



NATURRESERVAT

VÄLKOMMEN TILL LÅNGSJÖN

Naturen vid Långsjön har skyddats för din och andra besökares skull. Här kan du ta lugna promenader, bada, träna eller bara vara. I sjön och de omgivande skogarna finns ett rikt växt- och djurliv. Håll utkik efter röd näckros, blåsippa och sothöna!



Blåsippa
Hepatica nobilis

Lövsbogen är en vacker syn om våren då både blå och vita sippor blommar.

OMVÄXLANDE NATUR

Terrängen i naturreservatet är kuperad och varierad – precis som den brukar vara i den här delen av landet. Höjderna utgörs av lavklädda hållmarker med tall och ljunget. I slutningarna växer blåbärsgranskog och ju bördigare marken är, desto fler lövträd dyker upp. Som i den flacka slutningen längs sjöns norra strand där ek, asp, rönn och al är en vanlig syn.

LÅNGSJÖN

Långsjön är en näringsrik sjö med ett medeldjup på tre meter. Växtligheten är frodig, såväl längs stränderna som under vattnet. Ett exempel är röd näckros, som blommar i juni–augusti. Provar du fiskelyckan finns chans att få gädda, abborre, mört och sarv på kroken. Till sjöns fåglar hör sothöna och skäggdopping, som båda är lätta att få syn på.

OAS FÖR BIOLOGISK MÅNGFALD

En helt annan typ av natur finns att uppleva ett stenkast öster om naturreservatet. Här har kommunen anlagt en liten våtmark – en oas för grodor, salamandrar, trollsländor och fuktälskande växter. Invid dammen har två grodhotell av ihoplagda stenar byggts där grodor och salamandrar kan övervintra. En vindlande spång leder till och runt den lilla dammen.

INTE BARA NATUR

Förutom fin natur finns en del spår efter mänsklig aktivitet att upptäcka i området. I sydväst finns resterna av ett stridsvärn i form av stenvallar. Söder om sjön låg tidigare en slalombacke som fortfarande kan skönjas som en öppning i skogen.

Welcome to Långsjön Nature Reserve!

The nature at Långsjön has been protected for you and other visitors. Here you can take quiet walks, swim, exercise, or just be. The lake and surroundings are home to a rich plant and animal life. In the deciduous forest along the lake's northern shore, you can enjoy liverworts and white anemones in the spring.

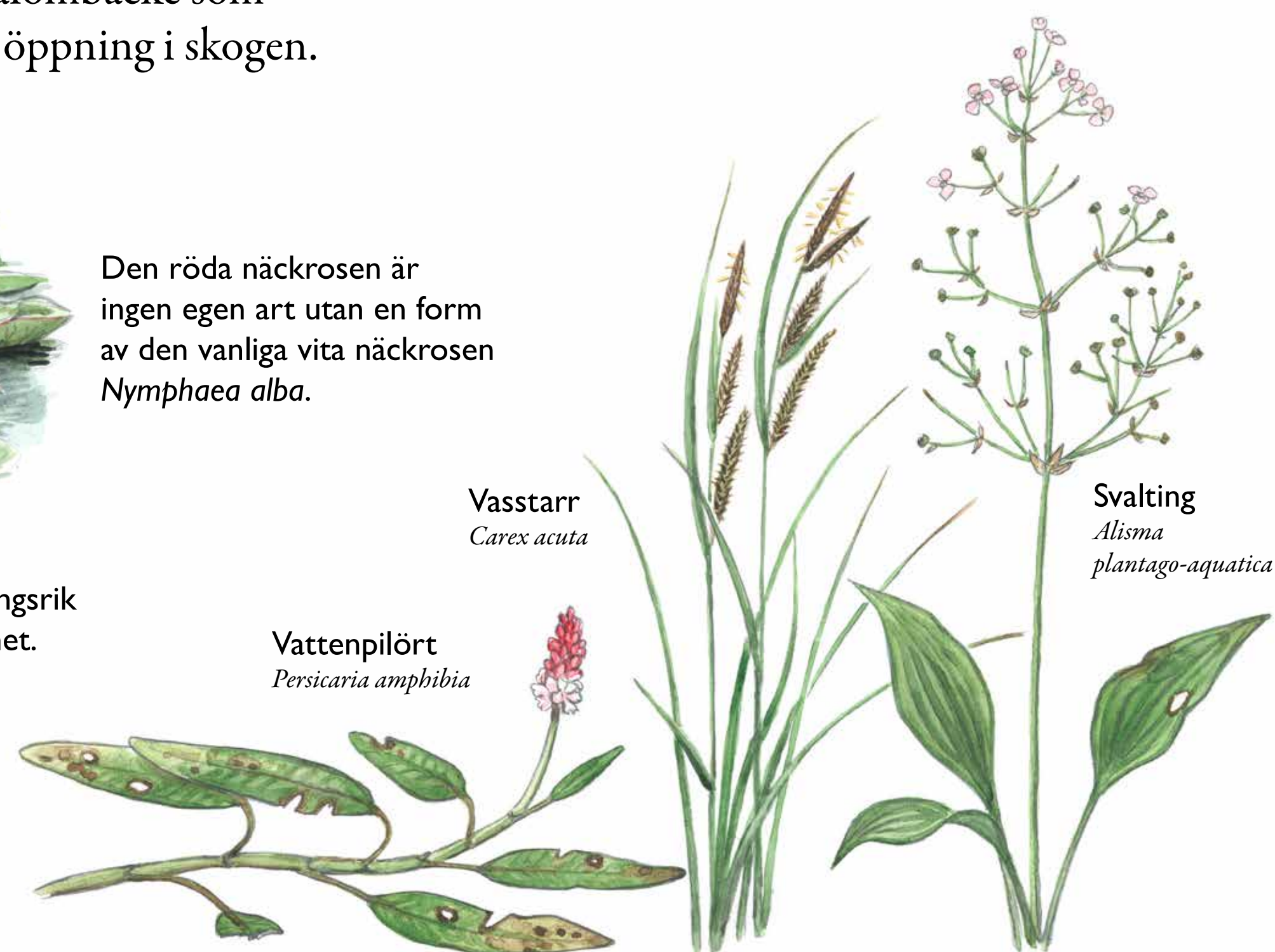
Långsjön is a nutrient-rich lake with an average depth of three metres. The vegetation is lush, both along the shores and underwater. Red water lily, for example, grows in the lake. Eurasian coot and great crested grebe thrive here and are easy to spot. A completely different habitat is found a stone's throw east of the nature reserve. Here the municipality has created a small wetland – an oasis for frogs, newts, dragonflies, and moisture-loving plants.



Den röda näckrosen är ingen egen art utan en form av den vanliga vita näckrosen *Nymphaea alba*.

Långsjön är en näringsrik sjö med rik växtlighet.

Promenaden runt sjön är 1,4 kilometer lång och kantas av vitsippor på våren.



Vasstarr
Carex acuta

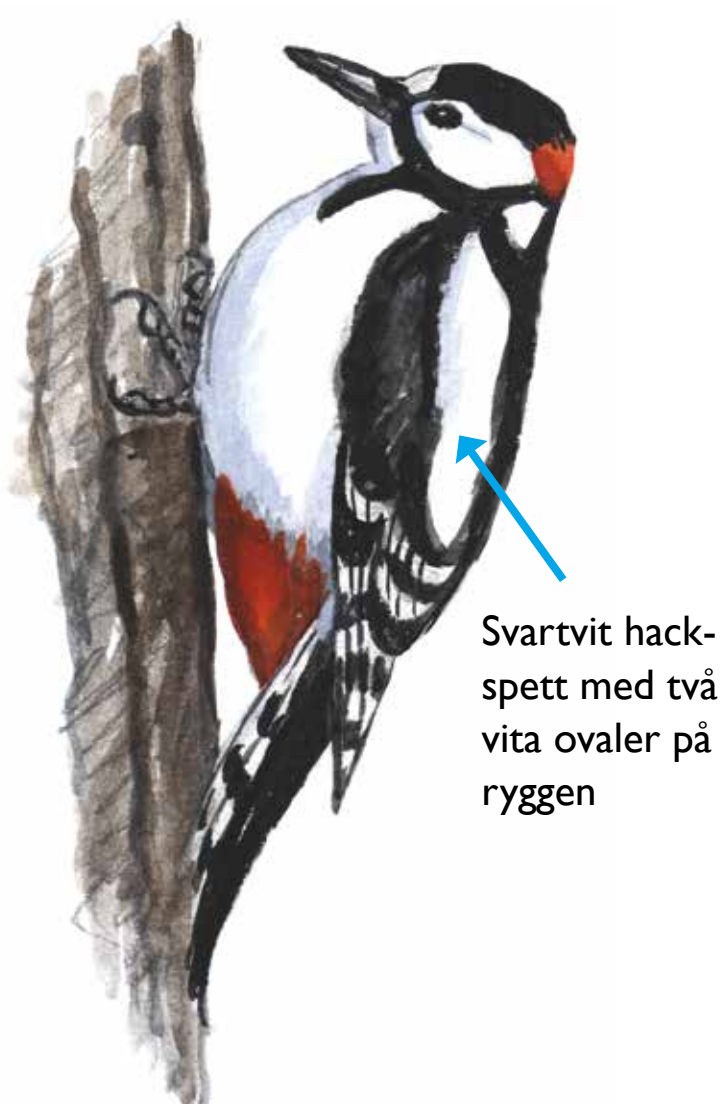
Vattenpilört
Persicaria amphibia

Svalting
Alisma plantago-aquatica

LÄR KÄNNA FEM AV RESERVATETS FÅGLAR

Större hackspett *Dendrocopos major*

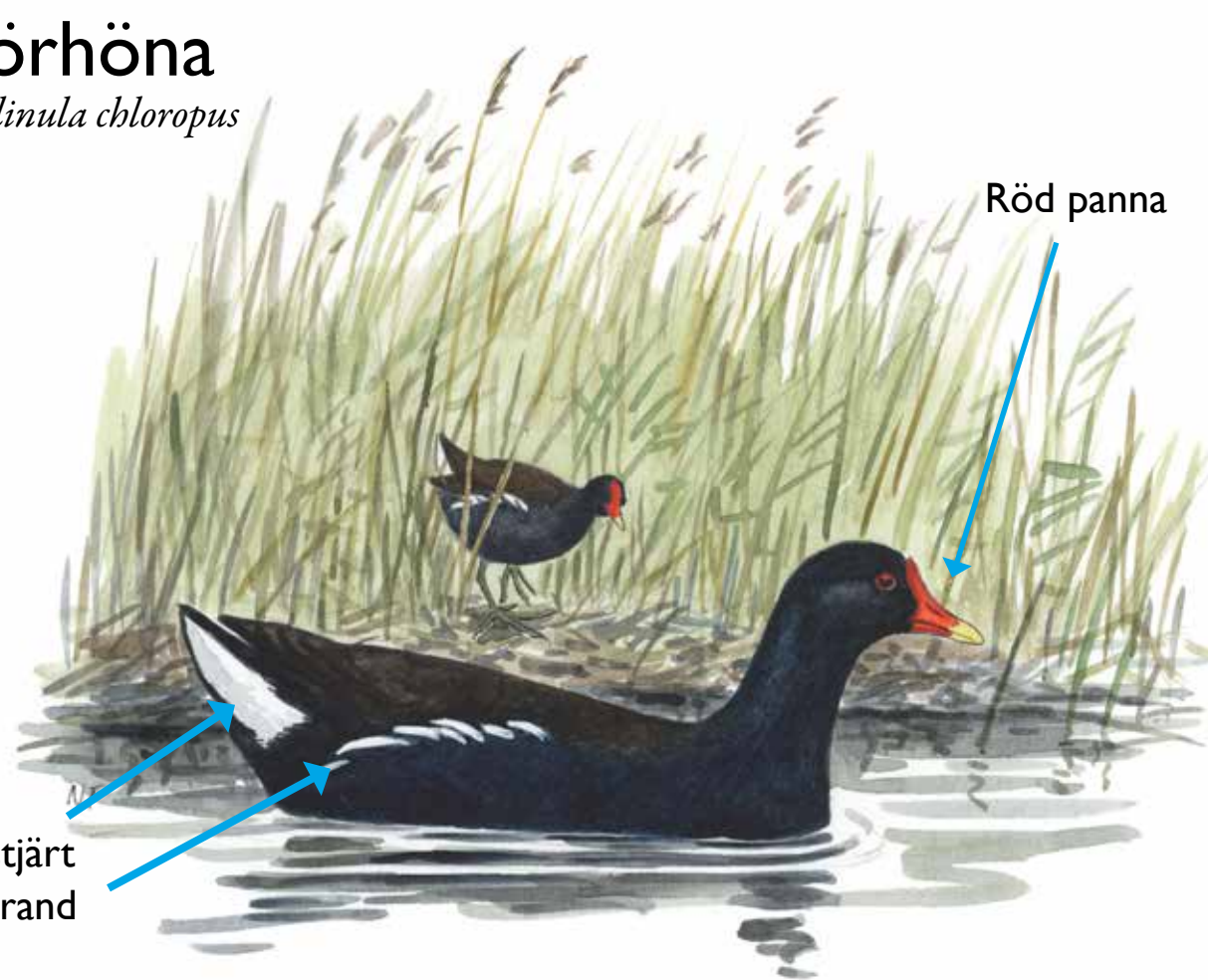
”Sveriges vanligaste hackspett.”



Svartvit hackspett med två vita ovaler på ryggen

Rörhöna *Gallinula chloropus*

Vit stjärt och rand

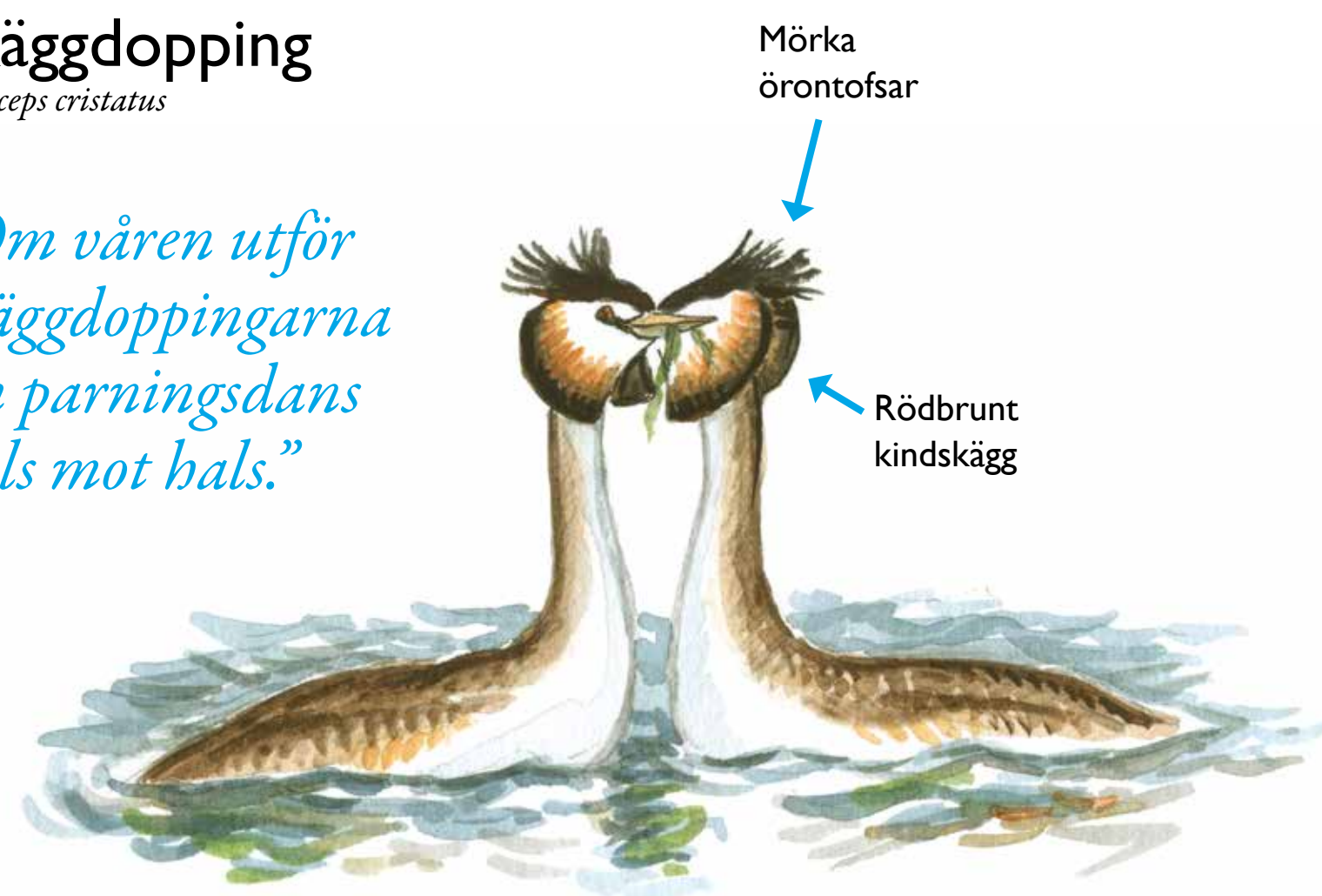


Röd panna

”Rörhönans vetenskapliga namn betyder grönfotad, liten höna.”

Skäggdopping *Podiceps cristatus*

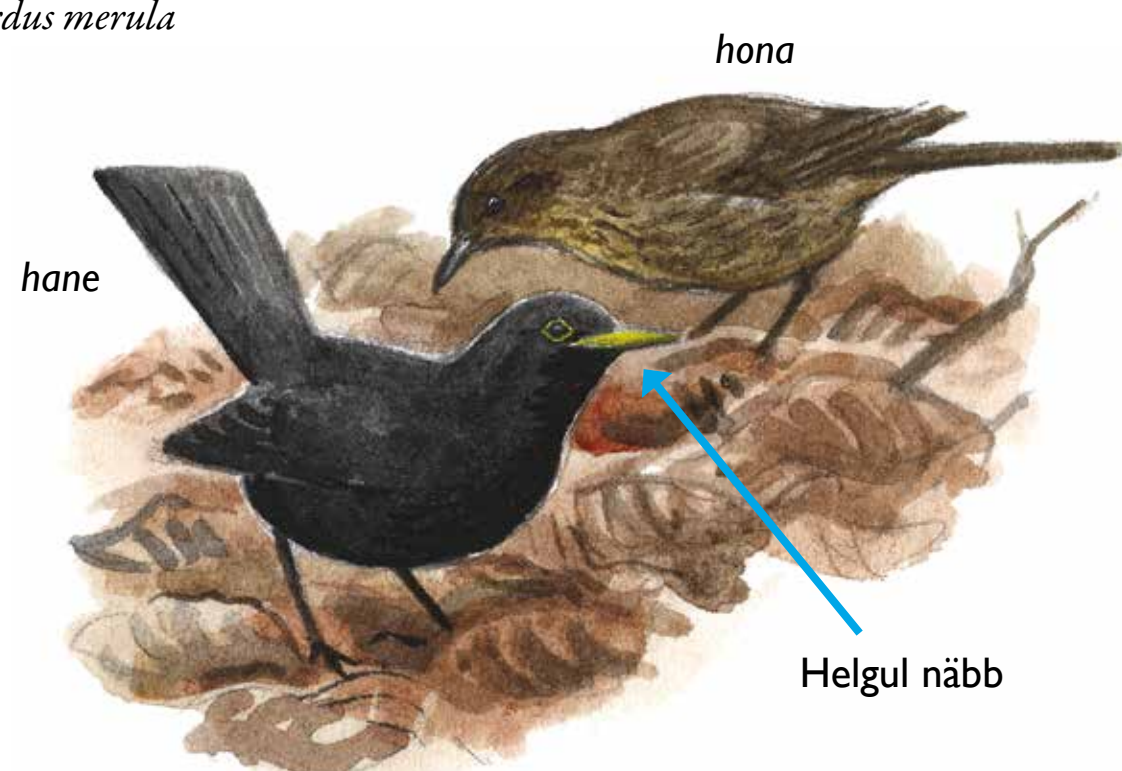
”Om våren utför skäggdoppingarna sin parringsdans hals mot hals.”



Mörka öröntofsar

Rödbrunn kinskägg

Koltrast *Turdus merula*



hona

hane

Helgul näbb

”Framröstad till Sveriges nationalfågel, mycket tack vare sin vackra sång.”

Sothöna *Fulica atra*

Vit panna och näbb



Helsvart fjäderdräkt (jämför med rörhöna)

”Vilda slagsmål kan bryta ut när sothönan försvarar sitt revir om våren.”

NATURRESERVAT



UPPTÄCK LÅNGSJÖN

Långsjön runt – en lugn promenad

Den 1,4 km långa slingan runt sjön är en av kommunens "Lugna promenader". Här finns gott om bänkar och det går bra att ta sig fram med barnvagn och rullator. Motionsslingan fungerar utmärkt både för promenader och löpning. Du får även cykla om du tar det lugnt, visar hänsyn och lämnar företräde till dem som går eller springer.

Bad

På norra stranden hittar du Långsjöbadet, en kommunal badplats med sandstrand och badflotte. Badplatsen är tillgänglighetsanpassad med räcke när man går ned i vattnet. Toalett finns under badsäsongen.

Hundrastgård

I hundrastgården sydväst om sjön kan du släppa din hund lös och träffa andra hundar och hundägare.

Sjönära utegym

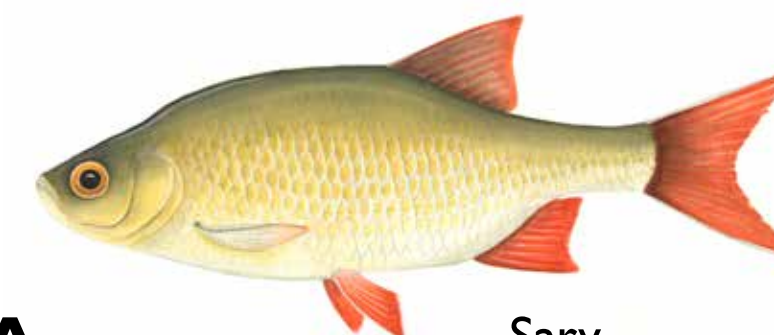
På utegymmet vid Långsjöns östra strand finns redskap som passar ett stort spann av motionärer. Här kan du träna stora muskelgrupper såsom rygg, mage, bröst, armar och axlar.

Grillplats

Vid Långsjöns östra strand finns en grillplats.

Fiske

Det är tillåtet att meta eller fiska med kastspö i sjön. Gädda, abborre, mört och sarv är fiskar du kan få på kroken.



Sarv
Scardinius erythrophthalmus

VAR RÄDD OM NATUREN!

I naturreservatet gäller inte Allemansrätten fullt ut. Istället gäller särskilda regler.

Inom reservatet Långsjön är det förbjudet att:

- § förstöra eller skada fast naturföremål eller ytbildning t.ex. genom att borra, hacka, spränga, måla eller dylikt.
- § spika i träd, bryta kvistar, fälla, eller på annat sätt skada levande eller döda träd och buskar, samt att skada vegetation i övrigt, t.ex. genom att gräva upp växter som ris, örter, gräs, mossor och lavar eller ta bort vedlevande svampar.
- § störa djurlivet t.ex. genom att klättra i boträd, från nära håll fotografera fågelbo eller döda däggdjur, fåglar, kräddjur eller groddjur.
- § fånga och insamla ryggradslösa djur.
- § inplantera fisk eller kräftor som inte är naturligt förekommande i Långsjön.
- § medföra hund eller annat husdjur som inte är kopplat. Hundar får dock släppas lösa inom det föreslagna inhägnade hundrastområdet.
- § cykla på stigar och i terräng, med undantag av promenadslingan runt sjön.

- § framföra båt (utom kanot eller kajak).
- § framföra motorfordon.
- § parkera fordon annat än på anvisade platser.
- § på störande sätt framställa ljud eller i övrigt utöva sysselsättning som kan minska rekreationstutbytet för andra.
- § bedriva hobbyverksamhet med modellfarkoster som drivs av förbränningsmotorer.
- § elda annat än i medhavd grill eller dylikt. Totalt eldningsförbud gäller när Länsstyrelsen eller kommunen annonserar risk för bränder i skog och mark.
- § tälta.
- § sätta upp skyltar, plakat, affischer eller liknande.
- § tippa avfall typ trädgårdsavfall, skräp eller dylikt inom området.

RESERVATSAKTA

Bildat år: 2005

Storlek: 23 hektar, varav 7,4 hektar vatten

Syfte: Att bevara och, där så är möjligt, utveckla områdets användning för rekreation och naturupplevelser. Områdets naturvärden ska bevaras och om möjligt utvecklas. Långsjön, klassad som ekologiskt känslig, ska bevara sin goda vattenkvalitet.

Markägare och naturvårdsförvaltare: Nacka kommun



Hundar ska hållas i koppel året om. Undantag gäller i hundrastgården.

Dogs must be on a leash except in designated places.



Ta med dig skräpet härifrån!

Please take your litter home.



Den mest uppdaterade informationen om naturreservatet kan du hitta på naturkartan.