

Suffizienz und Kirche – Von Fasten bis Coworking

Astrid Hake, Ökumenisches Netzwerk „Eine Erde“

Sonja Jiménez, Referentin Fair Trade-Diözese

Freiburg, 04. Juni 2025

Gliederung

1. Präsentation

1. Definition und Relevanz von Suffizienz
2. Best practice Beispiele

2. Arbeit in Kleingruppen: Vision und Verantwortung der Erzdiözese

1. Gebäude und Mobilität
2. Beschaffung und Bildung (Pastoral)

3. Plenum: Präsentation der Ergebnisse und Diskussion

1.1. Suffizienz

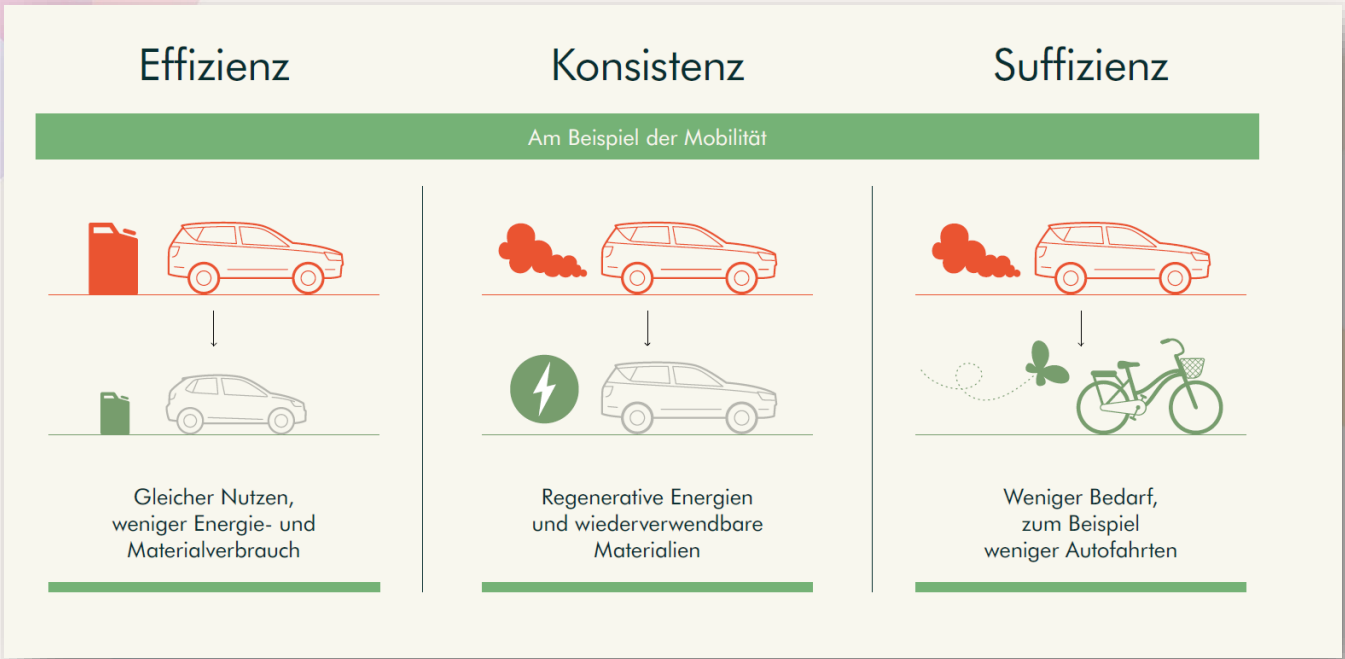
Definition und Relevanz

Was ist Suffizienz?

- ist die Frage nach dem richtigen Maß für Konsum und Produktion;
- ist eine Strategie zur Reduktion von Konsum- und Produktionsniveaus durch die Veränderung sozialer Praktiken;
- hat zum Ziel, durch nachhaltige Konsummuster einerseits die ökologischen Grenzen einzuhalten und andererseits allen Menschen die Befriedigung ihrer Bedürfnisse zu ermöglichen.

[Suffizienz - Wuppertal Institut für Klima, Umwelt, Energie](#)

Suffizienz als zentrales Nachhaltigkeitsprinzip



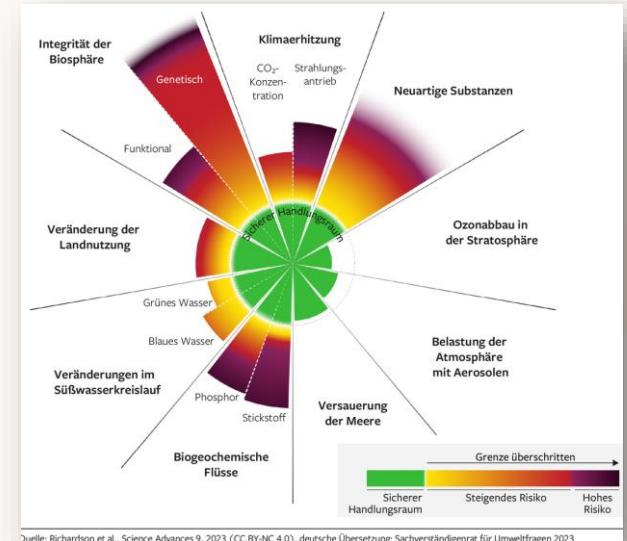
Warum ist dies entscheidend?

Konsum und Unternehmenspraktiken sind Treiber.

Absolute Verringerung des Energie- und Ressourcenverbrauchs ist notwendig, um Klima- und Nachhaltigkeitsziele zu erreichen.

Technologische Lösungen allein reichen nicht aus:

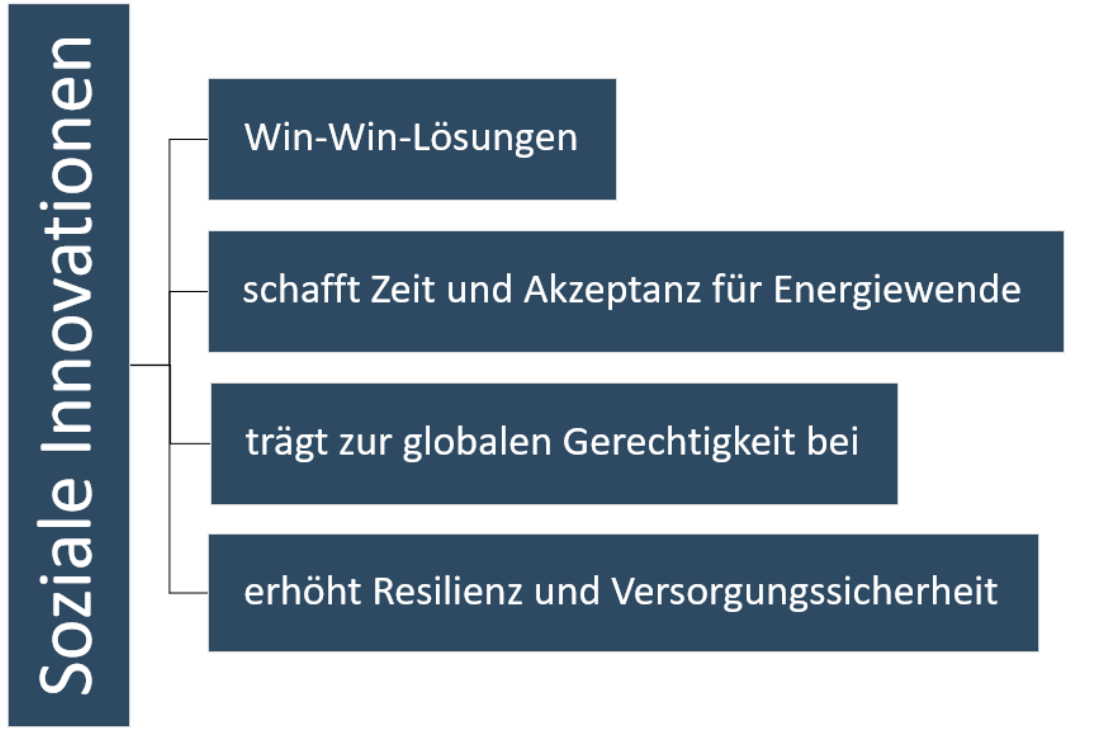
- Konsistenz verlagert z. T. Probleme.
- Effizienz: Rebound-Effekte reduzieren Wirksamkeit.



Suffizienz als Herausforderung

- Suffizienz ist an das vorherrschende ökonomische Denken nicht anschlussfähig: »Genug« bedeutet »Stagnation« und ist negativ bewertet.
- Unternehmen können im Wettbewerb meist nur bestehen, wenn sie ihre Produktion stetig steigern.
- Auch Individuen sehen sich einem Wettbewerb ausgesetzt, der sie zu immer mehr Konsum drängt.

Potentiale von Suffizienz



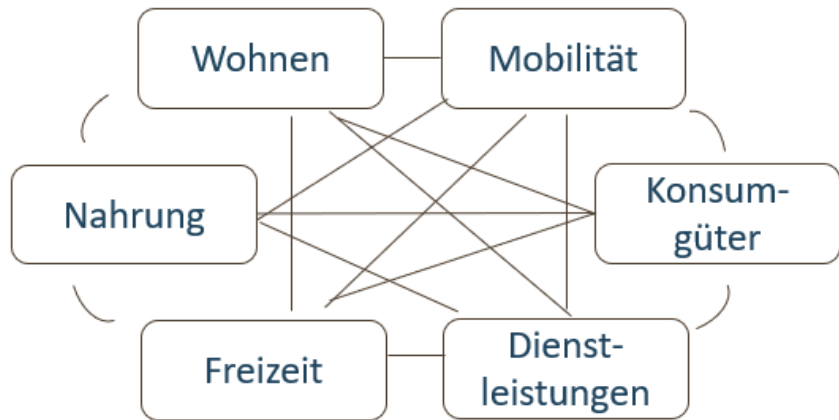
Ziel von Suffizienz: Verteilungsgerechtigkeit

„Öffentlicher Wohlstand statt privater Luxus“

Überkonsum (ökologisch nicht nachhaltig)



Verbrauch senken
Obergrenze
(ökolog. Maximum)

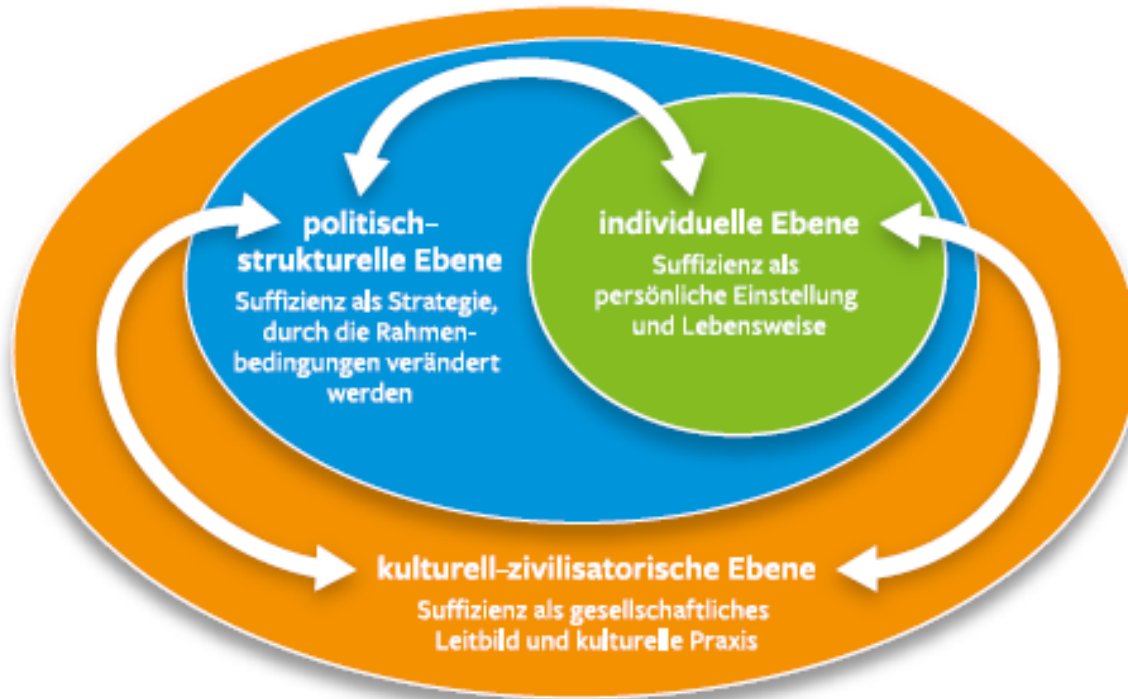


Unterkonsum (sozial nicht nachhaltig)



Untergrenze
(soziales Minimum)
Verbrauch erhöhen

Wirkebenen von Suffizienz



Christliches Verständnis

- Kirchliche Akteure können glaubwürdig Suffizienz einfordern. Ein „**Leben in Fülle**“ zeichnet sich nicht durch materiellen Besitz aus.
- **Ethik des Genug:** Reflexion, wie ein gutes Leben auch ohne mehr Wachstum aussehen kann (EKD Text 130 S.25). Der Mensch hat die Freiheit zur Begrenzung. Diese muss nicht mit einer Verschlechterung von Lebensqualität einhergehen.
- Reicher Schatz an **christlichen Traditionen** wie das Fasten, Sabbat, Erlassjahr oder Exerzitien.



*(Wie) begegnet Ihnen Suffizienz in Ihrem
Arbeitsalltag und in Ihren Arbeitsfeldern?*

1.2. Suffizienz

Best practice Beispiele

Foodsharing in Kirchennähe

Einweihung des Fairteiler-Schranks
in Rastatt.



Quelle: Harald Holzmann

Kooperation mit Foodsharing e.V. –
aktuell mind. fünf „Fairteiler“ in der
Erzdiözese Freiburg

- [St. Alexander, Rastatt](#)
- [St. Peter und Paul, Freiburg St. Georgen](#)
- [St. Katharina Sandweier](#)
- [Ministranten Bad Krozingen](#)
- [Quartiersmanagements Caritasverband Bruchsal](#)
- [Maria Magdalena, Freiburg Rieselfeld](#)

Foodsharing in Kirchnähe

Nächste Schritte:

- Kooperation mit Foodsharing
- Baupläne der Schränke Interessierten zu Verfügung stellen
- Fördermöglichkeit durch Hundertfüßer

Potential:

- Bildung mit konkretem Handeln verbinden
- Peer-to-peer Veranstaltungen
- Zentrale Platzierung im Ort
- Positives Engagement von Kirche
- Kooperation mit DBU-geförderten Projekt

Coworking im Gemeindehaus

Coworking bei der Diözesanstelle
Hochrhein



Bild: Sira Huwiler-Flamm

[Positive Bilanz nach einem Jahr](#)

- Seit 2023 gibt es acht Coworking-Arbeitsplätze
- 43 versch. Personen haben das Angebot im ersten Jahr genutzt
- 40% der Nutzenden kommen regelmäßig

Coworking und Kirche



Die [Diözesanstelle](#) Hochrhein in Waldshut testet in ihren Räumen Coworking mit **8 Flex Desks**.



Im Café Licht in Heidelberg gibt es einen **PopUp CoWorking Space** in den Räumen einer ev. Kirchengemeinde. Getragen wird die Initiative vom CVJM Heidelberg-Mitte e.V. in ihren Räumen Coworking mit 8 Flex Desks.



Frohes Schaffen ist ein **sozialer Coworking-Space**, der sich als Quartiersarbeit versteht mitten in einem Brennpunkt Iserlohs.



Kairos 13 in Karlsruhe ist ein **sozialer Coworking-Space** getragen vom ev. Kirchenkreis und angesiedelt im Gebäude des Dekanats in zentraler Lage.

Quelle: [Coworking und Kirche](#)

Coworking und Kirche

Nächste mögliche Schritte:

- Kooperation mit Stabsstelle für Schöpfung und Umwelt
- Gezielte Förderung von Coworking

Potential:

Storytelling: Die Schreibstuben der Klöster waren die ersten Coworking-Spaces der Welt.

Kirchengemeinden eröffnen damit eine neue Form der Gemeinschaftsbildung, beteiligen sich selbst aktiv an der Sozialraumgestaltung.

Verleihplattform

Die Idee

Verleihplattform, die vielfältig einsetzbar ist.

Kirchen, Verbände, Initiativen können Gruppen einrichten und innerhalb der Gruppe Dinge verleihen.

KiGe können „Poweruser“ werden, Räumlichkeiten für Verleihbares zur Verfügung stellen.

Initiatoren

Gruppe „Leihen im Süden“

Mitglieder: KiGe Konstanz, Brauchbarschaft Konstanz und Stadt Freiburg inkl. Initiative Allerleih

Koordination: Stabsstelle Schöpfung und Umwelt



Verleihplattform

Nächste Schritte:

- App verleih.bar wird um notwendige Features ergänzt
- Werbung zur Nutzung der App startet

Potential:

Konkretes Handeln und Bildungsarbeit verbinden

Menschen zum (Ver)leihen motivieren um somit weniger zu konsumieren

Plattform für diöz. Einrichtungen nutzen

Suffizienz in der Beschaffung

Beschaffungsleitlinien



Suffizienz >

Leitfaden zu Suffizienz in der Beschaffung

- Alte Büromöbel aufbereiten und wiedernutzen
- IT-Geräte wiederaufbereiten/gebraucht verkaufen
- Verschenkkatalog des Kirchlichen Diözesanmuseums
- Recycling von Wachsresten

Links und Quellen

[Sachverständigenrat für Umweltfragen - Publikationen - Suffizienz als „Strategie des Genug“: Eine Einladung zur Diskussion](#)

[Suffizienz - Wuppertal Institut für Klima, Umwelt, Energie](#)

[Forschungsnetz Energiesuffizienz – Krisenfest, sozial und umweltgerecht: Impulse zur Entwicklung einer Suffizienzstrategie](#)

[Deutsch-Französisches Zukunftswerk – Wege zum Genug](#)

[Artikel - Kirchen für Klimagerechtigkeit](#)

[Suffizienz Über das Projekt](#)

Newsletter

Monatlicher Infobrief der Diözesanstelle
per Email erhalten: [Info-Brief](#)



Kontakt

Sonja Jiménez

Referat Fair Trade-Diözese

Diözesanstelle für
Schöpfung und Umwelt

Erzdiözese Freiburg

Weitere Informationen:

www.umwelt.ebfr.de

sonja.jimenez@ordinariat-freiburg.de

0761-1379-1216

2. Kleingruppen

A Gebäude und Energie

B Beschaffung und Bildung

Diskussionsfragen




*Sprechen Sie über die **Vision**, **Schritte zur Verantwortung**, die Führungskräfte konkret gehen können, und **best practice Beispiele***

Kleingruppe A Für die Bereiche Gebäude und Energie

Kleingruppe B Für die Bereiche Beschaffung und Bildung






W.5 Suffizienz und Gebäude

| Vision  | Schritte zur Verantwortung  | Best practice  |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Erreichen der Ziele des Klimaschutzkonzepts• Geplanter Abgang von 30% der Gebäude• Alle Kirchen werden so sparsam wie möglich beheizt• Heizungen in allen kirchlichen Gebäuden sind korrekt eingestellt | <ul style="list-style-type: none">• Eine Gebäudekonzeption wird von der HA9 in Zusammenarbeit mit der Diözesanstelle für Schöpfung und Umwelt und der Stabsstelle Kommunikation erarbeitet• Angebote des Energiemanagements werden von allen Einrichtungen genutzt• Klima-Monitoring in allen Kirchen der Erzdiözese | <ul style="list-style-type: none">• Energiemanagement• Klima-Monitoring |






W.5 Suffizienz und Mobilität

| Vision  | Schritte zur Verantwortung  | Best practice  |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Erreichen der Ziele des Klimaschutzkonzepts• Dienstwagenflotte wird soweit wie möglich reduziert und Carsharing wird angeboten• Mitarbeitende nutzen mehr ÖPNV und Fahrrad für den Weg zur Arbeit• Die Erzdiözese ist Fahrradfreundlicher Arbeitgeber und motiviert dadurch Mitarbeitende zu erhöhter Fahrradnutzung• Lastenräder werden statt PKWs zum Transport genutzt | <ul style="list-style-type: none">• Erfolgreiche Zertifizierung als „Fahrradfreundlicher Arbeitgeber“• Mobilitätskonzept für Pfarreien• AG Mobilität• Ausbau der Ladesäuleninfrastruktur (Himmelsenergie // Beten & Tanken) | <ul style="list-style-type: none">• Hunderfüßerprogramm fördert Dienstfahrräder und Lastenräder• Kirchengemeinde in Pforzheim bietet Carsharing an• Zusammenarbeit mit Kommunen |






W.5 Suffizienz und Beschaffung

| Vision  | Schritte zur Verantwortung  | Best practice  |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Alle Anschaffungen werden zunächst auf Notwendigkeit sorgfältig überprüft• IT-Geräte können auch privat genutzt werden• Einrichtungen verleihen sich untereinander Gebrauchsgegenstände (Verleihliste ESA)• Fleischangebot in AHV wird reduziert• Alle Mitarbeiter der Erzdiözese setzen Suffizienz beim Umgang mit Ressourcen im Arbeitsalltag um<ul style="list-style-type: none">• Ausschließlich Nutzung von Gemeinschaftsdruckern• Gebrauchte Möbel und IT werden, solange möglich, aufbereitet & wiederverwendet• Nur Nötiges Drucken• Wenig bis keine Give aways | <ul style="list-style-type: none">• Sammeln von Bsp. In Kirchen und Unternehmen, wo IT auch privat genutzt werden kann• Verleihplattform für diöz. Einrichtungen etablieren• Sensibilisierung der Mitarbeitenden | <ul style="list-style-type: none">• Compliancerichtlinien auf Suffizienz prüfen• Recyclingplattform für Baustoffe (Essen)• Verleihliste ESA• EKIBA: Dienst- und Privathandy in einem• Beschaffungsleitlinien zu Suffizienz des Referats Fair Trade-Diözese• Veganer Kochkurs für Küchenleitungen |



W.5 Suffizienz und Bildung

| Vision  | Schritte zur Verantwortung  | Best practice  |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Bildungsarbeit trägt zum Bekanntheitsgrad von Suffizienz innerhalb und außerhalb der Kirche bei• Sensibilisierung durch praktische Leuchtturmprojekte (Foodsharing/Coworking/Verleihplattform)• Die Stabsstelle für Schöpfung und Umwelt beteiligt sich an deutschlandweiten Aktionen zu Suffizienz | <ul style="list-style-type: none">• Bildungsangebote rund um das Thema Suffizienz• Aufbau von Projekten zu Foodsharing, Coworking und Verleihplattformen• Beteiligung an der ökumenischen Aktion „Es reicht. Mehr Mut zu Suffizienz!“ | <ul style="list-style-type: none">• Podiumsdiskussion zum Thema Wohnraumsuffizienz in Zusammenarbeit mit der Kath. Akademie und Klimaschutz im Bundestag e.V.• MdB Gespräche im Rahmen der Aktion „Es reicht. Mehr Mut zu Suffizienz!“ |