

## Bilanci di Giustizia

Sono il gusto, la consapevolezza e la soddisfazione a giustificare l'impegno concreto ad attuare stili di vita socialmente e ambientalmente sostenibili, che caratterizzano gli aderenti alla campagna Bilanci di Giustizia. Questi particolari "consumatori critici" hanno tempo per le cose che ritengono importanti, sono soddisfatti delle loro relazioni sociali e non si sentono quasi per nulla intimoriti dalla presenza di persone di altre culture. La loro vita si è arricchita in parallelo con la revisione dei consumi.

Chi meglio di loro potrebbe testimoniare la fattibilità ed i vantaggi del compostaggio domestico esteso in ogni famiglia?

Moltissime famiglie aderenti alla campagna utilizzano da anni questa tecnica che permette di evitare la produzione di rifiuti e che anzi favorisce la nascita di fiori, frutti e vegetali di ogni sorta.

Il modo di consumare dei cittadini del "ricco occidente" è causa del degrado ambientale, del malessere dell'uomo e dell'ingiustizia del sud del mondo. Partendo da questa convinzione le famiglie "bilanciste" attuano una serie di collegamenti che permettono di scegliere consumi rispettosi degli equilibri umani e naturali.

*Per saperne di più:*

[www.bilancidigiustizia.it](http://www.bilancidigiustizia.it) - [segreteria@bilancidigiustizia.it](mailto:segreteria@bilancidigiustizia.it)

Bilanci di Giustizia c/o MAG Venezia  
via Trieste 82/C - 30175 Venezia Marghera  
Tel 041-5381479 - Fax 041-5388190

L'ideazione e la realizzazione dell'opuscolo "Dalla cucina all'orto andata e ritorno" è stata curata dall'Associazione "A Tutto Compost", la quale se ne riserva tutti i diritti. La divulgazione del presente manuale è libera e gratuita per tutti gli enti No-Profit e per i singoli cittadini, mediante qualsiasi supporto (carta, elettronico, ecc.), purché ne venga chiaramente citata la fonte.



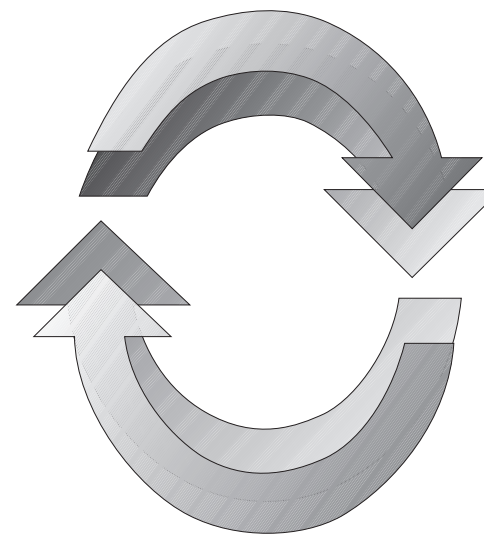
Stampato in proprio su carta riciclata



Consigli utili per la pratica del  
COMPOSTAGGIO DOMESTICO



DALLA CUCINA ALL'ORTO

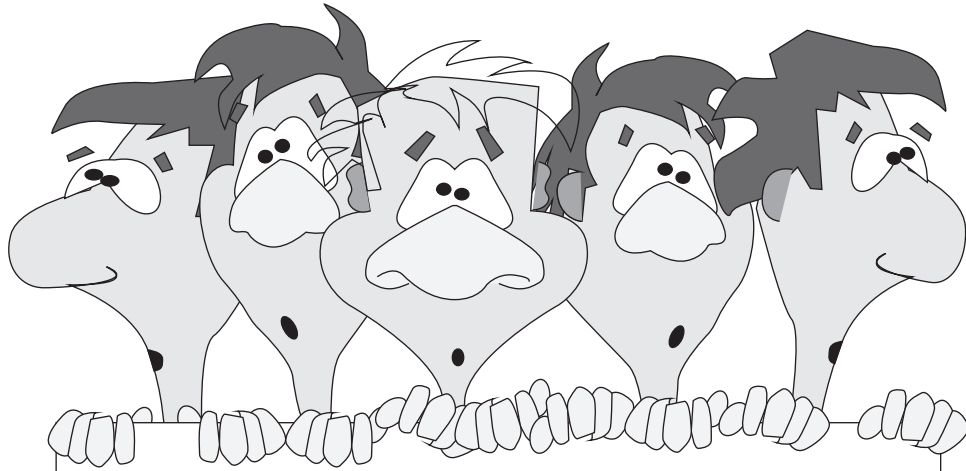


ANDATA E RITORNO



Associazione "A TUTTO COMPOST"  
via Anna Frank, 25 - Cremona





## Il Compostaggio Domestico

... è una tecnica che serve a mantenere integro il ciclo naturale della vita, ed inoltre garantisce la riduzione immediata del 30% dei rifiuti.

Attraverso questa tecnica i tuoi rifiuti organici diventeranno linfa vitale per il tuo orto o per i tuoi fiori ed otterrai risultati sorprendenti per qualità e bellezza.

Questa guida vuole fornire gli stimoli e le informazioni di base necessarie per cominciare a praticarlo.

Ringraziamo tutti coloro che stanno lavorando per favorire la diffusione della cultura e della pratica del Compostaggio Domestico sperando che i loro sforzi permettano anche a te, lettore di questa guida, di ritrovare quel contatto diretto con la natura che permette di ricollegarsi con le leggi naturali del benessere.

## ALTRE UTILI INDICAZIONI

A cura della



Nodo di Cremona  
[cremona.rete.lilliput.net](http://cremona.rete.lilliput.net)

- ▶ Verifica se la tua banca finanzia la produzione e la vendita di armi; chiedile a quali aziende e per quali progetti utilizza i tuoi risparmi. [www.banchearmate.it](http://www.banchearmate.it) - [www.mancaintesa.org](http://www.mancaintesa.org)  
MAG2 (MI) [www.mag2.it](http://www.mag2.it) - MAG6 (RE) [www.mag6.it](http://www.mag6.it)  
Banca Etica [www.bancaetica.com](http://www.bancaetica.com)
- ▶ Ritrova il gusto di andare a piedi o in bicicletta anche nella quotidianità; Usa i mezzi pubblici e se appena puoi liberati dell'auto personale utilizzando il car-sharing e/o il car-pooling. [www.fiab-onlus.it](http://www.fiab-onlus.it) - [biciclettandocr@lillinet.org](mailto:biciclettandocr@lillinet.org)
- ▶ L'80% dei tuoi acquisti destinalo a prodotti locali, freschi e di stagione, coltivati / trasformati da piccoli produttori / artigiani del luogo attenti all'ambiente e ai rapporti umani; acquista riducendo e riutilizzando gli imballi; Per il restante 20% utilizza il circuito del commercio equo e solidale.  
Gruppo di Acquisto Solidale di Cremona: [ortoedintorni@lillinet.org](mailto:ortoedintorni@lillinet.org) - [www.retegas.org](http://www.retegas.org)  
Bottega del commercio equo e solidale di Cremona: [nonsolonoie@e-cremona.it](mailto:nonsolonoie@e-cremona.it) - [www.nonsolonoie-cremona.it](http://www.nonsolonoie-cremona.it)
- ▶ Utilizza come linea guida delle tue azioni il principio delle 5 R: Ridurre Riutilizzare Riparare Riciclare Responsabilità.  
Centro Nuovo Modello di Sviluppo - [www.citinv.it/associazioni/CNMS](http://www.citinv.it/associazioni/CNMS)
- ▶ Viaggia lungo i percorsi del turismo responsabile. [www.nonsolonoie-cremona.it](http://www.nonsolonoie-cremona.it)
- ▶ Se hai un'auto scegli un'assicurazione etica. [www.consorzioaces.it](http://www.consorzioaces.it)
- ▶ Pratica l'obiezione fiscale alle spese militari. [www.obiezione.it](http://www.obiezione.it)
- ▶ Vivi la vita con letizia secondo il motto: più lento, più profondo, più soave; pratica la nonviolenza in ogni tua azione, riconoscendo che anche il "nemico" è sempre e prima di tutto una persona come te. [www.retelilliput.it](http://www.retelilliput.it) - [lilliput.cremona@lillinet.org](mailto:lilliput.cremona@lillinet.org)
- ▶ Non aver paura di sperimentare nuove dimensioni del benessere, non legate all'immaginario collettivo "denaro-consumo", come ad esempio la "Banca del Tempo". - [www.bilancidigiustizia.it](http://www.bilancidigiustizia.it) - [bilanci.cremona@lillinet.org](mailto:bilanci.cremona@lillinet.org) (gruppo famiglie di Cremona)

## Indirizzi Utili

Associazione "A Tutto Compost"  
Via Anna Frank, 25 - 26100 Cremona  
Tel. 0372-434619  
e-mail: [atuttocompost@lillinet.org](mailto:atuttocompost@lillinet.org)  
Web: [cremona.retelilliput.net](http://cremona.retelilliput.net)

Consorzio Italiano Compostatori  
Web: [www.compost.it](http://www.compost.it)

Distinti Rifiuti (Regione Emilia-Romagna)  
Web: [www.distintirifiuti.it](http://www.distintirifiuti.it)

RifiutiLab - il portale per la gestione dei rifiuti  
Web: [www.rifiutilab.it](http://www.rifiutilab.it)

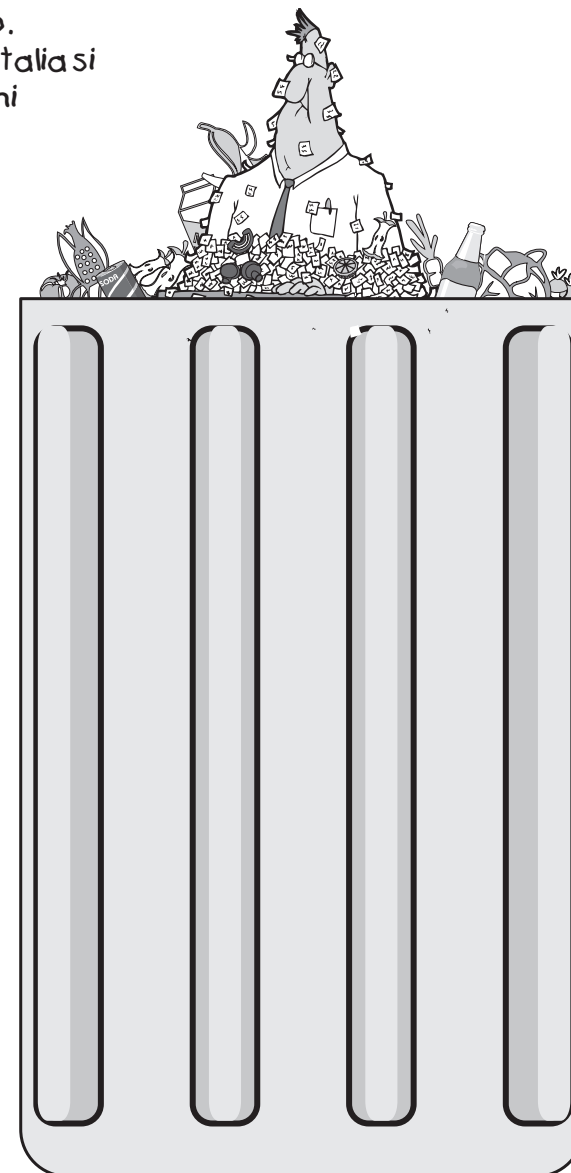


## Indice

- Introduzione
- Il problema rifiuti
- La Natura non produce rifiuti
- Cosa c'è nella nostra pattumiera?
- Favorendo il ciclo naturale della vita ...
- Tecniche di Compostaggio:
  - a) con Lombrichi
  - b) con cumuli o compostiere
- Utilizzo del Compost
- Regole d'oro e Trucchi
- Esperienze in diretta

## Il Problema Rifiuti

Ogni cittadino italiano produce in media rifiuti pari a 6/7 volte il suo peso corporeo. Ciò significa che in Italia si producono 20 milioni di Tonnelate di rifiuti ogni anno. Possiamo visualizzarle come una lunga catena di Tir che parte da Aosta arriva a Palermo e risale su fino a Venezia occupando 10 corsie d'autostrada. Il bello è che ci costano cari e salati; oltre tre miliardi di euro all'anno e non conosciamo ancora i costi dei danni ambientali che le generazioni future dovranno sostenere.



# La Natura non produce rifiuti!

Il Compostaggio Domestico è una tecnica che imita la natura.

Si conferiscono in un luogo prestabilito, del giardino o dell'orto, tutti i prodotti "NATURALI" che noi scartiamo.

Gli organismi viventi, presenti nel terreno, nell'aria e nell'acqua, si cibano delle sostanze organiche conferite e il risultato delle loro digestioni sarà un processo di decomposizione e trasformazione totalmente naturale che produrrà HUMUS.



E' FACILISSIMO

Il Compost è l'humus che la Natura produce con la collaborazione dell'uomo.

# Esperienze in diretta

Iniziare a praticare il Compostaggio Domestico è stato essenzialmente un atto di coraggio. Ho dovuto affrontare l'imprevisto da vero pioniere, non sapendo cosa sarebbe potuto accadere alla mia pattumiera.

Ho iniziato con una cassetta della frutta ed una manciata di lombriche, confesso per onestà, anche molti dubbi.

Dopo un'anno di pratica posso garantire personalmente i risultati e soprattutto la semplicità della tecnica.

I lombrichi hanno trasformato, standosene tranquilli nella loro cassetta, tutti gli avanzi della mia cucina. Senza problemi.

Parte dei miei lombrichi sono stati fatti emigrare nelle cassette di amici che hanno voluto provare.

Stessi entusiastici risultati. Stesso pensiero: E' FACILE!

Il Compostaggio mi ha rimesso in contatto con il ciclo naturale della vita e con la forza della Natura, mi ha aiutato a volermi più bene e a volerne di più agli altri ed al mondo che mi circonda.

AugurarVi di iniziare questa pratica e di provare queste emozioni è il minimo che possa fare.

Coraggio! E' più facile a farsi che a raccontarsi.

GUIDO

"Le nostre pattumiere muoiono di fame".

Così, noi alunni del Pacioli di Crema, abbiamo intitolato il nostro cartellone per descrivere l'esperienza di compostaggio fatta presso la scuola. Per nove mesi i nostri avanzi della cucina sono stati messi nella compostiera, insieme a sfalci d'erba, foglie e rametti portati dai giardini di qualcuno di noi.

Abbiamo controllato la temperatura, l'umidità, rivoltato il tutto, ma più a scopo didattico che per vera necessità. Il Compost veniva fuori da solo. Alla fine lo abbiamo donato alla scuola di Agraria perché lo utilizzassero nei loro giardini. Nel frattempo le nostre pattumiere sembravano vuote, stavano morendo di fame.

Classi I Geometri - anno scolastico '95-96

## Le regole d'oro

Scegliere un luogo soleggiato d'inverno e ombreggiato d'estate, facilmente raggiungibile.

Apportare diverse tipologie di materiale:  
PIU' E' VARIA LA MISCELA, MEGLIO E'.

Non Pressare MAI il materiale. Se il materiale prodotto fosse superiore alla capacità del vostro impianto, accumulatelo per qualche giorno all'aria aperta e attendete che il materiale nel vostro impianto si riduca naturalmente.

Verificare il grado di umidità: il materiale nel vostro impianto non dovrà mai essere fradicio e neppure secco.

Fare attenzione alle stagioni: con temperature inferiori a 10 centigradi l'attività di decomposizione rimane sospesa.

### Trucchi:

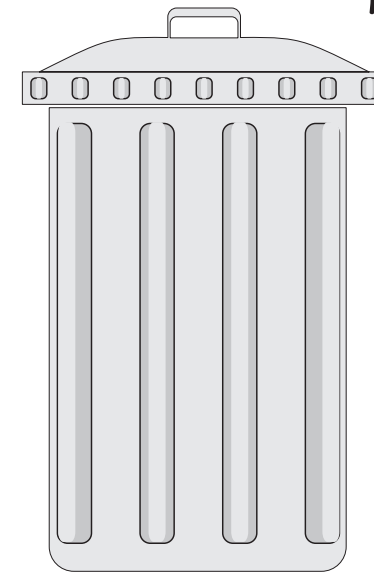
I rami delle patate vanno sminuzzati in pezzetti inferiori a 10 cm. di lunghezza con un trinciaforaggio o un biotrituratore. E' preferibile conferire gli sfalci d'erba e le foglie dopo averle fatte seccare un po'.

Evitare di conferire piante malate o infestanti a meno di non tenerle per alcuni giorni in un sacco nero sotto il sole. Quando le conferite mettetele sempre al centro del cumulo/compostiera perché è il punto dove si raggiunge la massima temperatura e quindi la massima igienizzazione.

Carne e pesce apportano componenti utili al compost, l'importante è non immetterne quantità elevate in un'unica soluzione e ricordarsi sempre di posizionarli al centro e ricoprirli con terra o scarti vegetali, altrimenti possono produrre cattivi odori e attirare animaletti sgraditi.

In ogni caso non preoccupatevi troppo: CI PENSA LA NATURA!

## Cosa c'è nella nostra Pattumiera?



30% resti di verdura, di frutta, ecc



26% carta, cartoni



9% vetro



4% metalli



13% plastica

18% altri rifiuti

Vediamo in dettaglio quello che i microrganismi presenti in natura possono mangiare facilmente:

Plastica NO  
Vetro NO  
Metalli NO

Legno SI  
Carta e Cartone SI

Sfalci d'erba SI  
Rami delle patate SI  
Foglie SI  
Aghi di conifere SI

Resti di verdura e frutta SI  
Fondi di caffè, the, gusci di uova, ecc. SI  
Carne, pesce, ecc. SI

# Favorendo il ciclo naturale

della vita, noi possiamo da subito ottenere:

Un miliardo di euro di risparmio;  
Meno camion in circolazione;  
Falde acquifere meno inquinate;  
Aria più pulita e con minori odori;  
Minore distruzione di terreni agricoli;

e ancora:

Conservazione di importanti biotopi (la torba viene prelevata da ambienti che hanno impiegato migliaia di anni a formarsi);  
Minore utilizzo di concimi chimici;  
Migliore stato di salute dei terreni;  
Migliore produzione di fiori, ortaggi, piante, ecc.



# Utilizzo del Compost

## Fresco:

Si ottiene dopo 2/4 mesi.

Ha un elevato contenuto di elementi nutritivi (azoto, potassio e fosforo).

E' utilizzabile per la concimazione dell'orto in autunno. Possibilmente evitarne il contatto diretto con le radici.

## Pronto:

Si ottiene dopo 5/7 mesi.

Ha un basso contenuto di elementi nutritivi e la sua trasformazione in humus non è completa.

E' utilizzabile prima della semina e del trapianto di coltivazioni dell'orto.

## Maturo:

Dopo altri 3/5 mesi il Compost pronto si trasforma in Compost maturo.

Significa che i nostri rifiuti si sono trasformati in humus le cui proprietà sono in grado di migliorare notevolmente la salute e la forza della nostra terra, anche se l'apporto puramente fertilizzante è basso.

Può essere utilizzato a diretto contatto con le radici ed è particolarmente indicato come terriccio per le piante in vaso o da spargere sul prato.

Prima di utilizzarlo è utile effettuarne la vagliatura per mezzo di un setaccio al fine di separare le parti più dure che non si sono ancora trasformate (i sovvallignei).

## Sovvallignei:

Sono utilissimi per la pacciamatura delle aiuole, della base degli alberi e dell'orto. La pacciamatura garantisce un ottimo habitat per i microrganismi del terreno e per i lombrichi ed inibisce la crescita delle erbe indesiderate.

La preparazione è analoga a quella del metodo a). La differenza è che si arriverà alla dimensione massima del cumulo conferendo il materiale quando disponibile e quindi in un arco di tempo più lungo.

Normalmente la soluzione di tipo b) è più praticabile utilizzando compostiere o sistemi di contenimento e protezione già predisposti.

In entrambi i casi dopo circa 1-2 mesi è consigliabile, ma non strettamente necessario, provvedere al rivoltamento/rimescolamento del materiale. Questa operazione apporta nuovo ossigeno alle parti interne e migliora il processo di trasformazione in humus.



## Tecniche di Compostaggio

Tutti possono compostare i propri rifiuti organici. Esistono tecniche ed impianti funzionali per ogni situazione abitativa. I diversi impianti possono essere scelti valutando le dimensioni della famiglia, dell'orto/giardino, considerando gli specifici aspetti funzionali e, non ultimo, tenendo presente l'aspetto estetico.

Un sistema valido e simpatico per tutti, ma soprattutto per chi vive in appartamento è quello della ...

### Compostazione con lombrichi.

#### Requisiti:

Uno spazio di circa 0,25 mq sul balcone, in garage o in cantina. Una cassetta di legno con coperchio di circa 40x60x30 cm (normalmente adatta per 3 persone).

Una manciata di lombrichi.

#### Suggerimenti:

Sotto la cassetta occorre mettere un giornale o del cartone in grado di assorbire l'umidità liberata dalla trasformazione dei rifiuti in Humus.

E' anche consigliabile l'utilizzo di un sottovaso o di un naylor per evitare disporcare il luogo ove poggia la cassetta.

Quando vengono conferiti nuovi rifiuti è opportuno coprirli con dei fazzoletti di carta usati o con una spruzzatina di terra per prevenire la possibile eccessiva presenza di moscerini.

#### Gestione:

Introdurre i lombrichi, con la loro terra, nella cassetta.

Conferire i rifiuti organici della cucina con la cadenza che preferite (giornaliera, settimanale).

Dopo 2/5 mesi, a seconda delle stagioni, ammuccchiare

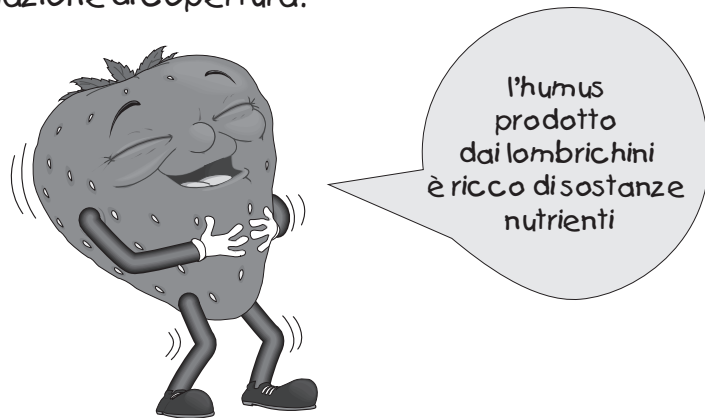
l'humus prodotto in un lato della cassetta e conferire il nuovo materiale nello spazio liberato. In pochi giorni i lombrichi si trasferiranno nella zona contenente il cibo più fresco permettendo così di asportare l'humus prodotto senza portare via i lombrichi dalla cassetta.

Aspettando un mese prima di asportare l'humus saremo sicuri che tutte le uova dei lombrichini si saranno schiuse e che anche loro saranno migrati verso la zona ricca di cibo fresco.

### Utilizzo:

L'humus di lombrico è ottimo da aggiungere regolarmente (una volta al mese) in piccole dosi alle piante in vaso.

È ottimo anche per l'orto, distribuito in modo mirato ai singoli ortaggi sia nella buca del trapianto che come concimazione di copertura.



Per chi possiede anche un orto/giardino è necessario utilizzare altri tipi d'impianto che per semplicità raggruppiamo in... Cumule Compostiere.

### Requisiti:

Uno spazio proporzionale alla massa degli scarti da trasformare; molto indicativamente è necessario un metro quadrato ogni cento metri quadrati di orto/giardino.

La compostiera o altro sistema di contenimento tipo rete, mattoni o cassone di legno.

### Suggerimenti:

Alla base del cumulo/compostiera occorre:

- mettere rami di pezzatura grossolana per permettere una buona aerazione;
- spargere dei trucioli o pezzi di carta e cartone per fare assorbire l'acqua ricca di elementi nutritivi che viene rilasciata durante la trasformazione del rifiuto in humus;
- aggiungere del compost maturo, del letame o un attivatore batterico, sulla base del nostro cumulo/compostiera.
- quando si crea il cumulo o si carica la compostiera per la prima volta è consigliabile conferire una quantità di rifiuto consistente e composta da diverse tipologie di materiale. Questo permette il raggiungimento delle temperature ottimali per la compostazione;
- la base del cumulo o altro sistema (le compostiere hanno le loro dimensioni fisse) dovrebbe essere di circa 100-200 cm per la lunghezza che preferite e l'altezza deve essere maggiore di 70 cm fino a 100-120 cm.

### Gestione:

a) **Moltirifiuti...**

Il metodo più adatto per chi ha grandi quantitativi da smaltire e sufficiente spazio per stoccare il materiale necessario all'allestimento è quello del cumulo in un'unica soluzione.

Il cumulo può essere preparato conferendo, in strati di circa 10-30 cm, i diversi materiali singolarmente oppure la loro miscela preparata in precedenza.

Una volta pronto occorre coprirlo con paglia o teli per proteggerlo dalle intemperie.

b) **Pochirifiuti...**

Questo sistema è più agevole da attuarsi per chi non ha molto spazio (normalmente meno di 500 mq), ma può essere utilizzato anche per dimensioni superiori.