



# **Das Wir im Ich. Das Ich im Wir.**

Zehn Projekte.  
Ein Portfolio.

**Stephanie Rauer**

Ausbildung zur Permakultur-Gestalterin  
2016-2019



## Von Dokumentarfilmerin zur Permakultur-Gestalterin

Geboren wurde ich 1977 in Deutschland, seit 2006 lebe ich im Tessin, bin verheiratet und habe zwei Töchter. In den Wanderjahren zwischen 20 und 30 konnte ich dank meines Berufes viel reisen und habe einige Jahre in Mexiko und Argentinien gelebt. Das Thema Migration und ihre ökologischen, ökonomischen und sozialen Gründe waren oft Schwerpunkt meiner Arbeit. Ich durfte viel leben und erleben, das meiste war schön, wenig Schlimmes. Ich fühle mich von guten Mächten geborgen. Ein Urvertrauen, dass alles seinen Weg geht. Schon immer habe ich lieber Fragen gestellt, als Antworten gegeben. Und den naiven Wunsch gehegt, diese Welt ein wenig besser zu hinterlassen, als ich sie vorgefunden habe. Ich war politisch und sozial engagiert, aber irgendwie stellte sich auf Dauer immer ein Frustgefühl ein, nicht wirklich etwas verändern zu können. Dass ich viel zu klein bin für die grossen Zusammenhänge da draussen.

2013 drehte ich einen Film über ecuadorianische Indigene, die in der Schweiz vor Supermärkten um Almosen betteln. Die Leere und Sinnlosigkeit eines Lebens, das von Arbeit und Konsum bestimmt ist, zeigten sie mir in hochdosierter Form. Und setzten uns allen einen Spiegel vor. Sie haben ihre Familien, ihre Kinder, ihr Land, ihre Traditionen verlassen, um uns mit all unseren materiellen Dingen ähnlich zu werden. In Ecuador sah ich, dass sie es sind, die wahrlich reich sind: Reich an Wissen, wie man mit wenig gut leben kann, wie man sich selbst versorgt, wie man achtsam mit der Erde umgeht, wie man in der Familie und als Gemeinschaft zusammenhält. Sie wollen so werden wie wir, dabei müssten wir dahin zurück, wo sie herkommen: Meine Urgrosseltern haben sich noch aus ihrem Garten ernährt. Für mich unvorstellbar. Innerhalb weniger Jahrzehnte wurden so viele Verbindungen gekappt und ging so viel Wissens- und Erfahrungsreichtum verloren. Ich fragte mich: Was würde passieren, wenn morgen alle Supermärkte schliessen würden... höchstwahrscheinlich würde ich keine zwei Wochen überleben. So wie wahrscheinlich die meisten Menschen um mich herum. Spätestens wenn die letzte Konserve aufgebraucht ist, würde wohl ein Kampf ums Überleben toben. Denn wir wissen zwar unglaublich viel, aber haben keine Ahnung mehr, wie wir selbst für unser Essen sorgen können. Und vor allem: Wie wir es produzieren können, ohne unsere Erde dabei kaputt zu machen. In Ecuador wurde mir bewusst, wie reich wir sein könnten, würden wir besser wert schätzen, was wir haben.

Wir leben über unsere Verhältnisse - aber unter unseren Möglichkeiten.



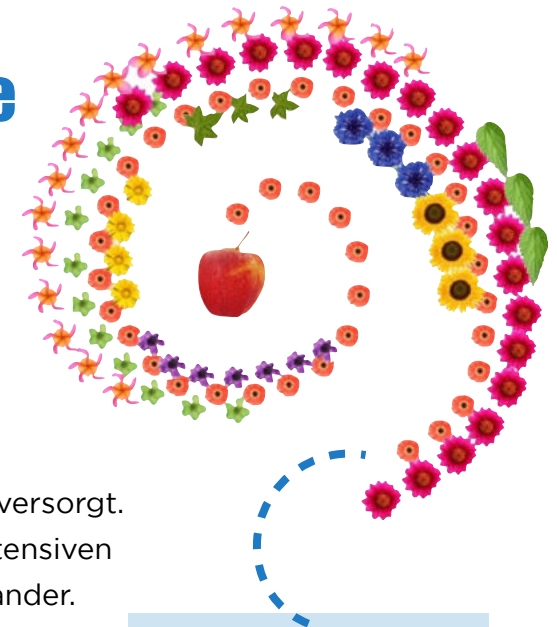
Als mir meine eigene Abhängigkeit von diesem System bewusst wurde, das die meisten unserer derzeitigen Probleme verursacht, suchte ich nach gangbaren Alternativen im Alltag. Der erste Schritt: Weniger Bedürfnisse haben und dadurch weniger konsumieren. Die nächsten Schritte: Selbst herstellen, selbst anbauen, wiederverwenden, Kreisläufe schliessen. Im Minimalismus und in der italienischen Decrescita felice-Bewegung (Postwachstumsgesellschaft) suchte ich nach nützlichen Strategien. In der Permakultur habe ich viele Antworten gefunden, weil sie uns lehrt, wie alles miteinander verbunden ist. Und daher jeder angesichts globaler Veränderungen auf sehr konkrete Weise etwas bewirken kann. Für mich öffnete sich eine völlig neue Welt. Eine Welt, in der es Probleme gibt, aber in der es um Lösungen geht. Um einfach verständliche und für jeden in seinem eigenen Leben umsetzbare Lösungen. Genial. Darüber wollte ich mehr erfahren. Und habe seither nicht mehr damit aufgehört....

Nach dem Grundkurs PDC 72h im Jahr 2016 habe ich zwar mit einigen Projekten im eigenen Leben begonnen, habe aber lange gezögert, ob ich in der Lage bin, in der Ausbildung weiterzugehen. In der Mitte des Lebens nochmal ganz von vorne anzufangen - geht das? Völlig fachfremd? Ich hatte das Gefühl, 20 Jahre an Wissen verpasst zu haben, dass ich nie auf dem Stand eines Gärtners oder Umweltwissenschaftlers sein werde. Aber wenn man einmal spürt, dass man auf dem richtigen Weg ist, wie soll man ihn dann wieder verlassen? Ein weiteres Aufeinandertreffen mit Marcus Pan hat mir den Mut gegeben, es zu wagen und die Permakultur auch in beruflicher Hinsicht anzugehen. Seit 2017 bin ich in der Diplomausbildung der down to earth Akademie.

Auch wenn ich selbst vielleicht den Tag nicht mehr erlebe, an dem uns das Öl ausgeht und alles zusammenstürzt wie ein Kartenhaus, so möchte ich doch gerne dazu beitragen, dass der Aufprall für die künftigen Generationen nicht ganz so hart wird. Und so versuche ich nun, all das nachzuholen, was mir an Wissen entgangen ist: Bücher lesen, Kurse besuchen, mit Selbstversorgung experimentieren, Methoden ausprobieren, Muster erkennen, Pflanzenheilkunde, essbare Wildpflanzen, den Boden und das grosse Ganze im Kleinen verstehen lernen. Andere freudvoll und ohne Angst motivieren, selbst aktiv zu werden. Brücken bauen. Und mich darüber freuen, wenn meine Kinder wissen, wie eine Pflanze heisst, die ich selbst vor wenigen Jahren noch nicht hätte benennen können. Geschweige denn gesehen hätte.



# Die 10 Projekte



## Lernspirale

Blüten und Blätter stehen für ein Projekt, die Anzahl für die Monate

## 1. MOTTI - Selbstversorgung in Zone 1

**Vision:** Wir nutzen das Land vor unserer Haustür, um weit entferntes Land zu schützen.  
**Mission:** Wir maximieren auf kleinem Raum den Nahrungsmittelanbau.

## 2. LÔRTO und die Revolution des Heuhalms

**Vision:** Wir gestalten einen familienfreundlichen Gemeinschaftsgarten, der sich selbst und uns versorgt.  
**Mission:** Auf einer Wiese legen drei Familien mit Hilfe der elementaren Anbaumethode einen extensiven Gemüsegarten an, schaffen Vergleichsflächen und stärken die Verknüpfungen untereinander.

## 3. Die Wertschätzung der Randzone

**Vision:** Gestaltung der permakulturellen Ausbildung in der italienischen Schweiz  
**Mission:** Planung und Aufbau eines Vereins nach permakulturellen Grundsätzen zur Organisation und Förderung von Permakultur Design Kursen und anderen Weiterbildungsangeboten

## 4. CASA VIGNACCIA - Pflanzkonzept für die Zone 1

**Vision:** Rund um das Haus entsteht ein Traumgarten, der Schönheit, Vielfalt und Nutzen in sich vereint und in dem alle ihren Platz haben  
**Mission:** Erarbeitung eines Pflanzkonzeptes unter Berücksichtigung der vorhandenen Strukturen

## 5. DER KOMPOSTWALD - vom Müll zum Mull

**Vision:** Im Kompostwald bleiben die Ressourcen des Gartens vor Ort und werden nach dem Vorbild der Natur dem Kreislauf als Nährstoffe wieder zugänglich gemacht.  
**Mission:** Schaffung eines extensiv genutzten Kompostgartens



## 6. ACQUI TERME - neues Leben im Piemonte

**Vision:** Der wandelbare Garten ermöglicht Ertrag, Wissen, Entfaltung und Begegnungen.

**Mission:** Die Planung zeigt Übersicht, Struktur und Umsetzungsabfolgen auf und hilft, mit der vorhandenen Energie zu haushalten.

## 7. SINTESI - die Verbindung zwischen Haus und Garten

**Vision:** Der Garten und das Haus sind stärker zu einem gesamten Wohnraum verbunden.

**Mission:** Die vorhandenen Ressourcen des Gartens besser nutzen, Verbindungen und Nutzungsmöglichkeiten aufzeigen

## 8. Das Plastik-Experiment - verpackungsfreier Einkauf im Supermarkt

**Vision:** Ich sensibilisiere möglichst viele Menschen im Tessin für die Vermeidung von Plastikmüll und erziele dabei mit möglichst wenig Aufwand einen hohen Wirkungs- und Informationsgrad.

**Mission:** Vier Mütter experimentieren spielerisch mit verschiedenen Arten einzukaufen und vergleichen Zeit, Preis und Verpackungsmüll. Gemeinsam wird darüber reflektiert, wie Abfall vermieden werden kann. Das Ergebnis wird Tessiner Medien vorgestellt.

## 9. Ernährung und Permakultur

**Vision:** Als Familie möchten wir ressourcenschonend leben, uns und die Welt gut behandeln und dabei möglichst glücklich sein.

**Mission:** Wir wenden die permakulturellen Prinzipien von David Holmgren auf die Ernährung in unserer Familie an.

## 10. „Perma...was???“ - die Ausstellung

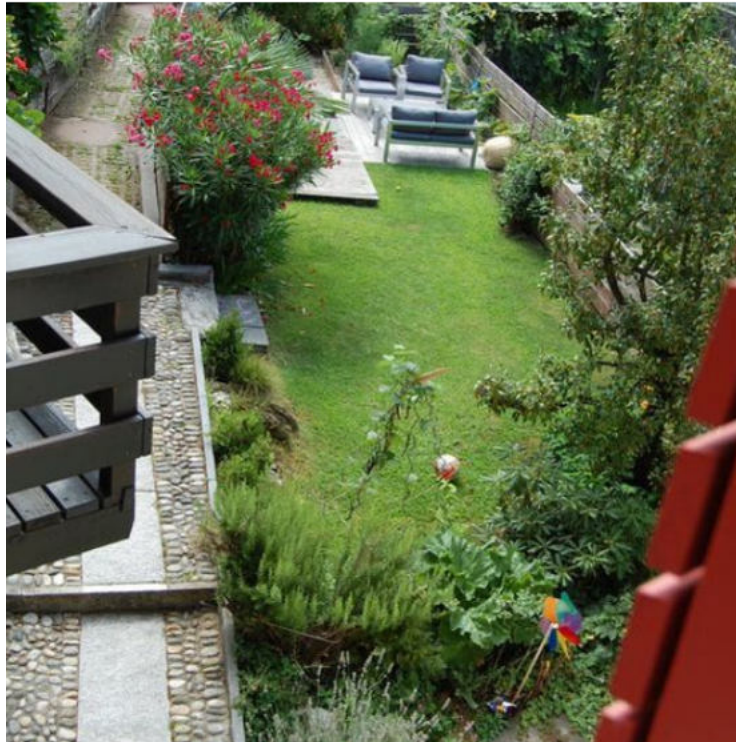
**Vision:** Eine vielseitig wiederverwendbare Ausstellung zu Definition, Geschichte, Ethik, Prinzipien und Praxis der Permakultur, die sich an den jeweiligen Ort anpassen kann und einfach verständlich ist

**Mission:** Abfall vermeiden, Recycling-Material nutzen und mit einfachen Mitteln für Permakultur begeistern

## Projekt 1

# MOTTI - Selbstversorgung in Zone 1

oder: Was man mit 75 Quadratmetern so alles anstellen kann...



Juli 2016



Juli 2019

## Projekthalt:

In einen kleinen Hausgarten, der bislang eher Ruhe- und Spielort war, soll die Funktion Nahrungsanbau maximal integriert werden. Dazu werden die einzelnen Mikroklimazonen analysiert, in verschiedene Nutzbereiche aufgeteilt und passende Elemente gesucht, die sich als gesamtes System auf den sieben Ebenen des Waldgartens bewegen. In die Zone 1 werden Elemente aus der Zone 2 integriert, sowie Platz für die Zone 5 reserviert.



## Strategie:

### DREAM DISCOVER DEVELOP DESIGN DELIVER

#### 1. Zustandsbeschreibung

In welcher Umgebung leben wir? Wie ist die Beschaffenheit des Grundstückes, welche Energien wirken auf es ein?

#### 2. Input-/Output-Analyse

Was brauchen wir, unser Land und die Lebewesen die in und mit ihm wohnen? Was haben wir als Ressourcen zur Verfügung?

#### 3. Zonenplanung

Unterteilung der verschiedenen Mikroklimen und Funktionen in „Mikrozonen“

#### 4. Beobachten

Von Winter 2016 bis Herbst 2017 werden die einzelnen Mikrozonen beobachtet und ihre möglichen Ressourcen und Funktionen dokumentiert.

#### 5. Gestalten

Erstellung einer Liste mit Elementen, die in das System zusätzlich integriert werden können. Dabei wurde auf Multifunktionalität, folgerichtige Anordnung und die optimale Nutzung der Standortbedingungen unter Berücksichtigung von Holmgrens Prinzipien geachtet.

#### 6. Umsetzen

Nach Erstellung eines Planes werden die neuen Elemente nach und nach realisiert und deren Zusammenwirken beobachtet.

#### 7. Reflektieren

Die Entwicklung des Systems gibt Feedback für weiteres Vorgehen.

## Fazit:

Es braucht keine riesigen landwirtschaftlichen Flächen, um permakulturell zu gestalten! Auf kleiner Fläche lässt sich viel beobachten, durchdenken, planen, umsetzen und experimentieren. Unser Garten schenkt uns einiges an Nahrung. Mehr als ich gedacht hätte. Die Anbaufläche hat sich von vier auf ca. 60 qm erhöht und schliesst durch die Pergola und die Nutzung der umliegenden Mauern auch die dritte Dimension mit ein. Durch die Anbindung der Zone 5 an die Zone 1 kamen als Ertrag essbare Wildkräuter und Kollaborationen mit der Nachbarschaft hinzu.

Eine Lektion, die ich in diesem Projekt lernen durfte: den Kreislauf des Lebens vom Werden und Vergehen zu akzeptieren: „Der Garten wächst, wir sehen, wie die Planung Formen annimmt. Die ersten Pflanzen sind zu ernten, Radieschen, Salat, Mangold. Doch irgendwie tue ich mich schwer damit! So mühevoll haben wir sie zum Wachsen gebracht und sie haben es auf wunderbare Weise getan - und nun sollen wir sie einfach pflücken und aufessen? Sie hinterlassen eine Leere - im wahrsten Sinne des Wortes. Es ist, als ob wir sie der Beendigung ihres Zyklus berauben. Was ist mit dem Fair Share für die Pflanzen selbst?“ So lasse ich einen Teil der Pflanzen Samen bilden, damit sie ihr Erbgut weitertragen können. Wir arbeiten nicht auf den einen Idealzustand hin. Der Garten ist jeden Tag anders. Gleichgewicht heisst nicht, dass der Ist-Zustand immer gleich bleibt. Auf die Klimax folgt zwangsläufig der Abstieg. Denn nur im Wechsel, im wellenförmigen Auf und Ab, im Ein- und Ausatmen steckt das Leben.

Dieses Projekt verdeutlichte mir, wie wichtig der Nahrungsmittelanbau vor der eigenen Haustür ist und dass eine Rückkehr von einer Massen-Monokultur hin zu kleinen, differenzierten und möglichst intensiv nutzbaren Hausgärten für die Zukunft unseres Lebens auf diesem Planeten unumgänglich ist. Und darüber hinaus auch sehr viel Freude bereitet! Als Vision sehe ich nach dem Prinzip Schichten und Stapeln in den Vorgärten statt energieintensiver und monotoner Rasenflächen kleine Waldgärten, die wenig Platz auf verschiedenen Ebenen perfekt ausnutzen können und vielseitigen Ertrag und Lebensraum bieten.

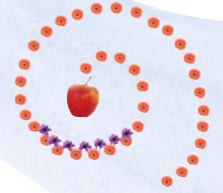


### Fair Share und Anbindung der Zone 5

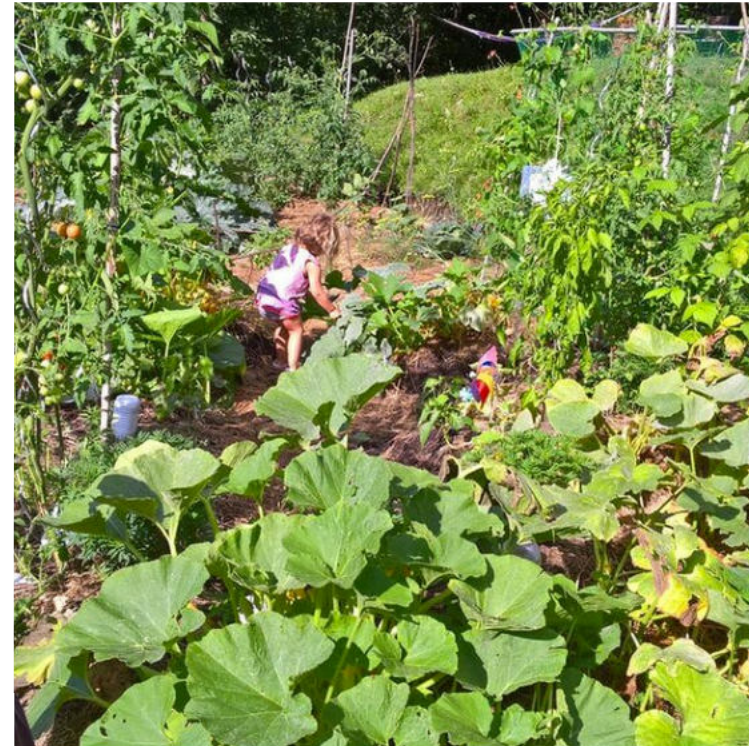
Überschuss wird mit Passanten geteilt

# LÔRTO und die Revolution des Heuhalms

oder: Was man mit einer Wiese so alles anstellen kann...



Mai 2017



August 2017

## Projekthalt:

Um unsere Ertragsfläche weiter auszuweisen, schliessen wir uns 2017 mit zwei weiteren Familien zusammen und gründen auf einem brach liegenden Grundstück im Tessiner Dorf Lôro einen Gemeinschaftsgarten. Da er ein wenig entfernt von unseren Wohnhäusern liegt, soll er mit möglichst wenig Energieaufwand betrieben werden. Er soll Gross und Klein ermöglichen, praktische Erfahrungen im Gemüseanbau zu machen und uns mit gesunden Nahrungsmitteln versorgen. Auf der Anbaufläche haben wir uns daher für die Methode des elementaren Anbaus entschieden, wie sie der Italiener Gian Carlo Cappello in seinem Buch „Civiltà dell’Orto“ beschreibt. Der Name des Projektes „LÔRTO“ setzt sich aus den beiden Wörtern Lôro und orto (Gemüsegarten) zusammen.



# Strategie:

## OBSERVE-VISION-PLAN-DEVELOP-IMPLEMENT

- Zustandsbeobachtung**, Ressourcen- und Bedürfnisanalyse, Sektoren, Zonenplanung
- Wahl der **Methode**: elementarer Anbau
- Planung der **Umsetzungsschritte** und **Realisierung**:
  - keine Bodenbearbeitung
  - möglichst ursprüngliche Vegetation
  - Pflanzen ungeschnitten umknicken
  - darauf 30 cm Heu locker verteilen (Mulchschicht verhindert das Wiederaufrichten der Ursprungsvegetation, speichert Feuchtigkeit, bietet Lebensraum, gibt Nährstoffe und Biodiversität)
  - Nester im Heu formen und darin kleines Loch in den Boden stechen
  - Kulturpflanzen hineinsetzen und wässern
  - Danach: keinerlei Eingriffe in das Geschehen der Natur, keine Bewässerung, keine Düngung, keine Schädlingsbekämpfung
  - So soll sich auf Dauer ein natürliches Gleichgewicht einstellen, in das unsere Kulturpflanzen integriert sind.
- Vergleich und **Reflexion**: Es entstehen zwei weitere Versuchsflächen mit traditioneller und synergischer Anbaumethode. Nach einer Saison werden Humusgehalt und Ernte verglichen und Anpassungen vorgenommen.



### Zonenplanung

# Fazit:

Zwischen den beiden oberen Fotos liegen zehn Wochen. Es war erstaunlich zu sehen, wie mit wenig Aufwand und Einflussnahme auf die Geschehnisse der Natur ein blühender Garten entsteht. Unsere Arbeit beschränkte sich nach dem anfänglichen Einsatz auf das Beobachten, Staunen und Ernten. Oder mit Cappellos Worten: „Wir stecken unsere Nasen nicht in die Angelegenheiten der Natur - ausser um an Blumen zu riechen.“ Es ist nicht immer leicht, nicht einzugreifen. So lehrte mich dieses Projekt auch Geduld und Vertrauen zu haben.

An erster Stelle zur Lösung jedes möglichen Problems steht der behutsame Umgang mit dem Boden. Ihn zu schützen oder zu regenerieren sollte oberste Prämisse eines jeden Gärtners sein. Cappello ist in seiner Kritik an jeder anderen Technik rigoros: zuviel Arbeit und eher zerstörerisch als förderlich. Je weniger wir Menschen in die Natur eingreifen, desto besser. Für ihn kann man nur von Permakultur sprechen, wenn auch die Wildpflanzen permanent leben können. Ich merke aber, dass wir als Permakultur-Designer vor allem undogmatisch und unvoreingenommen die jeweilige Situation betrachten und beurteilen sollten, bevor wir uns an Entscheidungen über Elemente und Methoden wagen. Diese Anbaumethode kann in bestimmten Fällen die richtige Wahl sein. Es gibt aber nicht DAS

Patentrezept für DEN richtigen Weg. Dieser bedeutet vor allem eine enorme Verantwortung zu übernehmen: für das Land und für alles Leben, das sich darin bewegt. Diese Erkenntnis gilt nicht nur für den Umgang mit dem Boden, sondern auch für das Miteinander in jedem anderen System.

Für uns und unsere Bedürfnisse hat diese Methode im Vergleich zur konventionellen und synergischen Methode am besten abgeschnitten. Der Boden ist nach einem Jahr ohne jegliche Bearbeitung locker geworden, Humus hat sich gebildet. Die Pflanzen haben keinerlei weitere Hilfe von uns benötigt. Im zweiten Jahr merkten wir, dass der Boden dort fruchtbarer war als im synergischen Beet und nicht wie auf der konventionellen Fläche Humus verloren bzw. verdichtet, sondern aufgebaut worden war. Im dritten Anbaujahr musste ich mir eingestehen, dass ich den Garten neben all den anderen Diplomprojekten aus Zeitgründen nicht genügend betreuen konnte. Bis dato ist noch nicht klar, wie es weitergehen wird.

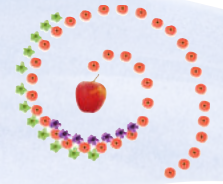


### Wasser, Erde, Luft und Feuer

Beim elementaren Anbau wird mit den vier Elementen gearbeitet

# Die Wertschätzung der Randzone

oder: Was man mit drei Menschen so alles anstellen kann...



Mai 2018

V.r.: Nadia, Alice und ich nach dem aktiven Träumen



Mai 2019

Workshop während des Permakultur-Festivals

## Projekthalt:

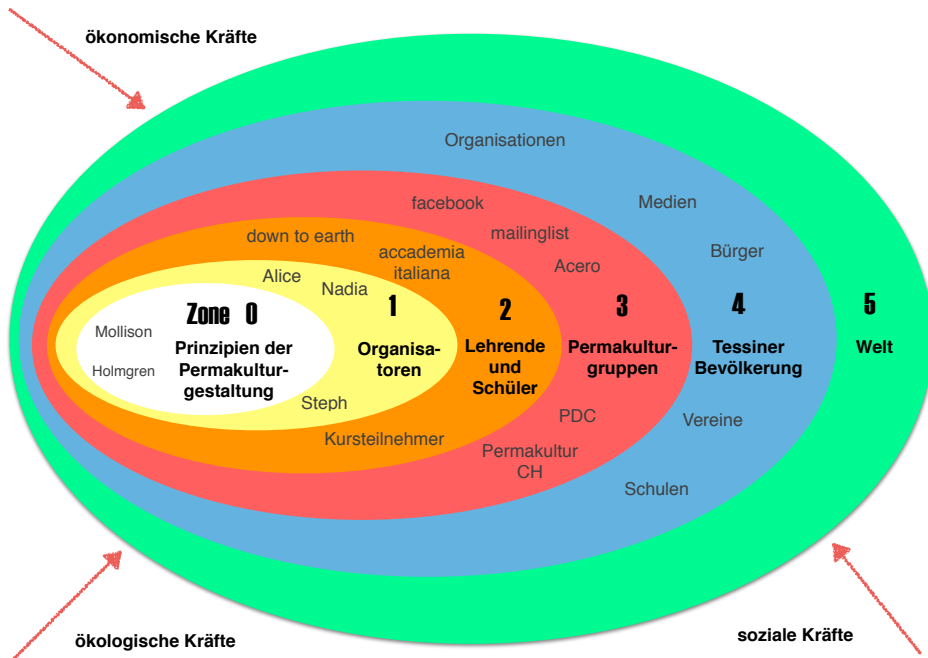
Drei Absolventinnen aus dem ersten Tessiner PDC 72h haben den Wunsch, diesen Kurs auch weiterhin in die italienische Schweiz zu holen. Aus dieser Anfangsidee ist schnell die Vision eines Vereins zur permakulturellen Weiterbildung entstanden: die „Scuola di Permacultura della Svizzera italiana“. Wir möchten sowohl den PDC und kürzere, themenspezifische Kurse organisieren, als auch zukünftig die Möglichkeit bieten, dass Permakultur-Studierende in der italienischen Schweiz durch Tutoren begleitet werden können. Bald wird uns bewusst, dass wir bei der Gestaltung dieser Schule permakulturelle Planungsschritte befolgen möchten und das Wohl des Teams im Mittelpunkt stehen soll.



## Strategie:

### DREAM DISCOVER DEVELOP DESIGN DELIVER

1. gemeinsame **Vision** entwickeln
2. **Zustandsbeobachtung**, Ressourcen, Bedürfnisse und Sektoren ermitteln
3. In welchen **Zonen** agiert der Verein?



4. **Funktionen und Elemente** entdecken, auf **Holmgrens Prinzipien** prüfen
5. **Elemente** in den Zonen **verorten**, Prioritäten setzen, Aufgaben verteilen
6. **Betriebssystem Soziokratie 3.0:** Entscheidungen im Konsens, sondern im Konsent - nicht die Mehrheit, sondern das bestverfügbare Argument entscheidet
7. **Energiehaushalt** und **Nachhaltigkeit** berücksichtigen (z.B. virtuelle Treffen, wenn Anwesenheit nicht erforderlich)
8. Entwicklungsschritte gemeinsam **reflektieren** und gegebenenfalls anpassen

## Fazit:

Manchmal ist es einfacher, Pflanzen zu verstehen als Menschen. Unser Gestaltungsprozess ging nicht immer ohne Konflikte vonstatten. Aber wir haben es geschafft, sie zu meistern. Mir hat geholfen, dass ich eher Ressourcen und Chancen und weniger Hindernisse wahrnehme. Wären aber alle so wie ich, würden wir in der Praxis nicht weit kommen. Es braucht alle Persönlichkeiten von der Vision über Planung und Realisation bis hin zur Zelebration des Erreichten.

Der Gestaltungsprozess der Schule ist wie jeder natürliche Prozess eine Entwicklung, die nicht einfach mit diesem Projekt abgeschlossen ist. Der Verein wird sich wie in einer Spirale weiterentwickeln und verändern. Von aussen betrachtet ändert sich durch diesen Gestaltungsprozess an der Organisation eines Kurses vielleicht nicht viel. Aber in der Qualität des bewussten Zusammenarbeitens schon, z.B. mit Hilfe der Werkzeuge der Soziokratie. In diese Richtung möchten wir gerne weiter lernen.

Momentan kommen alle unsere Lehrenden aus Italien. Um resilienter und unabhängiger zu sein, werden wir die Lehrqualifikationen in unserer Gruppe fördern, um langfristig selbst in der Lage zu sein, Kurse geben zu können.

Eine Erkenntnis für mich ist, dass wir nicht hauptsächlich nach aussen, sondern vor allem nach innen agieren können, um zu verhindern, dass freiwilliges Engagement als belastende Pflicht statt als Bereicherung empfunden wird. Der Verein kann nur dann existieren, wenn seine Mitglieder ein aktives Bedürfnis haben, sich zu engagieren. Weil wir zum Beispiel selbst an den Inhalten der Kurse interessiert sind oder unser Netzwerk bereichern. Nur dann kann mehr Energie an uns zurückfließen, als wir in das System hineingeben.

Ein grosses Thema ist auch die monetäre Energie, die wir mit Kursen generieren. Als Non-Profit-Organisation hatten wir beschlossen, den Gewinn an die Teilnehmer zurückzugeben oder Tessiner Projekten zu spenden. Doch das führte dazu, dass wir teilweise handlungsunfähig wurden und einiges aus eigener Tasche bezahlten. So wie man auch den Regen nicht von seinem Garten abschirmt, so sammeln wir nun also den Geldregen und lassen ihn in unserem System für uns sinnvoll arbeiten, z.B. um kostenintensivere Kurse vorzufinanzieren oder künftig eine Orga-Teilzeitstelle zu bezahlen.



### Logo

Associazione di Permacultura della Svizzera italiana

# CASA VIGNACCIA - Pflanzkonzept für die Zone 1

oder: Was man mit seinen Träumen so alles anstellen kann...



Januar 2018



April 2019

## Projekthalt:

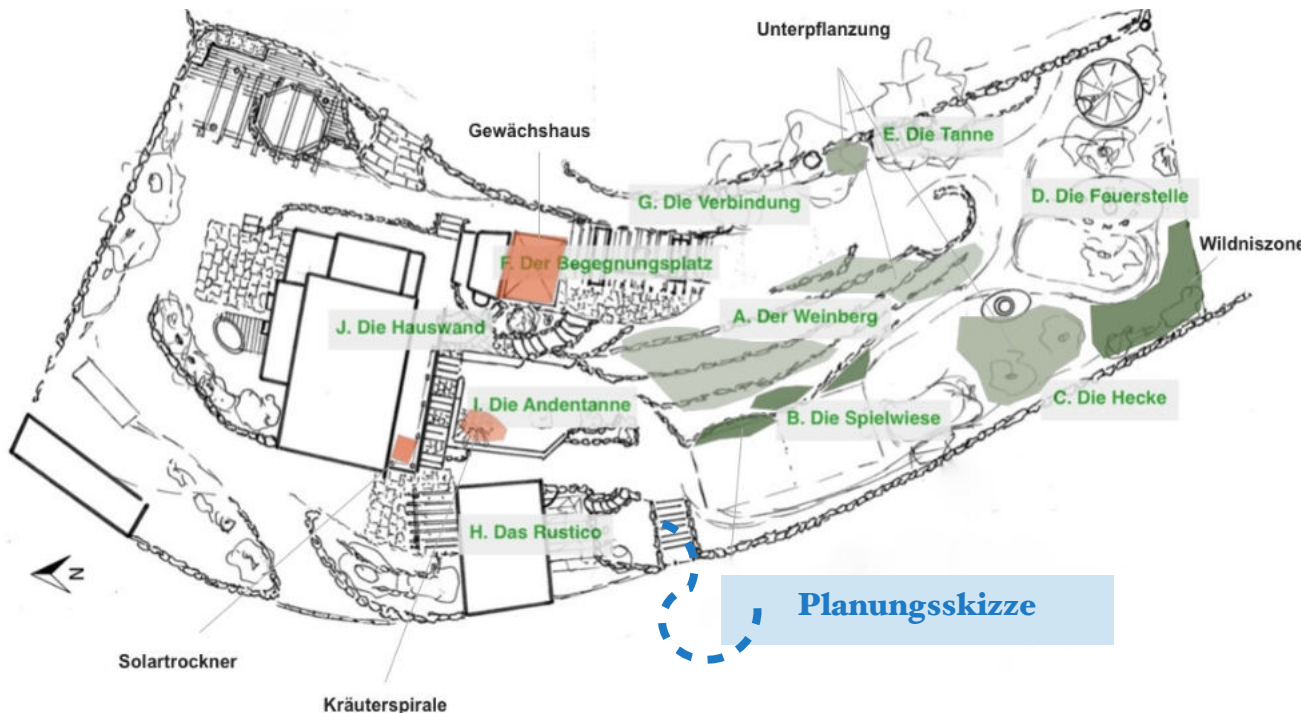
Der rund 3500 Quadratmeter grosse Garten der Casa Vignaccia im Tessiner Bleniotal wird permakulturell umgestaltet. In einem ersten Schritt sollen in diesem Projekt bestehende Elemente rund um den kleinen Weinberg an der Südseite des Hauses optimiert und besser miteinander verbunden werden. Hier entsteht ein Erholungsgarten - der „Traumgarten“ -, der Schönheit, Vielfalt und Nutzen in sich vereint und in dem alle ihren Platz haben. Hierzu werden thematische Pflanzkonzepte ausgearbeitet. In weiteren Schritten sollen das Wassermanagement optimiert, ein Kompostgarten sowie Kräuter- und Gemüsebeete angelegt werden. Die Umsetzungsphase erstreckt sich über 5 Jahre.



## Strategie:

### DREAM DISCOVER DEVELOP DESIGN DELIVER

1. Kennenlernen der **Wünsche und Bedürfnisse** von Ort und Menschen
2. **Ressourcen und Hindernisse** ermitteln
3. **Zonenplanung und Sektorenanalyse**
4. Konzentration auf einen Teil der **Zone 1**
5. **Elemente und Funktionen:** Vieles ist schon vorhanden und muss nur erkannt und aufgewertet werden. Neu hinzu kommen Solartrockner, Gewächshaus und Kräuterspirale, sowie Pflanzinseln, eine Wildniszone und die Unterpflanzungen der Obstbäume. Die Hecke an der Grundstücksgrenze wird pflanzlich verändert.
6. **Schlüsselfunktionen:** Bodenfruchtbarkeit, Naturreiche einbeziehen, Ressourcennutzung, Verbindungen schaffen
7. Ausarbeitung eines detaillierten **Pflanzkonzeptes mit Planungsskizze**



## Fazit:

Dies war die erste Erfahrung im Gestalten für Dritte und eines mir unbekanntes Geländes. Schwierig fand ich, das Grundstück nicht in allen Jahreszeiten erlebt zu haben und ich hätte mehr Zeit und Ruhe vor Ort benötigt, um auch die vorhandenen Pflanzen in allen Details erfassen zu können. Der Besitzer öffnete mir in dieser Hinsicht alle Türen, ich hätte jederzeit auf das Gelände gekonnt, um zu beobachten und Planungsschritte zu überprüfen. Mein Alltag hinderte mich aber daran, mich öfter ins Bleniotal zu begeben. Der Faktor Zeit scheint in der Permakultur zwischen Theorie und Praxis unterschiedliche Wertschätzung zu genießen. Tatsächlich stellt sich für mich die Frage, wie ein Permakultur-Designer damit umgeht, wenn mit dieser Ausbildung eine wirtschaftlich rentable Beschäftigung angestrebt werden soll. Wahrscheinlich - oder hoffentlich - kommt mit der Erfahrung auch die Sicherheit, die das Fehlen einer langen Beobachtungsphase ausgleichen kann. Im Feedback während eines Diplomkurses wurde mir bestätigt, dass die Grobplanung - d.h. Zonenplanung, Auflisten der benötigten Funktionen und Elemente, Platzieren auf dem Gelände - durchaus in kurzer Zeit möglich ist. Für eine Detailplanung muss zeitlich viel mehr investiert werden. Hier hilft die Idee, dass wir als Designer nicht einfach ein Produkt entwerfen, sondern eher unterstützende, anleitende Funktionen in Zusammenarbeit mit den Auftraggebern übernehmen sollten.

Gewonnen habe ich durch dieses Projekt:

- Erfahrungen im Gestaltungsprozess
- Erstellen eines Pflanzkonzeptes
- Kenntnisse von Pflanzen und ihren Verbindungen
- Funktionen und Elemente in der Permakultur
- Planen mit der 5D-Methode

Würde ich weiter an der Umsetzung arbeiten, würde ich mich mit dem Drei-Zonen-Konzept des Hortus-Netzwerkes mit Puffer-, Hotspot- und Ertragszone beschäftigen. Nicht immer ist es angebracht, humusaufbauende Massnahmen zu ergreifen. Nicht alles sollte als Ertragszone angedacht werden und nicht immer reicht es aus, eine Zone 5 einzuplanen, in der einfach der Status Quo beibehalten wird. Wer Biodiversität anstrebt, braucht Magerwiesen für Lebewesen und Pflanzen, die in nährstoffreichen Böden unter den dominanten Stickstoffzeigerpflanzen nicht gedeihen würden.



## DER KOMPOSTWALD - vom Müll zum Mull

oder: Was man mit Blättern, Zweigen und Wiesenschnitt so alles anstellen kann...



2.9.2018  
morgens



2.9.2018  
abends

### Projekthalt:

Im Feriendomizil Casa Vignaccia entsteht ein extensiv genutzter und pflegeleichter Kompostgarten mit passenden Pflanzen, die Schatten, Kompost- und Mulchmaterial, sowie einen essbaren Ertrag bieten. Mit dem Kompostgarten sollen die Abläufe in der Natur so imitiert werden, dass bisherige „Abfallprodukte“ in Form von Küchenresten und Schnittmaterial mit möglichst wenig externer Energie (Arbeitskraft, EMs, Pferdemit o.ä.) wieder zu wertvollen Ressourcen werden. Der Anspruch bei der Suche nach Antworten ist dabei nicht, „superschnelle Superkomposterde“ herzustellen, sondern mit möglichst wenig Energie den grösstmöglichen Ertrag zu erzielen. Daher steht an oberster Stelle Holmgrens Prinzip: „Setze auf kleine und langsame Lösungen!“ Was läge näher, als erst einmal zu beobachten, wie die Umwandlung von organischem Material in verfügbare Nährstoffe am Waldrand funktioniert? Denn dort wendet niemand das Material, fügt Mikroorganismen hinzu oder überprüft die Temperatur.



# Strategie:

## DREAM DISCOVER DEVELOP DESIGN DELIVER

1. **Wissen** aneignen: Wie entsteht **Humus in der Natur?** (Mull bezeichnet den Oberboden mit der grössten biologischen Bodenaktivität) Wie funktioniert ein **Kompostgarten?**
2. Über **Unterschiede**, Vor- und Nachteile reflektieren: Arbeitsaufwand, schnelle Verfügbarkeit, Humusaufbau, stabile Tonverbindungen
3. **Vision**, Wünsche, Ressourcen, Bedürfnisse erkennen
4. **Standort** nach Zonenplanung und Sektorenanalyse festlegen
6. Gestaltung des neuen Elements: **KOMPOSTWALD**
7. **Pflanzkonzept** erstellen
8. **Aufbau** im Rahmen eines Diplomkurses als deutsch-schweizerisch-italienische Gruppenarbeit
9. **Beobachtung** der Entwicklung und Anpassungen

# Fazit:

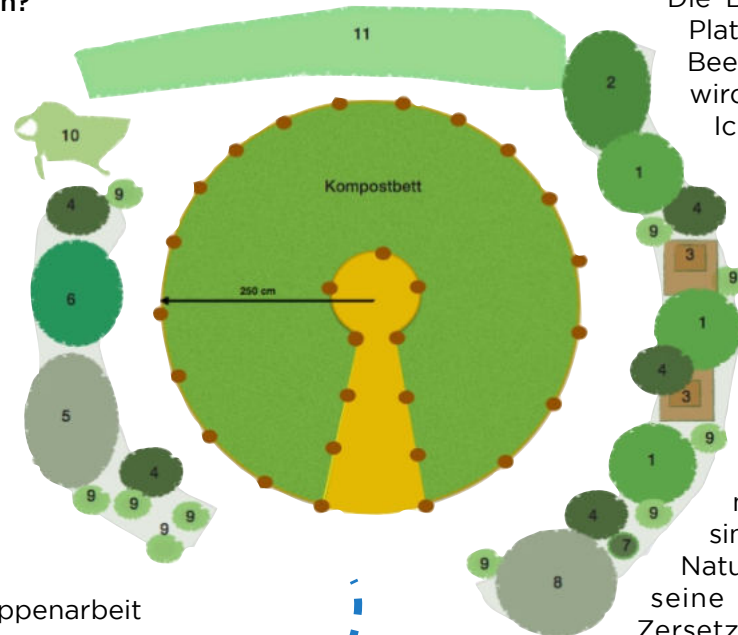
Wie kommen wir vom Müll zum Mull? Ich habe versucht, eine Antwort zu finden, die allen Beteiligten zu Gute kommt. Die Besitzer haben einen unkomplizierten Kompostplatz, der an ihre Bedürfnisse angepasst werden kann. Schon vorhandenes Material wurde wertgeschätzt und integriert. So entsteht Humus, der Stickstoff, Kohlenstoff, Nährstoffe und Wasser speichern kann.

Die Bewohner des Bodens finden neue Lebensräume. Der Platz wird optisch aufgewertet. Zukünftig können hier Beeren, Kräuter und Obst geerntet werden. Der Boden wird für künftige Kultivationen direkt vor Ort vorbereitet. Ich werde den Kompostwald auch weiterhin begleiten, um die Entwicklung zu dokumentieren und gegebenenfalls anzupassen.

Für mich war dieses Projekt sowohl in der Theorie als auch in der Praxis eine grosse Lernerfahrung. Von Kompostierung habe ich wenig Ahnung. Also erst mal wieder mit Grundwissen Biologie auseinandersetzen und einen Kompostier-Workshop belegen....dann die Unterschiede zwischen Natur und menschlichen Vorgehensweisen erkennen....Der Aha-Effekt: Die Natur kompostiert eigentlich nicht, sondern mulcht. Ohne positiv oder negativ werten zu wollen, sind bei mir dann einige Fragen entstanden. Was in der Natur passiert, lenkt der Mensch beim Kompostieren für seine Zwecke. Alles muss schnell gehen. Auch beim Zersetzen. Ist es erstrebenswert, natürliche Prozesse zu beschleunigen indem wir immer technologisch versiertere

Kompostierverfahren anwenden? Können wir die Folgen abschätzen? Den Planeten Erde stört es nicht, ob es 10 oder 100.000 Jahre braucht, bis ein Boden wieder fruchtbar geworden ist. Wir sind diejenigen, denen die Zeit davon läuft. Mit jedem Krümel Erde, der uns verloren geht, fällt ein Korn durch die Sanduhr. Der aktive Humusaufbau sollte daher aus ganz egoistischer Sicht - wie so viele andere Themen auch - auf unserer Menschheitsprioritätenliste ganz oben stehen.

Die Idee eines Kompostwaldes ist vielleicht in gewissen Situationen sinnvoll und immer besser, als Ressourcen wie Abfall zu behandeln. Wer sich jedoch mit verwundeten Böden konfrontiert sieht, wird auf diese Weise nicht weiterkommen.



### Schichtaufbau:

1. trockenes Laub mit kleinen Ästen gemischt mit Häckseln
2. Wiesenschnitt und Brennessel
3. Waldboden obere Schicht
4. Waldboden untere Schicht
5. gehäckselte Hasel mit Myzel
6. ungeschnittene Wiese

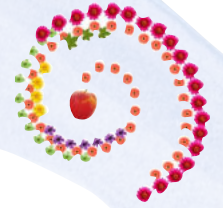
Höhe:  
20-30 cm



## Planungsskizzen

## ACQUI TERME - neues Leben im Piemonte

oder: Was man mit zwei Bernern auf 8 Hektar Italien so alles anstellen kann...



Juli 2018



Juli 2019

### Projekttinhalt:

Ein acht Hektar grosses Anwesen im italienischen Piemonte wird von einem Schweizer Ehepaar in ein Agriturismo verwandelt. Sie wünschen sich dazu einen permakulturell gestalteten Garten als Aufenthalts-, Lern- und Erholungsort für Feriengäste, Workshopteilnehmer und Besucher, als offenen Schaugarten für alle Interessierten und als zukünftigen Lebensmittelpunkt der beiden Besitzer, die ab 2021 hier dauerhaft leben möchten. In diesem Projekt werden eine grobe Gesamtplanung, sowie die Detailplanung für die Elemente Swales und Hecken erarbeitet. Die Herausforderung besteht in der Grösse des Anwesens und in der Entfernung zu meinem Wohnort.



## Strategie:

### TEEPUR

1. **Träumen:** Wünsche erörtern, Projektziel und Vision ermitteln
2. **Entdecken:** Umgebung, Grundstück, Bodenbeschaffenheit, Klima, Sektoren, Ressourcen, Bedürfnisse
3. **Entwickeln:** Zonenplanung, Unterteilung in drei Planungsschritte
4. **Planen:** ElementeKit entwickeln (Foto), Permakulturelle Hauptprinzipien ermitteln, Gestaltung der einzelnen Planungsschritte mit Elementen und Funktionen
6. **Umsetzen:** Swales- und Heckenplanung realisieren
7. **Reflektieren**



**Vom ElementeKit zum Bagger fahren und Swales bauen**

Ein Traum geht in Erfüllung!

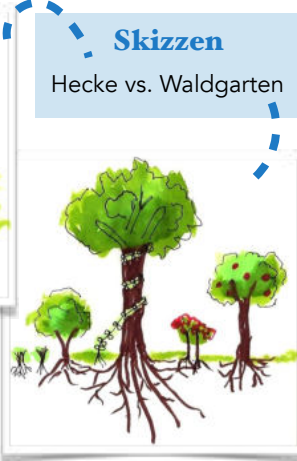
## Fazit:

Diese Projekt birgt so viele Unterprojekte, dass es mir schwer fiel, den Umfang zu definieren. Die räumliche Entfernung zu meinem Wohnort empfand ich als grosses Hindernis, denn Reisen waren mit Zeit, Energie und Kosten verbunden. Daher war ich nur fünf Mal vor Ort und sehe die Planung eher als Übung. Doch das stimmt eigentlich nicht: Es war ein unbeschreibliches Gefühl, die Swales von der Skizze in die Realität zu begleiten. Zu sehen, wie sie entstehen und dass das, was wir uns ausgedacht haben auch in der Praxis funktioniert!

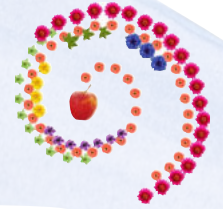
Einen weiteren Mangel sehe ich in der fehlenden Finanzierungsplanung, bei der mir jegliche Erfahrung fehlt. Doch so kann ich nicht bewerten, ob meine Planung ökologisch, sozial UND ökonomisch funktionieren kann. Hier werde ich mir in Zukunft noch Erfahrungen aneignen müssen.

Die Heckenplanung war für mich eine Bestätigung, dass alles fließt, wenn wir nicht versuchen, unseren Willen durchzusetzen. Manchmal muss man wissen, wann es besser ist, den Dingen ihren Lauf zu lassen: Das Pflanzen der Hecken verzögerte sich immer wieder, doch das Beobachten des Geländes zeigt, dass keine Eile besteht. Die Swales können in Verbindung mit der Gründüngung und dem weiteren Auftragen von Mulch den lehmigen Boden vorbereiten. Es ist zu beobachten, ob sich die Bodenstruktur verbessert und die Bäume so eine viel bessere Startposition bekommen. Auch sollte nicht alles sofort gepflanzt, sondern sukzessiv aufgebaut werden.

Wie schon in anderen Projekten merke ich, dass meine Aufgabe oft das vorsichtige Bremsen ist, das bedachtsam zur Seite stehen. Ein wiederkehrendes Thema war das Haushalten mit den eigenen Kräften. Die Grobplanung hilft zwar, das „grosse Ganze“ nicht aus dem Blick zu verlieren. Aber es ist besser, in der Umsetzung klein anzufangen und die Flächen bei Erfolg langsam auszuweiten. Das spart Energie und möglichen Frust. Als Permakultur-Gestalter haben wir eine Verantwortung nicht in erster Linie dem Kunden gegenüber, sondern gegenüber allem mit dem wir verbunden sind: unserer UM-welt - Menschen, Tieren, Pflanzen, Pilzen, dem Klima und der Gesundheit dieses Planeten Erde. Eine Verantwortung, der wir durchaus in kleinen Schritten gerecht werden können und wahrscheinlich auch sollten.



## SINTESI - die Verbindung zwischen Haus und Garten



oder: Was man mit einem planlosen Garten und dem Aufweichen von geraden Linien so alles anstellen kann...



November 2018



Januar 2019

### Projekthalt:

Beratung, Planung und Strategieentwicklung zur besseren Nutzung eines bestehenden Hausgartens in Locarno unter folgenden Schwerpunkten: Biodiversität fördern, Hangsicherung, Verbindungen sehen und schaffen, Humusaufbau, Erholungsort, Wege planen, kleine und langsame Lösungen finden.

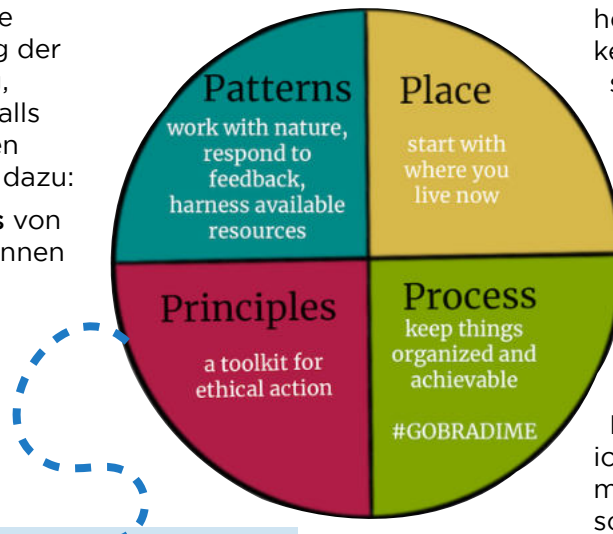
Die Auftraggeberin Rita kontaktierte mich im Dezember 2018 mit der Bitte, ihr mit dem Garten zu helfen und ihr mehr über Permakultur zu erzählen. Der 300 qm grosse Garten sollte mehr Struktur bekommen und gegebenenfalls sollten Pflanzen versetzt werden. Nach einem zweistündigen Beratungsgespräch und Rundgang vor Ort stellte sich heraus, dass dringende Themen vor allem die Hangstabilisierung und der Humusaufbau sind. Das steile Gelände ist an einigen Stellen stark erosionsgefährdet, was den Besitzern bislang nicht aufgefallen war. Meine Aufgabe bestand ausserdem darin, die bereits vorhandenen Ressourcen aufzuzeigen und Kreisläufe zu schliessen (z.B. Grünschnittnutzung), um der Auftraggeberin künftig die Arbeit zu erleichtern.



# Strategie:

## GOBRADIME

1. **Goals-Ziele:** Wünsche erörtern, Projektziel und Vision ermitteln
2. **Observation-Entdecken:** Umgebung, Grundstück, Bodenbeschaffenheit, Klima, Flora, Fauna...
3. **Boundaries-Sektoren:** Sektoren, Bedürfnisse
4. **Ressources-Ressourcen:** Mensch, Ort, Tiere, Pflanzen
6. **Analisis-Analyse:** Auswertung der gesammelten Daten, Nutzzonen definieren
7. **Design:** Gestaltungsplan entwerfen
8. **Implementation-Umsetzung:** Massnahmenkatalog und Umsetzungszeitplan definieren (Masterplan)
9. **Maintenance-Pflege:** Anleitungen und langfristige Tipps geben, in Kontakt bleiben
10. **Evaluation-Auswertung:**  
regelmässige Überprüfung der Entwicklung, gegebenenfalls Anpassungen vornehmen, dazu:
11. **Prozesskreis** von Neuem beginnen



## Die 4P im Permakultur-Design

Systemisches Designdenken und Gestaltungsmethode nach Heather Jo Flores

# Fazit:

Rita ist von ihrem Plan der sofortigen Umgestaltung abgekommen. So fühlt sie sich weniger von ihrem Garten gestresst. Statt eines schnellen Wandels, wie sie ihn sich vorgestellt hatte, konnte ich sie zum Beobachten und Interagieren animieren. Statt zu sehen, was ihrer Meinung nach alles nicht im Garten stimmt, kann sie sich Zeit nehmen zum Staunen und Wahrnehmen, was schon da ist, wie alles zusammenhängt und wie kleine Veränderungen stattfinden. Da die anderen Familienmitglieder den Garten bislang mit Nichtachtung strafen, haben wir gemeinsam Elemente entwickelt, die auch sie in den Garten locken sollen (z.B. Wellness-Oase und Meditationsort). Und wir konnten einige Strategien besprechen, wie schwierige Bereiche im Garten angegangen werden können.

Dies war mein erster "richtiger" Arbeitsauftrag. Es war ein tolles Gefühl, jemanden beraten zu können und für mich eine Bestätigung, auf dem richtigen Weg zu sein. Wie schon in anderen Projekten für Dritte merke ich, dass unsere Aufgabe als Permakultur-Gestalter oft darin besteht, den "Kunden" in seinem Tatendrang zu bremsen. Manchmal bedarf es ein tiefes Atmen, einen Schritt zurückzutreten und zu beobachten, zu träumen, zu Ende denken. Und sich stets dabei fragen: Was sind die potenziellen Auswirkungen meines Wirkens? Wir sind keine Dienstleister, die einfach anderen schöne Gärten entwerfen. Wir sind eher Coaches, die den Auftraggebern helfen, ihre Visionen zu erkennen und selbst Wege zu finden, diese umzusetzen. Sie kennen das Gelände besser als wir, aber wir können ihnen die richtigen Fragen stellen und zusätzliche Informationen geben. Die Ausarbeitung eines Planes hilft, sich nicht in spontanem Aktionismus zu verstricken.

Rita hat mich dagegen auf den Weg gebracht, die Selbständigkeit in der Permakultur zu wagen und meinen Umgang mit Geld und Entlohnung zu hinterfragen. Ich hätte auch kostenlos gearbeitet, doch sie bestand darauf, mich zu bezahlen. So musste ich mich fragen: Was ist eine gerechte Entlohnung? Oftmals stehen wir vor dem Dilemma: Ich will etwas Gutes tun, aber wenn ich Geld dafür nehme, verrate ich irgendwie meine Prinzipien. Aber dem ist nicht so! Wir haben uns das Geld als Tauschmittel für Energie erschaffen. Darin ist unsere Lebenszeit gespeichert. Wenn es mir also helfen kann, die Arbeit zu tun, von der ich überzeugt bin, und mich nicht mit einer anderen "Lohnarbeit" herumplagen zu müssen...warum sollte ich das nicht annehmen? Das hat nichts Geldmacherei zu tun, sondern mit Fair Share und dem Haushalten mit der eigenen Energie.

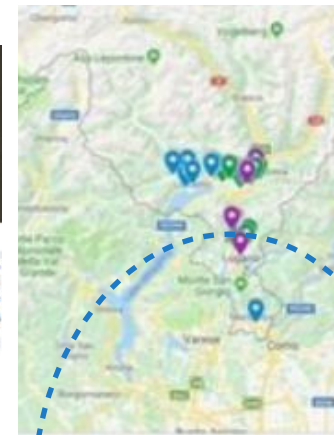
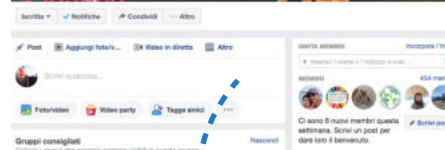


# Das Plastik-Experiment

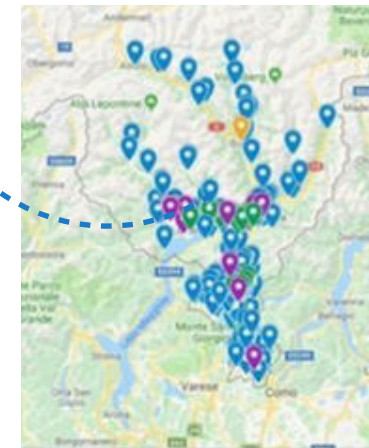
oder: Was man mit vier Müttern und einer Einkaufsliste so alles anstellen kann...



März 2019



April 2019



August 2019

**Ein Element, drei Funktionen**

**Eine Funktion, drei Elemente**

durch das Experiment entstand eine Facebook-Gruppe zum Erfahrungsaustausch, sowie eine digitale Karte, in die jeder verpackungsfreien Einkaufsmöglichkeiten eintragen kann.

## Projekttinhalt:

Um mehr Menschen für einen verpackungsfreien Einkauf, für lokale und ökologische Produkte zu sensibilisieren, starte ich ein Experiment: Vier Mütter gehen mit derselben Einkaufsliste in den Supermarkt, jede mit einer anderen Vorgabe: 1. preiswert 2. spontan, 3. biologisch und regional, 4. ohne Plastikverpackungen. Gemessen werden Zeit, Preis und Abfall. Damit die Ergebnisse nicht nur für uns interessant sind und um den Wirkungskreis zu erhöhen, haben wir örtliche Medienvertreter zum Experiment eingeladen. Eine Journalistin begleitete den Einkauf, die anderen Zeitungen erhielten eine Pressemitteilung und einige Fotos.



## Strategie:

1. Für die **5R-Regel** zur Müllvermeidung begeistern:

### REFUSE

Vor einem Kauf überlegen, ob du die Ware wirklich benötigst und wieviel Abfall sie produziert. Vielleicht kannst du darauf verzichten? Gibt es Alternativen?

### REDUCE

Wenn Du nicht darauf verzichten kannst, vermeide Verpackungen, wo es nur geht.

### RE-USE

Verwende Verpackungen so oft es geht weiter, um ihnen mehrere Funktionen zu geben.

### RECYCLE

Die Natur wirft nichts weg, alles wird recycelt.

### RESTORE

Schau zu, wie die Natur sich mit Stoffkreisläufen selbst heilen und ernähren kann. Bei Plastik ist das leider unmöglich - oder braucht zumindest seeeeeehr viel Zeit.

2. Durch den spielerischen Charakter und eine gut vorbereitete **PR** ist das Experiment für Medien interessant. Die Informationsverbreitung wird dadurch vervielfacht und regt zum Mitmachen an.

## Fazit:

Biologisch. Lokal. Ohne Abfall. Ein Einkauf, wie er früher völlig normal war, scheint heute unmöglich zu sein und erfordert Organisation und Selbstdisziplin. Dabei ist es egal, ob man preiswert, bio oder lokal einkauft - der Verpackungsmüll ist ähnlich hoch.

Mit scheinbar unbedeutenden Gesten kann man aber einiges bewirken! Drei der vier angeschriebenen Medien berichteten über das Experiment. Ein Chefredakteur schrieb einen Kommentar auf der ersten Seite. Ich bekam Anrufe von Menschen, die mir erzählten, dass sie nun den Mut hätten, ihre eigenen Behälter zum Einkauf mitzunehmen. Einige beginnen, Verpackungen an der Kasse zurückzulassen, um auf die Masse aufmerksam zu machen und die Produzenten zum Handeln aufzufordern. Aufgrund der Nachfrage gründeten wir eine facebook-Gruppe, die innerhalb von 2 Tagen auf 200 Mitglieder anwuchs (Stand 9/19: 454). Bald merkte ich jedoch, dass die Infos nicht permanent verfügbar bleiben. So startete ich eine Karte, auf der jeder lokale, verpackungsfreie und biologische Einkaufsmöglichkeiten in der italienischen Schweiz eintragen kann. Ausser dem Initialaufwand bedeutet diese Karte für mich keine weitere Arbeit und sie kann unabhängig von mir funktionieren. Sie wächst kontinuierlich.

Wir vier Mütter sind uns durch das Experiment näher gekommen. Es hat uns motiviert, weitere gemeinsame Aktionen zu planen. Die drei anderen Frauen waren bislang nicht ökologisch engagiert, jetzt möchten sie auf lokaler Ebene bei uns im Morobbia-Tal auch andere dazu ermutigen, an Lösungen zu arbeiten. Wir veranstalten thematische Filmabende und Workshops für Kinder und Erwachsene. Wenn wir für die Themen der Permakultur mitreissen, motivieren und begeistern wollen, dann immer auf Augenhöhe, ohne herabschauende

Arroganz des Belehrens oder Besserwissens, sondern mit dem gemeinsamen Ziel vor Augen: Unsere Welt gemeinsam zum Besseren gestalten.

### Wirkungsgrad

viele Tessiner Tageszeitungen berichten und geben weitere Anregungen zur Plastikvermeidung



# Ernährung und Permakultur - 12 Monate, 12 Prinzipien

oder: Was man mit zwei grossen und zwei kleinen Mägen so alles anstellen kann...



2017

Gemüse und Obst zu 100% aus dem Supermarkt, überwiegend bio, nicht immer lokal



2018

40% von lokalen Produzenten, 20% aus dem eigenen Garten, 40% aus dem Supermarkt



2019

60% von lokalen Produzenten, 30% aus dem eigenen Garten, 10% aus dem Supermarkt., ergänzt in Form von gesammelten essbaren Wildpflanzen aus der Umgebung

## Projekthalt:

Fleischlos? Vegan? Biologisch? Lokal? Unverpackt? Selbstversorgt? Wir können durch unser Handeln in Ernährungsfragen und Kaufentscheidungen direkten Einfluss darauf nehmen, wie es uns und unserer Erde geht. Wir können selbst entscheiden, wie abhängig wir uns von einem System machen, das die Trennung von Nahrungsproduktion und Konsum erzeugt und zu grossen ökologischen, ökonomischen und sozialen Problemen geführt hat. Als Familie wagen wir den Selbstversuch: Wir möchten ressourcenschonend leben, uns und die Welt gut behandeln - und dabei möglichst glücklich sein. Innerhalb eines Jahres werden wir uns und unsere Essgewohnheiten beobachten, hinterfragen, verändern. Dafür nutzen wir die 12 permakulturellen Prinzipien nach David Holmgren als Kompass.



## Strategie:

**Beobachten und interagieren:** Wir schauen uns den Ist-Zustand an und definieren unsere Wünsche. Wie fühlen wir uns mit unseren Essgewohnheiten?

**Energie:** Welche Energie nehmen wir zu uns? Wo kommt sie her? Wie wird sie hergestellt? Was brauchen wir?

**Ernte:** Ressourcen schonen und Ausbeutung eingrenzen durch Nahrungsanbau vor der eigenen Haustür

**Selbstregulierung und Ergebnisse:** Tod gehört untrennbar zum Leben dazu. Damit jemand essen kann, muss immer jemand vergehen, egal ob Tier, Pflanze oder Mikroorganismen. Wertschätzung der Kooperationen zwischen allen Lebewesen als Antwort auf die Frage nach vegetarischer Ernährung und Erschließung von Nahrungsquellen.

**Erneuerbare Ressourcen:** Sammeln von essbaren Wildpflanzen in den Alltag einfließen lassen.

**Abfallvermeidung:** 5R-Strategie, Bedürfnisse verringern, Reste vermeiden, lokal einkaufen, Behälter mitbringen

**Vom Muster zum Detail:** Was wünschen ich mir für die Welt? Dementsprechend handeln. Wichtig ist die Gestaltung des Lebens, nicht die Verhinderung von Tod.

**Integrieren:** Kein Dogmatismus, vor allem nicht bei Kindern.

**Langsame Lösungen:** Änderungen aus Freude beginnen

**Vielfalt:** Von allem ein wenig.

**Randzonen:** Nachbarn als Ressource entdecken.

**Veränderungen:** Es geht nicht darum, alles perfekt zu verändern, sondern viele kleine Veränderungen unperfekt zu machen. Auch das ist Resilienz.

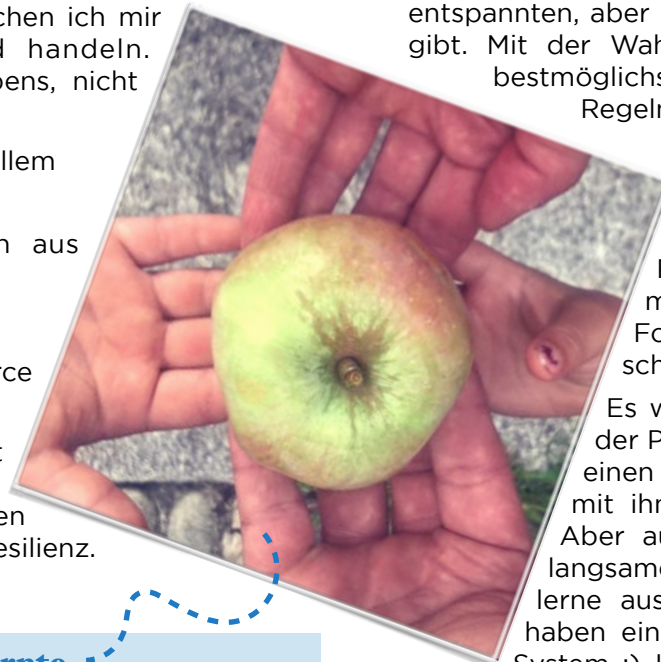
## Fazit:

Unser Körper ist ein vielschichtiges System, das genauso funktioniert wie ein Garten. Wir brauchen Luft, Wasser, Licht und Nährstoffe. Nahrung gibt uns die Energie, die wir zum Funktionieren benötigen. Ohne sie geht gar nichts. Die Energie, die wir aufnehmen, wird diejenige sein, die wir zur Verfügung haben. Doch heute werden für die Produktion von Nahrung viel mehr Kalorien benötigt, als später in ihr drinsteckt. Also nehmen wir eigentlich viel mehr Kalorien zu uns, als wir zur Verfügung haben. Wenn wir davon ausgehen, dass wir im Kleinen wenig Einfluss auf die Funktionsweise der globalen Lebensmittelindustrie haben, so sollten wir überlegen, wie wir zumindest weniger von diesen Kalorien verbrauchen. Und wie diese im respektvollen Umgang mit den Ressourcen der Erde hergestellt werden können. Dazu gibt es aus hier nicht DIE eine Lösung. Es gibt höchstens auf die Situation am besten angepasste Antwortansätze. Mit festgesetzten Dogmen kommen wir nicht weit. Stattdessen hören wir auf unser Bauchgefühl. Uns sagt es: Die beste Qualität wählen, möglichst unverpackt, fair, lokal oder am besten selbst produziert. Von allem ein wenig, um Mängel zu verhindern. Und von allem insgesamt weniger, um Abfall zu vermeiden und die qualitativen Änderungen finanziell stemmen zu können.

Das Jahr hat viel mit uns, mit mir gemacht. Von einer eher gedankenlosen Nahrungsaufnahme über das ernsthafte Nährwerttabellenlesen, hin zum entspannten, aber bewussten Umgang mit Nahrung und der Kraft, die sie uns gibt. Mit der Wahl unserer Nahrung sollten wir unser Instrument Körper bestmöglichst behandeln, damit er uns lange erhalten bleibt. Starre

Regeln haben sich für uns aber falsch angefühlt und wirkten sich negativ auf das kurzfristige Wohlbefinden aller aus. Nach anfänglichem Enthusiasmus der Kinder haben sie schnell die Lust verloren, sich mit ihrer Ernährung zu beschäftigen. Einige Änderungsversuche haben für Proteste gesorgt. Hier ist es wichtig, die Kinder miteinzubeziehen, zu erklären und ihnen nicht einfach eine Form der Ernährung aufzuzwingen. Denn sonst kann das schnell ins Gegenteil umschlagen.

Es war spannend zu beobachten, dass sowohl die Reihenfolge der Prinzipien, als auch die Zuordnung zu den einzelnen Monaten einen Sinn ergaben. Wir haben uns allerdings nicht so diszipliniert mit ihnen auseinandergesetzt, wie ich es mir gewünscht hätte. Aber auch hier gilt: Arbeiten mit dem, was da ist. Kleine und langsame Lösungen bevorzugen. Wende Selbstregulierung an und lerne aus den Ergebnissen. Ein schöner Nebeneffekt: Die Kinder haben einiges übers Kochen gelernt (Stichwort: selbstregulierendes System...!). Und wir auch!



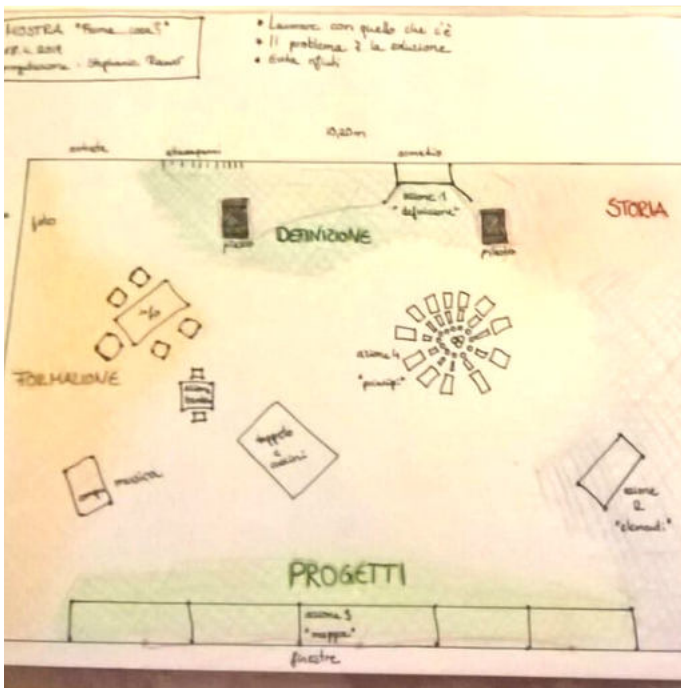
### Erste Apfelernte

Wir stellen einiges an Nahrung selbst her und kaufen direkt bei lokalen Produzenten ein



# „Perma...was???” - die Ausstellung

oder: Was man mit Karton, Wäscheklammern, einer Leine und - zugegebenermassen - einem Drucker so alles anstellen kann...



Januar 2019



Mai 2019

## Projekthalt:

Vom 17. bis zum 19. Mai 2019 findet in Lugano das 5. Tessiner Permakultur-Festival statt. Als Mitglied der Orga-Gruppe möchte ich eine Ausstellung gestalten, die Besuchern eine Idee von Permakultur gibt, ohne dass sie dafür Vorkenntnisse benötigen. Dafür möchte ich vorhandene Ressourcen nutzen und möglichst keinen Abfall produzieren. Entstanden ist eine interaktive Wanderung durch zwei Räume mit den thematischen Schwerpunkten: Definition, Geschichte, Ethik und Prinzipien, Schweizer Projekte, Ausbildungsmöglichkeiten. Im zweiten Zimmer wohnt das PermaCINEMA, ein Kinosaal mit Kurzfilmen aus aller Welt in Dauerschleife. Die Kurzform wird bewusst gewählt; Besucher können so selbst entscheiden, wann und wie lange sie bleiben möchten. Die Clips, Musikvideos, praktischen Beispiele und Erklärfilme geben Denkanstöße und machen Lust auf mehr.



## Strategie:

### DREAM DISCOVER DEVELOP DESIGN DELIVER

#### 1. Ressourcen und Bedürfnisse ermitteln

#### 2. Berücksichtigte Prinzipien:

- **Produziere keinen Müll:** Recycelte oder funktionsveränderte Materialien nutzen, Ausstellung soll wiederverwendet werden können.
- **Gestalte erst Muster und dann Details:** Themenbereiche und Optik festlegen, dann mit Inhalten füllen.
- **Integriere statt abzugrenzen:** Die Regio-Gruppe in die Gestaltung einbeziehen, Kollaboration mit anderen Schweizer Gruppen für mehr Ideen, geteilte Arbeit, Kennenlernen und Verbindungen aller Akteure
- **Schätze die Vielfalt:** Sammlung von Projekten, die die drei Grundethiken der Permakultur vereinen als Ausdruck der Biodiversität in der Schweiz
- **Schaffe selbsterhaltende Systeme:** um resilient zu sein, muss ich zur Not auch ohne andere Helfer auskommen. Die Ausstellung muss verständlich sein, ohne dass jemand für Erklärungen präsent ist, so sind wir während des Festivals nicht örtlich gebunden.
- **Nutze Randzonen und schätze das Marginale:** Die Ausstellung muss für Menschen verständlich sein, die noch nie etwas von Permakultur gehört haben. Sie sollen aktiv einen Beitrag leisten können.

„Das Tessin, das sich verändert“

Plakat des 5. Tessiner Permakultur-Festivals und Ausstellungsbeschriftung in Anlehnung an permakulturelle Funktionen und Elemente

## Fazit:

Dieses Projekt war viel Arbeit...mehr als gedacht. Bei Rechercharbeiten ist es besonders wichtig, die Orientierung nicht zu verlieren und bei der Masse an Dokumenten strukturiert zu bleiben. Das Planen vom Modell zum Detail hilft dabei. Nützlich war das soziale Netzwerk der Tessiner Regio-Gruppe, vor allem beim Materialiensammeln: Wer hat Steine, Kartons, Papier, Seile, Wäscheklammern - helfende Hände? Von allen Seiten kamen Spenden, so dass die Ausstellung letztendlich nur rund 30 Franken gekostet hat. Allerdings darf man die Stunden an Freiwilligenarbeit nicht aufwiegen, ohne die das alles nicht machbar gewesen wäre. Grossen Spass hat der Aufbau gemacht, bei dem Helferinnen und Helfer aus der Orga-Gruppe zusammenkamen und sogar bereits angereiste Gäste mit anpackten. Wie durch Zauberhand waren wir ein Team, ein Organismus, in dem sich die einzelnen Elemente zum Ganzen zusammenfügten. Für mich war es eine gute Gelegenheit, um das Delegieren zu üben. Mein gezeichneter Plan war hilfreich, anderen zu vermitteln, wie der Raum später aussehen sollte. So konnte jeder die ihm zugewiesenen Aufgaben selbständig erfüllen.

Die Ausstellung war als interaktives Kooperationsfeld geplant. Besucher konnten sie in Teilen mitgestalten und ihre Eindrücke hinterlassen. So sah sie zu jedem Moment des Festivals anders aus. Das PermaCINEMA wurde über den Tag gut besucht und bot neben den Filmen auch einen Ort, um sich zurückzuziehen. Kurz vor Ende des Festivals hatten wir hier eine Diskussionsrunde mit Filmen zum Thema Urbane Permakultur, in dem auch die Themen des PermaCINEMA noch einmal aufgegriffen werden konnten. Hier wurde ganz konkret diskutiert, wie Urbane Permakultur in Lugano aussehen könnte (Essbare Stadt, Gemeinschaftsgärten, Stadtbegrünung).

Die Ausstellung lebt weiter: Im September 2019 war sie bereits zu Gast in einer Berufsschule in Locarno. Teile davon nutzen wir mit der Scuola di Permacultura und hängen sie in Seminarräumen während unserer Kurse auf. Die gesammelte Liste an Projekten kann hoffentlich als Basis dienen, um eine schweizweite Permakultur-Landkarte zu schaffen und den Austausch der einzelnen Regionen zu fördern.



# Fließende Entwicklung



Habt Ihr schon einmal versucht, mit Steinen einen Damm im Fluss zu bauen? Dann wisst Ihr, dass man dafür sowohl die grossen, als auch die ganz kleinen Steine braucht, um das Wasser stauen zu können. Ganz wird es nie gelingen. In einem permakulturell gestalteten Land versuchen wir, das Wasser so lange wie möglich im System zu halten. So ähnlich ging es mir auch im Studium der Permakultur. Das vielschichtige Wissen kommt mir vor wie Wasser, das mir durch die Hände gleitet. Und ich musste mir einiges einfallen lassen, um es in meinem „Ich-System“ zu halten. Die zehn Projekte bilden zusammen mit dem theoretischen Studium, den praktischen Kursen und Umsetzungen, dem Austausch mit anderen Studierenden und Tutoren einige der Steine, die mir halfen, Wissen „zu halten“. Es muss kein Riesenprojekt sein, auch kleine Projekte mit schnell sichtbarem Ergebnis können viel Wissen vermitteln und geben Motivation zum Weitermachen. Ob gross oder klein, allesamt sind sie wichtig für den Lernprozess. Manchmal gehen Projekte ineinander über, oder das eine hilft beim Weiterkommen des anderen. Fertig wird man dabei nie, der Wissensfluss ist einfach viel zu gross! Als ob man versuchen würde, das gesamte Meer auf ein einziges Foto zu bekommen. Geht nicht. Muss aber auch nicht sein.

**Als Permakultur-Designer müssen wir nicht alles wissen.**

**Aber wir sind Brückenbauer. Wir schaffen Verbindungen.**

**Zwischen Elementen und ihren Funktionen, sei es im Tier-, Pilz-, Pflanzen- oder Menschenreich.**

**So kann jeder sich in seiner Nische entwickeln und zu einem gemeinsamen Netz beitragen, in dem wir wie in einer Gilde mithelfen können, eine Welt zu gestalten, in der alle ihren Platz haben.**

Seit ich 2013 zum ersten Mal den Begriff Permakultur gehört habe, hat sich mein Leben verändert: Sich auf Lösungen und nicht auf Probleme konzentrieren. Dafür und nicht dagegen zu arbeiten. Zu erkennen, wie ich mit meinem Handeln Gleichgewicht und Harmonie zwischen allem was lebt, herstellen kann. In Verbindung gehen und verstehen, weder Objekt noch Subjekt, sondern Teil des grossen ganzen Organismus zu sein:

**Das Ich im Wir und das Wir im Ich.**







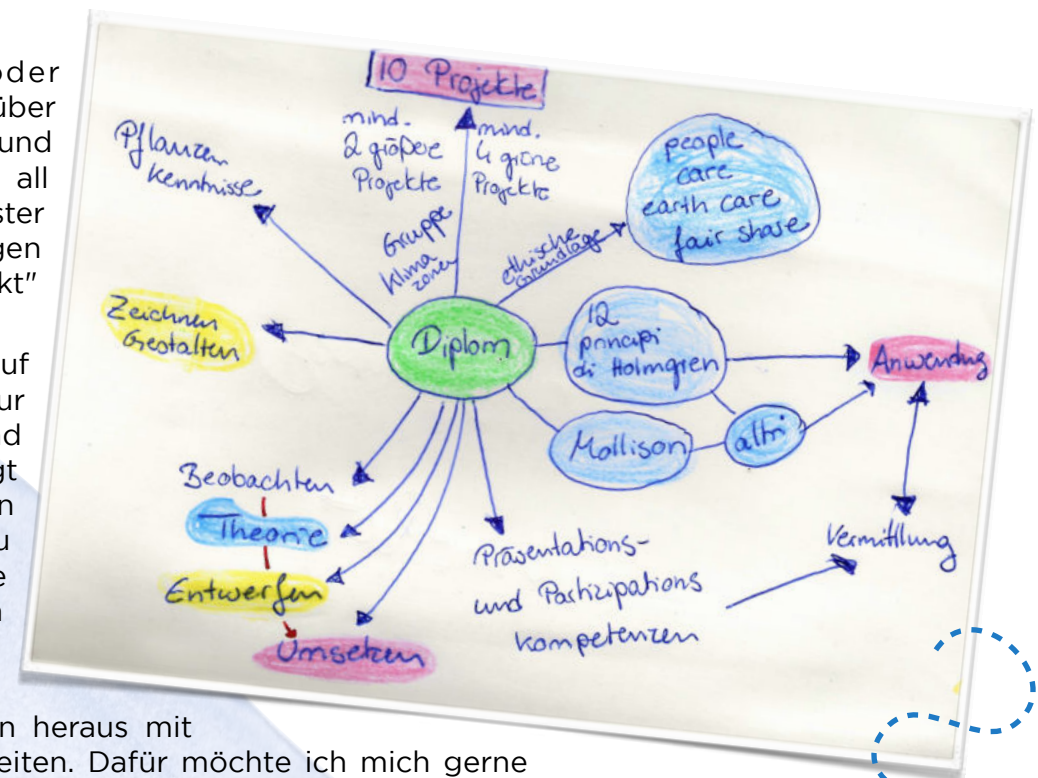
Das Wasser hört mit dem Diplom nicht einfach auf zu fließen. Es gibt so viel zu lernen. Und es macht mich immer wieder glücklich staunend, wenn vorher Unbekanntes plötzlich vertraut wird. Der grösste Unterschied zu meiner früheren Arbeit als Journalistin: Es war genial, überall neugierig meine Nase hineinstecken, die unterschiedlichsten Themen, Menschen und Orte kennen zu lernen. Aber eben nie wirklich dabei, sondern als Zuschauerin - meist durch die Linse einer Kamera. Jetzt kann und darf ich in die Tiefe blicken, bis hinein ins Atmen dieser Welt. Mein bisheriger Lebensweg hilft mir dabei, zu beobachten und Zusammenhänge zu verstehen, vom Muster ins Detail zu gehen, mich anpassen zu können. Ich mag es, Menschen und ihre Ressourcen zusammen zu bringen und für konstruktive Lösungen zu arbeiten. In der Permakultur habe ich für mich eine Werkzeugkiste gefunden, aus der ich gerne schöpfen und teilen möchte. Die Gestaltungsschritte - wie die 5D-Methode, GOBRADIME oder TEEPUR - können helfen, Ressourcen und Bedürfnisse besser zu erkennen und daraus Schlussfolgerungen für die für den Ort und den Moment am besten passende Lösung zu finden. Während der Projekte merkte ich, dass es für mich vor allem darum geht, Menschen zu begleiten und ihnen zu helfen, das Vorhandene als Reichtum zu schätzen. Und sie mit der Freude anzustecken, sich auf den Weg zu den Lösungen zu machen, in ein sinnvolles, schöpferisches und weltverbundenes Leben. Es ist alles da, was wir dazu brauchen.

Es gibt nicht DEN Weg. Keinen besseren oder schlechteren, sondern viele verschiedene Wege, über diesen wunderbaren Planeten mit seiner Schönheit und Perfektion zu staunen und ihn zu bewahren - in all unserer herrlichen Vielfalt. Manchmal reicht als erster Schritt aus, wenn wir uns selbst in die Verbindungen miteinbeziehen, damit aus einem "Gestaltungsobjekt" ein Teil von uns wird.

Was die Permakultur mit meinem alten Traumberuf verbindet: Ich muss nicht alles wissen, ich muss oft nur den richtigen Leuten die richtigen Fragen stellen. Und auf meine Intuition hören. Dieser Gedanke beruhigt mich und gibt mir Mut, diesen Weg weiter zu gehen und mich zwischen Spezialisten und Fachleuten zu bewegen. Ganz im Sinne der Resilienz werde ich die Permakultur dabei mit anderen beruflichen Tätigkeiten verbinden.

Für die Zukunft der Permakultur in der Schweiz wünsche ich mir, dass wir uns aus unseren Nischen heraus mit unseren Kompetenzen vernetzen und zusammenarbeiten. Dafür möchte ich mich gerne einsetzen. Meine Nase stecke ich heute lieber in Blumen. Jetzt darf ich die Verbindungen sehen und schaffen, Muster erkennen und Räume gestalten, in denen alle gut leben können.

Gibt es eine schönere Aufgabe?



**Mindmap**  
Mein Lernprozess

The background of the page is a watercolor-style illustration. It features a large, irregular shape in shades of light blue and pale yellow, resembling a stylized flower or a splash of paint. The colors are soft and blended, with the yellow forming a central, irregular shape that the blue surrounds. The overall effect is artistic and organic.

**Stephanie Rauer**

via dei Motti 8  
6512 Giubiasco

tel: 091. 840 20 80  
cel: 076. 247 1407

[stephrauer@outlook.de](mailto:stephrauer@outlook.de)  
[www.manintera.weebly.com](http://www.manintera.weebly.com)