

# REPAIR AND SHARE RUHR



Liebe Leser\*innen,

Suffizienz ist neben Effizienz und Resilienz eine der drei Haupt-Nachhaltigkeitsstrategien. Der Begriff leitet sich ab vom lateinischen *sufficere*, was in etwa ausreichen oder genügen bedeutet. Anders als die beiden anderen Strategien setzt Suffizienz nicht bei technischen Maßnahmen an, sondern fokussiert auf menschliche Verhaltensweisen sowie Normen und Werte – also auf Lebensstile, Konsummuster und kulturellen Wandel. Dabei ist jedoch zu betonen, dass Suffizienz nicht Verzicht bis hin zur Selbstkasteiung bedeuten soll, sondern vielmehr eine Rückbesinnung auf das, was zu einem guten Leben wirklich wichtig ist. Suffizienz wird auch häufig missverstanden als Strategie, die einzig beim Individuum und dessen Verantwortung ansetzt – dabei wird aber ignoriert, dass wir als Individuen eingebunden sind in gesellschaftliche Normen und Werte und auch die technische, ökonomische und soziale Infrastruktur unser Denken und Handeln beeinflusst. Wir benötigen also nicht nur individuell verändertes Agieren, sondern vor allem auch eine Suffizienzpolitik und -kultur.

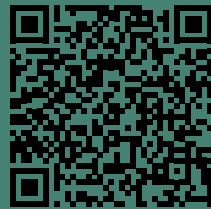
Repair- und Share-Konzepte sind elementare Bestandteile der Suffizienzstrategie. Ohne mehr zu verbrauchen und wegzuworfen, können wir durch Reparieren und Teilen die Dinge länger und gemeinsam nutzen. Gleichzeitig tragen beide Konzepte zu mehr Gemeinschaft und Teilhabe bei und lassen uns spüren, dass wir etwas bewirken können.

In unserem dritten Magazin beschäftigen wir uns daher mit der Suffizienz aus unterschiedlichsten Blickwinkeln. Im ersten Teil „Weniger ist Mehr“ widmen wir uns der Suffizienz als konkreter Nachhaltigkeitsstrategie und betrachten Beispiele aus der Praxis. Im zweiten Teil „Mehr als nur weniger“ zeigen wir, dass es einen Kultur- und Wertewandel braucht, damit Suffizienz keine persönliche Idealismusstrategie bleibt, sondern ihr volles Potenzial zur großen Transformation entfalten kann. Abgerundet wird das Magazin durch den dritten Abschnitt „Genug ist genug“, in dem wir uns Suffizienz als politische Strategie genauer anschauen.

Und damit, viel Freude und vor allem eine bereichernde Zeit mit der neuesten Ausgabe von Repair&Share.

Euer Repair&Share-Team

**Auf unserer Webseite findet ihr weitere Ausgaben unseres Magazins**



THALESruhr ist ein Projekt der Hochschule Bochum. Es trägt Hochschulwissen in die Mitte unserer Gesellschaft und erweckt Forschungsergebnisse aus dem Bereich der Nachhaltigkeit in der Metropole Ruhr zum Leben. Neun Transferprojekte entwickeln Lösungen auf den Gebieten „Resilienz, Mobilität, Energie“, „Nachhaltiges Leben und Wirtschaften“ und „Produzieren, Planen und Bauen“. Repair & Share Ruhr ist eins der neun Transferprojekte.

# INHALTSVERZEICHNIS

## WENIGER IST MEHR – SUFFIZIENZ ALS KONKRETE NACHHALTIGKEITSSTRATEGIE

08 STADTBIBLIOTHEKEN UND  
BIBLIOTHEKEN DER DINGE

10 DER VERBUND TEILEN UND LEIHEN  
INTERVIEW

14 DER CAP-BAUMARKT  
INTERVIEW

18 REISSVERSCHLÜSSE  
RETTEN STATT WEGWERFEN

20 REPAIR & SHARE  
POP-UP IN DER INNENSTADT

## MEHR ALS NUR WENIGER – SUFFIZIENZ ALS KULTUR- UND WERTEWANDEL BEGREIFEN

24 WENIGER E.V.  
INTERVIEW

28 KINTSUGI - AI MOLIYA  
INTERVIEW

32 PERMAKULTUR UND PFLANZENKOHLE  
INTERVIEW

38 CAPSULE WARDROBE  
DER NACHHALTIGE KLEIDERSCHRANK

42 KAUF SUCHT  
UND DIE INNER DEVELOPMENT GOALS

## GENUG IST GENUG – SUFFIZIENZ ALS POLITISCHE STRATEGIE

48 TRANSFORMATIONSBEIRAT  
INTERVIEW

54 HABIPOD -  
FLÄCHENPOTENZIALE IN DER STADT

58 BAUSTOFFBÖRSE GELSENKIRCHEN  
INTERVIEW

62 RETTEN STATT SCHREDDERN  
DAS NEUE ELEKTRO-GESETZ

67 IMPRESSUM

# WENIGER

## IST

# MEHR

### Suffizienz als konkrete Nachhaltigkeitsstrategie



Das Reparieren und Teilen von Dingen ist in der Suffizienzstrategie verortet, da es dazu führt, dass weniger produziert und konsumiert wird und somit mehr wertvolle Ressourcen geschont werden. Auf den nächsten Seiten geht es um konkrete Ansätze für diese Nachhaltigkeitsstrategie. Wir berichten von unserer Umfrage zum Thema Bibliotheken der Dinge, stellen euch den bundesweiten Verbund Teilen & Leihen vor, der sich 2025 gegründet hat, gehen ins Gespräch mit dem CAP-Baumarkt in Witten, reparieren gemeinsam Reißverschlüsse und bringen die Themen Repair & Share in die Bochumer Innenstadt.

**Weniger ist Mehr:**

Mehr Platz.  
Mehr Selbstwirksamkeit.  
Mehr Gemeinschaft.  
Mehr Lebensqualität.

# STADTBIBLIOTHEKEN UND BIBLIOTHEKEN DER DINGE

Auf der Webseite des meistgelesenen deutschsprachigen Bibliotheksmagazins BUB FORUM BIBLIOTHEK UND INFORMATION wurde im Februar 2026 ein Artikel zu Bibliotheken der Dinge veröffentlicht, in dem es heißt: „Immer mehr Bibliotheken bieten mittlerweile nicht nur klassische Medien, sondern auch allerlei weitere Gegenstände zum Ausleihen an“ (BuB 2026). Im Artikel werden drei Stadtbüchereien als Fallbeispiele genannt, die damit begonnen haben, diverse Gebrauchsgegenstände zu verleihen.

EIN BEITRAG VON OLIVER STENDEL

Tatsächlich sind es bundesweit schon über 150 Stadtbüchereien, die in den letzten Jahren parallel zu ihrem Kerngeschäft, dem Verleih von Schriften, eine „Bibliothek der Dinge“ aufgebaut haben. Hinzu kommen Stadtbibliotheken in Österreich und der Schweiz, die ebenfalls Dinge verleihen (siehe <https://connect.oclc.org/bib-der-dinge>).

**Nun ist die Einrichtung von Bibliotheken der Dinge eine wichtige Sache, um die Share Economy in die Mitte der Gesellschaft zu etablieren.**

Deren Betrieb stellt Stadtbüchereien aber auch vor zusätzlichen Herausforderungen, die bewältigt werden sollten, damit sich Bibliotheken der Dinge auch langfristig etablieren können. Hierzu hatten wir im Rahmen des THALESruhr-Projektes eine Umfra-

ge unter all jenen Stadtbüchereien durchgeführt, die bis 2025 eine Bibliothek der Dinge eingerichtet hatten, um Kernprobleme und mögliche Bewältigungsstrategien identifizieren zu können. Publiziert wurden die Ergebnisse Ende 2025 in der BuB (Stengel 2025), von denen hier einige kurz zusammengefasst werden:

Die Umfrage ergab, dass die meisten kommunalen Bibliotheken der Dinge zum Erhebungszeitpunkt ein Inventar von 20 bis 200 Gegenständen hatten (ein statistischer Ausreißer ist die Stadtbücherei Köln mit rund 1.700 Dingen). Diese vergleichsweise geringe Zahl hat ihre Ursache in der Beschaffung: Die zu verleihenden Gegenstände werden neu eingekauft und mehrheitlich mit Geldmitteln, die dem eigenen Medienetat entwendet wurden (der eigentlich dem Neukauf von Büchern dient). So lässt sich ein Bestand an „Dingen“ nur allmählich

aufbauen – und beim Bestand gilt die Maxime „weniger ist mehr“ nicht. Rascher ließen sich mehr Dinge ins Inventar integrieren, wenn z.B. Beschäftigte der jeweiligen Kommune die Möglichkeit hätten, gebrauchsfähige Dinge aus ihrem Besitz an die Stadtbücherei zu spenden. Und noch rascher, wenn die Dinge zusätzlich über eine Organisation wie INNATURA geordert werden, die überschüssige Ware bei Herstellern und Händlern einsammelt, um sie an nichtkommerzielle, soziale Einrichtungen zu vermitteln (innatura.org). Zudem sind Kooperationen mit dem lokalen Wertstoffentsorger möglich, da dort nicht selten Dinge abgegeben werden, die qualitativ neuwertig sind und folglich gemeinschaftlich genutzt werden könnten.

**Irgendwann wird jeder Gegenstand nach Ablauf der Garantie reparaturbedürftig. Was ist dann zu tun?**

Das Aussortieren des Produkts sollte nicht die erste Wahl sein, da das Inventar so nur unnötig reduziert wird. Und der Neukauf eines beschädigten Gegenstands steht der Inventarerweiterung bei limitiertem Etat entgegen. Zu prüfen ist folglich, ob das Produkt reparierbar ist und dazu könnten Stadtbüchereien im Sinne der Kreislaufwirtschaft mit lokalen Repair Cafés kooperieren. Für Stadtbüchereien ist der erweiterte Service auch eine weitere personelle Belastung, da allein die Beschaffung der Gegenstände und ihre Reparaturen gemanaged werden müssen. Hinzu kommen Inventarisierung und Wartung. Im Gegenzug sind

mehr Personalmittel selten in Sicht. Über den Bundesfreiwilligendienst oder die kommunale Ehrenamtsagentur akquirieren manche Stadtbüchereien bereits das zusätzlich benötigte Personal.

Schon diese wenigen Beispiele zeigen, dass typische Probleme auch ohne Ausweitung des Budgets angegangen werden können. Da Bibliotheken der Dinge ein Mittel für mehr soziale Gerechtigkeit und weniger ökologischen Stress sind, ist es objektiv betrachtet wünschenswert, dass sie sich weiterhin verbreiten und auf Dauer etablieren.

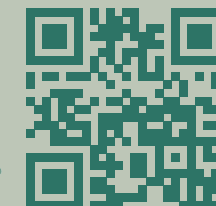
Fazit: Stadtbüchereien können ein Booster der für die Ressourcenwende benötigten Share Economy werden. Kommen außerdem zivilgesellschaftliche Verleih-Initiativen hinzu, sind die langfristigen Chancen für die erfolgreiche Institutionalisierung des „Nutzen statt besitzen“ gut.

## Literatur:

BuB-Redaktion (2026). Leihen in „Bibliotheken der Dinge“. auf: b-u-b.de

Stengel, O. (2025). Auf dem Weg zur dauerhaften Etablierung. in: BuB, 11

**Hier geht's zur Website von  
Bub - Forum Bibliothek und  
Information**



# Der Verbund Teilen und Leihen

## Eine bundesweite Lobby für die gemeinwohlorientierten Leih-Initiativen

Im Oktober 2024 fand in Bochum ein bundesweites Vernetzungstreffen der gemeinwohlorientierten Leih-Initiativen statt, das wir als Repair & Share Ruhr mitorganisierten und moderativ begleiteten. Zwei Tage lang tauschten sich Vertretende aus verschiedenen Leihläden Deutschlands über ihre Bedürfnisse und Herausforderungen aus, lernten voneinander und diskutierten über notwendige Infrastrukturen für die Szene. Der Wunsch nach einer bundesweiten Lobby kam dabei immer wieder auf und so gründete sich an dem Wochenende eine Arbeitsgruppe für die Gründung eines Verbands.

Auch diese AG begleiteten wir sowohl in der Koordination als auch in der Moderation und so konnten wir miterleben, wie sich im April 2025, nach monatelanger Arbeit an einem Konzept und einem Satzungsentwurf, der Verbund Teilen und Leihen gründete.

**Wir haben dem aktuellen Vorstand des Verbunds ein paar Fragen gestellt:**

### WAS IST DER VERBUND TEILEN & LEIHEN?

Ein ehrenamtlicher Zusammenschluss von gemeinnützigen, deutschsprachigen Leihinitiativen, die ihren Mitgliedern oder interessierten Menschen mit Rat und Tat zur Seite stehen, um den Gedanken des Leihens und Teilens zu fördern – bei häufigen Fragen unterstützt, berät, Fortbildungen zu den gewünschten Themen anbietet, also auch Wissen teilt. Fehler von anderen Initiativen sollen vermieden werden.

### WAS SIND EURE ZIELE BEZIEHUNGSWEISE DIE DES VERBANDS?

Professionelles Auftreten für nachhaltiges Handeln und Vernetzen, die Themen Leihen und Teilen in die Öffentlichkeit bringen, Hilfe bei Neugründungen von Leihorganisationen, Beratung bei Versicherungsfragen etc. sowie Interessenvertretung in der Gesellschaft. Unser Hauptziel: Mit einer Stimme sprechen. Es soll immer mehr Leihläden

## Der aktuelle Vorstand:



geben, idealerweise in jedem Viertel oder jedem Ort, und das Bewusstsein dafür wachsen, dass Leihen vor Neukauf Vorrang hat.

Ressourceneffizienz soll gesteigert, unnötiger Ressourcenverbrauch vermieden und eine Kultur des Teilens etabliert werden. Dies wollen wir durch Professionalisierung des Auftritts und durch Vernetzung erreichen.

Denkbar wäre auch eine gemeinsame Verleihsoftware oder eine Schnittstellenprogrammierung zwischen bestehender Software.

Dazu haben wir Fördermittel bewilligt bekommen, mit denen wir eine Teilzeitstelle schaffen wollen.

### WAS BEDEUTET FÜR EUCH SUFFIZIENZ?

Eine wichtige und unterschätzte Strategie zur Erreichung von Nachhaltigkeitszielen. Sie hat persönliche

materielle Entschlackung zum Ziel und soll helfen, vom Überfluss zu befreien, nachhaltiges Leben gesellschaftsfähiger zu machen und zu fragen: „Was brauche ich wirklich bzw. wie oft?“

### INWIEFERN KANN DER VERBUND EINE SUFFIZIENZ-KULTUR FÖRDERN?

Leihinitiativen zahlen auf die Suffizienz-Kultur ein, indem Leihen das Kaufen reduziert und weniger produziert werden muss. Die Praxis des bewussten Konsumierens soll eingeübt werden.

### WAS SIND AKTUELLE DIE GRÖSSTEN HÜRDEN IN Eurer ARBEIT?

Die deutsche Bürokratie und Steuergesetzgebung. Manchmal auch Vereinbarkeit der Arbeit mit einem vollen Terminkalender :)

## WIE KANN MAN EUCH AM BESTEN UNTERSTÜTZEN?

Mitglied werden und kommunizieren, dass es uns gibt, fachliches Wissen und Fähigkeiten einbringen oder Erfahrungsberichte mitteilen und an der Vernetzungsarbeit teilhaben.

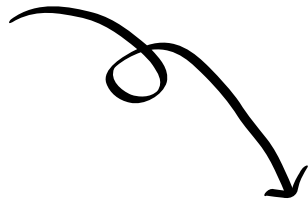
## WIE KANN MAN EUCH FINDEN, WENN MAN FRAGEN HAT ODER MITGLIED werden will?

Über die Webseite [www.verbund-teilen-leihen.de](http://www.verbund-teilen-leihen.de), wir freuen uns über eine Mail: [vorstand@vtlev.de](mailto:vorstand@vtlev.de) oder [vorstand@verbund-teilen-leihen.de](mailto:vorstand@verbund-teilen-leihen.de) (formlos)

## WAS MÖCHTET IHR DEN LESER\*INNEN NOCH MITGEBEN?

Nutzt Leihinitiativen, überlegt euch, ob leihen nicht die bessere Alternative ist als der Neukauf. Das spart evtl. Platz, CO<sub>2</sub> und Geld. Mit einer Spende für die Leihinitiative eurer Wahl unterstützt ihr diese oder sichert sogar ihre Arbeit („Bezahlen für Nichtkaufen“)

Hier geht's zur Website des Verbunds Teilen und Leihen



# DER CAP-BAUMARKT

## Second Hand und Soziales gehen hier Hand in Hand

**RENOVIEREN, REPARIEREN, UPCYCLEN UND HANDARBEITEN MACHEN FREUDE UND WERDEN IMMER MEHR ZUM TREND. DOCH DIE BENÖTIGTEN MATERIALIEN AUS DEN GÄNGIGEN BAUMÄRKTEN SIND TEILWEISE ALLES ANDERE ALS NACHHALTIG. EIN SOZIALER BAUMARKT IN WITTEN STELLT DEM ETWAS ENTGEGEN UND BIETET NEBEN „SECOND HAND“-ARTIKELN AUCH NEUE PERSPEKTIVEN FÜR ARBEITS- UND AUSBILDUNGSSUCHENDE. WIR HABEN DAS TEAM DES CAP-BAUMARKTS FÜR EUCH INTERVIEWT.**

EIN INTERVIEW VON ALEXANDER KIENINGER

**Wer seid ihr und was ist das Besondere am CAP-Baumarkt in Witten?**

Der Baumarkt wird von der QuaBeD betrieben. Die Perspektiv gem. GmbH, 1998 als QuaBeD (Qualifizierungs- und Beschäftigungsgesellschaft der Diakonie Ennepe-Ruhr/Hagen) gegründet, ist ein Bildungsträger mit Standorten in Witten, Hagen und Iserlohn. Seit dem Bestehen arbeitet die Perspektiv gem. GmbH in Witten und Umgebung daran, arbeits- und ausbildungssuchenden Menschen neue Perspektiven aufzuzeigen und den Weg in den ersten Arbeitsmarkt zu ebnet. Neben der Durchführung von Projekten (Jobcenter, Bundesagentur für Arbeit und ESF-kofinanzierten Projekten) betreiben wir an unserem Hauptstandort an der Annenstraße 118 –122 in 58453 Witten die Serviceagentur und den im Jahre 2008 gegründeten CAP-Baumarkt (einziger sozialer Baumarkt in NRW).

**Wenn ich als Kund\*in zu euch komme: Was kann ich bei euch erleben und erwerben, dass ich woanders nicht finde?**

Neben gebrauchten Artikeln wie Möbeln, elektrischen Werkzeugen, Haushaltsgeräten, Sanitärartikeln, Türen, Küchenarbeitsplatten, Werkzeuge, Schrauben, Scharniere etc. bieten wir je nach Verfügbarkeit auch von uns geprüfte Retouren (zum Teil mit leichten Beschädigungen) als „B-Ware“ an, wie z. B. Markisen, Garagentore mit Antrieb, Waschmaschinen, Kühlschränke, Geschirrspüler, Dusch- und Badewannen etc. In unserer angegliederten Holzwerkstatt reparieren und überarbeiten wir gebrauchte Möbelstücke und verleihen diesen neue Funktionalität, Design und ein zweites Leben. Im Dezember 2025 hat unser CAP-Baumarkt den Deutschen Nachhaltigkeitspreis in der Rubrik „Baumärkte“ gewonnen. Es ist für uns ein herausragender

Erfolg für den ersten Secondhand-Baumarkt in Nordrhein-Westfalen und eine Bestätigung unserer ökologischen wie sozialen Grundhaltung.

**Um das Bild abzurunden: Welche weiteren sozialen oder ökologischen Projekte sind bei euch direkt angegliedert?**

Wir möchten den uns anvertrauten Menschen, die überwiegend sozial benachteiligt in unserer Stadt wohnen, eine Perspektive bieten. Das Entwickeln einer individuellen Grundhaltung ist daher ein wichtiges Element in unserer Begleitung von Menschen und kann nicht nur „erklärt“ oder „angeraten“ werden, sondern muss mit Überzeugung jeden Tag, jede Stunde und Minute gelebt werden. Die bereits genannte Auszeichnung für unser Handeln ist auch eine Bestätigung für unsere Mitarbeitenden und Teilnehmenden. Das Entwickeln von „Grundkompetenzen“ ist oftmals nur ein Begriff. Mit welcher (Eigen-) Verantwortung dieses Entwickeln verbunden ist, wird von Menschen oftmals nicht wahrgenommen. Das „aktiv sich täglich wiederholende Wahrnehmen“ ist der Schlüssel zu einem bewussten Umsetzen. Die Umsetzung in einem CAP-Baumarkt ist daher schlüssig, nachvollziehbar und erlebbar.

**Woher kam die Idee für den ersten Second-Hand-Baumarkt in NRW und was ist eure persönliche Motivation dahinter?**

Die Zielgruppe in unserem Baumarkt sind überwiegend einkommensschwache Haushalte (überwiegend

Kunden des Jobcenters). Neben dem ursprünglich klassischen Angebot der „Erstausstattung“ von Wohnungen (Möbel, Einrichtung) wurde dieses um „Baumarktartikel“ ergänzt. Hintergrund der Entscheidung war das „Eigene Handeln“: Wer eine Wohnung hat, muss diese auch renovieren oder kleinere Reparaturen durchführen. Die ersten angebotenen Artikel waren entsprechend neben gespendeten Kleinartikeln (Spachtel, Farbroller, Werkzeuge) auch Spenden von Baumärkten und anderen Händlern in der Region: Tapetenrollen (Restmengen), Bodenbeläge (Restmengen), etc. Im Laufe der Jahre wurde dieses Sortiment nachfrageorientiert erweitert.

**In dieser Ausgabe von dem Magazin ‚Repair and Share‘ geht es um Suﬃzienz. Was bedeutet dieser eher sperrige Begriff für euch praktisch im Baumarkt-Alltag?**

Würden wir uns an der Werbung orientieren, bräuchte jeder Haushalt allein in der Küche ungefähr 30 Steckdosen, um alle „dringlich erforderlichen Haushaltsgeräte“ anschließen zu können. Diese Entwicklung und das daraus abzuleitende Konsumverhalten garantiert dem CAP-Baumarkt natürlich Spenden in diesem Segment, stellt aber gleichzeitig das auf andere Warengruppen übertragbare Dilemma dar: Zuviel macht oftmals keinen Sinn. Wir leben in unserem CAP-Baumarkt das Gegenteil: Wir gestehen unseren Artikeln (Kleidung, Möbeln, Elektro-Artikel, usw.) ein zweites und drittes Leben zu. Ökologische Nachhaltigkeit als Konsumphilosophie. Und dabei soziale Verantwortung (Umsetzung

mit geförderten Mitarbeitenden und Spendenprojekte vor Ort) leben und erleben. Ressourcen optimal einsetzen und bewusst zu nutzen, ist gerade in der heutigen Gesellschaft enorm wichtig. Wir versuchen in unserem CAP-Baumarkt, diese Aspekte umzusetzen, vorzuleben und zu vermitteln.

**Ein spannender Aspekt ist die Integration von Langzeitarbeitslosen. Inwiefern ist diese soziale Teilhabe für euch ein notwendiger Teil eines genügsamen und nachhaltigen Lebensstils?**

Social Media und andere bewerbende Kommunikationsformate beeinflussen unsere Gesellschaft in allen Konsumbereichen (s. 30 Steckdosen). Elektrogeräte haben eine geplante Lebensdauer von ca. max. 3 Jahren, Fleisch muss billig sein, Kleidung wird aus Ländern

mit nicht zu akzeptierenden Arbeits- und Lebensbedingungen importiert. Unsere Zielgruppe der Langzeitarbeitslosen reflektiert dieses Verhalten zu selten, sondern orientiert sich oftmals an Preis- und gängigen Kommunikationsstrukturen, die häufig wenig mit Vernunft oder Wahrheit zu tun haben. In Projekten versuchen wir, unsere „Umsetzungen“ zu thematisieren und beziehen dabei bewusst die Menschen mit ein.

Als Beispiel: In direkter Nachbarschaft führt ein öffentlicher Fußweg entlang einer Mauer. Dort haben wir vor ca. 15 Jahren in Absprache mit dem Eigentümer eine „Tastwand“ angebracht: Im Abstand von ca. einem Meter sind dort Holzelemente befestigt, die bunt sind, sich bewegen lassen und fühlbar sind; Insgesamt sind es ungefähr 30 Elemente aus Holz. Aus Holzresten erstellt und von unseren Teilnehmenden liebevoll gestaltet und lackiert. Alle zwei Wochen

gehen wir mit den Teilnehmenden dort entlang und müssen die Hälfte der Elemente erneuern, austauschen und reparieren.

Die langzeitarbeitslosen Menschen erfahren dabei regelmäßig, welche Bedeutung „Haltung“ oder „Lebensstil“ hat. Das bewusste Wahrnehmen von Verhalten ist dabei entscheidend. Das permanente „Nicht-Akzeptieren“ von Verhalten sorgt bei unseren Teilnehmenden zuerst für Verwunderung, letztendlich ist es aber die Basis für eine erfolgreiche Teilnahme an Projekten in unserem Hause. Das Verarbeiten von „nicht mehr benötigten“ Produkten und deren Weiterverwertung ist für die Menschen wichtig, ändert auch den oftmals unreflektierten Umgang mit Ressourcen und hinterfragt oftmals gängige gesteuerte Verhaltensmuster in unserer Gesellschaft.

**Wo liegen die größten Hürden, wenn man gebrauchte Baustoffe wieder in den Kreislauf bringen will? Gibt es bürokratische oder praktische Grenzen?**

Bürokratische Hürden liegen eher in gesetzlichen Vorschriften bei Elektrogeräten (Garantieverpflichtungen, Lagerung, z.B. Akkus, Arbeitssicherheit, etc.). Dieser Problematik stellen wir uns durch Erfüllen der entsprechenden Vorgaben.

Praktische Grenzen sind eher Kapazitätsprobleme hinsichtlich Lagerung, Transport und Logistik. Wir bestellen keine Ware und können daher nur bedingt „vorplanen“. Wir reagieren auf Produktart und -menge. Hier sind uns natürliche Grenzen gesetzt und in

der Planung herausfordernd. Hinzu kommt die personelle Herausforderung: Ein Baumarkt erfordert viel Platz an Verkaufs- und Lagerfläche. Und viele Menschen, die in dem Baumarkt in unterschiedlichen Bereichen arbeiten. Daher spielt auch die wirtschaftliche Betrachtung die letztendlich wichtigste Rolle.

**Wenn ihr für einen Tag die politische Macht hättet und die Regeln für das Bauwesen und den Handel in Deutschland neu schreiben dürftet – was würdet ihr sofort ändern?**

Gesetzliche Rahmenbedingungen für einen ressourcenschonenden Konsum schaffen.

**Wie können die Menschen in der Region euch konkret unterstützen und so selbst Teil der ‚Repair and Share‘-Bewegung werden?“**

Tolle Ideen einbringen (wir planen aktuell auch ein „Repair-Cafe“), bei uns einkaufen, spenden und weiterempfehlen. Und uns dadurch Mut machen, den CAP-Baumarkt weiterhin so zu betreiben.

Menschen in der Region sind aber nicht nur „Bürger\*innen“, sondern auch Institutionen/Vereine. Hier ist Vernetzung zum Austausch und Kooperation entscheidend.



Hier geht's zur Website des Cap-Baumarkts



# REISSVERSCHLÜSSE RETTEN STATT WEGWERFEN

Ein Workshopbericht von Josefine Rose Habermehl und Monika Fent

**Reißverschlüsse sind kleine Alltagsheld\*innen:**

Sie halten Jacken geschlossen, sichern Taschen und sorgen dafür, dass Bettwäsche nicht verrutscht. Doch sobald sie ihren Dienst versagen, wird das Kleidungsstück schnell zum Problemfall. Viele Menschen greifen dann zum radikalen Schritt und entsorgen das gute Stück.

Dass es auch anders geht, zeigte Monika Fent im Oktober 2025 in ihrem Seminar in Bochum. Mit praktischen Tipps und anschaulichen Beispielen vermittelte sie, wie sich selbst hartnäckige Defekte beheben lassen – und dass Reparieren nicht nur nachhaltig, sondern auch erstaunlich einfach sein kann.

Zunächst machte Monika Fent den Teilnehmenden deutlich, dass es verschiedene Arten von Reißverschlüssen gibt: Modelle mit Metallzähnen, Kunststoffzähnen (Vislon) oder Spirale. Hinzu kommt die Unterscheidung zwischen aushakbaren Varianten, wie man sie an Jacken findet, und nicht aushakbaren, die etwa bei Taschen oder Bettwäsche zum Einsatz kommen.

**Wer die Unterschiede kennt, versteht auch besser, wo die typischen Schwachstellen liegen.**

Die Palette möglicher Probleme ist breit. Mal schließen die Zähne nicht mehr richtig, mal greift der Schieber nicht oder die Spirale löst sich aus der Naht. In vielen Fällen helfen einfache Handgriffe: Ein lockerer Metallzahn lässt sich mit einer Zange richten und fixieren,

**ein klemmender Schieber wird durch vorsichtiges Zusammendrücken wieder funktionsfähig.**



**Selbst wenn der Zipper verloren geht, muss das Kleidungsstück nicht aufgegeben werden – ein kleiner Schlüsselring oder eine Büroklammer können als Ersatz dienen.**

Bei Bettwäsche wiederum ist oft ein spezieller Kunststoffschieber die Ursache, der sich problemlos austauschen lässt. Und wenn der Reißverschlusschieber stockt, reicht es meist schon, die Reißverschlusszähne mit Kerzenwachs, Seife oder Graphit einzureiben, damit er wieder leichtgängig wird. Besonders anschaulich wird das Ganze durch die zahlreichen Videos und QR-Codes, welche die Workshopleitende in einem Handout zusammengestellt hat. Die Beispiele zeigen, wie Reparaturen Schritt für Schritt gelingen. So können die Teilnehmenden auch nach dem Kurs jederzeit nachschlagen und das Gelernte vertiefen. Ergänzt wird das Angebot durch Hinweise auf Bezugsquellen für Ersatzteile – vom Reparaturschieber zum Anclipsen bis hin zu kompletten Sets wie dem Munkees FixnZip. Für die richtige Größe findet man online Größentabellen und Referenzkarten, die den Einkauf erleichtern. Am Ende bleibt die Erkenntnis: Ein defekter Reißverschluss ist kein Grund, Kleidung oder Textilien wegzuerwerfen.

Handout



**Mit etwas Know-how und wenigen Hilfsmitteln lassen sich die meisten Schäden beheben.**

Monika Fent vermittelt in ihren Workshops nicht nur praktische Fertigkeiten, sondern auch eine Haltung, die perfekt in unsere Zeit passt: Reparieren statt Wegwerfen. Wer einmal erlebt hat, wie einfach es ist, einen Reißverschluss zu retten, wird künftig zweimal überlegen, bevor sie\*er das Lieblingsstück aufgibt – und trägt damit ganz nebenbei zu einem nachhaltigeren Alltag bei.

**Interesse an einem solchen Workshop? Meldet euch direkt bei Monika Fent unter**

**monika.fent@web.de**

# REPAIR & SHARE POP-UP IN DER INNENSTADT

EIN BERICHT VON JOSEFINE ROSE HABERMEHL

Im November und Dezember 2025 hatten wir zum zweiten Mal die Möglichkeit, im Rahmen des Programms „Tapetenwechsel“ von Bochum Marketing einen Leerstand in der Bochumer Innenstadt zu bespielen. Gemeinsam mit unserem Kooperationspartner, dem atelier automatique, sowie den DIY- und Upcycling-Künstlerinnen Kathlina Anna Reinhardt (FLIPPIECE) und Sophie Ziser (Secco Handmade) entwickelten wir ein vielfältiges Programm unter dem Titel CRAFTISTAS IN DER STADT. In der Kortumstraße 55 öffneten wir die Türen zu einem kostenfreien Angebot rund ums Reparieren, Upcyclen und Selbermachen. Neben Workshops und offenen Werkstätten fand jeden Donnerstag das Repaircafé für Elektrogeräte und Textilien statt, welches wir als Repair & Share Ruhr im Namen der Hochschule Bochum durchführten. Zwischen 14 und 19 Uhr konnten Besucher\*innen mit ihren defekten Geräten oder Lieblingsstücken vorbeikommen und diese gemeinsam mit uns reparieren – ganz im Sinne des Repair-Café-Prinzips: Hilfe zur Selbsthilfe. Das Interesse war groß: Die Work-

shops und offenen Angebote waren durchweg gut besucht und allein in unserem Repaircafé begrüßten wir rund 80 Personen, die sich informieren oder etwas reparieren wollten. Besonders häufig hatten wir es mit Waffeleisen zu tun – vermutlich ein saisonales Phänomen der Vorweihnachtszeit. Auch zwei Kirschkernkissen, die etwas zu viel Hitze abbekommen hatten und ein neues Gewand benötigten, passten perfekt in diese Jahreszeit. Doch grundsätzlich war jedes defekte Objekt willkommen. Wir flickten Löcher in geliebten Kleidungsstücken, brachten Beamer und Staubsauger wieder zum Laufen und retteten zahlreiche Geräte, indem wir sie schlicht öffneten und gründlich reinigten. Jeden Donnerstagabend verließen wir das Ladenlokal mit einem warmen, dankbaren Gefühl – erfüllt von Wertschätzung und einem kleinen Funken Hoffnung. Am 16. Dezember luden wir gemeinsam mit den Studierenden der Projektstudie Repairkultur sowie Vivien von Foodsharing Bochum zu einer Winterfeier ein. Neben Punsch und Plätzchen gab es eine große

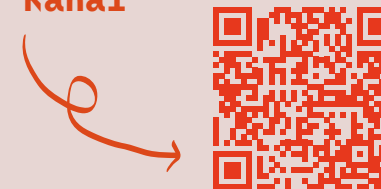


Auswahl geretteter Lebensmittel, die kostenlos verteilt wurden. An unserem Büchertausch-Tisch konnten sich die Besucher\*innen eine neue Lektüre aussuchen, und in der Nähcke entstanden Geschenksäckchen und andere Kleinigkeiten aus Stoffresten – ein wohlthuender Gegenpol zum vorweihnachtlichen Trubel in der Innenstadt. Da konsumfreie Orte in Fußgängerzonen immer seltener werden, sind wir umso glücklicher, dass wir bereits zum zweiten Mal diese Lücke mit einem bunten, nachhaltigen Angebot füllen konnten. Unser erster Repair & Share Pop-Up war im April und Mai 2024 geöffnet und bot vielfältige Informationen rund um Reparaturkultur und Share Economy. Auch damals fanden zahl-



reiche Veranstaltungen in Kooperation mit Bochumer Initiativen statt. Wie man so schön sagt: Alle guten Dinge sind drei. Deshalb hoffen wir, auch in den kommenden Jahren wieder die Bochumer Innenstadt mit den Themen Repair&Share bereichern zu dürfen – vielleicht ja sogar für einen längeren Zeitraum.

**hier geht's zu  
unserem Instagram  
Kanal**



# MEHR ALS NUR

**Suffizienz ist mehr als Verzicht, das ist nun klar. Es geht nicht nur um konkretes Produzieren und Konsumieren, sondern auch um unsere Werte und die Kultur, in die sie eingebunden sind. Was gilt als wertvoll? Wann erfahren wir Wertschätzung? Und welche Wertevorstellung teilen wir als Gesellschaft? Suffizienz bedeutet auch, ein nachdenken über diese Fragen. Es geht um Fürsorge, Beziehungsarbeit und ein Miteinander - unter uns Menschen und in Bezug zu allem was uns umgibt, seien es Alltagsgegenstände, Grünflächen oder die Luft, die wir einatmen. Es geht darum, dass gängige System zu hinterfragen und festgefahrene Strukturen aufzubrechen – Es ist nicht alles neu was glänzt. Eine Kultur des Reparieren und Teilens steht im Kontrast zur gängigen Wegwerfgesellschaft und setzt auf Werte wie Solidarität, Wertschätzung und Fürsorge.**

**In den folgenden Texten stellen wir Menschen und Projekte vor, die hier ansetzen. Wir zeigen euch die wertvolle Arbeit des Weniger e.V., geben euch Einblicke in das Kintsugi Kunsthandwerk, machen einen Ausflug in den Hochschulgarten BOase, erfahren was Pyrolyse bedeutet und richten den Blick nach innen – sowohl in unsere Kleiderschränke als auch auf unsere „inner development goals“.**

# WENIGER



## **Suffizienz als Kultur- und Wertewandel**

# Interview WENIGER e.V.

Das Ruhrgebiet beheimatet viele Vereine und Initiativen, die wertvolle Arbeit für das Gemeinwohl und mehr Nachhaltigkeit leisten. Der Verein weniger e.V. aus Witten ist einer davon. Wir haben mit dem Leitungsteam des Vereins über seine Arbeit und seine Sichtweise auf das Thema Suffizienz gesprochen.

EIN INTERVIEW VON ALEXANDER KIENINGER



**Wer seid ihr als Team und was ist der Kern eurer Arbeit beim weniger e.V.?**

Wir sind Paula und Patrick und wir leiten den weniger e.V. zusammen. Der weniger e.V. ist ein Verein für Menschen und Organisationen, die die Idee des „weniger“ aufgreifen und gemeinsam ins Handeln kommen. Wir sind ein Lern- und Aktionsraum für Impulse, Vorschläge und konkrete Umsetzungen, wobei die Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) grundlegend ist.

**Warum habt ihr euch für diesen Namen entschieden? Welches „Mehr“ an Lebensqualität entsteht für eure Mitglieder?**

In einer Welt wo Menschen immer

danach streben mehr zu wollen, setzen wir mit dem Namen weniger e.V. ein Zeichen dafür, anders zu denken. Nicht aus einem Verzicht heraus, sondern mit dem Ziel, die Aufmerksamkeit auf lokale Handlungsmöglichkeiten zu richten, um die Welt suffizienter zu gestalten. Teil des weniger e.V. zu sein, bietet unseren Mitglieder\*innen ein Gefühl von Selbstwirksamkeit und fördert Resilienz im Umgang mit lokalen und globalen Krisen.

**Viele denken bei Umweltschutz an Technik oder Verbote. Inwiefern unterscheidet sich euer Ansatz von klassischen Umweltschutzorganisationen?**

Wir sehen unsere Arbeit nicht als Konkurrenz zu anderen Umweltorganisationen, sondern als Ergänzung. Unser Ansatz ist es, Umweltschutz ganzheitlich zu denken. Dazu gehört nicht nur Klimaschutz, sondern auch Jugendhilfe, Bildungsarbeit und unser BNE Netzwerk mit verschiedenen Akteur\*innen aus Bildung, Politik und aus der Zivilgesellschaft. Es geht nicht darum, Verhalten zu bestrafen, sondern darum, Ressourcen zu sammeln und uns gemeinsam für die globalen Nachhaltigkeitsziele einzusetzen.

**Euer Workshop-Angebot ist bunt gemischt. Welches Format kommt am besten an, um den Menschen die Berührungsängste vor dem ‚Weniger‘ zu nehmen?**

Das Format, was am besten ankommt,



sind die Müllsammel-Aktionen oder CleanUps. Die machen wir mit Grundschulkindern in ganz Witten unter dem Namen MüTos - Müll sammeln und Toben. Aber auch Erwachsene haben Spaß beim Müllsammeln. Bei den FirmenCleanUps geht es nicht nur darum, das Firmengelände von wildem Müll zu befreien. Es geht um Teamwork und Quality Time außerhalb des Büros. Das wir dabei auch noch was gutes für die Umwelt machen, ist ein toller Nebeneffekt!

**Gibt es einen typischen ‚Suffizienz-Moment‘, den ihr oft beobachtet? Also den Punkt, an dem Menschen merken, dass das Abwerfen von Ballast keine Leere, sondern Freiheit schafft?**

Einen typischen 'Suffizienz-Moment' beobachten wir bei unseren CleanUps. Wir sorgen immer dafür, dass wir genug Handschuhe dabei haben. Und doch wollen viele -vor allem Erwachsene- direkt eine Müllzange nehmen. Die Annahme ist, dass es mit der Müllzange viel einfacher ist, den Müll von der Straße zu sammeln. Nach den ersten paar Minuten merken sie jedoch, diese Zange sieht zwar sinnvoll aus, aber eigentlich schränkt sie die Bewegungsfreiheit nur ein. Um den Müll wirklich gut sammeln zu können, sind die eigenen Hände doch am besten! Manchmal braucht es einfach weniger, um ein Ziel zu erreichen.

**Teilen und Leihen sind Kernaspekte der Suffizienz. Vor welchen größten Herausforderungen steht ihr in einer Gesellschaft, die so stark auf Individualbesitz geprägt ist?**

Individualbesitz hat in dieser Gesellschaft einen hohen Stellenwert. Eine große Herausforderung ist es, mit der Annahme vieler Menschen umzugehen, dass Suffizienz bedeutet, ihnen das wegnehmen zu wollen. Es geht darum, ein Bewusstsein zu schaffen, was es wirklich braucht für ein 'gutes Leben'. Suffizienz bedeutet nicht Verzicht, sondern es bedeutet, achtsam umzugehen mit Ressourcen aller Art. Um das zu verstehen, müssen wir als Gesellschaft neu lernen, was wirklich wichtig ist.

**Wenn ihr die politische Macht hättet, eine einzige Rahmenbedingung in unserer Region oder Gesellschaft zu ändern, um das „Teilen statt Besitzen“ für alle attraktiver zu machen - welche wäre das?**

Eine Rahmenbedingung, die wir ändern würden, um das „Teilen statt Besitzen“ für alle attraktiver zu machen, wäre zum Beispiel eine kostenlose Nutzung und eine Ausbreitung der öffentlichen Verkehrsmittel für alle. So braucht nicht jeder Haushalt ein eigenes Auto und die individuelle Mobilität ist nicht abhängig vom Budget.



# INTERVIEW MIT AI MOLIYA

# KINTSUGI

Bei der zweiten Ausgabe des MURX-Reparaturfestivals im Jahr 2022 war die Künstlerin Ai Moliya mit einer Ausstellung zum Thema Kintsugi zu Gast in Bochum. Für unser Magazin haben wir sie zu ihrer Handwerkskunst und dem Zusammenhang zur Suffizienz-Kultur befragt.

EIN INTERVIEW VON JOSEFINE ROSE HABERMEHL

## Stell dich bitte kurz vor, wer bist du und was machst du?

Ich bin in Okayama, Japan, geboren und habe Malerei und Grafikdesign in Kobe studiert. Später habe ich in Tokio als Grafikdesignerin gearbeitet. 2016 habe ich die grundlegenden Techniken des Kintsugi erlernt. Seit 2017 lebe ich in Berlin und arbeite als Grafikdesignerin, Malerin und Kintsugi-Künstlerin. In meiner Arbeit beschäftige ich mich mit Themen wie Trauer und Trost und erforsche diese in verschiedenen künstlerischen Ausdrucksformen. Derzeit liegt mein Schwerpunkt auf Kintsugi.

## Was ist Kintsugi und wie bist du zu der Reparaturkunst gekommen?

„Kintsugi“ ist eine traditionelle japanische Methode, um zerbrochene oder

beschädigte Keramik zu reparieren. Dabei werden die Bruchstellen mit Gold hervorgehoben. Meine Mutter praktiziert die japanische Teezeremonie, daher waren schöne Keramiken schon früh Teil meines Alltags. Auch später, als ich in Japan als Grafikdesignerin arbeitete, lebte ich umgeben von Keramikobjekten, die ich mochte und schätzte. Als einige dieser Stücke zerbrachen, wünschte ich mir, sie selbst mit Kintsugi reparieren zu können. Etwa ein Jahr vor meinem Umzug nach Berlin, besuchte ich eine Kintsugi-Ausstellung. Dort wurden auch Kurse angeboten, und so lernte ich die Grundlagen dieser Technik.

## Was bedeutet für dich persönlich Suffizienz?

Es gibt unendlich viele Dinge, die man sich wünschen kann. Besonders Objekte, Alltagsgegenstände und kleine Kunstwerke, die mit alten Hand-

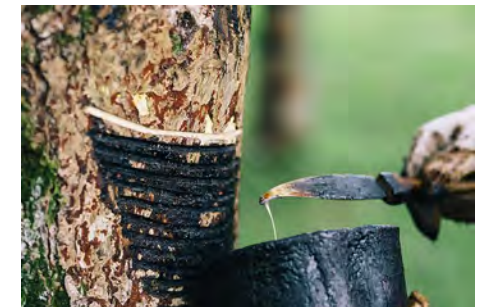


werkstechniken hergestellt wurden und heute zu verschwinden drohen, ziehen mich sehr an. Trotzdem möchte ich nicht mehr besitzen, als ich selbst nutzen kann. Für mich reicht es, wenn ich nach und nach einige wenige besondere Stücke in meinem Alltag habe. Wenn meine bewusste Auswahl ein kleines bisschen dazu beitragen kann, dass solche Techniken weiterleben, dann ist das für mich sehr bedeutend.

## Inwiefern kann Kintsugi Teil eines Kulturwandels im Sinne von Suffizienz sein?

In der traditionellen Kintsugi-Technik, die ich praktiziere, wird in vielen Arbeitsschritten japanischer Urushi-Lack verwendet, zum Beispiel zum Kleben, zum Auffüllen von Fehlstellen und zum Versiegeln. Urushi ist ein

natürliches Material, das aus dem Saft des Lackbaums gewonnen wird und in Asien seit sehr langer Zeit genutzt wird.



Die Geschichte der Verwendung von Urushi reicht über 9.000 Jahre zurück. Innerhalb dieser langen Tradition wurde Kintsugi als eine Form der Lackkunst entwickelt. Das zeigt, dass dieses Material auf pflanzlicher Basis ist und sich über Jahrtausende bewährt hat.

Für mich liegt die besondere Stärke von Kintsugi nicht nur in seiner Schönheit, sondern auch darin, dass die Technik selbst sehr ressourcenschonend ist.

Es gibt viele Arten der Reparatur, die im Sinne von Suffizienz wichtig sind. Kintsugi trägt dazu bei, weil seine Materialien und seine Haltung bereits Nachhaltigkeit in sich tragen.

### Erinnerst du dich an das erste Objekt, das du mit der Kintsugi Technik repariert hast?

Als ich begann, Kintsugi zu lernen, wollte ich kein Objekt reparieren, das mir persönlich sehr wichtig war. Ich dachte, dass ich solche Stücke erst reparieren möchte, wenn meine Technik besser geworden ist.

Am Anfang sammelte ich deshalb rissige oder beschädigte Keramik auf Flohmärkten und in Antiquitätengeschäften und nutzte sie zum Üben. Diese reparierten Stücke habe ich teilweise noch heute bei mir, andere habe ich an Freundinnen und Freunde weitergegeben.

### Was wünschst du dir für die Zukunft?

Ich unterstütze in kleinem Umfang Aufforstungsprojekte für Lackbäume in Japan. Ich wünsche mir sehr, dass die Menschen, die dort arbeiten, ihre Arbeit auch in Zukunft fortsetzen können.

Außerdem hoffe ich, dass traditionelles Wissen erhalten bleibt. In vielen

Traditionen gibt es Ideen, wie begrenzte Ressourcen mit möglichst geringer Umweltbelastung genutzt werden können. Solche Kulturen sollten weiter bestehen.

### Was möchtest du uns zu dem Thema sonst noch sagen?

Günstig und bequem zu leben, wie wir es heute durch Massenproduktion gewohnt sind, ist natürlich angenehm. Auch ich bin keine wohlhabende Person und denke oft darüber nach. Kintsugi ist ehrlich gesagt teuer, weil es sehr zeitaufwendig, technisch komplex ist und die Beschaffung der Materialien oft schwierig ist. Und dieser Widerspruch beschäftigt mich immer wieder. Dass ich trotzdem weitermachen kann, liegt daran, dass es Menschen gibt, die den Wert dieser Arbeit erkennen. Ich wünsche mir, Kintsugi auf diese Weise noch lange fortsetzen zu können.



Mehr Infos  
zu Ai Moliya  
und Kintsugi



# PERMAKULTUR UND PFLANZENKOHLE

## Nachhaltiges Leben und Wirtschaften

Mit dem Projekt THALESruhr bringt die Hochschule Bochum die Vision der „Grünsten Industrieregion Europas“ ein gutes Stück näher. In insgesamt zwölf Transferprojekten entstehen Lösungen für die Bereiche Resilienz, Mobilität, Energie, Nachhaltiges Leben und Wirtschaften, Produzieren, Planen, Bauen sowie Gesundheit, Digitalität & Teilhabe. Unser Projekt Repair & Share Ruhr bildet gemeinsam mit den Projekten **Urbane Ökologie und Gemeinschaft** sowie **Regionaler Klimabund** das Transformationsfeld „Nachhaltiges Leben und Wirtschaften“ innerhalb von THALESruhr. Wir haben mit den wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen dieser Projekte **Fabienne Peddinghaus** und **Jenny Chong** gesprochen – über ihre Ziele und darüber, welche Rolle Suffizienz für ihre Arbeit spielt.

Ein Interview von Josefine Rose Habermehl

### WORUM GEHT ES IN EU-REN PROJEKTEN?

#### Fabienne Peddinghaus, Urbane Ökologie und Gemeinschaft:

Wie können Städte grüner, gemeinschaftlicher und zukunftsfähiger werden? Genau an dieser Frage setzen wir als Transferprojekt 4 „Urbane Ökologie und Gemeinschaft“ des THALESruhr-Projekts der Hochschule Bochum an. Im Fokus unseres Projekts steht die Gestaltung von Grünflächen in Städten, um ihren ökologischen Mehrwert (Biodiversität, Klimaschutz) und sozialen Mehrwert (Gemeinschaftsbildung, Begegnungsräume) für Mensch und Natur zu fördern.

Die Grundlage unseres Projekts bildet die BOase, unser Hochschulgarten, der bereits seit 2018 nach dem Kon-

zept der Permakultur bewirtschaftet wird und als Vorbild für unsere Arbeit dient.

Das Konzept der Permakultur ist ein Ansatz zur nachhaltigen Gestaltung von Lebensräumen, der sich an natürlichen Kreisläufen und den Prinzipien von Ökosystemen orientiert. Es wurde als Gegenentwurf zur industriellen Landwirtschaft entwickelt und zielt darauf ab, mit der Natur statt gegen sie zu arbeiten. Im Fokus der Permakultur stehen Vielfalt, Kreislaufdenken und die Nutzung lokaler Ressourcen.

#### Jenny Chong, Regionaler Klimabund:

CO<sub>2</sub> aus der Atmosphäre zu entfernen und gleichzeitig den Boden zu verbessern – klingt gut, findest du? Fanden wir auch! Deshalb haben wir vor mittlerweile fast 10 Jahren damit



begonnen, uns mit dem Thema Pflanzenkohle zu beschäftigen. Pflanzenkohle ist ein stabiles, sehr kohlenstoffhaltiges und poröses Material. Sie kann zur Entfernung von CO<sub>2</sub> aus der Atmosphäre und dessen dauerhafter Bindung im Boden genutzt werden. Dieser Prozess wird auch Kohlenstoffsequestrierung genannt. Gleichzeitig kann sie durch die Einbringung in den Boden einen Beitrag zur Förderung von Ökosystemleistungen leisten, die Wasserhalte- und Nährstoffspeicherkapazität des Bodens erhöhen und damit das Pflanzenwachstum unterstützen. Sie entsteht durch die Erhitzung organischer Biomasse (z.B. Heckenschnitt) bei hohen Temperaturen unter weitestgehendem Ausschluss von Sauerstoff. Dieser Prozess ist auch als Pyrolyse bekannt. Bei der Pyrolyse

entstehen neben der Pflanzenkohle auch Pyrolyseöl und Pyrolysegas, die als erneuerbare Energie, z.B. in lokalen Wärmenetzen, genutzt werden können. Weitere Anwendungsfelder von Pflanzenkohle liegen in der Landwirtschaft, als Zusatz in Futtermitteln oder Baustoffen wie Beton, in Filteranlagen etc.

All das ist bereits gut erforscht. Daher arbeiten wir im Rahmen des THALESruhr-Transferprojekts „Regionaler Klimabund“ und des Studienprojekts „Carbon Sequestration @ NRW“ der Hochschule Bochum an der Verbreitung der Pflanzenkohle-Thematik. Dafür führen wir Pflanzenkohle-Workshops durch und arbeiten in Projekten mit Personen aus Bereichen wie Garten, Biodiversität, Bildung oder der Stadt zusammen.

## WAS IST DAS ZIEL Eurer Projekte?

### Fabienne Peddinghaus, Urbane Ökologie und Gemeinschaft:

Unser zentrales Ziel ist es, Grünflächen so zu gestalten, dass sie einen ökologischen und sozialen Mehrwert in Städten haben. Im Rahmen dieser Entstehungs- und Gestaltungsprozesse möchten wir jedoch vor allem unser Wissen zu Themen rund um das naturnahe Gärtnern teilen, zur eigenen Umsetzung motivieren und dazu befähigen.

### Jenny Chong, Regionaler Klimabund:

Unser übergeordnetes Ziel ist es, so viel CO<sub>2</sub> wie möglich aus der Atmosphäre zu entfernen und langfristig im Boden zu speichern. Dafür muss Pflanzenkohle bekannt gemacht und großflächig in die Anwendung gebracht werden. Im Rahmen von Workshops vermitteln wir Wissen rund um das Thema Pflanzenkohle und ihre Wirkung und setzen zusammen mit Kooperationspartnern Projekte um, in denen die positiven Wirkungen von Pflanzenkohle genutzt werden können.

## WO SEHT IHR BERÜHRUNGSPUNKTE ZU DEN THEMEN REPARIEREN UND TEILEN?

### Fabienne Peddinghaus, Urbane Ökologie und Gemeinschaft:

Das Thema Teilen ist eines der drei Grundprinzipien der Permakultur. Dabei geht es vor allem um das Teilen von Gütern zwischen Menschen, um Überschüsse fair zu verteilen. Aber

auch das Teilen zwischen Mensch und Natur ist ein Kernelement, um die Bedürfnisse aller Lebewesen im Ökosystem zu berücksichtigen und den Gedanken der reinen Ertragsmaximierung abzulegen.

### Jenny Chong, Regionaler Klimabund:

Der Einsatz von Pflanzenkohle unterstützt Böden dabei, Wasser und Nährstoffe besser zu speichern. Das macht den Boden und auch die Pflanzen robuster gegenüber Klimaveränderungen und Extremwetterereignissen wie Hitze, Trockenheit oder Starkregen. Im indirekten Sinne kann damit der Schaden an Klima und Boden der Vergangenheit und Gegenwart zu einem kleinen Teil repariert werden.

## WAS BEDEUTET SUFFIZIENZ IM RAHMEN Eurer Projekte?



### Fabienne Peddinghaus, Urbane Ökologie und Gemeinschaft:

Der Gedanke der Suffizienz ist eines der grundlegenden Elemente der Permakultur und damit auch ein zentraler Bestandteil unseres Projekts. In der Permakultur geht es darum, nach dem Vorbild der Natur zu arbeiten und nur so viel zu entnehmen, wie ein System dauerhaft verkraften kann, damit es langfristig stabil bleibt. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem bewussten Umgang mit Ressourcen. Dabei sollen vor allem lokal verfügbare Materialien genutzt und Verschwendung vermieden werden. Das beginnt bereits bei der Nutzung von gesammeltem Regenwasser und reicht bis hin zur effizienten Verwertung von Grünschnitt, etwa als Mulch oder Kompost.

Zuletzt zeigt auch die Idee von Gemeinschaftsgärten einen wichtigen Bestandteil von Suffizienz. Nicht jede\*r von uns braucht einen großen, naturnahen Garten – vielmehr möchten wir Bürger\*innen an ausgewählten Orten zusammenbringen und dort durch gemeinsames Gärtnern neue Gemeinschaften entstehen lassen.

### Jenny Chong, Regionaler Klimabund:

Suffizienz bedeutet, sich mit der Frage auseinanderzusetzen, was ein angemessenes Konsum- und Nutzungsverhalten ist, das weder zu Einschränkungen in der Lebensqualität noch zu einer Übernutzung von Ressourcen und zu negativen Umweltauswirkungen führt. Suffizienz kann auf verschiedenen Wegen umgesetzt werden: durch Verhaltensveränderungen oder durch technische Lösungen. Pflanzenkohle ist keine hochtech-

nische Methode, kann aber recht einfach in die gärtnerische Praxis integriert werden und so die Umwelt und den Geldbeutel schonen. Mit dem Einsatz von Pflanzenkohle können zum Beispiel Wasser und Dünger gespart werden. Durch die Nutzung von Rest- und Abfallstoffen zur Herstellung von Pflanzenkohle werden diese als wertvolle Ressourcen weitergenutzt und im Kreislauf geführt. Eine selbstständige Herstellung von Pflanzenkohle kann zudem suffizienter sein, als Pflanzenkohle zu kaufen, da dies zum Beispiel als Gemeinschaftsaktion in einem Kleingartenverein organisiert werden kann. Nicht jede\*r benötigt einen eigenen Ofen, und der anfallende Gartenschnitt kann gemeinschaftlich gesammelt und zu Pflanzenkohle verkohlt werden. Zu beachten ist jedoch die richtige Handhabung, da sonst unnötige Emissionen oder Schadstoffe entstehen können.

## WAS KANN JEDE\*r EINZELNE BEITRAGEN, UM EUREN ZIELEN NÄHERZUKOMMEN?

### Fabienne Peddinghaus, Urbane Ökologie und Gemeinschaft:

Im Sinne der Ökologie kann jede\*r Permakultur schon auf dem eigenen Balkon umsetzen, da es vor allem um bewusste Entscheidungen, kreative Ressourcennutzung sowie ein Umdenken im Umgang mit Mensch und Natur geht.

### Jenny Chong, Regionaler Klimabund:

Jede\*r Einzelne kann sich zu dem Thema Pflanzenkohle, ihren vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten und

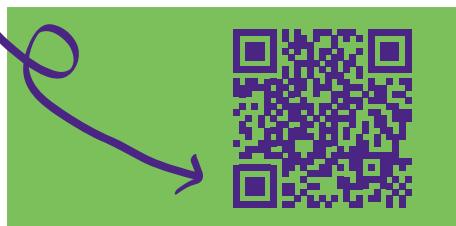
ihrer Wirkung informieren und sich mit anderen darüber austauschen. Personen, die einen Garten oder Balkon haben, können Pflanzenkohle dort einsetzen. Und alle, die Interesse haben, können an unseren Pflanzenkohle-Workshops teilnehmen und anderen Menschen davon erzählen!

## WAS MÖCHTET IHR DEN LESENDEN NOCH MITGEBEN?

### Fabienne Peddinghaus, Urbane Ökologie und Gemeinschaft:

Ihr möchtet Permakultur selbst erleben? Dann kommt uns gerne in der BOase, bei uns an der Hochschule Bochum, besuchen. Weitere Informationen zur Permakultur, unserer BOase sowie unsere Kontaktdaten findet ihr hier:

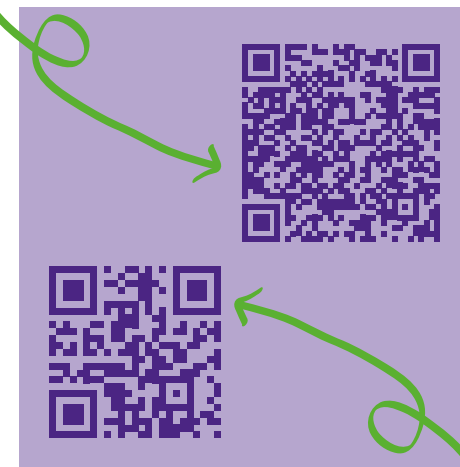
<https://www.thalesruhr.de/tp4/>



### Jenny Chong, Regionaler Klimabund:

Du fragst dich jetzt, wo du mehr über Pflanzenkohle erfahren kannst, wie du sie herstellen kannst oder wo du sie herbekommst. Schau auf unseren Websites vorbei, um mehr Informationen zu dem Thema zu erhalten:

<https://www.hochschule-bochum.de/carbon-sequestration/das-projekt/start/>



Und hier erfährst du ob vielleicht ein Workshop zu Pflanzenkohle in deiner Nähe stattfindet:

<https://kohlebunt.de/>

Pflanzenkohle selbst kannst du im Internet oder gut sortierten Gartencenter kaufen – achte dabei unbedingt auf das European Biochar Certificate (EBC)!

# CAPSULE WARDROBE

## Minimalismus, Suffizienz, Nachhaltigkeit

EIN BEITRAG VON JACINTA KELLERMANN

### Was ist eine Capsule Wardrobe?

Der Begriff „Capsule Wardrobe“ (deutsch etwa: Kapselgarderobe) wurde Anfang der 2000er Jahre von der US Modejournalistin Susie Fitzgerald popularisiert. Kerngedanke: Statt eines überquellenden Kleiderschranks, der meist aus hunderten von Stücken besteht, wird eine kleine, wohlüberlegte Auswahl von Kleidungsteilen zusammengestellt – typischerweise zwischen 10 und 40 Artikeln.

### Die Prinzipien lauten in Überblick:

- 1. Weniger ist mehr** – man besitzt nur solche Kleidungsstücke, die wirklich getragen werden.
- 2. Vielseitigkeit** – jedes Teil muss sich mit möglichst vielen anderen aus der Garderobe kombinieren lassen.
- 3. Zeitlosigkeit** – neutrale Farben (Schwarz, Weiß, Grau, Beige, Marine) und klassische Schnitte, die nicht schnell aus der Mode kommen.
- 4. Qualität vor Quantität** – langlebige Materialien und gute Verarbeitung, damit die Stücke möglichst über Jahre hinweg halten.

Diese Basisstücke lassen sich untereinander vielseitig kombinieren, sodass aus wenigen Teilen ein großer Mix an Outfits entstehen kann.

Die Idee klingt verlockend: weniger Entscheidungs- und Kaufstress, eine aufgeräumtere Wohnung, weniger Geld- und Ressourcenverbrauch. Aber wie groß ist der Beitrag zu mehr Nachhaltigkeit wirklich und wie könnten wir das Potenzial der Idee noch viel besser ausschöpfen?

### Was ist daran so toll?

Zahlreiche Studien belegen, dass ein bewussterer Kleiderkonsum nicht nur die Umwelt schont, weil weniger Ressourcen verbraucht werden und weniger Müll entsteht, sondern auch das persönliche Wohlbefinden steigern kann. Die Reduktion von „Choice overload“ (Entscheidungsparalyse) ist ein psychologischer Bonus, den viele Nutzer\*innen einer Capsule Wardrobe empfinden.

### Wie können wir die Potenziale noch besser nutzen?

#### Reparatur als Lebensverlängerung

Eine Capsule ist per Definition eine Investition in Qualität. Wenn ein gut

gekaufter Pullover nach ein paar Jahren einen Riss bekommt, lohnt es sich in den meisten Fällen, das Teil zu reparieren, anstatt ein neues zu kaufen. Eine Reparatur kann die Lebensdauer eines Kleidungsstücks um Jahre verlängern, mit jeder Reparatur spare ich aktiv Material, Wasser und CO2 und außerdem baue ich zu einem selbst reparierten Kleidungsstück eine besonders enge emotionale Bindung auf, was die Freude am Tragen noch steigern kann. Praktisch bedeutet das:

Ein kleines Nähset (Nadel, starke Garne, Ersatzknöpfe) deckt einen großen Teil der der Alltagsreparaturen ab.

Für kompliziertere Schäden gibt es (textile) Repair Cafés, Schneider\*innen oder spezialisierte Upcycling Studios.

Wer regelmäßig seine Kleidung wartet und richtig pflegt, muss selten neue Stücke anschaffen und wer schon beim Kauf über Reparaturfähigkeit nachdenkt, macht es sich noch leichter; ein klarer Gewinn für die Capsule Strategie und die Nachhaltigkeit.

#### Kleidung gemeinsam nutzen

Eine weitere Möglichkeit, die Nutzungsintensität einzelner Kleidungsstücke zu erhöhen, ist das Teilen. Das kann auf mehreren Wegen geschehen und bietet sich besonders für Kleidungsstücken, die man nur selten oder nur zu ganz bestimmten Anlässen tragen möchte. So verzichtet man auch mit einer sehr minimalistischen Capsule Wardrobe nicht auf die Möglichkeit, sich mal außergewöhnlich zu kleiden.



Die gängigsten Möglichkeiten zum Teilen von Kleidung sind:

Kleider Tauschpartys in der Nachbarschaft oder im Freund\*innenkreis

Leih Modelle von Marken (z. B. Rent the Runway, Le Tote) – ideal für besondere Anlässe, zu denen man nicht extra ein neues Kleidungsstück kaufen möchte.

Second Hand Spenden oder Kleiderbox Abos, bei denen man Kleidung bekommt, nutzt und wieder zurückgibt.

Durch das Teilen bleibt ein Kleidungsstück länger im Umlauf und wandert nicht so schnell auf den Müll. Gleichzeitig erhält man Zugang zu neuen Styles, ohne zusätzliche Produktion zu fördern.

In Kombination mit Repair kann so ein Kreislauf entstehen: Man kauft wenige hochwertige Basics, repariert sie bei Bedarf und gibt sie später weiter, damit sich noch weitere Menschen daran erfreuen können.

## Kritik am Capsule Prinzip – warum weniger trotzdem nicht immer besser ist

Das Konzept hat zahlreiche Fans, aber es gibt dennoch wichtige Einwände aus verschiedenen Blickwinkeln. Wer sich für eine Capsule Wardrobe entscheidet, sollte sich dieser kritischen Punkte bewusst sein.

Das Konzept der Capsule Wardrobe wird häufig als universaler Lifestyle Trend beworben – doch es beruht auf Annahmen, die vor allem privilegierten, westlichen Konsument\*innen zugutekommen. Das heißt, es gibt häufig hohe Einstiegskosten. Die Empfehlung, in wenige, qualitativ hochwertige Stücke zu investieren, setzt ein finanzielles Polster voraus. Für Menschen mit geringem Einkommen ist es kaum realistisch, teure Bio Baumwolle oder handgefertigte Basics und vor allem besonders langlebige Produkte zu kaufen. So bewerben viele Capsule Guides und Influencer\*innen vornehmlich etablierte, teure Marken als Vorbilder. Damit wird ein Stil Standard geschaffen, den sich weniger wohlhabende Verbraucher\*innen kaum leisten können, wodurch ein sozial ökonomisches „Gatekeeping“ entsteht.

Es kann auch nicht die Lösung sein, seinen übervollen Kleiderschrank auszumisten, mit dem Ziel, sich eine Capsule-Wardrobe zuzulegen und dann alles neu zu kaufen. Das heißt, die Überlegungen zur Neuausrichtung der eigenen Garderobe sollten immer vom bestehenden ausgehen.

## Ein weiterer Vorwurf ist der Vorwurf des Eurozentrismus.

Die überwiegende Mehrheit der Empfehlungen und Inspirationen beruft sich auf ein westeuropäisches Design – Die meisten Modelle basieren auf neutralen Farben (Schwarz, Weiß, Marine) und klassischen Schnitten (Jeans, T Shirt, Blazer), die aus der westlichen Mode Tradition der Industrienationen stammen. Kleidung aus anderen Kulturen – etwa Hijabs, Kaf-tane, Kimonos, traditionelle Trachten – wird kaum berücksichtigt, weil sie nicht in das vorgegebene „neutrale“ Farb- und Stilschema passt. Damit einher geht eine kulturelle Homogenisierung.

Das Ideal einer einheitlichen, minimalistischen Garderobe impliziert, dass westliche Dress Codes universell erstrebenswert sind. Das marginalisiert nicht westliche Stilkodizes und suggeriert, dass kulturelle Vielfalt weniger wert sei als ein „zeitloses“ (dabei meist westlich definiertes) Design.

**Die Capsule Wardrobe kann also zwar Ressourcen sparen, aber in ihrer gängigen Form reproduziert sie Klassen- und Kultur-Ungleichheiten.**

Eine wirklich inklusive Umsetzung müsste erschwingliche, lokal produzierte Basics sowie kulturell vielfältige Kleidungsstücke zulassen und die Definition von „Zeitlosigkeit“ über das rein westlich zentrische Schönheitsideal hinaus ausdehnen.

Eine Kombination der Capsule Wardrobe-Idee mit Repair und Share-Kon-

zepten kann diese Kritikpunkte reduzieren. Und das ganz besonders dann, wenn die Repair- und Share-Konzepte auf partizipatives Gemeinschaftserleben und inklusive Partizipation setzen wie etwa gemeinnützige textile Repaircafés oder Leihläden und Tauschpartys.

## Ein realistischer Praxis Plan

- 1. Bestandsaufnahme –**  
Alles aus dem Schrank nehmen, jedes Teil bewerten (tragen? lieben? reparieren?).
- 2. Kern Capsule definieren –**  
Wähle 12-15 neutrale Basics, die du wirklich häufig trägst.
- 3. Lücken analysieren –**  
Welche zusätzlichen Stücke würden deine Kombinationsmöglichkeiten erweitern? Hier dürfen Akzent Teile und saisonale Ergänzungen rein.
- 4. Bei wirklich nötigen Neuananschaffungen: in Qualität investieren –**  
Setze auf langlebige Stoffe (Bio Baumwolle, Merinowolle, Tencel) und gute Verarbeitung.
- 5. Repair Kit anlegen –**  
Nähgarn, Nadel, Ersatzknöpfe, Textilkleber – für schnelle Fixes zu Hause.
- 6. Sharing Plattform –**  
Lokale Tauschkreise, Tauschpartys, Online Tausch-App oder Leih Service für besondere Anlässe.
- 7. Regelmäßiger Check –**  
Alle 6-12 Monate prüfen, was funktioniert, was repariert werden muss und was ggf. weitergegeben werden kann.

Durch diesen iterativen Prozess bleibt die Capsule lebendig und passt sich deinem Lebensstil, den Jahreszeiten und deinem finanziellen Rahmen an.

## Fazit: Der Dreiklang aus Weniger Kaufen, Mehr Pflegen, Mehr Teilen

Eine Capsule Wardrobe ist kein starres Dogma, sondern ein Werkzeug zur Reflexion des eigenen Konsums. Der eigentliche Kern liegt nicht in der Zahlen-Reduktion, sondern in der Bewusstheit: Man fragt sich, warum man ein Kleidungsstück kauft, wie lange es hält und was danach mit ihm geschehen soll.

Wenn diese Reflexion mit Repair kombiniert wird, steigt die Lebensdauer jedes Stücks erheblich. Mit Share wird das Stück sogar nach dem eigenen Gebrauch noch einmal sinnvoll genutzt. Der resultierende Kreislauf – Kaufen → Nutzen → Reparieren → Teilen → Wiederverwenden – reduziert Müll, spart Geld und schafft Raum für echte Stil-Entfaltung. Natürlich ist das Modell nicht für jede Person und jede Lebenslage perfekt. Kritische Punkte wie kulturelle Passgenauigkeit, Wetterbedingungen, finanzielle Einstiegschürden oder das persönliche Bedürfnis nach modischer Vielfalt sollten ernst genommen werden.

**Doch gerade die Flexibilität – die Möglichkeit, Akzent-Stücke, saisonale Ergänzungen und eigene Reparatur und Sharing Strategien hinzuzufügen – macht die Capsule Wardrobe zu einem anpassbaren Konzept, das weit über den bloßen Minimalismus hinausgeht.**

# KAUFSUCHT UND SUFFIZIENZ

**Wenn Konsum zur Sucht wird und wie eine suffiziente Gesellschaft anhand der Inner Development Goals dagegenwirken kann** EIN BEITRAG VON ALEXANDER KIENINGER

Kaufsucht bzw. Oniomanie beschreibt einen nicht kontrollierbaren Drang, Waren oder Dienstleistungen zu kaufen. Dabei ist die Befriedigung des Suchtdrangs meist nur kurzweilig, weshalb Betroffene häufiger kaufen und so sehr leicht in finanzielle Notlagen kommen können.

Schätzungen von Krankenkassen zufolge sind in Deutschland ca. 5 bis 7% aller Erwachsenen kaufsüchtig oder stark gefährdet eine Kaufsucht zu entwickeln.

Besonders beunruhigend ist, dass der Anteil der Kaufsüchtigen noch steigen könnte, so Forschende des Uniklinikum Schleswig-Holstein.

Demnach sind junge Frauen aktuell in den Schätzungen überrepräsentiert vertreten, wobei davon ausgegangen wird, dass auch bei älteren Menschen und Männern Kaufsucht ein ernstzunehmendes Krankheitsbild ist.

Eine mögliche Ursache der Erkrankung ist die Ausschüttung von Dopamin und anderen Belohnungsbotenstoffen im Gehirn beim Kaufen, welche ein temporäres Hochgefühl auslösen, dass letztlich das Suchtpotential erzeugt. Aber auch das Verdrängen von unangenehmen

Emotionen, welche in Verbindung mit Erkrankungen wie Depressionen oder Schmerzerkrankungen entstehen, können ein Ursprung für Kaufsüchte sein.

Diagnosen und Therapien der Erkrankung sind aufgrund der Allgegenwärtigkeit und täglichen Relevanz von Konsum sehr schwer zu realisieren.

Betroffene können nicht wie bei anderen Substanzen eine Abstinenz umsetzen, sondern sind auf das Etablieren eines bewussten Konsums angewiesen.

Unsere Gesellschaft sieht Konsum nicht nur als notwendigen Teil der Marktwirtschaft, sondern lässt den Menschen auch einen gewissen Spielraum der individuellen Selbstdarstellung durch Konsum. Diese Art der Selbstinszenierung auf Basis von Konsum hat sich in den vergangenen Jahrzehnten durch die positive globale Einstellung zum Massenkonsum als Wachstumsgenerator zu einer legitimen Option der Selbstverwirklichungen entwickelt. Menschen grenzen sich durch Konsum zu anderen ab oder erkaufen sich Zugehörigkeit. Beispiele sind Produkte wie Kleidung, Verkehrsmittel oder Elektronikgegen-

stände, bei denen neben dem eigentlichen Produkt auch ein gewisses Lebensgefühl verkauft wird. Diese Entwicklung ist die Grundlage für die Attraktivität von Konsum als Suchtmittel.

**Die Transformation weg von einer durch Konsum identifizierten Gesellschaft wird unter anderem durch die im Dezember 2023 von verschiedenen Institutionen gegründeten Inner Development Goals Foundation unterstützt.**

Diese ist eine not-for-profit und open source initiative, welche sich zur Aufgabe gemacht hat die Umsetzung der 17 Sustainable Development Goals (SDG's) der vereinten Nationen zu unterstützen. Der Ansatz der IDG's ist das bewusste Auseinandersetzen mit den persönlichen Fähigkeiten, Fertigkeiten und Qualitäten. Dafür haben die IDG's insgesamt 5 Aufgabenbereiche, die durch Entwicklung von Persönlichkeiten in Unternehmen, Organisationen und letztlich der Gesellschaft die Fortschritte der SDG's beschleunigen sollen.



Durch die Auseinandersetzung mit den Inner Development Goals stärken wir als Gesellschaft nicht nur den Erfolg der SDG's, wir stärken auch die Resilienz innerhalb unserer Gesellschaft. Da wo Menschen aufeinander zugehen und ohne Druck und Zwänge zusammen arbeiten und leben sind sie wesentlich weniger anfällig für alle Arten von Krankheiten.



**Mehr Infos zu den Inner Development Goals**

# Im Kontext von Kaufsucht würde dies idealerweise folgendes bedeuten:

## SEIN

Der erste Bereich der IDG's ist das Sein, welches im Kontext von Kaufsucht darauf abzielt, generell mehr Achtsamkeit in das Leben der Menschen zu bringen. Es regt dazu an, Selbstbewusstsein von Konsumgütern zu entkoppeln und somit Menschen weniger anfällig für Impuls- beziehungsweise Frustkäufe zu machen.

**Bsp: Brauche ich Markenkleidung, um mich zugehörig zu fühlen oder lässt sich diese Zugehörigkeitsgefühl auch anders, etwa durch Kunst, Kultur oder Engagement erzeugen.**

## DENKEN

Grundlegend dafür ist das (Über-) Denken unserer Bedürfnisse. Mit kritischen Denkansätzen erübrigen sich viele Kaufüberlegungen. Menschen werden resilienter gegenüber Werbestrategien und künstlich erzeugten Bedürfnissen.

**Bsp: Sind die Mehrkosten für einen Geländewagen oder einen SUV sinnvoll, wenn dieses Fahrzeug für den individuellen Anwendungsfall vermutlich keinen Mehrwert hat.**

## BEZIEHUNG

Beziehungen zu anderen Menschen geben uns Selbstbewusstsein und stärken uns mental. Sie verknüpfen uns mit anderen Lebensrealitäten und geben uns Halt innerhalb der Gesellschaft. Dadurch sind wir weniger empfänglich für die „künstliche“ soziale Anerkennung, die durch unbewussten Konsum generiert wird.

**Bsp: Soziale Kontakte erfüllen uns nachhaltiger als Konsum. Ein durch ein Konzertticket substituiertes Konsumgut verbindet uns mit Menschen, die wir sonst vermutlich nicht kennenlernen würden.**



## ZUSAMMENARBEIT

Ein zentraler Aspekt aller Nachhaltigkeitsstrategien ist die Zusammenarbeit von Menschen. Das gemeinsame Bewältigen von Aufgaben oder Hürden erzeugt eine langanhaltende und tiefgründige Befriedigung menschlicher Bedürfnisse, die Menschen dazu ermutigt auch bereits lange bestehende Probleme anzugehen.

**Bsp: Das gemeinsame Lernen in einem Repaircafé verlängert nicht nur die Lebenszeit von Gegenständen, es gibt allen Beteiligten auch das Selbstvertrauen andere Reparaturen zu probieren und an Unwegsamkeiten gemeinsam zu wachsen.**

**In einer nachhaltigen Gesellschaft muss der Drang ein Produkt zu besitzen wieder ein bewusstes Gefühl sein. Der schwer abgrenzbare, fließende Übergang zwischen normalem Konsum und einer Kaufsucht ist Indikator einer zutiefst materialistischen Welt.**

## HANDELN

Das Letzte IDG ist zugleich auch das wohl wichtigste. Das Handeln bedeutet in diesem Kontext das aktive Verändern von individuellen Verhaltensmustern und Werten mit dem Ziel sowohl die Sustainable Development Goals umzusetzen als auch direkt das Leben aller Menschen auf der Welt zu verbessern. Letztlich müssen wir uns vom modernen Massenkonsum abgrenzen und mit vereinten Kräften daran arbeiten, dass persönliche Werte wieder höhergestellt werden als monetäre Werte.

**Bsp: Etablierung von Reparatur- und Tausch-Initiativen zur Vermeidung von neuproduzierten Gegenständen und Aufbau eines neuen Gesellschaftsbildes zur besseren Vernetzung von Menschen.**



**INNER  
DEVELOPMENT**

**Der Begriff Suffizienz leitet sich aus dem lateinischen ab und bedeutet so viel wie „genügen“. Und während für die einen der Begriff „genug“ mit Verzicht gleichzusetzen ist, bedeutet „genug“ für andere, dass ihre Bedürfnisse endlich befriedigt werden. 2024 hat der Sachverständigenrat für Umweltfragen, welcher die Bundesregierung berät, beschrieben, dass Suffizienz zu mehr Gerechtigkeit führt. Die Expert\*innen sagen auch:**

*„Suffizienz wird oft nur als individuelle Lebensstilfrage diskutiert. Dabei ist sie vielmehr eine strukturelle Aufgabe, die entsprechende politische und wirtschaftliche Rahmenbedingungen erfordert.“*

**Suffizienzpolitik ist also gefragt, wenn wir als Gesamtgesellschaft die Planetaren Grenzen einhalten und die Nachhaltigkeitsziele der Agenda 2030 noch irgendwie erreichen wollen. Es geht darum, Infrastrukturen zu entlasten, den Energie- und Ressourcenverbrauch durch strukturelle Veränderungen zu reduzieren und das „richtige Maß“ zu finden – für ein gutes Leben, jetzt und in Zukunft.**

**In unserem letzten Abschnitt des Magazins blicken wir auf den Bau- und Wohnungsmarkt, sprechen mit Vertretenden aus unserem Transformationsbeirat über politische Maßnahmen und schauen was das neue E-Gesetz zu bieten hat.**



**GENUG IST GENUG**

**Suffizienz als politische Strategie**

# INTERVIEW MIT UWE SCHNEIDEWIND UND ANGELIKA ZAHRT

Vertretende des Transformationsbeirats von THALESruhr

Wie gelingt der Wandel der Metropole Ruhr hin zu mehr Nachhaltigkeit – und welchen Beitrag leistet THALESruhr dabei? Genau diesen Fragen widmet sich der Transformationsbeirat, ein Gremium aus fünfzehn ausgewiesenen Expert\*innen, dass das Projekt mit einem klaren, zukunftsorientierten Blick begleitet. Die Mitglieder stammen aus Zivilgesellschaft, Wirtschaft, Bildung, Forschung und Verwaltung und bringen ihre Erfahrung aus der täglichen Transformationspraxis ehrenamtlich ein.

Konstruktiv-kritisch unterstützen sie die Weiterentwicklung der Transformationsfelder, formulieren konkrete Handlungsempfehlungen für die regionale Nachhaltigkeitsstrategie und tragen über ihre eigenen Netzwerke zur Sichtbarkeit der THALESruhr-Transferprojekte bei. Zwei von ihnen – Uwe Schneidewind und Angelika Zahrt – sprechen im folgenden Interview über die Rolle von Suffizienzpolitik und darüber, warum sie für die Zukunftsfähigkeit der Region unverzichtbar ist.

## Welche Rolle spielt Suffizienz in Ihrem persönlichen oder beruflichen Werdegang?

**Schneidewind:** Bei mir kommt der Zugang zur Suffizienz über die inhaltliche Auseinandersetzung mit dem Quartett der nachhaltigen Entwicklung und in den sich immer deutlicher zeigenden Grenzen einer reinen Effizienzstrategie. Ich würde mich nicht als eine ‚suffiziente Persönlichkeit‘ beschreiben. Suffizienz ist für mich eine intellektuelle Faszination und die Überzeugung, dass wir uns mit Rahmenbedingungen auseinandersetzen müssen. Ich bin da selbst eine gute Referenzgröße: Wir sollten die Welt so bauen, dass man selbst Anreize hat, suffizienter zu leben.

**Quartett der nachhaltigen Entwicklung / 4 Säulen der Nachhaltigkeit:** Ökologische Verträglichkeit, soziale Gerechtigkeit, wirtschaftliche Leistungsfähigkeit, Demokratische Politikgestaltung. Sind diese 4 Säulen erfüllt lässt sich von generationengerechten Lebensbedingungen sprechen.

**Zahrt:** Ich bin Jahrgang 44, also 81 Jahre alt. Dadurch bin ich kein klassisches Wohlstandskind, sondern ein Flüchtlingskind, das von Knappheit und Sparen geprägt war. Meine Oma, die Schneiderin war hat jedes Kleidungsstück dreimal umgedreht und geschaut, ob man nicht doch noch was draus machen kann. Knöpfe haben wir auf der Straße aufgesammelt. Das war ein sorgsamer Umgang mit Res-

sourcen aus der schlichten Not, der zur Überzeugung wurde. Später im Studium war das Ziel nur Wirtschaftswachstum – völlig unhinterfragt. Aber damals war schon die Ausbeutung von Rohstoffen und die Armut im globalen Süden präsent. Der Gedanke der fehlenden Gerechtigkeit war mein Antrieb.

## Gab es ein Schlüsselerlebnis, das Ihre Perspektive auf Suffizienz geprägt hat?

**Zahrt:** 1961 war ich wegen einer Dienstreise meines Vaters in den Ferien mit meiner Familie in Kairo und ich war richtig geschockt über die Armut, die man dort auf den Straßen gesehen hat. Das hat mich stark geprägt – das Thema Armut und wie sehr wir dafür verantwortlich sind.

## Wo erleben Sie im Alltag gelingende Suffizienz – und wo stoßen Sie an Grenzen?

**Schneidewind:** Ich erlebe das für mich sehr authentisch in der Mobilität – dieses Sich-Einlassen auf Zugfahren und ÖPNV. Man gibt zwar die ‚Brustkontrolle‘ ab, wird aber belohnt mit zeitlichem Freiraum. Eine persönliche Grenze ist die Ernährung: Es fällt mir unendlich schwer sie suffizient zu gestalten, weil man in einem ganz anderen Ernährungsverhalten sozialisiert wurde. Neu dazu kommt die ‚digitale Suffizienz‘: Ich habe Insta und Facebook vom Handy genommen als ich kein Oberbürgermeister mehr war, damit man gar nicht mehr den Impuls hat „rumzudaddeln“. Eine schöne Entrümpelung.

**Zahrt:** Gelingende Suffizienz sieht man heute beim Fahrradfahren: Das ist nicht mehr altmodisch, sondern was flottes, innovatives mit E-Bikes und Anhängern. Grenzen liegen oft dort, wo die Infrastruktur fehlt: Man kann sein Auto nicht abschaffen, wenn nach 22 Uhr kein Bus mehr ins Dorf fährt.

## UWE SCHNEIDEWIND

ist ein deutscher Nachhaltigkeitswissenschaftler und ehemaliger Präsident des Wuppertal Instituts, der sich intensiv mit Transformationsforschung und zukunftsfähiger Wirtschafts- und Gesellschaftspolitik beschäftigt.

## ANGELIKA ZAHRT

ist Ökonomin und langjährige Vorsitzende des BUND, die als zentrale Stimme der Suffizienz und Nachhaltigkeitsdebatte gilt und sich für sozial gerechte, ressourcenschonende Lebensstile einsetzt.

## Ist aus Ihrer Sicht Suffizienz unverzichtbar für eine sozial-ökologische Transformation?

**Zahrnt:** Ja, denn der Test ist gemacht: Es war immer die Hoffnung, dass die Ingenieure die Probleme unserer Zeit mit Effizienz lösen. Aber die Konsumierenden haben das zunichte gemacht, indem sie von den sparsamen Produkten dann noch mehr oder größere gekauft haben (Rebound-Effekt). Da wir die planetaren Grenzen schon weitgehend überschritten haben, brauchen wir neben der Effizienz auch Suffizienz und eine Post-Wachstums-Gesellschaft.

**Schneidewind:** Absolut. Es geht um eine tiefe innere Umkehr. Was ist eigentlich das, was im Leben wertvoll ist? Wie bauen wir Systeme, die das Gute in uns befördern? Suffizienz bedeutet, sich selbst ein Stück zurückzunehmen, das Bedürfnis der anderen zu sehen und daraus eine tiefere Sinnerfahrung zu erleben.

## Welche Missverständnisse begegnen Ihnen am häufigsten im Kontext von Suffizienz?

**Zahrnt:** Suffizienz wird mit Verboten gleichgesetzt. „Mein Schnitzel und das Fliegen will man mir verbieten.“ Das ist platte Polemik. Suffizienz prüft die Folgekosten des eigenen Handelns. Freiheit bedeutet eben nicht, auf Kosten anderer zu leben. Und Verzicht ist nur für diejenigen ein Verzicht, die sich nicht verändern. Wer merkt, wie gut vegetarische Ernährung sein kann, empfindet das nicht als Vorschrift.

**Schneidewind:** Ich würde es eher ‚verengte Assoziationsräume‘ nennen. Die Leute fühlen sich bei Suffizienz-Befürworter\*innen schnell wie bei ‚Zeugen Jehovas‘, die einen bekehren wollen. Unser Anliegen ist es, diesen Raum zu verbreitern.

**verengte Assoziationsräume:** Sind kognitive Zustände, die zu einer Reduktion der gedanklichen Offenheit, bedingt durch Vorurteile, soziale Normen oder psychische Zustände, führen.

## Wie lässt sich Suffizienz als Gewinn kommunizieren?

**Schneidewind:** Indem man die vier E's von Wolfgang Sachs nutzt: Entrümpeln, Entschleunigen, Entkommerzialisieren, Entflechten. Man könnte ein moderneres Orientierungsprogramm schreiben. Wenn wir heute über Social-Media-Verbote für Jugendliche sprechen, ist das Suffizienzpolitik: Entrümpeln von Reizüberflutung. Das ist ein Lebensgefühl, das die Menschen spüren.

## Was ist unter Suffizienzpolitik zu verstehen?

**Zahrnt:** Politik ist gefordert, wo der Einzelne nichts tun kann. Man kann selber nicht den Fahrplan der Bundesbahn ändern oder Fahrradwege bauen. Suffizienzpolitik bedeutet: Die Preise müssen die ökologische Wahrheit sagen und die Infrastrukturen müssen durch Politik geschaffen werden.

**Schneidewind:** Suffizienzpolitik ist die Politik, die das Leben einfacher macht. Eine Ermöglichungspolitik, die Anreize

für suffiziente Lebensweisen erheblich erweitert und erleichtert.

## Welche politischen Instrumente sind besonders wirksam?

**Zahrnt:** Am konkretesten wird es beim Gestalten. In Städten wie Kopenhagen oder Paris sieht man: Wenn man konsequent fahrradfreundlich baut und den ÖPNV taktet, verändert sich das Mobilitätsverhalten massiv. Das ist gestaltete Suffizienzpolitik. Auch die ‚15-Minuten-Stadt‘, Solidarische Landwirtschaft und ganz viele andere Dinge gehören dazu. Ein besonders guter Hebel für die Suffizienzpolitik kann eine ökologische Steuerreform sein, wodurch die Folgekosten in den Preisen enthalten sind. Denn Preise sind wirklich das, was die Leute am meisten bewegt. Ein super Beispiel dafür war das 9€ Ticket, welches wegen der Corona Krise entstanden ist und große Zustimmung fand, und danach nicht mehr von der Politik vollständig einkassiert werden konnte.

**Die 15-Minuten-Stadt:** Ist ein stadtplanerisches Konzept, bei dem alle essenziellen Bedürfnisse des täglichen Bedarfs, zum Beispiel Einkaufsmöglichkeiten, Arbeit, Bildung, Gesundheitsversorgung und Freizeitmöglichkeiten innerhalb von 15 Minuten zu Fuß oder per Rad erreichbar sind.

**Schneidewind:** Eine große Herausforderung ist ja der hoch etablierte Diskreditierungsdiskurs. Welcher zum Beispiel den Bundestagswahlkampf der Grünen 2013 gekostet hat - durch den medialen Aufschrei gegenüber dem Veggie-Day. Letztlich wird vieles was von bestimmten

Akteuren gesagt wird dadurch automatisch im kommunikativen Raum diskreditiert und gilt so unabhängig der Faktenlage nicht mehr als mögliche Option.

## Wie ordnen Sie den Stellenwert von Repair- und Share-Initiativen für ein suffizientes Ruhrgebiet ein?

**Zahrnt:** Für mich spielt das Feld der Repair & Share Initiativen eine sehr große Rolle bei der Transformation zu einer suffizienteren Welt, die das Gegenstück zur Wegwerfgesellschaft ist. Diese Initiativen machen niederschwellig klar, wie Suffizienz funktioniert. Das Erhalten und Teilen von Ressourcen ist ja zudem auch ein Angebot, das sich an alle Menschen richtet und so die Suffizienz in alle Bevölkerungsschichten einbringt.

**Schneidewind:** Solche Projekte zeigen wesentlich, dass es unterschiedliche Dinge gibt, die man anders machen kann. Sie zeigen, dass ein Wandel existiert. Aber damit diese Dinge gestärkt werden, braucht es die Suffizienzpolitik. Reparaturcafés brauchen Räume, in denen sie arbeiten können – da ist die politische Unterstützung entscheidend.

## Wenn Sie uns von Repair & Share einen Rat mitgeben könnten: Was sollten wir unbedingt tun – und was unbedingt vermeiden?

**Schneidewind:** Der große Vorteil des Projektes ist, dass man Diffusionsräume im Ruhrgebiet hat, durch die sich in den einzelnen Städten ganz neue Perspektiven ergeben. Wirklich toll wäre ein Repair

& Share Netzwerk in den Stadt-Bibliotheken im Ruhrgebiet aufzubauen, welches dann auch durch die Kommunen gefördert werden kann.

**Zahrnt:** Nach dem was ich in Bochum so gesehen habe, haben Sie die richtigen Ansätze und sollten auf diese Art und Weise weiter machen. Ich denke, Sie sollten aber auch aufpassen nicht so zu tun, als wenn Suffizienz ganz einfach wäre. Es ist für viele zum Beispiel nicht einfach auf Fleisch zu verzichten oder den Fleischkonsum zu verringern, wenn das ein Leben lang so sozialisiert wurde. Alternativen müssen attraktiv sein und es darf nicht auf eine arrogante Art von oben herab gehandelt werden. Aber das machen Sie auch nicht. Ich glaube, das was machbar ist machen Sie und was anschaulich ist, zeigen Sie und das regt zum Nachahmen an, auch im Kleinen.

## LESEEMPFEHLUNG

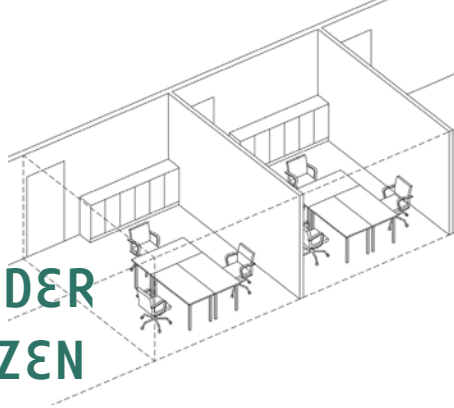


Link zum Buch



# HABIPOD

## FLÄCHENPOTENZIALE IN DER STADT NACHHALTIG NUTZEN



Das Transferprojekt *habipod* ist Teil des Transformationsprojekts THALESruhr der Hochschule Bochum. Der wissenschaftliche Mitarbeiter Leonard Lehr erklärt uns in seinem Beitrag was genau der „habipod“ ist und wie Flächenpotenziale in der Stadt nachhaltig genutzt werden können.

### Wohnen neu denken - wie leerstehende Gebäude zu bezahlbarem Wohnraum werden können

Das in Deutschland Wohnungen fehlen ist längst keine Neuigkeit mehr. Seit Jahren warnen Kommunen, Verbände und Forschende vor einem sich zuspitzenden Wohnraumangel. Eine neue Studie des Pestel-Instituts aus dem Januar 2026 verdeutlicht jedoch noch einmal die Dramatik der Situation: Bundesweit fehlen aktuell rund 1,4 Millionen Wohnungen. Allein im Ruhrgebiet beläuft sich das Defizit auf etwa 376.000 Wohnungen. Zahlen die ganz konkret steigende Mieten, Verdrängung und Wohnungsnot bedeuten.(1)

Um diesen Mangel bis 2030 zu beheben, müssten bundesweit jedes Jahr bis zu 410.000 neue Wohnungen entstehen. Die Realität sieht

jedoch anders aus: 2025 wurden mit nur etwa 210.000 - 230.000 Wohnungen nicht einmal halb so viele Einheiten fertiggestellt wie eigentlich nötig. Auch eine Erhöhung der verfügbaren Bundesmittel konnte diese Entwicklung bislang nicht im gleichen Maße abfedern. Damit stellt sich die Frage nach alternativen Lösungswegen.

### Warum Neubau allein nicht reicht

Der reflexhafte Ruf nach mehr Neubau greift in Teilen zu kurz. Bauland in Städten ist knapp und teuer. Gleichzeitig gilt es Flächen für Natur, Landwirtschaft und Klimaanpassungen zu bewahren, weshalb unsere Städte nicht einfach immer weiter in die Fläche wachsen können. Neubau allein kann daher keine nachhaltige Antwort auf die Wohnungsfrage sein.

Ein möglicher Lösungsansatz scheint auf den ersten Blick naheliegend: die Aktivierung leerstehender Wohnungen. Doch auch hier zeigt sich schnell die Grenze des Machbaren. In Städten wie Bochum liegt der Wohnungsleerstand laut aktuellem Wohnungsmarktbarometer bei gerade einmal rund 2%.(2) Zudem gehen Expert\*innen davon aus, dass bereits länger leerstehende Wohnungen nur in den seltensten Fällen wieder dem Markt zugeführt werden. Gründe dafür sind häufig Sanierungsstau, Defizite im Wohnumfeld oder persönliche Faktoren auf Seiten der Eigentümer\*innen.

### Nachverdichtung statt Flächenfraß

Wenn weder Neubau noch die Reaktivierung klassischer Wohnungsleerstände ausreichen, stellt sich die zentrale Frage neu: Wo soll der Wohnraum entstehen? Ein Schlüssel liegt in der Nachverdichtung - also darin, auf bereits bebauten Grundstücken mehr Wohnfläche zu schaffen. Das kann durch effizientere Gebäudekubaturen, Aufstockungen oder Anbauten geschehen, aber auch durch kleinere und flächeneffizientere Wohnungen. Denn während Wohnraum knapp ist, wächst die durchschnittliche Wohnfläche pro Person kontinuierlich an: Anfang der 1990er Jahre lag sie noch bei etwa 35 m<sup>2</sup>, 2024 waren es bereits 49,2 m<sup>2</sup> pro Person.(3) Kleinere Wohnungen sind daher kein Rückschritt, sondern ein Teil der Lösung. Voraussetzung ist jedoch ihre

hohe Qualität: funktionale Grundrisse, flexible Nutzungsmöglichkeiten und eine Gestaltung, die heutigen Anforderungen gerecht wird. Akzeptanz entsteht nicht durch Verzicht, sondern durch gute Konzepte.

### Das ungenutzte Potenzial der Gewerbeleerstände

Trotz Nachverdichtung bleibt ein Problem bestehen: Viele Städte verfügen nur über begrenzte ungenutzte Flächen. Der Umbau bestehender Wohngebäude oder deren Abriss und Neubau ist häufig mit hohen Kosten verbunden und geht mit erheblichen Material- und CO<sub>2</sub>-Aufwänden einher. Dies ist ökologisch wie wirtschaftlich oft keine sinnvolle Option.

Hier rücken leerstehende Gewerbeimmobilien in den Fokus. Während Wohnungsleerstände mitunter rar sind, liegt die Leerstandsquote beispielsweise bei Büroimmobilien deutlich höher. 2024 standen bundesweit rund 5,6% der Büroflächen leer - das entspricht etwa 11 Millionen Quadratmetern!(4) Auch wenn die Zahlen leicht rückläufig sind, gelten insbesondere Gebäude aus der Zeit vor der Jahrtausendwende in diesem Segment als schwer vermarktbare. Insbesondere Gebäude die um die 1980er Jahre errichtet wurden, sind vermehrt von dauerhaftem Leerstand betroffen. Gleichzeitig verändern sich unsere Arbeitswelten grundlegend. Homeoffice, hybride Arbeitsmodelle und neue Organisationsformen haben den Bedarf an klassischen Büroflächen deutlich reduziert. Ge-

bäude, die einst als unverzichtbare Arbeitsorte galten, stehen heute ganz oder teilweise leer. Was auf den ersten Blick wie ein strukturelles Problem wirkt, birgt bei genauerem Hinsehen ein enormes Potenzial: Was heute ungenutzt bleibt, könnte morgen dringend benötigter Wohnraum sein - wenn wir bereit sind, bestehende Strukturen neu zu denken.

### Neue Wege für alte Gebäude

Diese Bereitschaft wächst. Bundesweit gibt es zunehmend Initiativen, Vereine und Projekte die sich der Frage widmen, wie leerstehende Gebäude sinnvoll aktiviert und wieder Teil des städtischen Lebens werden können. Von den Wächterhäuser in Leipzig, die seit Jahren ungenutzte Gebäude temporär beleben, bis hin zum Adapter e.V. in Stuttgart, der sich für eine experimentelle Umnutzung von Bestandsbauten einsetzt, wird deutlich: Ein neues Bewusstsein für die Chancen durch die Nutzung des Leerstands entsteht. Er wird nicht länger nur als Defizit wahrgenommen, sondern als Ressource.

Parallel zu diesen zivilgesellschaftlichen und praxisnahen Ansätzen rückt auch die Forschung das Thema verstärkt in den Fokus. Auch an der Hochschule Bochum untersuchen Wissenschaftler\*innen die Frage, ob und wie sich leerstehende Gewerbeflächen zu bezahlbarem Wohnraum umnutzen lassen. Im Zentrum steht dabei eine klare Leitidee: Die Eingriffe in den Bestand sollen so gering

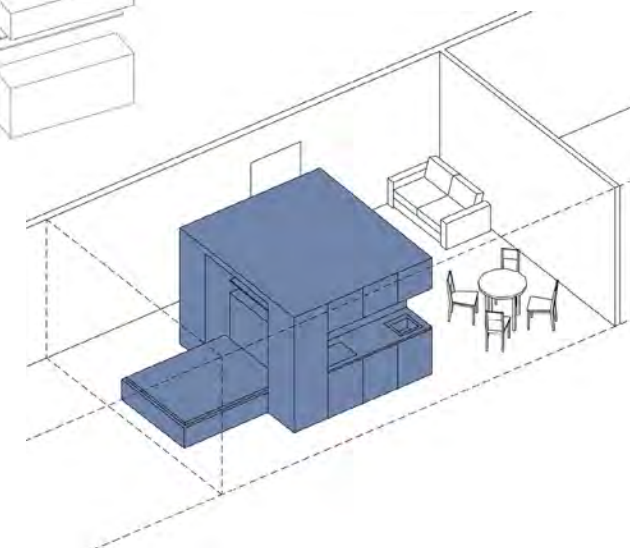
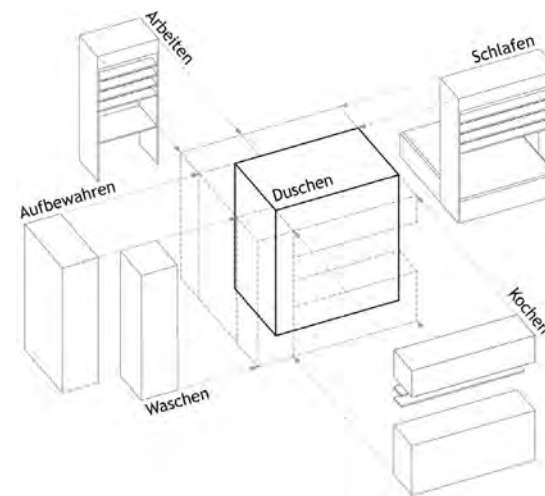
wie möglich bleiben. Denn jeder vermiedene Abriss, jede eingesparte Baumaßnahme bedeutet weniger Zeitaufwand, geringere Kosten und einen deutlich reduzierten Verbrauch von Ressourcen. Daraus ist ein innovativer Ansatz entstanden: Ein modularer Versorgungskern, der vorgefertigt und erst im Gebäude zusammengesetzt wird. Der Kern lässt sich flexibel konfigurieren. So kann er individuell an unterschiedliche Gebäudestrukturen und die vielfältigen Bedürfnisse zukünftiger Bewohner\*innen angepasst werden. Der Bestand bleibt dabei möglichst unangetastet. Dieser als *habipod* bezeichnete Kern vereint auf kleinstem Raum alle zentralen Wohnfunktionen: ein vollwertiges Badezimmer, eine Küchenzeile, Stauraum, Schlafmöglichkeiten und bei Bedarf auch einen Arbeitsplatz. Durch diese kompakte Bündelung wird der übrige Raum frei bespielbar und kann als Wohn- oder Aufenthaltsfläche genutzt werden. So entstehen kleine, aber gut geschnittene und qualitativ hochwertige Wohnungen, die trotz begrenzter Fläche den Anforderungen an zeitgemäßes, komfortables Wohnen gerecht werden.

### Wohnen als Teil der gesellschaftlichen Transformation

Die Umnutzung leerstehender Gebäude ist mehr als eine technische Lösung. Sie ist Ausdruck eines grundlegenden Perspektivwechsels: Weg vom Neubau um jeden Preis, hin zum intelligenten Umgang mit

dem Bestand. Sie verbindet soziale Fragen mit ökologischen Zielen wie Ressourcenschonung und CO<sub>2</sub>-Reduktion.

Wenn wir Wohnen als Teil einer nachhaltigen Transformation begreifen, müssen wir bereit sein, gewohnte Wohn- und Lebensstile zu hinterfragen und neue Wege zu gehen. Leerstehende Gebäude sind kein Zeichen des Scheiterns, sondern ein ungenutztes Potenzial. Es liegt an uns, daraus lebendige, bezahlbare und zukunftsfähige Wohnräume zu machen.



Mehr Infos  
zum Projekt  
*habipod*



### Quellen



# Bauen mit dem, was schon da ist: Das Reallabor Baustoffbörse

Suffizienz im Bausektor klingt in der Theorie simpel: Weniger neu bauen, mehr erhalten. Doch wer versucht, diese Idee in die Realität umzusetzen, landet schnell zwischen Schuttschaukeln und komplexen Gesetzestexten. In Gelsenkirchen entsteht derzeit ein Projekt, das genau hier ansetzt: Die kommunale Baustoffbörse.

Als Reallabor konzipiert, geht es hier nicht um den schnellen Konsum von Gebrauchsgütern, sondern um einen fundamentalen Lernprozess. Bevor Bauteile wie Türen, Fenster oder Ziegel ein neues Zuhause finden, müssen sie erst mühsam „geerntet“ werden. Das bedeutet: Bestand erfassen, Rückbaukonzepte entwickeln und die rechtliche Basis für eine suffiziente Kreislaufwirtschaft schaffen, die bisher in unseren DIN-Normen kaum vorgesehen ist. Statt Abrissbirne setzt die Baustoffbörse auf Wertschätzung für die „graue und goldene Energie“, die bereits in unseren Städten steckt. Damit wird sie zu einem Schlüsselprojekt für eine suffiziente Stadtentwicklung, die beweist: Das beste Baumaterial ist das, welches wir nicht erst neu produzieren müssen. Wir haben mit den Initiator\*innen über die Herausforderungen des schadensfreien Rückbaus, die Logik des Teilens und den Mut zum Experiment gesprochen.

EIN INTERVIEW VON ALEXANDER KIENINGER

**Ihr bezeichnet die Baustoffbörse als ‚Reallabor‘. Welche Prozesse müssen wir als Gesellschaft erst wieder neu erlernen, um das ‚Ernten‘ von Bauteilen zur Normalität zu machen?**

Die Gesellschaft muss zunächst wieder lernen, den bestehenden Gebäudebestand wertzuschätzen. Bestand braucht Pflege. Man muss sich nicht wundern, wenn Gebäudesubstanz unter mangelnder Wartung und Instandhaltung leidet. Im Projekt versuchen wir deutlich zu machen, dass Bestandsgebäude eigene Materialspeicher sind, sogenannte urbane Minen. Ressourcen sind begrenzt, und vieles von dem, was heute vorschnell als Abfall betrachtet wird, ist in Wirklichkeit ein wertvoller Baustoff, dessen Herstellung viel Primärenergie gekostet hat. Wird ein Material zu Abfall, weil es ver-

meintlich seinen Wert verloren hat, seine Funktion nicht mehr erfüllt, kaputtgespart wurde oder nicht mehr dem aktuellen ästhetischen Trend entspricht, gehen dessen materielle und immaterielle Werte verloren. Ein wichtiger Schritt ist deshalb ein Perspektivwechsel: Alter Bestand ist nicht automatisch Schrott. Wenn wir verstehen, dass in unseren Gebäuden bereits große Mengen an Material, Energie und Erinnerungen gebunden sind, verändert sich auch unser Umgang mit ihnen. Im Bestand steckt das Potenzial für ästhetisch anspruchsvolle Umbauprojekte, die nicht nur eine neue Bauästhetik hervorbringen, sondern auch die Geschichten der Materialien und Orte weitertragen. Müll ist letztlich ein Designfehler. Rückbaubarkeit muss deshalb bereits in der Planung sowie beim Bauen und Umbau-

en mitgedacht werden und wieder zum Normalfall werden, um den Wechsel von der linearen zu einer zirkulären Bauweise zu ermöglichen.

Als Reallabor für eine neue Umbaukultur kann das Projekt zeigen, wie durch die Bereitschaft, Materialien zu teilen und den Mut, neue Wege im Umgang mit dem Bestand praktisch zu erproben, auch ein Vorbild für andere Kommunen entstehen kann.

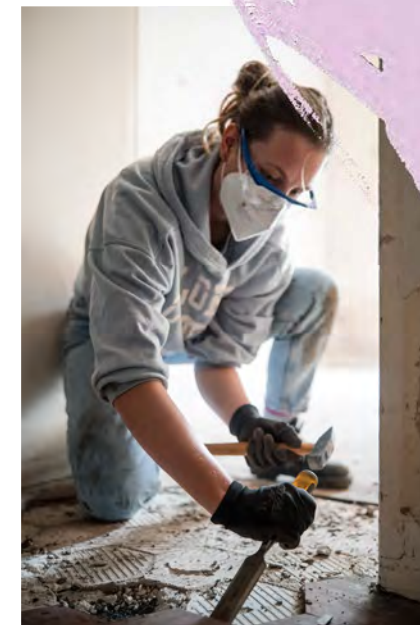
**Aktuell sind die Bauteile kostenlos, da es ein gefördertes Projekt ist. Hilft dieser ‚Nulltarif‘ dabei, Menschen für das Thema Suffizienz zu begeistern oder erschwert er die Wahrnehmung des tatsächlichen Wertes dieser Ressourcen?**

Der Nulltarif hilft vor allem dabei, die Einstiegshürden niedrig zu halten und Menschen zum Mitmachen zu motivieren. Einige entdecken dadurch überhaupt erst, dass viele wertvolle Bauteile bereits existieren und nicht immer neu produziert werden müssen. Gleichzeitig merken wir, dass die Nachfrage oft sehr gezielt ist – viele Menschen wissen genau, was sie suchen und schätzen den Wert dieser Materialien. Der kostenlose Zugang ist deshalb vor allem ein Instrument, um das Thema sichtbar zu machen sowie erste Erfahrungen zu ermöglichen und erschwert die Wahrnehmung des Wertes nach unserer ersten Einschätzung nicht.

**Statt eines klassischen Lagers arbeitet ihr zunächst mit einem Katalog von Bauteilen, die noch verbaut sind. Ist dieses ‚Inventarisieren des Bestands‘ der erste Schritt zu einem suffizienteren Umgang mit unseren Städten?**

Mit unserem Katalog auf Nachfrage wollen wir bewusst machen, dass Gebäude

selbst Materiallager sind. Unsere Halle als Anlaufstelle, Umschlagplatz und Lager werden wir in den kommenden Monaten vollständig eröffnen können. Dennoch war es uns wichtig, zunächst mit einem Katalog mit On-Demand-System zu arbeiten, um herauszufinden, welche Bauteile besonders nachgefragt werden. Ohne den Fokus auf der Einlagerung wollen wir versuchen, Bauteile direkt vor Ort an den Gebäuden zu vermitteln. So könnten wir Transportwege und Lagerkosten reduzieren. Bestimmte Bauteile, bei denen wir ein besonderes Potenzial sehen – etwa Heizkörper in ungewöhnlichen Formaten – werden wir auch unabhängig von konkreten Anfragen vor dem Rückbau, für die spätere Wiederverwendung einlagern. Außerdem ermöglicht der Katalog auch externe Angebote von Bauteilen zunächst unverbindlich auf Nachfrage aufzunehmen. Insgesamt schärft diese Form der Inventarisierung den Blick auf die materiellen Ressourcen, die bereits in unserer



Stadt vorhanden sind und könnte auch des Weiteren dazu anregen, mehr im Bestand zu bauen und Bauteile sogar an Ort und Stelle im Projekt zu erhalten.

**Ihr sprecht davon, dass Bauteile oft nicht schadensfrei rückbaubar sind. Fehlt uns heute schlicht das handwerkliche Wissen, wie man Dinge zerstörungsfrei auseinanderbaut, weil wir nur noch das ‚Zusammenbauen‘ von Neuware gelernt haben?**

Es fehlt nicht nur das Wissen über zerstörungsfreien Rückbau, sondern auch häufig das passende Werkzeug sowie ganz allgemein die optimalen Voraussetzungen. In vielen Fällen kann Rückbau gar nicht schadensfrei gelingen, wenn er beim Planen und Bauen von Anfang an nicht mitgedacht wurde. Über lange Zeit lag der Fokus fast ausschließlich auf dem Errichten neuer Gebäude, während der reversible Bau in der linearen Wirtschaft nicht einkalkuliert wurde. Entsprechend gibt es vor allem Werkzeuge und Prozesse für den Einbau – nicht für den sorgfältigen Rückbau. Zum Glück beginnt sich in der Planungswelt langsam ein Bewusstsein für die Notwendigkeit der zirkulären Bauweise zu entwickeln. Dazu gehört auch Verbundwerkstoff zu vermeiden und auch bei der Wiederverwendung auf reversible Fügungen zu achten.

**Ihr plant perspektivisch Events, bei denen Menschen Bauteile selbst ausbauen. Ist das Selbermachen und Anfassen ein Schlüssel, um eine tiefere emotionale Bindung zu unseren (gebrauchten) Baumaterialien aufzubauen?**

Ja auf jeden Fall. Die Teilnehmenden handeln selbstverantwortlich und erhalten für die Zeit, die sie investieren, einen direkten

Gegenwert in Form der geernteten Bauteile. Gleichzeitig können Rückbaukosten eingespart werden, die sonst im Produktpreis enthalten sein müssten. Gemeinsam mit Baukultur NRW – unserem Kooperationspartner vor Ort in Gelsenkirchen – sammeln wir in diesem Bereich zunehmend praktische Erfahrungen. Prozesse des Rückbaus werden z.B. in ihrem Umbaulabor gemeinsam mit Studierenden und weiteren Akteur\*innen unter deren fachlicher Anleitung praktisch erprobt. Eine Erkenntnis aus diesen Arbeiten ist, wie bereits erwähnt, dass für viele Rückbauschritte bislang gar kein spezifisches Werkzeug existiert. Häufig müssen vorhandene Montagewerkzeuge umfunktioniert werden, um Bauteile möglichst schadensfrei auszubauen. Eigentlich bräuchte es dafür einen eigenen „Werkzeugkatalog“ für den Rückbau – bisher nur eine Wunschliste, als ein weiteres Zeichen dafür, wie wenig Erfahrung und Infrastruktur es in diesem Bereich bislang gibt.

**Ihr schließt Qualitätsgarantien aus. Ist unsere heutige Normen- und Gewährleistungskultur vielleicht der größte Feind der Suffizienz am Bau?**

Ein Gebäude im Bestand sollte nach einer Sanierung nicht zwingend mehr leisten müssen als zu dem Zeitpunkt, an dem es ursprünglich gebaut wurde. In Niedersachsen wurde die Bauordnung diesbezüglich schon angepasst. Wir brauchen mehr solcher Umbauordnungen in Deutschland. Wenn wir ernsthaft im Bestand weiterbauen wollen, müssen wir bestimmte Anforderungen und Auflagen realistischer anpassen und teilweise auch reduzie-

ren. Den Rohbau bzw. die Tragstruktur zu erhalten sollte dabei im Fokus stehen, da diese Masse den wesentlichen Unterschied für die Umwelt macht.

**Ihr möchtet über die Wiedereinbauprozesse informiert werden. Warum sind diese Narrative (Geschichten des Gelingens) so wichtig für die Transformation des Bausektors?**

Um das Ziel eines suffizienten und klimafreundlichen Bauens zu erreichen, müssen wir an mehreren Stellschrauben gleichzeitig drehen. Planende können über Institutionen wie die Architektenkammern bundesweit Veränderungen an den rechtlichen Rahmenbedingungen vorantreiben. Gleichzeitig kann die Gesellschaft über Bewusstseinsbildung abgeholt werden: Bauteile mit emotionalem Wert bieten einen direkten Zugang, um zu zeigen, dass Wiederverwendung tatsächlich funktioniert und welche positiven Wirkungen sie entfalten kann. Umweltschonendes Bauen ist besonders wichtig, weil der Bausektor einer der umweltschädlichsten Wirtschaftszweige ist – über ihn wird jedoch kaum gesprochen, und verbrauchtes CO<sub>2</sub> wird anders als in anderen Sektoren nicht reguliert oder versteuert. Erfolgreiche Beispiele für Wiederverwendung helfen, Vertrauen aufzubauen und langfristig Mehrheiten zu gewinnen, die politische Veränderungen und angepasste rechtliche Rahmenbedingungen demokratisch unterstützen können. Zudem machen Bauteile beispielhaft anschaulich, dass der gesamte Lebenszyklus von Baustoffen, insbesondere in der Masse des Rohbaus und der Tragstruktur, eine zentrale Rolle für die Klimawende spielt. Um dies systematisch zu fördern,

braucht es ein „Umbaugesetzbuch“, angepasst an die heutigen Anforderungen an Bestandsbauten und zirkuläre Bauweisen.

**Langfristig soll sich das Projekt selbst tragen. Kann Suffizienz wirtschaftlich sein, oder braucht sie dauerhaft politische Unterstützung und neue Förderstrukturen?**

Suffizienz kann durchaus wirtschaftlich funktionieren. Es gibt verschiedene Modelle: Bauteile können beispielsweise kostenlos abgegeben werden, wenn Interessierte den Rückbau selbst übernehmen und damit ihre Zeit investieren. Alternativ können Rückbau- und Organisationskosten über einen Bauteilpreis gedeckt werden. Für den Start eines solchen Projekts und für die langfristige Erprobung neuer Prozesse der Bauteilernte sind Förderstrukturen besonders hilfreich. Politischer Rückhalt ist generell entscheidend, um für die Klimawende durchzugreifen. Denn ohne eine Bauwende, ohne eine Ressourcenwende und ohne eine Energiewende kann eine Klimawende nicht gelingen – sie ist unverzichtbar, um ein nachhaltiges Leben auf der Erde für kommende Generationen zu sichern.

**Mehr Infos zur Baustoffbörse**



# RETTEN STATT SCHREDDERN

## Wie das neue Elektro-Gesetz den Weg für die Suffizienz ebnet

**IN EINER WELT DES „IMMER MEHR“ STELLT SUFFIZIENZ DIE RADIKALE FRAGE NACH DEM „GENUG“. DOCH GENÜGSAMKEIT SCHEITERT OFT AN SYSTEMEN, DIE UNS DAS WEGWERFEN LEICHTER MACHEN ALS DAS BEWAHREN. EINE AKTUELLE ÄNDERUNG AM ELEKTRO- UND ELEKTRONIKGERÄTEGESETZ (ELEKTROG) SETZT GENAU HIER AN: SIE GIBT WERTSTOFFHÖFEN DIE NÖTIGE RECHTSSICHERHEIT, UM SCHÄTZE ZU BERGEN, STATT SIE NUR ZU VERWALTEN.**

EIN BEITRAG VON ALEXANDER KIENINGER

Wer Suffizienz ernst nimmt, landet unweigerlich beim Thema Langlebigkeit. Jedes Gerät, das wir nicht neu kaufen, weil das alte noch seinen Dienst tut, ist ein Sieg für die Ressourcenschonung. Doch bisher stießen Reparatur-Begeisterte oft an rechtliche Mauern, besonders an den Toren der kommunalen Wertstoffhöfe. Wer dort ein noch funktionierendes Radio oder einen Laptop vor der Schrottpresse retten wollte, hörte meist: „Einmal im Container, ist es Abfall. Die Mitnahme ist verboten.“

### Das Ende der rechtlichen Grauzone

Mit der neuesten Novelle des ElektroG, die seit 2025/2026 für Klarheit sorgt, ändert sich die Perspektive grundlegend. Ein zentraler Kernpunkt der Reform ist die ausdrückliche Erlaubnis zur Separierung von Gebrauchtgeräten an Sammelstellen (§ 14 Abs. 4 ElektroG).

Was trocken nach Paragrafenschungel klingt, ist für die Suffizienz-Bewegung im Ruhrgebiet ein echter Meilenstein: Wertstoffhöfe dürfen nun ganz legal Geräte, die noch für die Wiederverwendung geeignet sind, aussortieren, bevor sie offiziell zu „Abfall“ deklariert werden. Diese Geräte können dann an Reparatur-Initiativen, Sozialbetriebe oder andere Dritte weitergegeben werden. Bisher scheiterte dies oft an der Sorge der Kommunen vor Haftungsfragen oder dem Vorwurf des illegalen Entwendens von Abfall. Jetzt herrscht Klarheit: Die Vorbereitung zur Wiederverwendung hat Vorrang vor dem bloßen Recycling.

### Suffizienz durch Kooperation: Das Ruhrgebiet als Vorreiter?

Suffizienz bedeutet auch, lokale Kreisläufe zu stärken und den Zugang zu Ressourcen gemeinschaftlich zu organisieren. Das neue Gesetz eröffnet hier enorme Chancen für das Netzwerk von Repair and Share:

### Direkter Zugang für Repair Cafés:

Reparatur-Initiativen können nun offizielle Kooperationen mit Entsorgungsbetrieben eingehen, um gezielt Geräte zur Instandsetzung oder als Ersatzteilsponder zu übernehmen.

**Erhalt von Gebrauchswert:** Wenn eine Person ein Gerät zum Wertstoffhof bringt und es als „funktionsfähig“ deklariert, darf der Entsorgungsbetrieb dieses nun separat erfassen, prüfen und weiterveräußern oder verschenken.

### Die wichtigsten Änderungen im Überblick

Neben der Rechtssicherheit für Wertstoffhöfe bringt die Novelle weitere suffizienzfördernde Verbesserungen:

**1. Hürdenabbau bei der Rückgabe:** Die Pflicht zur Rücknahme kleiner Elektrogeräte wurde ausgeweitet. Nun können Geräte mit einer Kantenlänge von bis zu 50 cm (vorher 25 cm) auch ohne Neukauf im Handel abgegeben werden. Das verhindert, dass wertvolle Ressourcen in der heimischen Schublade „verstauben“ oder im Hausmüll landen.

**2. Transparenz durch Kennzeichnung:** Alle Sammelstellen im Handel müssen nun mit einem einheitlichen Logo gekennzeichnet sein. Das macht eine fachgerechte Entsorgung einfacher.

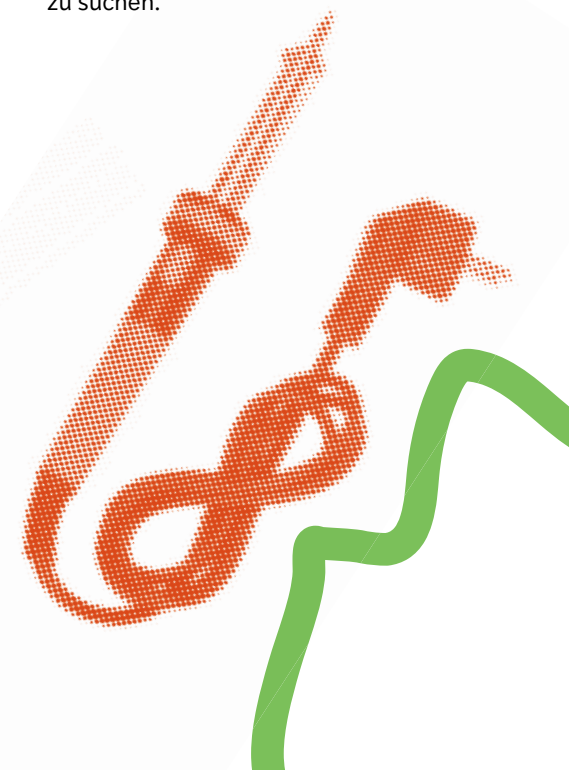
**3. Schutz der Substanz:** Durch das sogenannte „Thekenmodell“ auf Wertstoffhöfen (Abgabe beim Fachpersonal statt Einwurf in tiefe Container) werden Geräte weniger beschädigt. Ein Laptop, der sanft abgelegt wird, hat eine deutlich höhere Chance auf ein zweites Leben als einer,

der aus drei Metern Höhe auf Metallschrott prallt.

### Ein Paradigmenwechsel: Von Konsumierenden zu Nutzenden

Das neue ElektroG unterstützt den suffizienten Lebensstil, indem es Reparatur nicht mehr als „Notlösung“, sondern als gesetzlich gewollten Standard etabliert. Es fordert uns auf, unseren Status als reine „Konsument\*innen“ zu überdenken und wieder zu „Nutzenden“ und „Pfleger\*innen“ unserer Technik zu werden.

Doch das Gesetz allein reicht nicht. Der „Runde Tisch Reparatur“ betont, dass die Kommunen diese neuen Freiheiten auch aktiv nutzen müssen. Es liegt nun an uns – den Bürger\*innen, Bastler\*innen und Suffizienz-Strategen im Revier – den Dialog mit den örtlichen Entsorgungsbetrieben zu suchen.



## Was wir jetzt tun können

**Aktiv nachfragen:** Fragt beim nächsten Besuch auf dem Wertstoffhof gezielt nach der „Ecke für Wiederverwendbares“.

**Wissen teilen:** Informiert eure lokalen Repair Cafés über die neue Rechtslage. Viele wissen noch nicht, dass sie nun legaler Partner der Entsorgungsbetriebe werden können.

**Geräte vorbereiten:** Wenn ihr ein Gerät abgibt, markiert es: „Funktioniert noch“ oder „Defekt: Nur Netzkabel“. Das erleichtert dem Personal die Separierung massiv.

## Fazit

Die ElektroG-Novelle ist ein Werkzeug für mehr Suffizienz. Sie hilft uns dabei, den Lebenszyklus unserer Geräte zu verlängern und den Ressourcenhunger unserer Gesellschaft zu drosseln. Es geht nicht mehr nur darum, Müll richtig zu trennen – es geht darum, zu erkennen, dass vieles von dem, was wir wegwerfen, eigentlich gar kein Müll ist.

**Website des Runden  
Tisch Reparatur e.V.  
mit weiteren Infos**



## DAS ÄNDERT SICH KONKRET FÜR DICH

**Größere Geräte zurückgeben:**  
Auch Mikrowellen oder Staubsauger (bis 50 cm) können nun leichter im Handel abgegeben werden.

**Sicherer Erhalt:**  
Durch bessere Sammelmethode n bleiben Geräte für die Reparatur intakt.

**Recht auf Rettung:**  
Kommunen haben Rechtssicherheit bei der Weitergabe von Geräten an Reparatur-Initiativen.

# IMPRESSUM

## Herausgeber

Hochschule Bochum  
THALESruhr

Transferprojekt:  
Repair & Share Ruhr –  
Allianz für mehr Gemeinwohl

c/o Dr. Jacinta Kellermann,  
Prof. Dr. Oliver Stengel  
Am Hochschulcampus 1  
44801 Bochum

## Kontakt:

josefine.habermehl@hs-bochum.de

## Website:



## Koordination und Redaktion

Josefine Rose Habermehl  
Dr. Jacinta Kellermann  
Alexander Kieninger

## Bilder

S. 1, 11: Josefine Rose Habermehl  
S. 16: Cap Baumarkt  
S. 18, 19, 21: Josefine Rose Habermehl  
S. 24,25, 26: Weniger e.V.  
S. 29, 30, 31: Jörg Gröger und Ai Moliya  
S. 33, - 37: Transferprojekt 4 und 5 von  
THALESruhr – Fabienne Peddinghaus  
und Jenny Chong  
S. 35: Jörg Gröger  
S. 43, 45: <https://innerdevelopmentgoals.org/guide/>  
S. 54, 57: Transferprojekt 8 von THALES-  
ruhr – Leonard Lehr  
S. 59, 60, 61: Sebastian Becker  
S. 65 Jörg Gröger

## Gestaltung

Template und Grafiken:  
Lena Jean Jäger / Jean Jean Design

Gestaltung: Josefine Rose Habermehl,

## Druck

Die Umweltdruckerei



**THALESruhr**  
Transfer Hub for the Advancement, Livability  
and Efficacy of Sustainability Transformations

Gefördert durch:

