

Natuur bij huis, daar knap je van op!

Uitzicht op bomen of ander groen; natuur in de wijk is goed voor de stemming, de gezondheid en de leefomgeving. Een pleidooi voor meer natuur in de stad en daarbuiten.

Tekst **Marina de Bekker**

Vijf puttertjes scharrelen door het gras en vliegen dan naar een zwarte els. Ik pak de verrekijker erbij en zie hoe ze met kunst- en vliegwerk zaadjes uit de elzenproppen peuteren. Grappige vogeltjes, met dat rood-witte maskertje. Ik zit thuis aan tafel met uitzicht op een grote tuin. Hoewel het niet mijn eigen tuin is, zit ik toch op eerste rang. Ik voel me een echte geluksvogel omdat ik in zo'n natuurrijke omgeving woon. Even verderop ligt een park met indrukwekkende beuken, platanen en eiken. Nog mooier is dat je vanuit dat park via een laarzenpad zo de beemd inloopt: een nat en ruig grasland langs de oever van De Dommel.

Hoe groen is de wijk?

In een artikel op Boomzorg.nl las ik over de 3-30-300-regel, bedacht door Cecil Konijnendijk van den Bosch, expert op het gebied van stadsbosbouw, vaak *urban forestry* genoemd. Uit onderzoek blijkt dat stedelijk groen de leefbaarheid van een stad vergroot en een positieve uitwerking op onze gezondheid heeft. Maar wanneer is een stad groen genoeg? Als iedereen vanuit zijn huis drie bomen kan zien, als elke buurt dertig procent 'boomkroonbedekking' heeft en als we binnen driehonderd meter van een park wonen, zo stelt Konijnendijk in de 3-30-300-regel.

Mensen bekijken het leven vaker van de zonnige kant als ze vanuit huis zicht hebben op een paar flinke bomen of ander groen. En wanneer in de wijk natuur dichtbij is, met ruimte voor bewegen en ontspannen, dan zoek je sneller de buitenlucht op. Op groene plekken vinden vogels, bloemen en bijen een thuis. Groen

houdt regenwater vast en bomen zorgen voor schaduw en verkoeling. De 3-30-300-regel, benadrukt Konijnendijk op Boomzorg.nl, is een richtlijn. Het gaat ook om de communicatiekracht ervan. 'Kijk uit je raam en je ziet direct of het klopt,' zegt hij. Knappe koppen ontwikkelden op basis van de 3-30-300-regel de Bomenmonitor. Hiermee kan elke gemeente uitzoeken hoe de groene vlag ervoor hangt in de wijken. De wijk waarin ik woon voldoet op het oog glansrijk aan die 3-30-300-regel. Nu is mijn gemeente met ruim 33.000 inwoners geen grote stad. Toch zijn er wijken met veel steen en weinig groen. En ook in die wijken hebben bewoners baat bij de 3-30-300-regel. Gelukkig draagt de gemeente daarvoor initiatieven aan zoals Tegelwippen (tegels eruit, groen erin) en Natuur in de wijk. Er is zelfs een bomenplan.

Het kan groener, ook voor varkens

Doorn in mijn oog is een grote slachterij, net buiten het centrum. Hier gaan dagelijks 20.000 varkens aan de haak, volgens Omroep Brabant. Ik reken uit dat voor de aanvoer honderd vrachtwagens met dubbele aanhangers per dag af en aan rijden. Tussen de slachterij en het centrum ligt dat grote park, als een groene buffer tegen dieselwalm en de weeïge lucht van dood vlees. Voor het tegenhouden van die stank is trouwens wel meer nodig dan dat park. Dat brengt me op het idee om een varkensvariant op de 3-30-300-regel te bedenken. Geen propvolle stallen, maar frisse buitenlucht. Een modderpoel om in af te koelen en flink veel bladgroen dat voor de schaduw zorgt. Natuurlijk ook een paar eikenbomen, want varkens zijn dol op eikels! Een bruggetje naar *agroforestry*, boerenbosbouw in gewoon Nederlands, is snel gemaakt (BBB, lees je mee?). We willen toch allemaal een leefbaar platteland? Dan weg met de eindeloze maïsvlaktes, geef ruim baan aan boeren die op hun land bomen en struiken combineren met landbouwgewassen of vee- teelt. Met oog voor de gezondheid van mens én dier!

Waar is echte natuur?

Ik plak voor mezelf het getal 3.000 aan de 3-30-300-regel. Dat getal staat voor het aantal fiets- of wandelmeters



voordat ik écht in de natuur ben. Gelukkig woon ik binnen die afstand van de gebieden Kampina, de Mortelen en de Geelders. Ik steek voor vertrek een natte vinger in de lucht en ‘zeil’ met de wind mee. Dit wil toch iedereen?

Onderweg zie ik landbouwgrond die omgevormd wordt tot nieuwe natuur. Dat heet *rewilding*; terug naar het landschap zoals het ooit was. Met de bodem en watergesteldheid en de planten en dieren die daarbij horen. Doel is ook die gebieden met elkaar te verbinden tot een natuurnetwerk.

Het duurt op die plekken nog even voordat nieuwe fladderiepen, winterlindes, haagbeuken en wilde appels volgroeid zijn. Toch is het een hoopvol vooruitzicht. Ik zie dat het landschap al verandert: Het wordt vriendelijker, rommeliger en natter. Dode bomen blijven liggen, als schuilplaats voor kleine dieren en voedingsbodem voor insecten, zwammen en mos in vijftig tinten groen.

De liefde voor de natuur kreeg ik van huis uit mee. Van mijn vader leerde ik namen van bomen en vogels. Met hem sjuowde ik door stukjes bos waar je eigenlijk niet mocht komen, daarom weet ik nog precies waar het was.

1 In het stadsdeel Frederiksberg van Kopenhagen hebben alle bewoners nu al wettelijk recht op het uitzicht op minimaal één groene boom vanuit hun huis. (Foto: Karen Mardahl, Flickr)

Nieuwsgierigheid en de hang naar avontuur vormen een stevige basis die ik voed met mijn beleving van het moment. Ik luister naar het geritsel van boomblaadjes, ruik aan een druppeltje hars op de bast van een naaldboom, bevoel de ruwe schors en het zachte mos aan de regenkant. En op de uitgestrekte heide eet ik een appeltje onder een hele dikke beuk; een onverwoestbaar baken en mooie schuilboom ineen! Als ik nog geen drie kilometer heb teruggeliefst, prijs ik me gelukkig met mijn woning met uitzicht op wel meer dan drie bomen. ■

Marina de Bekker is freelance tekstschrijver met een warm hart voor duurzaamheid, natuur en leefomgeving.
www.marinadebekker.nl; info@marinadebekker.nl

Literatuur

De literatuurlijst van dit artikel vindt u door deze QR-code te scannen, of bij de online versie van dit artikel, die te vinden is op <https://delevendenatuurmagazine.nl/de-levende-natuur-nummer-04-2023/samenvatting-platform/>

