

Paret Bjerre
&
naturens läkande kraft



Föreläsningar i Vårsta, Botkyrka kommun

Hösten 2022 och våren 2023

Arrangör: Poul Bjerre Sällskapet

www.poulbjerre.org





14/9 Åsa Wilke, trädgårdsarkitekt, visar parken.



25/9 Karin Eliasson, trädgårdsmästare och författare, föreläser.



28/9 och 11/5 Kirsti Larsen, trädgårdsmästare, leder parkarbete.



23/10 Åsa Ottosson, författare och journalist, föreläser.



13/11 Elisabeth G. Wahlgren, GreveGarden, föreläser.



19/3 Gunnel Carlson, trädgårdsmästare och författare, föreläser. Foto: Pernilla Bergdahl



23/4 Catharina Nolin, professor i konstvetenskap, föreläser om historisk trädgårdsarkitektur.

Programmet trycks med bidrag från Stiftelsen Vårstavi och lokal sponsor.

Redaktion: Gunilla Carlsson,
Gunnel Mörkfors och Anita Widén
Grafisk formgivning: Charlotta Ek

Akvarellerna med blommotiv har utförts av Gunnar G:son Wennerberg (1863-1914) och tillhör Stiftelsen Vårstavi. På omslaget: Pion. Foto: Markus Dimdal.

Tryck: Jannes Snabbtryck Aktiebolag, Stockholm 2022
ISBN 978-91-527-4420-8

2022

Ons 14/9 från kl. 17.30

Värdefullt i Poul Bjerres park. Visning

Sön 25/9 kl. 14.00

Historiska spår i parken. Föreläsning

Ons 28/9 från kl. 16.00

Vi vårdar växter i parken. Arbete

Sön 23/10 kl. 14.00

Läkande trädgårdar i tiden. Föreläsning

Sön 13/11 kl. 14.00

Naturnära rehabilitering. Föreläsning

2023

Sön 19/3 kl. 14.00

Livet i min trädgård. Föreläsning

Sön 23/4 kl. 14.00

Kulturarv i park och trädgård. Föreläsning

Tors 11/5 från kl. 10.00

Vi städar parkens gångar och trappor. Arbete

Plats

Lokaler: Vårstavi, Nynäsvägen 4 om möjligt.

Annars: Onsdagarna 14/9, 28/9 och torsdag 11/5, samling utanför Vasastugan, Nynäsvägen 4.

Söndagarna 23/10, 19/3 och 23/4 i Vasastugan, Grödinge Hembygdsförening, Nynäsvägen 4.

Söndagarna 25/9 och 13/11 i Kyrkans hus, Prinsens väg 1, Vårsta



Vårstavi vid Malsjön i Grödinge sommaren 2022. Poul Bjerre och hans hustru Gunhild, F Wennerberg, G Posse 1873 - 1897, G Bjerre 1905 - 1925, byggde Vårstavi som sommarhus men från 1917 var det parets åretruntbostad. Hus, trädgård och park anlades på obrukad skogsmark och parken har behållit sin genomtänkta form än idag.
Foto: Jennifer Ousbäck Thorsén

Naturens kraft på Vårstavi

Poul Bjerre (1876-1964) skriver aldrig rakt ut att naturen är läkande men han älskar att tidiga morgnar kliva ut i morgonsolen på Vårstavi med sin frukost. Hans meditativa vandringar i parken betydde en stunds samling inför dagens uppgifter och tid att bearbeta de människoöden han mötte i läkarpraktiken i staden.

För Gunhild Bjerre (1860 – 1925) var blommor och växlighet viktiga precis som musiken. När hon bräcklig och sjuklig bosätter sig på "lantgården" i Vårsta med sin andre make Poul Bjerre vittnar inköpslistorna över fröer, perenner, buskar och träd om parets stora planer för platsen.

Naturen, träden, vattnet och årstidernas skiftningar bidrog till harmonin som de upplevde på sitt älskade Vår-

stavi. Naturen gav befrielse, lättnad och konkreta arbetsuppgifter och var en stark föreningslänk. Kärleken till huset, trädgården och parken vid Malsjön i Grödinge höll dem uppe under de tio år de levde där tillsammans.

Död och förnyelse är titeln på en av Poul Bjerres böcker. I naturen blir vi påmind om hur död och förnyelse är pågående processer i allt levande och växande. Förmågan till kroppslig sår-läkning jämför Bjerre med läkning av själsliga sår. En varsam terapeut rensar bort smuts och hjälper psykets egen vilja till läkning.

Gunhilds kärlek till trädgården och parken vid Vårstavi hjälpte henne igenom svåra perioder av sjukdom och konvalescens och bekymmer för barn

och barnbarn. Hennes glädje och iver när de byggde sin dröm har Barbro Gramén fångat i sin uppsats. Barbro gick igenom Gunhild Bjerres dagböcker från åren 1915 – 1925 och lämnar några glimtar: "Ligger sjuk – men våra egna frön slå ut & Poul planterar i våran trädgård!!!" (maj 1915). Beställningslistor visar den mångfald av växter som planterades på den nyröjda och nyanlagda tomten. "La Poul 2 bänkar & sådde i dem – Jag arbetar i trädgården hela dagarna – började så blomsterfrön i jorden – beskar hallonen – lade stenar etc. (april 1919).

Rörande är berättelsen om hur Poul under de år då Gunhild var sängliggande anpassade stigen så att en rullstol eller sång kunde föras upp till deras privata helgedom. Lindallén, som leder fram till platsen, planterades tidigt liksom vildaplarna runt "altaret" - tyvärr borta idag liksom buxbomshäcken.

Rosorna i den muromgärdade rosengården tog sig inte. Köksträdgården nedanför brunnen är sedan länge övervuxen med sly och kirska. Gunhilds skisser visar mängden grönsaker som odlades för självhushållet.

Vad har egentligen överlevt i 100 år? I vår serie undersöker vi parkens struktur och resterna av det som var. Vi fördjupar oss i den läkande kraft som utforskas i trädgårdsterapier, läkande trädgårdar och skogsbad. Och förstås – påminns om den sinnesfrid vi alla finner i det som kallas gröna och blå miljöer.

Anita Widén



Gunhild njöt av sin köksträdgård och gladdes när plantor och fröer gav frukt. Här provsmakar hon och husets kökspersonal bären på uppstammad vinbärsbuske. Foto omkring 1920, Stiftelsen Vårstavi.



Poul levde kvar på Vårstavi fram till sin död. Han banade nya stigar i parken och efter bygget av ateljén 1937 anlade han en trädgård med piedestaler för skulpturer nedanför. Foto omkring 1950, Stiftelsen Vårstavi.

Historiska spår i parken

25 september

Föreläsare Karin Eliasson

Gunhild och Poul Bjerre var påverkade av Gertrude Jekyll (1843 – 1932) som formgav trädgårdar i England i ny stil. Gertrude Jekyll inspirerar än idag, menar Karin Eliasson, trädgårdsmästare, formgivare och författare, som berättar om trädgårdsgestaltning idag och hur Gertrude Jekylls arv lever vidare.

Gertrude Jekyll var den tongivande trädgårdsarkitekten kring förra sekelskiftet. Inom rörelsen Arts and Crafts sågs trädgården som en naturlig fortsättning på bostaden, indelad i olika rum och med en friare fortsättning ute i den "vilda" naturen.

De ymniga perennrabatterna nära huset var en Jekyllsk idé liksom den nivåindelade fortsättningen i form av en så kallad sunken garden, något som Poul och Gunhild tog fasta på när de lät bygga upp den muromgärdade rosenträdgården och dess fortsättning med vattenspel och en avslutande tredje avsats med en damm.

De vackert formgivna stigarna i parken har samma struktur med trappor som anger nivåskillnader, så väl anpassade till den ås på udden i Malmsjön som paret Bjerre köpte in 1914.



*Lejongap - Akvarell av Gunnar G:son Wennerberg. Stiftelsen Vårstavi.
Foto: Markus Dimdal.*

Karin Eliasson berättar mer om idealet men också om sitt eget tänkande och skrivande om trädgårdar och deras magi.

Karin Eliasson är trädgårdsmästaren som älskar berättandet. Hon trivs i skärningspunkten mellan kultur och trädgård och balanserar sina uppdrag så hon både kan ha fingrarna i jorden och arbeta med ord. På senare år har hon varit ansvarig för gestaltungsarbetet i trädgårdarna på Astrid Lindgrens Näs i Vimmerby. Hon har även fördjupat sig i historien om kvinnliga trädgårdspionjärer i Sverige och publicerat en artikelserie i ämnet.

Karin medverkar bland annat i *Trädgårdsliv och Gård & Torp*.



*Ros - Akvarell av Gunnar G:son Wennerberg. Stiftelsen Vårstavi.
Foto: Markus Dimdal.*

Att man kan bli gladare, piggare och lugnare av naturvivelser har människor vetat i alla tider. Men att medvetet använda våra naturliga omgivelningar som terapisoffa, träningslokal och spa är en senare insikt i ett bråtomsamhälle som vårt där de flesta bor i städer.

I snart fyrtio år har forskning visat att naturens sinnesintryck kan lugna och stärka. Minskad stress, ökad koncentrationsförmåga, bättre humör samt smärtlindring och tröst vid en livskris är några av de goda effekterna. Regelbundna utestunder stärker försvaret mot sjukdomar eftersom dags- och solljus gör gott på olika sätt. Att forskningen stadigt gör framsteg – och att det pågår ambitiösa praktiker – gör att natur- och djurbaserad friskvård, rehabilitering och omsorg får bättre förutsättningar. Trädgårdsterapi erbjuds på flera platser i landet och på många håll ökar intresset för naturnära

Läkande trädgårdar

23 oktober

Föreläsare Åsa Ottosson

aktiviteter som odling, pilgrimsvandringar, pratpromenader och skogsbad (att ta in skogen med alla sinnen).

Detta är inte positivt bara på individnivå. Den som på djupet upplever sig må bättre av att vara ute förstår att parker, trädgårdar, biologiskt rika skogar och grönområden är värda att värna om och är en nödvändig mänsklig livsmiljö.

Föreläsningen ger en allmän bild av naturhälsområdet med särskilt fokus på psykisk hälsa på olika plan.

Åsa Ottosson är journalist och författare som ägnat nästan tjugo år åt teori och praktik kring naturens betydelse för hälsan. I fyra böcker med titlar som *Naturkraft* (där Poul Bjerre omskrivs som en av pionjärerna inom naturhälsområdet), *Trädgårdsterapi* (om Alnarpmetoden) och *Lugn av naturen* har hon – ofta med maken och kollegan Mats – skrivit om fakta, forskning och människors erfarenheter. Boken *Närmare naturen* (våren 2020) har extra fokus på naturens olika rum och på hur utevistelser bidrar till lugn och existentiellt fotfäste.

Naturnära rehabilitering

13 november

Föreläsare Elisabeth G. Wahlgren

GreveGarden är en traditionell bondgård som omdanats. Olika typer av miljöer skapas på gården utifrån de åtta naturkaraktärerna: *Vild, Rofyllighet, Artrik, Omgärdad, Rymd, Öppning, Social* och *Kulturell*. Professor Patrik Grahn och universitetslektor Anna Bengtssons arbetade med evidensbaserad hälsofrämjande design vid Sveriges Lantbruksuniversitet (SLU). Deras forskning visar hur miljöer upplevs och har olika värde beroende på hur människor mår. Gårdens miljöer och byggnader har planerats, anlagts och byggts om utifrån platsens förutsättningar.

Vid gården finns ett team med arbetsterapeut, sjukgymnast, sjuksköterska, socionom och trädgårdsmästare. I arbetet använder vi våra professioner i denna miljö. Vi bedriver behandling för personer som är sjukskrivna för utmattningsyndrom, ångest eller depression samt en verksamhet för personer som behöver bygga upp aktivitet, social samhörighet och stärkt självkänsla inför arbetsträning.

De fyra hörnstenarna *platsen, aktiviteten, teamet* och *mötet* hjälper deltagarna att nå lugn, delta i gemenskap och få insikter som leder vidare till en



Salvia - Akvarell av Gunnar G:son Wennerberg. Stiftelsen Vårstavi. Foto: Markus Dimdal.

egen process för att hantera livet och arbetslivet.

GreveGarden är ursprungligen Elisabeth G. Wahlgrens släktgård sedan fem generationer. Gården ligger i ett öppet jordbrukslandskap med sädesfält, kor, hästar och får som grannar.

Elisabeth G Wahlgren, leg, sjuksköterska och trädgårdsmästare, driver verksamheten på sin gård utanför Lidköping. För över 20 år sedan såg hon naturens och trädgårdens betydelse i vården. Som pionjär har hon medverkat i att arbeta fram metoden Naturunderstödd rehabilitering.



Kalla - Akvarell av Gunnar G:son Wennerberg. Stiftelsen Vårstavi. Foto: Markus Dimdal.

En person som starkt bidragit till vår tids stora intresse för trädgård och odling är Gunnel Carlson, mycket uppskattad bland annat för programserien *Gröna rum* i TV mellan 1996 – 2005 och ett tjugotal böcker om trädgårdar.

Under rubriken *Livet i min trädgård* ger Gunnel sin syn på vad trädgården gör med oss människor, och vad vi gör i den. Hon berättar om trädgårdsmästarliv och om växter vars ursprung och historia är en viktig del av vårt kulturarv.

En trädgård får aldrig bli ett finrum som ingen kan njuta av och vistas i. En trädgård ska vara en lekplats, ett vardagsrum – till och med ett sovrum.

Och framför allt en plats för alla att njuta av: stora och små människor men också en plats där insekter, igelkottar och fåglar ska kunna leva utan stress och hot.

Livet i min trädgård

19 mars

Föreläsare Gunnel Carlson

Gunnel Carlson är trädgårdsjournalist och författare. Hon har gett ut ett tjugotal trädgårdsböcker om allt från favoritträdgårdar i Europa, snödroppar och om sin egen gröna passion. Hennes senaste bok *Sagan om saffran* är en djupdykning i saffranskrokusens historia där hon också berättar om nya möjligheter att odla den dyrbara kryddan i Sverige.

Numera medverkar hon regelbundet i TV-programmet *Go'kväll*.

I boken *Min pappa var en trädgårdens mästare*, som kom ut våren 2022, ger hon en bild av svensk trädgård under 1900-talet utifrån sin pappa, plantskollisten Arthur Perssons liv som trädgårdsmästare och odlare i Blekinge.

Med undertiteln *En del av 1900-talets svenska trädgårdshistoria* placerar hon faderns arbete i ett större sammanhang.

Andra boktitlar är *Gröna hjälpen*, *Trädgårdsguiden*, *Trädgårdsriket* och *Min gröna passion*.



Kulturarv i park och trädgård

23 april
Föreläsare Catharina Nolin



*Oxel - Akvarell av Gunnar G:son Wennerberg. Stiftelsen Vårstavi.
Foto: Markus Dimdal.*

Den moderna trädgården tog form hos dåtidens professionella och kulturpersonligheter med inspiration från framför allt England och Tyskland och introducerades i Sverige i början av 1900-talet. Lars Israel Wahlman var drivande arkitekt i att föra fram en ny syn på trädgårdsgestaltning, i vilken såväl historiska trädgårdar som brittiska ideal spelade en avgörande roll.

Ester Claesson och Ruth Brandberg var de första professionellt verkamma kvinnorna vilka tillsammans med kronprinsessan Margareta bidrog till att nya gestaltungsideal med perennrabatter och avancerade färgkompositioner fick spridning. Även många kulturpersonligheter hade avgörande betydelse för att etablera och sprida nya ideal, som Carl och Olga Milles med Millesgården, prins Eugen genom Waldemarsudde samt författarparet Célie och August Brunius.

Trädgårdar är föränderliga kulturfenomen som kräver särskild omsorg för att överleva. Även trädgårdar med höga kulturhistoriska värden är idag hotade på grund av okunskap, exploatering och bristande resurser

vilket aktualiserar en diskussion om bevarandefrågor.

Catharina Nolin, professor i konstvetenskap, disputerade 1999 på avhandlingen *Till stadsbornas nytta och förlustande. Den offentliga parken i Sverige under 1800-talet*. Hon har bl. a. givit ut böckerna *Millesgården. Arkitektur och trädgård* (med Anders Bergström 2004) och *En svensk lustgårdskonst efterlyses. Lars Israel Wahlman som trädgårdsarkitekt* (2008). Hennes omfattande forskning om kvinnliga trädgårdsarkitekter under 1900-talets första hälft beskrivs i artiklar och bokkapitel på svenska, engelska och tyska och ska utmytna i en bok.

Lär känna din park!



Promenad i Pouls park

Åsa Wilke guidar onsdag 14 september från kl.18.30.

Med start på 1910-talet och ända fram till 1960-talet formade Poul Bjerre trädgården och parken vid Vårstavi till sitt eget paradis. Tillsammans med trädgårdshistoriker Åsa Wilke, som gjort ett vårdprogram för parken och trädgården, tar vi en promenad i området. Åsa berättar om parkens historia, Pouls tankar om platsen och visar på spår och spännande inslag. Barbro Graméns uppsats *Vårstavi – en okänd trädgårdsmiljö* säljs för 50 kr.



Med sekator och gödsel

Handgriplig parkskötsel med Kirsti Larsen onsdag 28 september från kl. 16.

Gamla prydnadsbuskar ska beskäras och sly knipsas. Ta med egna verktyg!

En del finns att låna. Ägna septemberkvällen åt att vårda misskött och få bort överflödigt!



Med räfsa och ogrässpade

Handgriplig vård av gångar och trappor med Kirsti Larsen torsdag 11 maj från kl.10 och framåt.

De vackra trapporna och gångarna i sten behöver ansas inför den nya säsongen. Efter gemensamma arbetstag samlas vi till picknick på udden.

Kommunens park

Sedan 1970 tillhör Poul Bjerres park Botkyrka kommun, dvs allmänheten. Medel har avsatts för att rusta parken men arbetet skjuts på framtiden i väntan på hur det går med Vårstavi.

HITTA HIT

Från Stockholm C: Pendeltåg till Tumba C. Därifrån buss 716 alt. 717 mot Bromora till Vårsta C. Till Vårstavi eller Vasastugan: Gå i bussens riktning, ta till vänster i rondellen. Korsa vägen och gå genom Strandparken eller följ gångvägen och korsa vägen vid planket vid Nynäsvägen 4.
Till Kyrkans hus: Gå bakåt, korsa vägen vid trafikljuset, fortsätt till Prinsens väg 1, gul tegelbyggnad till vänster.

Från Södertälje eller Nynäshamn: Buss 783 till Vårsta C.

Bil från Stockholm: Ca 30 km, E4 söderut till avfart Tumba. Från Tumba länsväg 226 till Vårsta. Parkering vid Malmsjön, direkt till höger efter rondellen i Vårsta C. Bommarna öppnas inför programmen.

PRAKTISKA UPPLYSNINGAR

GRATIS

Parkvisning och parkarbete.

PRIS

150 kronor per föreläsning, medlemmar i Poul Bjerre Sällskapet och Grödinge Hembygdsförening: 120 kronor inklusive fika.
Hela serien 600 kronor, medlemmar 500 kronor.

BOKAS

I mejl till kassören Maria Mittjas med adress mariamittjas@hotmail.com. Skriftlig anmälan till Poul Bjerre Sällskapet, c/o M.Mittjas, Pepparvägen 3, lgh 1705, 123 56 Farsta

BETALA

Plusgiro 184 95 73-9 eller SWISH till 1236780431. Ange datum, föreläsning/föreläsningar, avsändarnamn och mejladress eller telefon. Kontaktuppgift behövs vid ev. byte av lokal.
Lokalerna rymmer max 40 personer. Förhandsbokade har förtur.

PLATS

Vårstavi om möjligt. Vasastugan, Grödinge Hembygdsförening, Nynäsvägen 4, Vårsta eller Kyrkans Hus, Prinsens väg 1, Vårsta.
Samling utanför Vasastugan eller Vårstavi för visning och parkarbete.

KAFFESTUND

Kaffe eller te serveras vid föreläsningarna. Medtag eget fika till parkvandring och parkarbete. Serien avslutas med picknick på udden torsdag 11 maj.

STREAMING

Vi kan erbjuda streaming vid föreläsningarna, d v s simultan digital utsändning vid tidpunkten. Ingen videoinspelning.

VARMT VÄLKOMNA MED ANMÄLAN!



*Serien genomförs med bidrag från
Kultur och Fritid i Botkyrka med flera.*

Poul Bjerre Sällskapet
www.poulbjerre.org

