

3+30+300-regel

# HANDBOEK





Produced by Yggdrasil - The Living Nordic City Project

EKOLOGI  
GRUPPEN

 trädkontoret.

 NATURE BASED  
SOLUTIONS  
INSTITUTE

cobra   
GROENINZICHT

Voor u ligt het handboek van de 3+30+300-regel, een richtlijn ontwikkeld door dr. Cecil Konijnendijk om steden groener, gezonder en leefbaarder te maken. Deze regel helpt bij het integreren van stedelijk groen op een manier die zowel ecologische als sociale voordelen biedt.

Dit handboek is tot stand gekomen in het kader van het Yggdrasil-project, een initiatief gericht op het bevorderen van duurzame stedelijke vergroening en natuurinclusieve planning. Binnen dit project hebben experts en partners samengewerkt om kennis en praktische richtlijnen te bundelen en toegankelijk te maken.

Om deze waardevolle inzichten breder beschikbaar te stellen, hebben wij dit handboek vertaald, zodat ook anderen kunnen profiteren van de principes van de 3+30+300-regel. We hopen dat het bijdraagt aan groenere en gezondere leefomgevingen.



[www.cobra-groeninzicht.nl](http://www.cobra-groeninzicht.nl) | 088 26 27 200

# Inhoud

|                     |   |
|---------------------|---|
| 1. Introductie..... | 4 |
|---------------------|---|

|                          |   |
|--------------------------|---|
| 2. Wat is 3+30+300?..... | 6 |
|--------------------------|---|

|                          |    |
|--------------------------|----|
| 3. Waarom 3+30+300?..... | 13 |
|--------------------------|----|

|                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------|----|
| Waarom 3 bomen vanuit elk huis?                                  | 13 |
| Waarom 30% boomkroonbedekking in elke buurt?                     | 14 |
| Waarom 300 meter van het dichtstbijzijnde park of groene ruimte? | 15 |
| Andere argumenten                                                | 16 |

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| 4. Hoe implementeer je 3+30+300?..... | 21 |
|---------------------------------------|----|

## Stap voor stap gids

|                                                    |    |
|----------------------------------------------------|----|
| 1. Beoordeling en analyse                          | 21 |
| 2. Strategische planning                           | 22 |
| 3. Inrichting en beheer van bomen en groene ruimte | 25 |
| 4. Monitoring en aanpassing                        | 26 |
| 5. Betrokkenheid van de gemeenschap                | 27 |

|                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------|----|
| 5. De 3+30+300-regel in actie - voorbeelden en best practices..... | 34 |
|--------------------------------------------------------------------|----|

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| Beoordeling en analyse                          | 34 |
| Strategische planning                           | 35 |
| Inrichting en beheer van bomen en groene ruimte | 36 |
| Monitoring en aanpassing                        | 37 |
| Betrokkenheid van de gemeenschap                | 37 |
| Leer van elkaar                                 | 38 |

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Bronnen, nadere informatie en inspiratie..... | 39 |
|-----------------------------------------------|----|

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| Publicaties                   | 39 |
| Websites, video's en podcasts | 40 |

# 1. Introductie

De 3+30+300-regel biedt op bewijs gebaseerde richtlijnen voor het creëren van groenere, gezondere en veerkrachtigere gemeenschappen. Van grote metropolen tot kleine nederzettingen. Zoals in het volgende hoofdstuk in meer detail wordt besproken, bevordert de regel gezondere stedelijke omgevingen door ervoor te zorgen dat elke bewoner minstens drie volgroeide bomen vanuit zijn huis kan zien, in een buurt woont met 30% boomkroonbedekking en binnen 300 meter toegang heeft tot groenvoorzieningen. Sinds de introductie begin 2021 heeft het principe snel aan populariteit gewonnen over de hele wereld en wordt het nu toegepast door veel lokale overheden, regionale en nationale regeringen, non-profitorganisaties, maatschappelijke instellingen en bedrijven.

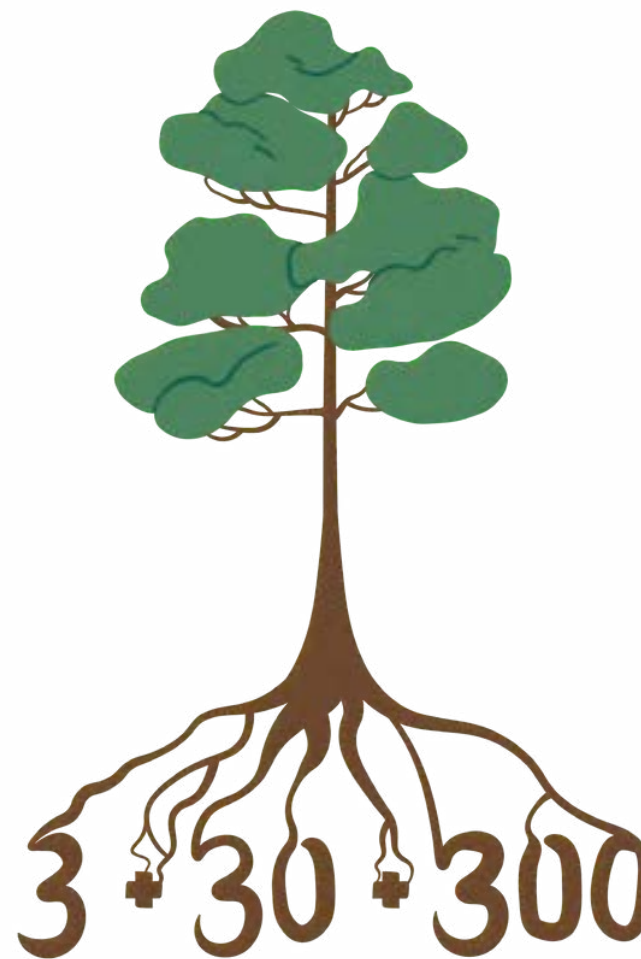
Dit handboek biedt praktische richtlijnen voor de implementatie van de 3+30+300-regel in jouw gemeenschap. Het bouwt voort op de inzichten en bevindingen uit het project Yggdrasil – The Living Nordic City. Als onderdeel van het Nordic Cities Nature-Based Solutions-initiatief richt Yggdrasil zich op het versterken van de rol van stedelijke bomen en groene ruimtes bij het creëren van gezondere, klimaatbestendige steden in de Scandinavische regio. Yggdrasil weerspiegelt het Scandinavische perspectief op stedelijke duurzaamheid door onderzoek te integreren met praktische toepassingen en rekening te houden met de unieke lokale contexten van de steden in de regio. Het project benadrukt hoe stedelijke vergroening tegelijkertijd kan bijdragen aan volksgezondheid, klimaatadaptatie en biodiversiteitsvraagstukken, terwijl het rekening houdt met de uiteenlopende behoeften en omstandigheden van gemeenten. Daarnaast benadrukt het project het belang van veerkrachtige en diverse stedelijke bossen voor gemeenten.



Dit handboek is niet beperkt tot Scandinavische gemeenten, maar kan in feite worden gebruikt door iedereen die de 3+30+300-regel wil toepassen om vergroening te bevorderen. Van lokaal tot internationaal niveau. Het handboek biedt een stapsgewijze gids voor de implementatie van de regel op basis van jouw eigen doelen, geeft praktische voorbeelden en goede werkwijzen, beantwoordt veelgestelde vragen over de regel en biedt aanvullende bronnen en inspiratie.

Het handboek begint met een beschrijving van wat de 3+30+300-regel inhoudt en gaat in op de drie componenten ervan. Vervolgens worden de redenen en argumenten voor het toepassen van de 3+30+300-regel gepresenteerd, aangezien de implementatie kan variëren afhankelijk van lokale behoeften, voorkeuren en omstandigheden.

Daarna volgt een stapsgewijze gids voor de implementatie van de regel, van het beoordelen van de huidige situatie en het formuleren van visies, doelen en streefwaarden tot het gebruik van de regel voor communicatie, betrokkenheid van de gemeenschap en langetermijnmonitoring. In het daaropvolgende gedeelte worden voorbeelden en goede werkwijzen besproken die kunnen inspireren bij de uitvoering.



## 2. Wat is 3+30+300?

De 3+30+300-regel, voor het eerst geïntroduceerd in februari 2021 door de Nederlandse stedelijkebosbouwexpert Cecil Konijnendijk van het Nature Based Solutions Institute (een van de auteurs van dit handboek), biedt een eenvoudig en wetenschappelijk onderbouwd kader voor stedelijke vergroening. De regel richt zich op drie cruciale elementen om toegang tot en voordelen van stedelijke bossen en groene ruimtes te waarborgen:

### 3 - Zichtbaar groen

Iedereen zou vanuit zijn woning, werkplek, leeromgeving of zorginstelling minstens drie grote bomen moeten kunnen zien. Dit bevordert het psychisch welzijn en de verbondenheid met de natuur en draagt bij aan mentale ontspanning, concentratie, leerprestaties en creativiteit.





## 30 Boomkroonbedekking

Buurtgebieden – gedefinieerd op basis van lokale definities en behoeften – zouden minstens 30% boomkroonbedekking moeten hebben. Dit biedt milieuvoordelen, zoals verkoeling en verbeterde luchtkwaliteit, terwijl het ook ons welzijn en onze fysieke gezondheid bevordert en sociale interactie stimuleert.

## 300 Toegang tot groenvoorziening

We zouden allemaal toegang moeten hebben tot een kwalitatief hoogwaardige, openbaar toegankelijke groene ruimte van minstens 0,5–1,0 hectare, op maximaal 300 meter lopen of fietsen, wat de toegankelijkheid voor recreatie waarborgt en gezondere levensstijlen bevordert.

## 3+30+300

De combinatie van de 3, 30 en 300 zorgt ervoor dat we altijd zichtbare groenvoorzieningen, met name bomen, hebben, evenals voldoende boomkroonbedekking op zowel straat- als buurniveau. Daarnaast maakt het kwalitatief hoogwaardige openbare groene ruimtes beschikbaar voor iedereen. Veel gemeenten hebben veel groene ruimtes en bomen, maar de verdeling ervan over wijken, buurten en straten is vaak ongelijk. Dit betekent dat veel bewoners niet voldoende blootstelling aan en toegang tot bomen en ander groen hebben.



# FAQ: 3-component

## Wat wordt beschouwd als een grote of volwassen boom?

Dit kan afhankelijk zijn van de lokale context, maar een manier om dit te definiëren is door een minimale diameter op borsthoogte (DBH) of minimale kroonoppervlakte of -diameter vast te stellen (mogelijk in combinatie met een minimale hoogte) voor bomen die worden meegeteld. In het Yggdrasil-project werd een minimum kroonoppervlakte van 28 m<sup>2</sup> gebruikt. Men kan ook een minimale kroondiameter gebruiken van bijvoorbeeld 6-8 meter. Een andere richtlijn zou zijn dat de boom een DBH van ten minste 30 centimeter moet hebben.

## Hoe meet je het 3-component?

Er zijn verschillende manieren om de 3-componenten van de regel te beoordelen. Een voorbeeld van zulke methoden, waarbij een buffer rondom individuele woningen wordt gebruikt en vervolgens alle boomkronen van een bepaalde grootte (bijvoorbeeld 28 m<sup>2</sup>, zoals hierboven genoemd) worden geteld, wordt beschreven in het Yggdrasil-rapport (Scandinavische Raad van Ministers, 2025). Er zijn ook andere manieren om de 3-componenten te beoordelen, bijvoorbeeld door enquêtes te gebruiken en mensen te vragen hoeveel (grote) bomen ze kunnen zien. Nieuwe methoden zullen ook de daadwerkelijke zichtbaarheid van bomen omvatten (door te kijken naar waar de ramen zich bevinden in individuele gebouwen). Voor een overzicht van verschillende beoordelingsmethoden voor alle drie de componenten, met hun respectieve voor- en nadelen, zie Browning et al. (2024).



## Waarom vraagt de regel om minstens 3 bomen te zien (en niet 2 of 4)?

Onderzoek heeft aangetoond dat het zien van bomen, struiken en andere vegetatie goed voor ons is. Hoewel er geen specifiek onderzoek is dat precies om 3 bomen vraagt, wordt het hebben van zicht op minstens 3 bomen gezien als een goede indicatie voor zichtbaar groen rondom woningen, scholen, werkplekken, enzovoort. Dit kan bijvoorbeeld betekenen dat bomen zichtbaar zijn vanaf verschillende kanten van de gebouwen. Het in zicht hebben van meerdere bomen kan ook betekenen dat er verschillende boomsoorten zichtbaar zijn, wat een meer diverse ervaring biedt. Ten slotte sluit de 3 natuurlijk goed aan bij de 30- en 300-componenten, die steviger onderbouwd zijn met bewijs.

## Waarom ligt de focus op bomen – en specifiek grote bomen?

Bomen bieden over het algemeen meer voordelen dan andere soorten vegetatie. Vooral grote bomen bieden de meeste waarde op het gebied van bijvoorbeeld verkoeling, vermindering van vervuiling, waterbuffering en het verbeteren van de mentale gezondheid. Onderzoek heeft aangetoond dat één grote boom meer voordelen biedt dan een groot aantal kleine bomen.



# FAQ: 30-component

## Hoe definieer je een 'buurt'?

Buurtgebieden kunnen op verschillende manieren worden gedefinieerd, afhankelijk van de lokale context. Vaak hebben gemeenten duidelijk gedefinieerde buurten of wijken. In Noord-Amerikaanse steden, bijvoorbeeld, verschillen de postcodes van verschillende buurten. Als een alternatief voor de buurt, zoals gebruikt in het Yggdrasil-project, kan ook een buffer van bijvoorbeeld 500 meter of misschien 1 kilometer rondom individuele woningen worden genomen om de alledaagse buurt van mensen te simuleren.



## Wanneer we de 30-component meten, moeten we dan gebouwen, wegen, water, enzovoort meenemen?

Meestal wordt de 30% berekend over het volledige oppervlak van een gebied, inclusief gebouwen en wegen. Vaak worden (grotere) waterlichamen uitgesloten van de beoordeling. De aanwezigheid van water, zoals rivieren, meren en vijvers, heeft uiteraard zijn eigen waarde. Water maakt vaak deel uit van de 300-component als een belangrijk kenmerk in stadsparken.

# FAQ: 300-component

## Hoe definiëren we een 'kwalitatief hoogwaardige' groene ruimte?

Om in de 300-component opgenomen te worden, moeten groene ruimtes, van parken tot bosgebieden, mogelijkheden bieden voor een breed scala aan recreatieve en daaraan gerelateerde activiteiten. Ze zouden idealiter een diverse vegetatie moeten hebben, met voldoende bomen en schaduw, maar ook zonlicht. De groene ruimtes moeten verschillende ervaringen bieden en openbaar toegankelijk zijn, zonder entreegeld. Verder moeten de ruimtes veilig zijn, goed beheerd worden en geen belangrijke barrières hebben wat betreft toegang. Ze zouden ook een passend niveau van voorzieningen en infrastructuur moeten hebben, in lijn met de functies van het gebied. Elke stad zou echter de flexibiliteit moeten hebben om dit te definiëren op basis van de unieke context. Voor sommige steden kan een kwalitatief hoogwaardige groene ruimte eenvoudigweg een ruimte zijn die actief door het publiek wordt gebruikt, zelfs als deze klein of niet-traditioneel is (dat wil zeggen geen typisch openbaar park).

## Wat wordt bedoeld met een maximale afstand van 300 meter?

De maximale afstand van 300 meter verwijst naar de werkelijke loopafstand (of fietsroute), zonder grote obstakels, van maximaal 300 meter vanaf je huis (of bijvoorbeeld werkplek) – in tegenstelling tot de geografische afstand.

## Waarom zou de groene ruimte 0,5-1,0 hectare groot moeten zijn?

Groene ruimtes moeten een bepaalde minimale grootte hebben om verschillende functies te kunnen herbergen en een breed scala aan ervaringen te bieden. Grotere groene ruimtes kunnen ook meer biodiversiteit en natuurervaringen van hogere kwaliteit bieden. De Wereldgezondheidsorganisatie, Regionaal Bureau voor Europa (2017), heeft een minimale grootte van 0,5-1,0 hectare aanbevolen om dit te bereiken.



### 3. Waarom 3+30+300?

Het implementeren van de 3+30+300-regel, met de focus op de belangrijke bijdragen van bomen en groene ruimtes aan betere gemeenschappen, pakt verschillende kritieke uitdagingen aan waarmee menselijke woonomgevingen tegenwoordig te maken hebben. Voor meer informatie over de achtergrond en ondersteunend onderzoek voor de 3+30+300-regel, zie het eindrapport van Yggdrasil (Scandinavische Raad van Ministers, 2025) en de speciale 3+30+300-website ([www.330300rule.com](http://www.330300rule.com)).

#### Waarom drie bomen vanuit elk huis?

Onderzoek benadrukt de voordelen voor de mentale gezondheid van zichtbare vegetatie, waarbij bomen een sleutelrol spelen. Tijdens de COVID-19-pandemie boden nabijgelegen groene ruimtes een essentiële 'dosis natuur'. Studies tonen ook sneller herstel aan voor ziekenhuispatiënten met een groen uitzicht en verbeterde academische prestaties voor studenten die groen kunnen zien vanuit het klaslokaal. Onderzoek toont aan dat vooral (grote) bomen een belangrijk onderdeel zijn van het visuele groen rondom de plekken waar we wonen, werken, naar school gaan, of wellicht zorg ontvangen. Het garanderen dat mensen minstens drie volwassen bomen kunnen zien vanaf de plaatsen waar ze veel tijd doorbrengen, bevordert het welzijn, de gezondheid en het concentratievermogen.



## Waarom 30% boomkroonbedekking in elke buurt?

Stedelijke boomkroonbedekking biedt verschillende voordelen, waaronder temperatuurregulatie, vermindering van luchtvervuiling, buffering van zware regenval en een reeks voordelen voor de volksgezondheid. Studies hebben zelfs consequent aangetoond dat mensen die in buurten met hogere kroonbedekking wonen, gezonder en gelukkiger zijn, zelfs wanneer studies de invloed van factoren zoals inkomen en culturele achtergrond meenemen. Studies geven aan dat hogere niveaus van kroonbedekking nodig zijn om de volledige voordelen te behalen, en zouden daarom rond van 30% of zelfs hoger moeten liggen. Sommige steden, zoals Barcelona, Bristol, New York en Vancouver, hebben een doelstelling van 30% kroonbedekking vastgesteld, terwijl steden zoals Sydney en Washington DC zelfs hogere doelen stellen. Gemeentebrede doelstellingen kunnen echter een ongelijkmatige verdeling van de kroonbedekking verbergen, waarbij sommige buurten zeer hoog scoren en andere zeer laag. Het is essentieel ervoor te zorgen dat iedereen in steden en dorpen woont in buurten met 30% kroonbedekking woont. Alleen op deze manier kunnen milieurechtvaardigheid en een gelijkwaardige toegang tot groen worden bereikt.



## Waarom 300 meter van het dichtstbijzijnde park of groene ruimte?

Toegang tot kwalitatief hoogwaardige groene ruimtes binnen korte afstand is essentieel voor het bevorderen van recreatieve activiteiten en het verbeteren van het welzijn. Studies tonen aan dat mensen die binnen een gemakkelijke loopafstand van een lokaal park of andere openbare groene ruimte wonen, deze gebieden vaker bezoeken en in een betere gezondheid verkeren. Zoals eerder genoemd, heeft de Wereldgezondheidsorganisatie opgeroepen dat iedereen een openbaar park van minstens 0,5-1 ha binnen 300 meter zijn huis heeft (Wereldgezondheidsorganisatie, Regionaal Bureau voor Europa, 2017). Inspanningen moeten gericht zijn op het waarborgen van gelijkwaardige en goede toegang tot groene ruimtes, van parken tot bosgebieden, door verschillende stedelijke typologieën.

Innovatieve oplossingen, zoals lineaire groene ruimtes die als fietscorridors dienen, kunnen de kloof tussen stadsbewoners en de natuur effectief overbruggen. Het belang van kleinere groeneruimtes en de realiteit van vaak dichte stedelijke gebieden, werkt de 3+30+300-regel met een minimale grootte van groene ruimte van 0,5 ha, binnen een loop- of fietsroute van 300 meter.





## Andere argumenten

**Publieke gezondheid** - Toegang tot stedelijk groen vermindert stress, verbetert het mentale welzijn en bevordert fysieke activiteit, vooral voor kwetsbare groepen zoals kinderen, ouderen en mensen met gezondheidsproblemen.

**Klimaataanpassing** - Stedelijke bomen helpen de effecten van klimaatverandering te verminderen door het effect van hitte-eilanden te verlagen, hevige neerslag te beheren, overstromingen te verminderen en schaduw te bieden.

**Biodiversiteit** - Groene ruimtes creëren habitats voor inheemse flora en fauna, wat bijdraagt aan de gezondheid en diversiteit van ecosystemen.

**Gelijkheid** - Door duidelijke doelstellingen te stellen, zorgt de regel ervoor dat alle bewoners — ongeacht sociaal-economische achtergrond — profiteren van de aanwezigheid van groene ruimtes in hun gemeenschap.

**Beleidsafstemming** - De regel kan groene ruimte-, bomen-, klimaat-, biodiversiteits-, volksgezondheids- en andere beleidsmaatregelen en plannen ondersteunen, door het stellen van doelstellingen, het koppelen van bomen en groene ruimtes aan verschillende voordelen en thema's, en het bieden van een op bewijs gebaseerde maatstaf en richtlijn.

**Economische ontwikkeling** - Groenere steden kunnen investeringen, evenementen, bedrijven, toeristen, enzovoort aantrekken. De vastgoedprijzen en de bereidheid van mensen om meer te betalen voor woningen in groenere buurten kunnen stijgen. Gemeentebrede vergroening stimuleert ook groene banen en groen ondernemerschap.

# FAQ: De algehele 3+30+300-benadering

## Moet ik royalty's of een vergoeding betalen voor het gebruik van de regel?

Nee, het gebruik van de 3+30+300-regel is volledig gratis, aangezien er geen auteursrechten of handelsmerken op rusten. Het wordt echter wel aangeraden om de reikwijdte en intentie van de regel te respecteren en de bron correct te vermelden.

## Op welke ecosysteemdiensten en voordelen richt de regel zich en waarom?

Hoewel bomen en groene ruimtes die voor mensen beschikbaar worden gesteld een breed scala aan ecosysteemdiensten bieden, richt de 3+30+300-regel zich vooral op klimaatadaptatie en volksgezondheid. Dit zijn twee belangrijke uitdagingen voor steden en andere verstedelijkte gebieden over de hele wereld. En onderzoek heeft aangetoond welke impact visuele bomen, boomkroonbedekking en toegankelijke openbare groene ruimtes kunnen hebben in relatie tot deze uitdagingen.

## Waarom moet de 3+30+300-regel altijd samen met andere doelstellingen, tools of statistieken worden gebruikt?

Steden hebben uitgebreide planningskaders nodig om diverse uitdagingen zoals klimaatadaptatie, mobiliteit, huisvesting en volksgezondheid aan te pakken. De 3+30+300-regel is een sterk uitgangspunt, maar moet geïntegreerd worden in bredere beleidsmaatregelen. Bijvoorbeeld, voor biodiversiteit en het verbeteren van vegetatie buiten bomen, zullen aanvullende statistieken en richtlijnen nodig zijn.

## Kan de regel gebruikt worden voor biodiversiteitsverbetering en hoe?

Ja, dit is mogelijk. Vooral wanneer de drie componenten gekoppeld worden aan aspecten van boom- of vegetatiediversiteit en de biodiversiteit van groene ruimtes. Specifieke koppelingen kunnen betrekking hebben op bijvoorbeeld:

- Habitatconnectiviteit: de regel kan helpen bij het creëren van ecologische corridors die de verplaatsing van soorten ondersteunen.
- Ecosysteemfunctionaliteit: een goed doordachte implementatie van de regel zorgt ervoor dat bomen en groene ruimtes bijdragen aan bestuiving, waterkringloop en bodemgezondheid, wat indirect de biodiversiteit bevordert.
- Het bevorderen van een divers aanbod van bomen en andere habitats in de stad, en het stimuleren van groene ruimtes, tuinen, enzovoort met een mix van bomen en andere vegetatie.
- Het bevorderen van de rol van inheemse bomen en andere plantensoorten, vooral daar waar inheemse soorten goed kunnen presteren.

**Kunnen andere soorten vegetatie (struiken, vaste planten, groene muren en daken) worden meegenomen binnen het kader van de 3+30+300-regel?  
Vooral in gebieden waar het lastig is om volgroeide bomen te laten groeien?**

In principe staan bomen centraal bij de 3- en 30-componenten, ondersteund door onderzoek. Dit moet echter nog steeds worden gezien als een stap in de richting van de volledige invulling van de 3+30+300-regel op de lange termijn, naarmate er meer mogelijkheden ontstaan om bomen te planten en te laten groeien. Verschillende soorten vegetatie kunnen allemaal bijdragen aan de invulling van de 300-component wanneer zij deel uitmaken van kwalitatief hoogwaardige openbare groene ruimtes. Het combineren van bomen met andere vegetatie, waarbij gebruik wordt gemaakt van meerdere lagen, kan ook gunstig zijn voor biodiversiteit, neerslagbeheer en andere voordelen.

Houdt de 3+30+300-regel rekening met boomdiversiteit? Je zou met name de 3- en 30-componenten kunnen behalen met slechts één of enkele boomsoorten, wat niet wenselijk lijkt.

Hoewel de regel geen specifieke eisen stelt voor boomdiversiteit, wordt het aanbevolen om een breed scala aan boomsoorten te gebruiken en diverse en veerkrachtige stadsbossen te creëren. Het Yggdrasil-eindrapport biedt hiervoor enige informatie en richtlijnen, bijvoorbeeld door te verwijzen naar de 10-20-30 vuistregel van Frank Santamour voor boomdiversiteit, die stelt dat geen enkele soort meer dan 10% van de totale bomenpopulatie mag uitmaken, geen enkel geslacht meer dan 20% mag vertegenwoordigen, en geen enkele plantenfamilie meer dan 30% van alle bomen in de stad mag omvatten (zie bijvoorbeeld Sabatini, 2024).

Is er een manier om een samengestelde score te maken om alle componenten op één kaart te visualiseren?

Ja, dit is mogelijk. Zie het voorbeeld van de 'overall score' gebruikt in het Yggdrasil-rapport, met een weging van de drie componenten en vervolgens een samengestelde score (Scandinavische Raad van Ministers, 2025). Of je kunt eenvoudig een score van 0 tot 3 gebruiken, voor het aantal componenten dat voldoet voor een bepaald gebouw, buurt of stad.

Wat is een goede tijdshorizon voor de implementatie van 3+30+300?

Dit hangt af van de lokale behoeften en perspectieven, maar over het algemeen is een langetermijnperspectief (van meerdere decennia) nodig, bijvoorbeeld om 30% boomkroonbedekking te bereiken. Dit vereist verschillende manieren om buurten te plannen en te ontwerpen. Voor nieuwe ontwikkelingen zou men zich kunnen voorstellen een tijdsbestek van 20-30 jaar in te stellen waarin het volledige 3+30+300-principe moet worden bereikt. Dit vraagt ook om een duidelijk vegetatiemanagement- en groeiplan, met verantwoordelijkheden, middelen en monitoring die zijn toegewezen en geregeld, zodat het geen lege belofte blijft.



## Is 3+30+300 een norm, principe, richtlijn, algemene maatstaf of al deze dingen?

3+30+300 kan dienen (en is ook gebruikt) als al deze dingen, afhankelijk van het doel. Het werd oorspronkelijk geformuleerd als een 'principe' of 'vuistregel', om het belang van voldoende zichtbare, omringende en recreatieve groenruimte te benadrukken (gebaseerd op onderzoeksresultaten) en om een sterkere positie binnen stedelijke ruimtelijke discussies en prioriteiten te verkrijgen. 3+30+300 heeft zich gepositioneerd als een lokale en zelfs nationale groene norm, aangenomen door overheidsinstanties, waardoor het pleidooi voor voldoende bomen en groen wordt versterkt. Het is vaak genoemd in boom- en groenstrategieën en -plannen, evenals andere beleidsdocumenten, als een doel of monitoringsinstrument. Lokale gemeenschappen en non-profitorganisaties hebben 3+30+300 gebruikt om meer bomen en groen in gemeenschappen te bepleiten. Zorg er gewoon voor dat je vanaf het begin duidelijk maakt hoe 3+30+300 wordt gebruikt in de specifieke context of het document in kwestie.

## Wat zijn enkele van de beperkingen van 3+30+300?

Allereerst zijn er enkele contextspecifieke uitdagingen. De regel houdt niet automatisch rekening met de unieke ecologische of stedelijke contexten in regio's (zoals de Faeröer-eilanden of IJsland in een Scandinavische context), waar het bereiken van 30% boomkruinbedekking mogelijk onrealistisch is door klimatologische of geografische beperkingen.

Onkritisch gebruik van de regel kan leiden tot vereenvoudiging. Hoewel het een nuttige richtlijn is, kan 3+30+300 de complexe dynamiek van stadsplanning en ecologie oversimplificeren, waarbij andere belangrijke factoren zoals bodemkwaliteit, ondergrondse infrastructuur of sociaal-culturele voorkeuren worden verwaarloosd.

Er kan een tendens zijn om meer te focussen op kwantiteit dan kwaliteit. De regel legt de nadruk op meetbare statistieken (zichtbaarheid van bomen, boombedekking, nabijheid van groenruimte), en ziet de kwaliteit en functionaliteit van de groene ruimtes of boomsoorten voor biodiversiteit en veerkracht mogelijk over het hoofd. Toch roept de 300-component duidelijk op tot een hoogwaardige openbare groene ruimte. Bovendien moet, zoals hierboven ook genoemd, het waarborgen van een goede boomsoortdiversiteit een belangrijke overweging zijn.

# 4. Hoe implementeer je 3+30+300?

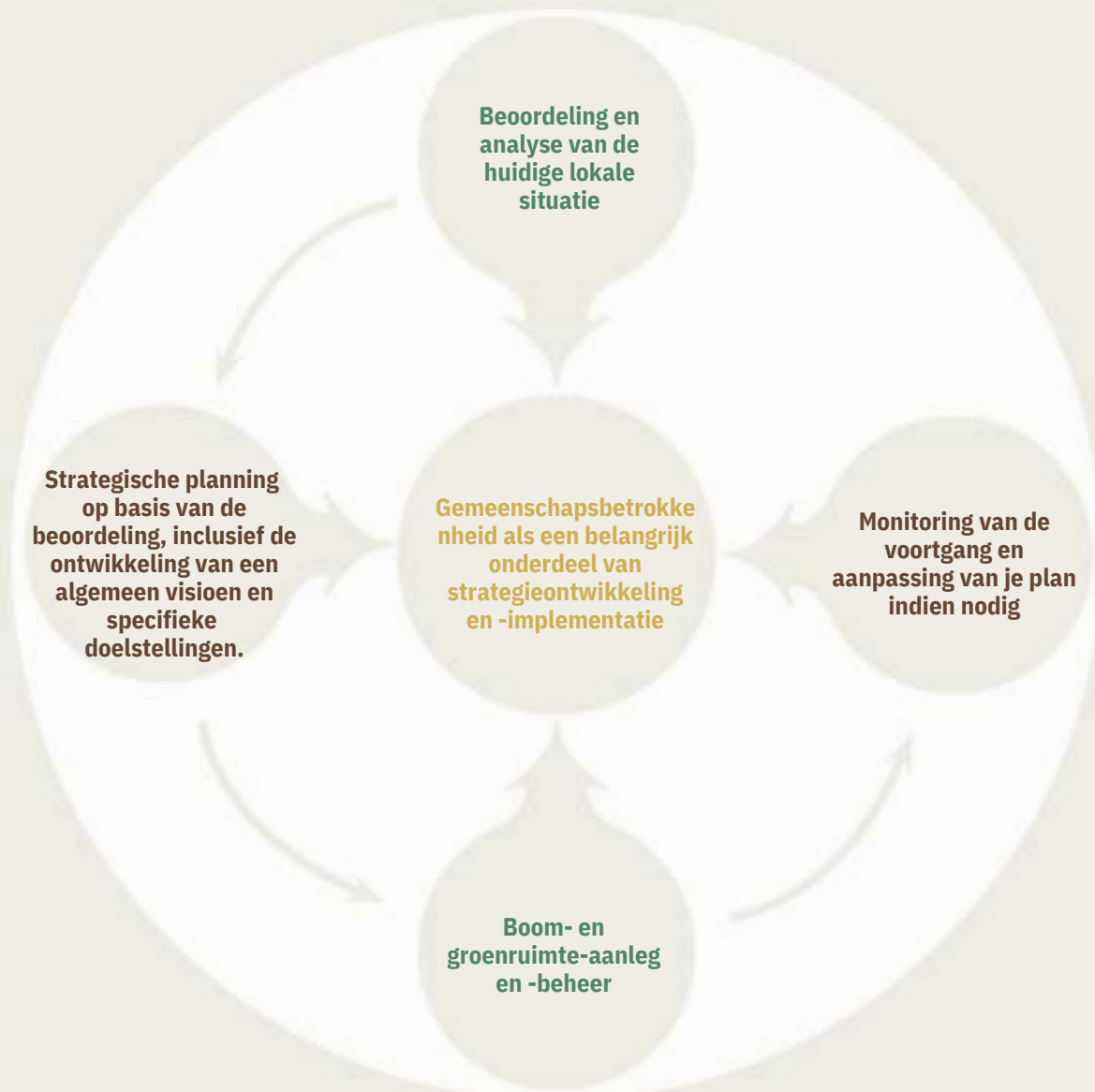
## Stap voor stap gids

De 3+30+300-regel kan op verschillende manieren worden gebruikt, maar de optimale toepassing is door de regel te integreren in een stapsgewijze en strategische aanpak. Belangrijke stappen in dit strategische proces zijn de vijf stappen die hiernaast worden geïllustreerd.

Gemeenschapsbetrokkenheid wordt hier als een vijfde stap genoemd, maar in feite is dit verbonden met alle andere stappen (zoals weergegeven in de afbeelding). Bij de beoordeling en analyse, evenals bij de monitoring van de voortgang, kan bijvoorbeeld burgerwetenschap worden gebruikt. Idealiter zouden lokale gemeenschappen ook betrokken moeten worden bij het formuleren van visies en doelstellingen van groenstrategieën en -beleid.

De vijf stappen en de respectievelijke / potentiële rol van de 3+30+300-regel worden hieronder beschreven. Voor elke stap worden belangrijke overwegingen, aspecten en vragen opgesomd om je te begeleiden in deze stap. In het volgende hoofdstuk wordt een selectie van praktische voorbeelden voor elke stap in de gids gepresenteerd.

De stappen kunnen gevolgd worden door verschillende soorten belanghebbenden, van ambtenaren tot non-profitorganisaties en maatschappelijke groeperingen. Natuurlijk zal de nadruk op welke stappen het belangrijkste of het relevantst zijn, variëren tussen deze groepen.



## 1. BEOORDELING EN ANALYSE

### A Huidige situatie en gap-analyse

Huidige situatie en gap-analyse: Wat hebben we? (Beoordeling van de huidige situatie). Wat is de huidige 3+30+300-situatie en de bredere vergroening van mijn gemeenschap en specifieke buurten? Wat is de 3+30+300-situatie in verschillende buurten? Waar bevinden zich de belangrijkste 3+30+300-hiaten? (Dit kan geanalyseerd worden met behulp van kaarttools en kaartlagen met sociaaldemografische gegevens om de gebieden met de grootste behoefte te prioriteren.) Hoe definieer je 'kwetsbare' bevolkingsgroepen of gebieden? Waar bevinden zich de meest kwetsbare en te prioriteren gebieden voor de implementatie van 3+30+300? Als gevolg van deze analyse zouden bijvoorbeeld gebieden in de buurt van scholen, zorginstellingen en sociaal-economisch kwetsbare buurten geprioriteerd moeten worden om de gezondheids- en gelijkheidsvoordelen te maximaliseren.



### B Beleids- en contextanalyse

Welke wetgeving is er? Wat zijn andere relevante beleidsmaatregelen en -plannen? Hoe zijn deze wetten en maatregelen gekoppeld aan 3+30+300-regel? Met welke lokale factoren moet rekening mee worden gehouden? Wat zijn enkele van de kwesties, uitdagingen en kansen waarbij bomen en ander groen een rol spelen, bijvoorbeeld in termen van de voordelen of overlast die ze bieden, de link naar beleidsdoelen en gemeenschappelijke prioriteiten?

### C Stakeholder mapping

Wie zijn de belangrijkste spelers en belanghebbenden met betrekking tot de implementatie van 3+30+300?

## 2. STRATEGISCHE PLANNING

### A Bepaal je bestemming

Waar willen we naartoe (in termen van onze visie, een gewenste toekomstige situatie)? Wat is de gewenste toekomstige staat van de groenstructuur van mijn gemeente, vooral vanuit een 3+30+300-perspectief? Hoe sluit dit aan bij het behalen van een reeks strategische doelstellingen voor de toekomst van mijn gemeente? Verwar de visie niet met specifieke doelstellingen en streefwaarden – de visie is een bredere, ambitieuze verklaring en een gewenste toekomst, terwijl de doelstellingen en streefwaarden concrete stappen zijn om die visie te realiseren.



B Identificeer welke afwegingen nodig zijn om prioriteit te geven aan bomen en groene ruimtes (parkeren, huisvesting, niet-groene openbare ruimte, enzovoort).

C Gebruik het principe als uitnodiging voor een gesprek over het vergroenen van de stad. Gebruik de regel als een communicatiemiddel om te pleiten voor groenere gemeenschappen en een sterkere aanwezigheid van bomen en groen in stedelijk beleid.



Beslis of je je zult richten op de 3 bomen, de 30% of de 300 meter, of idealiter op alle drie, aangezien ze verschillende functies en rollen van bomen en groene ruimte vertegenwoordigen.



Integreer de 3+30+300-regel in plannen over stedelijke bosbouw, groene ruimtes, biodiversiteit, klimaat en andere gerelateerde plannen en strategieën. Gebruik kaders zoals algemene plannen voor stedelijke bosbouw om verplichtingen te formaliseren.



Bekijk hoe de regel kan worden gebruikt met andere richtlijnen en hulpmiddelen voor stedelijke vergroening, biodiversiteit, klimaatadaptatie en dergelijke.



Zorg ervoor dat beleid en plannen rekening houden met het langdurig onderhoud en de bescherming van bomen en groene ruimtes (zie stap 4).



### **Integreer 3+30+300 in bredere beleidsmaatregelen.**

- Veranker de regel in gemeentelijke integrale plannen, evenals in beleid en strategieën voor huisvesting, volksgezondheid, onderwijs, vervoer, economische ontwikkeling, enzovoort.
- Zoek manieren om beleid en plannen op elkaar af te stemmen, waarbij synergieën worden gecreëerd in plaats van beleids- of afdelingsconflicten.

### 3. Inrichting en beheer van bomen en groene ruimte

#### A Beschrijf jouw route

Hoe komen we er, oftewel hoe realiseren we onze visie en behalen we onze doelstellingen (werkplan, rollen en verantwoordelijkheden, middelen)? Wat moet wanneer gedaan worden, door wie en met welke middelen?

B Om het bovenstaande te begeleiden: ontwikkel een gedetailleerd kader dat brede doelstellingen koppelt aan specifieke targets en belangrijke prestatie-indicatoren.

C Zorg goed voor bestaande bomen en groenruimtes en verbeter hun conditie en kwaliteit. Besteed speciale aandacht aan de bescherming van bestaande volwassen bomen, aangezien deze de grootste ecosysteemdiensten bieden.



D Richt de aanplant van bomen en het scheppen van nieuwe groenruimtes op de eerder vastgestelde prioriteitsgebieden. Plant een mix van boomsoorten om bestand te zijn tegen ziekten, plagen en klimaatverandering. Houd daarbij, afhankelijk van lokale beleidsregels en wetgeving, zorgvuldig de balans tussen inheemse en exotische soorten in stand om de diversiteit en gezondheid van het stedelijk bos te verbeteren.

- Geef voor maximale impact prioriteit aan grote, langlevende schaduwboomen boven kleinere sierbomen.
- Ga uit van de lokale context: Houd rekening met regionale variaties in boomgroei en stedelijke omstandigheden. Waar bomen minder geschikt zijn of moeilijker groeien, kies je alternatieve vormen van vegetatie.

## 4. MONITORING EN AANPASSING

**A** Monitor je voortgang: Hoe weten we dat we ons doel hebben bereikt? Wat is het minimale niveau dat we op verschillende tijdstippen in de toekomst willen bereiken (monitoring, beleids-/strategieaanpassing)?

Opmerking: Je moet vanaf het begin een duidelijk idee hebben van hoe je de voortgang en de ontwikkeling van de vervulling van 3, 30 en 300 gaat monitoren, zodat deze stap ook verbonden is met de eerdere stappen.

**B** Evalueer regelmatig de voortgang en pas de plannen aan waar nodig. Hoe ontwikkelen de scores voor de 3, 30 en 300 zich? Wat zijn de meningen van lokale gemeenschappen over de veranderingen?

**C** Gebruik tools zoals i-Tree en evaluaties van de volksgezondheidseffecten om de voordelen van het planten van bomen en veranderingen in de boomkroonbedekking te kwantificeren.



## 5. BETROKKENHEID VAN DE GEMEENSCHAP

**A** Betrokkenheid van de gemeenschap moet in alle andere stappen worden geïntegreerd, en de betrokkenheid moet vroeg in het proces beginnen.

**B** Focus op bewoners en gemeenschaps-groepen: Welke bewoners en gemeenschappen worden het meest getroffen? Wat zijn de beste manieren om hen en andere belanghebbenden te betrekken bij de ontwikkeling en implementatie van de strategie? Gebruik hier de analyse die in stap 1 is gedaan.

**C** Gebruik 3+30+300 om het bewustzijn onder bewoners over het belang van bomen en groenruimtes te vergroten.

**D** Betrek bewoners bij groenprojecten om eigenaarschap te creëren en de inspanningen af te stemmen op de behoeften van de gemeenschap.



**E** Identificeer hoe 3+30+300 kan helpen bij het vervullen van de behoeften en voorkeuren van de gemeenschap, en zorg tevens voor een implementatie die past bij het gebied.

# FAQ - Het implementeren van 3+30+300 in verschillende contexten en realiteiten

## Hoe kan de regel worden gebruikt voor communicatie en publieke betrokkenheid?

Er zijn veel manieren om de regel te gebruiken voor communicatie en publieke betrokkenheid. Enkele voorbeelden hiervan:

- Het stellen van eenvoudige, tastbare en meetbare doelen: De 3+30+300-regel biedt duidelijke en begrijpelijke meetindicatoren (zoals het zien van bomen, de nabijheid van parken) die zowel voor beleidsmakers als burgers gemakkelijk te begrijpen en te ondersteunen zijn – en waarmee men de voortgang kan volgen.
- Bewustwording verhogen: De regel benadrukt het belang van stedelijke bomen en andere groenvoorzieningen voor gezondheid, klimaatadaptatie en biodiversiteit, waardoor het een krachtig verhaal wordt voor belangenbehartiging.
- Deelname van de gemeenschap en burgeractie: Initiatieven die aansluiten bij de regel, zoals boomplantacties of parkvernieuwing, kunnen bewoners actief betrekken, wat zorgt voor een gevoel van eigenaarschap.
- Evidence-based communicatie: Onderzoek dat voordelen aantoont zoals verbeterde mentale gezondheid, verkoelingseffecten en winst in biodiversiteit kan worden gebruikt om gemeenschappen en besluitvormers te betrekken.
- Beleidsbeïnvloeding: De regel fungeert als een verzamelpunt voor burgers, NGO's en stadsplanners om te pleiten voor groenere steden, in lijn met internationale en nationale klimaat-, duurzaamheids- en andere doelstellingen, evenals lokale beleidsdoelen.



## Kan de regel worden toegepast op droge en semi-droge steden?

Ja, maar bijvoorbeeld de 30 kan moeilijk te bereiken zijn vanwege droogte en waterbeperkingen. Het is belangrijk om gebruik te maken van lokaal aangepaste bomen en andere vegetatie.

## Wat kan er gedaan worden om steden, inclusief dichtbevolkte stedelijke centra, te renoveren met behulp van de regel?

Vaak is er meer mogelijk dan men denkt. Identificeer eerst mogelijke plantlocaties en focus vooral op plaatsen waar grote bomen mogelijk zouden zijn. Maak gebruik van mobiliteits-, energie- en andere transitie, aangezien veel stedelijke gebieden vaak in transformatie zijn. Wees daarnaast gevoelig voor culturele geschiedenis en andere waarden. Als er (nu) geen ruimte is voor bomen, maak dan gebruik van andere vormen van groen.

## Kan de regel ook buiten stedelijke centra worden toegepast, bijvoorbeeld in landelijke gebieden? Zo ja, hoe?

Ja, maar hier zou de focus nog steeds moeten liggen op bebouwde centra waar de meeste mensen wonen. Voor elk bebouwd gebied, inclusief dorpen en kleinere nederzettingen, moeten de 3 en 30 centraal staan. Daarnaast kan voor de 300 het omliggende platteland worden gebruikt en toegankelijker en aantrekkelijker worden gemaakt voor verschillende recreatieve activiteiten.

Als een nieuw gebied of wijk wordt aangelegd, bijvoorbeeld op voormalige landbouwgrond of een gesaneerde industriële locatie zonder of met slechts enkele bomen, hoe kan 3+30+300 dan worden bereikt?

Natuurlijk kan het moeilijk zijn om de drie componenten vanaf het begin te bereiken, maar het ontwerp moet een solide basis bevatten en voldoende bomen voor het bereiken van het principe op de lange termijn. Hierbij kan bijvoorbeeld een tijdsperiode van 20-30 jaar worden afgesproken. Bovendien moet er voldoende ruimte worden gereserveerd voor bomen om oud en groot te worden, waar mogelijk.

Hoe werkt de regel tijdens verschillende seizoenen, inclusief vaak lange winters in sommige delen van de wereld?

Hier is het heel belangrijk een ruimte te maken voor de winter, door gebruik te maken van seizoensgebondenheid en mogelijkheden voor winterrecreatie; door een mix van naald- en loofbomen te gebruiken zodat er ook in de winter groen is; terwijl licht en donker, zon en schaduw in balans worden gehouden. Groene ruimten van hoge kwaliteit moeten mogelijkheden bieden voor verschillende winteractiviteiten, zodat het groen ook in de winter te beleven is.

Mijn gemeente overschrijdt de drie componenten van de regel al. Bestaat dan niet de kans op zelfgenoegzaamheid en het verlagen van de lat?

De drie scores zijn minimale scores. Onderzoek heeft bijvoorbeeld aangetoond dat het verkoelingseffect pas echt begint bij een boomkroonbedekking van ongeveer 40%. Streef, indien mogelijk, naar hogere scores dan 3, 30 en 300.



## Waar begin ik? Is het beter om eerst te focussen op de 3, 30 of de 300 component?

Alle drie de componenten zijn belangrijk en moeten idealiter gezamenlijk worden aangepakt. Onderzoek suggereert echter dat vooral de boombedekking essentieel is voor verschillende ecosysteemdiensten. Vaak is de 30 ook de moeilijkste component om te bereiken. Misschien kun je beginnen met het toevoegen van een paar procent boombedekking, ook al betekent dit slechts een toename van bijvoorbeeld 8 naar 10% boombedekking (wat nog steeds een stijging van 25% zou zijn!). Als alternatief zijn er misschien gebieden waar de 300-component niet wordt gehaald, maar waar kansen zijn voor nieuwe groene ruimtes of het verbeteren van de toegankelijkheid van bestaande parken. Dan kun je daarmee beginnen. Onthoud dat de implementatie van 3+30+300 een langetermijnproces is. Elke verbetering die je kunt aanbrengen in de individuele componenten zal de moeite waard zijn.

## Hoe kan 3+30+300 helpen bij het pleiten voor groenere steden in gemeentelijke politiek en beleid?

Je kunt 3+30+300 gebruiken om de deur te openen en het debat te starten over het belang van bomen en groen. De eenvoud ervan maakt de regel geschikt en effectief voor het verhogen van het bewustzijn over de voordelen van stedelijk groen, zoals klimaatbestendigheid en verbeterd welzijn. Het kan helpen om interesse en bewustzijn te creëren bij politici en om belanghebbenden vroegtijdig te betrekken, samenwerkingen tussen afdelingen op te bouwen en groene initiatieven in te kaderen als oplossingen voor bredere stedelijke uitdagingen. Boodschappen moeten worden afgestemd op lokale prioriteiten en de steun van de gemeenschap bevorderen door actieve betrokkenheid en transparante communicatie. Vergeet niet om succesvolle voorbeelden van andere gemeenten te benadrukken om besluitvormers te inspireren en te begeleiden.

## Hoe kun je communiceren met besluitvormers en het publiek dat sommige gebieden met lage scores toch niet de prioriteit krijgen bij vergroeninginspanningen?

Om effectief te communiceren waarom sommige gebieden met lage scores op 3+30+300-kaarten toch niet prioriteit krijgen voor vergroeninginspanningen, is het belangrijk om de redenering duidelijk, empathisch en met bewijs over te brengen. Benadruk dat prioritering niet alleen op 3+30+300-scores is gebaseerd, maar ook rekening houdt met factoren zoals sociaal-economische kwetsbaarheid, gezondheidsbehoeften en klimaatadaptatierisico's. Er kunnen ook veel logische redenen zijn waarom sommige gebieden laag scoren, mogelijk ook in relatie tot culturele geschiedenis en huidig of voormalig grondgebruik. Je zou kunnen uitleggen dat gebieden die al profiteren van uitgebreide particuliere groenvoorzieningen of goede omgevingsomstandigheden die niet zichtbaar zijn op de 3+30+300-kaarten (bijvoorbeeld de aanwezigheid van water, toegankelijke open ruimtes met weinig bomen maar met hoge landschapskwaliteiten) mogelijk geen urgente interventie vereisen. Als andere laag scorende gebieden wel prioriteit krijgen, kan je in de communicatie benadrukken dat vergroeninginspanningen gericht zijn op het aanpakken van ongelijkheden en het bieden van gelijke toegang tot groene ruimtes, waarbij in eerste instantie gebieden worden geprioriteerd waar de sociale, gezondheids- of milieuvoordelen de meeste impact zullen hebben. Bewijs, transparantie en rechtvaardigheid zouden de kern van de communicatie moeten vormen.



## GEEF NIET OP!

De implementatie van de 3+30+300-regel kan overweldigend lijken, vooral wanneer de startscores op een of meer componenten erg laag zijn en het moeilijk lijkt om deze te verhogen. Een paar adviezen die je kunnen helpen om door te gaan:



Een overkoepelende boodschap van de gemeenten die deelnamen aan het Nordic Yggdrasil-project was het belang om uitdagingen het hoofd te bieden en geen 'nee' als definitief antwoord te accepteren. Steden waren het erover eens dat met creatief denken en doorzettingsvermogen, er altijd manieren zijn om groene oplossingen te integreren, zelfs in gebieden en ruimtes die uitdagend zijn voor bomen en parken.



Stimuleer samenwerking en kennisdeling door netwerken van gemeenten, gemeenschappen en organisaties, zodat inzichten, strategieën en ervaringen gedeeld kunnen worden. Andere gemeenten, gemeenschappen en organisaties hebben vergelijkbare uitdagingen doorgemaakt. Neem contact op en leer van hun ervaring.



Versterk ook de samenwerking tussen verschillende grondeigenaren, waaronder particuliere tuineigenaren, scholen, nutsbedrijven, de wegbeheerder, enzovoort, om barrières te overwinnen en de kans op succes te vergroten.



Betrek lokale belanghebbenden, onderzoekers en internationale experts om ervoor te zorgen dat best practices worden gevolgd.

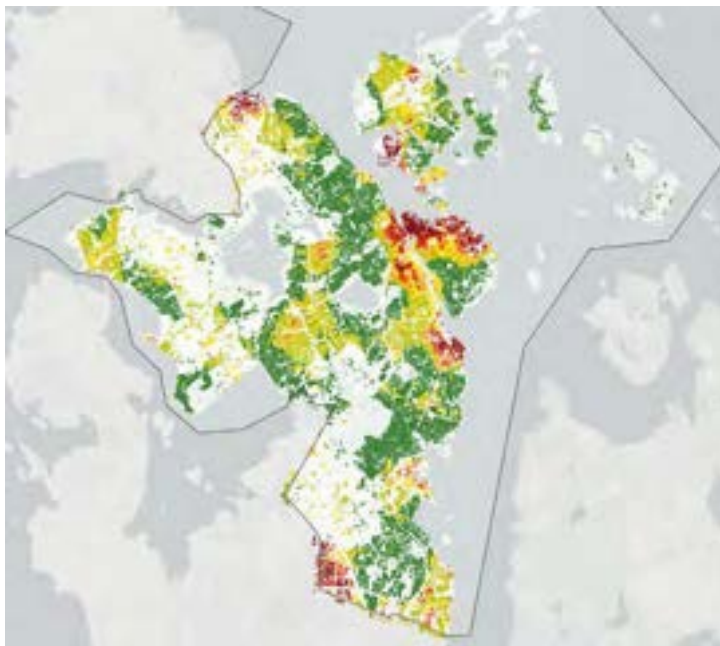
Dit is een opgave voor de lange termijn en het zal misschien 40-50 jaar duren voordat je er bent. Maar een kleine toename maakt al verschil en moet gevierd worden.



Als een of meer componenten van het principe onrealistisch lijken, althans op de korte termijn of vanwege je lokale context, streef dan naar kleinere verbeteringen. Eén of twee procent meer boombedekking kan al een groot verschil maken! Ook als er simpelweg geen extra ruimte is voor grotere bomen, kun je de lokale vergroening nog steeds verbeteren door kleinere bomen, struiken, andere beplanting en zelfs groene gevels te gebruiken. Pas de 3+30+300-regel aan op basis van je eigen context en behoeften.

# 5. De 3+30+300-regel in actie - voorbeelden en best practices

Hier volgt een selectie van praktische voorbeelden die aansluiten bij de verschillende stappen die in deze gids zijn uiteengezet. Deze voorbeelden kunnen dienen als inspiratie voor gemeenten en planners door werkelijke toepassingen van stedelijke vergroeninginitiatieven en -strategieën te tonen. De voorbeelden kunnen praktische inzichten bieden in beproefde methodes, die het besluitvormings- en planningsproces kunnen voeden bij het nastreven van de 3+30+300-doelen.



3+30+300-regel kaart van de algehele scores voor Stavanger, Noorwegen. Gele en groene kleuren geven gebouwen en gebieden aan met positieve 3+30+300-scores, oranje en rode tinten tonen scores die te laag zijn.

## Beoordeling en analyse

In het Nordic Yggdrasil-project, waarvan dit handboek het resultaat is, werden alle Scandinavische gemeenten gedetailleerd in kaart gebracht met 3+30+300. De kaarten werden niet alleen gebruikt om een overzicht te geven van de prestaties van de Scandinavische regio en individuele landen en steden, maar ook in workshops met geselecteerde gemeenten. Tijdens deze workshops werden de 3+30+300-kaarten van de steden geanalyseerd en besproken, ook met andere gemeenten. Er werden gapanalyses uitgevoerd om 'zwakke plekken' in de 3+30+300-dekking te identificeren en toekomstige prioriteitsebenen aan te wijzen.

De 3+30+300-regel is opgenomen in een nieuwe, langetermijn-boomstrategie voor de stad Belfast in Noord-Ierland (City of Belfast, 2023). Het is niet per se een beleidsdoel, maar biedt eerder een referentiekader voor de huidige en toekomstige staat van het stedelijke bos van Belfast.

Beoordeling en analyse van 3+30+300 kunnen ook worden gebruikt als onderdeel van het kaartmateriaal voor de gelijkheid van groene ruimtes/bomen, zoals Malmö en andere steden hebben gedaan (bijv. Stad Malmö, 2024b).

## Strategische planning

De 3+30+300-regel kan worden geïntegreerd in verschillende soorten beleidsdocumenten, van strategieën en plannen voor groene ruimtes en stedelijke bosbouw (zoals stedelijke bosbeheerplannen) tot beleidsdocumenten en plannen voor klimaatactie en volksgezondheid. In sommige gevallen zal het principe een van de belangrijkste doelstellingen zijn, terwijl het in andere gevallen voornamelijk een hulpmiddel zal zijn voor analyse en/of monitoring van beleidsdoelen. Een goed voorbeeld van beleidsintegratie van het principe wordt gegeven door de Zweedse stad Malmö (zie Stad Malmö, 2024a). Nadat het 3+30+300-principe begin 2023 officieel werd aangenomen door de gemeenteraad van Malmö, werd het opgenomen in verschillende gemeentelijke plannen, waaronder het totaalplan van de stad. Om het bewustzijn van 3+30+300 te vergroten en de implementatie te ondersteunen, zijn er speciale interne 3+30+300-conferenties gehouden voor verschillende stadsafdelingen. Specifieke activiteiten ter ondersteuning van de implementatie van 3+30+300 omvatten karterings- en prioriteitsbepalingssessies om gebieden met potentieel voor de realisatie van 3+30+300 te identificeren en prioriteiten.

Idealiter ligt de focus in beleid en plannen op alle drie de componenten van 3+30+300, aangezien het cruciaal is om zichtbare, omgevings- en recreatieve groenvoorzieningen te combineren. In sommige gevallen kan de focus echter op slechts één of twee van de componenten liggen.

In het boombeleid van de Deense gemeente Frederiksberg is bijvoorbeeld een doelstelling dat elke inwoner ten minste één boom moet kunnen zien vanuit zijn woning (Frederiksberg Kommune, 2018). In een nieuw groen Masterplan voor de Nederlandse stad Groningen is het overkoepelende doel om binnen de komende decennia 30% boomkroonbedekking te realiseren voor elke buurt (Gemeente Groningen, 2024).

De Vlaamse regering stelde een licht aangepaste versie van 3+30+300 voor als een nieuwe regionale groene norm, ter vervanging van eerdere normen die als verouderd werden beschouwd (Agentschap Natuur en Bos, 2024). Om de 30% te behalen, worden idealiter bomen gebruikt, maar er wordt ook ruimte gemaakt voor andere vormen van 'klimaatgroen', zoals struiken. Voor andere vormen van groen moet echter een dubbel aantal van dit groen de lagere boomkroonbedekking compenseren. Bijvoorbeeld: 15% boomkroonbedekking moet gepaard gaan met 30% andere vegetatie. Dit initiatief leidde tot een snelle verspreiding van de 3+30+300-regel onder Vlaamse gemeenten.



## Inrichting en beheer van bomen en groene ruimte

Om 3+30+300 te bereiken, is het belangrijk om goed naar je bestaande stedelijke bomenpopulatie te kijken en voorspellingen te doen, bijvoorbeeld over hoe de boomkroonbedekking zich zal ontwikkelen naarmate bomen groeien, achteruitgaan of sterven. Het zoeken naar manieren om bomen langer te laten leven en groter te laten groeien is een andere belangrijke strategie, dus het gaat zeker niet alleen om het planten van nieuwe bomen.

De stad Malmö voerde een gedetailleerde analyse uit van het potentieel voor het uitbreiden van hun boomkroonbedekking in drie typische buurttypes, waarbij werd aangetoond dat een verdubbeling hiervan op openbaar terrein alleen op de lange termijn haalbaar zou zijn (FOJAB, 2024). Het identificeren van potentiële plantplekken, zoals organisaties als Cobra Groeninzicht hebben gedaan voor Nederlandse gemeenten, is een andere nuttige strategie.

In Nederland heeft het Norminstituut Bomen een uitgebreid handboek ontwikkeld waarin specificaties worden gegeven, bijvoorbeeld voor het benodigde bodemvolume voor verschillende maten bomen in de loop der tijd (Norminstituut Bomen, 2022). Het instituut koppelt dit ook aan een nieuwe landelijke boomnorm, afgeleid van 3+30+300, en gekoppeld aan een bepaald aantal boomkroonvolume per m<sup>2</sup> (Norminstituut Bomen, 2024). Het uitgangspunt is om goed voor bomen te zorgen, vanaf de aanplant, zodat ze ouder en groter kunnen worden. Een voorbeeld is de Franse stad Nice (Meet In Nice Côte d'Azur, 2024). Hoewel Washington DC in de Verenigde Staten 3+30+300 niet specifiek gebruikt, heeft de stad een duidelijk doel voor de boomkroonbedekking gesteld en gedetailleerd toezicht gehouden op de boomkroonbedekking in verschillende delen van de stad (DDOT, 2025).



## Monitoring en aanpassing

De introductie en implementatie van de 3+30+300-regel is nog een nieuw fenomeen. Maar naarmate beleidsmaatregelen, plannen en andere initiatieven worden uitgerold, is het belangrijk om de impact te monitoren en acties en plannen waar nodig aan te passen. Het pionierswerk dat door gemeenten zoals Malmö is gedaan, biedt een goed voorbeeld hiervan, aangezien het de mogelijkheid biedt om echte veranderingen in de loop van de tijd te monitoren, buurt per buurt. Het gebruik van tools zoals i-Tree (2025), maar ook bijvoorbeeld gezondheids-impactbeoordelingen, maakt het mogelijk om de situatie voor, tijdens en na de implementatie van 3+30+300 te evalueren in termen van ecosysteemdiensten en de geboden voordelen (zelfs in economische termen).

Andere steden en gemeenten hebben ook goed werk verricht bij het beoordelen van hun huidige 3+30+300-status en het stap voor stap voorbereiden van een verbeterplan op basis hiervan.

## Betrokkenheid van de gemeenschap

Aangezien de 3+30+300-regel gemakkelijk te begrijpen is en schaalbaar is naar buurten en zelfs naar straatniveau, biedt de regel een geweldig hulpmiddel voor communicatie en betrokkenheid van de gemeenschap. Een voorbeeld hiervan was de nationale campagne die Greenpeace België uitvoerde tijdens de lokale verkiezingen in België (Greenpeace België, 2024). Voorafgaand aan de campagne had Greenpeace al een campagne uitgevoerd om bewoners te vragen naar hun lokale 3+30+300-situatie. Vervolgens liet Greenpeace een vrijwillig data-analysebureau een overzicht van 3+30+300-scores voor alle Belgische gemeenten opstellen, wat resulteerde in lokale discussies en media-aandacht. Ten slotte voerde Greenpeace een bewustwordingscampagne uit waarbij lokale vrijwilligers boomstickers op gemeentelijke naamborden in 25 plaatsen plakten.



In Nederland heeft de non-profitorganisatie IVN (Instituut voor Natuureducatie) een reeks activiteiten gelanceerd om gemeenschappen en lokale groepen te ondersteunen bij het vergroenen van buurten met behulp van de 3+30+300-regel. Hiervoor heeft IVN een factsheet en een video laten maken die inspiratie en specifieke tips en trucs kunnen bieden (IVN, 2024).

Ervaring heeft aangetoond dat 3+30+300 ook een goed communicatiemiddel is voor nieuwsmedia. Honderden, zo niet duizenden 3+30+300-verhalen zijn gepubliceerd door tv-stations, radiozenders, kranten en tijdschriften, evenals podcasts en sociale media. Een nieuwsbericht zou bijvoorbeeld kunnen worden gepubliceerd wanneer de regel wordt aangenomen, of wanneer een eerste analyse is gemaakt (en biedt ook mogelijkheden voor benchmarking met andere gemeenten). Een voorbeeld hiervan was een studie van 8 grote wereldsteden die resulteerde in meer dan 600 individuele nieuwsverhalen met een geschat publiek van meer dan 270 miljoen mensen (Croeser, 2014).

Binnen het Yggdrasil-project zijn verschillende communicatiemiddelen geproduceerd over 3+30+300, waaronder een verklarende video, een podcast en een reeks visualisaties.



### Leren van elkaar

Naarmate de implementatie van de 3+30+300-regel vordert, kunnen gemeenten veel van elkaar leren. Daarom is het belangrijk om netwerken en leren van elkaar te faciliteren, zowel formeel als informeel. In het Scandinavische Yggdrasil-project werden zogenaamde Future Living Labs opgezet die de implementatie van 3+30+300 in geselecteerde gemeenten combineren met zorgvuldige analyse en monitoring, waaruit lessen voor de toekomst worden getrokken. Projecten zoals Yggdrasil kunnen het delen van ervaringen en werkwijzen versterken, zoals ook blijkt uit de workshops met verschillende Scandinavische gemeenten in het project.

# Bronnen, nadere informatie en inspiratie

## Publications

**Agentschap Natuur en Bos**, 2024. [Naar een gezond Vlaanderen met nieuwe groennormen: de 3+30+300-regel](#). Flemish Government, Brussels. Retrieved on 17 December 2024 (in Flemish).

**Browning, M.H.E.M., Locke, D.H., Konijnendijk, C., Labib, S.M., Rigolon, A., Yeager, R., Bardhan, M., Berland, A., Dadvand, P., Helbich, M., Li, F., Li, H., James, P., Klomp maker, J., Reuben, A., Roman, L.A., Tsai, W.-L., Patwary, M., O'Neil-Dunne, J., Ossola, A., Wang, R., Yang, B., Yi, L., Zhang, J., Nieuwenhuijsen, M.**, 2024. [Measuring the 3-30-300 rule to help cities meet nature access thresholds](#). Science of The Total Environment 907, 167739.

**City of Belfast**, 2023. [Belfast Tree Strategy](#). 2023. Retrieved on 29 January 2025.

**City of Malmö**, 2024a. [Grönska för alla med modellen 3-30-300](#). Retrieved on 15 December 2024 (in Swedish).

**City of Malmö**, 2024b. [Rättvis fördelning av grönska](#). Retrieved on 27 January 2025 (in Swedish).

**Croeser, T.**, 2024. [We rated the urban forests of 8 global cities – only Singapore passed the 30% canopy test](#). The Conversation, November 19th, 2024. Retrieved on 28 January 2025.

**DDOT**, 2025. [Land Cover and Urban Tree Canopy](#). District Department of Transportation, Washington DC. Retrieved on 26 January 2025.

**FOJAB**, 2024. Potentiell krontäckningsgrad. Studie av tre stadsdelar i Malmö. Report for Malmö Stad (in Swedish).

**Frederiksberg Kommune**, 2018. [Frederiksberg Kommunes Træpolitik](#). Retrieved on 1 December 2024 (in Danish).

**Gemeente Groningen**, 2024. [Een nieuw bomenbeleidsplan voor Groningen](#). Visies en thema's. Retrieved on 25 January 2025 (in Dutch).

**Greenpeace Belgium**, 2024. [Meer natuur in mijn buurt](#). Retrieved on 16 January 2025 (in Dutch).

**i-Tree**, 2025. [Website, i-Tree Tools](#). Retrieved on 3 February 2025.

**IVN**, 2024. [Maak je buurt groener en gezonder met de 3-30-300 regel](#). Amsterdam. Retrieved on 20 January 2025 (in Dutch).

**Konijnendijk, C., Östberg, J.**, 2022. 3-30-300 – För grönare och mer hälsosamma städer. Movium Fakta #4. Movium, Alnarp (in Swedish).

**Konijnendijk, C.C.**, 2022. [Evidence-based guidelines for greener, healthier, more resilient neighbourhoods: Introducing the 3–30–300 rule](#). Journal of Forestry Research 34, 821–830.

**Nordic Council of Ministers**, 2025. [Yggdrasil - The Living Nordic City. Implementing nature-based solutions through the 3+30+300 principle](#). TemaNord 2025:520. Copenhagen. Retrieved on 3 February 2025.

**Nordic Council of Ministers**, 2025. [Yggdrasil – The Living Nordic City](#) (TemaNord 2025:520).

**Norminstituut Bomen**, s.a. [Bomenposter \(Tree poster\)](#). Retrieved on 5 December 2024 (in Dutch).

**Meet In Nice Côte d’Azur**, 2024. [Nice continues its greening programme with the “3-30-300” approach](#). Retrieved on 25 January 2025.

**Nordic Council of Ministers**, 2022. [Policy Brief: Nordic Cities – Green, Resilient, Healthy Fostering national policies and initiatives for urban green space](#). Retrieved on 5 October 2024.

**Norminstituut Bomen**, 2022. [Handboek Bomen](#). Gouda. Retrieved on 27 January 2025 (in Dutch).

**Norminstituut Bomen**, 2024. [Landelijke Bomennorm](#). Retrieved on 10 January 2025 (in Dutch, but with introductory video in English as well).

**Sabatini, A.**, 2024. [The 10-20-30 Rule For Tree Diversity](#). PlanIT Geo. Retrieved on 28 January 2025.

**World Health Organization, Regional Office for Europe**, 2017. [Urban green spaces: a brief for action](#). WHO, Copenhagen. Retrieved on 12 October 2024.

## Websites, video’s en podcasts

[www.330300rule.com](http://www.330300rule.com)

ArtPodden #37. Yggdrasil. [Podcast featuring the 3+30+300 principle and the Yggdrasil project](#). Retrieved on 3 February 2025.

Trädpodden #38. [Cecil Konijnendijk van den Bosch förklarar 3-30-300](#). Retrieved on 17 February 2025.

Green Cities Sweden, 2024. [Fakta om 3-30-300 \(Facts about 3-30-300\)](#). Retrieved on 15 December 2024 (in Swedish).



Produced by Yggdrasil - The Living Nordic City Project

EKOLOGI  
GRUPPEN

 trädkontoret.

 NATURE BASED  
SOLUTIONS  
INSTITUTE

cobra   
GROENINZICHT

# 3-30-300 regel

## Zicht op 3 volwassen bomen

De 3 uit de regel betekent dat vanuit iedere woning, school of werkplek zicht moet zijn op minstens drie volwassen bomen. Hoe groener het gebouw op de kaart, hoe hoger de score.

Waarom zicht op minstens drie volwassen bomen? Omdat wetenschappelijk onderzoek uitwijst dat wanneer je uitkijkt op bomen dit een positief effect heeft op je mentale gezondheid en welzijn.



📍 Capelle aan den IJssel

📅 maart 2024

## Legenda

Zicht op het aantal bomen



**cobra**  
GROENINZICHT

*Voor de leefomgeving van morgen!*

[www.cobra-groeninzicht.nl](http://www.cobra-groeninzicht.nl)

# 3-30-300 regel

## Boomkroonbedekking van 30%

De 30 uit de regel betekent dat de omgeving van een woning, school of werkplek voor ten minste 30% door boomkronen wordt bedekt. Deze kaart toont de boomkroonbedekking in een straal van vijfhonderd meter rond een woning.

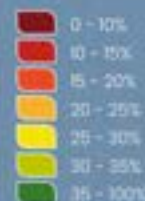
Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat bij een boomkroonbedekking van ten minste 30% de mentale en fysieke gezondheid van mensen significant beter is, de bomen doorslaggevend zijn in het verkoelen van de omgeving en de biodiversiteit fors toeneemt. Ook draagt de boomkroonbedekking bij aan een betere sociale cohesie en zelfs een gezond geboortegewicht.

📍 Capelle aan den IJssel

📅 maart 2024

## Legenda

Boomkroonbedekking



cobra  
GROENINZICHT

*Voor de leefomgeving van morgen!*

[www.cobra-groeninzicht.nl](http://www.cobra-groeninzicht.nl)



# 3-30-300 regel

## Binnen 300 meter een park

De 300 uit de regel betekent dat je vanuit iedere woning, school of werkplek binnen 8 minuten wandelen, oftewel binnen driehonderd meter, een 'green space' moet kunnen bereiken. Dus een park waar je kunt verblijven en recreëren. Deze kaart geeft per woning aan of dat lukt.

Het spreekt voor zich dat kwalitatief hoogwaardige parken in ruime mate bijdragen aan de geestelijke en lichamelijke gezondheid van mensen en sociale cohesie. Parken vergroten ook de biodiversiteit en hebben een luchtzuiverend en verkoelend effect.

📍 Capelle aan den IJssel

📅 maart 2024

## Legenda

Van huis tot park

- > 500 meter
- 400 - 500 meter
- 300 - 400 meter
- 200 - 300 meter
- 100 - 200 meter
- 0 - 100 meter

Parken



**cobra**  
GROENINZICHT

*Voor de leefomgeving van morgen!*

[www.cobra-groeninzicht.nl](http://www.cobra-groeninzicht.nl)



# 3-30-300 regel

## Rapportcijfer

Wanneer we de verschillende scores uit de 3-30-300 regel samenvatten, ontstaat er een kaart die toont in hoeverre een woning of gebouw voldoet aan de 3-30-300 regel. Hoe groener het gebouw op de kaart, hoe gezonder de leefomgeving hiervan. Maar ook hoe aantrekkelijker het vestigingsklimaat.

📍 Capelle aan den IJssel

📅 maart 2024

## Legenda

Rapportcijfer



**cobra**  
GROENINZICHT

*Voor de leefomgeving van morgen!*

[www.cobra-groeninzicht.nl](http://www.cobra-groeninzicht.nl)

**Meer zien?**

Ga naar [cobra-groeninzicht.nl](https://cobra-groeninzicht.nl) of  
scan de QR code

