



Marion Leng, Kirstin Schild,
Heidi Hofmann

Genug genügt

Mit Suffizienz zu
einem guten Leben

Wie sieht das Leben der Menschen aus, die möglichst wenig Ressourcen verbrauchen und suffizient, also genügsam, leben möchten? Welche Einstellungen und Werte motivieren sie, so zu leben? Welche Faktoren erleichtern ihnen einen solchen Lebensstil, was macht es ihnen schwer? Kann ein suffizienter Lebensstil zu mehr Lebenszufriedenheit führen und ein gutes Leben begünstigen?

Die Autorinnen haben auf der Suche nach Antworten auf diese Fragen Menschen aus der Schweiz befragt, die einen suffizienten Lebensstil pflegen. Und sie haben mit Expertinnen und Experten aus Wissenschaft und Praxis diskutiert, wie ein solcher Lebensstil salonfähig gemacht werden könnte. Denn klar ist: Nur wenn wir unseren Lebensstil anpassen, kann es gelingen, unseren Ressour-

cenverbrauch zu verringern und die damit verbundenen ökologischen und sozialen Auswirkungen zu begrenzen.

Marion Leng forscht schwerpunktmässig zu den Themen Suffizienz und gutes Leben, Bildung für nachhaltige Entwicklung sowie nachhaltige Regional- und Landschaftsentwicklung und leitet einen Weiterbildungsstudiengang zu Nachhaltiger Entwicklung.

Kirstin Schild studierte Philosophie und Germanistik an der Universität Bern, hat eine Ausbildung als Gymnasiallehrerin und in angewandter Ethik. Ihre aktuellen Forschungsgebiete sind Suffizienz und Fragen nach dem guten Leben.

Die Umweltnaturwissenschaftlerin **Heidi Hofmann** befasst sich insbesondere mit Fra-

gestellungen aus den Themenbereichen Umwelt, Mobilität und Energieeffizienz. Sie ist seit 2003 Geschäftsführerin von »NewRide«, einem Programm zur Förderung von Elektrozweirädern.

Die Autorinnen sind wissenschaftliche Mitarbeiterinnen am »Centre for Development and Environment« der Universität Bern.

M. Leng, K. Schild, H. Hofmann

Genug genügt

Mit Suffizienz zu einem guten Leben

oekom verlag, München
142 Seiten, Broschur, 19,95 EUR,
ISBN 978-3-86581-815-7

 Auch als E-Book erhältlich

Fax +49/(0)8105/388-210 / www.oekom.de, oekom@verlegerdienst.de / Fon +49/(0)8105/388-521

Verlegerdienst München GmbH
Kundenbetreuung/oekom verlag
Frau Karin Rink
Gutenbergstraße 1
82205 Gilching
Deutschland



- Ja, ich bestelle ____ Exemplar(e) des Buches **Genug genügt** zum Preis von je 19,95 EUR, ISBN 978-3-86581-815-7 (**versandkostenfrei***)
- Ja, bitte senden Sie mir das Verlagsprogramm des oekom verlags kostenlos zu
- Ja, bitte senden Sie mir Ihren monatlichen E-Mail-Newsletter kostenlos zu

Name _____

Vorname _____

Firma _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Fon/Fax _____

E-Mail _____

Mir ist bekannt, dass ich diese Bestellung innerhalb von 14 Tagen widerrufen kann. Die Frist beginnt mit Absendung dieser Bestellung (Poststempel).
*innerhalb Deutschlands

Datum, Unterschrift _____