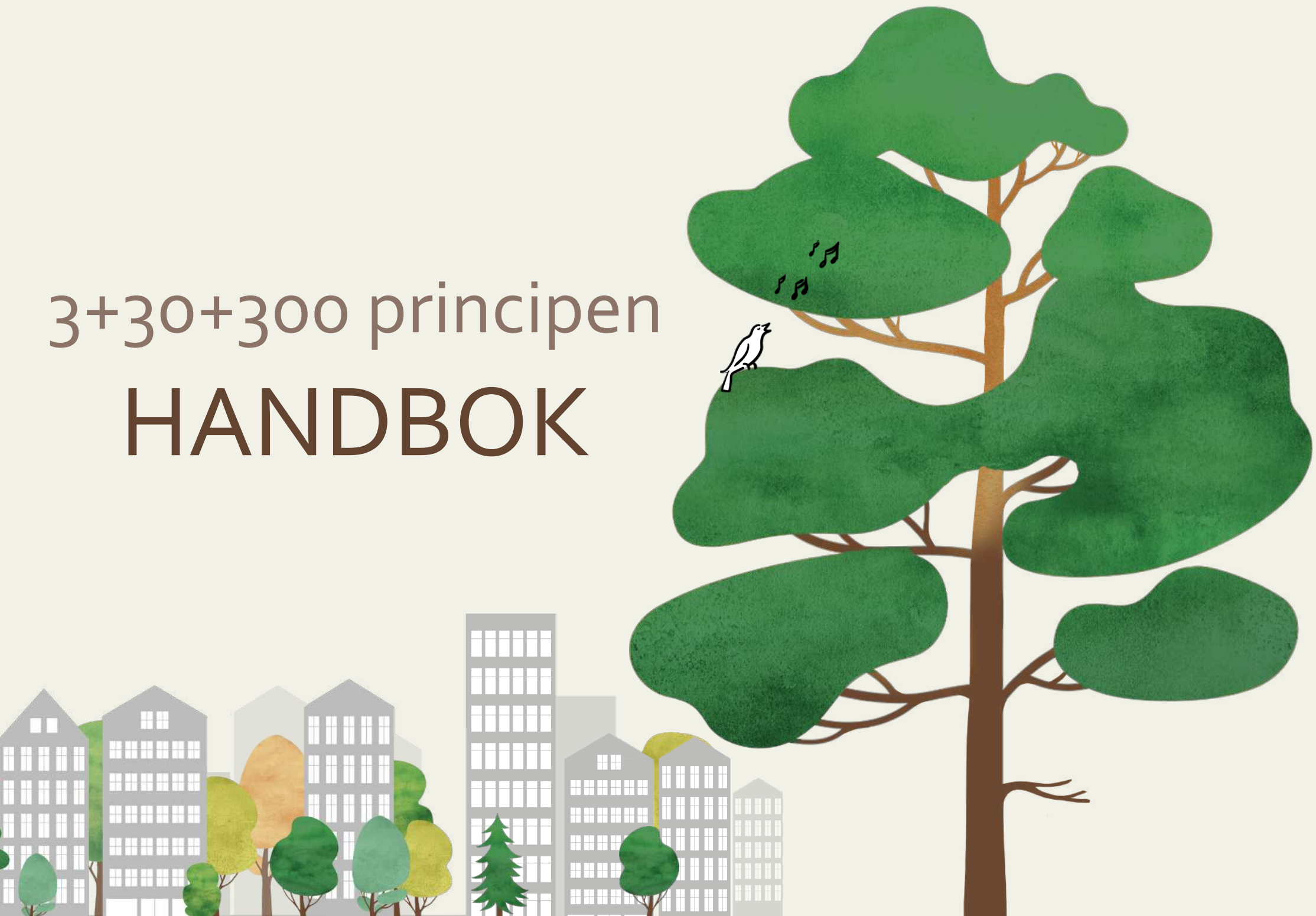


3+30+300 principen  
**HANDBOK**



# Innehåll

1. Introduktion.....	4
2. Vad är 3+30+300?.....	6
3. Varför 3+30+300?.....	13
Varför tre träd från varje hem?	13
Varför trettio procent träd täckningsgrad i varje staddel?	14
Varför trehundra m till närmaste park eller grönområde?	15
Andra argument	16
4. Hur kan 3+30+300 implementeras?.....	21
Steg-för-steg-guide	
1. Bedömning och analys	22
2. Strategisk planering	23
3. Etablering & förvaltning av träd & grönområden	25
4. Utvärdering och justeringar	26
5. Samhällsengagemang	27

5. Sätta 3+30+300 i handling.....	34
Bedömning och analys	34
Strategisk planering	35
Etablering och förvaltning av träd & grönområden	36
Uppföljning och anpassning	37
Samhällsengagemang	37
Erfarenhetsutbyte	38
6. Referenser.....	39
Publikationer	39
Hemsidor, video, podcast	40



Framtagen av Yggdrasil - The Living Nordic City Project

2025-08-27

**EKOLOGI  
GRUPPEN**

 **trädkontoret.**

 **NATURE BASED  
SOLUTIONS  
INSTITUTE**

# 1. Introduktion

3+30+300-principen (även kallad "3+30+300-regeln") är miniminivåer för hur stor andel träd och grönytor en stad behöver ha för att anses vara hållbar för oss människor. Principen är evidensbaserad, vilket betyder att den bygger på vetenskapliga studier, vilket många tidigare principer eller regler inte gjort. Principen går ut på att alla som bor i en stad ska kunna se minst tre fullvuxna träd från sitt hem, att alla ska bo i områden med minst 30 % träd täckningsgrad och att alla ska ha tillgång till grönområden inom 300 meter från sin bostad och arbetsplats.

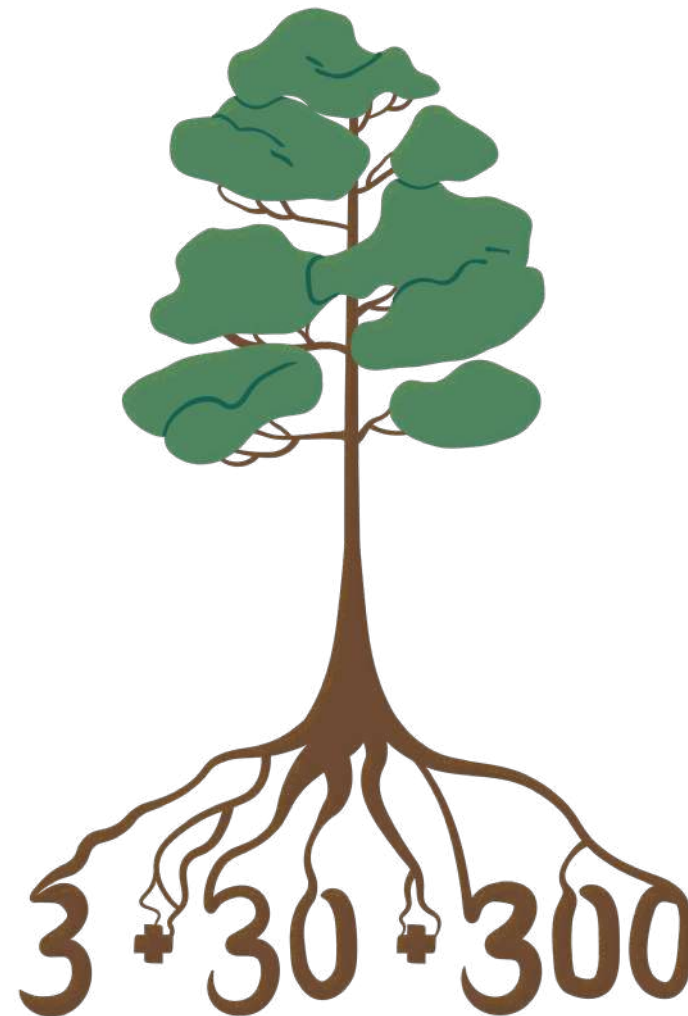
Sedan principen lanserades i början av 2021 har den snabbt blivit mycket populär över hela världen och används nu av en stor mängd aktörer, allt från ideella organisationer och företag, och i politiskt beslutsfattande från lokalpolitisk nivå upp till övergripande nationell nivå.

Denna handbok ger praktisk vägledning för implementering av 3+30+300-principen och bygger på insikter och resultat från projektet [Yggdrasil – The Living Nordic City](#) (förkortat Yggdrasil). Yggdrasil-projektet genomfördes under 2024/2025 och var en del av Nordiska ministerrådets Vision 2030-initiativ (Nordiska ministerrådet, 2025). Projektet belyste hur urban grönska kan vara ett sätt att hantera utmaningar inom folkhälsa, klimatanpassning och biologisk mångfald, men också vad som krävs för att vi även i framtiden ska kunna bibehålla dessa viktiga miljöer.



Denna handbok är inte begränsad till nordiska kommuner utan kan användas av alla som är intresserade av att använda 3+30+300-principen för att stärka de gröna frågorna, från lokal till internationell nivå. Handboken ger steg-för-steg-vägledning för att implementera principen, praktiska exempel och besvarar vanliga frågor om principen, samt erbjuder ytterligare källor och inspiration.

Handboken inleds med en beskrivning av vad 3+30+300-principen är och beskriver dess tre komponenter och argument för att använda 3+30+300. Detta följs av en steg-för-steg-guide för att implementera 3+30+300-principen, från bedömning av nuläget till hur det, med hjälp av visioner, mål och riktmärken går att integrera 3+30+300-principen inom en förvaltning. Handboken avslutas med exempel som är tänkta att fungera som inspiration.



## 2. Vad är 3+30+300?

3+30+300-principen introducerades i februari 2021 av den nederländska forskaren Cecil Konijnendijk från Nature Based Solutions Institute (en av författarna till denna handbok). Principen innebär ett enkelt och evidensbaserat ramverk för hur stor andel träd och grönytor som en stad som minst ska ha för att kunna anses som hållbar. Dessa tre komponenter är:

### 3 - Synlig grönska

Alla ska kunna se minst tre stora träd från där de bor, arbetar, studerar eller får vård. Detta främjar psykiskt välbefinnande och kontakt med naturen, och förbättrar mental återhämtning, koncentration, inläring och kreativitet.





## 30 - Trädäckning

Alla ska ha tillgång till minst 30 % trädäckningsgrad där de bor. Området, ofta benämnt kvarter, fastställs utifrån lokala definitioner och behov. Hög trädäckning ger många fördelar, såsom nedkylning och förbättrad luftkvalitet, ökat fysiskt och psykiskt välbefinnande och ökad social sammanhållning.

## 300 - Grönområden

Alla ska ha tillgång ett högkvalitativt, offentligt tillgängligt grönområde på minst 0,5–1,0 hektar inom 300 meters promenad- eller cykelavstånd. Detta säkerställer tillgänglighet för rekreation och främjar psykiskt och fysiskt välbefinnande.

## 3+30+300

Kombinationen av 3-, 30- och 300-komponenterna säkerställer att vi alltid har synlig grönska, särskilt träd, samt tillräcklig trädtäckningsgrad på både gatu- och stadsdelsnivå. Många kommuner har gott om grönområden och träd, men fördelningen över stadsdelar, kvarter och gator är ofta ojäm. Därmed har många invånare inte tillräcklig tillgång till träd eller grönområden.



# FAQ: 3-komponenten

## Vad anses vara ett stort eller fullvuxet träd?

Detta kan bero på lokala förhållanden, men det går att utgå från en minsta stamdiameter i brösthöjd (DBH) på exempelvis 30 cm, eller en minsta krondiameter eller trädtäckningsyta. I Yggdrasil-projektet användes en minsta trädtäckningsyta på 28 kvadratmeter, vilket går att översättas till en minsta krondiameter på 6 meter. Samtliga dessa sätt att mäta kan även kombineras med en minimihöjd för att trädet ska inkluderas i kartläggningen.

## Hur mäter man 3-komponenten?

Det finns olika sätt att mäta 3-komponenten. Metoden som användes i Yggdrasil-projektet var att räkna ut en buffertzona runt varje enskild byggnad, och sedan räkna alla trädkronor över en viss storlek (i Yggdrasils fall 28 kvadratmeter i trädtäckningsyta) (Nordiska ministerrådet, 2025). Det finns också andra sätt att bedöma 3-komponenten, till exempel genom enkäter och genom att fråga människor hur många stora träd de kan se. I framtiden kommer det med stor säkerhet finnas metoder som kommer kunna beräkna den faktiska synligheten av träd genom att titta på var fönster är placerade på enskilda byggnader. För en översikt över olika bedömningsmetoder för 3-komponenten, med deras respektive för- och nackdelar, se Browning et al. (2024).



## Varför kräver principen att man ska se minst 3 träd (och inte till exempel 2 eller 4)?

Forskning har visat att det är bra för oss att se träd, buskar och annan vegetation. Även om det inte finns någon specifik forskning som kräver exakt tre träd, kan gränsen av tre träd ses som en bra indikation på synlig grönska runt till exempel hem, skolor och arbetsplatser. Detta kan till exempel innebära att träd är synliga från olika sidor av byggnaderna. Att kunna se flera träd kan också innebära att man ser olika trädarter, vilket ger en mer varierad upplevelse. Slutligen passar 3:an naturligtvis bra ihop med 30- och 300-komponenterna som har en starkare vetenskaplig grund.

## Varför ligger fokus på träd – och särskilt stora träd?

Träd ger vanligtvis mer fördelar än andra typer av vegetation, och särskilt stora träd. Träden bidrar exempelvis till nedkylning, minskning av föroreningar, biologisk mångfald, dagvattenhantering och en ökad mental och fysisk hälsa. Forskning har visat att ett enda stort träd ofta ger mer fördelar än ett stort antal små träd.



# FAQ: 30-komponenten

## Vad menas med ett kvarter eller område?

Kvarter kan definieras på olika sätt, beroende på var i världen man befinner sig. Kommuner har ofta tydligt definierade kvarter eller stadsdelar. Som en indikation på hur stort ett område är använde Yggdrasil-projektet en buffert på 500 meter kring varje byggnad. Det går att öka eller minska detta avstånd beroende på de lokala förutsättningarna.

## När 30-komponenten mäts, behöver vi då inkludera exempelvis byggnader, vägar och vattenytor?

Vanligtvis beräknas 30 % över hela markytan i ett område, inklusive byggnader och vägar. Ofta utesluts större vattendrag från bedömningen. Det är viktigt att vara medveten om att vatten, såsom sjöar och dammar, har en stor positiv inverkan på oss människor så även om dessa inkluderas i 30-komponenten och leder till en lägre träd täckningsgrad är de ändå ett viktigt inslag i stadsbilden. Vatten förekommer även ofta i 30-komponenten exempelvis som ett viktigt inslag i stadsparken.



# FAQ: 300-komponenten

## Hur definieras ett "högkvalitativt" grönområde?

För att inkluderas i 300-komponenten måste grönområden, från parker till skogsområden, erbjuda möjligheter till ett brett spektrum av rekreation. De bör helst ha en mångsidig vegetation, med tillräckligt med träd och skugga, men också solljus. Grönområdena bör erbjuda olika upplevelser och vara offentligt tillgängliga, utan någon form av inträdesavgift. Vidare bör områdena vara säkra, välskötta och inte ha några större hinder för tillgänglighet. Varje stad har emellertid möjlighet att definiera detta utifrån sina förutsättningar. För vissa städer kan ett högkvalitativt grönområde helt enkelt vara ett grönområde som används mycket allmänheten, även om det är litet eller inte når upp till alla kriterier ovan, det vill säga inte en typisk offentlig park.

## Vad menas med ett maximalt avstånd på 300 meter?

Det maximala avståndet på 300 meter avser det faktiska avståndet för en promenad eller cykeltur, utan större hinder, till grönområdet från ditt hem, arbetsplats eller skola. 300 är alltså inte det geografiska avståndet utan den faktiska transportsträckan som en besökare behöver färdas till fots eller med cykel.

## Varför bör grönområdet vara 0,5–1,0 hektar stort?

Grönområden måste ha en viss minsta storlek för att erbjuda olika användningsområden och upplevelser. Större grönområden kan också erbjuda mer biologisk mångfald och naturupplevelser av högre kvalitet. World Health Organization, Regional Office for Europe (2017) har rekommenderat en minsta storlek på 0,5–1,0 hektar för att uppnå detta.



# 3. Varför 3+30+300?

Som tidigare beskrivits anger 3+30+300-principen miniminivåer för hur stor andel träd och grönytor en stad behöver för att bidra till urbana platser som är hållbara för oss människor. Principen är väl underbyggd av både forskning och praktik, för mer information se slutrapporten från Yggdrasil (Nordiska ministerrådet, 2025) och 3+30+300-webbplatsen ([www.330300rule.com](http://www.330300rule.com)).

## Varför tre träd från varje hem?

Forskning lyfter fram de mentala hälsofördelarna med synlig vegetation, där träd spelar en nyckelroll. Under COVID-19-pandemin gav närliggande synlig grönska viktig återhämtning för de som inte kunde lämna sina hem. Studier visar också snabbare återhämtningstider för sjukhuspatienter som har möjlighet att se träd utanför sina fönster. Liknande resultat har setts från exempelvis studiemiljöer där studenter presterat bättre om de sett växtlighet från klassrummet. Forskning visar att särskilt stora träd är en viktig komponent i denna typ av grönska och att säkerställa att alla kan se minst tre fullvuxna träd från de platser där de tillbringar mycket tid stödjer därmed fysiskt och mentalt välbefinnande och vår förmåga att koncentrera oss.



## Varför trettio procent trädäckningsgrad i varje stadsdel?

Trädäckning ger olika fördelar, exempelvis temperaturreglering, minskning av luftföroreningar och dagvattenhantering, samt en rad fysiska och psykiska fördelar för oss människor. Studier visar konsekvent att människor som bor i stadsdelar med högre trädäckningsgrad är friskare och lyckligare, även när studierna kontrollerar för påverkan av faktorer som inkomst och sociologisk bakgrund. Det är däremot viktigt att poängtera att det krävs högre trädäckningsnivåer för att uppnå riktigt stora positiva fördelar, och trädäckningen därför bör ligga på minst 30 %, gärna mer. Vissa städer såsom Barcelona, Bristol, New York och Vancouver har satt mål på 30 % trädäckning, medan städer som Sydney och Washington DC har ännu högre mål. För att skapa en så jämn fördelning av trädäckningen som möjligt är det viktigt att inte basera mätningen av 30 % på stads- eller kommunbasis, utan på stadsdelar eller kvarter.



## Varför trehundra meter från närmaste park eller grönområde?

Tillgång till grönområden med hög kvalitet i nära anslutning till invånares bostäder förbättrar fysisk och psykisk hälsa. Studier visar att människor som bor inom gångavstånd från en park eller annat större offentligt grönområde besöker dessa mer frekvent än om områdena ligger längre ifrån hemmet. Som tidigare nämnts har Världshälsoorganisationen som rekommendation att alla ska ha en offentlig park, som är minst 0,5–1 hektar, inom 300 meters gångavstånd från sitt hem (World Health Organization, Regional Office for Europe, 2017). 3+30+300-principen bygger därför på att grönområdena ska vara minst 0,5 hektar och att dessa ska vara inom 300 meters gång- eller cykelavstånd från invånarnas hem.





## Andra argument

**Folkhälsa** - Tillgång till urban grönska minskar stress, förbättrar det psykiska välbefinnandet och främjar fysisk aktivitet, särskilt för känsliga grupper som barn, äldre och personer med fysiska eller psykiska besvär.

**Klimatanpassning** - Stadsträd bidrar till att mildra effekterna av klimatförändringar genom att reducera temperaturen, minska mängden dagvatten och ge skugga.

**Biologisk mångfald** – Träd och grönområden skapar livsmiljöer för både växter och djur, vilket bidrar till biologisk mångfald.

**Jämställdhet** - Genom att säkerställa att träd och grönytor är tillgängliga för alla, oavsett socioekonomisk bakgrund, ökar jämställdheten mellan olika områden och grupper.

**Policy och planer** – 3+30+300-principen kan fungera som ett stöd vid framtagandet av policyer och planer för exempelvis grönområden, träd, klimat, biologisk mångfald och folkhälsa. Detta då principen gör det enklare att sätta tydliga och evidensbaserade mål.

**Ekonomisk utveckling** – Städer med mer träd och grönytor är oftare mer attraktiva för exempelvis evenemang, företag, turister och större politiska investeringar. Detta gör även att fastighetspriser ökar och att fler gröna jobb skapas.

# FAQ: Det övergripande tillvägagångssättet för 3+30+300

Måste jag betala royalties eller någon form av avgift för att använda principen?

Nej, användningen av 3+30+300-principen är helt gratis och skyddas inte av några upphovsrätter eller varumärken. Vid användning av principen rekommenderas det däremot att den respekteras, vilket bland annat betyder att dess grundprinciper inte ändras och att korrekta hänvisningar till principens skapare Cecil Konijnendijk anges.

Vilka ekosystemtjänster och fördelar fokuserar principen på och varför?

Även om träd och grönområden skapar många olika ekosystemtjänster, ligger fokus i 3+30+300-principen på klimatanpassning och folkhälsa. Dessa är viktiga utmaningar för urbana miljöer runt om i världen och forskning har visat vilken inverkan synliga träd, trädtäckningsgrad och tillgängliga offentliga grönområden kan ha i relation till dessa.

Varför bör 3+30+300 alltid användas tillsammans med andra mål och verktyg?

Städer behöver omfattande planering för att hantera olika utmaningar såsom klimatanpassning, mobilitet, förtätning och folkhälsa. 3+30+300-principen är en stark utgångspunkt men behöver integreras i bredare policyer, exempelvis gällande biologisk mångfald, och policyer som fokuserar på annan vegetation än träd såsom buskar, ängar och död ved.

## Kan principen användas för att förbättra biologiska mångfalden?

Ja, de tre komponenterna bidrar till en förbättrad biologisk mångfald, speciellt om användningen av principen även tar hänsyn till:

- Ökad diversitet: Detta kan åstadkommas genom att använda flera olika trädslag, säkerställa att grönyttorna erbjuder olika vegetationstyper och att även försöka påverka privata markägare att exempelvis behålla stora gamla träd.
- Grön infrastruktur: Principen kan bidra till att etablera ekologiska korridorer som möjliggör att arter kan förflytta sig mellan olika områden.
- Använda inhemska växter på de platser där detta är möjligt: När träd planteras kan, på de platser där det är möjligt, inhemska växter användas. Därmed kan lokala ekosystem stärkas och arter som är beroende av dessa växter för sin överlevnad gynnas.
- Stödjande ekosystemtjänster: Genom att implementera principen förbättras flera stödjande ekosystemtjänster såsom biologisk mångfald ovan och under jord, pollinering och vattnets naturliga kretslopp.

Kan andra typer av vegetation exempelvis buskar, perenner, gröna väggar och tak inkluderas i 3+30+300-principen? Särskilt i områden där det är utmanande att få in stora träd?

I princip ligger fokus på träd när det gäller 3- och 30-komponenterna, vilket även stöds av forskning. När det gäller 300-komponenten så inkluderar denna många olika typer av vegetation. Att kombinera träd med annan vegetation såsom buskar, perenner och örter bidrar till att öka grönyttornas värden, men kan även fungera stödjande till 3- och 30-komponenten då träd som omges av vegetation ofta har högre vitalitet. Att inkludera annan vegetation kan också förbättra den biologiska mångfalden, minska mängden dagvatten som behöver hanteras av VA-näten och minska temperaturen.

## Tar 3+30+300-principen hänsyn till diversitet gällande trädarter?

3- och 30-komponenterna kan uppnås med en eller några få trädarter, men även om principen inte uttryckligen ställer krav på diversitet, rekommenderas det att använda ett brett urval av trädarter för att skapa ett mångsidigt och motståndskraftigt trädbestånd. Yggdrasils slutrapport ger viss information och vägledning för detta, till exempel genom att hänvisa till Frank Santamours 10-20-30 modell. Modellen baseras på stads- eller kvartersnivå, och specificerar att ingen enskild art bör utgöra mer än 10 % av trädbeståndet, inget släkte mer än 20 % och ingen växtfamilj mer än 30 % (Sabatini, 2024).

## Finns det ett sätt att genom exempelvis ett poängsystem visualisera alla komponenter på en enda karta?

Ja, det är möjligt. I Yggdrasil-rapporten användes en modell för att räkna fram ett visst värde för hela 3+30+300-principen genom en viktning av de tre komponenterna och sedan ett sammansatt poängtal (Nordiska ministerrådet, 2025). Det går även att förenkla detta genom att använda ett poängtal från 0 till 3 för antalet komponenter som uppfylls för en viss byggnad, ett visst område eller en viss stad.

## Vad är ett bra tidsperspektiv för att implementera 3+30+300?

Detta beror såklart på de lokala förutsättningarna, men generellt krävs ett längre tidsperspektiv, ofta flera decennier, för att nå 30 % träd täckningsgrad. För nybyggnadsområden kan man tänka sig att sätta en tidsram på 20–30 år inom vilken hela 3+30+300-principen ska uppnås för det nya området. Detta kräver självklart en kombination av tydliga planer för plantering och förvaltning, resurser och uppföljning.



## Är 3+30+300 en regel, norm, princip eller riktlinje - eller allt detta?

Beroende på syfte kan 3+30+300 fungera som allt detta! Principen formulerades ursprungligen som en "regel", för att betona hur viktigt det är med träd och grönytor och för att ge principen en starkare position i diskussioner och vid prioriteringar. Principen har sedan använts av en stor mängd aktörer på allt från lokal till nationell nivå och som policy, regel och riktlinje. Beroende på kontext och syfte kan principen därför användas på olika sätt. Det är däremot viktigt att redan från början göra det tydligt hur 3+30+300 ska användas i det specifika sammanhanget eller dokumentet.

## Vilka är begränsningarna med 3+30+300?

Som med alla principer finns det begränsningar. En av de vanligaste utmaningarna är att det finns platser där det inte är möjligt att nå upp till regeln på grund av det lokala klimatet, vilket på vissa håll kan vara för kallt, för varmt eller för torrt.

Det gäller även att använda principen på ett informerat sätt och ställa sig kritisk till förenklingar. Detta innebär exempelvis att hänsyn måste tas till andra delar av den urbana miljön såsom ovan- och underjordisk infrastruktur, markförutsättningar och sociala värden. Detta innebär alltså att det på vissa platser inte är möjligt, eller önskvärt att plantera träd, trots att principen kanske förespråkar det.

Principen fokuserar, utifrån dess utformning, på kvantitativa mått snarare än kvalitativa. Även om principen betonar mätbara mått: trädens synlighet, träd täckningsgrad och närhet till grönområden så kräver exempelvis 300-komponenten tydligt ett offentligt grönområde av högre kvalitet. Dessutom är det viktigt att tänka mer långsiktigt, vilket betyder att trädbeståndet behöver bestå av en variation av trädålder, arter och storlekar. Därmed uppnås inte bara en långsiktig stabilitet, utan även högre biologisk mångfald.

# 4. Hur kan 3+30+300 implementeras?

## Steg-för-steg-guide

3+30+300-principen kan användas på olika sätt, men för att verkligen kunna påverka stadsmiljön på lång sikt är det viktigt att integrera den på ett strategiskt sätt. I denna handbok beskrivs ett sådant sätt, vilket delats upp i fem olika steg som illustreras i figuren till höger.

Samhällsengagemang visas som ett femte steg, men i själva verket är det kopplat till alla andra steg, vilket även visas i figuren. Under bedömning och analys, samt under övervakning av framsteg, kan till exempel medborgarforskning användas som ett sätt att skapa samhällsengagemang. Idealt bör även detta engagemang inkluderas i formuleringen av visioner och mål, för att skapa en bättre förankring av principen och de åtgärder som implementeringen av denna kommer kräva.

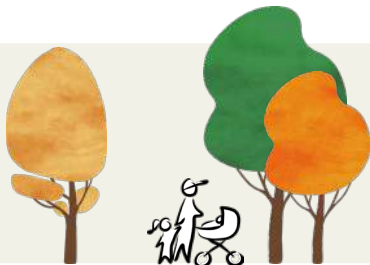
Nedan beskrivs de fem stegen, tillsammans med viktiga överväganden, aspekter och frågor som kan användas som en vägledning i arbetet. I nästa kapitel finns sedan praktiska exempel för varje steg i guiden. Även om stegen kanske främst riktar sig till kommuner kan den även användas av andra intressenter såsom ideella organisationer och andra förvaltare.



# 1. BEDÖMNING & ANALYS

## A Nuläge och behovsanalys

Denna kartläggning kan göras med hjälp av geografiska analysverktyg (GIS) där information om exempelvis sociodemografiska parametrar, tillsammans med 3+30+300-data, används för att hitta områden som först bör prioriteras. Exempel på frågor som kan användas vid nuläges- och behovsanalysen är: • Hur ser den nuvarande situationen ut gällande 3+30+300-principen och tillgången till grönområden i kommunen, som helhet och i olika stadsdelar? • Hur är tillgången av träd och grönytor i olika områden? Var finns de största behoven för att nå 3+30+300? • Var finns de mest utsatta och prioriterade stadsdelarna för riktade insatser enligt 3+30+300-principen? Som ett resultat av denna analys bör exempelvis områden i närheten av skolor, vårdinrättningar samt socioekonomiskt utsatta bostadsområden lyftas fram som särskilt angelägna för insatser.



## B Policy- och kontextanalys

För denna analys kan följande frågor användas:

- Vilka andra relevanta policyer och planer finns det, och hur kan de kopplas till 3+30+300?
- Finns det någon lagstiftning som kan kopplas till 3+30+300?
- Hur kan träd och grönytor kopplas till de utmaningar som finns inom det aktuella området, till exempel i skyfallsplaner, planer för värmeböljor eller grön infrastruktur?

## C Kartläggning av intressenter

Vilka är de viktigaste aktörerna och intressenterna i relation till implementeringen av 3+30+300?

## 2. STRATEGISK PLANERING

### A Definiera ditt mål

Vad är den långsiktiga visionen för arbetet? Detta bör formuleras som just en vision, men kan även beskrivas som en målbild. Hur kopplas detta till de strategiska mål som redan finns för min organisation/kommun?



B Identifiera vilka prioriteringar som behöver göras för att möjliggöra strategiska planeringar av träd och grönområden, exempelvis kanske ytor för parkering kan göras om till trädplanteringar, medan det samtidigt måste finnas plats för bostäder och icke-gröna offentliga platser såsom torg.

C Använd principen som ett kommunikationsverktyg för att förespråka grönare städer och en starkare närvaro av träd och grönska i de lokala politiska målen.



**D** Bestäm vad som är viktigast att prioritera, de 3 träden, 30 % eller 300 meter? Idealiskt bör såklart alla tre komponenter prioriteras, men detta kan ofta vara svårt på grund av begränsade resurser.

**E** Integrera 3+30+300 principen i planer och strategier som berör träd och grönytor i staden. Detta kan exempelvis handla om trädplaner, grönstrukturplaner, kartläggningar av grön infrastruktur och planer som berör klimatförändringar.

**F** Försök i så stor utsträckning som möjligt att använda principen tillsammans med befintliga riktlinjer och policyer såsom dokument som berör biologisk mångfald, klimatanpassning och jämställdhet.

**G** Säkerställ att befintliga policyer och strategiska dokument tar hänsyn till både långsiktigt underhåll, samt skydd av träd och grönområden (se steg 4).

**H** Integrera 3+30+300 i bredare policyer

- Inkludera principen i kommunens översiktsplaner, samt i policyer och strategier som gäller angränsande områden såsom bostäder, hälsa, utbildning och infrastruktur.
- Hitta sätt att samordna policyer och planer med målsättningen att skapa synergier i stället för konflikter.

### 3. ETABLERING & FÖRVALTNING AV TRÄD & GRÖNOMRÅDEN

#### A Beskriv din färdplan

Hur kommer vi dit? Det vill säga, hur realiserar vi vår vision och uppfyller våra mål? Vad måste göras när, av vem och med vilka resurser?

#### B Utveckla ett detaljerat ramverk som kopplar mål till delmål och mätbara mål och indikatorer.

#### C Förvalta och bevara befintliga träd och grönområden. Fokusera speciellt på att skydda befintliga vuxna träd som redan nu tillhandahåller många ekosystemtjänster.



#### D Fokusera trädplantering och anläggning av nya grönområden i de prioriterade områden som identifierats tidigare. Sträva efter artdiversitet för att på så sätt sprida riskerna vid eventuella angrepp av skadegörare och för att skapa resiliens inför de framtida klimatförändringarna.

- Prioritera träddarter som blir stora och långlivade framför mindre prydnadsväxter.
- Ta hänsyn de lokala förhållandena så att rätt träd planteras på rätt plats och för rätt funktion.
- På platser där det inte går att etablera träd kan andra former av vegetation användas såsom buskar, perenner och ängar.

## 4. UTVÄRDERING & JUSTERINGAR

**A** Utvärdera dina framsteg. Detta kan göras genom att använda följande fråga: Vilka delmål ska vi uppnå vid olika tidpunkter?

Observera: du behöver alltså redan från början ha ett tydligt mål och delmål för att kunna utvärdera hur utvecklingen går mot att uppnå 3+30+300-principen.

**B** Granska regelbundet framstegen och vid behov bör planerna justeras. Det är i detta steg viktigt att analysera de tre komponenterna separat samt att följa vilka reaktioner framstegen fått hos olika aktörer såsom politiker, privata personer och andra förvaltningar.

**C** Använd verktyg som i-Tree eller indikatorer som tagits fram av myndigheter såsom Boverket och Folkhälsomyndigheten för att kvantifiera fördelarna med trädplantering och förändringar i träd täckningsgrad.



## 5. SAMHÄLLENGAGEMANG

**A** Samhällsengagemang bör integreras i alla steg (1–4) och engagemanget bör starta tidigt i processen.

**B** Fokusera på boende och inbördesgrupper. Vilka är de bästa sätten att involvera de som direkt påverkas av de planerade förändringar? Hur kan de, och andra intressenter, involveras i utvecklingen av strategier och senare i implementeringen? Använd analysen som gjordes i steg 1 för att ge värdefull input till detta steg.

**C** Använd 3+30+300 för att öka medvetenheten bland invånarna om vikten av träd och grönområden.

**D** Involvera invånarna i projekt för att öka engagemanget och var beredd att vid behov anpassa planerna.



**E** Identifiera hur 3+30+300 kan bidra till att möta de boendes behov och preferenser, samtidigt som principen genomförs på ett sätt som är anpassat efter de lokala förhållandena.

# FAQ - Implementering av 3+30+300 i olika kontexter och verkligheter

## Hur kan principen användas för kommunikation och offentligt engagemang?

Det finns många sätt att använda principen för kommunikation och engagemang. Några exempel på detta:

- **Sätta enkla, konkreta och mätbara mål:** 3+30+300-principen erbjuder tydliga och relaterbara mått som är lätta för både politiker och medborgare att förstå.
- **Öka medvetenheten:** Principen lyfter fram vikten av stadsträd och annan grönska för hälsa, klimatanpassning och biologisk mångfald, vilket gör den till ett kraftfullt kommunikationsverktyg för opinionsbildning.
- **Samhällsdeltagande och medborgaråtgärder:** Involvera invånare vid trädplanteringskampanjer eller när kvalitén på parker ska höjas. Genom denna involvering är det enklare att både skapa opinion och ägarskap.
- **Evidensbaserad kommunikation:** 3+30+300-principen bygger på forskning, vilket är en stor styrka och något som bör framhållas när principen kommuniceras till olika målgrupper.
- **Policypåverkan:** Tack vara att principen är lätt att förstå, samtidigt som den berör många olika nivåer, från det lokala till det regionala, kan den fungera som en mötesplats för olika aktörer som strävar efter att skapa gröna och hållbara städer.

## Kan principen tillämpas i torra och halvtorra städer?

Ja, men till exempel 30-komponenten kan vara svår att uppnå på grund av torka och vattenbrist. Det är därför alltid viktigt att använda träd och annan vegetation som är lämplig för den lokala platsen.

## Hur kan stadsplaneringen förändras med hjälp av principen?

Det går ofta att förändra mer än man först tror. Det första är att identifiera platser där det går att plantera träd på, och då främst där träd kan utvecklas till stora och långlivade individer. Dra nytta av redan planerade förändringar såsom ombyggnation av infrastruktur eller dagvatten och gör plantering av träd eller anläggandet av grönytor till integrerade delar av dessa förändringar. Där det i dagsläget inte är möjligt att plantera träd kan annan typ av vegetation användas.

## Kan principen användas utanför städer? Om så är fallet, hur?

Ja, men fokus bör ligga på tätorterna, eftersom det är här majoriteten av befolkningen bor. I alla bebyggda områden, inklusive byar och mindre samhällen, bör 3- och 30-komponenterna prioriteras. Den omgivande landsbygden kan dessutom användas och göras mer tillgänglig och attraktiv för rekreation kopplat till 300-komponenten.

Hur kan 3+30+300 uppnås när nya bostadsområden eller stadsdel byggs på tidigare jordbruksmark, gamla industriområden eller områden som har få eller inga befintliga träd?

Naturligtvis kan det vara svårt att uppnå de tre komponenterna från början, men gestaltningen bör inkludera en bra grund och tillräckligt med träd för att uppnå principen på längre sikt. Här kan man till exempel komma överens om en tidsperiod på 20–30 år. Dessutom bör tillräckligt med utrymme säkras för att träd ska kunna bli gamla och stora.

Hur fungerar principen under olika årstider, inklusive de ofta långa vintrarna i vissa delar av världen?

Här är arbetet med anknytning och upplevelsevärden mycket viktigt. Genom att utnyttja årstidsvariationer och därmed dra nytta av årstiderna kan en miljöupplevelsevärden förändras under årets gång. Detta kan exempelvis uppnås genom att parker erbjuder vinteraktiviteter, eller att ha en blandning av barr- och lövträd så att det även finns grönska under vintern, samtidigt som man balanserar ljus och mörker, sol och skugga.

Min kommun överskrider redan alla tre komponenterna i principen. Finns det inte en risk för självbelåtenhet och att man sänker ambitionsnivån?

De tre delarna är minimigränser. Forskning har till exempel visat att kyleffekten ökar betydligt när trädäckningen överstiger 40 %. Om ni redan når upp till 3+30+300-principen bör ni alltså sträva efter att ytterligare öka 3 och 30 eller minska 300.



## Var börjar jag? Är det bäst att fokusera först på 3-, 30- eller 300-komponenten?

Alla tre komponenterna är viktiga och bör helst hanteras gemensamt. Forskning visar däremot trädäckning är av mycket stor betydelse för flera ekosystemtjänster. Ofta är 30-komponenten den svåraste att uppnå, men varje procentuell ökning är av stor vikt. Även om det bara innebär en ökning från till exempel 8 till 10 % är detta fortfarande en ökning med 25 %! Alternativt kanske det finns vissa områden där 300-komponenten inte uppfylls, men där det finns möjligheter att antingen anlägga nya grönområden eller förbättra tillgängligheten till befintliga parker. Kom ihåg att genomförandet av 3+30+300 är en långsiktig process. Alla förbättringar du kan göra på de enskilda komponenterna kommer att vara värdefulla.

## Hur kan 3+30+300 bidra till att öka fokus på gröna frågor i kommunalpolitiken?

Du kan använda 3+30+300 för att inleda en diskussion om betydelsen av träd och grönytor. Principens enkelhet gör det enklare att öka medvetenheten om fördelarna med urbana träd och grönområden vilket kan bidra till att öka intresset och medvetenheten bland politiker. Budskapet bör däremot alltid anpassas för de lokala utmaningarna såsom värme, översvämningar eller planerade infrastrukturprojekt. Glöm inte att lyfta fram framgångsrika exempel från andra kommuner för att inspirera och vägleda beslutsfattare.



## Hur kan du kommunicera med beslutsfattare och allmänheten att vissa lågt poängsatta områden kanske ändå inte bör prioriteras?

För att effektivt kommunicera varför vissa lågt poängsatta områden på 3+30+300-kartor kanske ändå inte prioriteras, är det viktigt att tydligt förklara principen och varför det inte är rimligt att hantera alla områden på samma sätt. Områden med socioekonomisk utsatthet, sämre folkhälsa eller områden där det framtida klimatet riskerar att slå hårdare, bör prioriteras. Områden där det bor få människor, eller där det av kulturhistoriska skäl inte finns så många träd kan samtidigt komma att nedprioriteras. Det kan även finnas områden som redan har god tillgång till naturliga element, såsom vatten eller stora öppna områden med få träd men med höga landskapskvaliteter, vilka därmed inte behöver prioriteras i samma utsträckning som andra områden. Kom ihåg att det är viktigt att ha bra underlag och att detta bör redovisas på ett transparent sätt, annars finns det alltid risk för missförstånd.



# GE INTE UPP!

Implementeringen av 3+30+300-principen kan verka överväldigande, särskilt när utgångsvärdena för en eller flera komponenter är mycket låga. Här är därför några råd som kan hjälpa dig i ditt arbete:



Ett budskap som kom fram från de kommuner som deltog i det nordiska Yggdrasil-projektet var vikten av att utmana begränsningar och inte acceptera "nej" som det slutgiltiga svaret. Städerna var överens om att det, med kreativt tänkande och uthållighet, alltid finns sätt att integrera gröna lösningar, även i områden som vid en första anblick kan ses som utmanande för träd och parker.



Främja samarbete och kunskapsutbyte genom att arbeta i nätverk med andra kommuner och organisationer. Genom dessa går det att dela med sig av goda exempel, och att stärka förmågan att hantera det fortsatta arbetet.



Förbättra samarbetet mellan olika markägare som till exempel privata trädgårdsägare, skolor, energibolag och Trafikverket. Genom nära samarbete ökar möjligheterna för att hitta gemensamma lösningar för att nå upp till 3+30+300-principen.



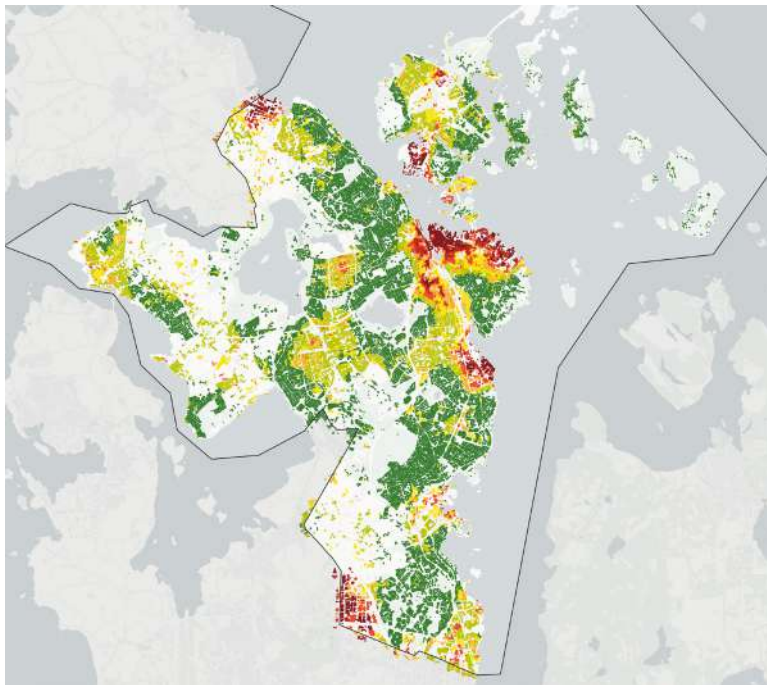
Bygg ett nätverk med lokala intressenter, forskare och internationella experter för att säkerställa ni använder de senaste metoderna och att dessa fungerar lokalt. Att nå 3+30+300-principen är ett långsiktigt arbete och det kan ta 40–50 år innan du når målet. Samtidigt är det viktigt att komma ihåg att även små förbättringar gör skillnad och bör uppmärksammas.



Om en eller flera komponenter i principen verkar orealistiska, åtminstone på kort sikt eller på grund av ditt lokala sammanhang, sikta på mindre förbättringar. En ökad trädäckningsgrad på en eller två procent kan snabbt göra en tydlig skillnad! Om det helt enkelt inte finns ytterligare utrymme för större träd kan du fortfarande förbättra den lokala grönskan genom att använda mindre träd, buskar, annan vegetation och till och med gröna fasader. Använd 3+30+300-principen utifrån dina egna förutsättningar och behov.

# 5. Sätta 3+30+300 i handling – goda exempel

Här är ett urval av praktiska exempel som följer de olika stegen som beskrivs i steg-för-steg-guiden. Dessa exempel kan fungera som en inspirationskälla för att uppnå 3+30+300-målen.



Figurtext: 3+30+300-karta över totalpoängen för Stavanger, Norge. Gula och gröna färger indikerar byggnader och områden med positiva 3+30+300-poäng, orange och röda toner visar poäng som är för låga.

## Bedömning och analys

I Yggdrasil-projektet gjordes en detaljerad 3+30+300-kartläggning för alla nordiska kommuner. Kartor användes inte bara för att ge en översikt över hur den nordiska regionen och enskilda länder och städer presterar, utan användes även i workshops med utvalda kommuner. Under dessa workshops diskuterades städernas 3+30+300-resultat och jämfördes kommunerna emellan. Analyser genomfördes för att identifiera "svaga punkter" i 3+30+300-principens täckning och framtida prioriterade områden.

3+30+300-principen inkluderades i en långsiktig trädstrategi för staden Belfast i Nordirland (City of Belfast, 2023). Det är inte ett policymål i sig, utan snarare ett ramverk för att beskriva det nuvarande och framtida tillståndet för Belfasts urbana trädbestånd.

Bedömning och analys av 3+30+300 kan också användas som en del av kartläggning av grönområden/trädjämlighet, som Malmö och andra städer har gjort (Malmö stad, 2024b).

## Strategisk planering

3+30+300-principen kan integreras i olika typer av policydokument, från strategier och planer för grönområden och stadsnära skogar, till policyer och planer för klimatstrategier och arbeten med att förbättra folkhälsa. I vissa fall kommer principen att vara ett av de viktigaste målen, medan den i andra fall främst kommer att vara ett verktyg för analys eller utvärdering av policymål. Ett bra exempel på policyintegration av principen är Malmö stad (Malmö stad, 2024a) som valt att inkludera principen i flera olika dokument, däribland stadens översiktsplan. För att öka medvetenheten om 3+30+300 och underlätta implementeringen har Malmö stad även anordnat särskilda interna 3+30+300-konferenser där stadens förvaltningar bjudits in. Specifika aktiviteter för att underlätta genomförandet av 3+30+300 har inkluderat kartläggnings- och prioriteringsövningar för att identifiera områden med potential för genomförande av 3+30+300 samt de områden som behöver prioriteras.

Idealiskt sett ligger fokus i policyer och planer på alla tre komponenterna i 3+30+300-principen, men i vissa fall kan fokus ligga på endast en eller två av komponenterna. I trädpolicyen för den danska kommunen Frederiksberg finns ett mål att varje invånare ska kunna se minst ett träd från där de bor (Frederiksberg Kommune, 2018). I en ny grönstrategi för den nederländska staden Groningen är det

övergripande målet att uppnå 30 % träd täckningsgrad för varje stadsdel inom de närmsta decennierna (Gemeente Groningen, 2024).

Regeringen i Flandern, Belgien, föreslog en något anpassad version av 3+30+300 som en ny regional grön norm, som ersatte äldre normer som ansågs föråldrade (Agentschap Natuur en Bos, 2024). För att uppnå 30 % används i första hand träd, men principen medger även att använda andra typer av vegetation såsom buskar. För Flanderns del innebär detta att dubbelt så mycket av annan vegetation måste planteras för att kompensera för den lägre träd täckningsgraden hos träd. Till exempel: 15 % träd täckningsgrad av träd måste åtföljas av 30 % annan vegetation. Detta initiativ ledde till en snabb spridning av 3+30+300-principen bland flamländska kommuner.

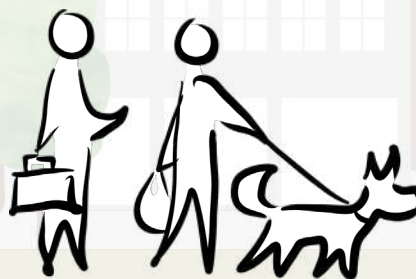


## Etablering och förvaltning av träd och grönområden

För att uppnå 3+30+300 är det viktigt att ta en närmare titt på ditt befintliga urbana trädbestånd och göra prognoser, till exempel hur träd täckningsgraden kommer att utvecklas när träd växer, antalet träd minskar eller träden dör. Genom dessa analyser blir det ofta tydligt att det är viktigt att hitta sätt som gör att träd kan bevaras så länge som möjligt, snarare än att bara plantera nya träd.

Malmö stad gjorde en detaljerad analys av potentialen för att utöka sin träd täckning i tre typiska stadsdelstyper, vilket både visade den potentiella träd täckningen, och vilka förändringar som skulle krävas för att träd täckningen skulle kunna ökas (FOJAB, 2024). Att identifiera potentiella platser för plantering, vilket exempelvis gjorts av företaget Cobra Groeninzicht i Nederländerna, är en annan användbar strategi.

I Nederländerna har Norminstituut Bomen (Dutch Tree Norm Institute) utvecklat en handbok som exempelvis visar hur stor jordvolym som krävs för att uppnå olika storlekar på träd över tid (Norminstuut Bomen, 2022). De kopplar också detta till en ny rikstäckande träd norm, inspirerad av 3+30+300, som baseras på en viss mängd träd täckningsvolym per kvadratmeter (Norminstituut Bomen, 2024). Ett annat exempel är staden Nice i Frankrike (Meet In Nice Côte d'Azur, 2024) som använder 3+30+300 för att uppnå sitt mål att bli "Green City of the Mediterranean". Även om Washington DC i USA inte specifikt använder 3+30+300, har staden satt ett tydligt mål för träd täckning och genomfört detaljerad övervakning av träd täckningen i olika stadsdelar (DDOT, 2025).



## Uppföljning och anpassning

Implementeringen av 3+30+300-principen är fortfarande ett nytt fenomen, men allt eftersom policyer, planer och andra initiativ antas är det viktigt att utvärdera effekterna och vid behov anpassa åtgärder och planer. Kartläggningsarbetet som utförs av kommuner som till exempel Malmö är ett bra exempel på detta, eftersom det möjliggör övervakning av verkliga förändringar över tid, stadsdel för stadsdel. Genom att använda verktyg som i-Tree (2025), kan situationen före, under och efter 3+30+300-implementeringen också bedömas i termer av ekosystemtjänster.

## Samhällsengagemang

Eftersom 3+30+300-principen är lätt att förstå och skalbar från en hel stad, ner till stadsdels- och till och med gatunivå, blir den ett viktigt verktyg för kommunikation och samhällsengagemang. Ett exempel på detta är den nationella kampanj som Greenpeace Belgien genomförde under lokalvalen i Belgien (Greenpeace Belgien, 2024). Inför kampanjen hade Greenpeace redan genomfört en medborgarforskningskampanj för att fråga invånarna om hur väl deras hem uppfyllde 3+30+300-principen. Greenpeace skapade sedan en karta över 3+30+300 för alla belgiska kommuner, vilket resulterade i debatt och uppmärksamhet i media. Slutligen genomförde den privata organisationen en upplysande kampanj under vilken lokala volontärer satte trädsklistermärken på kommunala gatuskyltar på 25 platser.



I Nederländerna lanserade en ideell organisation vid namn IVN (Nature Education and Sustainability på engelska) en rad aktiviteter för att stödja medborgare och lokala grupper att göra stadsdelar grönare med hjälp av 3+30+300-principen. För detta ändamål beställde de ett särskilt kortfattat faktablad samt en förklarande video för att ge inspiration och specifika tips (IVN, 2024).

Erfarenhet har visat att 3+30+300 också är ett bra kommunikationsverktyg när det gäller nyhetsmedia. Hundratal, om inte tusentals, 3+30+300-inslag och artiklar har sänts av Tv-kanaler, radio, tidningar och tidskrifter, samt podcaster och sociala medier. En nyhetsartikel kan till exempel presenteras när principen antas eller när en inledande analys har gjorts. Ett exempel på detta var en studie av åtta stora globala städer som resulterade i över 600 enskilda nyhetsartiklar med en uppskattad publik på över 270 miljoner människor (Croeser, 2014).

Inom Yggdrasil-projektet producerades flera kommunikationsverktyg om 3+30+300, exempelvis video, podcast, visualiseringar och denna handbok.



## Erfarenhetsutbyte

I takt med att 3+30+300-principen används av fler och fler förvaltningar finns stora möjligheter för förvaltarna att dra lärdom av varandras arbete. Därför är det viktigt att främja nätverkande och erfarenhetsutbyte. Inom det nordiska Yggdrasil-projektet inrättades så kallade Living Labs, där 3+30+300-principen implementerades i utvalda kommuner i kombination med systematisk analys och utvärdering för att generera kunskap inför framtiden. Yggdrasil-projektet är ett bra exempel på hur erfarenhetsutbyte kan åstadkommas genom både formella och informella processer. I Yggdrasil-projektets gjordes det genom workshops, som genomfördes med flera deltagande nordiska kommuner, och direkta kontakter mellan projektets deltagare.

I Nederländerna tog konsultföretaget Sweco i slutet av 2024 initiativ till att samla nederländska kommuner som implementerar, eller planerar att implementera, 3+30+300-principen i syfte att bygga upp ett nätverk för kollegialt utbyte och delning av praktiska erfarenheter.

# Referenser

## 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., Klompmaker, 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.

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

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.

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.

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, Videos, and Podcasts

[www.3303oorule.com](http://www.3303oorule.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](#). Retrieved on 15 December 2024.



Framtagen av Yggdrasil - The Living Nordic City Project

2025-08-27

**EKOLOGI  
GRUPPEN**

 **trädkontoret.**

 **NATURE BASED  
SOLUTIONS  
INSTITUTE**