

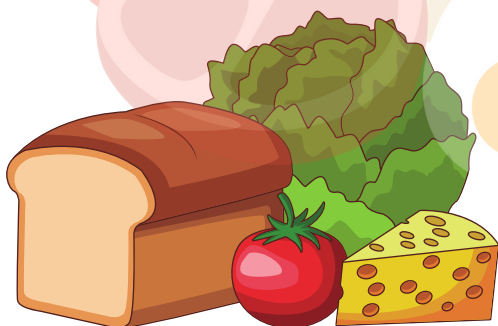
Αναγεννητικά Συστήματα Τροφίμων

Τι είναι;

Τα αναγεννητικά συστήματα τροφίμων εστιάζουν σε γεωργικές πρακτικές που αποκαθιστούν την υγεία του εδάφους, αυξάνουν τη βιοποικιλότητα και μειώνουν τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις, ενώ παράλληλα παράγουν τρόφιμα. Τα συστήματα αυτά αναγεννούν τα οικοσυστήματα αντί απλώς να τα συντηρούν.

ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ;

- Υγεία του εδάφους: Οι καλλιέργειες κάλυψης και η μειωμένη κατεργασία βελτιώνουν τη συγκράτηση νερού και θρεπτικών στοιχείων στο έδαφος.
- Βιοποικιλότητα: Οι ποικίλες καλλιέργειες και τα ζώα υποστηρίζουν τους φυσικούς επικονιαστές και τον έλεγχο των παρασίτων.
- Κατακράτηση άνθρακα: Η αγροδασοπονία και η καλλιέργεια χωρίς άροση δεσμεύουν άνθρακα.
- Διατήρηση του νερού: Η αναγεννητική γεωργία βελτιώνει τη συγκράτηση του νερού και αποτρέπει τη διάβρωση.



Οφέλη:

- Περιβάλλον: Αποκαθιστά το έδαφος, μειώνει τις εκπομπές και αυξάνει την ανθεκτικότητα.
- Υγεία: Παράγει θρεπτικά τρόφιμα, χωρίς χημικά.
- Οικονομία: Μειώνει το κόστος και ενισχύει τη βιωσιμότητα.

Προκλήσεις:

- ο Κόστος: Η μετάβαση απαιτεί επενδύσεις.
- ο Εκπαίδευση: Η μετάβαση σε νέες τεχνολογίες είναι πολύ δύσκολη: Χρειάζεται εξειδικευμένη γνώση.
- ο Πρόσβαση στην αγορά: Αντιμετωπίζει εμπόδια στην αγορά.



ΤΙ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ;

- Υποστηρίξτε τις αναγεννητικές γεωργικές εκμεταλλεύσεις: Αγοράστε από αγροκτήματα που χρησιμοποιούν βιώσιμες πρακτικές.
- Μειώστε τα απόβλητα: Κομποστοποιήστε και ελαχιστοποιήστε τα απόβλητα τροφίμων.
- Εκπαιδεύστε: Μάθετε για την αναγεννητική γεωργία.
- Υποστηρίξτε: Υποστηρίξτε πολιτικές για την αειφόρο γεωργία.
- Αγοράστε τοπικά: Επιλέξτε τοπικά, φιλικά προς το περιβάλλον προϊόντα.
- Καλλιεργήστε το δικό σας: Ξεκινήστε έναν κήπο με αναγεννητικές μεθόδους.

Πηγές

FAO. (2018). The future of food and agriculture: Alternative pathways to 2050. Food and Agriculture Organization of the United Nations.
Gillespie, D. (2021). Regenerative agriculture: A global perspective on its potential to transform food systems. *Regenerative Agriculture Journal*, 10(2), 78-92.
Henderson, L., & Maloney, M. (2020). Soil health and climate change: The role of regenerative farming practices. *Climate Change Review*, 11(4), 234-245.
Regenerative Agriculture Initiative. (2022). What is regenerative agriculture? California State University.



Co-funded by
the European Union



VOYAGER
EMPOWERING YOUTH,
TRANSFORMING
TOMORROW!