabäcken. I Skabäcken tar du den andra vägen åt vänster. Följ denna grusväg ca 1 km. Du passerar en väg som går in åt höger till ett grustag, men fortsätt rakt fram några meter till och ställ bilen på en lämplig plats vid vägen. Följ vägen till fots och du ser en gammal skylt med texten källa, den markerar en nästan övervuxen stig. Källan finns några hundra meter in i skogen på din högra sida, hittar du ingen stig kan du följa den lilla bäcken.
Ö 176 450 N 6 956 860



38 Bad i Aspнас, Stor-Vegsjön

I byn Aspнас finns detta lilla och härliga bad i sjön Stor-Vegsjön. Sjön är ett populärt ställe inte bara för att bada i utan också för att paddla kanot i. En bit ovanför badplatsen har KFUK-KFUM en scoutgård där de brukar hålla ett väldigt uppskattat sommarkollo.

HITTA HIT:

E4:an norrut. Ta vänster i Älandsbro mot Ramsås. Fortsätt vägen rakt fram ca 13 km. När vägen rundar sjön är du i Aspнас. Kör fram till en stor vändplats med en informationsskylt om fiske och scoutgården. Ställ bilen på lämplig plats och gå till fots förbi scoutgården mot vattnet. Självklart respekterar du gården och stör dem inte när de har sin verksamhet där eller vid badet. Ta åt höger när du närmar dig strandlinjen så kommer du snart till den lilla sandstranden.
Ö 172 300 N 6 958 560



Det är vackert runt Aspнасbadet även på hösten.
Foto Stefan Morell





39 Uvberget



Uvberget är ett utsiktsberg med en liten stuga, grillplats och bänkar. Härifrån ser du långt ut över Ålandsfjärden. Öster om bergets topp finns blockgrottor (läs mer om dem på sidan 119) och på bergets sidor häckar korpar (*Corvus corax*).



A Här går en mindre väg in mot skogen. Den övergår sedan i en stig som går uppför berget. Eventuellt kan du köra in en bit och ställa bilen på en lämplig plats.

HITTA HIT:

Ta E4:an norrut förbi Ålandsbro. Strax efter Ålandsbro går Ulvviksvägen till höger (skyltat mot Hemsön). Följ den vägen ca 3 km. Sväng vänster mot Rö och fortsätt den vägen rakt fram i ca 1 km. Alldeles innan du passerar Överdalsån, svänger du in på en liten nästan dold traktorväg (B) åt höger. Ställ bilen lämpligt utefter vägen. Efter ca 300 meter övergår vägen till en stig, fortsätt den mot tjärnen. I buskarna sjunger fåglar, de hål som finns i stigen och "glidränorna" ned mot vattnet är gjorda av bävvar. Ö 183 853 N 6 953 694

40 Finsviken - Överdalsån

Föret var Finsviken en vik, nu är den tack vare landhöjningen en liten insjö. Hela vattendraget är viktigt för kustens fiskbestånd. Abborrar (*Perca fluviatilis*) simmar från havet uppför bäcken för att leka i sjön. Den hänsynskrävande snäckan *Gyraulus Crista* finns också här.

B Här börjar den lilla vägen in mot badplatsen.

C Ett litet bad med härlig sandbotten.

D Hela tjärnen är en fin fågelsjö. Du får bra översikt över tjärnen från de våta ängarna i öster. Har du tur kan du se brun kärrhök (*Circus aeruginosus*) och tranor (*Grus grus*) som häckar och fiskgjuse (*Pandion haliaetus*) som jagar.



Uvberget



Det här är det som är kvar av förlovningskällan nu

41 Förlovningskällan

Enligt tradition besöktes denna källa av nyförlovade par som drack av vattnet. Källan som rinner ut i en bäck i sydost är idag liten, nästan uttorkad och bäcken får det mesta av sitt vatten från den våta marken runtom. Ett besök vid källan kan ändå vara romantiskt, enskilt mitt i skogen bland blommor och smultron (*Fragaria vesca*). Men ta med eget vatten att dricka om vandrigen gör dig törstig.

Härnösands kommun har inte tagit några vattenprover på denna källa och kan inte garantera vattnets kvalitet.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 56. Kör mot Överdalsån (se beskrivning s. 56). Strax efter du har passerat vägen in till badet i Finsviken tar du av vänster mot Krok. I nästa korsning sväng mot höger och nästa avtagsväg åt vänster. Fortsätt denna skogsbilväg ca 1 km, vägen går sista biten över ett hygge och är väldigt knagglig. Är bilen låg är det bättre att du går. Ställ bilen vid en vändplats vid skogsbrynet. Fortsätt till fots ca 500 meter åt nordväst (du har bäcken på din vänstra sida) tills du kommer till en glänta med några enklare bänkar. Där finns källan och på en gran bakom källan finns en berättelse uppsatt.
Ö 183 592 N 6 955 440





42 Åberget



Ett utsiktsberg varifrån du kan se Härnön och havet åt söder.

A Torvströmyran ligger i slutet av skogsbilvägen som går förbi Åberget. Här kan du se lite rester av en industri som på 1940-talet tillverkade torvströ. Ö 185 670 N 6954 760

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 56. Ta E4:an norrut förbi Älandsbro och sen höger mot Hemsön. Följ vägen ca 9 km. Sväng av mot vänster alldeles innan Färjeläget. Efter 100 meter tar du åt vänster igen, på en liten skogsbilväg. Efter 300 meter ser du Åberget åt höger (norr). Det är ett nytt hygge nedanför berget så det finns flera vändplatser där du kan ställa bilen. Ö 186 570 N 6955 100 67

43 Middagsberget

Ett utsiktsberg med härlig utsikt mot norr och ut över havet i öster. Lättast tar du dig upp hit via en stig från vägen i väster.

B Stigen går åt höger upp genom skogen, från koordinaterna Ö 185 613 N 6 955 579. Stigen är lite svår att hitta, men ligger ca 100 meter söder om en liten avfartsväg på vänster sida. Hitta lämplig parkering utefter vägen.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 56. Ta E4:an norrut förbi Älandsbro och sen höger mot Hemsön. Följ vägen ca 3 km. Sväng vänster mot Rö och fortsätt den vägen rakt fram i ca 4 km.



Det stora bronsåldersröset

44 Gravrösen i Finsvik

Dessa stora rösen är väl värda ett besök, tänk bara på allt arbete som lades ned på att för hand bära alla stenar på plats och bygga upp dessa rösen.

A Lite längre söderut hittar du ett gravfält, det består av runda rösen, långrösen ochstensättningar. Totalt finns det sex gravar här, från tiden mellan stenåldern och järnåldern.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 56. Ta E4:an norrut förbi Älandsbro. Strax efter Älandsbro, ta höger mot Hemsön. Efter ca 8 km, kan du ställa bilen efter vägen på lämpligt ställe. En stig markerad med en skylt leder dig in i skogen åt vänster (nordväst).

Följ stigen ca 200 meter och du kommer in på en ny stig som går i nord-sydlig riktning. Ta av åt höger och gå ca 100 meter, sedan tar du vänster i nästa stigmorsning. Nu är du strax framme vid Gravrösen. För att komma till gravfältet (A) väljer du att gå till vänster på den större stigen vid den första stigmorsningen. Följ den söderut ca 300 meter, förbi ett hygge. Ta en liten stig åt höger och följ den ytterligare 100 meter så är du framme.

Ö 186 517 N 695 3310



45 Lustholmen



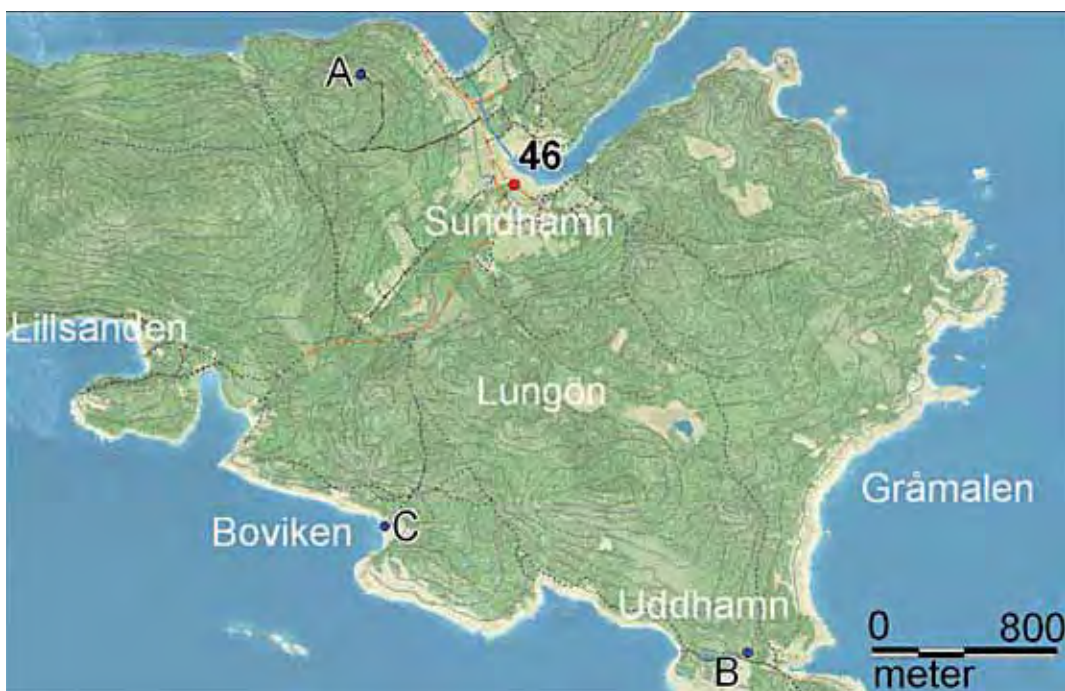
Här kan du bada, grilla och spela volleyboll. Segelsällskapet arrenderar udden, så följ deras regler när du är där som gäst. Juviken väster om Lustholmen är ett bra ställe för fågelskådning. Här kan du se andfåglar och gäss, gå inte för nära golfbanan bara.

HITTA HIT:

Ta E4:an norrut förbi Älandsbro och sen höger in på Ulvviksvägen mot Hemsön. Efter ca 6 km svänger du av höger in på en mindre väg, det är skyltat mot golfbanan. Fortsätt ca 2 km rakt fram. Parkera bilen lämpligt utefter vägen, och gå en mindre stig åt vänster in till Lustholmen.
Ö 187 518 N 6 951 646



Lustholmen



46 Lungön

Sundhamn på norra ön är ett litet fiskeläge med kapell och fin naturhamn. På södra delen av ön ligger Lungö fyr som år 2011 firar 150 år.

Längs Lungöns stränder växer vackra björkar och askogar, där kan du finna många intressanta växter, som den vackra ögonpyrolan (*Moneses uniflora*) och de tre orkidéarterna korallrot (*Corallorrhiza trifida*), Jungfru Marie Nycklar (*Dactylorhiza maculata*) och nattviol (*Platanthera bifolia*). Någonstans i den gamla granskogen kan du om du har tur finna den sällsynta orkidén skogsfrun (*Epipogium aphyllum*).

A Ljummastenen är en mystisk sten i skogen. Den räknas som en övrig kulturhistoriskt lämning och hör till Geologivägen. Slå på stenen med en gren så ljummar den som en kyrkklocka! Ö 190 977 N 6 951 537

B Gravar i form av runda stensättningar hittar du på södra sidan av ön. De uppfördes mellan bronsålder och järnålder. Du kan ta dig hit via en stig mellan Sundhamn och Uddhamn. Ö 192 657 N 6 949 026

C På södra delen av Lungön ligger Boviken, en härlig sandstrand med chans till kvällssol. Ö 191 080 N 949 574

HITTA HIT: 🔍

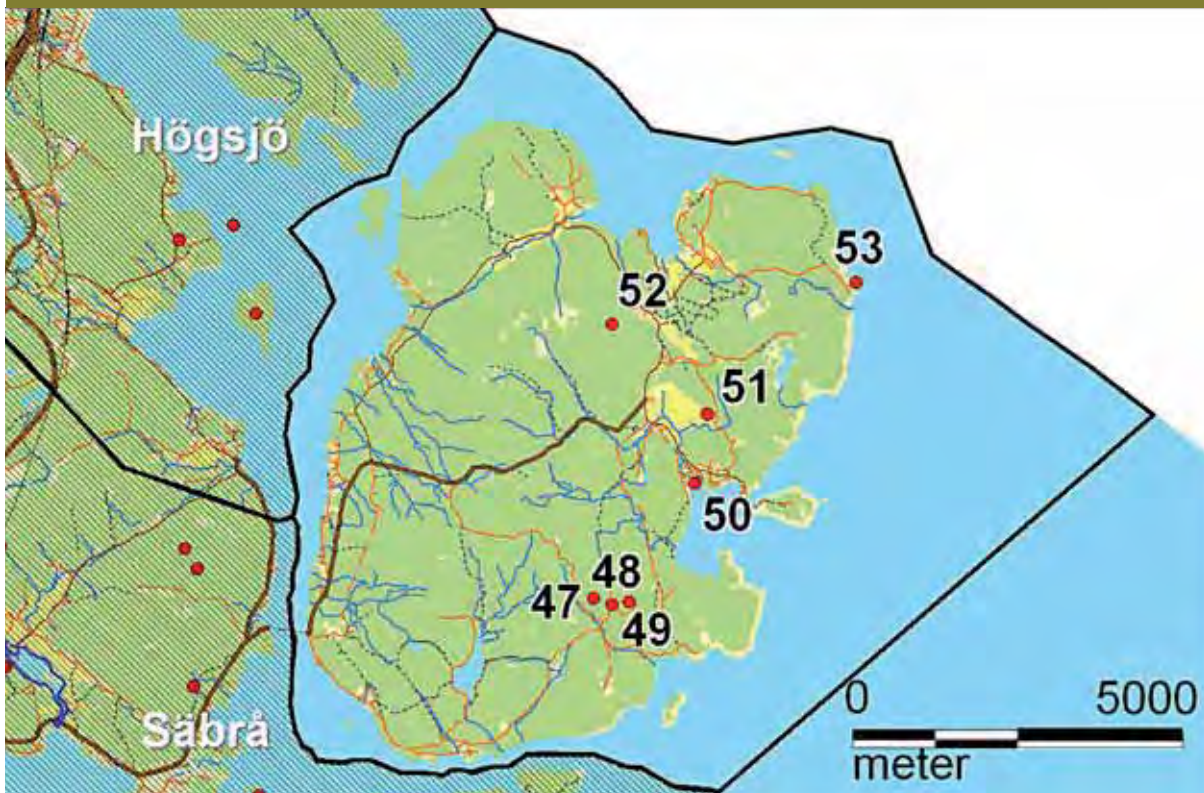
För att komma till Lungön måste du ha egen båt, eller ta båttaxi.



Ljummastenen



Hemsön med närområde



Hemsön är kommunens största ö och har härliga klippstränder, fina bär- och svampmarker, orörda myrar och skogsmarker.

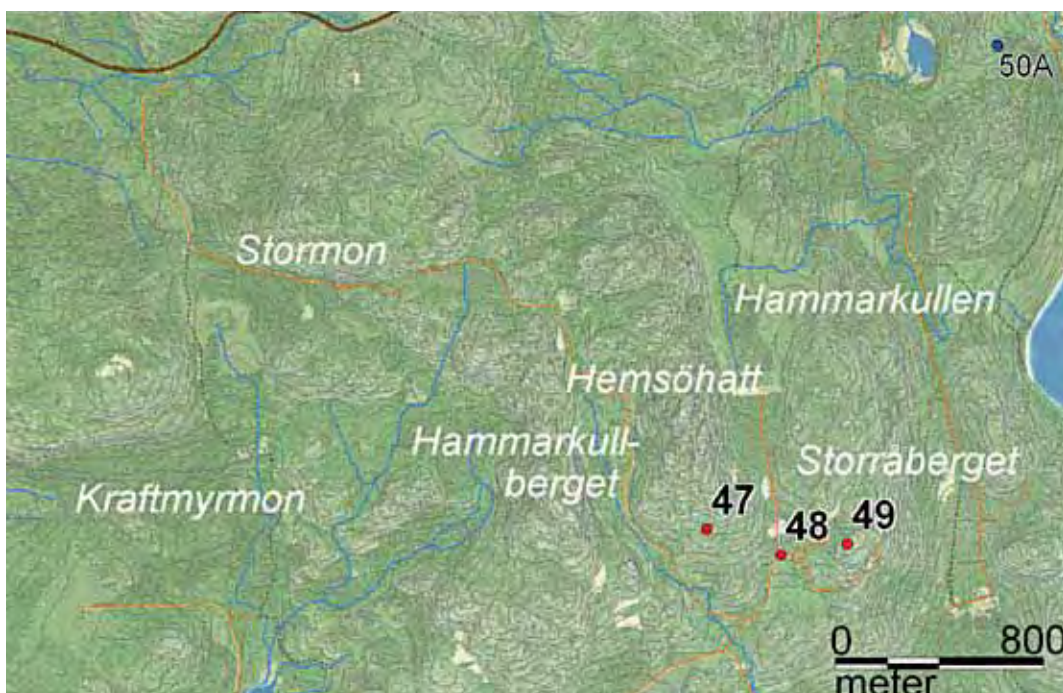
På öns östra sida ligger Prästhushamn som är öns största välbevarade fiskeläge och Sågsands badplats med en härlig sandstrand. Platsen ligger väl skyddad bakom Kläffsön, en halvö där militären lämnat tydliga spår med sina radiomaster. Det fanns även några mindre ladugårdar till de kreatur som torparna hade med sig då de flyttade ner till hamnen om vårarna för att fiska. I fiskeläget fanns även ett skeppsvarv som var igång under 1850-60-talet.

Nästan mitt på ön finns Hemsö fina kyrka som stod färdig 1865. Den byggdes i trä med torn och korsarmsliknande utbyggnader vid koret.

Hemsö fästning (s. 64) är ett topphemligt underjordiskt fort med kanoner och kilometerlånga gångar som nu är öppet för allmänheten.

I fästningen som byggdes under kalla kriget skulle 320 man försvara Sverige vid ett anfall.

Till Hemsön tar du dig via bilfärja. Du kommer till färjan genom att ta E4:an norrut. Strax efter Älandsbro, efter en nedförsbacke, går Ulvsviksvägen åt höger. Följ den vägen ca 10 km, det är skyltat mot Hemsön. Det går färjor mellan fastlandet och ön varje dag, de kostar ingenting och drivs av Trafikverket. För tidtabeller, kontakta Färjerederiet på Trafikverket.



47 Hammarkullberget



Hemsö Hatt ligger på Hammarkullberget och är ett utsiktsberg. Det är lite besvärligt att ta sig upp, men det är det värt. Utsikten över Lungön, Härnön och havet är helt magnifik. Ö 192 577 N 6 954 646



Hemsö fästning och bergen runt om bjuder på en oslagbar kombination av spännande nutidshistoria och vacker utsikt.
Foto Härnösands kommuns webbredaktion

49 Storråberget

Utanför berggrummet har du en härlig utsikt över Höga Kusten och Ångermanälvens utlopp i Bottenhavet. Det finns stigar som du kan vandra runt på och material från kalla kriget som du kan titta på.
Ö 193 119 N 6 954 590

48 Hemsö fästning

Hemsö fästning är en militäranläggning som har avvecklats. En del av materialet och rummen inne i bergen är bevarade för allmänheten. Det kostar inget att gå in på själva området, men för att komma till berggrummen och fästningen betalar du inträde och får en guidad tur. Berggrummet och fästningen är öppen under sommarhalvåret.

Själva fästningen ligger insprängt i Storråberget på 40 meters djup. Den byggdes för att klara ett kärnvapenanslag och var en av Sveriges viktigaste kustförsvansanläggningar under kalla kriget. Fästningen bemannades av 320 personer.

Ö 192 862 N 6954547

HITTA HIT:

Sväng av vänster efter färjan. Följ vägen i 4 km, och ta av på en mindre väg åt höger. Det är skyltat "Hemsö fästning". Den vägen följer du i 4 km, sedan tar du åt vänster vid en mindre vägkorsning för att komma till parkeringen. Ställ bilen där och fortsätt till fots till alla tre områdena.



50 Sågsand

Passa på att besöka det populära havsbadet som kommunen sköter på Hemsös östra sida. Det är en mjuk och långgrund sandstrand vilket är perfekt för barnfamiljer. I norr finns det vackra klippor för dem som vill vara lite mer ifred.

A Vattenkällan som rinner ut nedanför de torrare tallmarkerna är enligt traditionen en hälsokälla. Dess utlopp går genom en sandås mot nordöst. Idag det är inget stort flöde i den, det kan bero på att några brunnskar är nedsatta i närheten av källan. Härnösands kommun har inte tagit några vattenprover på källan och kan inte garantera vattnets kvalitet.

B Om du fortsätter vägen fram mot Prästhushamn ca 1 km, så får du se det vackra fiskeläget med underbar kustnatur och vy över havet. Det kan vara svårt att hitta någonstans att ställa bilen, så låt den vara kvar vid Sågsand och ta en promenad upp hit.

HITTA HIT:

Ta vänster efter färjan. Kör ca 8 km tills du kommer till korsningen i Utanö. Där tar du höger mot Prästhushamn. Fortsätt lite över 1 km och ta av höger in vid några brevlådor. Det finns inte någon riktig skylt till badet, men en gatuskylt med namnet Sågsand sitter uppe. Det finns möjlighet att ställa bilen där bland träden, var noga så du inte blockerar någon infart. Följ stigarna in i skogen mot havet. Du passerar en liten bro över en bäck och är snart ute vid den underbara sandstranden.

Ö 194 118 N 6 956 388



Prästhushamn
Foto Härnösands kommuns webbredaktion





Skylden är det enda som visar att det har varit en utgrävning här



51 Kapellutgrävning i Prästhus



Ungefär här har ett kapell från 1600-talet legat. Kapellet är borta, men vid arkeologiska undersökningar har bland annat gamla mynt hittats. Läns museet har satt upp en skylt med information om kapellet och utgrävningen. Namnet Prästhus har hittats skrivet första gången 1535, så det kan ha legat ett kapell här ännu tidigare än 1600-talet.

HITTA HIT:

Karta finns på sidan 65. Kör förbi Sågsand mot Prästhushamn, efter 500 meter tar du vänster mot Prästhus. Efter ca 1 km ser du några hus vid en väg åt vänster, efter ytterligare ca 100 meter kommer en till väg åt vänster. Ställ bilen lämpligt utefter vägen och gå vägen åt vänster ned mot åker och hygge. Var noga så du inte trampar på det som är odlat, gå vid kanten. Mellan åker och hygget sitter en stor skylt med information om utgrävningen.

Ö 194 301 N 6 957 439

52 Utsikt på Hultomsberget

Välkommen att bestiga Hultoms utsiktsberg. På toppen finns en liten stuga som har två övernattningssängar och en liten kamin. Utsikten är storslagen, du ser hela Höga Kusten, till och med Högbonden i Kramfors kommun syns som en vit prick i norr.

HITTA HIT:

Karta finns på sidan 65. Ta vänster efter färjan. Efter 8 km är du i Utanå, ta vänster i korsningen. Efter 1 km är du framme vid Hemsö Kyrka. Därifrån går det att ta sig upp till berget. Men det finns också en lite lättare väg via en markerad stig som leder upp till berget norrifrån. Stigen är lite svår att hitta, men den startar vid vägen mellan Hultom och Dalom. Fortsätt då förbi kyrkan 1-2 km och ställ bilen lämpligt vid vägen och sök dig fram.

Ö 192 861 N 6 958 810



53 Klubben

Här hittar du en populär plats för att skåda fågel. Särskilt bra är platsen för sträckande fågel under hösten. Dessutom har du en härlig vy ut över havskusten och upp mot Höga Kusten. De slipade klippställarna lämpar sig väl för fikastunder och gör platsen till ett uppskattat utflyktsmål.

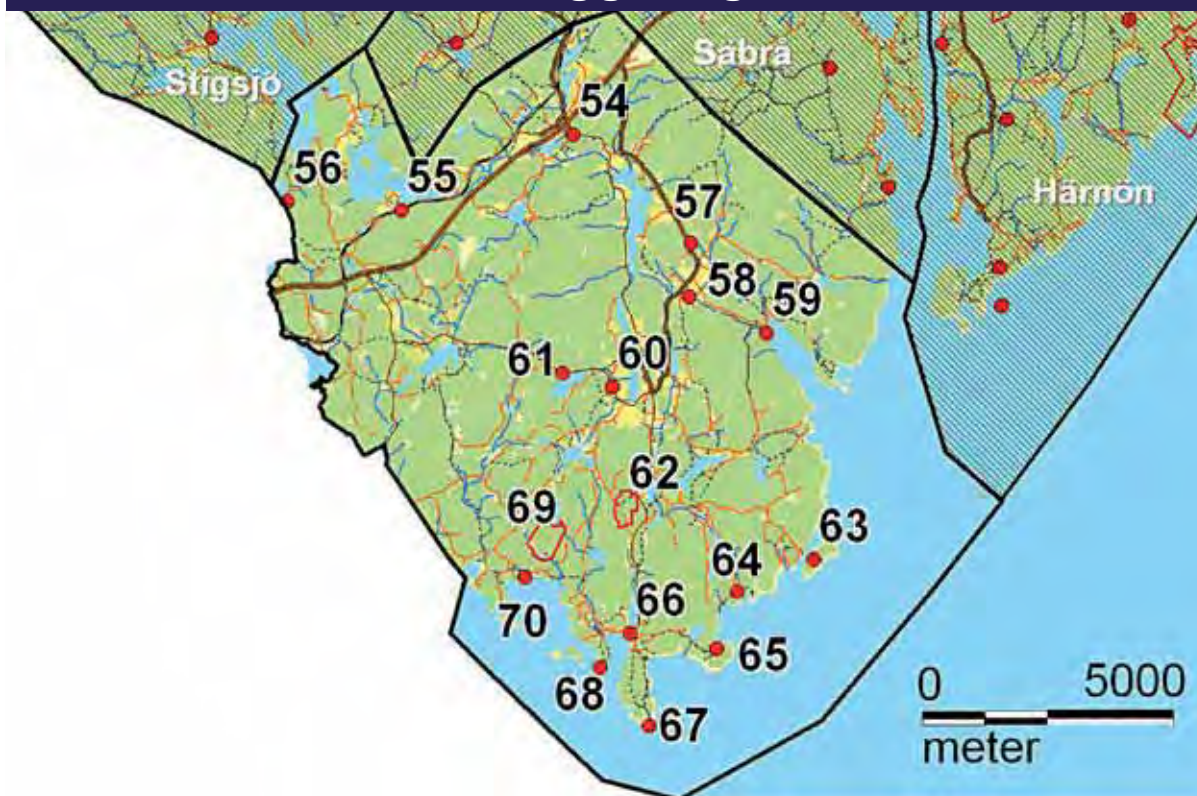


HITTA HIT: 🔍

Ta vänster efter färjan, efter 8 km är du i Utanö, där du tar till vänster mot Hultom. Efter ca 1,5 km, strax efter att du passerat Hultom-skylden, tar du av mot höger. Efter 200 meter tar du av mot höger igen (följ liten skylt om dansbana) och kör över ett litet vattendrag. Efter 1 km är du i Nordanö och ska välja den väg som går uppför backen åt höger. Följ den vägen och ta av mot höger i en korsning. Efter 400 meter ska du ta den vänstra vägen (om du tar den högra kommer du till dansbanan). Nu är det bara att fortsätta rakt fram i 1-2 km. Ställ bilen på lämpligt ställe och gå ut till klipporna vid havet. Vägen är lite sämre på vissa ställen, så kör försiktigt.
Ö 196 560 N 6 959 440



Häggdånger

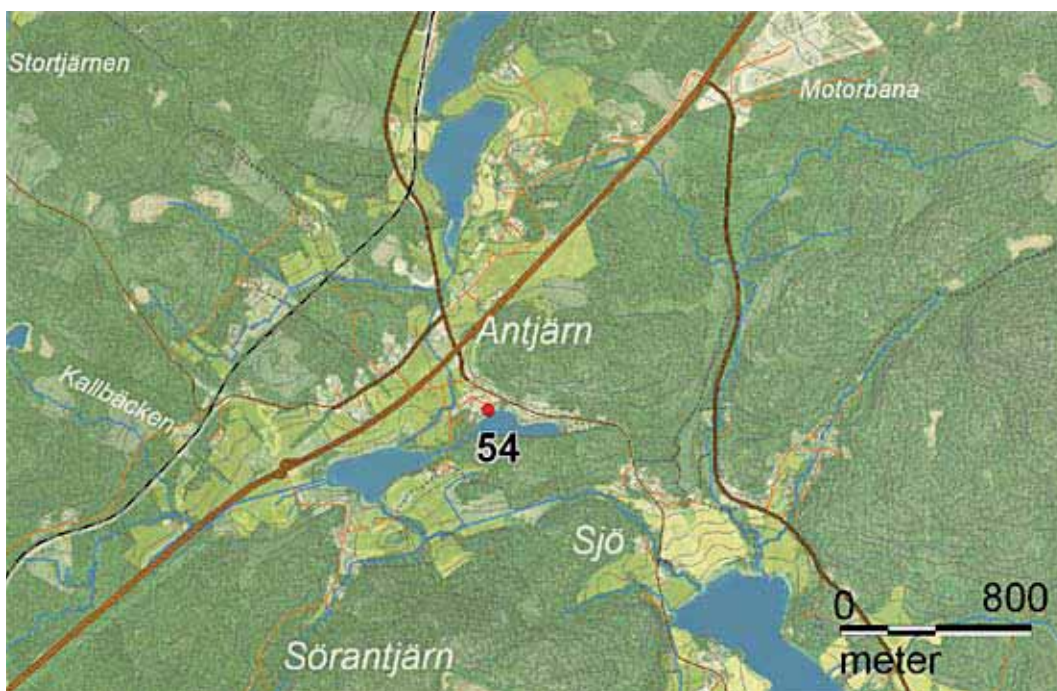


Häggdånger församling är kommunens sydligaste församling. Den är känd för sina många fiskevatten, sina fågelskådningsplatser och sin underbara kust. I Häggdånger finns det mycket odlingslandskap men även flera skogar. För att komma till Häggdånger tar du E4:an söderut från Härnösand, efter 8 km kommer du till den första avfarten mot södra delen av Häggdånger. Den vägen leder dig fram till Häggdånger kyrka som i princip ligger i mitten av församlingen, i byn Hov. Namnet Hov tyder på att det har varit en viktig central plats redan under järnåldern. I församlingen finns även Barsvikens kapell (s. 78).

I Häggdånger finns det fiskelägen som byggdes av Gävlefiskarna. De tillhörde skräet fiskarborgare och var fiskare som bodde i Gävle. Ett skrå var en grupp av borgare som hade ett yrke som gick i arv och som de hade monopol på. Borgare var personer som bodde i städer och hade rätt att bedriva handel eller utöva ett visst hantverk, vem som helst hade alltså inte den

rättigheten. Gävlefiskarna hade monopol på fisket längs en stor del av Norrlandskusten, även här i Härnösands kommun. Utefter kusten byggde fiskarborgarna upp fiskelägen med sjöbodrar, några bostadshus och på vissa ställen ett kapell. De åkte dit varje vår och anställde då några ur lokalbefolkning som hjälp till med fisket.

När Härnösands stad anlades började borgarna i vår stad att klaga över Gävlefiskarnas monopol, för de tjänade mycket pengar på handeln med "vår" fisk. Till sist köpte borgarna i Härnösand upp deras fiskerättigheter. På 1800-talet avskaffades skråväsendet och näringsfrihet infördes vilket innebar att ståndet (samhällsklassen) borgare försvann.



54 Antjärns bad i Skiljesjön

Här kan du bada i Skiljesjön, det är en mysig sjö mellan åker och skog, som dessutom ligger nära E4:an så det är lätt att svänga av för att få snabb svalka en varm sommardag.

HITTA HIT:

Kör söderut på E4:an. Efter 9 km kommer du till en större korsning vid Antjärn. Sväng av vänster där, det är skyltat mot Häggdånger kyrka (detta är andra avfarten mot Häggdånger, den första ligger ca 1 km norrut). Du ser en camping på höger sida, infarten kommer du till efter ca 300 m. Prata med receptionen om du kan parkera där, och gå sedan ned mot sjön.
Ö 177 811 N 6 942 364



Mysigt bad i Skiljesjön. Foto Monika Bertgren



55 Trefaldighetskälla

Till denna källa gick ungdomarna vid Trefaldighetssöndagen och drack brunn. Under senare tid har en slang lagts ut för att samla vattnet från bäcken en bit upp.

HITTA HIT:

Kör söder på E4:an, efter ca 15 km, ta av på en mindre väg åt höger. Det är skyltat mot Häggsjö, (enskild väg). Efter 500 meter tar du höger. Efter ungefär 1,5 km på vägen som löper vid sidan av järnvägen så kommer du till källans utlopp – en bäck som rinner ned mot vägen.
Ö 174 360 N 6 940 860



Mitt på den gamla avrättningsplatsen står en informationsskylt. Foto Monika Bertgren

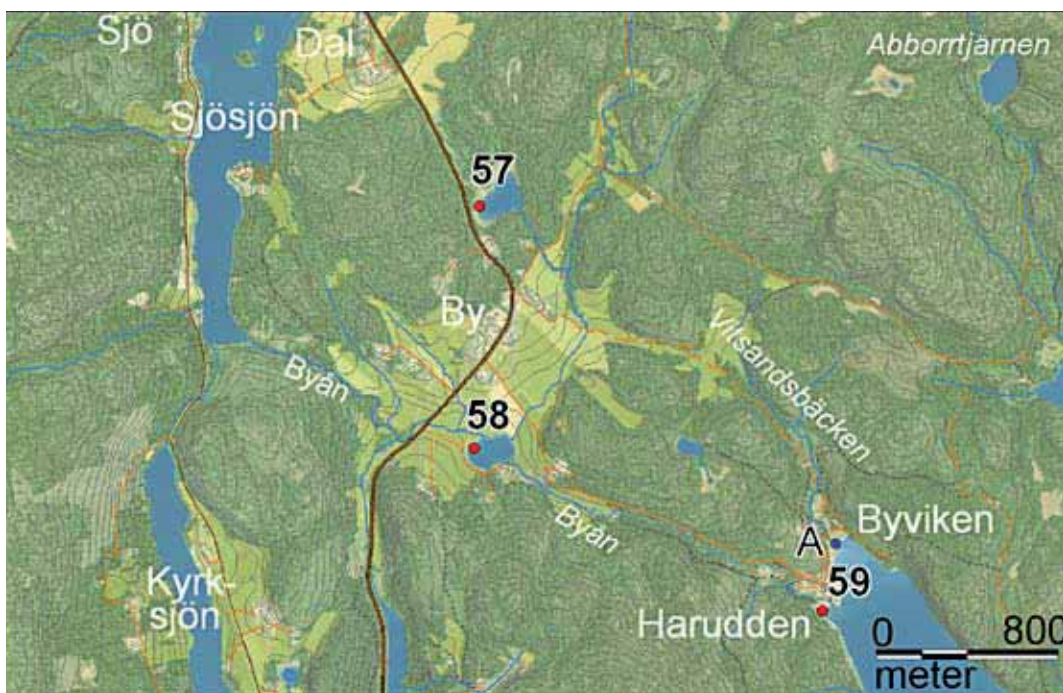
56 Minnesplats

Här finns en minnesplats för den avrättningsplats som låg vid Kallbäcken, strax öster om Kallbäckstjärnen. Avrättningsplatsen låg strategiskt nära gränsen mot Medelpad och Timrå kommun. Under 1800-talet avrättades ett okänt antal människor på denna plats. Den sista kända avrättningen ägde rum år 1867.

HITTA HIT:

När du har svängt av mot Häggsjö och kommit till korsningen efter 500 meter, så tar du till vänster över järnvägsspåret. Fortsätt ca 2 km tills du ser Öjesjön. Sväng vänster alldeles söder om sjön. Efter 500 meter, håll vänster och kör ned mot Kallbäckstjärnen. Efter ytterligare 200 meter ser du en liten parkeringsficka på vänster sida av vägen. En stig markerad med en skylt leder in mot minnesplatsen.
Ö 172 090 N 6 941 040





57 Dalstjärnen



I denna lilla fågelsjö kan du se bland annat svarthakedopping (*Podiceps auritus*).

58 Bytjärnen

Här rastar fåglar både i tjärnen och på fälten runt om. Särskilt om våren är detta en populär plats att skåda fågel, eftersom isen går upp så pass tidigt och lockar många tidiga flyttfåglar.

59 Byviken

Längst in i viken finns en fin liten sandstrand, vid Harudden. Badplatsen sköts av kommunen.

A I en skyddad del av viken kan du titta på rastande fågel. Här rinner Vitsandsbäcken ned i Byviken genom den steniga stranden. I det strömmande vattnet trivs bland annat strömstaren (*Cinclus cinclus*).



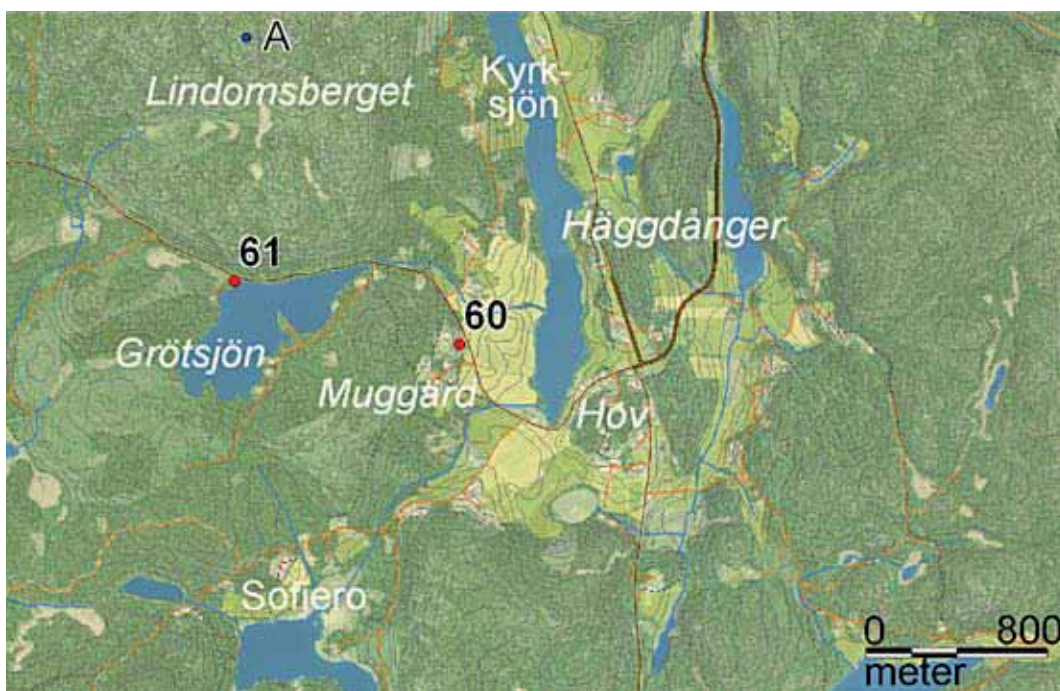
Strömstare



Svarthakedopping. Illustration Helena Winberg

HITTA HIT: 🔍

Kör söderut från Härnösand på E4:an i 8 km. Ta första avfarten mot Häggdånger och Häggdånger kyrka, det är åt vänster. Efter två km ser du Sjösjön på höger sida. Efter 1 km till passerar du byn Dal, och Daltjärnen (besöksområde 57) dyker upp på vänster sida efter ytterligare en km. Fortsätt en km till och du är i byn By. Tar du av vänster mot Byviken (det är skyltat) kommer du fram till bad- och fågelviken (besöksområde 59). Om du istället passerar den avfartsvägen och tar direkt till vänster efter Byån, så ser du Bytjärnen (besöksområde 58) på vänster sida. Hitta lämplig plats att ställa bilen på. Kör inte för nära så fåglarna skräms iväg från fält och tjärn.
Ö 181 680 N 6 938 730



60 Muggårdsängen

Tack vare sin speciella flora och artrikedom är denna äng klassad som ett riksintresse. Ängen slås varje år sedan 1989 av Naturskyddsföreningen i Härnösand. På ängen växer över hundra olika kärlväxter, varav många är speciella för just ängsmarker, som slätterfibbla (*Hypochaeris maculata*), slätterblomma (*Parnassia palustris*) och rödklint (*Jacea pratensis*). På ängen trivs både humlor och fjärilar, som den rödlistade arten turkos blåvinge (*Aricias Nicias*).

Mer om naturliga ängsmarker på sidan 134.

Barn älskar att plocka blommor och leka på ängar, men detta är ingen plats där du bör släppa barnen helt fritt. Flertalet blommor får inte plockas och du ska inte kliva på dem heller. På sensommaren sker slåttern, då kan du höra med Naturskyddsföreningen om de ordnar någon aktivitet i samband med den som du kan vara med på.

61 Grötsjöns bad

Pröva detta lilla insjöbad alldeles vid vägkanten. Ombyteshytt och grillplats finns. Kommunen sköter badplatsen.

A Norr om badet finns Lindomsberget med utsikt över Haggdånger.

HITTA HIT: 🔍

När du i Haggdånger passerar kyrkan fortsätter du rakt fram genom byn Hov. Forsätt ca 1 km och du ser en liten parkeringsficka på vänster sida. Muggårdsängen med den stora björken är alldeles ovanför vägen. Ö 178 550 N 6 937 350 För att komma till Grötsjöns badplats fortsätter du ytterligare 1 km. En mindre avfart finns på din vänstra sida. Ö 177 561 N 6 937 630



Orkidén Jungru Marie Nycklar trivs bra på Muggårdsängen

Härnösands kommun





62 Haggbergets naturreservat

Haggbergets naturreservat ligger nära vägen som går söderut mot Barsviken.

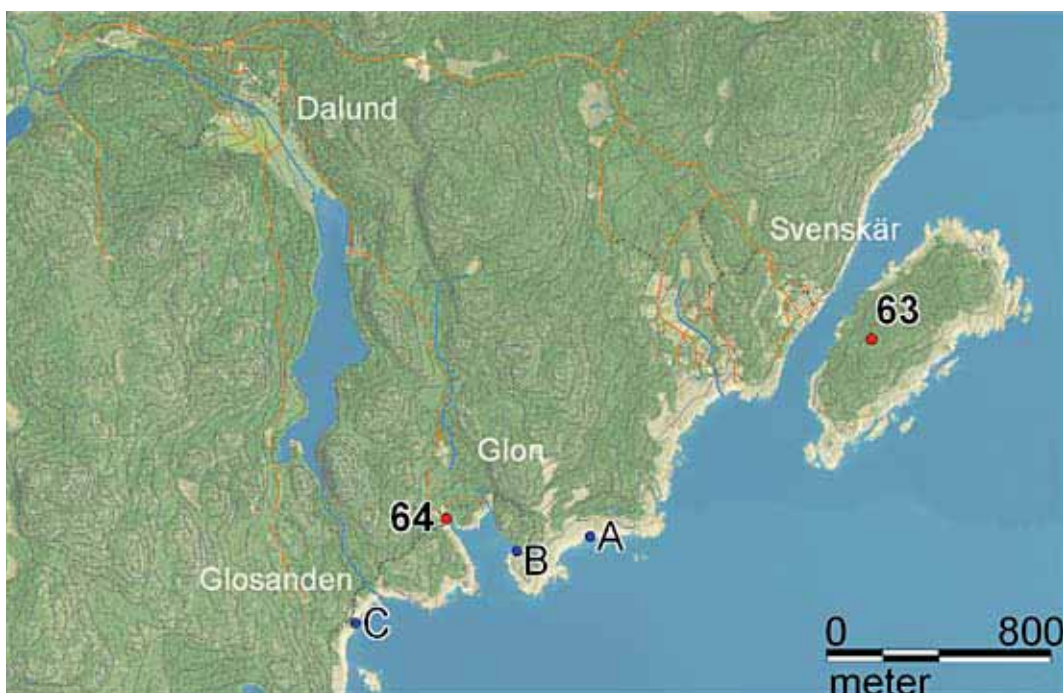
I skogen finns mindre vanliga svampar, som till exempel streckvaxing (*Hygrophorus atramentosus*) och violspindelaskivling (*Cortinarius violaceus*). Den diabasrika berggrunden gör att växter som blåsippan (*Hepatica nobilis*) och grönkulla (*Coeloglossum viride*) trivs i området. Syftet med reservatet är att bevara en kustnära skog med ovanlig förekomst av skyddsvärda marksvampar i en näringsrik barrskog. Området ska också hållas tillgängligt för allmänhetens friluftsliv.

HITTA HIT: 🔍

När du tagit första avfarten från Härnösand och passerat Haggdångers kyrka på höger sida, svänger du vänster i korsningen, mot Barsviken. Efter ca 2 km är du framme vid naturreservatet. På höger sida finns det utrymme för att ställa bilen och en informationsskylt. Stigen som går upp mot skogen ser du direkt vid parkeringen. Ö 179 030 N 6 935 256



En vandring med Svampklubben brukar avslutas med en genomgång av vilka svampar som deltagarna har hittat



63 Labyrint på Svenskäret

En spännande utflykt för dig som har båt. Besök den välbevarade labyrinten som består av 12 stenringar. Labyrinten ligger på ett klapperfält och du går in i den från ostnordost.

I området finns också flertalet gravrösen från bronsåldern. Labyrinten räknas som en fast fornlämning och skapades under perioden mellan medeltiden och nyare tid. Labyrinter finns nästan över hela Sverige. Vad de användes till är osäkert, de som byggdes under förhistorisk tid hade förmodligen med dåtidens religion att göra, kanske lades de för god fruktbarhet. När kristendomen gjorde sitt intåg byttes tradi-



Höstvandring utmed Glosanden.
Foto Härnösands kommun

tionen antagligen ut till att främja god skörd. Flertalet labyrinter som ligger vid kusten lades av säsongsfiskare vid medeltiden och senare. Kanske gick de i labyrinterna för att främja god vind och god fångst.

64 Glon

Ett vackert fiskeläge med en naturhamn för privata båtar.

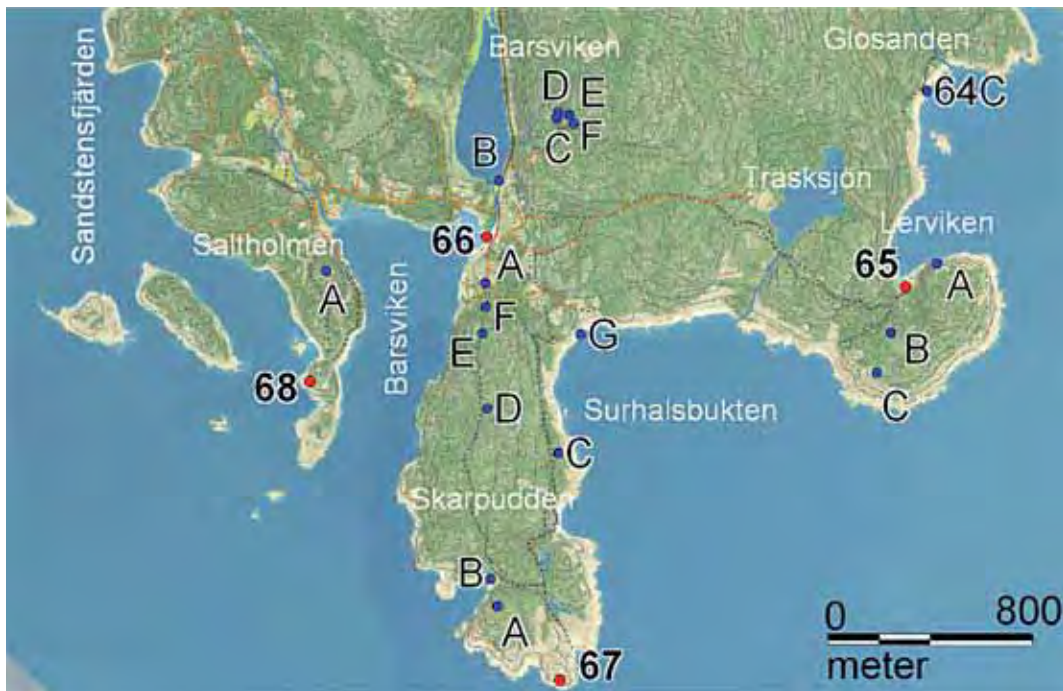
- A Strandmalen med härligt klapperfält
- B Ta dig ett dopp i en avskild vik
- C Bada på det populära Glosanden.

HITTA HIT:

När du i Häggdånger passerat kyrkan, sväng direkt av mot vänster, det är skyltat mot Barsviken. Efter ca 1,5 km tar du vänster mot Dalund. Efter ytterligare 1,5 km fortsätter du rakt fram om du vill till Svenskär eller till vänster om du vill till Glon. Det är ungefär 2 km till båda ställena från Dalund. Observera att det finns en vägbom som kan vara nedfälld mot Glon. Svenskär är ett fiskeläge som ligger mitt emot Svenskäret.
Ö 182 580 N 6 933 920

Härnösands kommun





Barsviken

Ta E4:an söderut i ca 8 km och ta vänster mot Häggdånger. När du i Häggdånger passerat kyrkan, sväng direkt av mot vänster, det är skyltat mot Barsviken. Barsviken är namnet både på samhället och på havsviken. Fortsätt 6 km och du hittar en stor parkeringsplats i närheten av havsbadet. Låt bilen stå där under ditt besök i besöksområdena 65, 66, 67 och 68. Parkeringen finns på koordinaterna Ö 179 024 N 6 932 370



Häbre i Barsviken. Foto Carina Näslund



Lervikens fiskeläge. Foto Carina Näslund

65 Lervik

Du vill säkert se detta underbara gamla fiskeläge med små stugor och vacker utsikt mot havet, men tänk på att stugorna är privata och bebodda. I skogen ovanför fiskeläget finns det spännande saker att upptäcka, underliga geologiska formationer och flera fornlämningar.

- A Ett häftigt stenblock som kallas predikstolen.
- B Ett gravfält med 7 rösen och 6 rundastensättningar, de kommer från perioden mellan stenåldern och järnåldern.

HITTA HIT: 🔍

Karta och vägbeskrivning finns på sidan 76. Från parkeringen går du in på en grusväg åt öster, ca 1 km. Vid hygget går en stig in till höger, strax är du inne i skogen och efter någon kilometer är du framme.
Ö 180 610 N 6 932 125





66 Barsviken

Barsviken är en vik mellan Skarpudden och Saltholmen. Det är också namnet på ett fiskeläge som härstammar från 1500-talet. Här finns en härlig badstrand med gräsmatta alldeles bredvid parkeringen.

A Sedan 1700-talet står här ett litet kapell som byggdes av Gävlefiskarna som arbetade i Barsvikens fiskeläge.

B Badplats i södra delen av sjön Viken, en brygga finns för allmänheten.

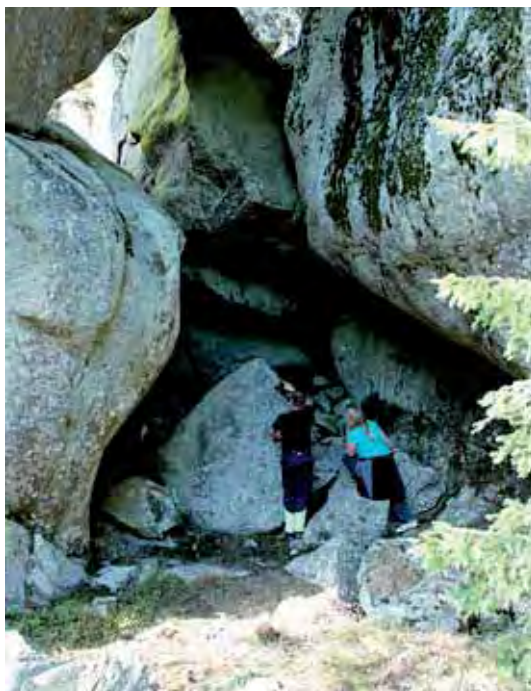
C-D Raukar

E Utsikt över hela Barsviken och ända bort till Södra Berget i Sundsvalls kommun.

F En häpnadsväckande klippgrotta.

Mer om geologi finns på sidan 119.

Mer om Gävlefiskarna finns på sidan 69.



Klippgrottan vid delområde F. Foto Monika Bertgren

HITTA HIT:

Karta och vägbeskrivning finns på sidan 76. Från parkeringen ser du havet och badstranden i söder. Fiskeläget och kapellet är på östra sidan av viken.

Om du går några meter norrut från parkeringen kommer du till sjön Viken (B) där du kan bada i lite varmare vatten än havet. Fortsätt vägen på östra sidan av sjön och du kommer till Barsviksberget. Du tar dig upp där via en asfalterad brant väg som ligger mitt emot en mötesplats för bilar. Fortsätt upp och ta stigen till vänster in i skogen. Ö 179 000 N 6 932 330



Rauk vid delområde C. Foto Monika Bertgren



Tjärn på Skarpudden. Foto Carina Näslund

67 Skarpudden

Hela udden mellan Barsviken och Surhalsbukten kallas Skarpudden. På uddens sydspets finns en fyr och det är en bra plats att studera fågelsträck, särskilt under hösten samlar udden upp flyttfåglar som vill vila sig. Om du följer stigen runt Skarpudden kommer du att få se vackra kustavsnitt med hällar, strandmalar och orörd hällmarkstallskog. Landskapet har formats av inlandsisen, den efterföljande landhöjningen och det eviga slipandet utav vind och vågor. På din vandring runt udden kommer du också att stöta på lämningar från vår forntid, som gravrösen och andra stensättningar. Skarpudden är ett av kommunens populäraste friluftsområden.

HITTA HIT:

Karta och vägbeskrivning finns på sidan 76. Från parkeringen ser du havet i söder. Du kommer ut mot Skarpudden genom att följa vägen och stigen på den östra sidan av viken.
Ö 179 280 N 6 930 610

A Här får du se en kompassros (vädersträckspil) från nyare tid, ett röse (grav) från bronsåldern och en stensättning (grav) från bronsåldern-järnåldern.

B-C Passa på att vila i något av de båda vindskydden som finns uppställt på Skarpudden. Den första finns i den lilla viken vid Smörgåsarna, det är också en skyddad plats om du vill bada. Det andra vindskyddet hittar du på andra sidan udden, mot Surhalsbukten.

D-F Fler rösen och stensättningar från bronsåldern finns utefter stigen.

G En grillplats nära havet hittar du här.

H





Solnedgång på Saltholmen. Foto Monika Bertgren



68 Saltholmen



På halvön Saltholmen finns berghällar av en speciell sorts diabas som spricker sönder i stora fyrkantiga ”klossar”. Den här diabasen vittrar sönder så det skapas små hål, det ser nästa ut som en förstenad ost. En del av holmen kallas faktiskt för Potthålsudden. Den vackra fjällnejlikan (*Silene suecica*) växer här, några exemplar ser ut att växa upp direkt ur berget eftersom de har slagit rot i sprickor i berget.



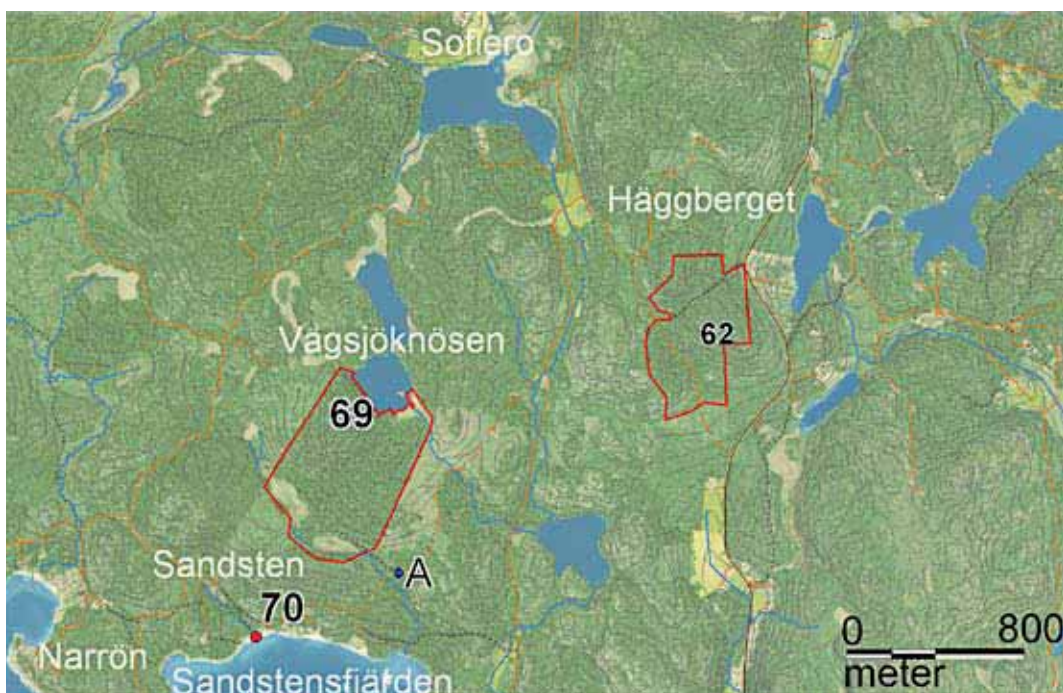
A Flöjelberget är en populär plats för fågelskådning.



Fjällnejlika

HITTA HIT: 🔍

Karta och vägbeskrivning finns på sidan 76. Mellan sjön Viken och parkeringen finns en väg åt väster. Följ denna till Malviken i 700 meter (det kan vara bra att parkera i Barsviken och gå därifrån för det finns få lämpliga parkeringsställen utefter vägen) och ta till vänster vid den gula bommen. Passera bäcken och håll till vänster mot stugorna. Snart kommer du till stigen som går ut till själva holmen. Fortsätt den söderut så kommer du snart till Potthålsudden.
Ö 178 304 N 6 691 773



69 Vägsjöknösens naturreservat

Naturreservatet består av berget Vägsjöknösen, bergets sydsluttning samt Sandstensmyrarna i södra delen. Det är ett mycket varierat naturskogsområde med lövrik barnaturskog, lummig kalkbarrskog, lövbränna, sumpskog, hållmarkstallskog och ett örtrikt bäckdråg. Runt midsommar blommar orkidéen nattviol (*Platanthera bifolia*) i granskogen. Syftet med reservatet är att bevara det varierade skogsområdet och dess biologiska mång-



Nattviol. Foto Heléne Öhrling

fald. Området ska också ge allmänheten möjlighet till naturupplevelser.

A Här börjar stigen till reservatet.
Ö 177 460 N 6 933 857

HITTA HIT:

När du i Häggdånger passerar kyrkan fortsätter du rakt fram genom byn Hov. Efter lite mer än 500 meter svänger du vänster mot Torroms by, det är skyltat med naturreservat. Ytterligare ca 700 meter, innan Sofiero, tar du vänster in på en skogsbilväg. Efter drygt 1 km svänger du av mot höger, ännu 1 km senare delar vägen sig och du håller höger. Fortsätt någon kilometer fram till parkeringen med informationstavla vid reservatet. Strax bortom parkeringen går en stig upp till höger mot reservatet. För att hitta till Sandstensfjärden fortsätter du vägen söderut ca 1,5 km från parkeringen.

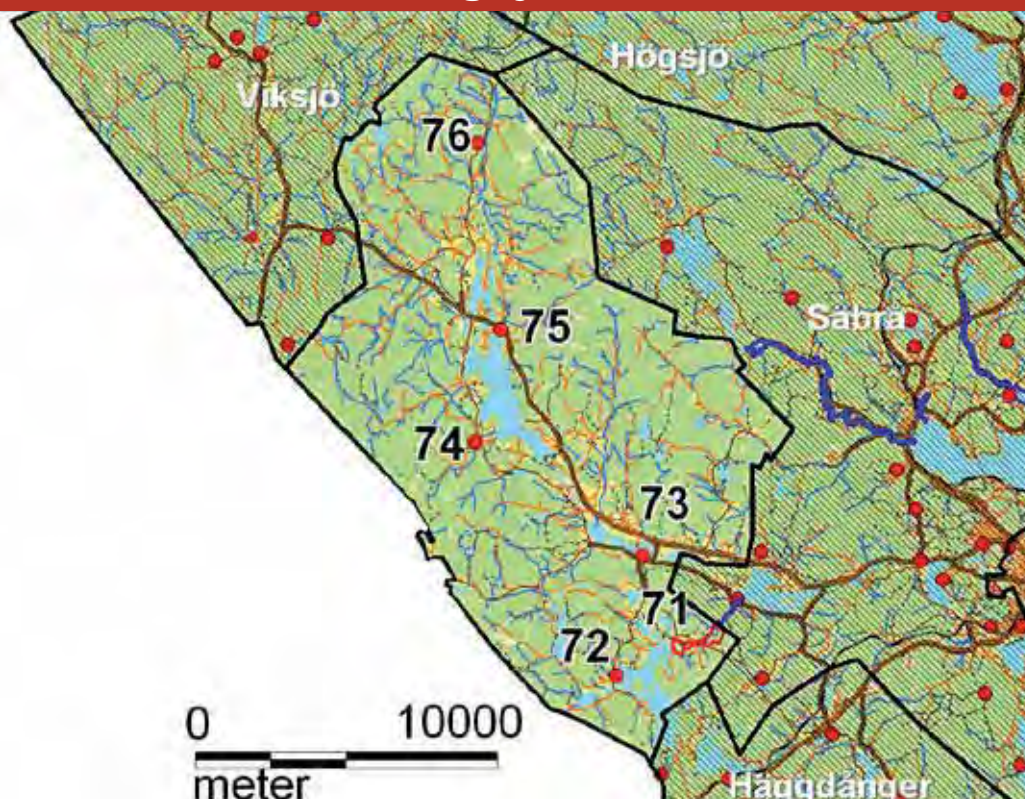
70 Sandstensfjärden

Sandstensfjärden ligger väster om Barsviken. Här finns fina sandstränder, fågelrika öar och slipade berghällar. Det finns några sommarstugor här men det känns ändå som en orörd strand.

Härnösands kommun



Stigsjö



Stigsjö domineras av de stora sjöarna som finns i mitten av församlingen, landskapet präglas också av de skogsbeklädda bergen och jordbruken. Här har du stora möjligheter till bad och fiske. Du kommer lättast till Stigsjö genom att ta Stigsjövägen som går i en öst-västlig riktning genom Säbra och Stigsjö och slutar i Viksjö församling. För att komma till Stigsjövägen från Härmösand, tar du E4:an norrut någon kilometer, svänger av höger mot Godstjärn och Viksjö. I korsningen några meter senare tar du vänster och följer sedan vägen under bron. Nu är du på Stigsjövägen. I sydöstra delen av församlingen ligger Stigsjö kyrka. Den byggdes i slutet av 1700-talet.



71 Brånsåns naturreservat



Brånsån rinner mellan Öjesjön och Långsjön. Södra delen av ån och skogen runt omkring den är ett naturreservat (markerat med rött på kartan) för att skydda flodpärmusslan (*Margaritifera margaritifera*). I ån finns flera fiskarter, bland annat öring (*Salmo trutta*) som flodpärmusslan behöver för sin fortplantning. I skogen runt ån växer sällsynta lavar som långskägg-

lav (*Usnea longissima*) och ringlav (*Evernia divaricata*). Den lilla tjärnen i södra delen av naturreservatet kallas för Dyn. Nedströms den har bävvar (*Castor fiber*) anlagt en damm.

- A** Informationstavla och plats att ställa bilen.
- B** Rastplats.

HITTA HIT:

Ta E4:an söderut till den stora korsningen vid Antjärn. Ta höger, det är skyltat mot Sörmark. Efter ytterligare 100 meter tar du vänster, det är fortfarande skyltat mot Sörmark. Följ vägen 1 km och fortsätt rakt efter järnvägs korsningen. Vägen övergår till en grusväg. Efter ca 3 km tar du höger i korsningen, och efter ca 200 meter tar du vänster mot Älgsjö och Stigjö kyrka. Efter ca 2 km, innan du passerar bron över Brånsån, ser du en informationsskylt med karta över naturreservatet på din vänstra sida. Sväng in där och ställ bilen. Om du går till fots tillbaka efter vägen 100 meter, kommer du till en stig in i reservatets norra del, som leder dig till en mysig rastplats. Ö 173 400 N 6 945 412



Vid besökspunkt B hittar du denna mysiga rastplats



72 Bad i Öjesjön

Ta med hela familjen till denna mysiga badplats. Det finns en stor gräsplan som är perfekt för lekar och picknick. Här finns det ingen plats för parkering, inte heller utefter vägen. Därför är denna badplats bäst för dig som kommer via cykel eller till fots. Du bör även läsa skylten med förhållningsregler och respektera dem.



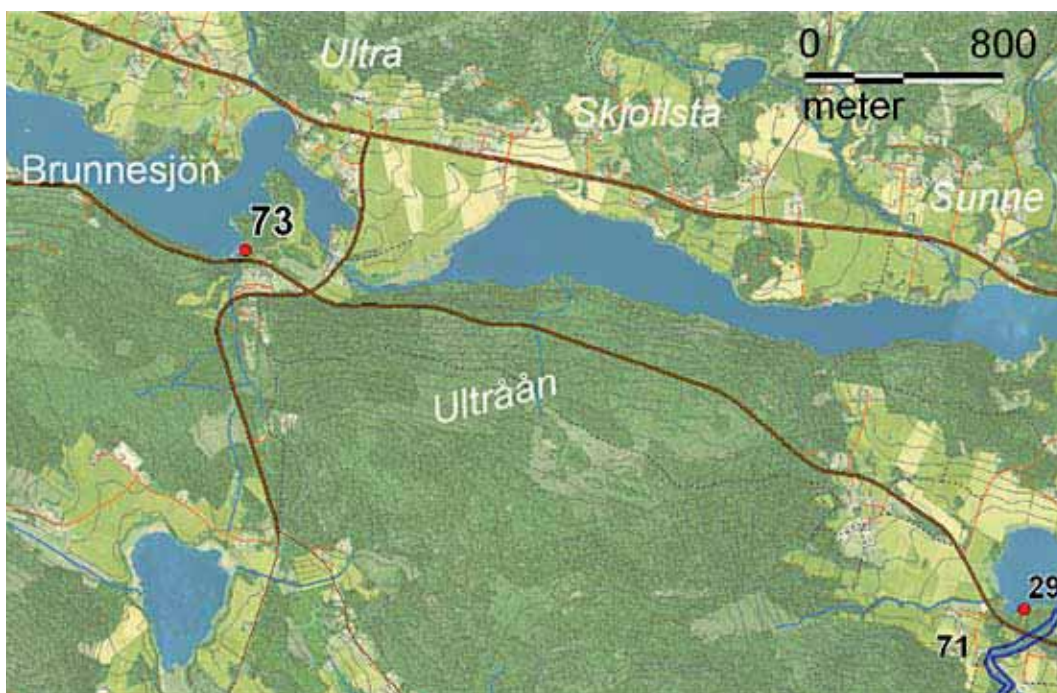
Stor gräsplan vid den lilla badplatsen

HITTA HIT:

Ta Stigsjövägen 12 km till Ultrå. Sväng vänster mot Stigsjö kyrka. Fortsätt den vägen ca 4,5 km till Öje.

Om du kommer från Brånsåns naturreservat så fortsätter du vägen västerut i 3 km, till en korsning. Du tar då vänster mot Öje och fortsätter den vägen 3 km, du passerar Vike på vägen. Stigen in till badet ligger på vänster sida.
Ö 170 580 N 6 944 310





73 Bad i Stallarna

Badplatsen i Brunnesjön har en stor gräsmatta, en sandstrand och en grillplats. En brygga är utlagd för att lättare kunna komma ned i vattnet. Kommunen sköter badplatsen.

HITTA HIT:

Ta Stigsjövägen 12 km till Ulträ. Sväng vänster mot Stigsjö kyrka. Efter ca 500 m tar du höger i korsningen, mot Risnäs. Strax har du kyrkan på vänster sida, och du ser badet åt höger och svänger ned där för att ställa bil eller cykel. Om du kommer från Brånsåns naturreservat (s. 84) så fortsätter du vägen västerut i 3 km, till en korsning. Där tar du höger mot Stigsjö Kyrka, ca 1 km. Den vägen är att rekommendera, eftersom du får en underbart vacker vy av kyrkan när du kommer ned för backen. Nedanför kyrkan tar du vänster.

Ö 171 475 N 6 948 283



Möjlighet att elda finns om du tar med egen ved



74 Janne Vängmantorpet

Här har Janne Vängman-sällskapet föreställningar och andra aktiviteter några veckor varje sommar. Torpet utgör ett delstopp på Janne Vängmanleden, läs mer om den på sidan 141.

Janne Vängman är en påhittad figur baserad på Johannes Vänglund som levde 1858-1945 och bodde i ett torp som låg i närheten av Janne Vängmansällskapets nuvarande torp. Han arbetade som skomakare och reste runt från by till by för att laga skor. Vänglund använde ett kraftigt språk som var fullt av speciella ordvändningar och uttryck. Han sade vad han tyckte utan att bry sig om vem som drabbades eller hörde på. Författaren JR Sundström träffade Vänglund och följde honom och andra män som vandrade runt för att söka arbete. Det var då Sundström kom på idén att skriva om Janne Vängman, det blev flera böcker baserade på de roliga historierna som "gubbarna" berättade.



HITTA HIT: 🔍

Ta Stigsjövägen 15 km till Brunne. Ta vänster vid handeln, över bron. Ta höger i korsningen mot Risnäs. Efter ca 3,5 km ser du en vacker träskylt som visar Janne Vängmansällskapet åt vänster. Sväng in där, kör förbi gården och ta högra vägen upp, du kommer snart till en parkering och ser torpet rakt fram. Tänk på att under sommaren när de har öppet, särskilt under föreställningar och andra tillfällen som drar mycket folk, är det bättre att svänga vänster ca 100 meter tidigare, och följa skylten "parkeringen Janne Vängman". Det går sedan en stig från den parkeringen upp till torpet.
Ö 165 907 N 6 952 070

Härnösands kommun





75 Bad i Starred

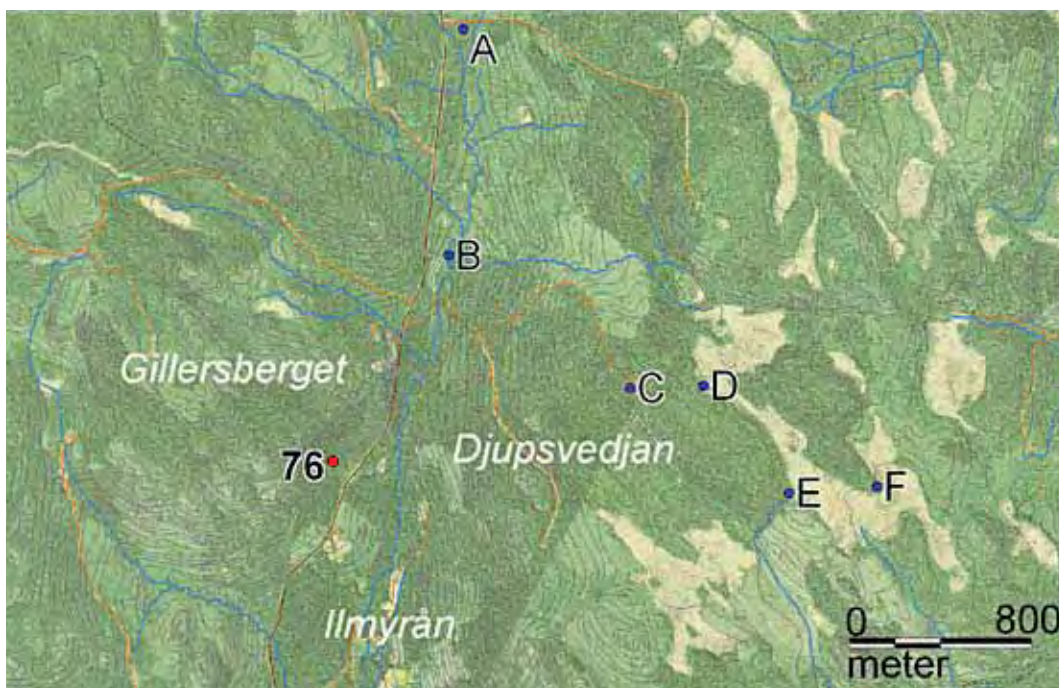
I sjön Gussjön finns detta bad som passar för alla åldrar. Här finns grillplats, bord, gungor, volleybollnät och en stor gräsmatta för solning. Kommunen sköter badplatsen.

HITTA HIT:

Ta Stigsjövägen västerut 22 km. Du kommer på vägen att passera Brunne, Böle och Nabben, och sen komma in i samhället Starred. När du åkt över Starredsbacken, ser du snart den stora öppna badplatsen på vänster sida. När du ser en skylt som visar att Östanvik ligger åt höger, ska du svänga in vänster mot parkeringen. Ö 166 770 N 6 955 814



Badplats för hela familjen



76 Gillersberget och Ilmyrån

Här rinner Ilmyrån mellan de två bergen Gillersberget och Djupsvedjan. Gillersberget är ett sydvästberg (Ö 166 000 N 6 962 010) och här växer orkidéer som tvåblad (*Listera ovata*) och korallrot (*Corallorhiza trifida*). Högre upp på berget har du en härlig utsikt över Gussjöbygdens många sjöar. Vid bergfoten är skogen lundartad och full med blommor på våren, som blåsippor (*Hepatica nobilis*) och vitsippor (*Anemone nemorosa*). Avverkning har skett på flera ställen, men själva berget är ännu orört.

A Norr om Gillersberget vid Ilmyrån (Ö 166 573 N 6 963 917), växer sumpnycklar (*Dactylorhiza traunsteineri*) och gräsull (*Eriophorum latifolium*). Förmodligen sipprar kalkhaltigt vatten genom myren eftersom så näringskrävande växter trivs här.

B Runt våtmarkerna vid Ilmyrån (Ö 166 510 N 6 962 920) kan du hitta fler orkidéer.

C I närheten finns det en lövbränna (Ö 167 310 N 6 962 333)

D På myrarna Starrmyran (Ö 167 630 N 6 962 340) och

E Vålmyran (Ö 168 010 N 6 961 873) kan du hitta sumpnycklar, ängsnycklar (*Dactylorhiza incarnata*), gräsull och myggblomster (*Ham-*

marbya paludosa).

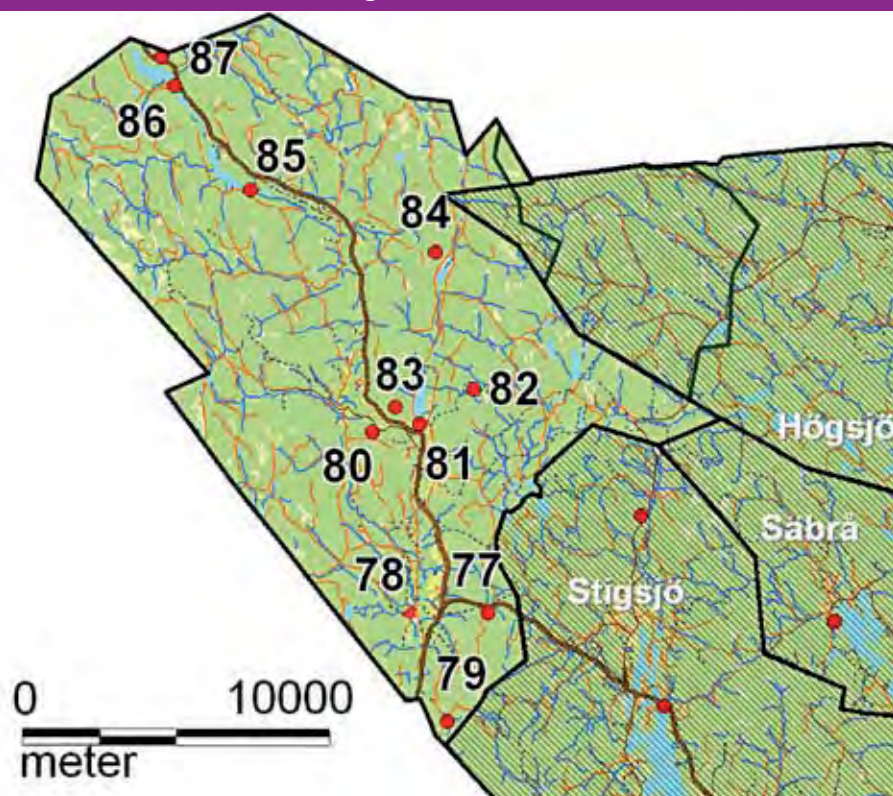
F Väster om den lilla tjärnen Vålmyrflarken (Ö 168 398 N 6 961 898) växer det rikligt med orkidéer.

HITTA HIT: 🔍

Ta Stigsjövägen västerut 23 km, du passerar byn Starred. Alldeles efter Starred kör du över en liten bro, ca 200 meter efter det tar du höger mot Gåltjärn och Sörgården. Efter 2 km fortsätter du rakt fram (håll höger) och passerar Sörgården. Kör förbi byn och en liten väg åt höger som kommer från Östanvik, sväng ej av utan fortsatt rakt fram. Ca 1 km efter den vägen har du Gillersberget på vänster sida (har du kommit till Gåltjärn har du kört för långt och får vända tillbaka). Hitta en lämplig plats att ställa bil eller cykel och ta dig runt till fots. Det här området har många nya skogsbilvägar, vissa syns inte på kartorna och det är svårt att beskriva hur du ska köra. Lättast är om du har en hand-gps och kan leta dig fram till besökspunkterna själv. Tänk på att gps-koordinaterna som är angivna här leder till ett större område där blommorna kan växa, de leder inte direkt till själva blomman. Besökspunkt A är lättast att hitta till, det är en tydlig väg åt höger, med en synlig bom ca 100 meter in, och en elledning som följer vägen.



Viksjö

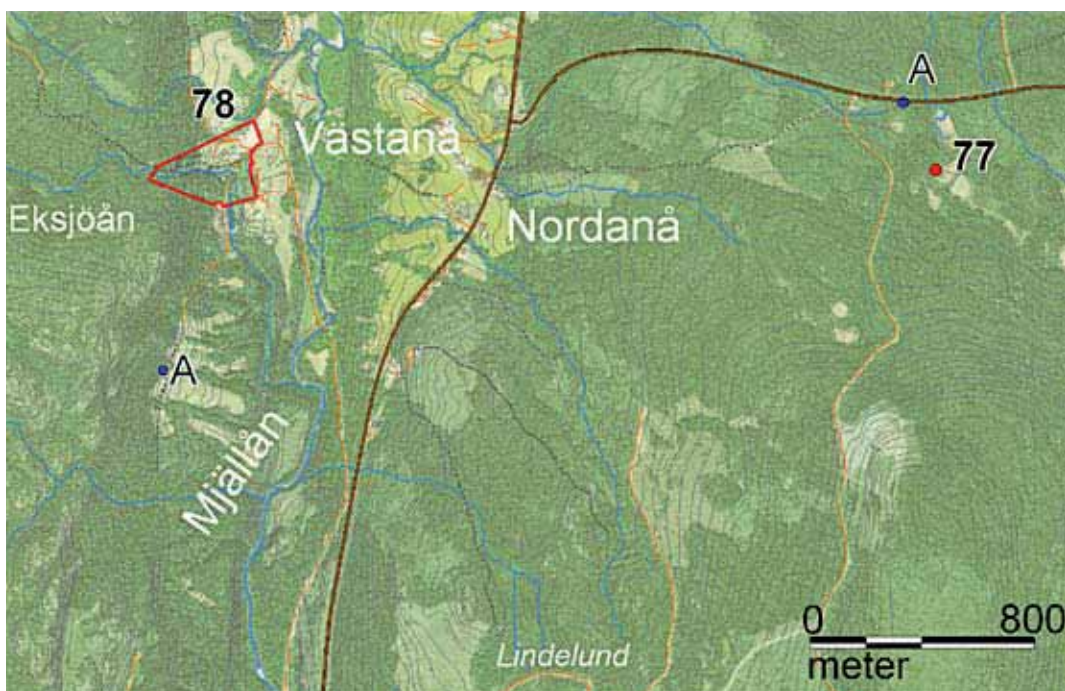


Viksjö är kommunens västligaste del, hit kommer du lättas via Stigsjövägen. För att komma till den vägen från Härnösand, tar du E4:an norrut någon kilometer, svänger av höger mot Godstjärn och Viksjö. I korsningen några meter senare tar du vänster och följer sedan vägen under bron. Nu är du på Stigsjövägen. Den går i en öst-västlig riktning genom Säbrå och Stigsjö och slutar i Viksjö församling. Där Stigsjövägen slutar kommer du in på Bävervägen (väg 331). Den går i en syd-nordvästlig riktning. Alldeles vid Bävervägen, i samhället Viksjö, ligger Viksjö kyrka som är åttakantig och byggd av liggande timmer. Den uppfördes 1928.

I södra Viksjö, från Västanå (s. 93) och västerut, finns ett område som kallas Lögdö vildmark. Det är ett stort område med imponerande skogsmark, många sjöar, tjärnar, åar och bäckar. Du kan paddla kanot, fiska, plocka svamp och bär, åka skidor och vandra i härlig natur. Det är bara en del av

vildmarksområdet som ligger i vår kommun, den största delen ligger i Timrå kommun, därför har vi inte tagit upp Lögdö vildmark i Naturguiden.

I Norra delen av Viksjö har än idag en av Samebyarna ett renskötselområde.



77 Flarkmyran

På denna intressanta myr kan du hitta flera växter som är typiska för våtmarker, som myggblomster (*Hammarbya paludosa*), bredbladig ängsull (*Eriophorum latifolium*), ängsnycklar (*Dactylorhiza incarnata*), Jungfru Marie Nycklar (*Dactylorhiza maculata*) och ullsäv (*Trichophorum alpinum*).

Ö 161 030 N 6 958 830

Koordinater visar inte på någon speciell växt, utan var myren ligger.

A Här finns plats att ställa bilen på

Ö 160 913 N 6 959 075



Jungfru Marie Nycklar

HITTA HIT: 🔍

Ta Stigsjövägen västerut. På vägen kommer du att passera Grofäll, Brunne, Starred och Uland. Sedan kommer du att passera två avfartsvägar åt höger mot Sörgård, den första efter 23 km från Hämosand, och den andra efter ytterligare 2 km. Ta inte av på någon av dem utan fortsätt rakt fram. 3 km senare ser du en liten parkeringsficka på vänster hand, det är en infart till en gammal igenvuxen väg, infarten är asfalterad de första metrarna. Det enklaste sättet att parkera där är att du fortsätter Stigsjövägen rakt fram ca 500 meter och tar in vänster på en skogsbilväg. Den vägen är bommad efter några meter, men du kan vända där och åka tillbaka och lätt kunna ställa bilen vid infartsvägen. Gå till fots genom skogen söderut så kommer du snart till den första delen av myren. Fortsätt gå runt och leta dig fram bland orkidéer och myrväxter. Stövlar och myggmedel rekommenderas.



Utsikt från Natur- och Kulturcentret mot Västanåfallet

78 Västanåfallets naturreservat

Vattenfallet skapas genom att Eksjöån kastar sig utför det 90 meter höga fallet, nedför Mjällådalens branta sluttningar. Det är en häftig upplevelse att se den naturkraft som vattnet visar upp och det bjuds på en underbar utsikt över Mjällådalen. Vid Västanåfallet finns, som enda ställe i Härnösands kommun, en av tre informationspunkter som ingår i Geologivägen.

Reservatet är också kulturhistoriskt intressant. Viksjö är en gammal ”finnbygd”, koloniserad av finska invandrare på 1600-talet. Här låg Västanå Järnbruk som var mycket viktig för Viksjöbygden under 1700- och 1800-talet. Det var under brukstiden som flottningsanläggningarna i forsen uppfördes. Ett minne från flottningspoken är den långa järnränna som förde stockarna förbi vattenfallet. Passa på att besöka Västanåfallets Natur- & Kulturcentrum för mer information och tips på aktiviteter i området.

A Om du följer den lilla grusvägen förbi vattenfallet söderut kommer du till torpen vid Svedjorna. Här startar Rotenleden som bjuder på en flerdagars vandring mot Härnösands stad. Du kan också välja att dela upp leden i kortare turer som härifrån till rastplatsen där du

kan ställa bilen när du besöker Diatremet (s. 95). Söder om torpen finns intressanta naturområden, gamla odlingsmarker är genomskurna av skuggiga raviner, nipor och sällsynta växter som mandelpil (*Salix triandra*) och älvsallat (*Mulgedium sibiricum*).

Mer om Geologivägen hittar du på sidan 120, mer om Mjällån hittar du på sidan 140 och mer om vandringsleder hittar du på sidan 141.

HITTA HIT:

Karta finns på sidan 92. Ta Stigsjövägen västerut ca 30 km fram till att den stora Bävervägen korsar din väg. Ta den vägen åt vänster. Följ skyltning till naturreservatet genom att efter 1,5 km svänga höger och sedan direkt åt höger igen, ned mot Mjällån. Efter ca 1 km på mindre vägar är du framme.
Ö 158 457 N 6 958 872





Hornsjökojan (s. 100)

H

Mer om historia

Finnbygd kallas områden där människor från Finland slog sig ned. Finland tillhörde Sverige från 1200-talet till 1809, så de flyttade egentligen inom samma land även om de hade sitt eget språk och sin egen kultur. De flyttade till Sverige för att arbeta med hyttbruk (för att framställa metall eller glas) eller med svedjebruk. De som arbetade med svedjebruk kallades för skogsfinnar (eller svedjefinnar). Svedjebruk gick till så att skog brändes för att få fram mark som gick att odla och betas. Denna arbetskraftsinvandring startade på 1500-talet och var vanlig ända in på 1800-talet. Det var Gustav Vasa (kung mellan 1520-1560) som ville få de svenska (och finska) skogarna uppodlade så att en större del av riket skulle vara bebott. Han lockade med flera skattefria år för dem som bröt ny mark och särskilt människor i östra Finland lockades av detta, eftersom de behärskade svedjebruket som de kallade "huhuhta". Ännu idag finns det gott om spår från den finska befolkningen i Viksjö församling, särskilt i de många finskklingande ortsnamnen, till exempel Villola.

Flottning var på 1800-talet det vanligaste sättet att transportera timmer från skogarna i inlandet till sågverken närmare kusten. De avverkade träden lades i älvar eller åar och fördes med hjälp av vattnet nedströms. Den som arbetade med flottning kallades för flottare. Flottning pågick mellan 1300-talet till mitten av 1900 talet.



79 Diatrem i Tunbodarna

Den geologiska definitionen av ett diatrem är ”distinkt cirkulär magnetisk anomali”. Det betyder ungefär att det är ett runt område där berggrunden är väldigt annorlunda från den berggrund som finns runt omkring. På djupet är diatrem ofta trattformade och de har bildats i samband med vulkanutbrott för länge sedan. Vanligtvis ligger diatrem under en rund myr eller tjärn, så kallade ”bull eyes”, men här vid Tunbodarna ligger det mer lättåtkomligt under torr mark.

Diatremet på denna plats har en radie på ungefär 200 meter och 100 kvadratmeter av berggrunden är frilagd så att den syns. Diatremet består av bergarten lamprofyr, mer bestämt utramafisk karbonatit. Den är så speciell att den har fått ett eget namn, melnoit. Lamprofyriska bergarter kan innehålla diamanter, men det gör inte denna sort.

Platsen är inte direkt vacker och bjuder inte på någon större spänning, men en sådan här fyndplats är ovanlig vilket gör diatremet till en viktig geologisk sevärdhet, bland annat tillhör den Geologivägen.

A Lämplig plats att ställa bilen.

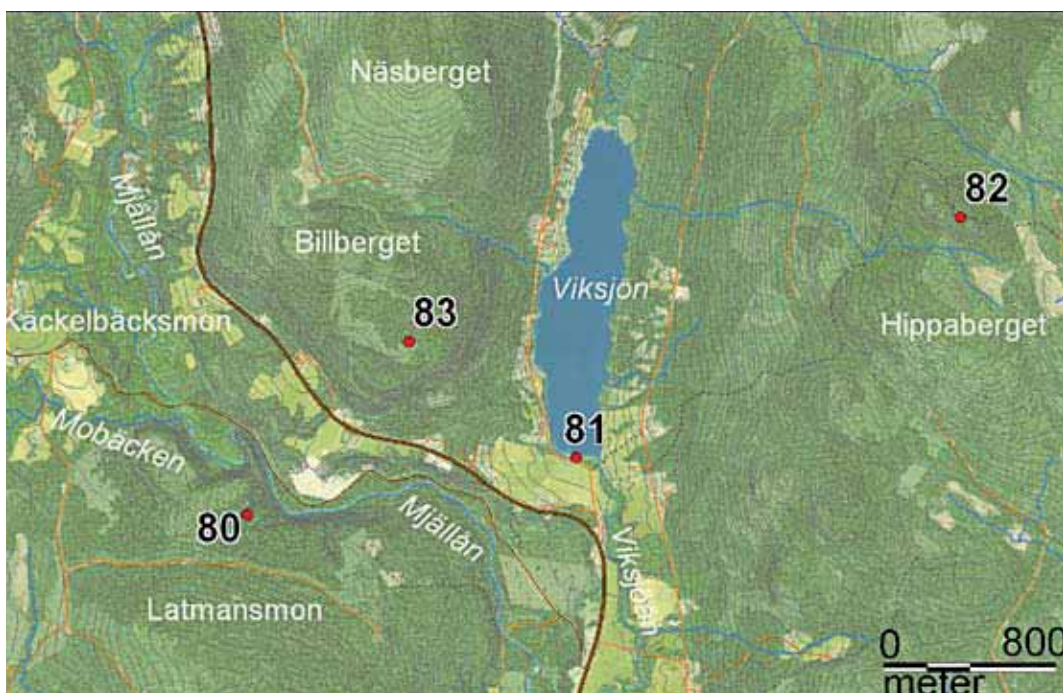
HITTA HIT:

Där Stigsjövägen slutar tar du vänster in på Bävervägen. Du fortsätter den ca 6 km söderut, då har du kommit in i Timrå kommun och kört förbi Tunbodarna. När du ser skylten för orten Mjällå är det dags att hålla utkik efter en relativt stor grusväg åt vänster, den kallas Grodtjärnsvägen (ingen skylt finns). Men den vägen är bommad efter bara några meter, så fortsätt istället ca 300 meter och ta in vänster på en rastplats. Denna rastplats korsas faktiskt av Rotenleden som går mellan Svedjorna i Västanåfallen (s. 93) och Janne Vängman-torpet i Risnäs (s. 87). Mer information om Rotenleden kan du läsa på sidan 141.

Ta dig till fots till Grodtjärnsvägen (genom skogen eller via Bävervägen, men se upp för tung trafik). Fortsätt Grodtjärnsvägen ca 2,3 km så ser du diatremet.

Ö 159 688 N 6 955 322





80 Latmansmon



Det strömmande vattnet i Mobäcken och Mjällån har skurit ut djupa raviner i den sand, mo och mjäla som Latmansmon består av. Än idag förs sand och grus bort från Latmansmon av de båda vattendragen. En del av materialet bildar sandbanker i ån, resten bygger upp Indalsälvens deltalandskap nere vid Stavreviken i Timrå kommun. Mjällån har delat upp Latmansmon i mer eller mindre fristående terrasser. Sådana terrasser kallas i Ångermanland för krång. Terrasserna är så kallade sedimentterrasser som skapades av sand som sjönk ned till botten för länge sedan. Sanden fördes hit av smältvatten från inlandsisen och av den forna Mjällån. På den tiden mynnade Mjällån ut i havet här vid Latmansmon.

Här finns också höga nipor och i Latmansmons östra ände sticker en tvärbrant ås ut mot nordväst och tvingar Mjällån att göra en kraftig krök. Åsen är resterna av en gammal rullstensås, uppbyggt av grövre material än resten av Latmansmon.

Läs mer om geologi och hur landskapet här har formats på sid 121.

På botten av ravinerna vid Latmansmon är det fuktigt och ständigt skugga. Här trivs växter som lundstjärnblomma (*Stellaria nemorum*), bergslok (*Melica nutans*), strutbräken (*Matteuccia struthiopteris*) och de giftiga ormbären (*Paris quadrifolia*). I några raviner växer det mycket sällsynta sötgräset (*Cinna latifolia*), det tillhör de så kallade ryssgräsen. Sötgräset finns bara på ungefär 20 ställen i Sverige, varav fyra är i Härnösands kommun. Tack vare att sötgräset växer här är området skyddat som ett Natura 2000-område.

Läs mer om ryssgräs på sidan 134.

HITTA HIT: 🔍

Ta Stigsjövägen och sväng in åt höger mot Viksjö på Båvervägen. Efter ca 5 km, strax norr om samhället, tar du vänster mot Käckelbäcksmön. Du har snart Mjällån på vänster sida, efter lite mindre än 2 km kör du förbi en grustäkt på höger sida. 1,5 km efter täkten är du i Käckelbäcksmön. Sväng in på en grusväg på vänster sida, kör ytterligare 1 km och sväng in vänster på ytterligare en grusväg. Ställ bilen på lämpligt ställe och vandra försiktigt runt i ravinerna och i skogen. Ö 157 247 N 6 964 731



Badplatsen i Viksjö

81 Viksjöbadet

Mellan bergen Hippaberget och Billberget ligger sjön Viksjön, i dess södra ände finns ett familjevänligt bad som kommunen sköter, med rutschkana, brygga och grillplats med bord.

Det är en bra idé att ha badplatsen som utgångspunkt när du ska ta dig uppför något av bergen. Det går en stig från badet till stugan på Hippaberget. Billberget är lite svårare att ta sig uppför, men du kan testa de mindre stigarna på berget.



HITTA HIT:

Karta finns på sidan 96. Kör Bävervägen norrut 6 km mot Viksjö. I Viksjö tar du höger mot Habborn. Följ den mindre vägen fram till badet, ca 400 meter.
Ö 158 780 N 6 965 000





Härnösands Skoterklubb har röjt leder i kommunen, bland annat upp till Hippaberget.
Foto Jörgen Andersson



82 Hippaberget



Ett utsiktsberg där du kan se långt ut över skogsklädda åsar i öster, Viksjön ligger glittrande alldeles under dig och du ser Mjällåns dalgång som ett böljande ljusgrönt band genom storskogen.

På berget finns det en stuga som är ett populärt utflyktsmål både på sommaren och vintern.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 96. Ställ bilen vid badet i Viksjö (s. 97). Det går en stig från badplatsen upp mot Hippaberget och stugan. Om du vill kan du ta bilen närmare berget, då fortsätter du på vägen mot Habborn, förbi badplatsen ca 5 km. Sen tar du höger och fortsätter i 3 km, då du tar av höger igen. Efter 500 meter håller du vänster och fortsätter upp mot berget i ca 3 km. Ställ bilen lämpligt efter vägen och gå via en stig (eller skoterleden) upp mot stugan. Tänk på att vägen kan vara bommad.
Ö 160 560 N 6 966 120

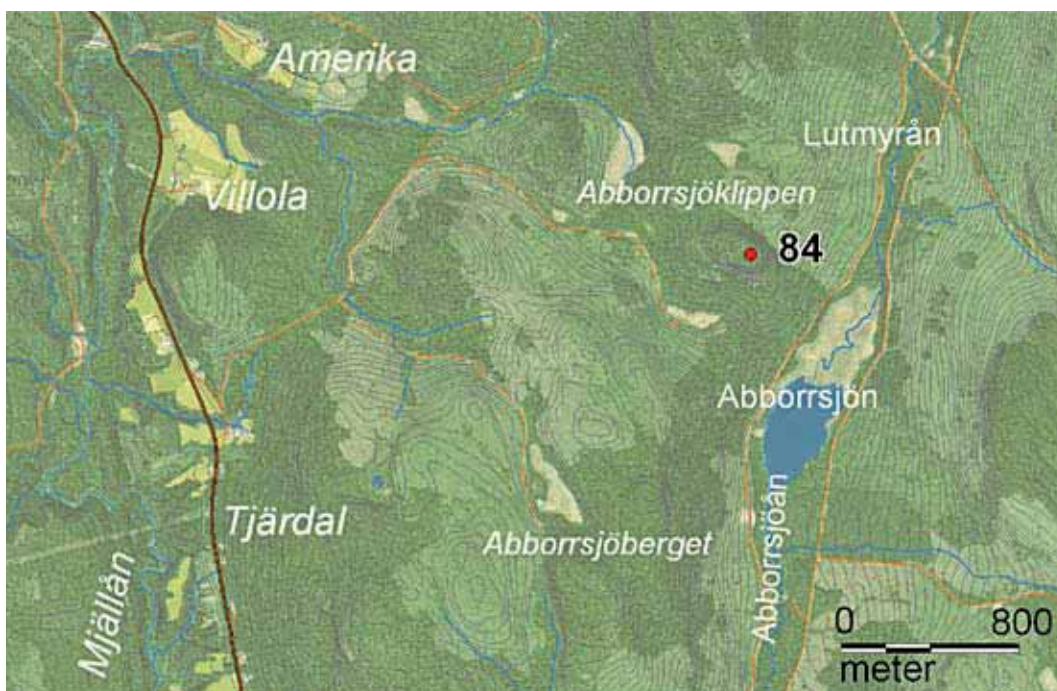
83 Billberget

Vid Mjällåns dalgång finns en gräns mellan två olika bergarter, diabas i öster och gråvacka i väster. Billberget markerar denna gräns.

Billberget bjuder på utsikt över Viksjö och Mjällåns dalgång och är även ett sydväxtberg med intressant flora. Bergrotens sydvästra del är den enda lokalen i Ångermanland som Bergviol (*Viola collina Besser*) har hittats. Du kan också hitta fjällväxter som trivs på de karga klipphyllorna. Fjällbräcka (*Saxifraga nivalis*) är en sådan fjällväxt, den växer nere vid bergfoten för den vill ha skugga och fuktighet.

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 96. Ställ bilen vid badet i Vikjö (s. 97) och leta reda på den stig eller klättring upp som passar dig bäst.
Ö 158 000 N 6 965 540



84 Abborsjöklippen

Skogen som växer här är en grannaturskog med inslag av lövträd och tallar. Det finns mycket död ved, vilket är positivt för en skogs artrikedom. Du kan hitta stora myrstackar och hackspår av den rödlistade tretåig hackspett (*Picoides tridactylus*). Berget erbjuder också en härlig utsikt. Några andra rödlistade arter i området är doftskinn (*Cystostereum murrayi*), garnlav (*Alectoria sarmentosa*), rosenticka (*Fomitopsis rosea*), ullticka (*Phellinus ferrugineofuscus*), violettgrå tagellav (*Bryoria nadvornikiana*), spindelblomster (*Listera cordata*) och ögonpyrola (*Moneses uniflora*).



Tänk på att myrstacken är nästan dubbelt så stor under jord som den är ovan...

HITTA HIT:

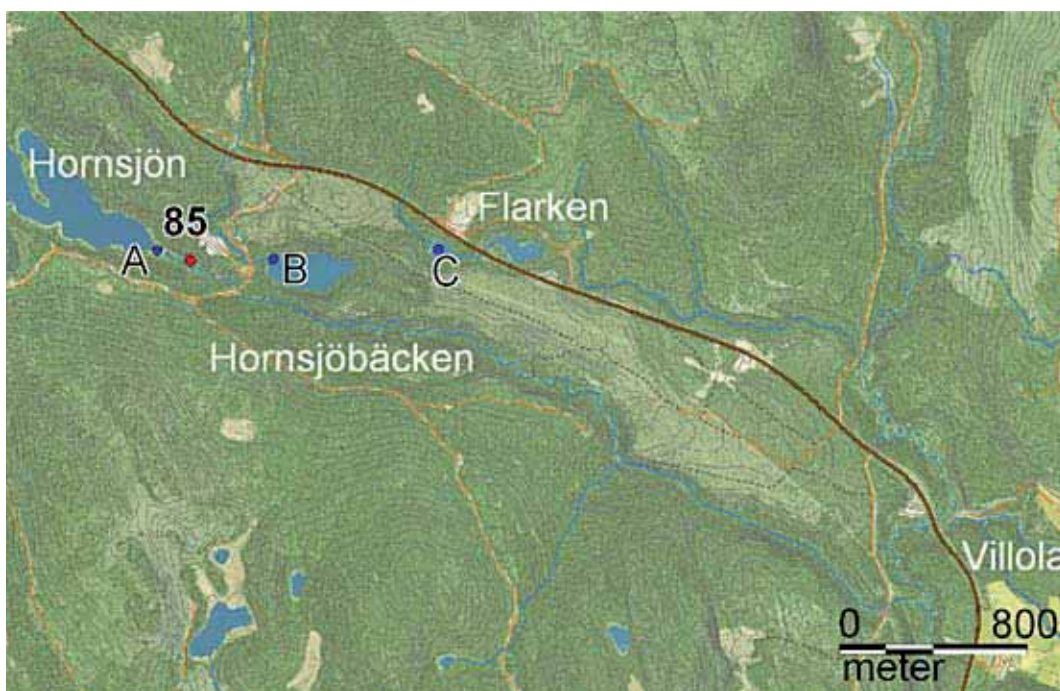
Kör genom Viksjö. Ta höger mot Habborn, kör förbi badplatsen och runda sjön Viksjö så att du har sjön på din högra sida. Efter 5 km passerar du Abborsjön på din vänstra sida, efter 2 km tar du vägen åt vänster över Lutmyrån. Efter bron tar du vänster och efter ca 2 km har du Abborsjön på vänster sida igen. Berget Abborsjöklippen har du då på din högra sida. Parkera lämpligt utefter vägen.

Alternativt svänger du ej av mot Habborn, utan fortsätter Bävervägen i 6 km till (du passerar Tappåla men ej Villola), och svänger upp höger mot några bostadshus, och fortsätter en skogsbilväg upp mot höger. Efter ca 1,5 km tar du höger igen och kör ytterligare 1,5 km för att komma till vändplan nedanför berget. Vägbommar kan förekomma.

Ö 159 300 N 6970 600

Läs mer om rödlistade arter på sidan 137.





85 Hornsjökojan och Hornsjömoarna



Vid Hornsjön fanns förut en damm, och dammen sköttes av en dammvakt. Dammvakten hade en liten stuga där han kunde bo när han arbetade, den kallades för dammvaktskojan. Här hittar du den nyrenoverade lilla stugan, den kallas för Hornsjökojan och är inredd med kamin och sovslafar (se foto s. 94).



A Gå en stig ned mot Hornsjön och du kommer fram till en sandstrand där du kan bada ostört.



Från trakten av Villola sträcker sig ett väldigt sandjordsområde förbi Hornsjön, Bastusjön och Spångsjöarna mot nordost och Graningsjön i Sollefteå kommun. Det är ett populärt friluftsområde för svamp- och bärplockare. Platsen är också geologiskt intressant och har en spännande natur. Hornsjömoarna utgör rester av ett stort förhistoriskt delta. När inlandsisen drog sig tillbaka var alla dalgångar i Viksjö djupa havsfjärdar. Vid Hornsjömoarna mynnade en väldig isälv som förde med sig stora mängder smältvatten, sand, grus och sten. Här finns fossila sanddynor som nu är beväxna med tall och lav. Från Hornsjön rinner Hornsjöbäcken österut, den har skurit sig djupt ned i deltaavlagringarna och skapat nipor varav

några av är tvärbranta och 50 meter höga.

Dödisgropar är spår efter inlandsisen, de kan variera i storlek, två exempel på stora dödisgropar är

B Tattartjärnen

C Djuptjärnen

Läs mer om hur landskapet har formats på sidan 119 och framåt.

HITTA HIT:

Sväng höger in på Bävervägen och kör 17 km. Du kommer att passera Viksjö, Billen, Tappåla och Villola. När vägen går förbi en tjärn (Flarken) på din högra sida är det dags att börja hålla utkik, för 1 km efter det ska du svänga av vänster, in på en grusväg. Efter ca 500 meter finns det plats att ställa bilen vid en informationsskylt från fiskevårdsområdet. Ta den högra vägen därifrån, upp till grustäkten. Gå nästan till grustäktens borte ände, och leta efter en väl synlig stig på täktens vänstra sida, den börjar där täkten bildar som en kil in mot skogen. Följ stigen och du ser kojan på din vänstra sida. Fortsätt stigen för att komma till stranden.
Ö 153 282 N 6 972 613



86 Bastusjön bad och fångstgropar

I området runt Hornsjömoarna finns flera fångstgropssystem. De skapades av människor någon gång mellan stenålder och nyare tid, och användes till jakt, antagligen älgjakt. Den fångstgrop som är lättast att ta sig till är markerad här och ligger nära vägen mellan Storjärva och Bastusjön.

A I närheten finns också en liten badplats med sandstrand, den har fin utsikt mot Bastusjöklippen (s. 102).



Stigen ned till badplatsen

HITTA HIT: 🔍

Ta höger in på Bävervägen och kör 21,5 km. Du kommer att passera Villola, Visåsen och Häggåsen. Efter Häggåsen kommer du att ha sjön Storjärva på din vänstra sida, och det är mellan den och sjön Bastusjön som du ska svänga in. Ta alltså vänster in på grusvägen mellan sjöarna, du ser en liten informationsskylt från fiskevårdsföreningen. Efter ca 50 meter finns det möjlighet att ställa bilen på höger sida. Gå över till skogen på vänstra sidan, en väl upptrampad stig syns, men vik av till höger in på öppnare tallmark efter någon meter. Fångstgropen är inte märkt, så du får gå och leta lite innan du hittar den. Om du fortsätter grusvägen ytterligare 50 meter (då kan du ställa bilen på vänster sida) så finns en stig ned till en mysig badplats i Bastusjön. Därifrån kan du se Bastusjöklippen. Vägbommar kan förekomma.
Ö 150 800 N 697 600





Bastusjöklippen, fotot är taget från badplatsen vid Bastusjön



87 Bastusjöklippen



På gränsen till Sollefteå kommun ligger Bastusjöklippen som är ett sydvästberg. På sydslänten har det hittats många intressanta växter som smällved (*Astragalus penduliflorus*), fjällskräp (*Petasites frigidus*), fjällskära (*Saussurea alpina*) och getrams (*Polygonatum odoratum*). Klättrar du högre upp på berget så får du en underbar utsikt över Hornsjömoarna.

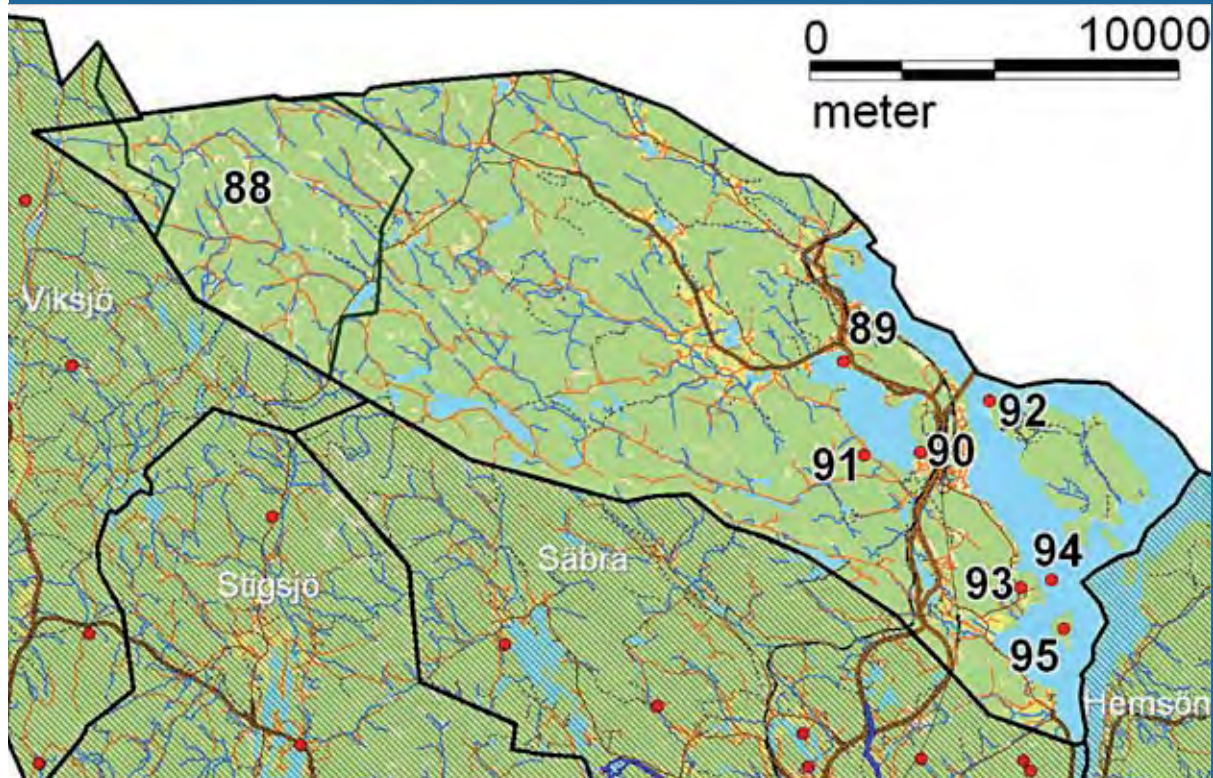


A Det finns fångstgropar lite söder om berget.

HITTA HIT:

Karta finns på sidan 101. Ta höger in på Bävervägen och kör 22 km. När du passerat grusvägen som går mot besöksområde 86 ska du hålla utkik, för du ska ta nästa vänster. Det är en nyanlagd grusväg, antagligen en förberedelse inför avverkning i närheten. Parkera lämpligt utefter den. Du ser Bastusjöklippen i nordost, var försiktig när du korsar vägen. Självklart kan du inte svänga in på grusvägen om avverkning eller annat arbete pågår. Då får du leta efter annan lämplig plats att ställa bilen, och sedan gå mot berget. Tänk på att Bävervägen är hårt trafikerad.
Ö 150 370 N 6 976 930

Högsjö

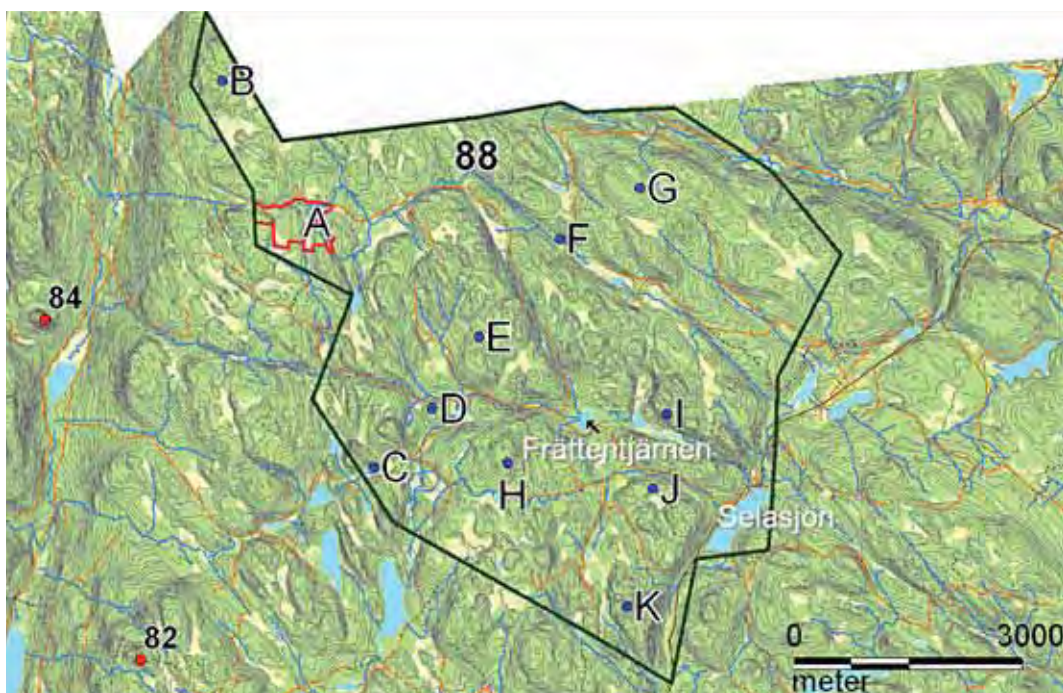


Högsjö är kommunens nordligaste församling 22 km norr om Härnösand och gränsar i söder och väster till Säbra. I nordväst möter man Kramfors kommungräns och i öster är Ångermanälven den naturliga gränsen. Från Höga Kustenbron ser man öarna Åbord och Vålön som också de tillhör Högsjö.

I nordsydlig riktning går E4:an som med Höga Kustenbron förbinder Högsjö med Nora församling i Kramfors kommun. Utmed E4:an finns avfarterna till samhällen som Utansjö och Vålånger. Vid Höga Kustensbrons södra fäste tar du av höger mot Kramfors för att komma in på riksväg 90 som passerar de större byarna Veda, Hälledal och Ramvik.

Här finns det många fiskevatten, djupa skogar och öppna odlingslandskap. Förutom Ångermanälven som är en havsvik vid Högsjö rinner Vallån den korta sträckan mellan Hundsjö och Mörtsjön.

Mörtsjön (s. 107 och 108) är den största sjön i Högsjö och vid dess nordvästra sida ligger Högsjö gamla kyrka som troligen byggdes i slutet av 1300-talet. Den brändes 1721 under rysshärjningarna, men återuppbyggdes sedan. 1789 blev Högsjö nya kyrka färdig, den ligger vid Mörtsjöns östra sida.



88 Vildmarksområdet i Högsjö

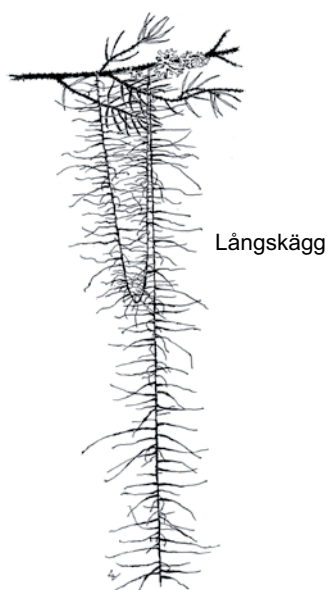
Vildmarksområdet är egentligen flera intressanta platser som ligger nära varandra i de norra delarna av Högsjö och Viksjö. Det som binder dem samman är att de har naturskogs-karaktär som till stor del är orörd av modernt skogsbruk. Flera av dem är växtplatser för den skyddsvärda långskägglaven (*Usnea longissima*). Det området som vi kallar vildmarksområdet kan också erbjuda den så viktiga tystnaden, den viloplats för sinnet som vi människor får alldeles för lite av i dagens stadslandskap. Mellan de intressanta platserna som vi har märkt ut som besökspunkter har avverkning nyligen skett, men dem passerar du snabbt och hittar till de värdefulla delarna. Här har du också en chans att hitta dina egna smultronställen för bär och svamp, vilket gör vildmarksområdet till ett lämpligt friluftsområde.



88 A Grenigtmyrans naturreservat

Naturreservatet består av äldre granskog och små områden av myrmark. I skogen växer den rödlistade laven långskägg (*Usnea longissima*). Långskägg är en lav som liknar julgransglitter och kan bli flera meter lång.

Mer information om långskägglaven hittar du på sidan 134.



HITTA HIT: 🔍

På väg 90 fortsätter du ca 4 km. I Hälledal tar du av vänster mot Karlberg (vägen kallas Judebyvägen). Fortsätt ca 16 km, du passerar Jude, Årsta och Lillsela. När du passerat Storsela ser du Selasjön rak framför dig, vägen går runt sjön på sjöns ovansida. När du har sjön på vänster sida ska du ta in på en skogsbilväg åt höger. Denna ska du fortsätta ca 3 km tills du passerat alldeles intill Frättentjärnen. Du tar nästa skogsbilväg som går åt höger. Du fortsätter denna väg ca 6 km. Håll utkik efter informationsskylt från Länsstyrelsen.
Ö 162 840 N 6 972 140 – koordinaterna visar lämplig plats att ställa bilen på.





I skogarna finns även andra arter av lavar och mossor



88 B-K Vildmarksområdet i Högsjö



Följande besökspunkter är små pärlor bestående av naturskogsliknande skog, berg och myrar. Eftersom avverkning sker då och då i detta område skapas även nya vägar, och en vägbeskrivning skulle lätt bli fel. Vi rekommenderar istället att du tar dig runt med hand-gps och kompass, väl utrustad med stövlar och myggmedel. Koordinaterna nedan leder dig inte till någon specifik plats, utan är bara en hänvisning till var ungefär besökspunkterna ligger.

B Lutmyrhöjden

Denna plats ligger egentligen i Viksjö församling, men eftersom vi räknar in den i Vildmarksområdet skriver vi om den här under Högsjö.

Ö 161 640 N 6 973 750

C Sturvattenkullen

Ö 163 630 N 6 968 660

D Ritjärnskullen

Ö 164 400 N 6 969 430

E Björnlandshöjden

Ö 165 020 N 6 970 370

F Svanabäcken

Ö 166 080 N 6 971 660

G Såghöjden

Ö 167 130 N 6 972 330

H Lomtjärnsåsen

Ö 165 390 N 6 968 720

I Skogen runt Smaltjärnen

Ö 167 510 N 6 969 360

J Långmyrberget

Ö 167 320 N 6 968 380

K Surpussen

Ö 166 980 N 6 966 820



89 Snibbens badplats

I Mörtsjöns norra del finns en badplats med härlig vy över bergen på andra sidan. Det finns gräsplan, en mindre sandstrand och några gungor. Kommunen sköter badplatsen och det finns en privatägd camping i närheten.



Nötväcka (*Sitta europaea*) är en rolig fågel, den klättrar med huvudet nedåt! Du kan se den runt om i Härnösands kommun

HITTA HIT: 🔍

Ta väg 90 och passera Veda, kör ca 3 km och sväng vänster mot Mörtsjön och Snibbens camping.
Ö 181 478 N 6 966 233





90 Utansjö badplats

I Utansjö finns ett mysigt bad i Mörtsjön. Här har du utsikt över Skåreberget och möjlighet till grillning, basket och volleyboll. Du kan sola på den stora gräsplanen och bada vid den lilla sandstranden. I närheten finns en stor äng full med sommarblomster. Kommunen sköter badplatsen.



Utansjö badplats med gräsplan och liten sandstrand

HITTA HIT: 🔍

Sväng av höger från E4:an mot Utansjö. Du kommer att åka under E4:an som bildar en stor bro över din väg och sedan kommer du till en korsning. Fortsätt rakt fram 500 meter och kör under ytterligare en bro, in i samhället. I nästa korsning visar en skylt vänster mot idrottsplatsen, men du tar av mot höger. Du är nu på Tjärnvägen och passerar snart en liten bro över Utansjöån. Efter den tar du av mot vänster in på Vallvägen. Ta direkt vänster igen in på parkeringen och följ stigen till fots över ängen mot sjön. Ö 183 588 N 6 963 773



Skåreberget sedd från Utansjö badplats (s. 108). Notera skåran som har gett berget dess namn

91 Skåreberget

Skåreberget som ligger alldeles sydväst om Mörtsjön erbjuder en härlig utsikt över Nora och Ångermanälvens mynning. En skåra går genom östra delen av bergets hjässa.

En trefaldighetskälla finns i närheten av vägen. En vacker skylt visar dig vägen in på stigen. När stigen delar sig efter ungefär 50 meter tar du åt vänster och ser snart källan. Härnösands kommun har inte tagit några vattenprover på källan och kan inte garantera vattnets kvalitet.



En kort bit in i skogen hittar du källan

HITTA HIT: 🔍

Karta finns på sidan 108. Sväng av från E4:an höger mot Utansjö. Passera under den stora bron (E4:an). Kör 500 meter och sväng vänster, mot Härnösand. Du åker nu söderut, vid sidan av E4:an. Efter ca 1 km svänger du av mot höger, det är skyltat mot Abborrtjärn. Håll höger, och efter ca 1 km tar du den nedre vägen, åt höger nu också. Detta är en liten traktorväg, så kör försiktigt. Efter ca 1 km ser du träskylten som visar vägen in mot källan. Du kan ställa bilen framför skylten, se till att köra långt ut på sidan så att andra bilar kan ta sig förbi. Annars finns det ett större utrymme att ställa bilen på ca 1 km längre fram.

Ö 182 060 N 6 963 710

Koordinaterna visar ungefär var källan ligger.





Från Åbordsöns västra sida har du utsikt över Utansjö. Foto Monika Bertgren

H

92 Röse på Åbordsön

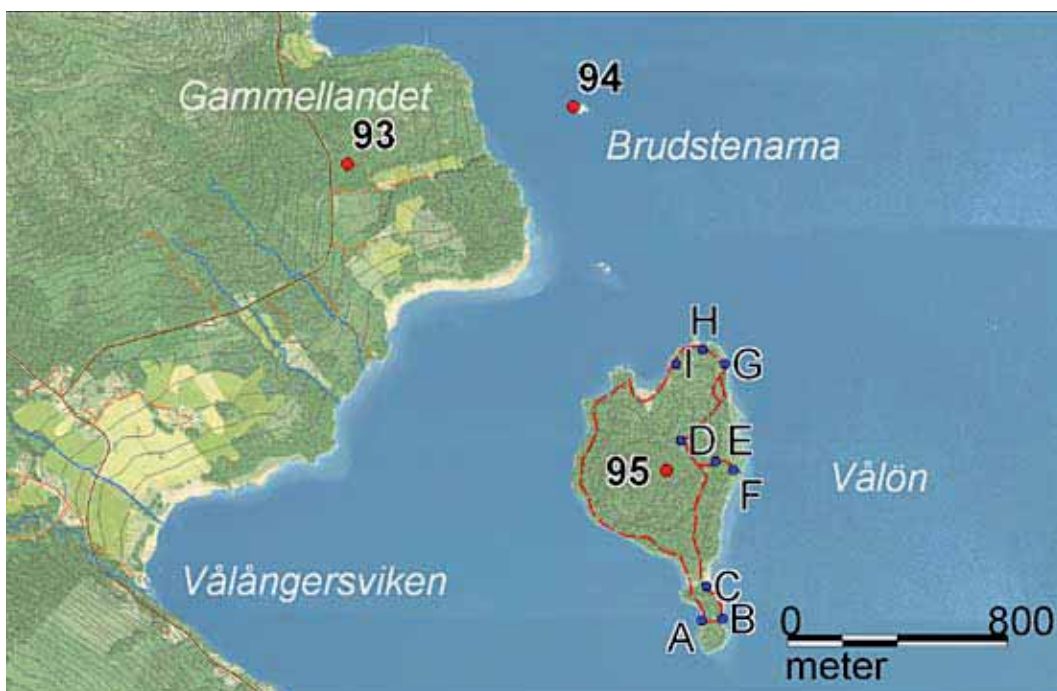


På ön Åbord ska det enligt muntlig tradition finnas tre rösen. Två av dem är återfunna. Detta röse är från bronsåldern. Röset är skadat av ett kanonfundament, vilket nu i sig räknas som en fornlämning. Du kan också se en minnestavla till minne av Första Batteriet vid Hemsö fästning som var placerat här. Batteri är ett äldre ord för ett artillerikompani, alltså en grupp soldater som arbetade med tyngre eldvapen, som kanoner till exempel.

Vandra runt på öns stränder så kommer du hitta avskilda platser att bada på.

HITTA HIT: 

Karta finns på sidan 108. För att komma hit behöver du båt, hör alltid med ägarna innan du lägger till vid en brygga eller båtplats. Röset och minnestavlan hittar du på den nordvästra delen av ön. Närmaste samhälle är Näset som ligger ungefär 1 km sydöst fågelvägen från röset. Det finns inga egentliga vägar mot röset, du kan ta dig fram via stigar eller utefter kusten.
Ö 185 443 N 6 965 167



93 Långröse på Gammellandet

Ett stort långröse från bronsåldern breder ut sig i granskogen. Ett väl värt besök för den historieintresserade. Vid vägen finns ett bord som lämpar sig för fika. En stor stig går in i skogen och efter bara några hundra meter är du framme.

HITTA HIT:

Ta E4:an norrut förbi Älandsbro och sväng av höger mot Hemsön. Efter ca 3 km tar du vänster mot Rö. Efter ca 6 km kommer du till en större korsning, där du tar av mot vänster. Fortsätter 3,5 km till Vålånger. Ta höger in på en mindre väg mot Utansjö. Efter ca 1,5 km ser du en liten skylt på vänster sida som pekar mot Rösen på höger sida. Möjlighet finns att ställa bilen på höger sida.
Ö 186 300 N 6 960 090



Brudstenarna och Höga Kustenbron



Långröset

94 Brudstenarna

Det är inte meningen att du ska åka ut till dessa små öar, men däremot är chansen stor att du ser dem från vägen när du åker upp mot Långröset på Gammellandet eller när du är ute på Vålön och då kanske du vill veta historien bakom dem?

Sågen om Brudstenarna förtäljer att ett brudfölje gick på grund vid dessa stenar och brudparet drunknade. Men två träd växte upp på en av kobbarna och nu kunde de olyckliga tu äntligen få leva tillsammans. Idag är tallarna hårt åtgångna av storskarv (*Phalacrocorax carbo*), men står ännu kvar och påminner oss om brudparets kärlek.

Härnösands kommun





Vålön och Baggskär sedd från Rö

H



95 Vålön

Vålön är ett perfekt exempel på hur landhöjningen påverkar landskapet runt oss. Vålön och Baggskäret söder om ön var förut skilda åt, men är nu sammankopplade med en landremsa som är bevuxen av helt andra växter och träd än resten av ön. Detta att olika växter tar över landområden i olika takt kallas för succession. På Vålön går en Naturstig, det är en vandringsled från Baggskäret och runt Vålön. Längs leden finns skyltar om öns flora, fauna och historia.

Läs mer om succession på sidan 133.

HITTA HIT:

Karta finns på sidan 111. För att komma ut till ön behöver du egen båt. Det finns plats för besökande båtar vid bryggan (A). Eventuellt kan du kontakta Rö Folkets hus och höra om de kan rekommendera någon med båt som kan köra ut dig (mot ersättning för bränsle så klart). Vill du se Vålön från land är det bäst att du tar dig till Rö. Kör du E4:an norrut, efter Ålandsbro tar du av höger mot Hemsön. Efter ca 3 km tar du av vänster mot Rö. Fortsätt ca 6 km till en trevägskorsning, och ta vänster in på den större vägen. Efter ca 1 km kommer du fram till Rö folkets hus, då ser du Vålön på din högra sida.
Ö 187 591 N 6 958 425

- A På Baggskäret finns en brygga med vindskydd och grill.
- B Ytterligare en grillplats finns på andra sidan skäret
- C Landhöjningen har nu bundit samman Baggskäret med Vålön, men marken är fuktigare här än på resten av ön.

Kulturhistoriska lämningar hittar du på följande platser:

- D Rester av Nöjestemplet
- E Rester av Sellstedtska torpet
- F Rester av Jaktstuga

Stigen fortsätter mot norra sidan

- G Vålöfyren
- H Grillplats
- I Rastplats

Välj din upplevelse



Fröken Styltstarr med ögon av sammets-
skinn, näsa av klibbticka och eldticka till mun.
Foto Lennart Vessberg

Barn och natur

Det är i tidig ålder som vår kärlek till naturen lättast väcks. Därför är det bra om du är ute så mycket som möjligt med barnen. Vänj dem att umgås med naturen under alla årstider och välj kläder efter väder. Att frysa eller vara blöt är inte roligt för dem heller. Tålamod är som alltid viktigt när det handlar om barn. Försök upptäck naturen tillsammans med dem istället för att bara undervisa dem. Har du små barn, undvik långa vandringar i jobbig terräng, de kan snabbt bli trötta, och då blir det inte så roligt längre. Planera in tid för vila och fika, ta med mycket dricka och god frukt att äta, då blir utevistelsen till ett roligt äventyr.

Barn är ofta mer intresserade av vanliga fåglar och djur än av växter, oavsett hur sällsynt växten är. Ta med barnen på fågelskådning och ha botaniseringen som en mindre del av utflykten. Fåglar som bara ligger stilla och flyter håller knappast barnens intresse uppe någon längre tid, försök att hitta variation i fågellivet och tänk på att små barn kan ha svårt att hantera en kikare. Hemmavid kan ett fågelbord intill ett fönster vara uppskattat.

Med en håv kan du och barnen hitta spännande djur i sjöar och bäckar.

Låt barnen skapa en natursamling, ni kan hitta spår av djur överallt i skogen, som ekorrhagda kottar. Bli inte upprörd om de tar med sig små djur hem, dela istället barnens upptäckarglädje och förklara varför djuren hellre bor ute än i barnens rum. Gillar du inte spindlar, grodor och sniglar så försök lägga band på dina känslor eller förklara åtminstone att det inte är spindelns fel att du är rädd för den. Onödig rädsla går lätt i arv – försök bryta den traditionen.

Flera föreningar har barnaktiviteter, som Friluftsrådet och Naturskyddsföreningen. Barn kan också följa med på vissa aktiviteter som Ornitologerna och Svampklubben ordnar.

De olika scoutkåren har många roliga aktiviteter för tonåringar och barn i skolåldern.



Kurragömma på Murberget



Barnaktiviteter

Här tipsar vi om några områden som är lämpliga för barnutflykter. De förutsätter, precis som på alla andra områden, att du som vuxen följer med barnen och ser till att de är säkra och betar sig rätt i naturen.

Nickebo	sid 21
Tallen på Stenhammar	sid 29
Gerestabäcken	sid 29
Kapellsberg	sid 30
Klåvasten	sid 32
Labyrinten i Gådeåparken	sid 33
Gravhögar i Tullportsparken	sid 33
Murberget	sid 35
Björners backar	sid 39
Franzéns kulle	sid 40
Lövudden	sid 41
Tjusarklinten	sid 43
Fälleberget	sid 44
Brånsån	sid 84
Janne Vängmantorpet	sid 87

Västanåfallet	sid 93
Hornsjökojan	sid 100
Långröse	sid 111
Vålön	sid 112

Badställen är så såklart populära bland barnen också, de badställen vi har med i Naturguiden hittar du på nästa sida.

Självklart kan du ta med dig dina barn också till andra områden som vi skriver om i Naturguiden. Barn älskar att klättra på klippor och springa i skogar, men det kräver mer av dig som förälder. Du känner dina barn bäst, testa att ta med dem på lite mer krävande utflykter, det kan bli ett äventyr de minns med glädje resten av livet.



Badplatser

Vi har många friluftsbad i Härnösand, så gå ut och lek, sola och bada! Kommunen sköter tolv stycken av dem, de är markerade med * här nedanför. Vill du bada i ett av baden som inte är skötta av kommunen så ska du ta extra hänsyn till markägarna och de som bor i närheten. Se till att du följer eventuella ordningsregler för platsen och ta med soppsåsar så att du kan ta ditt skärp med dig hem.

Hav

Alderskärviken	sid 18
Storholmen	sid 18
Nickebo	sid 21
Smitingen*	sid 22
Sjöviken	sid 23
Notsand	sid 24
Sälsten*	sid 31
Svartvik*	sid 45
Lustholmen	sid 60
Boviken på Lungön	sid 61
Sågsand på Hemsön*	sid 65
Byviken*	sid 72
Glön och Glosanden	sid 75

Barsviken	sid 78
Skarpudden	sid 79
Sandstensfjärden	sid 81
Åbordsön	sid 110

Insjö

Klubbsjön	sid 22
Brånsviken*	sid 47
Åmsjön	sid 53
Aspnäs	sid 55
Finsviken	sid 56
Antjärn*	sid 70
Grötsjön*	sid 73
Viken i Barsviken	sid 78
Öje	sid 85
Stallarna*	sid 86
Starred*	sid 88
Viksjön	sid 97
Hornsjön	sid 100
Bastusjön	sid 101
Snibben i Mörtsjön*	sid 107
Utansjö i Mörtsjön*	sid 108





Kaffedags. Foto Mathias Hermansson



Friluftsområden

Många områden passar riktigt bra för friluftsliv, de är populära platser för vandring i skogen, lek och motion. Här lyfter vi fram sju områden där vi rekommenderar friluftsliv, men det finns självklart många fler i vår kommun, både som nämns i Naturguiden under andra rubriker och områden som vi inte har haft plats att skriva om.

Smitingen	sid 22
Vårdkasen	sid 27
Kapellsberg	sid 30
Fälleberget	sid 44
Skarpudden	sid 79
Hornsjömoarna	sid 100
Vildmarksområdet	sid 104

Äta ute

Att äta i naturen kan vara allt från en picknick i parken till att koka den egentorkade maten över en eld efter en lång dags vandring. Det enklaste sättet att laga mat ute är att över glöden från en öppen eld grilla korv eller majscolv.

Kaffe kan du, liksom varmvatten för te, ta med i termosar, men om du ändå ska göra en eld kan det vara roligare att koka kaffe i en kaffepanna som är till för att ställas direkt vid glöden. Självklart tar du med dig alla dina sopor när du lämnar din lägerplats! Det gäller allt från engångsgrillar till förpackningar.

Stormkök för gas eller flytande bränsle finns att köpa i handeln. De kastruller och stekpannor som följer med kan oftast användas i öppen eld också. Bestick och kåsa underlättar och ta med gott om vatten om det inte finns rena bäckar i närheten. Se till att fnösket och tändstickor hålls torra under vandringen.

Elda med förstånd, är det torrt eller om det råder tillfälliga eldningsförbud ska du inte elda alls. Om det är läge att göra upp en eld, börja med att lägga ut stenar i en ring och i botten på ringen, detta för att elden inte ska sprida sig. Här bygger du sedan upp en brasa med kvistar eller vedkubbar. Som fnöske kan du använda tidningspapper eller näver (ta ej från levande träd). Tänd eld på fnösket först, mata sedan elden sakta med större pinnar och sedan ved. Se till att släcka elden ordentligt innan du går.



Klubbsjön. Foto John Granbo

Aktiviteter för funktionshindrade

Naturreservat

Till Klubbsjön (s. 22) kan du ta dig med rullstol. Där finns möjlighet till att grilla.

Bad

En asfalterad ramp leder mot sandstranden på Smitingen (s. 22). Sommarserveringen har ramp och toalett anpassade för rullstol.

Fiske

Vid två fiskesjöar finns toalett anpassade för rullstol, rullstolsramper och grillmöjligheter.

Fällbotjärn

sid 124

Djupsjön

sid 125

Dessutom finns Öbacka Dövas Sportfiskeklubb.

Historia

Murberget (s. 35) är delvis anpassad för funktionshindrade, det finns hiss till de olika våningarna och toalett anpassad för rullstol.

VHIF

Västernorrlands handikappidrottsförbund

VHIF hyr ut fritidshjälpmiddel om du vill testa

nya aktiviteter. De har också aktuell information om kommande tävlingar, arrangemang och aktiviteter i länet.

Kommunen har fler tips på friluftslivsaktiviteter som är anpassade för er med funktionshinder, till exempel ridning och flottfärder.





Den här utsikten har du från Uvberget



Utsiktsplatser

I Härnösand har vi sådan tur att det finns många berg med häpnadsväckande utsikt. Vissa är lätta att bestiga, andra kräver motion och vilja, men de är alla värda den energi som du lägger ned!

I den här guiden har vi inte skrivit vilka stigar du ska ta för att komma upp till bergstoppen eller exakt var den bästa utsiktsplatsen ligger på berget. Välj istället själv vilken väg uppför som passar dig bäst och leta dig fram till ditt eget favoritställe.

Följande utsiktsberg och toppar rekommenderar vi dig att besöka:

Klubberget	sid 22
Speckstagrottan	sid 25
Vårdkasberget	sid 27
Kapellsberget	sid 30
Gådeåbergsbrännan	sid 34
Tjusarklinten	sid 43
Fälleberget	sid 44
Grofällsberget	sid 48

Trappberget	sid 51
Uvberget	sid 56
Åberget	sid 58
Middagsberget	sid 58
Hammarkullberget	sid 64
Storråberget	sid 64
Hultomsberget	sid 66
Lindomsberget	sid 73
Barsviksberget	sid 78
Gillersberget	sid 89
Västanåfallet	sid 93
Hippaberget	sid 98
Billberget	sid 98
Abborrsjöklippen	sid 99
Bastusjöklippen	sid 102
Skåreberget	sid 109



Geologisk mångfald är typisk för hela Härnösandskusten. Slipade hällar och klapperfält möter havet och vinden. Här ser vi Furuholmen. Foto Monika Bertgren

Grottor och geologi

Härnösands kommun är en del av Höga Kusten vilket innebär att vi har en mycket spännande geologi. Till dig som är intresserad av att veta mer om den speciella geologin som finns i vårt län kan du, förutom att besöka nedanstående områden, titta närmare på Geologivägen.

Grottor

Smitingen	sid 22
Speckstagrottan	sid 25
Uvberget	sid 56
Barsviken	sid 78

Klapperfält

Furusanden	sid 18
Vårdkasmalen	sid 27
Glön	sid 75

Geologiska formationer

Klåvastenen	sid 32
Lungön Ljummastenen	sid 61
Predikstolen på Lerviksudden	sid 77

Havet formar sten och kust

Skarpudden	sid 79
------------	--------

Saltholmen	sid 80
------------	--------

Informationspunkt för Geologivägen

Västanåfallet	sid 93
---------------	--------

Landhöjning och dess effekter

Latmansmon	sid 96
Hornsjömoarna	sid 100
Vålön	sid 112

Speciell bergart

Diatrem i Tunbodarna	sid 95
----------------------	--------

Mer om geologi

Blockgrottor

Blockgrottor är grottor som bildas mellan stenblock. De kan ha bildats när en bergsbrant rasat ner. I områden som varit täckta av inlandsisen kan de ha bildats när berget har spruckit sönder på grund av de spänningar som byggs upp under landhöjningen (det kallas då neotektoniska grottor). Blockgrottor hittar du på Uvberget (s. 56).

Dödisgropar

När inlandsisen började smälta lossnade ibland enorma bitar av den och blev kvar, ofta i en dal. Dessa isblock bäddades in i jorden och när de till



slut smälte lämnade de en grop efter sig. Gropen (sänkkan) är vanligtvis rund och har en plan botten. Kanterna varierar från lodräta till mjukt rundade, beroende på isblockets form och vilka jordarter marken består av. På sänkans botten finns många gånger våt mark, exempelvis en myr eller öppet vatten. Dödisgroparnas storlek är oftast inte mer än några hundratal meter i diameter. Vid Hornsjömoarna (s. 100) finns sjöar som är just dödisgropar.

Fossila sanddyner

Fossila sanddyner är sanddyner som skapades för länge sedan. När inlandsisen började smälta samlades smältvattnet i isälvar, det var vattendrag inuti isen som transporterade vattnet ut ur isen och med vattnet fördes även sand, grus och sten. När vattnet forsade ut ur isen minskade dess hastighet och de partiklar som hade spolats med sjönk till botten. På vissa ställen samlades stora mängder sand. När marken sedan höjdes så att sandbotten blev mark ovan för vattnet blev sanden utsatt för vind som blåste den med sig till lugnare platser där den samlades i flygsanddyner. Flygsanddyner bildas fortfarande i områden nära kusten, men på platser där de bildades för länge sedan och inte längre kan bildas kallas de för fossila sanddyner. Fossila sanddyner är ovanliga i Sverige, men på Hornsjömoarna (s. 100) finns några fina exemplar. Idag är de täckta av lavmattor och tallskog, men den karakteristiska formen avslöjar deras ursprung.

Geologistigen

Stigen mellan Smitingens havsbad och besökspunkten med flera intressanta geologiska former kallas Geologistigen (s. 22).

Geologivägen

Geologivägen i Västernorrland är ett projekt för att samla information om länets geologi. Det är Länsstyrelsen Västernorrland som presenterar olika geologiska sevärdheter runt om i länet. Information om de geologiska lokalerna finns på Geologivägens hemsida (tips på länkar hittar du i slutet av boken). Där kan du läsa på om saker som är bra att veta innan du besöker platserna. Ljummastenen (s. 61), Västanåfallet (s. 93) och Diatremet i Tunbodarna (s. 95) är med i Geologivägen.

Glaciärer, istider och inlandsisar

En glaciär (kallas också jökkel) består av snö och is som "aldrig" smälter. Glaciären byggs upp av snö under flera år och när snötäcket blir tungt

pressas det samman och blir till is. Till slut är det så mycket snö och is att det blir som ett berg som pressas fram av sin egen enorma tyngd. Efter som glaciärer är så stora och tunga påverkar de landskapet runt omkring dem vilket lämnar spår som till exempel isräfflor. Dessa räfflor bildas när stenar som frusit fast i undersidan av isen skrapas mot bergytan. Du kan se sådana räfflor på många av bergshällarna utmed Härnösandskusten. Istider är perioder under jordens historia då stora landområden i omgångar är täckta av glaciärer. Dessa enorma glaciärer kallas för inlandsisar. Jorden har gått igenom flera istider och alltså har stora delar av jorden varit täckt av is många gånger. Då vi i dagligt tal säger istiden så menar vi den nedisningen som tog slut för ungefär 10 000 år sedan. Det tog ytterligare ungefär 3000 år innan Skandinavien var isfritt. Den inlandsisen var som högst antagligen fyra kilometer och dess tyngd kan ha tryckt ned marken en hel kilometer lägre än normal höjd.

Jättegrytor

Jättegrytor är gropar i berghällar. De kallas jättegrytor för att i sagorna från förr så användes dessa gropar som matgrytor av just jättar. Egentligen så bildas de när lösa stenar som har legat på berget har snurrats runt av vattenströmmar. Detta har pågått så länge att en grop har bildats i hällen. Ibland ligger stenen som har gnagts fram gropen kvar, den kallas för löparsten. Besök Smitingen (s. 22) för att se jättegrytor.

Klapperfält

Klapperfält är ett stort område med stenar eller block av ungefär samma storlek (se kornstorlekstabellen). Dessa bildades när marken låg under vatten och vågor under årtusenden spolade bort allting som var lättare än de stenar som nu är kvar. Genom landhöjningen kan vissa klapperfält idag ligga långt från stranden. På dessa stenar växer främst lavar, det finns ingen sand eller jord

Tabell: Kornstorleksskala enligt Atterberg

Beteckning		Kornstorlek
Block		Grövre än 200 mm
Sten		20 – 200 mm
Grus		2 – 20 mm
Sand		0,2 – 2 mm
Silt	Mo	0,02 – 0,2 mm
	Mjåla	0,002 – 0,02 mm
Ler		Finare än 0,002 mm

för något större att slå rot. Du kan bland annat besöka Vårdkasmalens naturreservat (s. 27) för att se ett klapperfält.

Landhöjning

När inlandsisen låg över Europa pressades marken ned runt en kilometer av isens enorma tyngd. När isen sedan smälte försvann trycket och därmed kunde marken börja återvända till sin normala höjd. Landhöjningen tar mycket lång tid, inlandsisen smälte för ca 10 000 år sedan, och än idag höjs landet, även om det inte sker lika snabbt idag som det gjorde den första tiden efter avsmältningen. Här runt Höga Kusten höjs landet nu för tiden med lite mindre än 1 cm per år. Besök Vålön (s. 112) för att se landhöjningen i olika steg.

Nipor

Nipor är branta sluttningar som är skapade av att älven har för bort sand och silt. Nipan består av det material som inte blivit bortfört. Älven tvingas hitta nya och lägre platser att rinna på eftersom landet hela tiden höjer sig. Sakta men säkert gräver älven sig djupare ned i marken, vilket gör att niporna runt om blir allt högre, vissa kan vara 50 meter höga och lodräta vid toppen. Ibland händer det att delar av niporna rasar, så du ska alltså inte klättra i dem. Besök området runt Västanåfallet (s. 93) eller Hornsjömoarna (s. 100) om du vill se nipor.

Raukar

En rauk är en slags stenpelare som har snidats ut ur själva berggrunden. De mest kända raukarna finns på Gotland, men även här i Västernorrland finns det ett antal raukar. En rauk bildas när havets vågor och vinden nöter bort delar av berget och lämnar kvar stenpelare som består av en hårdare bergart. Våra raukar har bildats av att inlandsisen och havets vågor har gröpt ur sprickor och svaghetszoner som har omgivit de nu stående raukarna. Vågorna och isen har också haft hjälp av roterande stenar runt om dem. Besök Smitingen (s. 22) och Barsviken (s. 78) för att se raukar.

Rullstensås

När inlandsisen gled över marken skrapade den med sig avlagringar som sand och sten från berggrunden. När isen började smälta spolades stenar, grus och sand fram i stora isälvar genom isen. Där slipades stenarna mot varandra så de blev runda. Vid isens kant strömmade tillsist älvarna ut och förde med sig stenarna och det mindre materialet ut från isen. När vattnet forsade ut ur isen

sjönk först de stora stenarna till botten. Ju längre bort från isälvens mynning vattnet nådde, desto lugnare blev strömmen och det lättare materialet kunde också sjunka ned. Inlandsisen smälte söderifrån, alltså flyttades iskanten och isälvarnas mynningar längre och längre norrut. Detta gjorde att det material som strömmade ut från isen bildade stora avlånga strängar av sand och sten i nord-sydlig riktning som kallas för rullstensåsar. Eftersom isälvens mynning hela tiden flyttades norrut så fick älven en längre sträcka att strömma på. Platser där iskanten förut legat nära och där endast större stenar kunnat sjunka ned på grund av den starka strömmen, låg efterhand längre bort från iskanten och älvens ström blev alltså svagare där. Då sjönk det lättare materialet ned och lades ovanpå och vid sidan av det grövre materialet som sjunkit ned där tidigare. Rullstensåsen består alltså av olika lager, med det grövsta materialet längst ned. Besök Latmansmon (s. 96) för att se en rullstensås.

Sedimentterrasser

Sediment är de avlagringar som bildas när fasta partiklar sjunker och samlas på havs- och sjöbottnar. Detta kan ske när strömmande vatten som har dragit med sig material börjar flyta långsammare (till exempel när ett vattendrag mynnar ut i havet, eller när en älv som strömmade genom trånga gångar i inlandsisen mynnade ut i det öppna landskapet). Sedimentterrasser bildas när dessa sediment lagras stegvis, detta skedde allt eftersom när landet höjdes och det strömmande vattnet fick en längre sträcka innan det kunde mynna ut i havet. En terrass är en smal, platt och långsträckt yta, som på ena sidan har en brant uppåt, och på den andra sidan en brant nedåt, det hela liknar en stor trappa. Besök Latmansmon (s. 96) för att se sedimentterrasser.

Strandmal

Strandmal är grus eller sten vid havet, som en sandstrand men uppbyggd av större stensorter istället. Besök en strandmal i Glon (s. 75).

Tunnelgrottor

Grottorna på Härnön är så kallade tunnelgrottor. De har bildats av sprickor i berget som havets vågor har holkat ur och vidgat till flera meter djupa hålor. Landhöjningen har gjort att vissa av dem ligger långt från stranden idag. Sådana grottor kan du hitta vid Klubbviken (s. 23) och i Speckstagrotta (s. 25).



Fågelskådning

Fågelskådning kan vara enkelt, som att titta på fåglarna vid fågelbordet utanför köksfönstret, eller ett äventyr när du tar med din tubkikare en tidig morgon ut till en stenig kustremsa.

Fåglar är vackra och många har ett fint läte, det är lätt att förstå varför fågelskådning blir allt mer populärt. Du kan göra det bara för skoj skull, eller som en tävling där du kryssar av de arter du ser. Ta med fågelbok och kikare (handburen eller tubkikare).

Vi rekommenderar följande platser för er som är fågelintresserade:

Storklippet	sid 19
Härnöklubb	sid 22
Härnö Södra	sid 24
Speckstatjärn	sid 25
Godstjärn	sid 38
Sparrudden	sid 41
Grofäll	sid 48
Kragomsviken	sid 52
Finsviken och Uvberget	sid 56
Juviken	sid 60

Klubben på Hemsön	sid 67
Dalstjärnen	sid 72
Bytjärnen	sid 72
Byviken	sid 72
Skarpudden	sid 79
Flöjelberget	sid 80
Sandstensfjärden	sid 81



Fiske

Härnösand har mycket att erbjuda för oss som tycker om att fiska. Vi har sjöar, tjärnar, bäckar, åar och en lång kuststräcka.

Fisket är i princip fritt i havet, vill du fiska någon annanstans så krävs ett tillstånd som kallas fiskekort. Vissa vatten får du inte fiska i alls.

Det finns flera regler som du behöver känna till innan du fiskar. Prata med fiskevårdsområdets kontaktpersoner eller med försäljaren av fiskekort för att få mer information om vilka regler och priser som gäller i de aktuella fiskevattnen. Du kan också kontakta Länsstyrelsen Väster-norrland och fråga efter dokumentet "Bestäm-melser vid fiske inom Västernorrlands län".

På Härnösands turistbyrå kan du hämta en mindre fiskeguide, i den finns karta och information om var du kan köpa fiskekortet.

När du fiskar gäller så klart att du ska vårda naturen, ta med dina sopor hem och respektera eventuella eldningsförbud, precis som annars i naturen.

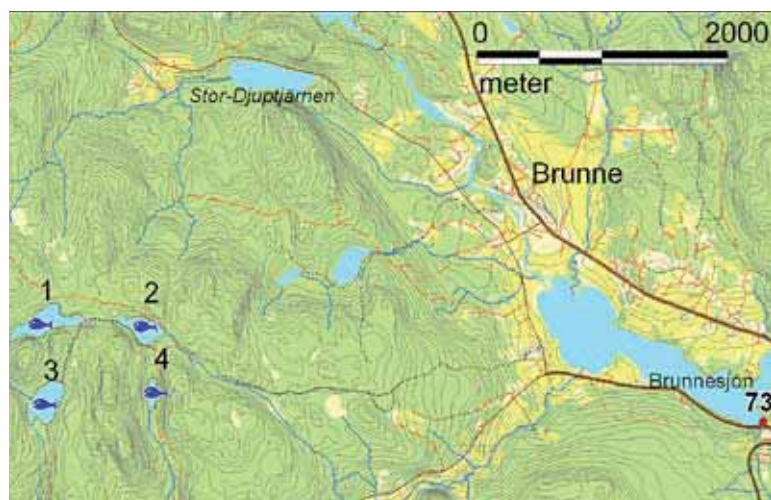
Det finns flera fiskeföreningar i Härnösands kommun. För att komma i kontakt med dem, eller med något av fiskevårdsområdena, kan du titta i föreningsregistret på kommunens hemsida, eller prata med Samhällsförvaltningen på Härnösands kommun så kan de ge dig kontaktuppgifter.

Fiskevattnen har fått egna numreringar, skilt från besöksområdena i resten av Naturguiden. De markeras på följande kartor med blå fiskar.

Vid två fiskesjöar finns toaletter anpassade för rullstolar och rullstolsramper till vattnet. Där finns också eldstäder, vindskydd och ved.

Fällbotjärn 2
Djupsjön 7

(se kartor sid 124 och 125)



Hamretjärnarnas Fiskevårdsområde

Öbacka sportfiskeklubb
www.obackasportfiske.se

Fäbodsjön

Öring, hornavanröding

1

Fällbotjärn

Öring, hornavanröding

Anpassat för funktionshindrade

2

Iggen

Abborre, fjällröding, amerikansk bäckröding, öring

3

Långtjärnen

Put&take under maj – augusti, regnbågslox

4



Helgum- och Gådeåns Fiskevårdsområde

Nässjön

Gädda, gös, abborre, mört

5

Helgumsån

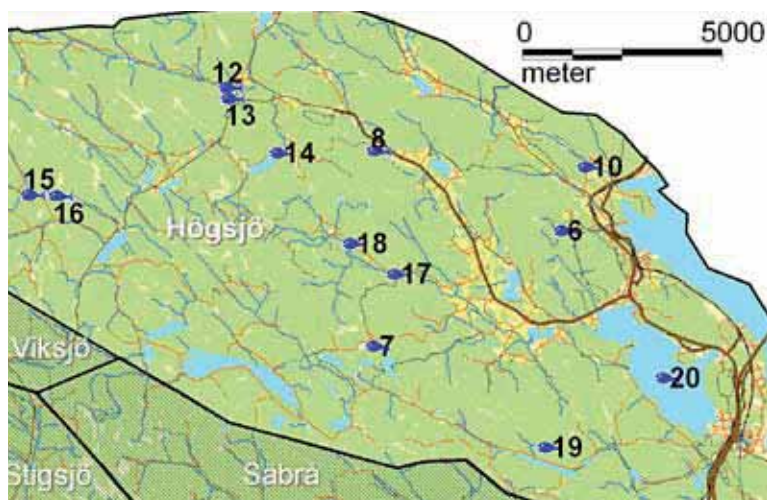
Havsöring

5

Gådeån

Havsöring

5



Högsjö Fiskevårdsområde

Högsjö sportfiskeförening www.hogsjosff.se

Östbytjärn, röding 6

Djupsjön, regnbåge, röding, abborre 7
Anpassat för funktionshindrade

Judeån/Vallån, öring, gädda 8

Uttersjön, öring, abborre 9
Kramfors kommun, ej med på kartan

Västbybäcken, havsöring, öring 10

Uttersjöbäcken, öring, abborre 11
Kramfors kommun, ej med på kartan

Rislandsån, öring, gädda 12

Svartån, öring, gädda 13

Storhällsjön-Lillhällsjön, öring, abborre 14

Frettentjärn, öring, abborre 15

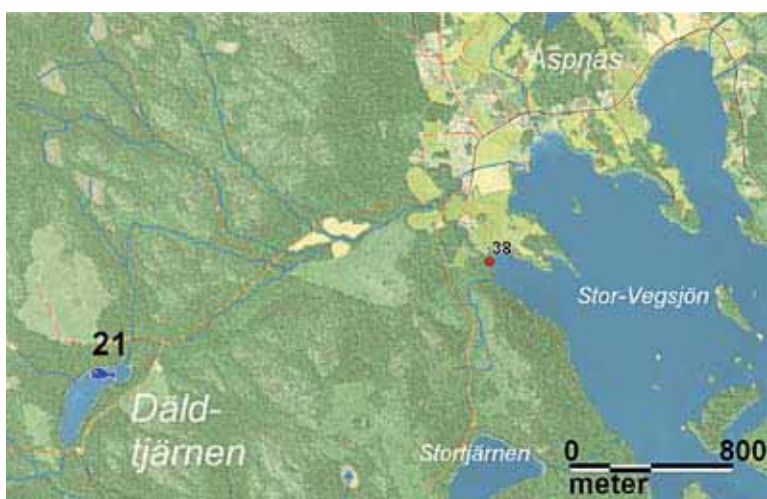
Smaltjärn, öring, abborre 16

Hosjöbäcken, öring, abborre 17

Hosjön, öring, abborre 18

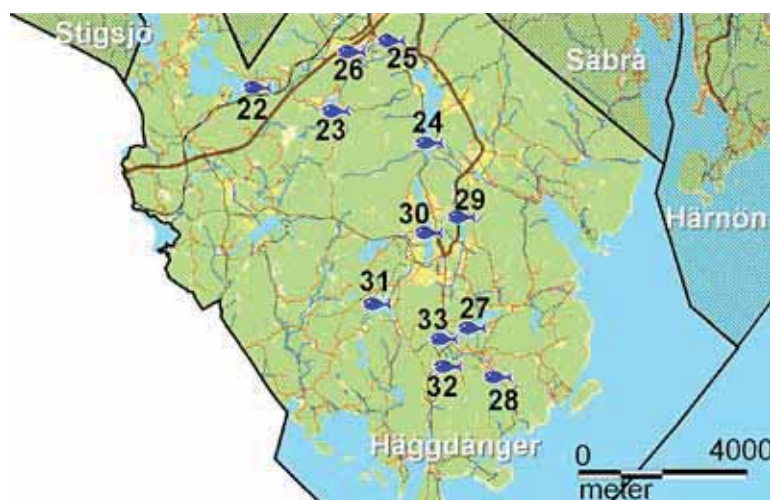
Abborrtjärn, öring, röding 19

Mörtsjön, havsöring, gädda, abborre, mört 20



Däldtjärnarnas Fiskeklubb
Vildmarkskaraktär och enbart fiske med ett spö från hand.

Däldtjärn 21
Sommar - regnbågsöring,
Vinter - Hornavan (stor)röding, öring



Häggdångers Fiskevårdsområde

Häggsjön	22
Öring, gädda, abborre, mört, lake	
Kammartjärn , inplanterad regnbåge	23
Sjösjön	24
Gädda, abborre, mört, gös, lake, ål, öring	
Skiljesjö	25
Put&take fiske genom Antjärns camping	
Antjärnstjärnen , gädda, abborre, mört	26

Dalajsjön , gädda, abborre, mört	27
Fölsingen , gädda, abborre, mört	28
Galten , gädda, abborre, mört	29
Kyrksjön , gädda, abborre, mört	30
Stor-Vägsjön , gädda, abborre, mört	31
Vitmyrsjön , gädda, abborre, mört	32
Vägsjön , gädda, abborre, mört	33



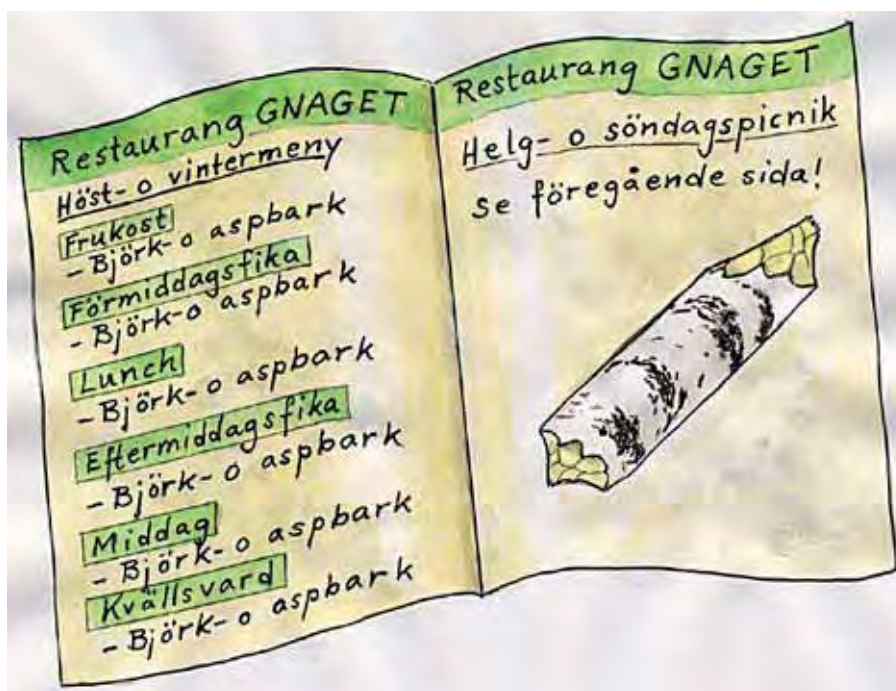
Karta skapad av Mjällåns fiskevårdsområde

Mjällåns fiskevårdsområde

www.viksjo.net

På hemsidan finns fångstrappor och nederbördsrapporter. Till fiskevårdsområdet hör

Mjällån (med havsöring, bäcköring och harr) och Viksjöån, samt åarnas biflöden och ytterligare ett tjugotal tjärnar och sjöar. Mer information finns också i deras fiskefolder och på hemsidan.



Djur

Här tipsar vi om områden där du kan hitta olika sorter djur.

Furuholmen Vattensalamander	sid 18
Klubbsjön Bäver	sid 22
Speckstatjärn Bäver	sid 25
Gerestabäcken Havsvandrande öring	sid 29
Gådeån Små vattendjur vid Sparrudden	sid 41
Älandsån Flodpärlmusslor	sid 51
Kragomviken Havsvandrande öring	sid 52
Finsviken – Överdalsån Havsvandrande abborre	sid 56
Brånsån Bäver och flodpärlmussla	sid 84

Värdefulla träd

Det finns träd som är stora, gamla och vackra, de är värda ett besök.

Tallen på Stenhammar	sid 29
Labyrinten i Gådeparken	sid 33
Eken i Näs	sid 40
Tallen i Sörmark	sid 46



Tallen på Stenhammar. Foto Monika Bertgren





Så här ser det ut när en bäver har fällt en asp. Foto Monika Bertgren

Mer om bäver

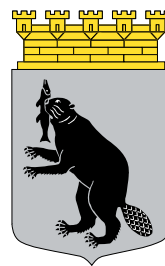
Härnösands stadsvapen är en bäver med en gädda i munnen, men bävrar äter inte fisk, de är växtätare. Det var kung Johan III som 1586 beslutade hur vårt stadsvapen skulle se ut. Bävern valde han för att bävrar var så vanliga i Norrland, och gäddan symboliserade skatten som togs ut för fisket. Bävern är också Ångermanlands landskapsdjur och finns i idag i många av våra vattendrag.

Bävern heter på latin *Castor fiber* och är Sveriges största gnagare. Den kan bli 100 cm lång plus svansen på ca 40 cm, och kan väga upp till 22 kg. Bävern lever i vatten och är aktiv på natten. Den tar sig upp på land för att fälla träd vid sjöar och åar. Av träden bygger de hyddor och skapar dammar.

På sommaren äter de en blandad diet av näckrosor, örter, bark och löv. På hösten faller de många lövträd, trädet gnags i portionsbitar och sparas i bäverhyddan för att barken ska kunna ätas under vintern.

Bävern kom till Sverige när inlandsisen smälte och lövträd började växa här. Bävern fanns i hela Sverige och jagades för sin värdefulla päls och för bävergället som folk trodde fungerade som medicin. I slutet på 1800-talet var bävern helt utrotad från vårt land på grund av den hårda jakten. På 1920-talet togs några bävrar från Norge och sattes in i Bjurälven i Jämtland. Dessa spred sig och nu finns det en stam på ungefär 100 000 djur i Sverige.

Om du kommer till en plats med ordet "bjur" i namnet så vet du att här har bävern varit betydelsefull förr i tiden, för bjur är ett gammalt ord för bäver.



Härnösands stadsvapen



Röset vid Nickebo

Historiska platser

Vandra ut i naturen och känn historiens vingslag. Härnösand har en rik historia, den ligger där för dig att upptäcka...

Röse vid Nickebo	sid 21
Gravfält i Vangsta	sid 26
Murbergets fiskeläge	sid 31
Klåvasten	sid 32
Gravfält i Tullportsparken	sid 33
Länsmuseet Murberget	sid 35
1800-tals historia på Lövudden	sid 41
Stigsberget	sid 49
Hällkista i Norrstig	sid 49
Torvströmyran	sid 58
Gravrösen i Finsvik	sid 59
Stensättningar på Lungön	sid 61
Hemsö Fästning	sid 64
Kapellutgrävning i Prästhus	sid 66
Minnesplats	sid 71
Labyrint och rösen	sid 75
Fiskeläge och gravrösen	sid 77

Fiskeläge och Kapell	sid 78
Rösen på Skarpudden	sid 79
Janne Vängman-torpet	sid 87
Västanåfallet	sid 93
Hornsjökojan	sid 100
Fångstgrop vid Bastusjön	sid 101
Fångstgrop vid Bastusjöklippen	sid 102
Röse på Åbordsön	sid 110
Långröse Gammellandet	sid 111
Brudstenarna	sid 111
Vålön	sid 112

Några av dessa besöksområden är fornlämningar eller kulturhistoriska lämningar. Alla fornlämningar och övriga kulturhistoriska lämningar skyddas av fornminneslagen. Lagen säger att det är en nationell angelägenhet att skydda och vårda vår kulturmiljö, och att vi alla har ansvar för det. Du får inte förstöra eller flytta på ett fornminne, du får inte heller ta bort material (som stenar eller trä) från fornminnet.



Trefaldighetskällan på Skåreberget.



Vattenkällor

Vatten är så klart livsviktigt. I gamla tider ansågs vattnet dessutom ge hälsa och styrka. Att besöka vattenkällor är en gammal folktradition som stammar från förkristen tid. När Sverige blev kristet (katolskt) kristnades källorna genom att olika helgon kopplades till dem. Vissa källor besöktes under Heliga Trefaldighets söndag andra under Midsommarhelgen. Ungdomarna städade runt källorna inför besöken och lade ut granris så det skulle vara lättare att komma åt vattnet. År 1544 förbjöds källkulten för då var Sverige protestantiskt och helgon skulle inte längre hyllas. Folket fortsatte att besöka källorna, även om besöken blev färre. På 1700-talet blev det åter populärt att vandra till källor, det kallades att dricka brunn. På 1800-talet hade en slags spa-verksamhet med värdshus och trädgårdar byggts upp runt vissa av brunnarna. I början av 1900-talet upphörde även den traditionen. Källorna finns kvar, och vissa besöks ännu idag. Du kan lätt återuppta den gamla folktraditionen.

Här är några av de gamla vattenkällor som finns i kommunen:

Trefaldighetskälla i Säbrå	sid 54
Förlovningskälla i Krok	sid 57
Hälsokälla i Sågsand på Hemsön	sid 65
Trefaldighetskälla i Häggsjön	sid 71
Trefaldighetskälla på Skåreberget	sid 109

Alla dessa källor räknas som övriga kulturhistoriska lämningar och är källor med tradition.

Härnösands kommun har inte tagit några vattenprover på dessa källor och kan inte garantera vattnets kvalitet.



- Tittar du på mätarlarven, pappa?
- Nej, jag undrar vad det är för träd.
- En Betula Alba.
- Näe, jag tror det kan vara en björk.

Skapad av Bo Åsberg
för Härnösands
Naturvårdsprogram

Växter

Lär dig mer om växter! Det finns växter som du kan äta eller göra te av. Det finns växter som du kan färga garn med eller skrämma bort katter från rabatten med. Det finns växter som är rödlistade och kan hjälpa ett område att bli skyddat. Du kan alltså ha stor nytta av botanik och florestik.

Tips:

- Ta det lugnt, koncentrera dig på en växtgrupp i taget, till exempel Härnösands lövträd.
- Skaffa en bra flora och en lupp.
- Ta hjälp av experter, till exempel Naturskyddsföreningen
- Gå en floristik-kurs på Mittuniversitetet

Vi rekommenderar följande platser för växtintresserade.

Furuholmen	sid 18
Brattås	sid 20
Notsand	sid 24
Fjärilsängen vid Godstjärn	sid 38
Franzéns kulle	sid 40

Fjärilsängen på Lövudden	sid 41
Lungön	sid 61
Muggårdsängen	sid 73
Saltholmen	sid 80
Vägsjöknösen	sid 81
Brånsån	sid 84
Våtmarker runt Ilmyrån	sid 89
Flarkmyran	sid 92
Västanåfallet	sid 93
Latmansmon	sid 96
Abborrsjöklippen	sid 99
Vildmarksområdet	sid 104
Vålön	sid 112

Fler områden för botaniskt intresserade hittar du på nästa sida under Sydvästberg.





Bastusjöklippen



Sydväxtberg

Termen sydväxtberg beskriver både en bergssida som är vänd mot söder samt den speciella växtlighet som finns där. Vegetationen på den branta sluttningen skiljer sig från trakten i övrigt, för här trivs arter som i vanliga fall växer längre söderut. Några av dessa växter är relikter, alltså en kvarleva från en tid då klimatet var varmare.

Sydväxtberg som vi rekommenderar:

Grofällsberget	sid 48
Gillersberget	sid 89
Billberget	sid 98
Bastusjöklippen	sid 102

Det finns fyra förklaringar till att sydväxtberg har denna speciella vegetationstyp: dess mikroklimat, vittringsprocesserna, fuktighetsförhållandena samt näringstillgången.

Mikroklimatet (alltså det lokala klimatet) är varmare, eftersom sluttningen mot söder fungerar som en solfångare. Värmen bevaras också ett tag i berget vilket ger färre frostnätter och varmare klimat tidigare på våren och längre under hösten.

Vittringsprocesserna (hur berget bryts ned) sker snabbt med frostsprängning. Under vårvinterdagarna börjar snön smälta och dess vatten sipprar in i bergets sprickor. På natten blir det kallare och vattnet fryser till is. Is tar större plats än vatten, och när den expanderar sprängs allt från små partiklar till stora block till slut loss från berget och hamnar i rasbranten nedanför. Jorden som bildas av partiklarna är näringsrik och gynnar vissa växter.

Fuktighetsförhållandena. Bergssluttningen hålls ständigt fuktig, eftersom mycket av regnvattnet som faller på bergets hjässa (plattån) rinner ned för hammarens (sluttningens) berghällar. Bergssluttningen är bevuxen med mossa vilket håller kvar fukten. Detta gynnar vissa tunnbladiga, ömtåliga växter som kräver fukt för att överleva.

Näringstillgången. Många sydväxtberg består av relativt näringsrika bergarter (till exempel amfibolit i Grofällsberget och diabas i Billberget). När vatten rinner längs hållarna för det med sig lösta näringsämnen. Detta gynnar den näringskrävande lundvegetation som finns nedanför rasbranten.



Symbios

Mer om biologi

Bäckdråg är ett namn som beskriver de örter och den skog som växer i fuktiga områden runt vissa bäckar. För att det ska räknas som ett bäckdråg ska bäcken vara täckt av vegetation under högsommaren och marken runt den ska vara våt. Skogen i sluttningarna vid bäcken är alltid fuktig. Tack vara fukten blir dessa områden ofta brandrefugier. En brandrefugie är en plats som inte brinner vid till exempel en skogsbrand. Besök Vägsjöknösens naturreservat (s. 81) för att se ett bäckdråg.

Lövbränna är skog som har utvecklats naturligt efter en brand. Här växer en större andel lövträd än i delar av skogen som inte har brunnit, eftersom området inte har hunnit till klimaxstadiet ännu. Besök Vägsjöknösens naturreservat (s. 81) för att se en lövbränna.

Succession betyder efterträdande. Naturlig succession är när vissa arter försvinner och andra arter tar över. En art kan försvinna för att omgivningen har förändrats, eller för att nya arter har kommit dit och konkurrerar ut den första arten. Vissa arter trivs bäst i miljöer som just har blivit påverkade, medan andra föredrar gammal stabil miljö. Här nedan beskrivs tre

olika former av succession.

Ekologisk succession är en långsam förändring inom ett ekosystem, som när en äng som förut har slagits lämnas obrukat och sakta växer igen till en skog, eller när en sjö växer igen och blir en myr. De växter och djur som tidigare funnits i området försvinner därifrån, för deras habitat (livsmiljö) har försvunnit. Besök Loken på Storholmen (s. 18) för att se en göl som håller på att växa igen.

Primärsuccession är när växter sprider sig till helt ny mark, till exempel mark som kommit upp vid landhöjningen eller vulkanöar som bildats i havet. De allra första växterna kallas för pionjärarter, sedan kommer sekundärarter. Besök Vålön (s. 112) för att se hur landhöjningen påverkar växtligheten.

Sekundärsuccession är när växter tar sig in på mark som har haft ett ekosystem som nu har blivit stört av till exempel brand, lång torka eller skogsavverkning. Först kommer växter som snabbt kan slå rot, som skogshallon (*Rubus idaeus*), mjölkört (*Epilobium angustifolium*) och gräset kruståtel (*Deschampsia flexuosa*).

Sedan kommer lövträd, som asp (*Populus tremula*) och björk (till exempel vårtbjörk *Betula pendula*). Flera år senare kommer barrträd. När nya arter kommer in konkurrerar de ut de arter som har vuxit där tidigare. Besök Gådeåbergsbrännans naturreservat (s. 34) för att se hur succession efter en skogsbrand påverkar växtligheten.

Klimaxstadium är när successionen är ”färdig”, de arter som finns här nu har slagit ut andra arter som fanns i början av successionen. Här växer nu de arter som är bäst anpassade till rådande förhållanden i området. Så länge inga nya ”katastrofer” sker som påbörjar en ny succession kan inga andra arter komma in på samma område och ta över. I stora delar av Sverige är det skog av gran (*Picea abies*) som är klimaxstadiet. Besök Grenigtmyrans naturreservat (s. 105) för att se hur klimaxstadium ser ut i Sverige.

Ryssgräs kallas vissa gräsarter som främst växer i Ryssland och Sibirien. Exempel på ryssgräs är sötgräs (*Cinna latifolia*), storgöre (*Poa remota*), köseven (*Agrostis clavata*) och glesgröe (*Glyceria lithuanica*). Dessa fyra kan du hitta i Latmansmon (s. 96).

Naturliga ängsmarker och även hagmarker är idag sällsynta eftersom jordbruket har gått från småskaligt till storskaligt, och då är inte ängar lönsamma längre. När äng- och hagmark slås eller betas regelbundet tar ingen art över, utan den rika örtfloran behålls. För att behålla artrikedomen är det viktigt att markerna fortsätter att brukas och inte gödslas. Slätterängen i Muggärd (s. 73) representerar de naturliga ängsmarkerna.

Lundar är skogar som upplevs som ”lummiga” (*gröna, lite skuggiga, frodiga, fulla med liv*). Lundarna kan vara lite fuktiga och där finns träd och buskar i olika arter, storlek och ålder. På våren är marken täckt av vackra vårblommor. Lundarna tillhör bondeskogen, alltså bete eller slätter har skett där. Också då växte träd eller buskar på markerna. Besök ett lummigt område i Vägsjöknösens naturreservat (s. 81).

Långskägglav (*Usnea longissima*) är en sällsynt lav som dessutom är rödlistad. Laven lever på granar i mycket gamla skogar där det är hög luftfuktighet. Den förökar sig vegetativt, alltså delar av laven lossnar och förs av vinden till en gran i närheten där den fastnar och fortsätter att växa. I Sverige finns laven bara i ett smalt område från Värmland till mellersta Norrland. Det är just här i Västernorrland som den är som vanligast, även om den är sällsynt också här. Laven klarar inte av uttorkning, brand eller modernt skogsbruk, vilket gör den mycket känslig. Besök Grenigtmyran (s. 105) och Brånsån (s. 84) för att se långskägglav. Båda områdena är naturreservat.

Myrar finns på mycket fuktiga marker och delas in i kärr och mossar. Myrar kan du besöka vid Gillersberget (s. 89), Flarkmyran (s. 92) eller i Vildmarksområdet (s. 104). Ta med stövlar och myggmedel.

Mossar får all sin näringstillförsel av regnet, vilket gör att de är en näringsfattig miljö med få arter, ofta växer vitmossa (*Sphagnum sp.*) där.

Fattigkärr är den vanligaste kärrtypen i Sverige. De finns på marker som är kemiskt sura. Där växer fler arter än på mossar, men är ändå ganska artfattiga. Fattigkärren får sin näringstillförsel både från regnet och från markens omkring. Tuvull (*Eriophorum vaginatum*) och olika starrarter (*Carex sp.*) är vanliga i fattigkärren.

Rikkärr är vanligast på marker som är kemiskt basiska marker, som i kalkområden. De får sin näring från grundvattnet, ofta bildas rikkärr på platser med rinnande källvatten. Här finns förutom de arter som är vanliga på fattigkärren även orkidéer som ängsnycklar (*Dactylorhiza incarnata*) och halvgräs som snip (*Trichophorum alpinum*).

Svampar är varken djur eller växter, utan bildar ett eget så kallat rike bland jordens levande varelser. Svampar har en viktig roll att spela i naturen, till exempel kan svampar leva i symbios med träd eller blommor och hjälpa dem överleva. Symbios är när två organismer lever nära tillsammans, vilket ger en fördel till en eller båda av organismerna. Svampens



hyfer (svamptrådarna) växer så att de omger trädets rötter, då kan trädet och svampen byta näringsämnen med varandra. När svampens hyfer och trädens rötter lever så nära varandra (de är i princip hopväxta) kallas rötterna och mycelet tillsammans för mykorrhiza. Trädets blad innehåller klorofyll och de kan genom fotosyntes tillverka kolhydrater (socker). Svampar saknar klorofyll och kan alltså inte skapa kolhydrater. Svampen har istället ett väl utbrett mycel (nätverk av svamptrådar) som tar upp mycket vatten och mineralämnen. Genom mykorrhizan överför trädet kolhydrater till svampen och svampen överför vatten och mineralämnen till trädet. Den här sortens symbios kallas för mutualism. Mutualism är när båda organismerna tjänar på symbios-förhållandet. Vill du se svampar rekommenderar vi ett besök på Häggberget (s. 74).

Tickor är svampar som lever på att bryta ned veden i trädstammar. De är alltså saprofyter (nedbrytare av dött material) eller i vissa fall parasiter som skadar levande träd. Liksom de flesta svampar består tickor av mycel och fruktkroppar. Fruktkropparna är det vi ser som svampar ovan jorden, medan mycelet

är den egentliga svampen och består av små tunna trådar under jorden eller i tickornas fall; trädstammen. Tickornas mycel avsöndrar enzymer som bryter ned träet. Trä består av cellulosa, hemicellulosa och lignin (plus liten andel övriga ämnen, typ kåda). Trädet bryts ned på två sätt, antingen till brunröta eller till vitröta. Brunröta innebär att cellulosan och hemicellulosan bryts ned, medan ligninet blir kvar (det är segt och mörkare i färgen). Brunröta skapas av klibbtickan (*Fomitopsis pinicola*). Vitröta är ljusare till färgen än brunröta och smulas lätt sönder. I vitröta bryts både cellulosa och lignin ned så att trämaterialiet till slut helt försvinner. Det är frösktickan (*Fomes fomentarius*) som ordnar med vitrötan.

Alla nedbrytande svampar har en betydelsefull roll i skogens ekosystem. Tack vare dem kan näringen frigöras och användas på nytt av skogens växter, i en evig cirkel av liv - ett kretslopp. Vill du se tickor, besök några av våra skogar, till exempel i Vildmarksområdet (s. 104).



Vid alla naturreservat finns informationsskyltar uppsatta



Naturreservat

I Härnösands kommun finns för närvarande åtta naturreservat. De har alla så pass viktiga naturvärden, biologiska eller geologiska, att de är skyddade av länsstyrelsen eller kommunen.

Smitingen-Härnöklubb	sid 22
Vårdkasmalen	sid 27
Gådeåbergsbrännan	sid 34
Häggberget	sid 74
Vägsjöknösen	sid 81
Brånsån	sid 84
Västanåfallet	sid 93
Grenigtmyran	sid 105

Områden med särskilt skydd

Vissa områden i vår natur behöver skyddas eller vårdas extra för att inte försvinna. Det finns olika former av skydd och de är olika starka. Skyddet kan innebära en begränsning av Allemansrätten, till exempel eldningsförbud. Det finns informationsskyltar vid de skyddade områdena, där det står vilka regler som gäller. I vissa av de skyddade områdena har också vi människor en fristad. Vi får en plats för vår rekreation, våra barns lek, vårt friluftsliv och också för den kunskap som naturen ger oss.

Nationalpark

Nationalpark är det finaste ett naturområde kan bli. Det är vårt svenska naturarv som vi sparar åt kommande generationer, att besöka och bevara. Närmaste nationalpark är Skuleskogen i Kramfors och Örnsköldsviks kommuner.

Naturreservat

Naturreservat är ofta ett större område som skyddas av länsstyrelsen eller kommunen. Beroende på vad det är man vill skydda och bevara inom reservaten finns det särskilda regler för såväl markägare som besökare.

Natura 2000-områden

För att hindra utrotning av djur- och växtarter, och för att skydda naturtyper som håller på att försvinna har EU infört Natura 2000-områden. De delas in i Art- och habitatdirektivet som är områden med hotade arter och hotade naturtyper samt Fågeldirektivet som är områden med hotade fåglar, deras rastplatser under flyttning och de miljöer där de föder upp sina ungar. Latmansmon (s. 96) är ett Natura 2000-område.

Naturminne

Naturminnen är mindre områden med naturföremål som behöver skyddas eller vårdas särskilt. Det kan vara märkliga träd, stenar eller ovanliga arter. Eken i Näs (s. 40) är ett naturminne.

Strandskydd

Strandskyddet skyddar gränslandet mellan land och vatten vilket är en värdefull miljö för djur och växtliv. Skyddet är också till för att alla som vill ska kunna vara vid vattnet, vandra utmed stränderna, leka och bada utan att störa markägarna. Strandskyddat område råder 100 meter från strandlinjen mot land och vatten, där får inga anläggningar eller byggnader uppföras. Dock kan dispens för att bygga sökas hos kommunen.

Biotopskyddat område

Mindre områden som är livsmiljö för hotade djur- eller växtarter kan få ett biotopskydd. Detta finns för både jordbruksmark och skog.

Djur- och växtskyddsområde

Fågelskyddsområden räknas hit. Under delar av året kan det vara förbjudet för människor att vistas där. Genom detta skyddas fåglarna från störningar när de ruvar sina ägg och föder upp sina ungar. Storklippet (s. 19) är ett fågelskyddsområde.

Kulturminnen

Vissa föremål i vår natur är spår av de människor som levde här förut. Det kan vara fångstgropar, gravfält, boplatser, gamla kvarnar och så vidare. Dessa räknas som fasta fornlämningar och de skyddas tillsammans med andra kulturminnen med hjälp av fornminneslagen. Se sidan 129 för historiska platser i Naturguiden.

Kulturresevat

Vissa områden räknas som kulturpräglade landskapsområden. Där kanske människor arbetade eller levde förut, och områdena kan skyddas som kulturresevat. Närmaste kulturresevat är Mariebergs sågverkssamhälle i Kramfors kommun, Sandvikens fiskeläge i Örnsköldsvik kommun och Lögdö bruk i Timrå kommun.

Nyckelbiotop

Ett särskilt värdefullt skogsområde med stor betydelse för skogens djur- och växtliv kan skyddas som nyckelbiotop. Här finns det eller kan förväntas finnas rödlistade arter. I vildmarksområden (s. 104) finns flera nyckelbiotoper.

Rödlistade arter

Växter, svampar och djur som minskar i antal eller riskerar att dö ut skrivs upp på den röda listan. Där delas arterna in i olika grupper beroende på hur hotade de är. Finns det rödlistade arter i ett område så påverkar det besluten om området ska skyddas eller inte. Garmlav (s. 99) är en rödlistad art.

Signalart

Signalarter är arter som används för att identifiera de skogar som har höga naturvärden. Om en signalart finns i en skog kan det betyda att skogen är en nyckelbiotop, men skogen blir inte automatiskt klassad som nyckelbiotop om en signalart hittas där. För att en skog ska bli nyckelbiotop krävs det att man kan förvänta sig att hitta rödlistade arter. Signalart finns framför allt i skogar där rödlistade arter finns, och om en signalart hittas så kan man anta att det finns rödlistade arter också, även om det inte är helt säkert. Anledning till att man letar efter signalarter vid sidan av rödlistade arter är för att signalarterna är lättare att hitta. Signalarten grovticka hittar du på tallen i Sörmark (s. 46).

Fridlysta arter

Växtarter

Det är förbjudet att inom landet plocka, gräva upp eller på annat sätt ta bort eller skada vilt levande exemplar av följande arter. Det är också förbjudet att ta bort eller skada frön eller andra delar från dessa arter.

Kärlväxter

Orkidéer - samtliga arter samt eventuella hybrider mellan dessa:
Blodnycklar (*Dactylorhiza cruenta*)
Brudsporre (*Gymnadenia conopsea*)
Brunkulla (*Nigritella nigra*)
Grönkulla (*Coeloglossum viride*)
Grönvit nattviol (*Platanthera chlorantha*)
Guckusko (*Cypripedium calceolus*)
Jungfru Marie nycklar (*Dactylorhiza maculata*)
Knottblomster (*Microstylis monophyllos*)
Knärot (*Goodyera repens*)
Korallrot (*Corallorhiza trifida*)
Kärrknipprot (*Epipactis palustris*)
Myggblomster (*Hammarbya paludosa*)
Nattviol (*Platanthera bifolia*)
Norna (*Calypso bulbosa*)
Nästrot (*Neottia nidus-avis*)
Skogsfru (*Epipogium aphyllum*)
Skogsknipprot (*Epipactis helleborine*)
Spindelblomster (*Listera cordata*)
Sumpnycklar (*Dactylorhiza traunsteineri*)
Tvåblad (*Listera ovata*)
Ångsnycklar (*Dactylorhiza incarnata*)

Övriga kärlväxter:

Bergviol (*Viola collina*)
Bottenviksmalört (*Artemisia campestris ssp bottnica*)
Finnros (*Rosa acicularis*)
Finnögontröst (*Euphrasia rostkoviana ssp fennica*)
Höstlåsbräken (*Botrychium multifidum*)
Lappranunkel (*Ranunculus lapponicus*)
Mosippa (*Pulsatilla vernalis*)
Myrbräcka (*Saxifraga hirculus*)
Nipsippa (*Pulsatilla patens*)
Rutlåsbräken (*Botrychium matricarifolium*)
Rysk drakblomma (*Dracocephalum thymiflorum*)
Skogsrör (*Calamagrostis chalybea*)
Smällvedel (*Astragalus penduliflorus*)
Stor låsbräken (*Botrychium virginianum*)

Sätergentiana (*Gentiana campestris ssp islandica*)
Sötgräs (*Cinna latifolia*)
Topplåsbräken (*Botrychium lanceolatum*)
Ångsklint (*Centaurea phrygia*)
Ävjepilört (*Persicaria foliosa*)

Regionalt fridlysta i länet:

Gul svärdslijla (*Iris pseudacorus*)
Gulsippa (*Anemone ranunculoides*)
Klådris (*Myricaria germanica*)
Tuvbräcka (*Saxifraga cespitosa*)

Mossor

Hårklomossa (*Dichelyma capillaceum*)
Grön sköldmossa (*Buxbaumia viridis*)
Käppkrokmossa (*Hamatocaulis vernicosus*)
Långskaftad svanmossa (*Meesia longiseta*)
Nordisk klipptuss (*Cynodontium suecicum*)

Lavar

Jättesköldlav (*Cetrelia olivetorum*)
Långskägg (*Usnea longissima*)
Varglav (*Letharia vulpina*)

Svampar

Bombmurkla (*Sarcosoma globosum*)
Nordlig anisticka (dofticka) (*Haploporus odorus*)

För grön sköldmossa, hårklomossa, käppkrokmossa, långskaftad svanmossa, nordisk klipptuss och skogsrör finns ett undantag för insamling av beläggexemplar som är av betydelse för dokumentering av arten. Redovisning ska lämnas till länsstyrelsen varje år. Fynduppgifter ska lämnas till Artdatabanken.

För följande två arter gäller att det är förbjudet att gräva eller dra upp vilt levande exemplar med rötterna. Det är också förbjudet att plocka eller på annat sätt insamla exemplar för försäljning eller annat kommersiellt ändamål.

Blåsippa (*Anemone hepatica*)
Gullviva (*Primula veris*)

Samtliga lummerarter i fam Lycopodiaceae:

Fjälllumner (*Lycopodium alpinum*)
Lopplumner (*Lycopodium selago*)
Mattlumner (*Lycopodium clavatum*)
Plattlumner (*Lycopodium complanatum*)
Revlumner (*Lycopodium annotinum*)
Strandlumner (*Lycopodium inundatum*)

Djurarter

Det är förbjudet att inom landet döda, skada, fånga eller på annat sätt insamla vilt levande exemplar av följande arter. Det är också förbjudet att ta bort eller skada dessa arters ägg, rom, larver eller bo.

Kräldjur

Huggorm (*Vipera berus*)
Kopparödla (*Anguis fragilis*)
Skogsödla (*Lacerta vivipara*)
Snok (*Natrix natrix*)

Undantag för att infånga och flytta vilt levande exemplar av huggorm när den påträffas på tomtmark. Om det inte är lämpligt att infånga djuret och någon annan lämplig lösning inte finns får djuret dödas.

Groddjur

Mindre vattensalamander (*Triturus vulgaris*)
Större vattensalamander (*Triturus cristatus*)
Vanlig groda (*Rana temporaria*)
Vanlig padda (*Bufo bufo*)
Åkergroda (*Rana arvalis*)

För mindre vattensalamander, kopparödla, vanlig groda och padda samt åkergroda gäller att ägg (rom) och larver (yngel) får samlas in i begränsad omfattning för studier av utvecklingen om djuren snarast återutsätts på samma plats där de infångades.

Ryggradslösa djur

Apollofjäril (*Parnassius apollo*)
Mnemosynefjäril (*Parnassia mnemosyne*)
Ärenprisnätfjäril (*Euphydryas aurinia*)

Fridlyst genom fiskelagstiftningen:

Flodpärlmussla (*Margaritifera margaritifera*)

ÅGP – åtgärdsprogram för hotade arter
Nästan 2000 arter av våra växter, djur och svampar är så hotade att de riskerar att försvinna från Sverige. Naturvårdsverket och Länsstyrelserna har tagit fram åtgärdsprogram för att minska antalet hotade arter. Länsstyrelsen Västernorrland har ett nationellt koordineringsansvar för 8 av dessa åtgärdsprogram:

Brandinsekter i boreal skog
Jättepraktbagge (*Chalcophora mariana*)
Flodpärlmussla (*Margaritifera margaritifera*)
Nipsippa (*Pulsatilla patens*) & gotlandssippa (*Pulsatilla vulgaris gotlandica*)
Klådris (*Myricaria germanica*)
Större barkplattbagge (*Pytho kolwensis*)
Trolldruvemätare (*Baptia tibiale*)
Smällvedel (*Astragalus penduliflorus*)

Ansvarsarter

Länsstyrelsen Västernorrland har ett särskilt ansvar för ännu några arter:

Rysk drakblomma (*Dracocephalum thymiflorum*)
Glesgröe (*Glyceria lithuanica*)
Knottblomster (*Microstylis monophyllos*)
Långskägg (*Usnea longissima*)
Mnemosynefjäril (*Parnassius mnemosyne*)

Lodjur (*Lynx lynx*)
Utter (*Lutra lutra*)

Intressearter

Det finns ytterligare några arter som räknas som intressearter för länet:

Sötgräs (*Cinna latifolia*)
Glanstapel (*Bryoria nitidula*)
Hjärntryffel (*Hydnobolites cerebriiformis*)
Liten Spärrfjällskivling (*Echinoderma pseudoasperula*)
Flodnejonöga (*Lampetra fluviatilis*)
Flodkräfta (*Astacus astacus*)
Skalbaggarna *Bledius littoralis* och *Bembidion lunatum*



Utter

Mer om Mjällå dalen

Mjällån strömmar från källdrag i finnskogsområdet Villola i norra Ångermanland till Ljustorpsån i Åsäng i Medelpad. Åns vatten är oreglerat, vilket betyder att den, som en av ganska få vattendrag i Norrland, inte är utbyggd för vattenkraft.

Mjällån är riksintressant för naturvården. Forskningsresan som utfördes i Mjällådalen 2010 av naturintresserade inom bland annat Naturskyddsföreningen hittade till exempel växterna trolldruva (*Actaea spicata*) och myskmåra (*Galium triflorum*), laven lunglav (*Lobaria pulmonaria*) och svampen doftskinn (*Cystostereum murrayi*). Bäver (*Castor fiber*), nordisk fladdermus (*Eptesicus nilssonii*) och utter (*Lutra Lutra*) lever också här. Dalgångens mångfald av livsformer beror på åns fritt strömmande vatten, dess sedimentbäddar och sandbrinkar samt lövskog, granskog och tallmoar som finns runt ån. Dessutom är området svårt att nyttja för skogsbruk och jordbruk, så omgivningar har länge stått orörda. Detta ger naturen runt Mjällån en spännande vildmarksprägel.

Mjällådalens geologi är också intressant. För 550 miljoner år sedan inträffade ett vulkanutbrott vid nuvarande Alnön i Sundsvalls kommun. Då bildades stora sprickor i berggrunden

varav en gick genom dagens Mjällådalen. När inlandsisen började smälta rann en stor isälv genom den sprickan, och när isen dragit sig norrut, rann en älv som kallas Faxälven i dagens Mjällådalen. Faxälven avsatte enorma lager av grus, sand och finare material. Faxälven ändrade senare sitt lopp närmare mot Ångermanälven och Mjällån tog över dess plats. I sedimenten som Faxälven lämnade efter sig har under årens lopp Mjällån och dess bäckar skurit sig ned och skulpterat landskapet så vackert som det är idag. Dalgången som Mjällån har hjälpt till att bilda har ett dramatiskt utseende med nipor, raviner och terrasser.

Mer om geologi kan du läsa på sidan 119.

Mjällådalen upplever du genom att besöka Västanåfallet (s. 93) och Latmansmon (s. 96).



Fladdermus



Foto Härnösands kommuns webbredaktion

Vandringsleder

Leden mellan Vårdkasen-Smitingen

Härnösands kommun har markerat upp en led som är ungefär 5 kilometer lång och tar dig mellan Vårdkasen (s. 27) och Smitingen (s. 22). Mer information om leden finns på sidan 28.

Gådeåleden

Gådeåleden som Härnösands kommun har färdigställt, bjuder dig på en mysig promenadslinga på lite mer än fem kilometer. Du går från Lövudden via Sparrudden, Gådeån och Sockenvägen, och tillbaka igen. Karta över leden finns på sidan 41.

Rotenleden och Janne Vängman-leden

MittSverige Turism har under projektet Vandra i Västernorrland färdigställt två större leder i Härnösands kommun, Rotenleden och Janne-Vängmanleden. Lederna är sammankopplade och markerade med färg på bland annat träd, dessutom finns skyltar vid vägkorsningar. Rotenleden börjar en kilometer söder om Västanaåfallet (s. 93) och går till Rotsjö och vidare till Janne Vängmantorpet (s. 87). Där tar Janne Vängmanleden vid. Den leden fortsätter via Grofällsberget (s. 48) till Säbrå kyrka och slutar vid Gådeån (s. 41) där Gådeåleden tar vid. Du

kan välja att gå kortare sträckor av lederna, eller längre turer med övernattnig. För närmare information om dessa två vandringsleder, se boken Vandra (tips på böcker finns på sidan 143).

Vålön

Runt Vålön (s. 112) går en naturstig med information om öns natur och historia.

Rör dig i naturen

Kanot

Kanot är en mindre båt som man paddlar fram. De vanligaste sorterna av kanot är kanadensare och kajak. Friluftsförbundet i Härnösand erbjuder lättare kajakutbildningar och gemensamma kajakturer.

Svenska kanotförbundet rekommenderar en kanotled på hela 22 km i Härnösands kommun. Den börjar i Gussjön i Sollefteå kommun och fortsätter ned mot Brunnesjön och Långsjön, och slutar i Nässjön. Också i Mjällån och i flera av våra mindre sjöar går det bra att paddla kanot, till exempel Bastusjön. Kontakta

[Härnösands kommun](#)



Svenska kanotförbundet för tips om var du kan hyra kanot och karta över leder.

Tänk på din säkerhet när du är på vatten, använd flytväst. Kontakta Sjösäkerhetsrådet för fler tips om båtvett.

Skoterleder

Snöskoter är ett praktiskt och populärt sätt att ta sig fram i naturen under vintern. Härnösands Skoterklubb har röjt upp flera leder för skotertrafik runt om i kommunen. Vill du ha information eller en karta över lederna, kontakta Skoterklubben, tips på länkar finns på sidan 144.

Tänk på att följa lederna och att inte köra på till exempel planterade hyggen. Hur du betar dig på skotern påverkar hur alla andra skoterförare uppfattas. Försäkra dig också om isens hållbarhet innan du kör ut över vatten.

Elljusspår och motionsspår

Ett elljusspår är ett motionsspår som på kvällarna är upplyst. I Härnösands kommun finns det elljusspår i Brunne, Älandsbro, Hälledal, på Högslätten, Vårdkasen, Bondsjöhöjden, i Viksjö och Ramsås. På flera områden, som Högslätten, Vårdkasen och Bondsjöhöjden finns det även flera spår som är av bra kvalitet men utan elljus. Vill du komma närmare naturen utan att gå in i själva skogen så är en promenad eller löparunda på något av dessa motionsspår att rekommendera. Mer information om var motionsspåren finns kan du söka på kommunens hemsida.

Skidor

Flera av motionsspåren är under vintern preparerade för längdskidåkning, och några också för skate. På flera ställen är det privatpersoner eller föreningar som sköter prepareringen, de gör ett mycket bra jobb, men det finns ingen garanti för hur länge spåren har möjlighet att hållas öppna. Kontrollera därför spårens status på internetsidan Skidspår (*tips på länkar finns på sidan 144*) eller fråga kommunen om spåren fortfarande sköts.

Vill du åka slalom så finns det nedfarter för utförsäkning på Vårdkasen (s. 27).

Långfärdsskridskor

Tänk dig en vacker vinterdag när den bleka solen får snön att glimma, luften är lätt och frisk att andas. Du tar långa, nästan ljudlösa skär, skrider fram på isen. Få upplevelser slår en lyckad tur på långfärdsskridskor.

Örsjön, Solumssjön (karta på sidan 20) och andra småsjöar kan isläggas någon vecka innan snön kommer, då är det som bäst att åka skridskor. Ibland har också havsfjärdarna åkbar is, särskilt under tidig vår, när töväder och höjt vattenstånd har ”spolat” fjärdisarna.

Tänk på din säkerhet när du tar dig ut på isen. Åk aldrig själv, var istället tillsammans med en grupp. Ett tips är att höra med Friluftsförbundet om de anordnar någon aktivitet. Kontrollera alltid isens tjocklek och bärbarhet, och ha med dig isdubbar om isen skulle brista. Mer tips om is-säkerhet kan du få av Svenska livräddningssällskapet, tips på böcker och länkar finns i slutet av boken.

Cykel

I den här Naturguiden är vägbeskrivningarna skrivna för bil, men alla områden går såklart att ta sig till med cykel, i vissa fall är det till och med lättare att komma fram med cykel än med bil. Däremot är det inte alla vägar som passar för cykel, som vissa delar av E4:an. Men det finns andra mindre vägar som du kan välja istället.

Sverige är på väg att bli en cykelnation. Det satsas alltmer på cykling i flera städer och vardagscyklandet, som till jobbet, har ökat mycket de senaste åren. Cykeln är både ett smart träningsredskap och ett smidigt sätt att ta sig fram på. Dessutom är det mycket billigare att ta cykeln än bilen och lättare att hitta parkeringsplats är det också.

Idrott i naturen

I Härnösand har vi flera idrottsföreningar som rör sig mer eller mindre ute i naturen. Orientering till exempel är en sport som verkligen ger dig naturupplevelser. Kontakta kommunen för mer information om de olika idrottsföreningarna som finns här, föreningsregistret på hemsidan är ett bra tips.

Några tips på böcker

Om flora, fåglar och svampar

Floror är böcker om blommor och kärlväxter, och det finns massor av olika sorters floror, allt från böcker med målade färgbilder till enklare barnböcker och böcker för nybörjare. Det samma gäller böcker om fåglar och svampar. Vårt bästa tips är att du vänder dig till biblioteket och frågar efter vilken slags bok du vill ha så kan de hjälpa dig att hitta rätt.

Om Sveriges natur

Allt om allemansrätten – ett svenskt kulturarv, Ingemar Ahlströmm 2008

Naturkraft, Åsa Ottosson, 2006.

28 Naturreservat och 1 nationalpark, Länsstyrelsen Västernorrland, 2011.

Om Härnösand

Vägen ut i Härnösands natur, Jacobsson, 1986

Botaniska inventeringar av Jan W Mascher

Härnösand, av Härnösandskommittén, Länsstyrelsen projektkontor, 1985.

Om Härnösands historia

Från spännande historia till levande kulturarv - Härnösands kommun, Länsstyrelsen Västernorrland, 2010.

Boken om Säbrå: kommunens och socknarnas historia : Säbrå, Häggdånger, Stigsjö, Viksjö, Hemsö. Av Tyko Lundkvist och Margareta Grafström, 1971

När häxorna flög över Ångermanland, Mats Lundin, 2010

Svedjerök, Lars-Ola Norén, 1994.

Ett bidrag till Härnösands månghundraåriga sjöfarts-historia, ett projektarbete av Hans E Bergman, 1996.

Orientera dig om... Fem skrifter rörande olika områden i Härnösand av Läns museet Västernorrland, sammanställt av Peter Persson och Märta Molin 2007-2010

Den urålderliga Norrstigen, av Per Näsström 1997

Härnösands och Ångermanlands historia: en presentation / av IOGT-NTO:s studiecirkel "Härnösands historia", 2010

Om barns kontakt med naturen:

Utflykt, Mats & Åsa Ottosson, 2007.

Livet leker - upptäck naturen med barnen. Svenska Naturskyddsföreningens årsbok 2005

Tips på naturböcker för barn:

Skogsmulle, av Gösta Frohm

Böckerna om Plupp, av Inga Borg

Böckerna om myran Sofie, av Stefan Casta och Bo Mossberg

Böckerna om Måns och Mari, av Kaj Bäckman

Överlevnadsboken, av Thomas Eriksson & Per Gustavsson, 2005.

Om källor:

Källan till vattnet - sanningar och sägner om vattnet i marken (1991) av Anders Hult.

Dricka brunn - Om gamla tiders SPA (2007) av Anders Hult.

Om att röra sig i naturen

Vandra – guide till Roten- och Janne Vängmanleden, Ådalsleden I och II i Västernorrland, av Mitt Sverige Turism i samarbete med Murberget – Läns museet Västernorrland, 2011.

Långfärdsåkning på skridsko – en introduktion till långfärdsskridskoåkning på naturis. Friluftsförbundet, 2003.

Isboken - vinterfiske, långfärdsskridskor, isjakt, skridskosegling, issäkerhet, Lisbet Olofsson, 2008.

Länkar (december 2011)

Härnösands kommun
www.harnosand.se

Länsstyrelsen Västernorrland
www.lansstyrelsen.se/vasternorrland

Landstinget Västernorrland
www.1177.se/Vasternorrland

Länsstyrelsen Västernorrlands Geologiväg
www.geologivagen.se

Murberget Länsmuseum Västernorrland
www.murberget.se

Västernorrlands kulturarv
www.kulturarvvasternorrland.se

Sveriges hembygdsförbund
www.hembygd.se

Fornsök – hitta fornlämningar
www.fornsok.se

Samebyar
www.samer.se

Lantmäteriet
www.lantmateriet.se

Sveriges geologiska undersökningar
www.sgu.se

Sambiblioteket
www.sambiblioteket.se

Mittuniversitetet
www.miun.se

Den virtuella floran
linnaeus.nrm.se/flora

Artdatabanken
www.artdata.slu.se

Rödlistade arter
www.artfakta.se

Artportalen – rapportera fynd av arter
www.artportalen.se

Skogens Pärlor – hitta nyckelbiotoper
www.skogsstyrelsen.se/skogensparlor

Färjerederiet, Trafikverket
www.trafikverket.se/farja

Sjösäkerhetsrådet
www.sjosakerter.nu

Svenska Livräddningsällskapet
www.issakerhet.se
www.svenskalivreddningssallskapet.se

Rovdjurscentret De 5 stora
www.de5stora.com

Viltskadecentret
www.viltskadecenter.se

Härnösands skoterklubb
www.harnosandsskoterklubb.se

Naturskyddsföreningen
www.naturskyddsforeningen.se/harnosand

Friluftsförbundet
www.friluftsforamjandet.se/harnosand

Svampklubben
hem.passagen.se/oldis/svampk

Sveriges Ornitologiska Förening
www.sofnet.org

Badkartan
www.badkartan.se

Skidspår
www.skidspar.se

Svenska kanotförbundet
www.kanot.com

Härnösands Domkyrkoförsamling
www.harnosandsdomkyrka.se

Kyrkokartan
www.kyrkokartan.se

Text

Linda Stiernberg

Grafisk form

Alltid Marknadsbyrå

Kartor

Copyright Härnösands kommun samt Lantmäteriet (dnr 601-2011/1884)

Upplaga

2.000 ex

Utgiven av

Härnösands kommun, 2011

Illustrationer där inget annat anges

Lennart Vessberg, Naturinformation

Foto där inget annat anges

Linda Stiernberg

Tryck

Hemströms Tryckeri, Härnösand 2011

The logo features a stylized map of Sweden in light green, with a red circle containing the text 'Lokala Naturvårds satsningen' in white.

Lokala
Naturvårds
satsningen



Härnösands
kommun

Härnösands kommun, 871 80 Härnösand

Tel växel: 0611-34 80 00 Fax: 0611-34 80 30
kommun@harnosand.se

www.harnosand.se