

**Zeitschrift:** Energie & Umwelt : das Magazin der Schweizerischen Energie-Stiftung  
SES

**Herausgeber:** Schweizerische Energie-Stiftung

**Band:** - (2025)

**Heft:** 4

**Vorwort:** Suffizienz : ein Freiheitsprojekt

**Autor:** Jenny, Annette

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 08.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Suffizienz: ein Freiheitsprojekt

Genug ist genug. Die schlichte Wahrheit hat im politischen Alltag einen schweren Stand. Aber wir brauchen sie, sie befreit – und sie ist in der Bundesverfassung verankert.



**Dr. Annette Jenny**

Dozentin für Nachhaltigkeitstransformation  
an der ZHAW und Beirätin der SES

## Liebe Leserin, lieber Leser

Suffizienz – das Wort klingt sperrig, seine Bedeutung ist jedoch schlicht: Genug ist genug. Wer die Klimaziele ernst nimmt, weiss, dass es ohne Suffizienz nicht geht. Effizienz und erneuerbare Energien allein genügen nicht, um die völkerrechtlich vereinbarten Umweltziele zu erreichen. Doch während immer mehr Kantone und Städte Suffizienz strategisch verankern, spielt sie auf Bundesebene kaum eine Rolle – als ob weniger Verbrauch ein Tabu wäre.

Die neue SES-Studie «Energiesuffizienz in Verfassung und Gesetzen» zeigt nun, dass dieses Schweigen rechtlich unbegründet ist. Die Bundesverfassung fordert ausdrücklich einen «sparsamen und rationellen Energieverbrauch». Gerade der Begriff «sparsam» entspricht nicht nur sprachlich, sondern auch inhaltlich und normativ dem Kernprinzip der Suffizienz. Der Verfassungsauftrag ist somit klar – doch Gesetze und Verordnungen schweigen weitgehend,

wie Sie im Fokus-Artikel in diesem Magazin erfahren (dort finden Sie auch den Link zur Studie).

Suffizienz ist kein moralischer Appell, sondern ein Freiheitsprojekt: Sie befreit von Strukturen, die uns zu Überkonsum und Energieverschwendung drängen. Sie macht unsere Gesellschaft stärker und schafft Raum für Lebensqualität innerhalb planetarer Grenzen. Wenn die Schweiz ihre selbst gesetzten Klima- und Energieziele erreichen will, muss sie beginnen, Suffizienz als Kern einer zukunftsfähigen Politik zu begreifen. Der rechtliche Rahmen dazu ist da und auch die Wissenschaft zeigt klar: Gesellschaften können ihren Energie- und Ressourcenverbrauch deutlich senken und dabei den Wohlstand und die Lebensqualität erhalten – wenn politische, wirtschaftliche und kulturelle Strukturen suffizientes Handeln unterstützen.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre!

**Impressum**  
Energie & Umwelt  
Nr. 4/2025

**Herausgeberin**  
Schweizerische  
Energie-Stiftung SES  
Sihlquai 67  
8005 Zürich  
044 275 21 21  
energiestiftung.ch  
info@energiestiftung.ch

**Spendenkonto**  
80-3230-3  
IBAN-Nr.  
CH69 0900 0000 8000  
3230 3

**Produktionsleitung**  
Marcel Tobler

**Redaktion**  
Stephanie Eger **SE**  
Nils Epprecht **NE**  
Marcel Hänggi **MH**  
Léonore Hälgi **LH**  
Marie Seidel **MS**  
Marcel Tobler **MT**

**Korrekturat:**  
comtexto AG, Zürich  
**Gestaltung:** dna.work  
**Illustration Titelseite:**  
fischerdesign.ch  
**Druck:** Ropress, Zürich  
(klimaneutral und mit  
Ökostrom gedruckt)  
**Papier:** Refutura Blauer  
Engel FSC-Recycling  
**Auflage:** 9200 Ex.,  
erscheint 4x jährlich

Abdruck mit Genehmigung,  
Quellenangabe  
und Belegexemplar  
an die Redaktion.  
Beiträge von Gast-  
autor:innen können  
von der SES-Meinung  
abweichen.

## Folgen Sie uns auf:

 /energiestiftung.ch  
 /energiestiftung  
 /schweizerische-  
energie-stiftung-ses  
 @Energienstiftung.ch  
 @energiestiftung.ch