

Blåbär – Vasaloppsbäret

dalarna.naturskyddsforeningen.se/hittaut



Blåbär är vackra och goda, fulla av vitaminer och bra för magen. Det finns gott om flavonoider i blåbär, ett ämne som kan minska risken för flera sjukdomar.

Förr såldes de på apoteket mot feber. Blåbär motverkar högt blodtryck, skyddar ögats åldrande och kan förbättra minnet och koncentrationsförmågan.

Blåbär är viktigt för många andra arter som orre och tjäder. Tyvärr minskar de. Täta granplanteringar ger ingen plats för blåbärsris och kalhyggen och kvävededfall gynnar gräs.



Naturskyddsforeningen
Dalarna

Studie
främjandet

