

# Skogsvärden<sup>4.17</sup>

Nr 4.2017. Årgång 47

En tidning från Skogssällskapet om skog, fastigheter och ekonomi

SÅ PLANERAR DU  
DIN SKOGSSKÖTSEL  
LÅNGSIKTIGT

## Är du rädd för skogen?

Vi beger oss in i de djupaste av skogar, försöker förstå våra rädslor och funderar på hur skogen kan bli en plats där fler känner sig trygga.

+ Aktuellt | Marknadspriser | Krönika | Certifierat virke | Skogsaffärer

# Mörker, djupa skogar, snåriga stigar och otäcka historier.

**TEMAT FÖR DET** här numret är ”Rädd för skogen”, ett ämne som jag vet väcker många olika tankar.

Alla har vi nog någon gång sett en film eller läst en bok där skogen har målats upp som kuslig. Exempelen inom populärkulturen är många och det är något som vi tar upp i det här numret.

Även i det verkliga livet kan skogen uppfattas som läskig. Allt fler människor lever i storstäder och tenderar att vistas mindre i skog och natur, något som i sin tur kan skapa en ovana och en rädsla för skogen. Och idag lever många människor i Sverige som har sina rötter i helt andra natur- och kulturtyper och inte alls känner sig hemma i den svenska skogen. Samtidigt kommer allt mer forskning som visar att skogen får oss att må bra. Stressnivåer, puls och blodtryck sjunker när vi är ute i naturen.

Så hur kan vi som äger skog eller har skogen som arbetsplats inspirera fler till att hitta ut? På sikt är det avgörande för oss i skogssektorn, och för hela Sverige, att fler vistas i skogen och gärna också gör skogen till sin arbetsplats. Då kan vi utveckla skogens alla värden så att den bidrar till en hållbar utveckling och ger härliga upplevelser till fler.

**I DET HÄR** numret av Skogsvärden försöker vi förstå vad det är som egentligen skrämmer i skogen, och hur vi genom att sköta skogen aktivt kan göra den

mindre skrämmande. Vi har pratat med beteendevetaren Maria Helander som ger tips för att övervinna sina rädslor inför det okända. I Granloholm i Sundsvalls kommun tyckte invånarna förut att skogen var otrygg och mörk. Med Skogssällskapetets hjälp har kommunen nu ljusat upp och skapat fri sikt kring cykelvägar och stigar.

**MARTIN SJÖDIN**, analytiker på Skogssällskapet, berättar om hur han hjälper kunder som vill förstärka skogens sociala värden.

Vi har träffat några av ”skogens proffs” – jägaren, skogsarbetaren och natorienteraren, för att höra om det finns något i skogen som skrämmer även dem. Forskaren Ann Dolling berättar om den senaste forskningen kring skogens påverkan på vår hälsa.

**VISST ÄR SKOGEN** en inspirerande plats – och visst behöver vi de där spännande berättelserna som får nackhåret att resa sig. Men jag vill också att skogen ska vara ett vardagsrum, dit fler känner att de har tillträde, känner sig trygga och vill ge sig ut.

I den stressade tid vi lever i kanske det behövs mer än någonsin?

Signerat,  
**CALLE NORDQVIST**



Foto: Ulrika Lagerlöf

”I det här numret av Skogsvärden försöker vi förstå vad det är som egentligen skrämmer i skogen, och hur vi genom att sköta skogen aktivt kan göra den mindre skrämmande.”

## Skogsvärden

Skogsvärden är en tidning från Skogssällskapet om skog, marknad, fastigheter och ekonomi. Den ges ut fyra gånger per år.

Årgång 47,  
våren 2017.  
ISSN 1650-7444



### Ansvarig utgivare

Calle Nordqvist  
031-335 66 32  
calle.nordqvist@skogssallskapet.se

### Produktion

Oh My! ohmy.nu

### Redaktör

Malin Letser  
malin@ohmy.nu

### Art Director

Fanny Lundstedt

### Layout

Anna Beije

### Omslagsbild

Christian Gustavsson

### Tidningsredaktion

Carl Kling  
Lotta Möller  
Malin von Essen  
Maria Nord  
Ulrika Lagerlöf  
**Tryck**  
Gävle Offset AB

### Stiftelsen Skogssällskapet

Box 11374  
404 28 Göteborg  
Tel 0771-22 0044  
www.skogssallskapet.se

 Skogssällskapet



**Adressändring?** Skicka mejl till: [annika.soderqvist@skogssallskapet.se](mailto:annika.soderqvist@skogssallskapet.se). Eller snigelpost till Skogssällskapet, Bergsgatan 130, 853 50 Sundsvall. Ange din gamla och din nya adress.

# Innehåll nr 4.17

NYHETER 4-5

## Just nu

**Utredning av skogsvårdslagen**  
Ger den mer krångel och kostnader? Reaktionerna har varit delade.

**Förarlös maskin**  
Studentprojekt vid Luleå tekniska universitet beräknas vara redo att testas under våren.

**Stort intresse vid årets utlysning**

Ny kategori gav upphov till fler ansökningar inom frågor som berör rekreation och integration.

**Målbild på väg att bli norm**

Ny rapport visar på positiv förändring inom skogsbruk.

”Målet är att få till en mosaik i skogen, med en variation av åldrar och trädslag i olika områden.”

Thomas Lindström, skogsförvaltare på Skogssällskapet (sid. 16).



TEMA

## Rädd för skogen

### 8. Skogen som skräms

Skaparen till serien Jordskott ville berätta en saga där skogen är något magiskt och hotande.

### 9. Beteendvetaren om rädsla

Varför blir vi skrämde och hur kan man övervinna sina rädslor?

### 10. Skogens proffs

Hur kan skogen upplevas som ett andra hem? Vi har pratat med tre experter.

### 13. Må bra i skogen

Skogsvistelse på recept? Studie om skogens läkande kraft.

### 14. Skogen vinner mark i Japan

Med skogen som arena för friskvård.

### 15. Enkät: Rädd för skogen

Vad är så skrämmande med skogen? Skogsvärden har ställt frågan till sex personer från olika delar av landet.

### 16. Harmoni i Sundsvalls skogar

Allmänhetens synpunkter ledde till skogsskötsel för en tryggare miljö.

### 18. "Skogstrategi vänder på resonomangen"

Martin Sjödin hjälper skogsägare med långsiktig skötsel.



### 19. Hållbar utveckling med skogsstrategi

Syskonen Andersson i Applaryd lägger grunden för skogsfastighetens utveckling.

SKOGSAFFÄRER

## Skog & ekonomi

### 21. Ledare

Ut i de djupa skogarna, men glöm inte planeringen.

### 22. Certifierat virke

Marknaden kräver mer, men hur ska utbudet matcha efterfrågan?

### 24. Skogsindex

Virkes- och skogsmarkpriserna. Toppnivåer på flera ställen.

### 26. Nyfiken på skog

Skogskväll på Gotland och skogsdag på Dimbo.

### 27. Virkeskrönikan

Stor investeringsvilja på massaved hos flera aktörer.



Foto: Shutterstock

## Delade meningar om utredning av skogsvårdslagen

**STARKA REAKTIONER.** Den 15 oktober överlämnades utredningen om en översyn av vissa delar av skogsvårdslagen till regeringen. Reaktionen har varit splittrade.

Det var i november 2015 som regeringen beslutade att se över skogsvårdslagen. Uppdraget har bland annat varit att se över vem eller vilka som ska ha ansvar att fullgöra skyldigheter enligt skogsvårdslagstiftningen.

Ytterligare en del i uppdraget var att se över om miljöorganisationer ska ha rätt att överklaga beslut om avverkningar, detta mot bakgrund av Århuskonventionen (FN:s konvention om tillgång till information, allmänhetens deltagande i beslutsprocesser och tillgång till rättslig prövning i miljöfrågor).

Utredningen föreslår bland annat att straffbestämmelserna för utebliven avverkningsanmälan ska tas bort. I stället ska en sanktionsavgift kunna tas ut från markägaren om anmälnings-

pliktiga åtgärder påbörjas utan att Skogsstyrelsen underrättats.

Utredningen gör också bedömningen att miljöorganisationer ska ha rätt att överklaga beslut om till exempel planerade avverkningar.

Reaktionerna på utredningen har varit delade. Tidigare landsbygdsminister Eskil Erlandsson säger till ATL att förslaget om överklaganderätt ger mer krångel och högre kostnader för alla.

– Dessutom har vi i Sverige en kutym att det allmänna företräds av myndigheter eller kommuner, inte av olika löst sammansatta organisationer, säger han till ATL.

Naturskyddsföreningen har också reagerat på utredningen. På sin hemsida skriver de bland annat att "den utredning som nu har lämnats till regeringen varken skärper eller preciserar skogsvårdslagstiftningen för en ökad miljöhänsyn, därför uppfyller den inte regeringens ambitioner för skogspolitiken i detta hänseende."

## Förrarlös maskin tas fram i Luleå

**INNOVATION.** Just nu pågår ett projekt vid Luleå tekniska universitet där ingenjörstudenter bygger ett terrängfordon utan förrarplats, skriver tidningen ATL.

Fordonet kommer att användas i forskning om bland annat markberedning och navigering och kommer att mäta cirka sex meter i längd och 2,5 meter i bredd. Vikten kommer att ligga på mellan sju och åtta ton, skriver tidningen.

Maskinen beräknas vara färdigbyggd vid årsskiftet och under våren 2018 kommer den att tas ut och testas för markberedning med högläggare.

## Många ansökningar vid årets utlysning

**FORSKNING.** Under hösten har Stiftelsen Skogs-sällskapet tillsammans med närstående stiftelser utlyst totalt 21 miljoner kronor till forskning, kunskapsutveckling och kommunikation om skog och naturvård. Intresset har varit stort. När ansökningstiden löpte ut den 12 oktober hade man fått in totalt 211 ansökningar. Det berättar anslagskoordinator Maria Nord.

– Det totala beloppet som de inkomna ansökningarna uppgick till är drygt 251 miljoner kronor och i år har vi fått in ansökningar från fler lärosäten än tidigare år, vilket känns jätteroligt!

Flest ansökningar, 143 stycken, kom in i kategorin Forskning och kunskapsutveckling. I kategorin Kommunikation och kunskapspridning kom det in 38 ansökningar och i den kategori som var ny för året, Naturvägledning, friluftsliv och integration, kom 30 ansökningar in.

– Den här nya kategorin verkar dessutom ha gett upphov till nya tankar hos forskarna för vi har sett att fler ansökningar inom samtliga kategorier berör frågor om rekreation och integration, säger Maria Nord.

I december kommer stiftelsens styrelse att fatta beslut om vilka ansökningar som bjuds in till att skriva en fördjupad ansökan. Beslutet om vilka av de ansökningarna som sedan beviljas medel meddelas i mars 2018.

**HUR FÖRSTÅS SKOGENS** sociala värden i olika kommuner, och vilket inflytande har medborgarna över den tätortsnära skogens utformning? I projektet "Den lokala skogen" tittar statsvetaren Sara Holmgren närmare på de här frågorna. Missa inte vår intervju med henne på [skogssallsskapet.se/kunskapsbank](http://skogssallsskapet.se/kunskapsbank).



”Vi måste bredda synen på vem som kan arbeta med skog. Skogen är en plats för alla. Vi behöver personer med olika kompetenser och erfarenheter.”



**Jonas Löfstedt**, regionchef på Skogsstyrelsen, i en artikel den 27 oktober om Skogsstyrelsens projekt "Jämfald i skogen" (Jämställdhet och mångfald i skogen) som långsiktigt ska bidra till att motverka diskriminering och öka inkluderingen i skogsbranschen. Läs mer på [skogsstyrelsen.se](http://skogsstyrelsen.se)

## Bra miljöhänsyn på väg att bli norm

**NY RAPPORT.** Skogsstyrelsen har tillsammans med skogssektorn kommit överens om en gemensam syn på hur man bäst tar hänsyn till miljön vid avverkning. En ny rapport från Skogsstyrelsen visar nu att dessa så kallade målbilder är på god väg att bli norm i skogsbruket.

De målbilder som man har kommit överens om ska fungera som handfasta vägledningar inom allt från terrängkörning och kantzoner intill våtmarker och dikesrensning, till hänsyn till stigar och kulturmiljöer.

I en rapport som har överlämnats till regeringen konstateras att målbilderna nu används allt oftare i det ordinarie arbetet i skogen.

– Branschen gör stora insatser för att utbilda och för att fortbildning och uppföljning ska bli en naturlig del av arbetet med miljöhänsyn så att det blir långsiktigt hållbart, säger Andreas Eriksson, skoglig handläggare vid Enheten för policy och analys på Skogsstyrelsen i ett uttalande på hemsidan.

Skogsstyrelsen konstaterar även i rapporten att det fortsatta arbetet kräver både långsiktighet och uthållighet och att det fortfarande finns aktörer som har en annan syn på begreppet "gemensamma målbilder".



Foto: Shutterstock

# Vi valde Handelsbanken. Vad väljer du?

För mer inspiration – teckna en kostnadsfri prenumeration på tidningen Tillväxt och Nyhetsbrev Handelsbanken Skog och lantbruk på [handelsbanken.se/skogochlantbruk](http://handelsbanken.se/skogochlantbruk)

Du är alltid  
välkommen  
in på något av  
våra lokala  
bankkontor.

Handelsbanken Skog och lantbruk

## DET ÄR EN SJUK VÄRLD VI LEVER I. DITT FÖRETAG KAN GÖRA DEN FRISKARE. BLI FÖRETAGSVÄN NU.

Som företagsvän skänker du och ditt företag mellan 10 000 och 100 000 kronor per kalenderår. Pengar som går till att göra en sjuk värld friskare.

Ni får också tillgång till vår Företagsvänlogga, ett diplom och en mailfot. På så vis kan ni visa era anställda och kunder att ni bidrar till en friskare värld.

Tack för det stöd ni kan ge.



## BLI FÖRETAGSVÄN OCH BÖRJA RÄDDA LIV REDAN IDAG.

Kontakta oss på telefonnummer  
**010-199 32 69** eller maila på  
[foretag@lakareutangranser.se](mailto:foretag@lakareutangranser.se)

Bankgiro 900-6032  
Plusgiro 90 06 03-2

90 SVENSK  
KONTO INSAMLINGS  
KONTROLL



I en värld där allt fler människor lever allt längre bort från skog och natur skapas ett avståndstagande. Samtidigt är skogen en viktig plats för vårt välbefinnande, för näringslivet, samhällsekonomin och för framtidens omställning mot ett hållbart samhälle. I det här numret beger vi oss därför in i de djupaste av skogar, försöker förstå våra rädslor och funderar på hur skogen kan bli *en plats där ännu fler känner sig hemmastadda och trygga*.

TEMA:

# Rädd FÖR SKOGEN

Skogen som skräms  
SID 8

Beteendevetaren om  
rädsla  
SID 9

Skogens proffs  
SID 10

Må bra i skogen  
SID 13

Skogen vinner mark  
i Japan  
SID 14

Enkät: Rädd för skogen  
SID 15

Harmoni i  
Sundsvalls skogar  
SID 16

"Skogstrategi vänder  
på resonemangen"  
SID 18

Hållbar utveckling  
med skogsstrategi  
SID 19





”Med Jordskott ville jag berätta en saga för en vuxen publik”, säger manusförfattaren Henrik Björn.

# Skogen som skräms

Vildvittror, trolltyg och mänsklig girighet. När skogen skildas i populärkulturen lurar den ofta på faror och övernaturliga väsen, redo att hämnas på människan. Henrik Björn, skaparen till tv-serien Jordskott, pratar om skogen som en scen för skräck – och en plats för eftertanke.

TEXT: THERESE JOHANSSON

**SKOGEN ÄR** i allra högsta grad närvarande i den nordiska mytologin, folktron och inte minst populärkulturen. Sagor om väsen som tomtar, troll och annat oknytt har funnits i urminnes tider, och mer moderna gestaltningar av skogen är inte svåra att hitta. Ronjas vilda skog hos Astrid Lindgren, Twin Peaks mystiska ugglor och Engelsfors djupa skogar där människor försvinner i Cirkeln.

Senast i raden är tv-serien Jordskott där andra säsongen nu visas i SVT. I den har skogen en aktiv roll i berättelsen. Den är en skugga som hotar, en uråldrig kraft – men också något heligt som måste vårdas.

– Med Jordskott ville jag berätta en saga för en vuxen publik, en spännande, obehaglig och gripande berättelse där skogen är något magiskt och hotande som höjer sin röst. Överna-

turliga väsen som vaknar till liv när människorna blir för giriga och inkräktar på den för mycket, berättar Henrik Björn.

**I EN SCEN** sågas ”moderträdet” ner till tonerna av sorglig valsång. Finns det ett underliggande budskap?

– Skogen får här stå som symbol för människans tillkortakommanden. Egoismen och rovdriften som så småningom kommer att leda till



vår undergång. Vi kan inte hantera naturens tillgångar med måtta, vi slösar med resurser samtidigt som en stor del av världens befolkning har för lite. Jordskott är en berättelse om att leva i obalans med naturen – både i det lilla och stora perspektivet.

**HENRIK BJÖRN TROR** att vi behöver skogen mer än någonsin i vårt stressade, uppkopplade samhälle. Och att det är bristen på skogens fysiska närvaro som lätt framkallar rädslor.

– Det man inte känner till blir skrämmande. Skogen



”Skogen är en fantasieggande plats och det är lätt att få övernaturliga upplevelser när man möter en skog.”



är en fantasieggande plats och det är lätt att få övernaturliga upplevelser när man möter en skog. Skuggor som framkallar kalla kårar, mörkret bland uråldriga granar, en sten i skepnad av något underjordiskt. Det sätter igång rädslor hos de flesta. Men som det är med det mesta i livet så försvinner laddningen i det okända när man väl lär känna det.

**MEN OM SKOGEN** är så skräckinjagande för nutidsmänniskan, varför inte bara hålla oss borta?

– Jag tror att någonting går förlorat inom oss om vi tappar kontakten med naturen. Vi hör hemma där, vi är inte gjorda för att bo i höghus och vara ständigt uppkopplade. Vi behöver stunder i skog och mark för att släppa garden, borra ner händerna i mossan och hitta tillbaka till någon slags mänsklig ursjäl. I skogen får vi tid för eftertanke, något vi verkligen behöver i den värld vi nu lever, avslutar Henrik Björn. ‡

## Beteendevetaren om rädsla

**Rovdjur, troll, mörker och hot. Att känna olika rädslor inför skogen är vanligt. Beteendevetaren Maria Helander förklarar vad våra rädslor bottenar i och hur vi kan skrämman bort dem.**

TEXT: MALIN LETSER

**Att människan** som art, *Homo sapiens*, har överlevt genom historien är egentligen ganska osannolikt. Vi är inte starka, vi är inte snabba och vi har inga klor. Vad som trots detta har gjort att vi har klarat oss är vår utvecklade hjärna och våra olika grundkänslor. Rädslan är en av dessa livsviktiga känslor, förklarar Maria Helander.

– Att känna respekt för sådant som är farligt och undvika den typen av situationer har räddat oss, säger hon.

Än i dag har rädslan en överlevnadsfunktion i vissa sammanhang, men den kan också innebära ett hinder. Allt beror på hur vi förhåller oss till våra rädslor.

– Om du lär dig att det är spännande att testa och utmana dina rädslor behöver det inte bli något hinder, men om du redan som liten blir omhuldad så blir du rädd för att vara rädd.

**En annan faktor** som påverkar våra rädslor är våra vanor. Vi präglas av den miljö vi lever i. Maria Helander ger ett talande exempel.

– När några vänner från stan besökte mitt lantställe med sin fyraåriga dotter så vågade dottern nästan inte sätta fötterna i mossan. Hon hade aldrig gått i en skog utan var van vid att trampa på asfalt, säger hon.


**Maria tycker att** det är lite oroväckande hur allt fler människor blir fråntagna den miljö vi är gjorda för att vara i, nämligen naturen. Detta i sin tur gör att vi förlorar kunskap som i alla tider har varit naturlig, vilket resulterar i en kunskapslucka som skapar rädsla. Men det finns sätt att mota rädslan på.

Maria delar metoderna i tre steg: kunskap, nyfikenhet och nytta.

– Låt säga att du är rädd för att stöta på djur i skogen: skapa då kunskap om detta. Hur vanligt är det att det händer? Vad ska man göra om det händer?

**Steg två är** att vara nyfiken på sin rädsla och att inse att rädslan i sig inte är farlig.

– Jag brukar hjälpa mina klienter med att söka upp sina rädslor och öva sig på att vara rädda. Fråga dig: Hur känns rädslan? Får jag högre puls, handsvett? Genom att undersöka våra rädslor tenderar de att krympa. Det är nämligen svårt att vara nyfiken och rädd samtidigt. Därför har vi så stor nytta av vår nyfikenhet.



”Om du lär dig att det är spännande att testa och utmana dina rädslor behöver det inte bli något hinder.”

**Tredje steget handlar** om att se nyttan med att övervinna sina rädslor. Vilka blir vinsterna?

– Hitta din drivkraft! Om du inte ser någon nytta med att vara i skogen kommer du inte att övervinna rädslan. Men om du spaltar upp vad du skulle vinna på att vistas ute i skogen så skapar det en motivation.

– Fråga dig själv om du vill styras av dina rädslor eller av din nyfikenhet. Den frågan kan du ställa dig själv i stort som smått genom livet.

Även om många upplever skog och natur som läskigt finns det tusentals människor som dagligen vistas i skogen och ser den som en trygg plats. Vi har pratat med en jägare, en nattorienterare och en skogsarbetare för att ta reda på hur skogen kan upplevas som ett andra hem.

TEXT: MALIN LETSER FOTO: CHRISTIAN GUSTAVSSON

# Skogens proffs



**NÄR ALBIN RIDEFELT** var yngre upplevde han skogen som lite läskig. Idag är han orienterare på elitnivå och finner harmoni och lugn av att få springa fritt i skogen – gärna mitt i natten.

Precis som många andra barn testade Albin Ridefelt flera olika typer av idrotter när han var liten, men det var orienteringen han fastnade för. Intresset var så starkt, att när det var dags att välja gymnasium bestämde han sig för ett orienteringsgymnasium.

Idag är Albin 25 år och studerar till läkare i Uppsala. Parallellt med studierna har han lyckats fortsätta elitsatsa på orienteringen och på meritlistan står

bland annat fem SM-guld, varav ett i nattorientering.

– Jag älskar skog och mark och trivs väldigt bra där, säger han.

**RELATIONEN TILL SKOGEN** har inte alltid varit helt okomplicerad, berättar han. Att springa vilse med en karta han inte riktigt förstod minns han som obehagligt.

– Men efter den händelsen kändes det som att jag kom över en tröskel. Jag löste ju situationen och insåg att det inte var så farligt.

Nattorienteringen har däremot tagit lite längre tid att vänja sig vid, förkla-

**”Jag älskar skog och mark och trivs väldigt bra där.”**

rar Albin. Han minns en gång när han var tolv år och hans pannlampa gick sönder.

– Först blev jag rädd, men efter en stund kom en annan kille som sprang samma bana som jag fick följa med tillbaka till mål. Efter det blev vi bra kompisar så jag fick ett väldigt fint minne från det.

Till en början tyckte Albin Ridefelt att nattorientering var en aning läskigt, men nu ser han det bara som ett roligt äventyr.



**Namn:** Albin Ridefelt.  
**Bor:** Uppsala.  
**Gör:** Orienterare och läkarstudent.  
**Familj:** Flickvän, föräldrar och två bröder.



**Namn:** Erika Bergmark  
**Bor:** Fällfors.  
**Gör:** Jägare och projektanställd på Boliden inom skog- och naturvård.  
**Familj:** Föräldrar, bror och en finsk spets-hund, Rajja.

## “Inför skogen är alla lika”

**Redan som liten följde Erika Bergmark med sin pappa ut i skogen för att jaga. I dag är hon en erfaren jägare som helst ger sig ut i skogen ensam.**

**UPPVUXEN I DEN** lilla byn Fällfors utanför Skellefteå har Erika alltid levt nära skog och natur, och under gymnasiet gick hon naturbrukslinjen.

– För mig har naturen alltid varit en plats för att upptäcka nya saker.

Efter studenten jobbade Erika på en affär för jakt och fiske och några år senare läste hon vidare till jägmästare med biologinriktning.

– Det finns så mycket att lära av i skogen, nya djurarter och fascinerande samspel. De bästa jägarna jag känner är de som kan mycket om naturen.

I dag jobbar Erika Bergmark inom ett skog- och naturvårdsprojekt för Boliden och är ofta ute i skogen, både i arbetet och på fritiden.

Den enda gången som Erika har känt obehag i skogen var när hon jobbade i Kanada. Tillsammans med en kanadensisk kollega promenerade hon i nio timmar varpå de plötsligt befann sig långt bort från jaktmarkerna. Det var första gången hon känt sig riktigt vilse, men till slut lyckades hon ta sig upp på en höjd och lokalisera åt vilket håll de skulle gå.

Hon berättar att något liknande inte skulle ske i Sverige eftersom skogarna är helt annorlunda här. Där de befann sig var det 30 mil till närmsta asfaltsväg. Erikas råd till de som ändå känner obehag inför skogen är att bege sig ut regelbundet.

– Ju mer man är där, desto mer inser man att rädslan är överdriven och att skogen inte är farlig.

Ett annat råd hon vill ge är att våga bege sig ut ensam.

– Det är lättare att gå vilse om man går efter någon annan, man är inte lika uppmärksam då. Dessutom mår man bra av att göra saker på egen hand. Att klara sig själv inger trygghet.

**Namn:** Carl-Magnus Olsson.

**Bor:** Lindhult i Ljungby kommun.

**Familj:** Tre barn och ett barnbarn.

**Intresse:** Som yngre tävlade Carl-Magnus i dragkamp på elitnivå och vann åtta SM-guld. Nu är det stora intresset att läsa, främst deckare.



## ”Ta med snitselband”

**I över 38 år har Carl-Magnus Olsson jobbat som skogshuggare. Någon rädsla för skogen har han aldrig haft, men när han är ute med barnbarnen är han extra uppmärksam på vildsvin.**

**INTRESSET FÖR SKOG** och mark har funnits hos Carl-Magnus Olsson sedan barnsben när han dagligen lekte ute i skogarna i halländska Oskarström. Men att han skulle jobba i skogen hade han inte en tanke på förrän hans pappa uppmuntrade honom till det.

– Min far var journalist och hade ett utpräglat journalistiskt intresse för skog och natur, så det var han som inspirerade mig.

Sommaren 1976 gick Carl-Magnus ut årskurs nio och började på en skogsbruksskola. Två år senare fick han jobb som skogshuggare på Skogssällskapet. Sedan dess har han varit kvar.

– Någonting måste min pappa haft rätt i eftersom jag har trivts så bra i alla år.

Någon rädsla för skogen har Carl-Magnus aldrig upplevt. Däremot har han respekt för skogen och har alltid varit väl förberedd när han har varit ute med sina barn, och nu med sitt barnbarn.

– När mina egna barn var små var vi ofta ute i skogen. Vi gick på upptäcktsfärd för att leta fornminnen som jag hade lokaliserat i förväg och ritat ut på en karta. Det kunde sluta med att vi satt och fikade på en vikingagrav.

Till dem som gärna skulle vilja vara ute mer i skogen tipsar han om att läsa på lite om skogen och förstå vad som är basvägar och stickvägar.

– Om man kan den biten underlättar det. Ett annat råd är att ta med snitselband och hänga upp längs vägen man går. Lite som de gör i sagorna, med brödsmluror. Då är det lätt att hitta tillbaka.



**ALBINS TIPS TILL** de som är rädda för skogen är att inte gå ut själv i början.

– Ta med en kompis i början, och när du väl vågar ge dig ut själv kan du göra lite väsen av dig. Jag brukar tänka att det inte finns någonting som vill attackera mig i skogen, snarare att det finns djur som kan bli överraskade när jag kommer.

Det som kan hända som orienterare är att någon skadar sig. Därför har klubben som policy att man alltid ska ha koll på att alla har kommit i mål efter träning och tävling.

– Är man ute i skogen själv är det alltid bra att tala om det för någon. Då slipper man oroa sig för att ingen vet var man är om det skulle hända något. Det är viktigt. ♣

”Jag brukar tänka att det inte finns någonting som vill attackera mig i skogen, snarare att det finns djur som kan bli överraskade när jag kommer.”



Är man ute i skogen själv rekommenderar Albin att alltid tala om det för någon, så slipper man oroa sig om det skulle hända något.

# Må bra i skogen

Samtidigt som vi människor lever allt mer frånskilda från skogen ökar intresset för dess positiva inverkan på vår hälsa. Men på vilket sätt är skogen egentligen läkande? Ann Dolling, forskare inom skog och hälsa vid SLU, ger oss den senaste forskningen.

TEXT: MALIN LETSER FOTO: MATILDA HOLMQVIST

**FYSISK AKTIVITET, TRÄDGÅRDSTERAPI** och mindfulness är exempel på behandlingsalternativ som rekommenderas och skrivs ut på recept inom vården i dag, exempelvis vid diagnoser som utbrändhet och stress. Skogsvistelse på recept är däremot inte en allmänt vedertagen behandlingsform i Sverige. Inte ännu i alla fall. Ann Dolling som är forskare inom skog och hälsa vid Sveriges lantbruksuniversitet, SLU, har däremot förhoppningar om att det ska bli så i framtiden.

– Jag är övertygad om att det finns stor utvecklingspotential på det här området, säger hon.

**DE FLESTA KÄNNER** till att vi människor mår bra av att vistas i skogen, att det skapar lugn och harmoni. Däremot är de vetenskapliga beläggen begränsade. Ann Dolling och hennes forskarkolleger har de senaste åren bedrivit flera forskningsprojekt, vid SLU och Umeå universitet, för att ändra på detta. Utgångspunkten i deras forskningsprojekt har varit att söka svar på hur skogsvistelser kan fungera läkande vid exempelvis utbrändhet och depression.

**INOM RAMEN FÖR** projekten har Ann Dolling och hennes kollegor genomfört en studie där totalt 94 personer med olika utmattningssyndrom har fått delta i ett rehabiliteringsprogram. Behandlingen bestod i att alla deltagare fick vistas i skogen två dagar i veckan, två timmar om dagen i totalt tre månader.

– Efter tre månader mätte patienterna bättre i sinnet och var mer harmoniska, säger Ann Dolling.

Ann Dolling understryker att de patienter som deltog i studien var väldigt



Forskning visar att skogen har en positiv inverkan på människor som lider av stress och utbrändhet.

sjuka och att enbart dagliga besök i skogen inte gjorde dem friska.

– Ingen var redo att börja jobba igen efter den här behandlingen. Däremot visar resultatet att de flesta kände sig stärkta och motiverade att ta tag i sina liv.

**MED DE HÄR** resultaten som grund hoppas Ann Dolling att fler får upp ögonen för skogens läkande kraft, och

att skogen kan bli en etablerad del i behandlingsformer som rekommenderas inom vården.

– Våra resultat är inte tillräckligt bra för att man ska kunna skriva ut enbart skog på recept. Men precis som vid Alnarps rehabiliteringsträdgård, där man kombinerar trädgårdsterapi med traditionell terapi, skulle man kunna kombinera skogsterapi med annan behandling. †

# Skogsmedicin vinner mark i Japan

I Japan är skogen ett viktigt element i arbetet för folkhälsan och begreppen skogsbad och skogsmedicin är etablerade inom såväl forskningen som hos allmänheten. Åsa Ottoson, skribent specialiserad på natur och hälsa, berättar om ett växande intresse för skogen som arena för friskvård.

**ÅSA OTTOSSON** ÄR en erfaren naturjournalist och har skrivit flera böcker om naturens läkande kraft. Det var när hon gjorde research till boken *Lugn av naturen* (Votum & Gullers Förlag 2013) som hon kom i kontakt med det japanska begreppet shinrin-yoku, på svenska översatt till "skogsbad".

Efter mycket research kring ämnet fick hon och hennes man, tillika kollega, Mats Ottosson ett stipendium för åka till Japan på en studieresa och nu skriver hon en bok om skogsbaden.

– Vi intervjuade tongivande forskare, läkare, stresseterapeuter och andra personer som på olika sätt har varit involverade i att driva utvecklingen av skogsbaden framåt.

**ÅSA OTTOSSON BERÄTTAR** att det var en japansk statlig myndighet, Forest Agency of Japan, som kom på idén att

använda skogen i hälsosyftet. Begreppet shinrin-yoku, "skogsbad", etablerades under tidigt 80-tal och syftet med skogsbaden är framför allt att fungera läkande och lugnande för stressade stadsbor och människor med livsstilssjukdomar.

– Forskarna berättade att idén kom från skogsbruks-håll då konkurrens från importtimmer gjorde att det inte längre var så lönsamt att avverka skogen i det bergiga Japan.

**I DAG FINNS** det över sextio så kallade "skogsbadsskogar", som forskarna har certifierat som terapeutiska skogsområden runt om i Japan, och varje år besöks dessa områden av mängder av japaner. Upplägget vid besöken kan se lite olika ut, man kan välja att delta i ett terapeutiskt program eller vara ute på egen hand.

– Vissa företag erbjuder

program till sina anställda, och uppläggen varierar. Men utgångspunkten är densamma för alla skogsbadare: att använda alla sina sinnen och att ta in atmosfären i skogen.

**ÅSA BERÄTTAR ATT** en viktig del i myndigheternas satsning är att investera i forskning kring skogens inverkan på hälsan. Bland annat görs studier kring hur skogsbaden påverkar människors stressnivå, blodtryck, hjärtfrekvens, puls och immu-



Skogsbad, shinrin-yoku, är en etablerad metod i Japan för att minska stress och öka välbefinnandet. Metoden går ut på att "bara vara" i skogen, exempelvis genom att promenera långsamt, andas, stanna upp och ta in naturen i lugn och ro.

system. Forskningsområdet kallas för skogsmedicin och praktiserande läkare vid ett av Tokyos främsta universitet har möjlighet att ta kurser i detta.

– Jag blev oerhört imponerad av hur välorganiserat allting är kring skogsbaden och hur accepterad denna alternativa friskvårds- och behandlingsmetod verkar vara.

Åsa Ottoson hoppas och tror att vi i Sverige går åt rätt håll och att vi kan inspireras



Bild från bambuskogen Arashiyama i Kyoto, Japan. Foto: Shutterstock

och hämta kunskap från Japan.

– Det finns tillräckligt vetenskapligt stöd för att förespråka naturvistelser som friskvård. I vår tid, då så många lider och blir sjuka av stress, behöver vi påminna oss om att naturen finns där som en möjlighet. Kalla det skogsbad eller vad du vill, naturen är vårt kollektiva immunförsvar, som jag ser det. Vi kommer alla från naturen från början och kan hitta lugnet i den. ‡

**Namn:** Åsa Ottosson

**Gör:** Journalist, författare och kursledare. Har gett ut ett tjugotal böcker, flera om natur och hälsa.

**Aktuell:** August-nominerad med boken "Nära fåglar".

**På gång:** Skriver bok om skogsbad i Japan. Leder under 2018 skogsbad på Urnatur i Östergötland, hemma i Sörmland med mera.

**Läs mer:** [www.ottossonochottosson.se](http://www.ottossonochottosson.se)



Foto: Pernie Magnusson

ENKÄT:

## Rädd för skogen

**Anna Persson,**  
34 år, Bölarp, Laholm



**När och hur vistas du i skogen?**

– Jag vistas i skogen året runt. Men den absolut bästa tiden är sommar och höst när svampen finns i våra skogar. Jag går ofta till samma ställen i skogen där jag vet att det finns svamp, men kan också stövla rakt in i skogen planlöst.

**Är det någonting med skogen som skrämmer dig? I så fall vad?**

– När vinden ligger på eller när det är mörkt är jag rädd för vilda djur, speciellt vildsvin när jag vet att de har ungar. Därför går jag alltid och sjunger och klappar händerna i skogen. Inte så poppis när jaktsäsongen börjat!

**Leif Arvidsson,**  
66 år, Uddevalla



**När och hur vistas du i skogen?**

– Jag är i skogen ganska ofta, för att få frisk luft och motion. Oftast med en matsäck och ibland på jakt efter bär och svamp. Går ofta i skogen även när jag är utomlands.

**Är det någonting med skogen som skrämmer dig? I så fall vad?**

– Jag är aldrig rädd, men vill inte träffa på vildsvin!

**Cecilia Bäcklund,**  
37 år, Göteborg



**När och hur vistas du i skogen?**

– Nästan varje dag när jag går ut med hund och barn. Älskar skogen!

**Är det någonting med skogen som skrämmer dig? I så fall vad?**

– Björnar, men det finns inte där jag bor. Annars tycker jag att skogen är genomsnäll!



Den här cykelvägen går genom Granloholm, där Sundsvalls kommun och Skogssällskapet har glesat ut skogen och frihuggit runt gatlyktorna så att människor som promenerar och cyklar ska känna sig tryggare.

# Harmoni i Sundsvalls skogar

Från mörk och kuslig till ljus och välkomnande – i området Granloholm i Sundsvall har kommunen tagit krafttag för att öka trivseln i skogen. Responsen har inte låtit vänta på sig.

TEXT OCH FOTO: ULRIKA LAGERLÖF

**SOLLJUSET STRILAR NER** genom skira löv. Här blandas björkar i alla åldersklasser med rönn, asp, sälg och tall. På marken växer örter och ormbunkar, och en och annan mygga svävar ovanför markskiktet.

I området Granloholm i Sundsvall bor 7 000 invånare. Längre tillbaka i tiden låg här bondgårdar, med åkrar blandat med mindre skogspartier. I dag går ett tätt nät av promenad- och cykelvägar genom skogen, som tills alldeles nyligen dominerades av kraftig gammal granskog.

– Vi fick mycket synpunkter på tryggheten här. Människor var oroliga för överfall, man tyckte att det var mörkt och kusligt att promenera här, berättar Thomas Lindström, skogsförvaltare på Skogssällskapet.

**DET ÄR SVÅRT** att tänka sig att området har känts kusligt, nu när solen skiner och sikten är fri mellan lövträdens stammar. Fortfarande står en del granar utspridda i skogen, men ögat fäster sig också vid de grova stubbar som vittnar om alla granar som stod här tidigare. Och hur stora de faktiskt var.

– Vi vill ha en harmoni mellan ljus och mörker, och vi tänker inte bara på att vi vill ha ett lövuppslag utan också på florin, att vi vill ha artrikedom och variation även där, säger Hans Asplund, skogsansvarig på Sundsvalls kommun.

– Vi har sparat friska granar som är gröna hela vägen ned, men vi bygger i huvudsak på de unga lövträden. Målet är att få till en mosaik i skogen, med en variation av åldrar och trädslag i olika områden, berättar Thomas Lindström.

I arbetet med att ställa om skogen från grandominans till löv har samråd varit en viktig del för att få in synpunkter från allmänheten. Bostadsrättsföreningens trygghetsråd, skolan i Granloholm, olika föreningar och allmänheten har fått tycka till.

– En synpunkt vi fick från de boende här uppe var att alla som bodde på nedre plan aldrig fick se något ljus. Därför har vi jobbat med en trappstegsmodell med olika trädslag där vi till exempel gynnar rönn och sälg närmast husen eftersom de inte blir så höga, berättar Hans Asplund.

**BAKOM TRÄDEN SKYMTAR** flervåningshusen som Hans pratar om. Också ett äldreboende i området har fått ljuset tillbaka på sina balkonger, något de gläds åt.





”Min stora drivkraft är att få jobba med skogen på ett annat sätt, och få glädja människor. Det är ju de som drar nytta av skogen”, säger Hans Asplund (till höger). Han och Thomas Lindström (till vänster) visar promenadstigen där besökaren på en kort sträcka får möta en mosaik av olika trädslagsblandningar.

– En dam sa till mig att hon hade fått nya grannar. Först förstod jag inte hur hon menade, men sen förstod jag att hon var glad att hon numera ser att det bor folk runt henne. Det ger en trygghet. Förut var det bara svart skog utanför fönstret, berättar Ing-Gun Hedin som är fastighetsskötare i området.

Ing-Gun fortsätter med att berätta om hur annorlunda det har blivit i området efter att skogen glesades ut. De boende har börjat engagera sig i olika projekt för att skapa lekplatser för barnen, pulkabacke, komposter och andra sociala ytor.

– Nu vill fler vara utomhus i området och det känns tryggare när man går hem från bussen, säger Ing-Gun.

Strategin att gynna ljusa trädslag går igen kring leder och skidspår, för att skapa en tryggare miljö med bättre sikt. Åtgärderna i skogen sker i samarbete med parksektionen och gatukontoret, så att också belysningen och spårkvaliteten ses över samtidigt.

**EN FRAMGÅNGSAKTOR** I arbetet har varit de entreprenörer som Skogs-sällskapet anlitat för att utföra insatserna.

– Vi har jobbat med stora skördare och mindre skotare eftersom en stor skördare kan lyfta stora träd utan att skada det kvarvarande beståndet. Om man, som här, har stora granar och små rönnar under är det jätteviktigt, berättar Thomas.

Responserna från allmänheten är hittills mycket positiv, och Thomas

## Om Sundsvalls kommun

I Sundsvalls kommun bodde i slutet av 2016 nästan 100 000 personer, vilket satte Sundsvall på 19:e plats av Sveriges kommuner. 88 procent av invånarna bor i någon av kommunens tätorter. Sundsvalls kommun äger över 4000 hektar skogsmark. Dessutom är en avsevärd del av kommunens parkmark skogsklädd. Den absoluta huvuddelen av kommunens markinnehav är mycket tätortsnära och kommunens mål är att rekreationsanpassa all tätortsnära skog.

vittnar om att han under sina år som skogsförvaltare för Sundsvalls kommun stött på få konflikter kring skogsbruket.

– Vi jobbar mycket med informationsflödena – möten, skyltning, informationsmaterial och samråd om skötseln av kommunens skogar, säger Thomas Lindström.

– För oss som kommun är det unikt att ha en samarbetspartner som är så flexibel som Skogs-sällskapet. Som kan ta sig an stort och smått på samma ställe, som kan gå från pensionären och hennes bostad, till ett helhetstänk kring hela skogen – från små verktyg till stora maskiner. Som lämnar stället och alla är nöjda. Den flexibiliteten är något som kommunen verkligen uppskattar, säger Hans Asplund. ‡

## FORTSÄTTNING... ENKÄT: RÄDD FÖR SKOGEN

**Ester Bernström,  
8 år, Halmstad**

**När och hur vistas du i skogen?**

– Jag är i skogen varannan vecka.

Jag brukar leka häst med min syster Doris.

**Är det någonting med skogen som skrämmer dig? I så fall vad?**

– Jag är rädd för älgar.



**Monica Lundqvist,  
54 år, Nordmaling**

**När och hur vistas du i skogen?**

– Jag går motionsspåret genom skogen flera gånger i veckan. Sen plockar jag svamp, ris, mossa, bär och blommor i skogen.

**Är det någonting med skogen som skrämmer dig. Vad i så fall?**

– Björn! Vi har gott om dem här uppe. Att ramla och skada sig eller bli akut sjuk i skogen vore jobbigt eftersom det är dålig mobiltäckning här och ganska folktomt.



**Montaser Alhaj,  
42 år, från Syrien**

**När och hur vistas du i skogen?**

– Jag har bott i ett läger i skogen i Dalarna i två år. Jag älskar att bo i skogen men jag har lite rädsla för att vara i skogen. Jag är rädd för att träffa på björn eller ormar eller vargar.

**Vad skulle kunna göra dig mindre rädd?**

– Att få veta mer om naturen här i Sverige och alla djur som bor här och hur man ska hantera situationen om man träffar på djur.



# ”Skogsstrategi vänder på resonemangen”

Hur gör man för att hitta en hållbar avvägning mellan sociala värden – som trygghet och estetik – och skogens ekonomiska och ekologiska värden? Martin Sjödin, analytiker på Skogssällskapet, hjälper skogsägare att översätta ambitioner till långsiktig skogsskötsel.

TEXT: MALIN VON ESSEN

**JUST NU HAR** Martin Sjödin flera uppdrag där kunderna bland annat vill förstärka skogens sociala värden. Det kan handla om att hyggerna behöver bli färre och mindre till ytan, eller att skogen behöver upplevas ljusare och tryggare.

En av kunderna – en kommun – har en del av sitt skogsinnehav i närheten av ett friluftsområde där det finns stora arealer avverkningsmogen skog. Eftersom kommunen vill undvika stora hyggen, som man tycker försämrar förutsättningarna för kommuninvånarnas rekreation, har Martin Sjödin gett förslag på en annan väg.

– Vi har föreslagit att kommunen ska överhålla skogen – det vill säga låta den stå kvar några år till, trots att den inte växer så mycket längre. De hyggen som så småningom tas upp kan vara så små att de snarare upplevs som fina gläntor än stora kalhyggen, säger han.

Kommunen är väl medveten om att den ekonomiska avkastningen kommer

att påverkas negativt av att skogen får stå kvar. Ändå valde man att gå på Skogssällskapets förslag, som innebär att intäkterna sprids ut över lång tid istället för att ge ett stort omedelbart kassaflöde. Kommunen får



Martin Sjödin, analytiker på Skogssällskapet.

också vara beredd på att kassaflödet totalt sett blir lägre.

– Tillväxten avtar när skogen överhålls och då minskar förräntningen. Kassaflödet kan till och med bli negativt om träd som överhållits blåser ner eller dör av andra orsaker, berättar han.

**BESLUTET OM ATT** säga ja till minskade virkesintäkter, till förmån för högre rekreativvärden, fattade kommunen efter att ha fått tillgång till Skogssällskapets analyser. Dessa bygger på uppgifter om skogen från en färsk skogsbruksplan och på villkor för skogsskötseln som Martin Sjödin formulerat efter att satt sig in i kommunens målsättningar som skogsägare.

Efter att ha räknat igenom ett mycket stort antal kombinationer av skogsskötselalternativ för alla bestånd, kunde Martin presentera den strategi för kommunen som skulle ge bäst ekonomiskt utfall, givet de villkor som satts upp för analysen.

Han berättar att det är mer regel än undantag att kunder vill styra mot olika mål i olika delar av sitt skogsinnehav.

– Skogsägare som vill gynna sociala värden eller ta mycket naturhänsyn, kan ibland tänka sig ett mer ekonomiskt skogsbruk i vissa delar för att kunna finansiera de hänsyn man tänker ta. Vi brukar fråga hur stor årlig intäkt man är beredd att avstå. Utifrån svaret trimmar vi sedan in analyserna.

Arbetet med en skogsstrategi handlar om att fånga markägarens målsättning-

**MISSA INTE**  
vår film om skogsstrategi – gå in på  
[www.skogssallskapet.se](http://www.skogssallskapet.se)

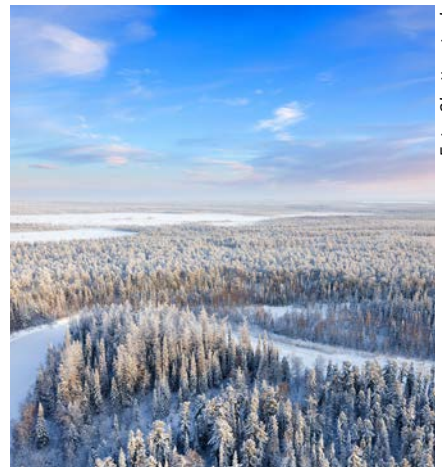


Foto: Shutterstock

Skogsstrategi handlar om att fånga markägarens målsättningar och visa hur de kan förverkligas.

ar och visa hur de kan förverkligas med hjälp av skogsskötsel på kort och lång sikt.

**MARTIN SJÖDIN BERÄTTAR** att markägare kan ha helt olika frågor med sig in i arbetet med en skogsstrategi. Någon vill veta vad det kostar att göra skogen ljusare, öppnare och tryggare runt eljusspår och vandringsleder. En annan undrar om skogen kommer att räcka som pensionsförsäkring.

– Skogsstrategi vänder på resonemangen om skogsskötseln på en fastighet. Ägarens mål kommer först och skogsskötseln blir en konsekvens av målen, säger Martin Sjödin. ‡

# Hållbar utveckling med skogsstrategi

Syskonen Andersson vill behålla pärlorna i sin skog och ha råd att förvalta gårdens byggnader. Med en skogsstrategi lägger de grunden för skogsfastighetens utveckling och en kärnfull dialog med nästa generation.

TEXT: MALIN VON ESSEN

**FASTIGHETEN I APPLARYD** norr om Orrefors i Småland, består av 300 hektar mark. Här finns gott om barrblandskog, timmerställningar av tall, blåbärsmarker, hävdade betesmarker och många andra vackra platser för friluftsliv och umgänge. Virkesförrådet är rejält och det mesta av tillväxten från 1970-talet och framåt står kvar i skogen.

För de tre syskonen Andersson är sociala och estetiska värden viktiga. I samband med en nyligen gjord avverkning lämnades en trädridå mot vägen av estetiska skäl. De mår om lövträden och runt byn Applaryd finns i dag gott om ek, asp och lind.

– Vår generation har varit noga med att behålla lövet som gör det ljusare, mer omväxlande och intressantare runt husen, berättar Boel Andersson Gäre.

**DE HÖGA SOCIALA** värdena är ett av skälen till att Skogssällskapet nu ska utveckla en skogsstrategi för fastigheten tillsammans med ägarna.

– Vi har en fantastisk blåbärsskog på 6–7 hektar som är avverkningsmogen. Den får inte huggas ned, så vi måste hitta en annan strategi. Frågan är hur vi kan bevara och samtidigt bruka den? Hur mycket ska vi spara och vilka konsekvenser får olika alternativ för ekonomin? undrar Boel.

Lars Andersson lyfter fram de virkesrika, avverkningsmogna och vackra pelarsalarna med tall.

**”Vår generation har varit noga med att behålla lövet som gör det ljusare, mer omväxlande och intressantare runt husen.”**



Längre bort från byn är skogsbruket mer ekonomiskt rationellt. ”Vi kan inte komma ifrån att skogen behöver brukas för att ge avkastning. När nästa generation tar över kan de kanske inte underhålla boningshusen utan intäkterna från skogen”, berättar Boel Andersson Gäre.

– Vi har en hel del fina och värdefulla praktfuror som kan bli specialsortiment hos sågverket. Frågan är om vi ska avverka eller fortsätta vårda dem. Vi hoppas att skogsstrategin ska svara på vad det skulle kosta att behålla dem, säger Lars.

**LÄNGRE BORT FRÅN** byn är skogsbruket mer ekonomiskt rationellt.

– Vi kan inte komma ifrån att skogen behöver brukas för att ge avkastning. När nästa generation

tar över kan de kanske inte underhålla boningshusen utan intäkterna från skogen, säger Boel.

Skogsstrategi ger en kort- och långsiktig plan för skogsskötseln för hela fastigheten. Flera av barnen är intresserade och Boel tror att strategin kommer att underlätta kommunikationen

mellan generationerna.

– Det är ett mervärde att kunna resonera om konsekvenserna av olika skogsskötselalternativ. Med en skogsstrategi kan vi klä i ord varför vi gör olika val, säger hon.

**FÖR ATT SKOGSSÄLLSKAPET** ska kunna göra analyser som underlag för skogsstrategin, behöver syskonen ställa ett avkastningskrav på sin skog.

– Det är bra, inte minst när man är flera. Risken blir mindre att någon av oss skruvar upp förväntningarna, säger Boel.

Hon hoppas att det i framtiden blir lättare att göra avvägningarna mellan naturvärden, sociala värden och ekonomi. Och Lars tillägger att de måste vara beredda att revidera strategin om förutsättningarna förändras.

– Vem vet hur virkesmarknaden utvecklar sig? Eller vad som händer efter nästa storm. Om strategin behöver justeras är det bra att vi vet vad vi vill, säger han. †



**Gödsla!**

**Få 15% ränta**

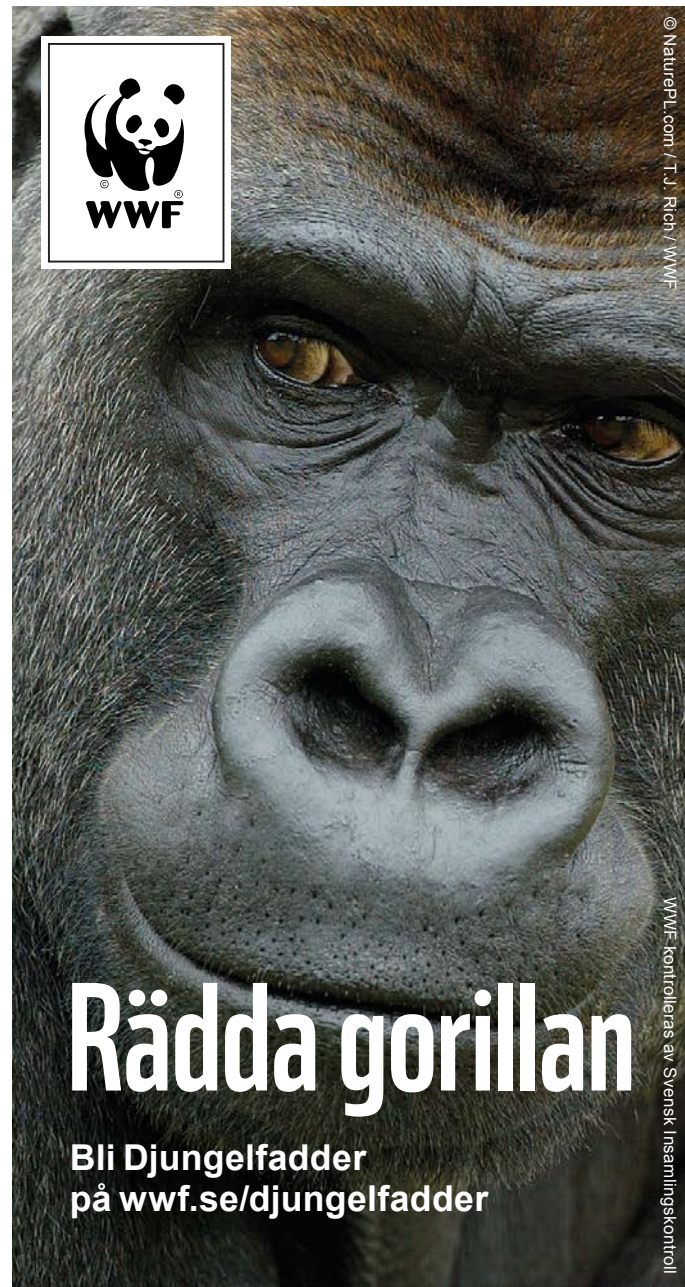
Gödsling ökar tillväxten med ca 15 m<sup>3</sup>/ha under en 8-årsperiod. Medelstammens diameter ökar, vilket ger dig högre virkesvärde och lägre avverkningskostnad. Rätt gödsling i rätt bestånd ger en årlig förräntning på gödslingskostnaden på 10-20%.

Med SG-systemet får du ett komplett paket med allt ifrån rådgivning till markburen gödsling med specialutrustning och GPS-baserad dokumentation. Enkelt och tryggt.

Läs mer på [www.sg-systemet.com](http://www.sg-systemet.com) eller ring Skogens Gödslings AB på 0418-76500.



© NaturePL.com / T. J. Rich / WWF



WWF-kontrolleras av Svensk Insamlingskontroll

**Rädda gorillan**

Bli Djungelfadder på [wwf.se/djungelfadder](http://wwf.se/djungelfadder)

**Vill du synas här?**

Magnus Johansson på Newsfactory hjälper dig med information och bokning.

Telefon: 08-505 738 13  
E-post: [magnus.johansson@newsfactory.se](mailto:magnus.johansson@newsfactory.se)



# Skogsaffärer

KONTAKT: CARL KLING  
CARL.KLING@SKOGSSALLSKAPET.SE  
08-786 09 71

## LEDARE

## Ut i de djupa skogarna – med trygghet eller rädsla

**JULEN ÄR I** antågande med allt vad det innebär: paketinköp, matlagning och julfiranden som avlöser varandra. Vad kan då vara bättre än en välbehövlig skogsutflykt i vår vackra natur. En vistelse i ensamhet, i den tysta skogen, kan vara en tid för reflektion och återhämtning, vare sig du är skogsägare eller en privatperson som vill njuta av den vackra och stärkande naturen.

**DE DJUPA SKOGARNA**, i dagsljus eller i mörker, är för mig en plats som skapar fridfullhet i sinnet. Samtidigt har jag förståelse för att alla inte vågar bege sig ut själva, för visst kan skogen vara otäck?

Som boende i Kolmårdsskogarna, och även då jag arbetade som skogsförvaltare i dessa trakter, har det skapats en viss spänning inför skogen då jag vet vad som hände i dessa skogar förr. Man kan läsa i gamla skrifter att dessa skogar var så mörka och tätvuxna att jägare och vedhuggare lätt gick vilse i skogarna. Och för de resande, som var tvungna att färdas mellan Östergötland och Sörmland, var dessa skogar livsfarliga. De var tvungna att leta sig fram på smala djurstigar och fick passa sig för rövarhålur och vilddjurskulor.

**SOM GAMMAL ORIENTERARE** minns jag också mycket väl de tillfällen då det var dags för nattorientering, speciellt en mörk höstkval i oktober. Jag var 13 år och skulle ut i de djupa Smålandsskogarna. Jag minns hur jag lyste med pannlampan och möttes av flera lysande ögon i mörkret. Först trodde jag att det var otäcka människor som stod och stirrade, men sedan förstod jag att jag hade kommit till en kohage.

Ni kan ana vilken lättnad det var att komma i mål, och vilken känsla som infann sig i kroppen på målrakan: Jag överlevde!

**TÄTORTSNÄRA OMRÅDEN** MED tät skog kan ibland skapa rädsla och otrygghet. Men genom skoglig skötsel kan vi anpassa åtgärderna för att förebygga detta.

Oavsett om du är privat eller offentlig ägare kan Skogssällskapet planera in denna typ av insats i den skogliga budgeten som våra förvaltningskunder har möjlighet till.

**EFTERSOM ETT NYTT** år närmar sig är det hög tid att planera in åtgärder för nästa års verksamhet, och då är den skogliga budgeten ett viktigt verktyg för att få koll på vilka intäkter och kostnader som genereras från de överenskomna åtgärderna. När det skogliga året summeras är det även viktigt att se till så att din skogsbruksplan är ajourhållen med alla åtgärder som genomförts under året, och att planen är tillväxtberäknad. Som kund hos Skogssällskapet har du ju numera tillgång till skogsbruksplanen på Mina Sidor. Som professionell skogsförvaltare tycker vi att det är viktigt att ha skogsbruksplanen dagsaktuell så att rätt uppgifter om skogen används vid de skogliga beräkningar som behöver göras. Din skogsförvaltare hjälper dig givetvis med detta.

*Med dessa ord vill jag tillönska en lugn och trygg jul!*

**PETER CALDERON**  
vd Skogssällskapets Förvaltning AB



Foto: Crella

**”Jag minns hur jag lyste med pannlampan och möttes av flera lysande ögon i mörkret...”**

# Marknaden vill ha mer certifierat virke

Trycket från kunderna, och från kundernas kunder ökar. Marknaden för certifierat virke växer och den uppåtgående trenden blir allt starkare. Frågan är hur utbudet ska kunna matcha efterfrågan.

TEXT: ANDERS THORÉN

– DEN HÄR marknadsutvecklingen ligger i linje med de globala trenderna mot ökat fokus på hållbar samhällsutveckling. Frågorna om fossilfrihet, förnybar råvara och en ansvarsfull användning av skog och andra råvarukällor får allt större betydelse både för företag och konsumenter, säger Henrik Carlson, produktionschef på Skogssällskapet.

## Hur märker Skogssällskapet av detta?

– Marknadens intresse för FSC®- och PEFC™-certifierad råvara har ökat ganska stadigt sedan 1990-talet, för att under de senaste åren växa med betydligt högre fart. Flera massa- och pappersbruk, sågverk och träindustrier som för några år sedan nöjde sig med att cirka 60–70 procent av deras råvara skulle vara certifierad vill idag ha mycket mer, helst 100 procent.

## Vilka marknadskrafter driver på?

– Ikeas beslut att så långt det är möjligt endast köpa FSC-certifierat virke är ett bra exempel. Ikea har satt som mål att år 2020 ska 100 procent av det

trä man använder komma från FSC-certifierade skogar eller vara återvunnet trä. Globalt förbrukade Ikea 19 miljoner kubikmeter skogsråvara 2016, så det får stor effekt på marknaden, samtidigt som man med sitt



Henrik Carlson, produktionschef på Skogssällskapet.

inflytande får många efterföljare.

– Även sågverkskoncernen Derome kräver certifierat virke, och har som mål att 100 procent av virkesråvaran är certifierad enligt FSC/PEFC senast 2020. Både Ikea och Derome är virkesköpande kunder hos Skogssällskapet, så det påverkar förstås vår verksamhet. Samtidigt har flera andra aktörer liknande planer och ställer motsvarande krav, såväl på den svenska virkesmarknaden som internationellt.

## Påverkas virkespriserna?

– Prisbilden på certifierat virke har historiskt skiljt sig mellan olika delar av landet. I Götaland har det funnits en premie på certifierat virke, medan det – generellt sett – inte har varit så långre norrut. Frågan är om vi kommer att få se mer av prispremier eller om det istället blir leveranskrav på att virket ska vara certifierat, med prisavdrag för ocertifierat virke. Det återstår att se, men vi kan notera att i flera affärer som vi gjort upp inför virkessäsongen 2017–2018, så har köpare som inte tidigare betalat premier nu gjort det och så även norrut i landet.

## Behövs det fler skogsägare som kan erbjuda certifierat virke?

– Absolut! Fram till nu har vi haft någorlunda balans mellan utbud och efterfrågan, men den situationen är som sagt på väg att förändras. Marknadsförändringarna är tydliga och vi bedömer dem som långsiktiga. Därför kommer det absolut att behövas både fler certifierade skogsägare och större



”Prisbilden på certifierat virke har historiskt skiljt sig mellan olika delar av landet.”



Foto: Shutterstock

**CERTIFIERING**  
– ett frivilligt  
åtagande

**SKOGSCERTIFIERING ÄR ETT** frivilligt åtagande som skogsägaren kan göra om ett ansvarfullt och uthålligt skogsbruk. Åtagandet innebär att skogsägaren ska anpassa skogsbruket efter särskilda regler. Dessa regler gäller bland annat vilken hänsyn som ska tas till miljön och villkoren för dem som arbetar i skogsbruket. De dominerande certifieringssystemen är FSC® och PEFC™.

**FSC® STÅR FÖR** Forest Stewardship Council och är en oberoende, internationell organisation som verkar för ett miljöanpassat, socialt ansvarstagande och ekonomiskt livskraftigt brukande av världens skogar. Svenska FSC förvaltar och utvecklar FSC:s svenska skogsbruksstandard och driver utvecklingen av FSC:s arbete på lokal och regional nivå. [se.fsc.org](http://se.fsc.org)

**PEFC™ ÄR ETT** europeiskt certifieringssystem som bygger på hela kedjan från skogen till industrin. Svenska PEFC:s skogsstandard syftar till att utveckla en ekonomiskt uthållig och värdefull skogsproduktion, hänsyn till biologisk mångfald samtidigt som kulturmiljö och sociala och estetiska värden värnas. Standarden omfattar tre delar: Skogsbruksstandard, Social standard och Miljöstandard. [pefc.se](http://pefc.se)

**LÄS MER** om Skogssällskapets certifieringstjänster: [skogssallskapet.se/tjanster/certifiering](http://skogssallskapet.se/tjanster/certifiering)

volymer certifierat virke inom en snar framtid.

**Ditt råd till skogsägarna?**

– Att certifiera sin skogsegendom är ett beslut varje skogsägare tar utifrån sina särskilda förutsättningar och mål med skogsägandet och skötseln av skogen. För många betyder den att virket blir mer eftertraktat och att det egna skogsbruksföretaget stärker sin konkurrenskraft. Dessutom ger det tillfredsställelse att få bevis på att man sköter sin skog på ett ansvarfullt sätt.

– Mitt råd är att man tar upp en kon-

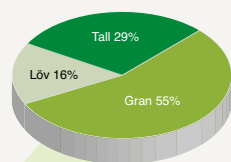
kret diskussion med sin skogsförvaltare om vilka möjligheter och åtaganden som det innebär för just den egna skogsegendomen, vilka kostnader, intäkter med mera som man kan räkna med. Våra förvaltare har värdefull kunskap och erfarenhet och Skogssällskapet är paraplyorganisation för både FSC och PEFC.

– Skogssällskapet kan hjälpa till med hela processen, administrationen och även den fortsatta skogsförvaltningen så att det blir förhållandevis enkelt att sköta skogen enligt certifieringens krav, säger Henrik Carlson. ‡

**VÄSTSVENRIKE**

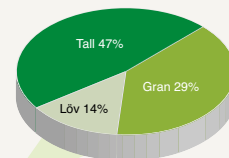


Typfastighet med 172 m<sup>2</sup> sk/ha



Marknadspris 98 900 kr/ha (94 600 kr)  
Avkastningsvärde 68 200 kr/ha (60 570)  
**Skogsindex 1,45 (1,56)**

**UPPLAND**



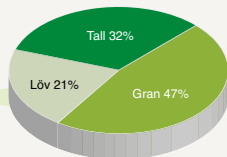
Typfastighet med 167 m<sup>2</sup> sk/ha

Marknadspris 85 170 kr/ha (84 330)  
Avkastningsvärde 42 540 kr/ha (41 830)  
**Skogsindex 2,0 (2,02)**

**SYDSVENRIKE**



Marknadspris 109 850 kr/ha (103 940)  
Avkastningsvärde 70 880 (52 930)  
**Skogsindex 1,55 (1,96)**



Typfastighet med 169 m<sup>2</sup> sk/ha

**MELLANNORRLAND**



Marknadspris 42 000 kr/ha (42 000)  
Avkastningsvärde 34 510 kr/ha (32 130)  
**Skogsindex 1,22 (1,31)**

**SKOGSINDEX:**

# Skogsmarkspriser når toppnivåer

Priserna på skogsmark ökar, visar siffror för september. Tydligast är det i södra Sverige där toppnoteringar uppmätts på flera håll – all-time-high. Även virkespriserna ökar, en trend som syns över i stort sett hela landet. Det berättar Skogssällskapetets fastighetsexpert Ulrik Abelson.

**DET GÅR BRA** för Sverige. Konjunkturen är fortsatt god och ränteläget är lågt, något som återspeglas på skogsfastighetsmarknaden, främst i södra Sverige upp till södra Norrland.  
– Utvecklingen understöds

delvis av ett litet utbud och en stor efterfrågan samt en bra virkesmarknad överlag. Men så har vi fortfarande god konjunktur och en allmänt positiv ekonomisk bild med låga räntor som påverkar, säger Ulrik Abelson.

**I NORRA SVERIGE** syns dock inte samma utveckling på skogsmarkspriserna. En förklaring kan vara att det i regel finns färre spekulanter och att köparen kanske ser mer till fastighetens långsiktiga avkastningsvärde

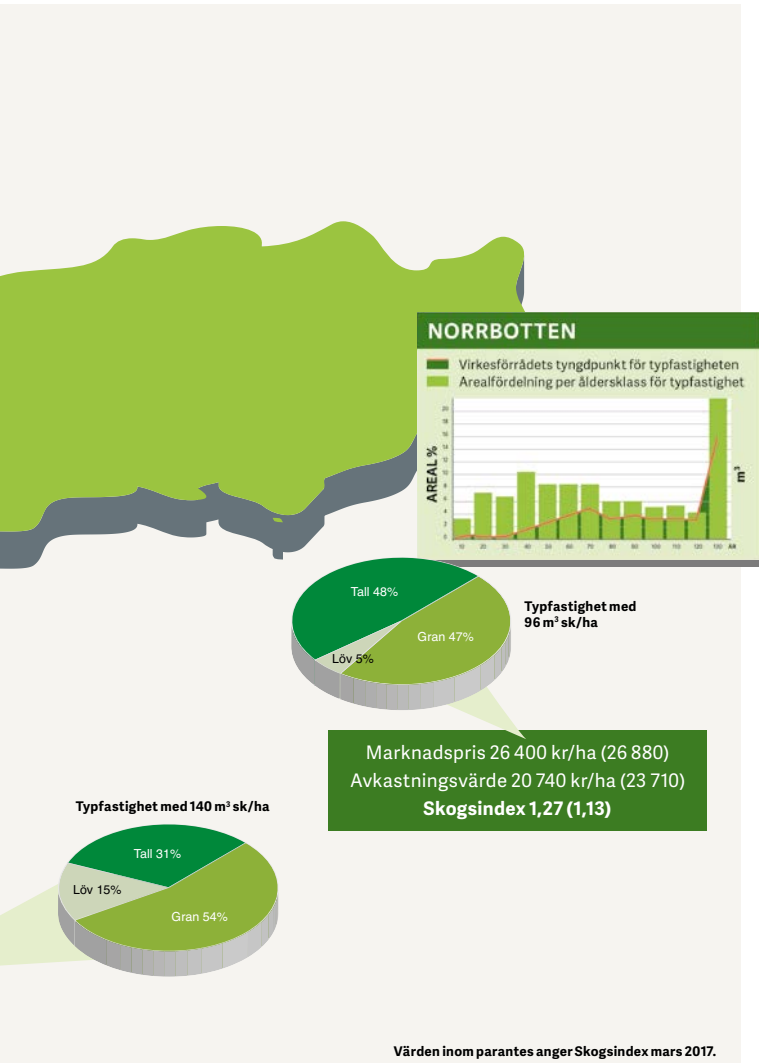
än andra faktorer vid en investering där.

– I södra Sverige finns andra värden än virkesavkastning som påverkar skogsmarkspriserna, till exempel närhet till fastigheten, jaktmöjligheter och andra upplevelser. Man kan till exempel se möjligheter att bebygga marken eller på andra sätt få intäkter från fastigheten.

**ULRIK PÅPEKAR ATT** priserna



## ”Utvecklingen understöds av ett litet utbud och en stor efterfrågan samt en bra virkesmarknad överlag.”



även i södra Sverige kan variera mycket beroende på närheten till tätorter, och fastighetens övriga egenskaper. En stor prispåverkan har också köpsugna skogsägande grannar. Den vanligaste köparen till en skogsfastighet är en skogsägare i trakten.

– På rena skogsfastigheter är efterfrågan stor, men om det finns byggnader och bostäder på marken beror priset på hur het bostadsmarknaden är där fastig-

heten ligger. Det är lägre marknadsvärden långt från tätorter och då kanske man inte alltid kan räkna med att få bra betalt. Priserna på fritidshus i rena skogsmarker har inte dragit iväg, det har varit en förhållandevis stillastående marknad över hela landet senaste året.

Även om marknaden för skogsfastigheter är fundamentalt annorlunda mot bostadsmarknaden, kan Ulrik tänka sig att det finns

en korrelation dem emellan i utvecklingen på sikt.

– Vi ser ju att prisökningstakten på bostäder har backat, man har besinnat sig en aning. Jag tror att det kan ha en psykologisk effekt även på skogsfastighetsmarknaden, att man tittar över sin kalkyl och kanske blir lite mer återhållsam.

**VAD GÄLLER VIRKESPRISERNA** har de ökat i stort sett över hela landet, vilket innebär att skogsindex huvudsakligen justeras och blir lägre: virkesvärdet från avverkning ökar mer än priset på en skogsfastighet.

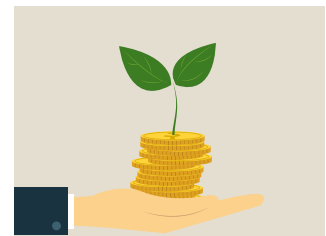
– Vi har kommit in i en ny situation där massaved blir lite hetare. Tidigare har priset på massaved legat still, men nu ser vi prishöjningar där också, samtidigt som sågverken är i en fas där de betalar mer för timret.

Långsiktigt menar Ulrik att man kan ha en förhoppning om att massavedspriserna kommer att justeras uppåt ytterligare lite grann. Samtidigt finns det stora och starka aktörer som gör allt för att inte höja marknadsnivåerna.

– Det är ett fåtal, men stora, köpare på massavedsortimentet jämfört med sågverken som ofta är mindre och inte kan kontrollera virkesmarknaden på grund av sin storlek. Sågverken är mer benägna att gå in och ge bra virkespris när de känner att deras lager börjar sina och marknaden går hyfsat bra.

**ATT SIA OM** framtiden är alltid svårt, men Ulrik bedömer att den kraftiga prisuppgången på skogsfastigheter i södra och mellersta Sverige snarare planar ut än skjuter iväg ytterligare.

– Möjligtvis kommer skogsmarkspriserna att stiga i norr. Vad som talar för det är utvecklingen av virkespriserna i kombination med endast en svag uppgång på skogsmarkspriset. ‡



### Det här är Skogsindex

Skogssällskapets index bygger på aktuell prisrapportering från hela landet. Genom att dividera marknadspris för en skogsfastighet med avkastningsvärdet för virket får man en kvot som kan användas i jämförelse med andra fastigheter. Låg kvot innebär att du får mycket skog för pengarna, hög kvot betyder att du betalar för annat än virke (närhet till storstad, bra jakt, exploateringsmöjligheter etcetera).



## Skogskväll på Gotland

För tio år sedan startade Skogssällskapet upp sin verksamhet på Gotland, i och med förvaltningsavtalet med Prästlönetillgångarna i Visby stift. Kyrkans skog, som är på 7 500 hektar och över 100 skiften, gör också att Skogssällskapet syns i många socknar på ön, vilket har väckt nyfikenhet hos markägare och skogliga entreprenörer.

TEXT: MALIN LETSER

– **VI HAR HAFT** draghjälp av att vi kunde hålla ett högt massavedspris de första åren med hjälp av finska skogs företag som var tvungna att leta råvara utanför Ryssland. Putin ville höja tullarna på skogsråvara och det gjorde att de köpte mycket virke av oss efter stormen Gudrun, säger Sven-Olof Eliasson, Skogssällskapets förvaltare på ön.

**I DAG HAR** Skogssällskapet över 200 skogsägare som kunder på ön samt entreprenörsavtal med många duktiga planerare, skogsarbetare, maskinägare, biobränsleköpare och timmeråkerier.

Och Skogssällskapet har

fler tjänster att erbjuda än skogsvård och avverkning. Därför anordnades en skogskväll på Lövsta i slutet av oktober där markägare kunde få höra fastighetskonsult Anders Ekholm berätta om skogsbruksplaner, värderingar, generationsskiften, köp och försäljning av mark men även hjälp vid förhandling om biotopskydd med myndigheter samt bokföring, deklarationer och bokslut.

– Vår planentreprenör Johan Malmberg berättade hur viktigt det är att ha en skogsbruksplan som underlättar planeringen av skogens skötsel över tid. Den är även viktig vid värdering, försäljning och generations-

växling av fastigheten, säger Sven-Olof.

**PÅ PLATS VAR** också marknadskoordinator Carl Kling som berättade om hur man kan bli skogsägare i Baltikum, samt egendomsförvaltaren Arvid Mickelåker från Svenska kyrkan som berättade om hur kyrkans mark förvaltas.

– Resultatet av denna kväll har redan gjort att Anders Ekholm har besökt flera äldre markägare på ön som vill förändra sitt ägande. Ni som ännu inte tagit kontakt med oss om andra tjänster är välkomna att göra det, ni hittar oss på [skogssallsskapet.se](http://skogssallsskapet.se), avslutar Sven-Olof. ‡

## Skogsdag på Dimbo

**TORSDAGEN** den 28 september anordnade Skogssällskapet en skogsdag på Skogssällskapets fastighet Dimbo strax utanför Vingåker. Ämnena för dagen var odling av hybridasp och poppel, naturvårdsåtgärder i lövskog, viltbete samt hur Skogssällskapet jobbar med skogsförvaltning.

**ARRANGEMANGET** gästades av Lars Rytter från Skogforsk som visade och berättade om etablering av poppel och hybridasp, både på skogsmark och åkermark. Under dagen besökte deltagarna också ett försöksområde som består av andra generationens hybridasp som kommit upp genom stubbskotts-förnyring. Beståndet har på mindre än 30 år nått en höjd på nästan 30 meter.

**UNDER DAGEN** fick deltagarna också en gedigen genomgång av Skogssällskapets fastighetskonsult Ulrik Abelson om vad som är viktigt att tänka på inför ett generationsskifte.

**LÄS MER** om dagen på [skogssallsskapet.se/kunskapsbank](http://skogssallsskapet.se/kunskapsbank).



**MAGNUS JUNTIKKA**  
 VIRKESCHEF, SKOGSSÄLLSKAPET  
 MAGNUS.JUNTIKKA@SKOGSSALLSKAPET.SE  
 0771-220044

## KRÖNIKA

# Oligopolet vittrar sönder

*Det som ofta kallas prisdiket i Mellansverige avser framförallt massaveden. Som vanligt är priset på massaved lägst i Svealand och södra Norrland. Men det händer ganska mycket just nu.*

**FORTFARANDE SÅ ÄR** det ett par stora skogsbolag som styr marknaden på framförallt barrmassaved, ett sorts oligopol. Det har varit så i många år. Det importeras också stora volymer massaved från Norge, vilket ytterligare dämpar den lokala massavedsmarknaden.

Sedan en tid tillbaka blåser det andra vindar inom svensk skogsindustri. Det görs tunga investeringar i hela Sverige som innebär att vi inom ett år kommer att förbruka betydligt mer massaved än idag. Det finns också en ganska stor investeringsvilja hos flera aktörer, man vill öka produktionen. Så frågan man kan ställa redan nu är om de fortfarande styr marknaden eller om de kanske bara försöker styra marknaden i Mellansverige.

**JAG SKULLE VILJA** säga att oligopolet vittrar sönder ganska rejält. Det transporteras redan nu ansevärliga mängder massaved från Mellansverige och det planeras och förbereds för betydligt större volymer inför kommande år. Det finns hungriga aktörer både i norra och södra Sverige som köper och kommer att köpa massaved från prisdiket. Allt bygger på tågtransporter. Det byggs terminaler och man nyttjar redan idag ett flertal mindre terminaler.

**PRISERNA TALAR OCKSÅ** sitt tydliga språk. Det hålls emot rejält, man vill inte höja från 230 kr/m<sup>3</sup> men samtidigt har flera

tyngre aktörer gått ut och höjt till 255 kr för barrmassaveden. Utan miljövänliga tågtransporter och hungriga köpare hade det inte varit möjligt. Vem styr marknaden? De "naturliga" råvarugränserna har bleknat ganska rejält.

**FRAMTIDEN FÖR SKOGSINDUSTRIN** ser ganska ljus ut. Troligen kommer betalningsförmågan vara stark även ett tag framöver. Industrin tjänar pengar och intresset för massaveden är stort. Det byggs och investeras också kraftigt i Finland. Baltikum jobbar hela tiden för att skapa lokala massavedsförbrukare, de vill inte vara en råvarubod för övriga länder runt Östersjön. Med andra ord kan det bli svårt för den svenska skogsindustrin att dämpa pristrycket med billig import.

**DET RÅDER EN** viss osäkerhet kring några industrier i Norge men de flesta tror att de kommer att drivas vidare i samma omfattning men kanske med delvis nya ägare.

För skogsägaren är det en positiv trend. Att virke transporteras längre sträckor till andra köpare vitaliserar hela rundvirkesmarknaden. Jag tror att det är en trend som kommer att hålla i sig. Tänk bara tanken att nya aktörer från andra branscher med stort kapital får upp ögonen för den svenska råvaran. Industrier köps upp eller det byggs nya. Vem vet vad massaveden kommer att användas till i framtiden? ‡

**”Det finns hungriga aktörer både i norra och södra Sverige som köper och kommer att köpa massaved från prisdiket.”**



## Är du engagerad i skog och lantbruksnäringarna?

Som Nordens företagsbank har vi produkter och tjänster som är speciellt anpassade för dig som är aktiv inom skog och lantbruksnäringarna i Sverige. Vi hjälper dig med allt från heltäckande finansieringslösningar till att förvalta ditt kapital. Vi stöttar dig genom livets alla skeden, i företaget, näringslivet och privat.

Du är välkommen att kontakta vår affärsansvarige för skog och lantbruk Joakim Larsson så berättar han mer. Du når honom på [joakim.larsson@seb.se](mailto:joakim.larsson@seb.se) eller 0707-39 10 87.