

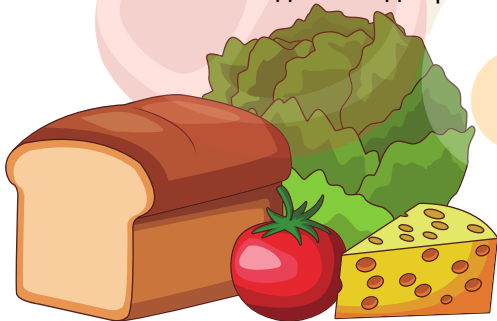
Регенеративни Хранителни Системи

Какво представляват?

- Регенеративните хранителни системи се основават на земеделски практики, които: възстановяват здравето на почвата, увеличават биоразнообразието, намаляват въздействието върху околната среда, докато произвеждат храна. Тези системи възстановяват екосистемите, вместо просто да ги поддържат.

ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ?

- Здраве на почвата: Покривни култури и ограничена обработка подобряват задържането на вода и хранителни вещества.
- Биоразнообразие: Разнообразни култури и животни подпомагат опрашители и контрола на вредителите.
- Улавяне на въглерод: Агроресовъдство и земеделие без обработка на почвата задържат въглерод.
- Опазване на водата: Подобрява задържането на вода и предотвратява ерозията.



Ползи

- Околна среда: Възстановява почвата, намалява емисиите и повишава устойчивостта.
- Здраве: Осигурява питателна и без химикали храна.
- Икономика: Намалява разходите и повишава устойчивостта на фермерите.

Предизвикателства

- Разходи: Преминаването изисква инвестиции.
- Обучение: Нужни са специализирани знания.
- Пазарен достъп: Срещат се бариери за навлизане на пазара.

Какво можеш да направиш?

- Подкрепи регенеративни ферми – Купувай от фермери, използващи устойчиви практики.
- Намали отпадъците – Компостирай и минимизирай хранителните загуби.
- Образовай се – Научи повече за регенеративното земеделие.
- Защитавай – Подкрепяй политики за устойчиво земеделие.
- Пазарувай локално – Избирай местни, еко-продукти.
- Отглеждай сам – Започни градина с регенеративни методи.



References

- 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

