



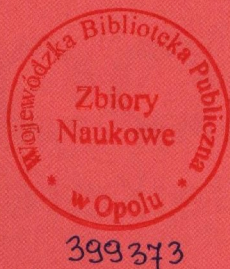
Witaj!

Rozdział 1. Co

Co to właściwie jest kompost?
Jakie są właściwości kompostu?
Potęga kompostu

Rozdział 2. Dlaczego

Nic nie jest odpadem, dopóki nie
zostanie zmarnowane
Marnotrawstwo jedzenia napędza
zmiany klimatyczne



6

11	Rozdział 3. Jak	25
12	Cztery uniwersalne składniki	26
13	Stosunek węgla do azotu	32
14	Kompostowanie: powoli lub szybciej, na gorąco	34
19	Kompostowanie na gorąco <i>Alessandro Vitale: człowiek, który robi kompost w mieście</i>	40
20	Dojrzewanie kompostu	46
21	Kompost: problemy i rozwiązania	50
	Porady: udana produkcja kompostu w zimie	57
	Aktywatory kompostu	62
	Jak kompostowanie zabija patogeny	65
	Wspólna produkcja kompostu	67
	<i>Costa Georgiadis: człowiek, który propaguje wspólną produkcję kompostu</i>	68
		70

Rozdział 4. Zestaw bazowy

Właściwy sprzęt do produkcji kompostu	75
Kompostowniki zamykane	76
Skrzynie i zagrody kompostowe	80
Pojemniki bokashi	86
Kompostowniki z zakopywanym koszem	91
Kompostowanie w dole w ziemi i kompostowanie warstwowe	106
<i>Charles Dowding: człowiek, który produkuje kompost na większą skalę</i>	108
Kompostowniki elektryczne	112
Przydatny sprzęt	116
	117

Rozdział 5. Dżdżownice

Do dzieła, robaczki!	123
Na czym polega wermikompostowanie	124
Cykl życiowy dżdżownicy	125
Wybór odpowiedniego wermikompostownika	127
Gdzie usytuować wermikompostownik	128
Obsługa wermikompostownika	131
Porady na każdy etap	132
Rozwiązywanie problemów	138
	142

Rozdział 6. Kto

Mieszkańcy kompostu	145
Sieć pokarmowa w kompoście	146
Z gościa w szkodnika	147
	154

Rozdział 7. Odpadki

Materiały kompostowalne od A do Z	161
<i>Hannah Moloney: produkująca</i>	162
<i>kompost fanka permakultury</i>	180
Hierarchia odpadków	184

Rozdział 8. Gleba

Samo dobro	191
Poznaj swoją glebę	192
Kompost dostępny w sklepach:	
opowieść ku przestrodze	193
Proces obiegu substancji odżywczych	199
Frakcja brązowa	200
Frakcja zielona	215
Frakcje biała, szara i czarna	227
Gnojówki roślinne	234
Uprawa regeneratywna roślin w donicach	244

Kilka słów na zakończenie	249
---------------------------	-----

Przypisy	250
----------	-----

Podziękowania	257
---------------	-----

Indeks	258
--------	-----



KODY QR

Kody QR rozsiane są po całej książce. Po zeskanowaniu kodu zobaczysz krótki filmik z mojej strony na Instagramie, eksplorujący temat, o którym w danym momencie czytasz. Na mojej platformie na Instagramie jest znacznie więcej edukacyjnych (i wciągających!) filmików dotyczących kompostowania. Więcej informacji znajdziesz na profilu [@compostable.kate](https://www.instagram.com/compostable.kate).