

## NABIRALNIŠTVO ZELIŠČ IN OKOLJE

Marjeta ERŽEN<sup>1</sup> in Barbara ČEH<sup>2</sup>

Strokovni članek / Professional article

Prispelo / Received: 23. 10. 2023

Sprejeto / Accepted: 15. 11. 2023

### Izvleček

Nabiralništvo je bilo že od nekdaj pomembna dejavnost ljudi, saj so si na ta način zagotavljali hrano, začimbe in zdravilne rastline za svoje potrebe. Znanje o nabiralništvu je v današnjem času manj obsežno, obenem ni več tolikšne potrebe po tovrstnem načinu pridobivanja hrane. Se pa kaže, da nabiralništvo zelišč vedno bolj spet pridobiva svojo vlogo; bodisi ljudje nabirajo zelišča za lastne ali pa za komercialne potrebe. Zaradi neodgovornega nabiralništva zelišč, ki je posledica neznanja ali iskanja ekonomske koristi, pa po drugi strani lahko prihaja do prekomernega izkoriščanja naravnih rastišč in s tem do neravnovesij v ekosistemih (izginjanja določenih avtohtonih in širjenje invazivnih rastlinskih vrst, erozija tal, idr.). Zaradi intenzivne človekove dejavnosti nabiralništva za komercialne namene v naravi se je ponekod pojavilo prekomerno izkoriščanje teh rastlin, zato so iz številnih resorjev, ki se s tem ukvarjajo, prišla navodila, da se divje rastoče rastline prenesejo v pridelovalni sistem ter s tem zmanjša prekomeren odvzem iz narave. Obenem pa, da bi preprečili oziroma zmanjšali negativni vpliv nabiralništva zelišč na okolje, je potrebno sistemsko urediti dejavnost (izobraževanje ljudi, regulacija). K temu bodo nekoliko pripomogle tudi smernice za nabiralništvo zelišč, ki smo jih pripravili v članku.

**Ključne besede:** zelišča, ohranjanje biotske pestrosti, nabiralništvo, vplivi na okolje, regulacija, smernice za nabiralništvo zelišč

## HERB FORAGING AND THE ENVIRONMENT

### Abstract

Foraging has always been an important activity for people, as it provided them with food, spices, and medicinal plants. Knowledge of foraging is diminishing in today's times, as there is no longer such a need for this method of food obtaining. However, the trends in foraging herbs are gradually making a comeback, whether people gather them for personal use or for commercial purposes. However, lack of good manners in herb foraging and in understanding of responsible foraging can lead to excessive exploitation of natural habitats, the disappearance of certain plant species, damage to ecosystems, soil erosion, and the spread of invasive species. Due to the intensive human activity of collecting wild species of plants for commercial purposes, the overexploitation of these plants has appeared in some

---

<sup>1</sup> Dr., Inštitut za hmeljarstvo in pivovarstvo Slovenije (IHPS), e-naslov: marjeta.erzen@ihps.si

<sup>2</sup> Dr., IHPS, e-naslov: barbara.ceh@ihps.si

places, therefore, instructions have come from many departments dealing with this to transfer wild plants to the cultivation system and thereby reduce excessive taking from nature. At the same time, to reduce the negative impact of herb foraging on the environment, it is necessary to introduce regulations in this area, educate people about sustainable herb foraging, implement control, and systematically organize the activity of herb gathering. Guidelines for herb foraging, as outlined in this article, can contribute to these efforts.

**Key words:** herbs, biodiversity preservation, harvesting, environmental impacts, regulation, guidelines for herb harvesting

## 1 UVOD

Ljudje so že od nekdaj nabirali rastline za svoje potrebe; predvsem oreščke, sadeže, zelišča, začimbe, pa tudi gobe (Schippmann in sod., 2006). S tem so si med drugimi zagotavljali hrano. Najprej so ljudje rastline nabirali zaradi vsakdanje prehrane, šele kasneje zaradi zdravljenja. Ljudje so zelišča nabirali ter jih shranjevali na različne načine (sušili za čaje, jih namakali v žganje, olje ali sladkor). Uporabljali so jih tudi za izdelovanje kozmetičnih pripravkov, rastlinskih barvil, pripravkov za odganjanje mrčesa. Izkušnje in znanje o zdravilnih in užitnih rastlinah so se širili predvsem preko ustnega izročila žensk, širjenje znanja o zdravilnih učinkih rastlin pa so vse do konca 19. stoletja izvajali zeliščarji in ljudski »ranocelniki«. Ti so rastline nabirali, z njimi zdravili, trgovali in o njih pisali knjige (Mlakar, 2015).

Ministrstvo za kulturo je leta 2022 zeliščarstvo vpisalo v register nesnovne kulturne dediščine (Republika Slovenija..., 2023). Kot razlog so predlagatelji navedli, da je zeliščarstvo ena od najstarejših oblik človekove dejavnosti v naravnem okolju. Zeliščarji ohranjajo tradicijo, znanje in to znanje podeljujejo naprej v obliki predavanj, delavnic in pisnih izdelkov. Zeliščarji svoje izdelke tržijo tudi kot del turistične ponudbe ter izvajajo prenos znanja. Bogato znanje o slovenskem zeliščarstvu je izraz kulturne identitete in izročila s čimer se lahko predstavljamo tudi v svetu.

Tudi v današnjem času se nabiralništvo, predvsem zelišč in gob ohranja (Schippmann in sod., 2006), čeprav je mogoče opaziti, da je znanje glede nabiralništva in tudi o prosto rastočih oziroma divjih rastlinah manj obsežno. Opaža se tudi zmanjševanje biotske pestrosti samoniklih rastlin, kar je posledica socio-ekonomskih in okoljskih sprememb, prekomernega izkoriščanja določenih vrst, onesnaževanja in sprememb namembnosti krajine (na primer pozidava ipd.) (Mina in sod., 2023).

V današnjem času se vse bolj poudarja pomen trajnostnega in ohranitvenega nabiralništva divjih rastlin, kar še posebej poudarja strategija Cilji trajnostnega razvoja (angl. Sustainable development goals) (SDG), kjer so med drugimi zapisani tudi cilji za zaščito in promocijo trajnostne rabe ekosistemov, trajnostno upravljanje z gozdovi, zmanjševanje degradacije obdelovalnih površin in preprečevanje izgube

biodiverzitet. V SDG opredeljujejo nabiralništvo kot način, ki pripomore k zmanjšanju lakote, trajnostno kmetijstvo pa kot način, s katerim zagotavljamo lokalno hrano. Z nabiralništvom pripomoremo k zmanjšanju ogljikovega odtisa in spodbujamo lokalno preskrbo s hrano oz. zelišči/začimbami (Sustainable..., 2023).

Tako pri rekreacijskem kot tudi pri komercialnem nabiranju upoštevajmo načela trajnostnega nabiranja. Komercialno nabiranje bi se zaradi varovanja biodiverzitet moralo močno omejiti. V Smernicah razvoja lokalne oskrbe z zelišči za obdobje 2016-2021 navajajo, da lahko komercialno nabiralništvo povzroči tveganje za degradacijo rastišč zelišč in izgubo izvornega materiala, lahko predstavlja nelojalno konkurenco pridelavi zelišč in nabiranju ter nenazadnje lahko predstavlja potencialno zdravstveno tveganje za potrošnika (Smernice..., 2016).

## 2 NABIRALNIŠTVO ZELIŠČ IN OKOLJE

Divje rastline, ki se nabirajo v Evropi, pripadajo številnim vrstam. V današnjem času ljudje večinoma nabirajo občasno in ne veliko različnih vrst, zelo malo ljudi pa nabiralništvo izvaja vsakodnevno in nabira zelo raznolike vrste rastlin. Večina nabranih rastlin ljudje uporabljajo v prehrani in kot domača zdravila (Schunko in sod., 2015).

Po drugi strani pa nekateri ljudje vidijo zelišča v naravi kot ekonomsko priložnost ter kot material, s katerim se da tržiti, kar vodi v manj trajnostne nabiralniške prakse, sploh če rastline ne izkorišča več le lokalno prebivalstvo, ampak se jih izkorišča širše (Mina in sod., 2023). Problem prekomernega izkoriščanja divjih rastlin v naravi je tudi, da so rastišča prosto in javno dostopna vsem ljudem, možnosti omejevanja dostopnosti so majhne. Razlog prekomernega izkoriščanja rastlin iz narave je tudi pomanjkanje znanja s tega področja ter pomanjkanje ustrezne zakonodaje (Schippmann in sod., 2006).

Vpliv nabiranja zelišč na okolje je pomemben in večplasten, zajema pa več vidikov, ki vplivajo na naravno ravnovesje in biotsko raznovrstnost. Nekateri ključni vidiki so:

- Upad populacije in izginjanje rastlinskih vrst: Prekomerno in/ali neodgovorno nabiranje zelišč lahko izčrpa populacijo določenih rastlinskih vrst, da postane ogrožena ali celo izumre. To lahko vpliva na druge organizme v prehranjevalni verigi. V Sloveniji na primer obstajajo endemične rastlinske vrste, ki jih ne najdemo drugje po svetu. Nabiranje teh vrst lahko ogrozi njihovo preživetje.
- Izguba biotske raznovrstnosti: Prekomerno nabiranje določenih rastlinskih vrst lahko privede do zmanjšanja biotske raznovrstnosti. Ko so določene rastline prekomerno pobrane, se poruši naravno ravnovesje, kar vpliva na druge vrste.
- Poškodbe habitatov, ekosistemov: Nabiralci, ki ne upoštevajo pravil in po nepotrebem uničujejo rastline, lahko pri tem tudi poškodujejo naravna okolja. Hoja, izruvanje in uničevanje okoliške vegetacije lahko škoduje habitatom različnih organizmov, kar lahko vodi v njihovo izgubo. Že samo spreminjanje habitatov lahko vpliva na številne živalske in rastlinske vrste.

- Erozija tal: Nepravilne tehnike nabiranja lahko privedejo do erozije tal, še posebej v občutljivih ekosistemih. Odstranitev vegetacijskega pokrova destabilizira tla, poveča tveganje za erozijo.
- Širjenje invazivnih vrst: Nabiralci lahko nenamerno širijo invazivne rastlinske vrste na nova območja. Te lahko tekmujejo s prvotno vegetacijo, kar vodi v upad domorodnih rastlin in živali, ki so odvisne od njih.
- Vpliv na lokalno prebivalstvo: Prekomerno nabiranje lahko vpliva na lokalne skupnosti, ki se zanašajo na te rastline za tradicionalno medicino in kulturne prakse. Z izgubo teh rastlin lahko zbledi tudi kulturno znanje in prakse.
- Podnebne spremembe: Spremembe v populacijah rastlin zaradi prekomernega nabiranja lahko porušijo ogljikove in dušikove cikle, motena okolja sprostijo shranjeni ogljik, kar doda svoj delček k podnebnim spremembam.

Zelišča v naravi so naša naravna dediščina. Da bi zmanjšali vpliv nabiralništva zelišč na okolje, je ključen pristop z več akterji. Uvesti je potrebno ustrezno zakonsko podlago za regulacijo tega področja, izobraževati javnost o trajnostnih praksah nabiranja, spodbujati odgovorno ravnanje ter varovati ogrožene rastlinske vrste in njihove habitate. Sodelovanje med lokalnimi skupnostmi, strokovno javnostjo, okoljskimi organizacijami in vladnimi agencijami je ključnega pomena. Vsekakor je ključno, da je vključena lokalna skupnost.

Nekaj predlogov dejavnosti, ukrepov, trajnostnih praks (Pieroni in Giusti, 2009; Nataša Ferant, 2023; in širše iz prakse):

- izjemno pomembno je pridobivanje znanja o nabiralništvu, predvsem o nabiralniških tehnikah, da si rastline po nabiranju čim hitreje opomorejo. Trajnostno nabiralništvo je ena od bolj pomembnih strategij za ohranjanje divjih rastlin,
- izobraževalni programi in ozaveščanje skupnosti, nabiralcev in turistov o pomembnosti ohranjanja rastlinskih vrst in njihovih habitatov ter o trajnostnem nabiralništvu,
- spodbujanje gojenja zelišč s trajnostnimi kmetijskimi praksami, saj to zmanjšuje pritisk na divje populacije,
- spodbujanje podjetij, ki se ukvarjajo s trgovino z zelišči, naj upoštevajo etične in trajnostne politike nabiranja; smiselno bi bilo, da bi podjetja, ki se ukvarjajo s trgovino z zelišči, morala odkupovati samo pridelana zelišča, ne pa zelišča iz nabiralništva. Nabiralništvo naj bo samo za osebne potrebe,
- podpiranje podjetij, ki vlagajo v ohranjanje narave in razvoj skupnosti v regijah, iz katerih pridobivajo svoje rastline,
- promoviranje uporabe gojenih rastlin ali tistih, ki so nabrane iz trajnostno upravljanih naravnih ekosistemov,
- spodbujanje potrošnikov, naj izbirajo izdelke s certifikati ali oznakami, ki kažejo na trajnostne in etične prakse nabiranja, v proces trgovanja naj vstopajo samo pridelana zelišča,

- krepitev partnerstva med vladnimi agencijami, organizacijami za ohranjanje okolja, lokalnimi skupnostmi in industrijo zeliščnih izdelkov za razvoj in izvajanje trajnostnih praks,
- sodelovanje z zeliščarji, botaniki in ekologi, za pridobivanje znanje o rastlinskih vrstah in njihovih habitatih,
- vključitev lokalne skupnosti v procese odločanja glede predpisov o nabiranju, saj pogosto razpolagajo z dragocenim tradicionalnim znanjem,
- podpiranje znanstvenih raziskav za spremljanje populacij rastlin in njihovih ekosistemov ter razumevanje njihovih stopenj obnavljanja in ranljivosti,
- redno ocenjevanje vpliva nabiralništva na populacije rastlin in prilagajanje predpisov glede na te ugotovitve,
- omejitve nabiranja določenih rastlin glede na sezono,
- okrepitev obstoječih predpisov glede nabiranja rastlin ter zagotavljanje, da le-ti temeljijo na znanstvenih raziskavah in trajnostnih praksah,
- plačilo pristojbin ter nadzor na zaščitenih območjih,
- uvedba nabiralniških kvot,
- zaščiteni območja, kjer je nabiranje prepovedano, da bi ohranili ključna življenjska okolja in občutljive ekosisteme.

Nabiralništvo pa ni ogroženo samo zaradi prekomernega izkoriščanja, ampak se biotska raznovrstnost zelišč v naravi zmanjšuje tudi zaradi spreminjanja krajine (na primer pozidava, regulacije vodotokov ipd.), podnebnih sprememb, zaraščanja gozdov, intenzivnega kmetijstva, uporabe fitofarmaceutskih sredstev, onesnaženja ter raznih izpustov (Mina in sod., 2023).

Z izvajanjem smiselne strategije in vključevanjem različnih deležnikov je mogoče najti ravnotežje med izkoriščanjem zelišč ter ohranjanjem naravnih ekosistemov. Trajnostne prakse in informirano odločanje pa sta ključna za zagotavljanje dolgoročnega sobivanja oziroma ohranjanje tako rastlinskih populacij kot tudi okolja.

### **3 ZAKONODAJA NA PODROČJU NABIRALNIŠTVA V SLOVENIJI**

Zaradi intenzivne človekove dejavnosti nabiralništva divjih vrst rastlin za komercialne namene se je ponekod pojavilo prekomerno izkoriščanje teh rastlin, zato so iz številnih resorjev, ki se s tem ukvarjajo, prišla navodila, da se divje rastline prenesejo v pridelovalni sistem ter s tem zmanjša prekomeren odvzem iz narave, hkrati pa se nekatere ogrožene rastline s tem lahko tudi ohranijo (Schippmann in sod., 2006).

Nabiranje rastlin v naravi je v Sloveniji urejeno v okviru zakonodaje, ki se nanaša na varstvo narave in okolja. Določena območja, kot so naravni parki in rezervati, imajo stroga pravila glede nabiranja rastlin, da se ohrani ekosistem. Zakon o divjadi in lovstvu (Ur. l. RS, št. 16/04) ureja nabiranje gozdnih sadežev, vključno z zelišči, in določa pravila o tem, katerih vrst in koliko jih je dovoljeno nabirati (Zakon o divjadi...,

2023). Uredba o varstvenih območjih dediščine (Ur. l. RS, št. 69/22) določa posebne ukrepe za ohranjanje ogroženih rastlinskih vrst in njihovih habitatov. To lahko vključuje prepoved ali omejitve nabiranja določenih rastlin. V večini primerov je nabiranje majhnih količin rastlin za osebno uporabo dovoljeno, vendar je pomembno, da se rastline nabirajo odgovorno, brez škode za okolje. Nabiranje zaščitene ali ogrožene rastlinskih vrst je običajno strogo prepovedano (Uredba o varstvenih..., 2022). Pravilnik o uvrstitvi ogroženih rastlinskih in živalskih vrst na rdeči seznam (Ur. l. RS, št. 82/02 in 42/10) uvršča na svoj seznam med drugimi tudi rastline, ki so bodisi izumrle, so domnevno izumrle, prizadete, ranljive, redke ali vrste zunaj nevarnosti. Z namenom ohranjanja in izboljšanja ogroženih vrst se izvajajo ukrepi, s katerimi se ogrožene vrste in njihov habitat varuje (Pravilnik..., 2002).

Zakon o ohranjanju narave (Ur. l. RS, št. 56/99) določa skrb za biotsko raznovrstnost z upoštevanjem načel, ciljev in ukrepov za ohranjanje biotske raznovrstnosti. Zakon prav tako prepoveduje iztrebljanje rastlinskih vrst, zniževanje števila rastlin posameznih populacij, omejevanje njihovih habitatov do te mere, da je rastlinska populacija ogrožena. Pri vsakem posegu v naravo je treba upoštevati načine, ki prispevajo k ohranjanju ugodnega stanja vrste ter prispevati k trajnostnemu gospodarjenju z rastlinskimi vrstami. Na zavarovanih območjih pa je celo prepovedano nabiranje rastlin ali pa je nabiranje močno omejeno (Zakon o ohranjanju..., 1999).

#### **4 SMERNICE ZA NABIRALNIŠTVO ZELIŠČ V NARAVNEM OKOLJU**

Smernice za nabiranje zelišč v naravnem okolju predstavljajo niz priporočil in načel, namenjenih spodbujanju odgovornih in trajnostnih praks nabiranja ter ohranjanju naravnih ekosistemov. Te smernice so ključne za zagotavljanje populacij rastlin, vzdrževanje ekološkega ravnovesja ter spoštovanje okolja, hkrati pa so lahko dobro izobraževalno čtivo tudi za tiste, ki se nabiralništva šele lotevajo.

Osnovne smernice za nabiranje zelišč v naravnem okolju:

- Pridobimo znanje o lokalnih rastlinskih vrstah, njihovih habitatih in življenjskem ciklu.
- Naučimo se natančno prepoznavati zelišča, da se izognemo morebitni zamenjavi ali nabiranju ogroženih ali zaščitene vrst.
- Upoštevajmo zakone in predpise v zvezi z nabiranjem zelišč. Nekatera območja lahko imajo specifična pravila ali dovoljenja (zaščitena območja, zaščitene vrste zelišč). V Sloveniji so zavarovana zelišča in način njihove uporabe navedena v Uredbi o zavarovanih in prosto živečih rastlinskih vrstah.
- Nabirajmo samo za lastne potrebe in le zelišča, ki jih poznamo.
- Pridobimo znanje o užitnosti rastlin, da se izognemo morebitnim zastrupitvam in zdravstvenim težavam s strupenimi rastlinami.
- Preverimo, da je rastišče dovolj oddaljeno od virov onesnaženja in da je populacija zelenega zelišča dovolj velika.

- Upoštevajmo rastni cikel rastlin in se podučimo, kdaj je optimalen čas za nabiranje in katere dele rastlin se nabira v določenem obdobju. Nabirajmo le uporabne dele in le v suhem vremenu.
- Nabirajmo le zdrave, nepoškodovane in čiste rastline; kolikor se da, jih očistimo in odstranimo neuporabne dele že na terenu.
- Uporabljajmo škarje ali drugo primerno orodje in ustrezno embalažo za nabiranje in transport zelišč.
- Ne izčrpavajmo celotnih populacij zelišč. Nabirajmo zelišča etično in trajnostno, da zagotovimo njihovo preživetje in razmnoževanje ter preživljanje živali.
- Med nabiranjem ne motimo ali poškodujemo habitatov, kjer prebivajo ali se hranijo divje živali.
- Ne pulimo rastlin. Preprečimo poškodbe okoliške populacije in druge vegetacije.
- Sodelujmo pri lokalnih pobudah za ohranjanje naravnih habitatov. Podpirajmo organizacije, ki si prizadevajo za zaščito naravnih habitatov in rastlinskih vrst.
- Delimo znanje o odgovornih praksah nabiralništva z drugimi, zlasti z mladimi. Spodbujajmo jih, da sledijo etičnim smernicam, poučimo jih o trajnostnih tehnikah nabiranja.
- Pred nabiranjem se pozanimajmo oziroma preverimo, da je površina, kjer želimo nabirati, javna (da ni zasebna).
- Ne puščajmo za seboj smeti.
- Posadimo in / ali posejmo zelišča na svojem vrtu, njivi, okolici hiše in jih nabirajmo tam.

Bonton o nabiralništvu, v katerem nabiralcem z vprašanji pomaga do trajnostnega in okolju prijaznega nabiralništva, je napisal že Rode (2021). Pomembno je, da rastlino dobro poznamo, da je zdrava, da je dovolj oddaljena od morebitnih virov onesnaženja, vedeti, katere rastline so ogrožene, spremljati rastišče - ali se le-to spreminja, poznati velikost populacije, optimalen čas nabiranja, da naše delovanje ne bo vplivalo na obseg rastišča, koliko zelišč sploh potrebujemo. Poznati moramo primerno opremo za nabiranje ter ali je na določenem območju sploh dovoljeno nabirati zelišča.

## 5 SKLEPI

Odgovorno nabiranje zelišč v naravnih okoljih zagotavlja, da bodo lahko tudi prihodnje generacije uživale koristi zelišč v naravnem okolju ter ohranja biotsko raznovrstnost naravnih okolij. Da bi preprečili preveliko izkoriščanje zelišč iz naravnega okolja, je ključnega pomena vzpostaviti regulacijo na področju nabiralništva, kar pomeni urediti zakonodajo in smernice, ki bodo pripomogle k bolj trajnostnemu in habitatom prijaznemu nabiralništvu. Znanje o zeliščih, njihovih učinkih in uporabnosti prav tako pripomore k bolj odgovornemu nabiranju zelišč v naravi, zato je izobraževanje in ozaveščanje na tem področju ključnega pomena.

Vsekakor pa je bistveno, da se za komercialne namene in redno uporabo zelišča gojijo na kmetijskih površinah.

**Zahvala.** Delo je nastalo v sklopu ciljnega raziskovalnega projekta V4-2207 Možnosti razvoja zeliščarstva v Sloveniji, ki poteka od 2022 do 2024 in ga financirata Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano Republike Slovenije in Javna agencija za znanstvenoraziskovalno in inovacijsko dejavnost Republike Slovenije.

## 6 VIRI

- Mina G., Scariot V., Peira G., Lombard G. Foraging Practices and Sustainable Management of Wild Food Resources in Europe: A Systematic Review. *Land*. 2023; 12(7): 1299. Ministrstvo za kulturo RS. 2023. [https://geohub.gov.si/ghapp/iskd/?data\\_filter=dataSource\\_2-MK\\_RNSD\\_4402-3623%3Aeid%3D%272-00109%27&data\\_id=dataSource\\_2-MK\\_RNSD\\_4402-3623%3A1281&page=RNSD&views=RNSD-Desna-sekcija%2CRNSD-Pogled-OP](https://geohub.gov.si/ghapp/iskd/?data_filter=dataSource_2-MK_RNSD_4402-3623%3Aeid%3D%272-00109%27&data_id=dataSource_2-MK_RNSD_4402-3623%3A1281&page=RNSD&views=RNSD-Desna-sekcija%2CRNSD-Pogled-OP) (7. nov. 2023)
- Nataša Ferant. 2023. Predlogi dejavnosti, ukrepov in trajnostnih praks v nabiralništvu, Inštitut za hmeljarstvo in pivovarstvo Slovenije (osebni vir, 7. nov. 2023)
- Pieroni A., Giusti M.E. Alpine ethnobotany in Italy: Traditional knowledge of gastronomic and medicinal plants among the Occitans of the upper Varaita valley, Piedmont. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 2009; 5(1): 1-13.
- Pravilnik o uvrstitvi ogroženih rastlinskih in živalskih vrst v rdeči seznam. 2002. Ur. l. RS, št. 82/02 in 42/10
- Rode J. Zeliščni vrt. Ljubljana, Založba kmečki glas. 2021; 247 str.
- Schippmann U., Leaman D., Cunningham A.B. A comparison of cultivation and wild collection of medicinal and aromatic plants under sustainability aspects., *Medicinal and Aromatic Plants*, Springer, 2006; 75-95.
- Schunko C., Grasser S. Vogl C.R. Explaining the resurgent popularity of the wild: Motivations for wild plant gathering in the Biosphere Reserve Grosses Walsertal, Austria. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 2015; 11(1): 1-14.
- Sustainable development goals. 2023. <https://sdgs.un.org/goals> (27. okt.2023)
- Smernice razvoja lokalne oskrbe z zelišči za obdobje 2016-2021. 2016. Ljubljana, Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano RS. 30 str.
- Uredba o varstvenih območjih dediščine. 2022. Ur. l. RS, št. 69/22
- Zakon o divjadi in lovstvu. 2004. Ur. l. RS, št. 16/04
- Zakon o ohranjanju narave. 1999. Ur. l. RS, št. 56/99