



*Sepp und Margit Brunner*

# Permakultur für alle

Harmonisch leben und einfach gärtnern  
im Einklang mit der Natur



**loewenzahn**  
innsbruck-bozen

# Inhaltsverzeichnis

---

- 8 Über unser Buch
- 10 Über uns
  
- 12 **Was ist Permakultur?**
- 13 Das größte Abenteuer
- 17 Eine Idee geht um die Welt
- 20 Die Rückkehr des Hausverstandes
- 22 Die eigene, kleine Welt verändern
- 24 Paradiese für Stadt und Land - und das jeweils Besondere
- 27 Gärten für Herz und Gaumen
- 29 Das Beste aus unserer Gegend machen
- 32 Ein Rucksack voll mit Fähigkeiten und Erfahrungen
  
- 34 **Grundlagen der Permakulturgestaltung**
- 35 Beobachte und denke nach
- 36 Erkenne und handle
- 38 Die Natur als Vorbild
- 39 Geschickt einteilen und Kraft sparen
- 42 Das erste große Bild entsteht
  
- 46 **Aus dem Kopf in die Hand**
- 47 Am Anfang steht ein guter Plan
- 49 Skizzen und Modelle
  
- 52 **Erste Schritte im Garten**
- 53 Den Boden kennen lernen
- 57 Mulch, Kompost und Regenwurm
- 67 Steine geben Brot
  
- 70 **Pflanzen und ihre Geheimnisse**
- 71 Der Wald - ein Garten in Stockwerken
- 79 Pflanzenfreundschaften
- 85 Kraut und Beikraut
- 89 Samen und Jungpflanzen
  
- 94 **Gartenbeete in aller Vielfalt**
- 95 Flach-, Hoch-, Hügel- und Kraterbeete
- 101 Mandala- und Schlüssellochgärten
- 104 Hanggärten
- 110 Minigärten, Gärten in der Luft und an der Hauswand
- 116 Töpfe, Kübel und Kästen
- 120 Das grüne Dach

- 124     **Ohne Wasser kein Leben**  
125     Wasser: Seine Bedeutung und seine Funktion  
128    Der Wasserkreislauf im Permakulturhaus  
129     Regen ist Segen und allerlei Wasserspeicher  
131     Teiche
- 144     **Sonne in den Garten - Wärme behalten**  
145     Der Kälte trotzen  
146     Steine und Mauern als Kachelöfen  
148     Spezialgärten für Wärmeliebhaber  
153     Sonnenfallen und Windbremsen  
15 5    Unter Glas und Folie
- 158     **Apotheke für den Garten**  
159     Gartengesundheit  
162     Jauchen und Kraftbrühen  
164     Auszüge und Tees
- 168     **Tierische Gäste und Familienmitglieder**  
169     Nistkästen und Totholzhaufen  
172     Insektenbrutwände  
174     Verwilderte Gartenwinkel  
176     Kleintiere als Gartenhelfer
- 178     **Ein Ort zum Nachdenken**  
179     Oasen zum Besinnen  
180     Einsichten  
181     Aussichten
- 183     Schlusswort  
184     Glossar, Weiterführende Literatur