



# Greenfluencer-genomineerde biedt eenvoudig vergroenings- handvat met de 3-30-300-vuistregel

Cecil Konijnendijk: 'Deze streefgetallen zijn een duidelijke kapstok en communicatiemiddel voor alle partijen'



5 min. leestijd

**In februari 2021 lanceerde Cecil Konijnendijk de 3-30-300-vuistregel. De gasthoogleraar en directeur van het Nature Based Solutions Institute aan de Canadese University of British Columbia reikt hiermee een handvat uit voor groenere steden. Het doel is een optimale leefomgeving in de stad qua gezondheid, klimaatadaptatie en biodiversiteit. De invloed van deze genomineerde Greenfluencer reikt internationaal, maar ook in Nederland verspreidt deze vuistregel zich snel. 'Iedereen begrijpt deze regel,' aldus Konijnendijk. 'De kracht zit 'm in de eenvoud.'**

Auteur: Karlijn Raats

Genomineerde Greenfluencer Cecil Konijnendijk videobelt vanuit zijn woonplaats Barcelona. Hij is zojuist terug van het lesgeven. Ditmaal op een uurtje treinreizen binnen Spanje. Maar ook geeft hij lessen in *urban forestry* in Canada en China. 'Ik ben al ruim 25 jaar bezig met onderzoek op het gebied van *urban forestry*, maar de laatste jaren is de aandacht hiervoor internationaal enorm toegenomen, op universiteiten maar ook maatschappijbreed.' De vuistregel voor stadsgroen houdt in dat iedereen in zijn of haar directe omgeving 3 grotere bomen moet kunnen zien en moet beschikken over 30 procent bladerdek in de buurt en een parkje binnen 300 meter afstand. Dat klinkt enorm vereenvoudigd en dat is het ook. 'Het is geen norm op zich, maar een *catchy* richtlijn die de discussie moet aanzwengelen en ertoe moet gaan leiden dat we bomen en natuur bij iedereen op de stoep kunnen brengen. Ik heb bewust gekozen voor pakkende cijfers die blijven hangen, want het belangrijkste van de 3-30-300-vuistregel is de internationale communicatiekracht. Niet alleen vanuit Nederland, maar vanuit de hele wereld krijg ik dagelijks mails van mensen die de stelregel willen gebruiken, of van politici die hem willen inzetten in hun campagne. Ik had eerlijk gezegd niet verwacht dat het een succes zou zijn.' In het wetenschappelijke tijdschrift *Journal of Forestry Research* heeft Konijnendijk de stelregel onderbouwd.

### Van stadsbossen naar *Urban Forestry*

Konijnendijk studeerde Bosbouw aan de Wageningen Universiteit. Hij vond het tijdens zijn studie al bijzonder leuk om zich bezig te houden met de ontwikkeling van stadsbossen. 'Zo ben ik me begin jaren negentig gaan toelleggen op *urban forestry*, waartoe ook straat- en pleinbomen gerekend worden. Ik vond het namelijk wel leuk om in de stad te wonen en te werken en toch met bomen en bossen bezig te zijn.'

### Inspiratie voor de 3-30-300-stelregel

Al vrij snel in zijn carrière vertrok Konijnendijk naar het buitenland. In Finland deed hij zijn PhD en heeft hij vervolgens 25 jaar aan universiteiten over de hele wereld onderzoek gedaan en lesgegeven. Niet alleen in Spanje, maar ook in Denemarken, Rusland, Maleisië en Canada. Konijnendijk: 'Onderzoek laat zien dat mensen over de hele wereld behoefte hebben aan goed en veilig groen in hun stad. Ook hebben zij vaak een persoonlijk verhaal met bomen of bossen. Tegelijkertijd was zichtbaar dat groen in de steden het onderspit aan het delven was. Het leek mij goed om de persoonlijk ervaringen en waardering van groen in te zetten voor gezondere, klimaatbestendige, meer biodiverse steden.'

### Veel onderzoeken aan de basis van de stelregel

Tot een paar jaar terug heeft Konijnendijk veel onderzoek gedaan, met name naar de relatie tussen de verbetering van de menselijke gezondheid op sociaalpsychologisch vak en stadsgroen. 'Drie bomen is een beetje subjectief, maar vormt een proxy: een recent onderzoek toont aan dat vooral zichtbaar groen ervoor zorgt dat mensen mentaal gezonder zijn en zich beter kunnen concentreren. Ook laten onderzoeken zien dat we toch wel naar zo'n 30 procent kroonoppervlak toe moeten in de stad en dat mensen zo'n vijf tot tien minuten (op circa 300 meter) moeten afwonen van een park, willen zij er daadwerkelijk heen gaan. Er is al een modelleringsonderzoek geweest vanuit een gezondheidsinstituut in Barcelona dat de

## GREENFLUENCER

stelregel heeft meegenomen. Aan de hand van hun model hebben de onderzoekers een verbetering aangetoond van de mentale gezondheid op plekken waar de 3-30-300-stelregel wordt gehaald.'

### Wereldwijde urgentie voor meer stadsgroen

Konijnendijk heeft de tijd mee voor de 3-30-300-stelregel. Wereldwijd is de urgentie van stadsgroen duidelijk. Hij knikt: 'Over de hele wereld zijn er al gemeenten en steden bezig met vergroening, met het oog op klimaatadaptatie, meer biodiversiteit en een betere gezondheid voor burgers. Binnen twee maanden na de lancering waren er al gemeenten in het Canadese British Columbia die met de stelregel aan de slag gingen. Ook St Petersburg in Florida was er snel mee bezig. Daarna volgden de Nederlandse gemeenten Zwolle, Haarlem en andere steden in het westen van het land, maar ook steden in Zweden. Zelfs de Wereldgezondheidsorganisatie beveelt nu de 3-30-300-stelregel aan.'

### Uitdagingen

Tot dusver blijken gemeenten en steden het wel als lastig te ervaren om 30 procent bladerdek te behalen. 'Het is natuurlijk ook een streefgetal,' zegt Konijnendijk. 'Met name voor erg versteende stadsomgevingen, zoals in het geval van Haarlem, is het lastiger om de 30 procent te halen. Maar ook hier in Barcelona is 30 procent bladerdek moeilijk en zit men op 15 procent. Het is dan het beste dat die steden gewoon ergens een begin maken en kijken hoe ver men kan komen. Het is echter niet onhaalbaar, want er zijn steden in Noord-Amerika die een bladoppervlak hebben van rond de 40 tot zelfs 50 procent.'

Noord-Amerikaanse steden hanteren wel een ander soort planning en de straten zijn er breed, in combinatie met een lange traditie van straatbomen. Onder meer in Atlanta en Vancouver zag Konijnendijk flinke exemplaren staan als straatbomen. Ook de tuinen zijn vaak groter in de buitenwijken dan in Europese steden. 'In principe is de 3-30-300-stelregel

**'Er zijn steden in Noord-Amerika met een bladoppervlak van rond de 40 tot 50 procent'**



## Na 25 jaar buitenland is deze wetenschappelijke topper teruggekeerd naar Nederland

bedoeld voor vergroenen op wijkniveau,' verklaart Konijnendijk. 'Maar als gemeenten en steden kampen met veel compacte wijken of grote stukken stadscentra die moeilijk te vergroenen zijn door de ruimtelijke bebouwing, zouden ze die wijken kunnen compenseren met extra vergroende woonwijken. Op die plekken waar het lastiger is om bomen te planten, kunnen zij dan ander groen, zoals groene daken en groene gevels aanleggen en bewoners stimuleren om hun tuinen en balkons groen in te richten.'

### Leidende rol van Nederland met iTree in de wereld

In economische zin wordt groen nog steeds te vaak ondergewaardeerd. Konijnendijk: 'Het groen valt nog te vaak ten prooi aan nieuwe bebouwing of geldtekorten, nieuwe wegen of winkelcentra. Nederland, Zweden, het Verenigd Koninkrijk en Australië hebben al hun eigen iTree-vertaling. Ook landen in Zuidoost-Azië hebben interesse. Toch is het jammer dat iTree maar vier ecosysteemdiensten in monetaire waarde uitdrukt en dat gezondheid daar niet bij zit. Nederland is er echter mee bezig om iTree Nederland uit te breiden met de ecosysteemdiensten "gezondheid" en "koeling". Dat is geweldig nieuws. Nederland begint met iTree Nederland nu dus echt wel een gidsland te worden voor de rest van de wereld.'

### Interessante tijd, ook in Nederland

Konijnendijk ziet dat Nederland sowieso vooroploopt met de planning van stadsgroen. 'Door de compactheid van Nederland is het land enorm verstedelijkt en hebben we van oudsher goed moeten nadenken over een efficiënte inrichting van steden, met de daarbij behorende groene infrastructuur. De inrichting van woonerven staat als concept ook internationaal bekend. Ook staat de Nederlandse tuinbouw en boomkwekerij wereldwijd goed aangeschreven. En omdat wij als Nederlanders graag fietsen en

wandelen, wordt stadsgroen standaard hoog gewaardeerd. Er zijn heel veel puzzelstukjes die op zijn plaats beginnen te vallen. Dat zie je terug in het groeiende aantal onderzoeken dat aan de universiteiten van Delft en Wageningen wordt opgestart.'

Het is duidelijk dat wereldreiziger Konijnendijk de situatie in Nederland boeiend vindt. En er is goed nieuws: na 25 jaar buitenland is deze wetenschappelijke topper met als specialisme *urban forestry* per december teruggekeerd naar Nederland. Hij is meer dan welkom om hier de geleerden op het gebied van onderzoek naar stadsgroen te komen versterken.



  
**BE SOCIAL**  
Scan, lees & deel!