

1. UVOD

- 1.1. Raj na zemlji**
- 1.2. Najin kozmični vrt na strehi že od leta 1994**
- 1.3. Zmogljivosti Zemlje so omejene**
- 1.4. Mikroprocesor nam je podaril čas za vrtnarjenje !**
- 1.5. Organizirajmo naša spoznanja**
- 1.6. Najina višja kakovost življenja**
- 1.7. Hidroponika**

2. VRSTE KMETOVANJA

- 2.1. Integrirano kmetovanje**
- 2.2. Sonaravna oziroma ekološka pridelava koristnih rastlin.**
- 2.3. Biodinamično kmetovanje**
- 2.4. Rodovitne gomilaste grede**
- 2.5. Tradicionalno kmetovanje**

3. SAMOOSKRBA Z ZDRAVIM SVEŽIM SADJEM IN ZELENJAVO

- 3.1. Za varno lastno biohrano !**
- 3.2. Obremenitev strehe**
- 3.3. Ureditev gredic na strehi**
- 3.4. Kombinacija vrt na strehi, zimski vrt, terase in odprti balkoni**
- 3.5. Klimatske razmere – v Ljubljani**
- 3.6. Osvetljevanje, ogrevanje in senčenje.**
- 3.7. Rastline v loncih in posodah**
- 3.8. Zemlja**
- 3.9. Obdelava zemlje**
- 3.10. Zastiranje**
- 3.11. Vrtni kompost**
- 3.12. Hlevski gnoj in živalski kompost**
- 3.13. Zalivanje in zadrževanje vode**
- 3.14. Deževniški kompost**
- 3.15. Koš za kompostiranje kuhinjskih odpadkov**
- 3.16. Prevrelka – tekoče organsko gnojilo**
- 3.17. Zeleni gnoj**
- 3.18. Lesni pepel**
- 3.19. Koncentrirano biološko organsko gnojilo**
- 3.20. Drevo neem**
- 3.21. Kamninska moka, apno, šota**
- 3.22. Zatiranje škodljivcev in plesni**
- 3.23. Koristne žuželke ter rastline, ki nam pomagajo vrtnariti – fitoncidi:**
- 3.24. Zelene stene in osenčena parkirišča**
- 3.25. Načrtovanje**
- 3.26. Sobivanje raznovrstnih vrst vrtnin**
- 3.27. Vzgoja sadik, sajenje ter presajanje**
- 3.28. Dobri in slabi sosedje**
- 3.29. Neuspehi**
- 3.30. Kolobarjenje**
- 3.31. Lunin setveni koledar**
- 3.32. Setveni koledar**

- 3.33. Posajene površine in pridelek
- 3.34. Sadno drevje in jagodičje
- 3.35. Zelišča
- 3.36. Gozdni sadeži in regrat ter nabava pri lokalnih biokmetovalcih
- 3.37. Uporaba naše ceste
- 3.38. Shranjevanje
- 3.39. Čebele in čmrlji
- 3.40. Naš vsakdanji koncert
- 3.41. Mucke in mačkoni
- 3.42. Naši pasji ljubljenci
- 3.43. Tatvine
- 4. EKONOMSKO SOCIALNI VIDIKI NA STREHI**
- 4.1. Poraba in stroški
- 4.2. Letni denarni prihranki
- 4.3. Ekonomski in varnostni vidiki samooskrbe s hrano
- 4.4. Ročno delo, obdelovalni čas in delo na domu
- 4.5. Trenutki miselnega miru in pozornosti
- 4.6. Lepota cvetja
- 4.7. Maksimalne možne pridelave
- 4.8. Zimski vrtovi na južni strani zgradbe
- 4.9. Vrt okoli hiše se lahko poveča
- 4.10. Uporaba cestnih površin in parkirišč
- 4.11. Koliko sonaravno pridelane hrane bi lahko pridelali pri naši tri stanovanjski hiši ?
- 4.12. Zrak v mestih naj bo čist
- 4.13. Nevarnost male ledene dobe
- 5. LEPŠE BOLJ ZDRAVO IN CENEJŠE ŽIVLJENJE**
- 6. ZDRAVO IN KAKOVOSTNO PREHRANJEVANJE**
- 6.1. Več sadja in zelenjave
- 6.2. Preveč sladkorja
- 6.3. Ogljikovi hidrati
- 6.4. Krvne skupine in ustrezna hrana
- 6.5. Najini obroki in tedenski jedilnik
- 6.6. Več ribje hrane in rastlinskih beljakovin
- 6.7. Politika in zdravo prehranjevanje
- 6.8. Čista in informirana voda
- 6.9. Hrane se ne meče stran
- 6.10. Proizvodno potrošne samooskrbne prehranjevalne skupnosti
- 6.11. Samooskrba slovenskega naroda z uvoženimi živili
- 6.12. Samooskrbna kultura
- 6.13. Ustavna pravica do vrta
- 6.14. Davčni sistem in subvencije
- 7. ODPRTA VPRAŠANJA**
- 8. URBANO VRTNARJENJE – DOSEŽKI IN PONUDBA PODJETIJ**
- 8.1. Sanja Lončar, » Strešni vrt Sanje Lončar«
- 8.2. Andreja Stankovič, »Čebelarstvo na balkonu »

- 8.3. Tomaž Bavdež » Mehki stroj (The Soft Machine) – inovativen koncept krajinskega oblikovanja«
- 8.4. Tomaž Čufer, » Zelena arhitektura »
- 8.5. Marija Hrovat » Uporabne zasaditve v urbanem okolju »
- 8.6. Roman Kunič » Ozelenele strehe »
- 8.7. Lenka Miklavčič, Damjana Zupanc, Helena Pugelj, Sonja Nahtigal, Petra Kos, Jana Zupančič, Mija Koderman, »Vrt v vrtcu »
- 8.8. Tamara Urbančič, »Šolski vrtovi na OŠ Dragotina Ketteja, Ilirska Bistrica, OŠ Podgora Kuteževo ter OŠ Košana »
- 8.9. Helena Cilenšek » Čebelarski krožek » na OŠ F.S. Finžgarja Lesce«
- 8.10. Janja Rudolf » Mikoriza – sožitje gliv in rastlin«
- 8.11. Damjan Čemernik » Deževniški kompost »
- 8.12. Karmen Marguč »E- Kompostnik »
- 8.13. Janez Čretnik, » Mlini in kosmičniki, sokovniki, biožita, semena in stročnice »
- 8.14. Vida Radivojevič, » Naravno, učinkovito, zdravo »
- 8.15. Katarina Höbzl, Marjan Kogelnik, Irena Rotar, Matjaž Magajna, Peter Čvan, Maja Klemen Cokan, Danica Pernat, Igor Željan, Melita Brzelak - »Ekocivilna iniciativa (EKOCi) »Oskrbimo Slovenijo »
- 8.16. Silva Eöry »Osti jarej, Oj ! »
- 8.17. Sanja Lončar , » Država spi, posamezniki se zbujejo !«
- 8.18. Vida Radivojevič » Klub Gaia »

9. PREDPISI O EKOLOŠKI PRIDELAVI KMETIJSKIH PRIDELKOV OZIROMA ŽIVIL

10. DODATNA LITERATURA