

- 8 Vorwort Alfred Grand
- 10 Vorwort Andrea Heistinger
- 12 Einleitung
- 16 Über dieses Buch

19 Biologisch düngen heißt, den Boden pflegen

- 23 Was ist Humus?
- 24 Ist mein Gartenboden fruchtbar?
- 25 Pflanzen können Nährstoffe aktiv aus dem Boden lösen
- 26 Wie kann man Regenwürmer im Boden fördern?

27 Wie, warum und welche Biodünger selbst herstellen

- 27 Warum Biodünger selbst herstellen?
- 28 Biodünger für jeden Anlass
- 29 Biodünger-Bestimmungsschlüssel
- 29 Welche Methode, Biodünger selbst herzustellen, ist für Sie die richtige?
- 30 Biodünger für neue Gärten
- 30 Biodünger für Wochenendhaus-Gärten
- 31 Biodünger für den Balkon
- 32 Welcher Biodünger ist für wen der richtige?

34 Wie viel Dünger für welche Pflanze?

- 34 Wie viel Dünger in welche Teile des Gartens?
- 35 Das Düngen des Gemüsegartens
- 35 Die Bodenuntersuchung
- 36 Düngen von Gemüse
- 37 Welche Wirkung haben die einzelnen Nährstoffe?
- 37 Den Boden hacken
- 38 Kompost und Wurmhumus als Dünger
- 38 Die Wirkung von Gründüngung
- 39 Düngen von Obstbäumen
- 40 Düngen von Rasen und Wiese
- 40 Düngen von Getreide im Garten
- 40 Düngen von Topfpflanzen

42 Regenwurmhumus – mehr als nur Dünger

- 43 Was Regenwurmhumus alles kann
- 48 Was Regenwurmhumus enthält
- 49 Wurmhumus als Torfersatz für Pflanzerden

51 Über den Regenwurm

- 53 Die verschiedenen Regenwürmer
- 54 Regenwurmarten
- 54 Drei verschiedene Regenwürmer – drei verschiedene Lebensweisen
- 58 Vom Körperbau der Regenwürmer
- 59 Wie Würmer atmen
- 60 Wie sich Regenwürmer paaren
- 61 Im Schutz des Kokons
- 62 Wie alt Regenwürmer werden
- 62 Wie sich Regenwürmer fortbewegen
- 62 Wie sich Regenwürmer in die Erde bohren
- 63 Wie der Regenwurm mit seiner Außenwelt kommuniziert:
Die Sinnesorgane des Regenwurms
- 64 Die Verdauung des Regenwurms
- 64 Der Wurmhumus
- 65 Fressen – Verdauen – Ausscheiden
- 68 Johann Zaller – ein Ökologe erzählt über seine Forschungen zu Regenwürmern

71 Wurmkompostierung

- 72 Die Wurmkiste
- 73 Welche Größe soll eine Wurmkiste haben?
- 74 Was ein Kompostwurm zum Leben braucht
- 78 Die Wurmkompostierung starten
- 80 Das Futter der Kompostwürmer
- 81 Die Ernte des fertigen Wurmhumus
- 83 Aufbereiten des Wurmhumus
- 84 Lagerung von Wurmhumus über den Winter
- 84 Flüssigdünger ernten

86 Die verschiedenen Bauarten der Wurmkiste

- 87 Wurmkisten kaufen oder selber bauen
- 88 Fertige Systeme
- 90 Selbstbau-Systeme
- 91 Bauanleitung für eine Wurmkiste aus Holz
- 93 Kompostkisten für Schulen und Kindergärten
- 93 Kompostkisten für Gemeinschaftsgärten
- 93 Das 5-Sterne-Bewertungssystem für die Wurmkiste

- 97 **Die Regenwurmkiste direkt im Hochbeet:
Die Humusbox**
- 98 Der Einbau der Humusbox ins Hochbeet
 - 100 Die Humusbox im Sommer
 - 100 Die Humusbox im Herbst
 - 100 Die Humusbox im Winter
 - 101 Die Humusbox im Garten
 - 101 Die kleine Schwester der Humusbox: das Humusrohr
- 102 **Hotbox und Wormbox – Heißrotte
und Wurmkompostierung**
- 103 Die Zutaten bei der Hotbox-Kompostierung
 - 103 Die Hotbox befüllen
 - 104 Die ideale Befüllung der Hotbox
 - 104 Wenn etwas schiefläuft
 - 105 Von der Hotbox in die Wormbox
 - 105 Die Bauweise der Hotbox
- 106 **Komposttee: Aktive Mikroorganismen**
- 106 Was ist Komposttee?
 - 107 Wie wirkt Komposttee?
 - 107 Komposttee selber machen
- 110 **Der klassische Komposthaufen:
Die Heißrottekompstierung**
- 110 Kompostieren, aber richtig
 - 111 Der richtige Kompostplatz
 - 112 Was kann verkompostiert werden?
 - 114 Kompostzusätze und Impfmaterial
 - 116 Das richtige „Aufsetzen“ der Kompostmiete
 - 117 Kompostieren in Kompostern
 - 119 Der Rotteprozess – was im Haufen vor sich geht
 - 119 Umsetzen oder nicht?
 - 120 Die arbeitssparende Kompostvariante
 - 120 Fehlerquellen
 - 121 Das Ausbringen des Kompostes
 - 121 Unreifer Kompost
 - 122 Helga Wagner – eine Kompost-Pionierin im Interview

- 124 **Mulchen als Flächenkompost**
124 Mulch düngt
125 Mulch unterdrückt Unkräuter
125 Mulch schützt den Boden vor der Sonne und hält die Feuchtigkeit im Boden
125 Mulch schafft einen Temperaturausgleich
126 Mulch reduziert den Gießaufwand
126 Mulch schützt vor Bodenerosion
126 Mulch hilft den Boden gesund zu halten
126 Mulch erleichtert die Arbeit
126 Eine kleine Mulch-Anleitung

- 127 **Fruchtfolge**
128 Fruchtfolgen aufschreiben
130 Einige Grundregeln der Fruchtfolge

- 131 **Gründüngung**
133 Wie die Gründüngung düngt
135 Einarbeiten der Gründüngung
135 Einige Grundregeln der Gründüngung
136 Der Anbau von Begrünungsmischungen

- 140 **Selbstgefertigte Dünge-Pflanzenjauchen**
140 Einfach zubereitet
141 Wie verwendet man Pflanzenjauchen?
142 Arthur Schnitzer – ein Bio-Pionier im Interview über Pflanzenjauchen

- 145 **Biodünger kaufen: Bewertungs- und Auswahlkriterien**
148 Einige Beispiele für organische Dünger

- 150 Über die Autoren
150 Weiters haben am Buch mitgewirkt
150 Verwendete und weiterführende Literatur
151 Weiterführende Informationen im Internet
152 Bezugsadressen
154 Register