

# PDC-Zertifikat Fernkurs „für flugfreie Himmel“

**AUTarcaMatricultura - Autonome Akademie für Permakultur**

Camino La Ermita 26, 38780 Tijarafe, La Palma, Kanarische Inseln, Spanien

E-mail: [autarca@matricultura.org](mailto:autarca@matricultura.org) Tel: +34 922 49 02 15

<http://www.matricultura.org>

**Der AUTarcaMatricultura Permakultur Design Fernkurs (PDC Online)** entspricht dem internationalen **72 Std. Permakultur Standard Grundkurs**. Der erfolgreiche Abschluss dieses Kurses erlaubt es Dir den geschützten Begriff "Permakultur" offiziell zu verwenden. **Der AUTarcaMatricultura Permakultur Design Kurs ist ein sehr hochwertiger holistischer Kurs in Theorie und Praxis**. Wir unterrichten ausschließlich aus Forschungsgebieten, die wir selber erfahren und im Alltag praktizieren.

**Daten:** Beginn jederzeit möglich (10 Teilnehmende pro Jahr)

**Dauer:** Individuell, 13 Module mit Vorträgen, Videos, DOKs und praktischen und zeichnerischen Übungen, mind. jedoch 3 Wochen.

**Das Angebot:** das gesamte, didaktisch kompetent ausgearbeitete Unterrichtsmaterial auf einem USB Stick, per Post zugestellt an Deine Adresse.

**Die Versicherung, dass Du die Lerninhalte gut verstanden hast und auch eigenständig anwenden kannst:** Sicher 13 Besprechungen, also zu jedem Modul, je eine kritische und konstruktive Auseinandersetzung zu Deinen Gedanken, den Schritten, die in Deinem persönlichen Design sichtbar werden und den Resultaten der Übungen.

**Die Kurskosten:** 1250.- Euro für den Kurs, inklusive 13 individuelle Beratungen, das Unterrichtsmaterial und auch die Steuern. Falls Du das brauchst, stellen wir dir gerne eine Rechnung aus.

Aber: die Kosten, die ev. entstehen, je nachdem, wie Du Deine Dokumentationen machst, musst Du selbst übernehmen. (Webseite, Blog, Fotos, etc.)

## Vorteile des Kurses vor Ort

AUTarcaMatricultura ist ein reales Projekt, hier wird Permakultur seit vielen Jahren im Alltag umgesetzt, alle Kreisläufe sind geschlossen, die permanente Kultur, die hier ermöglicht wird, ist sicht- und fassbar.

Wir sind bekannt dafür, dass wir alles, was wir wissen und tun, mit einfachen Worten erklären und frei und großzügig weitergeben.

Das direkte Erleben und Erfahren all der erfüllten Versprechen, die die Permakultur macht, also das persönliche SEIN in und mit einem realen lebenszentrierten Ort, an dem wahre Werte geschaffen werden, wirkt inspirierend, alle Sinne anregend und tiefgründig und nachhaltig motivierend.

Der vor Ort Kurs in der Gruppe von 8 Teilnehmenden ist sehr intim und individuell. Jede und jeder erlebt wie gegenseitige Anerkennung, Anregung und viel guter Humor zu vertiefter Kommunikation und Kooperation führt. Da jeder Teilnehmer jeweils sein eigenes Projekt bearbeitet, haben alle anderen direkte Einsicht in sehr unterschiedliche Projekte. Das erweitert den Horizont und gibt Einblick in die unterschiedlichsten Lösungsansätze.

Alle wichtigen Nachschlage-Werke sind vor Ort und wir, die Unterrichtenden sind (fast) Tag und Nacht ansprechbar und stehen unterstützend mit all unseren Sinnen zur Verfügung.

## **Vorteile vom AUTarcaMatricultura- PDC Fernkurs „für flugfreie Himmel“**

Wir befürworten es sehr, wenn Du Dich entscheidest nicht mehr zu fliegen. Manche StudentInnen kamen schon mit dem Segelboot oder dem Fahrrad und Fähre zu uns auf die Kanaren, aber das ist heute noch nicht so einfach und nicht für alle gleich möglich. Deshalb haben wir uns entschieden auch einen Fernkurs, eben diesen PDC ONLINE Kurs anzubieten, für all jene, die trotz der großen Entfernung den Permakultur Design Kurs mit AUTarcaMatricultura absolvieren wollen. Wir sind bekannt für die Nähe zur Praxis und die individuelle Betreuung mit aufbauender konstruktiver Kritik, persönliche Beratung und aktive Hilfestellung in allen Schritten der Planung von Deinem eigenen Projekt. Das Projekt, das du in diesem Kurs planst, wirst Du in die Realität bringen können.

## **AUTarcaMatricultura baut auf viel und intensive Erfahrung mit dem Fernlernen**

Ich, Barbara Graf, habe vor vielen Jahren selbst während 3 Jahren einen Berufsbegleitenden Fernkurs absolviert um ein Eidgenössisches Diplom in vier Sprachen, Musik, 2 humanistischen- und 5 naturwissenschaftlichen Fächern zu erlangen. Dabei schätzte ich vor allem, dass ich frei wählen konnte, wann ich was, wo und wie lange lerne, übe, studiere. Ob ich im Bett liege und lese, im Park mit dem Zeichenblock, in einer Bibliothek oder in einer Kneipe. Die Beschäftigung mit den Lerninhalten war wie das Eintauchen in andere Welten und das Lösen der Übungen war wie das Entschlüsseln von Rätseln.

Wir organisieren den Fernkurs so, dass Du die Reihenfolge der Module frei wählen kannst, je nachdem was Dich besonders berührt und welche Themen für Dein individuelles Projekt in erster Linie wichtig sind. Natürlich suchst Du Dir auch Deinen Lern-Rhythmus frei aus.

## **Die Voraussetzung ist die Stärke danach...**

So zu lernen erfordert eine große Liebe für das hohe Ziel, die innere Freiheit zu Wollen was nötig ist und die Fähigkeit, Dich immer wieder selbst zu motivieren und eigene Entscheidungen zu treffen.

Das sind genau die Qualitäten, die Du brauchst, um ein Permakultur Projekt aufzubauen. Falls Du es also schaffst, den Fernkurs zu absolvieren, dann ist das sicher eine sehr gute Voraussetzung, dass Du danach auch Dein Projekt umsetzt und zur vollen Blüte bringst.

## **Individuelle Betreuung und Praxis während dem Fernkurs**

AUTarcaMatricultura ist bekannt für die Nähe zur Praxis im Alltag und die individuelle Betreuung der jeweiligen Projekte.

Wir wollen auf jeden Fall, dass auch alle Teilnehmenden am Fernkurs, sicher in der Praxis werden, üben und lernen. *Jede und Jeder soll sein eigenes individuelles Projekt vorbereiten und einige kleine Infrastrukturen bereits selber bauen oder kaufen und bedienen. z.B. Solares Kochen, Pyrolyse, Humane-Toilette, Wurmfarm...* Wir werden Jede und Jeden dabei begleitend unterstützen.

Deshalb gibt es für jedes Modul einige Übungen, die Dich schrittweise an die permakulturelle Denk-, Handels-, Forschungs- und Wirtschaftsweise heranführen.

## **In 13 Schritten (13 Module) werden wir die Resultate Eurer Übungen eingehend studieren und hilfreich kommentieren.**

## **Die zusätzliche Arbeit bildet die Basis für Deine weitere Laufbahn...**

Beim AUTarcaMatricultura PDC Fernkurs wirst Du all Deine Arbeiten dokumentieren. Alles was Du in Deinen Alltag bringst, eine Wurmfarm, einen Pyrolyse Ofen, etc. wirst du fotografieren und ein paar Worte von Deinen Erfahrungen, Fragen und Zweifel dazulegen und uns schicken.

Diese Dokumentationen bilden die Basis, damit Du einmal selbst Permakultur unterrichten kannst, all diese Dokumentationen bilden den Boden für Dein zukünftiges Permakultur-Diplom.

Diese Dokumentationen können die Grundlage sein, wenn Du Vorträge halten willst oder wenn Du bei den Behörden für Verständnis plädieren musst.

### **Ziel des Kurses**

Jede und Jeder soll während dem Design Kurs sein eigenes individuelles Projekt so bearbeiten, dass es genügend vorbereitet ist, damit Du es danach auch umsetzen kannst. Jedes Projekt soll zur vollen Blüte gebracht werden und Ausstrahlung weit über seine „Grenzen“ hinaus haben, mit der Idee, dass Permakultur-Interessierte Euch nachahmen können.

**Der Kurs vermittelt die Kenntnisse** von Bill Mollison, David Holmgren, Linda Woodrow, Jeff Nugent, Julia Boniface, Masanobu Fukuoka, Sepp Holzer, Margrit Kennedy und anderen PionierInnen der Permakultur und weiteren Forschungsgebieten, wie z.B. die behandlungsfreie Imkerei nach Ed und Dee Lusby, die Erkenntnisse von Viktor Schauberg, der Zusammenhang zwischen Wiederaufforstung und Friedenspolitik nach Wangari Maathai, die Integration des Volkswissens nach Bunker Roy, die Himmelsakupunktur nach Wilhelm Reich und Bernd Senf und die Moderne Matriarchatsforschung nach Heide Goettner-Abendroth.

### **Dein individuelles Thema, Deine Vision**

Es ist sinnvoll, dass Du ein bestimmtes Thema hast, das Dich besonders bewegt, resp. dass du eine Vision hast, die Du verwirklichen möchtest. Z.B. ein wegweisendes lebenszentriertes Projekt in Deiner Region, den Aufbau einer regionalen Währung, die behandlungsfreie Imkerei, das Engagement in einer „Transition- Bewegung“, Permakultur in der Schule, ein Hotel, ein Seminarhaus, etc. **Falls du kein „Projekt“ hast, dann, arbeite mit deiner Wohn- und Arbeitssituation, wie sie heute ist.** Denn auch dein Leben, wie es jetzt ist, ist bereits ein Design, das in eine gelebte Permakultur gewandelt werden kann.

**Der Kurs ist vielseitig und sehr umfangreich, die Lerninhalte erfordern volle Aufmerksamkeit.** Dieser Kurs verlangt, dass Du Dir zu den Video-Vorträgen gehaltvolle Notizen machst, Fragen und Zweifel anbringst oder auch unterstützende Informationen referenzierst (das machst Du alles für Dich und musst es uns nicht zeigen) , aber wir möchten gerne erkennen, dass Du Deine Gedanken und Schlussfolgerungen in Deinen Plänen erkennbar machst (wie das geht, damit helfen wir Dir), resp. dass Du die Arbeiten in der Praxis mit Fotos dokumentierst.

Diese Dokumentationen können später wichtig sein, z.B. wenn Du Dein Projekt in der Öffentlichkeit vorstellen willst oder falls Du selbst Permakultur unterrichten möchtest.

**Die Unterrichtssprache:** Alles Unterrichtsmaterial ist Deutsch oder in seltenen Fällen, Englisch mit deutschen Untertiteln. Die persönliche Kommunikation mit AUTarcaMatricultura kann auch in Englisch oder Spanisch sein.

**Falls Du diesen Kurs absolvieren willst,** schreib uns, dann senden wir Dir die Bankverbindungen. Mit eingegangener Bezahlung der Kurskosten senden wir Dir den Infostick mit dem gesamten Unterrichtsmaterial. Ab dann wählst Du Deinen Arbeitsrhythmus selbst und schickst uns immer, wenn Du ein Modul abgeschlossen hast, den neuesten Stand der Entwicklung Deines Projektes, damit wir Dir tiefgründig

weiterhelfen können.

Um das AUTarcaMatricultura Permakultur-Design-Zertifikat zu erlangen **müssen alle Module bearbeitet werden**. Dann schicken wir Dir mit Freude Dein Permakultur-Zertifikat zu.

### **E-mail Kommunikation:**

Nach der Anmeldung und eingegangener Bezahlung der Kurskosten, verwendest Du für die Kommunikation mit uns nur noch die folgende E-Mail Adresse:

[permaculture@matricultura.org](mailto:permaculture@matricultura.org)

Je nach Bedarf können wir auch Skype-, Zoom oder Telegram-Sessions organisieren.

### **Elektronischer Transfer von Dokumenten:**

Kleinere Dokumente (Textdateien, Fotos, Pläne, etc.) bitte **nur bis ca. 5Mb** pro Mail an die obige E-Mail Adresse senden. Größere Dateien z.B. mit [www.wetransfer.com](http://www.wetransfer.com) schicken.

Mit „WeTransfer“ kannst Du auch große Dateien (z.B. ein Film etc.) hochladen und uns auf [permaculture@matricultura.org](mailto:permaculture@matricultura.org) benachrichtigen lassen. Wir können dann Deine Daten bequem herunterladen ohne dass unser Mail-Server überlastet. Wir werden auch „WeTransfer“ nutzen falls wir Dir was größeres schicken müssen.

**Du kannst auch ein Telegram Account erstellen** (<https://web.telegram.org/#/login>).

Dann kannst du einen **privaten** Kanal für deinen Fernkurs erstellen. Per Link kannst du uns zu deinem Kanal einladen, so ist es für uns möglich der Entwicklung deines Projektes zu folgen. Oder Du startest mit uns einen Telegram Chat, indem Du Deine Mobilnummer bekannt gibst. Mit Telegram kannst Du eine unbegrenzte Anzahl von Fotos, Videos und sonstige Dateien verschicken und empfangen. Telegram kannst Du für bequemes arbeiten auch auf dem Desktop installieren.

## **Das Kurs-Programm (PDC-Zertifikat Fernkurs):**

*Die Themen und Übungen im Überblick*

### **Modul 1**

#### **1. A)**

Einführung in die Herkunft, Philosophie, Ethik und Theorie der Permakultur

#### **1. B)**

Grundlagen zum „Permakultur- Design“: Wie gehen Permakultur-Schaffende vor? - Wie erlangen wir ein natur-richtiges, stabiles, dynamisches Gleichgewicht für jeden Lebensbereich?

### **Kursunterlagen:**

#### **1. 1. Vorträge:**

**1.1.a)** Vortrag auf Video: Einführung in die Permakultur und Grundlagen zum Design (Barbara)

**1.1.b)** Vortrag auf Video: Permakultur: Definition, Vision und Prinzipien (Barbara)

**1.1.c)** Video zum Thema Erosion: „Erosionsverhinderung im Alltag“ (Barbara)

### **1.2. schriftliche Unterlagen:**

1.2.a) Permakultur Prinzipien erweitert

1.2.b) Interview „Rubikon- Magazin für die kritische Masse“ (Barbara Graf)

1.2.c) AUTarcaMatricultura Vision: „Wer bin ich mit 84 Jahren?“

1.2.d) AUTarcaMatricultura: „Der Weg und das Ziel ist das Lebendige“

### **1.3. Filme, Talks, etc.:**

1.3.a) AUTarcaMatricultura - der Film, D, 80 min.

1.3.b) Radiointerview mit Barbara Graf

1.3.c) Eine Alterna-„Tiefe“: Interview mit Barbara und Erich Graf

1.3.d) Film: Inhabit Permaculture (*Deutsche Untertiteldatei im VLC Player laden!*)

1.3.e) Video: AUTarcaMatricultura - von der Vision zur Praxis. Die ersten 10 Jahre in 4 Entwicklungsschritten mit der Vision, in einfachen Schemata dargestellt. (Barbara)

## **Übungen Permakultur Modul 1**

### **1.A)**

1. Untersuche deine Lebenssituation heute. Sicher hinsichtlich der ersten 3 Themen: 1. Energie, 2. Geld, 3. Wasser: Wo gibt es Erosion?

2. Versuche Möglichkeiten zu erkennen, um diese Erosion aufzuhalten und in eine Ressource zu wandeln, indem Du (erst mal auf dem Papier) einen oder mehrere Kreisläufe ausdenkst.

## **Übungen DESIGN Modul 1**

### **1. B)**

1. Für *Dich*: *Male DEIN VISIONSBILD*: „Wer bin ich mit 84 Jahren?“ hänge es an einen Ort, wo Du es täglich sehen kannst, freu Dich daran, nähre Dich damit.

2. Für uns, und für Dich natürlich sowieso:

Beschreibe Dein Projekt möglichst genau, damit wir es so tiefgründig wie es nur geht verstehen können. Je besser wir den Ort mit all seinen Potentialen im Ist-Zustand erfassen, umso kompetenter können wir Dich in deinem Projekt Design begleiten.

Worum geht es? Ist es ein Stadthaus, ein Reihenhaus im suburbanen Raum und in welchem. Ist es ein Stück Land? Entwirfst Du ein Gesundheitszentrum, ein

Architekturbüro, eine Lebens-Gemeinschaft von Wahlfamilien, einen Familienlandsitz, eine freie Schule, eine Schreinerei oder einen anderen Handwerksbetrieb, eine alternative Währung, eine dorfeigene Bank, eine solidarische Landwirtschaft, eine Transition-Initiative hin zu einer resilienten lokalen Wirtschaft, ein Hotel, ein Seminarhaus, etc.

Wo ist es? Wie sieht die Landschaft aus, was für eine Geschichte hat der Ort, wer lebt da sonst noch? Welche Infrastruktur gibt es im Umfeld: Industrie, stillgelegte Gebäude, Märkte, etc.

3. Wähle eine Form für die Dokumentation von Deinen Notizen, Beobachtungen, Gedanken, Skizzen und Zeichnungen. Am besten erstellst Du ein Telegram Account

(<https://web.telegram.org/#/login>). Dann kannst du einen Kanal für deinen Fernkurs erstellen. Per Link kannst du uns zu deinem Kanal einladen, so ist es am einfachsten für uns, der Entwicklung deines Projektes zu folgen. Mit Telegram kannst du eine unbegrenzte Anzahl von Fotos, Videos und sonstige Dateien verschicken und empfangen. Alternativ oder zusätzlich kannst du auch eine Webseite oder einen Blog (z.B. auch mit <https://de.wordpress.com>, [www.blogger.com](http://www.blogger.com) oder <https://www.jimdo.com/de/>) aufbauen. Zum Schluss des Kurses hast Du dann bereits alles griffbereit, falls Du Dein Projekt in der Öffentlichkeit oder den Behörden vorlegen willst, ev. um Mit-Permis zu finden oder um für Verständnis für Dein Engagement zu werben...

## Modul 2

### 2.A)

Der Wald-Wildnis-Garten als Basis für ein gesundes Umfeld und einer permanenten Kultur. Vorteile, natur-richtiger Aufbau, Planung, Widerstände, politische Verantwortung, Wasseranteil...

### 2. B)

„Permakultur Design“. Um ein AUTarcaMaticultura Zertifikat für den Permakultur Design Kurs zu erhalten, solltest Du Pläne, Schnitte und einige Schematas erarbeiten. All diese Unterlagen sollten so umfangreich und vertieft sein, dass Du das von Dir erarbeitete Projekt tatsächlich Schritt für Schritt in die Realität bringen kannst, so dass es Ausstrahlung hat.

## Kursunterlagen:

### 2.1. Vorträge

- 2.1.a) Vortrag auf Video: Wald-Wildnis-Garten/Essbare Landschaften (Barbara)
- 2.1.b) Video zum Zeichnen von Grundriss und Schnitt und den wichtigsten Symbolen (Barbara)

### 2.2. schriftliche Unterlagen :

- 2.2.a) „Das Errichten und Erhalten von Systemen in der Permakultur“ (Bill Mollison)

### 2.3. Filme, Talks, etc.:

- 2.3.a) Film: Wangari Maathai – Taking Roots (nur Englisch!)
- 2.3.b) Video AutarcaMaticultura Waldgarten aufbauen (Barbara)
- 2.3.c) Video Geoff Lawton „What is a Food Forest“

## Übung Permakultur Modul 2

### 2.A)

1. Untersuche Deine eigene Haltung gegenüber dem Wald, der Wildnis, des Schattens und des Lichts.

## Übung DESIGN Modul 2

### 2.B)

1. Bereite Deine Pläne (ev. auch schon Schnitte) vor. Wähle einen geeigneten Maßstab, um einen generellen Überblick zu schaffen. Zeichne den Ist-Zustand im Grundriss und ev. auch schon einen Schnitt mit wichtigen Aussagen (bestehendes Gefälle, Hügel, Gebäude mit unterschiedlichen Höhen), bitte mindestens einen Schnitt mit den wichtigsten Aussagen.

2. WICHTIG: Studiere ab jetzt täglich Pläne und Schnitte von anderen Permakultur Schaffenden: Bill Mollison, Sepp Holzer, Gerda und Eduard W. Kleber, Kurt Forster, Linda Woodrow, Dave Jacke, etc.

### 2.B)

3. Recherchiere über den Ort Deines Projektes: Wie heißt der Ort, warum heißt er so. Wie sah es hier aus vor 2000 Jahren, vor 500 Jahren? Wofür ist der Ort bekannt, was sind die Traditionen hinsichtlich Nahrung, Bauen, Legenden, Mythen, ursprünglicher Tier- und Pflanzenreichtum....

## Modul 3

### 3.A)

Unterschiedliche Strategien zur Erosionsverhinderung in der Landschaft, wie Swales, Teiche und Krater und zum Humusaufbau mit verschiedenen „Beetformen“ wie Lasagne- und Hochbeete, Baumscheiben, Sonnenfallen, Schlüsselloch- und Mandala-Garten.

### 3.B)

„Permakultur Design“. Wir erklären und verstehen den Schnitt für eine Wurmfarm und das Kreislaufschema zum selben Thema.

## Kursunterlagen:

### 3.1. Vorträge

- 3.1.a) Vortrag auf Video: Wurzeln und Pilze – Wood Wide Web (Erich)
- 3.1.b) Video: Höhenlinien bestimmen mit dem A-Frame (Barbara)
- 3.1.c) Video zu den Permakultur Swales (Erich)
- 3.1.d) Video: Kreislaufschema allgemein mit Wurmfarm (Barbara)
- 3.1.e) Video zu unterschiedlichen Strukturen und Beetformen (Barbara)
- 3.1.f) Video: Zonen als Designhilfe (Barbara)

### 3.2. schriftliche Unterlagen:

- 3.2.a) Schnitt und Kreislaufschema für eine Wurmfarm
- 3.2.b) Betrieb einer Wurmbox
- 3.2.c) Traditionell oder mit Würmern kompostieren
- 3.2.d) Wurmkompostierung - Funktionsweise und mögliche Probleme
- 3.2.e) Kreislaufschema Bäume-O<sub>2</sub>-H<sub>2</sub>O-Co<sub>2</sub>

### 3.3. Filme, Talks, etc. :

- 3.3.a) Film: Good Food Bad Food

- 3.3.b) Forscher entdecken etwas unglaubliches bei Bäumen und Pflanzen
- 3.3.c) Ted Talk von Suzanne Simard, How trees talk to each other
- 3.3.d) Film: Intelligente Bäume
- 3.3.e) Video: Webinar Wurmkompost (Hartmut Wagner)
- 3.3.f) Video: Wir bauen „Meine kleine Wurmfarm“
- 3.3.g) Video: Betrieb einer Wurmbox
- 3.3.h) Video: Wurmboxen anlegen (Barbara)
- 3.3.i) Video: Wurmbox im Lasagnebeet (Erich)
- 3.3.k) Video: „Trees in a Whole System“ (Goeff Lowton)
- 3.3.l) Video: Steine wachsen (Barbara)

## Übung Permakultur Modul 3

### 3.A)

1. Baue ein A-Frame und suche in einem unebenen Gelände die Höhenlinien.
2. Bau Dir eine kleine Wurmbox (oder kauf dir eine) und sammle ab jetzt Erfahrung im Zusammenleben mit den wundersamen Erdbewohnern.

## Übung DESIGN Modul 3

### 3.B)

1. Schau dir den Grundriss von einem Lasagnebeet an und zeichne den Querschnitt dazu.
2. Zeichne ein Kreislaufschema zum Thema Wald-Wildnis-Garten
3. Zeichne die Wege in die Pläne von Deinem Projekt ein. Zufahrten, Gehwege, Parkplätze, etc. Die Grundfrage: WIE bewegt sich WER auf dem Gelände und ganz wichtig: auch WER bewegt sich WIE in den Gebäuden? Überlege: Was passiert an den Übergängen zwischen Gebäuden und dem Gelände? Huscht man da nur so durch, steht man da rum und quatscht, geht man schwer beladen mit frischem Gemüse aus dem Garten, hat man Wäsche im Korb, hockt man sich auf die Treppenstufen und schaut den Kindern beim Spielen zu? Um welche Tages- / zu welcher Jahres- Zeit passiert das?

## MODUL 4

### 4.A)

Kräftige Insekten und auch gesunde Bienen sind die Grundlage für einen gesunden Wald-Wildnis-Garten.

### 4.B)

Bio-Pflanzen-Kohle ist ein Grundbaustein für die Entgiftung unserer Böden und die Gesundheit aller Lebewesen. Abgesehen davon können wir mit der Herstellung von Bio-Pflanzen-Kohle auch einfach und sehr sauber Energie (Kochen, Heizen, Strom) gewinnen. WICHTIG: Das zu vergasende Material muss richtig gut durchgetrocknet sein!

## **Kursunterlagen:**

### **4.1. Vorträge**

- 4.1.a) Vortrag auf Video: „Gesunde Bienen durch natur-richtige Pflege“ (Erich)
- 4.1.b) Vortrag auf Video: „Hygienisches Verhalten - Bienen eliminieren Varroa“ (Stephan Braun, Garaffa)
- 4.1.c) Video: Die natürliche Y-Anordnung der Waben (Stephan Braun, Garaffa)

### **4.2. schriftliche Unterlagen:**

- 4.2.a) Text zum Intensivseminar: „Gesunde Bienen und Permakultur“
- 4.2.b) Längsschnitt von unserer TerraPreta Klos
- 4.2.c) Menschenmist („Humanure“) Kompostklo Handbuch

### **4.3. Filme, Talks, etc.:**

- 4.3.a) Video: Erd-Kon-Tiki - Biochar made easy - Finally Making Biochar
- 4.3.b) Video: Bauanleitung für den ARTI Pyrolyse Ofen (ARTI)
- 4.3.c) Video: Bio-Pflanzen-Kohle herstellen mit ARTI (Erich)
- 4.3.d) Video: TerraPreta herstellen (Erich)

## **Übung Permakultur Modul 4**

### **4.A)**

1. Baue ein Lasagnebeet und pflanze einen Baum mit all seine Freunden, Brüdern und Schwestern hinein, falls sinnvoll mit einem integrierten Wurmturn.
2. Erstelle ein Erd-Kon-Tiki oder baue einen kleinen Pyrolyse Ofen (oder kaufe einen) und stelle Bio-Pflanzen-Kohle her.

## **Übung DESIGN Modul 4**

### **4.B)**

1. Schau dir den Querschnitt vom TerraPreta Klo an und zeichne das Kreislaufschema dazu. Überlege Dir, wie Du ein Humanure-Klo im Freien bauen kannst, damit ganz sicher nie Ratten oder Mäuse ihren Weg zu den Fäkalien finden...
2. Zähle verschiedene mögliche Funktionen von einem Klo auf. Vergiss nicht: auch der Weg zum Klo kann Funktionen haben...**WICHTIG:** Erinnerung Dich beim Design immer wieder daran: jedes Element in einem Permakultur Projekt erfüllt mindestens 3 Funktionen!
3. Überlege Dir welches Klo / welche Klos Du für dein Projekt wählen würdest und warum und wo Du sie in Dein Projekt einbettest. Geh auf die Suche nach Kompost-Klos in Deinem Freundes- und Bekanntenkreis und lass Dich für diese Idee begeistern.
4. Bau oder kaufe Dir ein Kompostklo, das geeignet ist für Deine jetzige Lebenssituation und sammle Erfahrungen.

# MODUL 5

## 5.A)

Permakultur und Bauen: Wir erläutern die Aspekte vom biologischen, nachhaltigen und bioklimatischen Bauen und definieren das „Earthship“.

## 5.B)

Permakultur Design: Energieautarkie, Biogas (auch mit Futter aus der Grauwasserkläranlage), solares Kochen

## Kursunterlagen:

### 5.1. Vorträge

5.1.a) Vortrag auf Video: Permakultur und Bauen (Barbara)

5.1.b) Video: Begehung des AUTarcaMatricultura Wohnhauses(Barbara)

### 5.2. schriftliche Unterlagen:

5.2. a) Bauanleitung: Kartonkocher faltbar

5.2. b) Bauanleitungen: Sonnen-Backofen ULOG nichttropisch 1 und 2 (original nach Lisel Grimm und Uli Oehri)

5.2.c) Bauanleitung: Solarkocher mit Parabolspiegel

5.2.d) Gebrauchsanweisung Sonnen-Backofen

### 5.3. Filme, Talks, etc.:

5.3.a) Film: Learning from Ladakh

5.3.b) Film: 360 Grad Geo „Paraguays neue Häuser“

5.3.c) Video: ARTI Biogas Baupläne und Betriebsanleitung (ARTI)

5.3.d) Video: ARTI Biogas Herstellung, AUTarcaMatricultura(Erich)

5.3.e) Video: Der Biomeiler nach Jean Pain

5.3.f) Video: Kochen mit der Sonne (Barbara)

## Übung Permakultur Modul 5

### 5.A)

1. Beantworte folgende Frage: Wie hoch ist Dein Energieverbrauch insgesamt? Also auch alles, was Du außerhalb Deiner Wohneinheit konsumierst, an Dienstleistungen (Arbeitsplatz, Mobilität, Shopping, Kino, Fitnessstudio, Flughafengebäude, etc.), Importprodukten, Mobilität, Heizung, Hightech-Produkten, Abwasserreinigung, etc. Siehe auch Übung 5.B.3.) unten.

2. Bau dir einen Solarofen nach Wahl (oder kaufe einen Solarofen oder Kocher) und fange an, täglich damit zu experimentieren.

## Übung DESIGN Modul 5

### 5.B)

1. Erstelle eine Liste mit all den natürlich gewachsenen Baumaterialien, die in deiner Region zur Bautradition gehören.

2. WICHTIG ab jetzt: Besuche so oft wie möglich verschiedene Gebäudetypen in deiner Region. Untersuche sie gemäß ihren Baumaterialien, Funktion, Größe, Maßstab, natürlicher Lichteinfall, Belüftung und dem Energieverbrauch.

3. Der Begriff der 2000-Watt-Gesellschaft wurde 1997 von Wissenschaftlern der Eidgenössischen Technischen Hochschule (ETH) geprägt. Die Länder Nordafrikas und Südamerikas sind heute etwa 2000-Watt-Gesellschaften, während in Europa 6000-8000 Watt benötigt werden. Spitzenreiter sind die USA und Kanada mit einem Energieverbrauch von ca. 13'000 Watt pro Kopf.

Ein Energiesklave (hypothetischer Energiesklave, der menschliche Arbeit ersetzt) kann dauerhaft ca. 80 Watt leisten. D.h. ein durchschnittlicher Amerikaner braucht über 162 Energiesklaven um sein Leben zu bestreiten.

Wie kannst Du auf mind. 2000 Watt (d.h. 25 Energiesklaven) reduzieren und dabei Deine Lebensqualität sogar deutlich steigern?

4. Erstelle eine Liste mit Ressourcen von erneuerbaren Energien, die für Dein Projekt in Frage kommen könnten.

5. Schau Dir auch Alternativen an: Der Savoniosrotor zum Beispiel hat viel mehr Potenzial, auch dekorativ und produktiv eingesetzt zu werden, als Schaukel oder Rutschbahnstruktur mit Salat- und Erdbeerschläuchen und er hat nicht die Nachteile wie das Windrad (Schlagschatten, Vogelhäcksler, Pfeifton). Die Pyrolyseheizung für Ein- wie auch Mehrfamilienhäuser ist ein großer Gewinn im Gegensatz zum konventionellen Kaminofen.

## MODUL 6

### 6.A)

Wasser Teil 1 - der ganze- und der halbe Wasserkreislauf

### 6.B)

Permakultur Design: Wasserkreislauf in deinem Projekt

## Kursunterlagen:

### 6.1. Vorträge

6.1.a) Vortrag auf Video: Wasser Teil 1, der ganze- und der halbe Wasserkreislauf (Erich)

### 6.2. schriftliche Unterlagen

6.2.a) Buch als PDF: Olof Alexandersson, "Lebendes Wasser" Über Viktor Schaubberger und eine neue Technik unsere Umwelt zu retten.

### 6.3. Filme, Talks, etc.:

6.3.a) Film: Die Wasserretentionslandschaft von Tamera

6.3.b) Film: Viktor Schaubberger – Die Natur kapieren und kopieren!

6.3.c) Dok: Fliegende Flüsse und umgestülpte Wälder

## Übung Permakultur Modul 6

### 6.A)

1. Lese die Landschaft auf deinem Projekt und Deiner Region: wo waren eventuell schon einmal Feuchtgebiete, Teiche, Seen, Sümpfe, Moorlandschaften resp. wo wären sie heute am sinnvollsten und am natürlichsten?

## Übung DESIGN Modul 6

### 6.B)

1. Überprüfe in Deinem Design, hast Du mind. 10% Wasseroberfläche mitgestaltet?

2. Zeichne ein Kreislaufschema von allen Wasserläufen, d.h. vom Wasserkreislauf in Deinem Projekt (Wasserzulauf, Wasserablauf, Teiche, Feuchtgebiete, Moore, Abwasser und Grauwasserreinigung etc.)

## MODUL 7

### 7.A)

Wasser Teil 2 – Das Anlegen von natur-richtigen Teichen damit Quellen wieder entstehen können.

### 7.B)

Welche Funktionen übernehmen die Teiche in Deinem Projekt

## Kursunterlagen:

### 7.1. Vorträge

7.1.a) Vortrag auf Video: Wasser Teil 2 - Das Anlegen von natur-richtigen Teichen damit Quellen wieder entstehen können. (Erich)

### 7.3. Filme, Talks, etc.:

7.3.a) Josef Andreas Holzer: Krameterhof

7.3.b) Indische Dörfer im Kampf gegen die Dürre (Teil 1-3)

7.3.c) FMNR - Vom Mangel zu Überschüssen

7.3.d) FMNR - Tony Rinaudo in Äthiopien

7.3.e) TED Talk: Allan Savory –Holistisches Landmanagement

## Übung Permakultur Modul 7

### 7.A)

1. Baue einen natur-richtigen Teich (klein anfangen daher von Hand!)

## Übung DESIGN Modul 7

### 7.B)

1. Der Zusammenhang zwischen Tieren und Teichen.

Entscheide jetzt, wo die Bienen und die anderen Tiere wohnen werden und erkläre wieso Du jeweils diese Orte wählst. Dabei spielen die natur-richtigen Teiche, eine große Rolle. Erkläre, welche unterschiedlichen Funktionen jeder Teich übernehmen wird.

Für den Grauwasserklärteich: vergiss nicht den Zusammenhang von C-4 Gräsern (z.B. Riesen-Chinaschilf - *Miscanthus giganteus*) oder anderen in Teichen wachsenden Pflanzen als Futter für die Biogasbakterien und die Heißwasseraufbereitung im Biomeiler nach Jean Pain. Wähle kurze Wege, um diese Installationen sinnvoll zu verbinden.

## MODUL 8

Die Problematik mit dem Geld. Warum wir als Permakultur-Schaffende keine Schulden machen. Wie wir alternative Währungen aufbauen und wie wir die Transition einer Region zu einer resilienten Wirtschaft anregen.

### Kursunterlagen:

#### 8.1. Vorträge

8.1.a) Vortrag auf Video: „Geld und Wirtschaft“ (Erich)

#### 8.2. schriftliche Unterlagen

8.2.a) Bernd Senf: „Der Tanz um den Gewinn“

8.2.b) Bernd Senf: „Geldfluss, Realwirtschaft und Finanzmärkte“

8.2.c) Christian Gelleri : „Der Chiemgauer in der Praxis“

8.2.d) Andreas Wieg: „Geld ist, was gilt“

#### 8.3. Filme, Talks

8.3.a) Film: Schluss mit Schnell

8.3.b) Film: Transition 2.0

8.3.c) Film: Occupy Love (nur Englisch und privaten Gebrauch!)

8.3.d) Film: Das Wunder von Wörgl

8.3.e) Film: Das Experiment des Michael Unterguggenberger

8.3.f) Film: Der Chiemgauer & Warum das Geld die Welt regiert

8.3.g) Ted Talk: Bunker Roy

8.3.h) Ted Talk: Ron Finley

## Übung Permakultur Modul 8

### 8.A)

1. Brücken zwischen Stadt und Land - wie werden wir Prosumenten (Produzenten und Konsumenten in einem)?

Untersuche ob es in Deiner Region eine solidarische Landwirtschaft gibt, könnte Dein Projekt eine solidarische Permakultur sein?

## Übung DESIGN Modul 8

### 8.B)

1. Welche Produkte, die in Deiner Region gebraucht werden, könntest Du mit Ressourcen vor Ort und auf Deinem Projekt oder im Verbund mit anderen herstellen? Erstelle eine Liste mit möglichen Produkten und Partnern.

## MODUL 9

### 9.A)

Das Matriarchat als Leitfaden für friedvolle, permanente Kulturen und Lebens-Gemeinschaften: wir erläutern die 4 grundlegenden Ebenen von matriarchalen Ausgleichsgesellschaften: die sozialen, ökonomischen, kulturell-spirituellen und politischen.

### 9.B)

Sei Dir bewusst, warum wir uns als Permakultur-Aktivistinnen und -Aktivisten von patriarchalen Denk- und Handlungsweisen verabschieden und gezielt Wegweiser für echte Alternativen erkunden müssen.

Entdecke die Muster, die uns helfen könnten eine Ausgleichsgesellschaft in Fülle und Freiheit für Alle wieder aufzubauen.

## Kursunterlagen:

### 9.1. Vorträge

9.1.a) Vortrag auf Video: „Vermittlung der Erkenntnisse aus der Modernen Matriarchatsforschung“ (Barbara)

9.1.b) Video: Spirale des Lebens (Hartmut Wagner)

### 9.2. schriftliche Unterlagen

9.2.a) AUTarcaMatricultura: Permakultur und Matriarchat

9.2.b) Hannelore Vonier: Definition und Beschreibung: Matriarchat der Gegenwart

### 9.3. Filme, Talks:

9.3.a) Film: „Der Abschied vom Lachen“

9.3.b) Film: „Mutterland“ von Uschi Madeisky (Nur Trailer!)

## Übung Permakultur Modul 9

### 9.A)

1. Überprüfe Dein jetziges Leben. Wo lebst Du selbst und wo erlebst Du, als Beobachtende, matriarchale Werte in Deiner Umgebung? Wie könntest Du diese Werte stärken und fördern?

## Übung DESIGN Modul 9

### 9.B)

1. Erstelle eine Liste von matriarchalen Mustern, die Du gerne in Dein Leben, Deine Firmenkultur, Dein Wirken übertragen möchtest. Schau, ob in Deinem Design, so wie es bis jetzt gedeiht, diese Muster eingebettet werden können.

## MODUL 10

### 10.A)

Das Errichten und Erhalten von Permakultur-Lebens-Gemeinschaften  
Design-Grundlagen und essentielle Fragestellungen

### Kursunterlagen:

#### 10.2. schriftliche Unterlagen

10.2.a) „Das Errichten und Erhalten von Permakultur-Lebens-Gemeinschaften“

#### 10.3 Filme, Talks, etc.:

10.3.a) DOK 360 Grad GEO, „Die Afro-Brasilianische Kultur Candomblé“

10.3.b) DOK 360 Grad GEO, „Das Kinderparlament, Rajasthan“

10.3.c) Film: „Der grüne Planet“

10.3.d) Film: Living the Change (*Deutsche Untertiteldatei im VLC Player laden!*)

## Übung Permakultur Modul 10

### 10.A)

Beschreibe in einem kurzen Text, wie Du eine Permakultur Gemeinschaft einem Außenstehenden näher bringen würdest. Was sind die entscheidenden Merkmale.

## Übung Design Modul 10

### 10.B)

1. Erstelle einen kleinen Vortrag, ein Plakat, ein Inserat, um für Deine Permakultur Gemeinschaft neue Mit-Permakultur-Aktivistinnen und -Aktivisten zu finden. Was ist Deine Vision, was sind die Voraussetzungen zum mitmachen? Wen möchtest Du mit im Boot haben? (Denke dabei auch an mögliche Tiere, Pflanzen und die 5 Elemente)

### 10.B)

2. Zeichne weiter an Deinem Design, brauchst Du noch Infrastruktur für eine mögliche Gemeinschafts-Erweiterung? Z.B. für die Unterkunft von Flüchtlingen? Wie sieht Dein Wirken in der Region aus? Was braucht es noch, um eine resiliente, friedvolle Wirtschaft in der Region bewusst zu stützen?

# MODUL 11

11.A)

Fragen im Alltag, Zweifel, Argumente in der Permakultur

## **11.2. schriftliche Unterlagen:**

11.2.a) Fragen im Alltag, Zweifel, Argumente in der Permakultur

## Übung Permakultur Modul 11

11.A)

1. Erkläre einem kritischen Außenstehenden, so kurz und prägnant wie möglich: „Was ist Permakultur?“

## Übung Design Modul 11

11.B)

1. Verfeinere dein Design, wähle die Schnitte aus und zeichne sie. Bitte: vergiss das Wurzelwerk in den Schnitten nicht, ev. auch schon Grundwasservorkommen und alles, was nicht geschnitten ist, sollten als Ansicht dahinter zu erkennen sein.

# MODUL 12

12.A)

Von Care to Cure: Integrale Umweltheilung

12.B)

Originale Wetterarbeit nach Wilhelm Reich (Himmelsakupunktur)

## Kursunterlagen:

### **12.1. Vorträge**

12.1.a) Vortrag „Integrale Umweltheilung Himmelsakupunktur“ (Erich)

### **12.2. schriftliche Unterlagen:**

12.2.a) Bernd Senf „Wilhelm Reichs ökologische Grundlagenforschung“

12.2.b) Bernd Senf „Orgon, Orgonit, Cloudbuster und Chembuster“

12.2.c) Bernd Senf „Orgonenergie, Wetterbildung und Wetterbeeinflussung“

12.2.d) Bernd Senf „Ist die Erde bioenergetisch krank?“

12.2.e) Kurzbeschreibung: „Biologisch-dynamische Landwirtschaft“

12.2.f) Hof Eichwerder: „Biodynamische Präparate“

12.2.g) Wedig von Bonin: „Das Fladenpräparat nach Maria Thun“

12.2.h) Vom Lesen in den Spuren des Lebendigen

12.2.i) Gärtnern nach dem Mond ([www.krautundrueben.de/mondkalender-guenstige-aussaat-tage](http://www.krautundrueben.de/mondkalender-guenstige-aussaat-tage))

### **12.3. Filme, Talks, etc.:**

12.3.a) Video: Die unglaubliche Geschichte des Wilhelm Reichs

12.3.b) Video: Das 8. Präparat von Maria Thun (Hartmut Wagner)

12.3.c) Video: Heiltee für die Erde (Hartmut Wagner)

12.3.d) AUTarcaMatricultura - der Film, ab 01:03:56 (siehe Modul 1)

## **Übung Permakultur Modul 12**

### **12.A)**

Rühre einen „Heiltee für die Erde“ mit selber gesammelten Kräutern oder alternativ dem Bio-Dyn. Präparat 500 oder dem Fladenpräparat nach Maria Thun an (Präparateversand: [www.biodynamische-praeperate.de](http://www.biodynamische-praeperate.de) oder [www.gaertnerei.goetheanum.org](http://www.gaertnerei.goetheanum.org)). An einem Wurzeltag am Morgen: Eine kleine Menge Präparat in den mit Wasser gefüllten Bottich (25 Liter für 1000 m<sup>2</sup> Land) geben und mit einem Holzstock oder Deiner Hand eine Stunde rühren. Immer links herum und rechts herum abwechseln, so dass schöne Wirbel bis zum Bottichboden entstehen. Der Bottich ist aus Holz, Keramik, Glas oder Plastik, nicht aus Metall. Nach dem Rühren sofort mit einem Drucksprüher, Gartenspritze, Handbesen oder genügend großem Tannenzweig, fein über das ganze Land ausbringen. Falls Du kein eigenes Land hast, bringe den Heiltee im Stadtpark oder nahegelegenen Forst aus.

## **Übung Design Modul 12**

### **12.B)**

1. Überprüfe, ob Deine Vision von Modul 1 mit dem Design und den geschaffenen Kreisläufen übereinstimmt.

### **12.B)**

2. Überprüfe in Deiner nächsten Umgebung ob die Wetterarbeit nach Wilhelm Reich möglich wäre. Es braucht einen Teich, See, Fluss, Bach oder einen Tank mit der Möglichkeit das Wasser umzuwälzen oder zu erfrischen. Der Ort sollte geschützt sein vor Gaffern.

## **MODUL 13**

Gehen wir die Hoffnung an: 5% aller Haushalte dieser Erde sollten Permakultur Haushalte sein.

Kursunterlagen werden individuell angegeben, je nach Design und was eventuell noch geklärt werden muss.

Letzte Besprechung des individuellen Designs mit letzten Tipps und eventuelle „Korrekturen“ zur kompletten Klarheit, so dass Du sofort loslegen kannst mit der Umsetzung.

Rückschau auf den Kurs und die Zusammenarbeit aller Beteiligten.

**Zustellung des PDC-Zertifikats mit unseren Glückwünschen!!!**

## Profile

**Barbara Graf / Erich Graf**, AUTarcaMatricultura, Autonome Akademie für Permakultur, Camino La Ermita, 26, Tinizara, La Palma, Islas Canarias  
Phone: +34922490215

**Barbara Elisabeth Graf**, geboren am 1. Mai 1968,  
aufgewachsen in Arbon am Bodensee.

Eidg. Dipl. Kindergärtnerin, Kt. St.Gallen 1988, Arbeit als Clown im Kinderkrankenhaus Basel, Öffentlichkeitsarbeit für Amnesty International, Greenpeace, WWF und aktives Engagement bei Peace Brigades im Süden von Mexico, 1998-2000.

Dipl. Perm. Des. SARI Australia Institut, 2000

Eidg. Dipl. Architektin EPF Lausanne, UDK- TU Berlin, ETH Zürich, 2007

Projekte für Städtebau, Umnutzung von Fabriken und Wohnsiedlungen mit Integration von Wirtschaft, Umwelt und sozialem Ausgleich: Berlin, Magdeburg, Halle, Dessau.

Professorin für Permakultur, Australia, 2012.

**Erich Alfred Graf**, geboren am 19.10 1965,  
aufgewachsen in Steinach am Bodensee.

Eidg. Dipl. El. Ing. ETH Zürich, Arbeit in der Softwarebranche als Systemanalytiker in Basel, Zürich, Bern und Entwicklung von unterschiedlichen Technologien zur Gewinnung von erneuerbarer Energie in Lausanne.

Dipl. Perm. Des. SARI Australia Institut, 2000,

Engagement für Pazifismus und aktive Mitarbeit bei Peace Brigades im Süden von Mexico, 1998-2000.

Dipl. Therapeut CORE Energetik Berlin, 2007

Arbeit als Archivar des Gesamtwerkes von Prof. Dr. Bernd Senf, Berlin

Professor für Permakultur, Australia, 2012 .

**2007** gründen Barbara und Erich Graf **gemeinsam AUTarcaMatricultura** "Zentrum für ökologische Lebensweise", Referenzprojekt für angewandte Permakultur, Tiefenökologie, Integrale Landschaftsheilung und Matriarchale Subsistenzwirtschaft", die praktisch angewandte **Matricultura©**.

**2012** gründen **Barbara und Erich Graf die Autonome Akademie für Permakultur** . Seit 2007 leben, arbeiten, erforschen und erweitern sie gemeinsam mit ihren beiden Kindern und allen AUTarcaMatricultura Lebewesen die Permakultur in Tinizara, La Palma