

VEGANUARY 

2023

DIE OFFIZIELLE UMFRAGE

SECHS MONATE SPÄTER

WER NAHM AM VEGANUARY TEIL?



Teilnehmende am Veganuary 2023 entschieden sich dafür, einen Monat lang eine vegane Ernährung auszuprobieren. Unterstützung erhielten sie durch unsere 31-tägige E-Mail-Serie sowie zum Beispiel durch unsere Social-Media-Kanäle. Bei Anmeldung fragten wir die Teilnehmenden unter anderem nach ihrer bisherigen Ernährung.



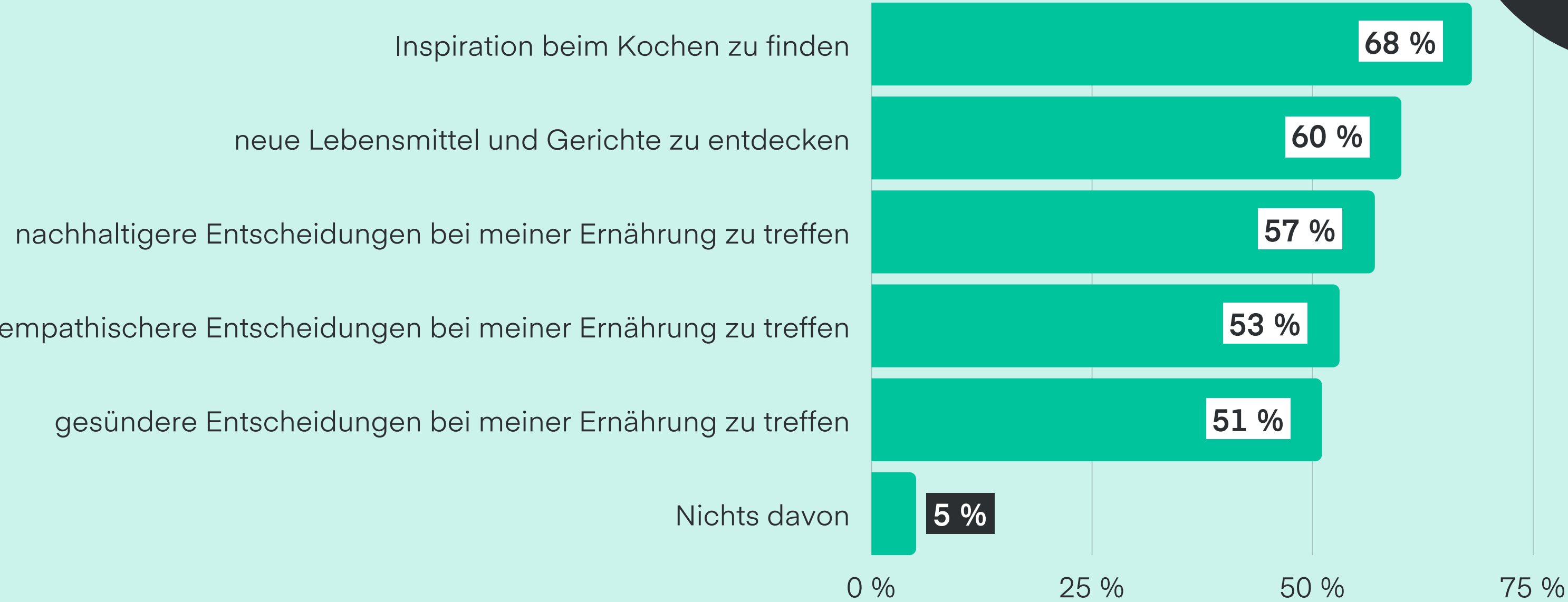
Sechs Monate später luden wir die Teilnehmenden ein, unsere Umfrage zu beantworten. Sie wurde weltweit an 469.000 der Teilnehmenden des Veganuary 2023 gesendet, 6.967 Menschen haben sie beantwortet.

FOLGENDES HABEN SIE BERICHTET ...

WIE KONNTE VEGANUARY DIR **HELFE**N?

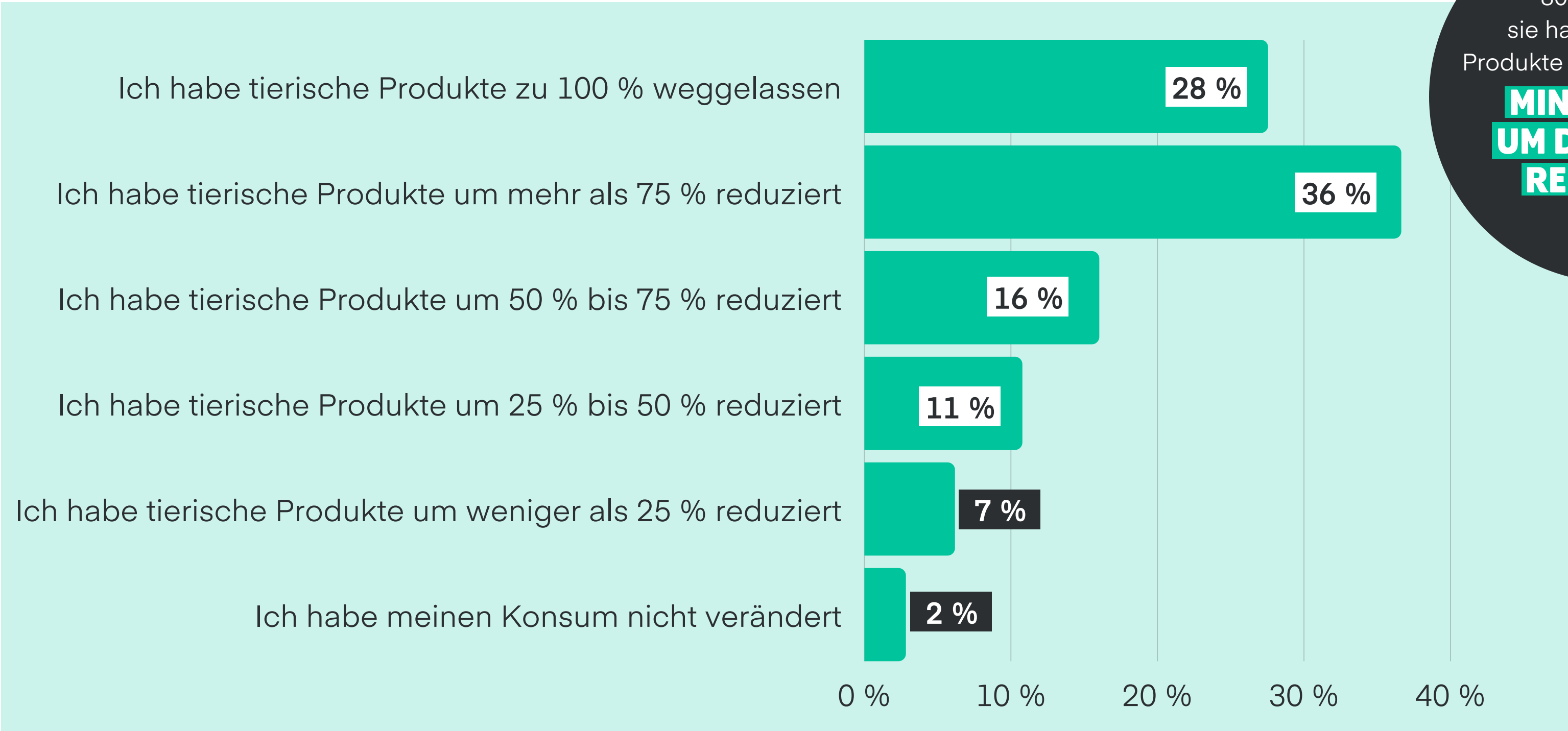
KREUZE ALLE AUSSAGEN AN, DIE ZUTREFFEN:

VEGANUARY HAT MIR GEHOLFEN, ...



68 % fanden mit Veganuary **MEHR INSPIRATION BEIM KOCHEN**

WIE HAT SICH DEIN **KONSUM VON TIERISCHEN PRODUKTEN** IN DEN LETZTEN SECHS MONATEN VERÄNDERT?



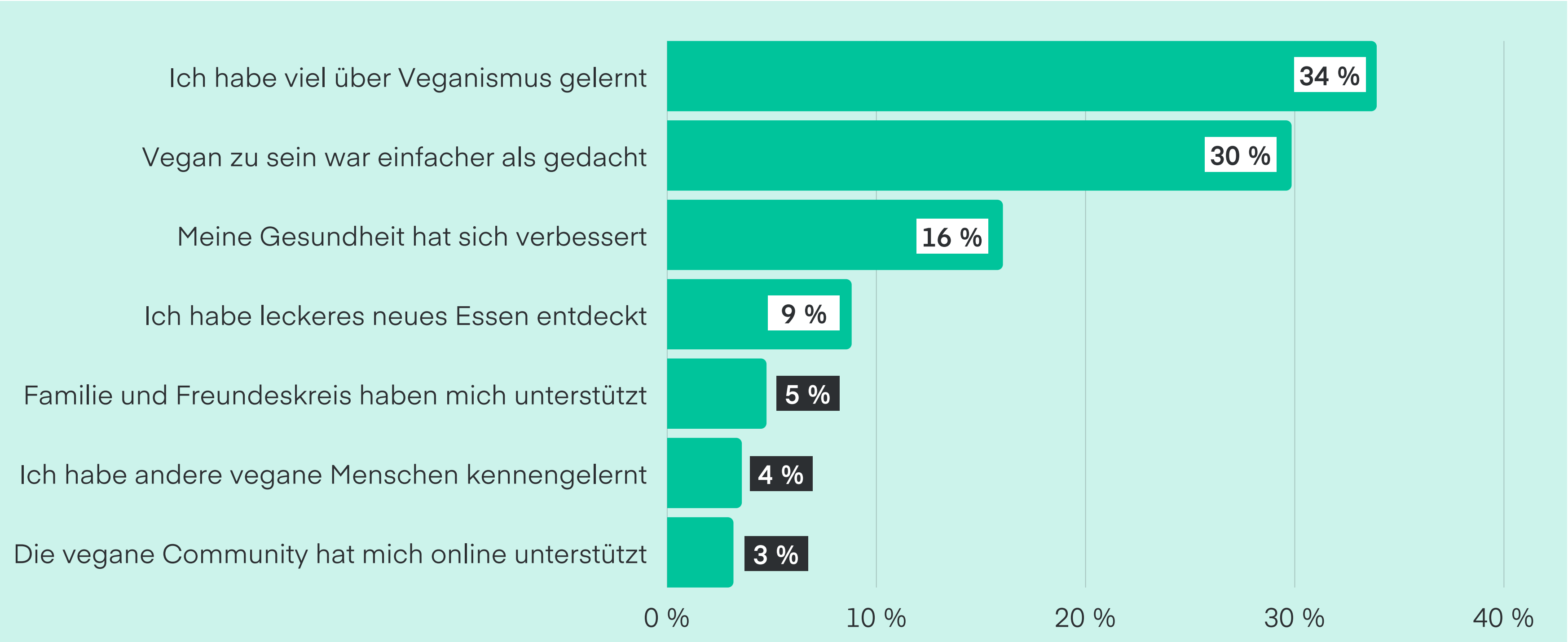
80 % sagten,
sie haben tierische
Produkte in ihrer Ernährung
**MINDESTENS
UM DIE HÄLFTE
REDUZIERT**

Diese Frage stellten wir nur Teilnehmenden, die sich zuvor nicht bereits vegan ernährten.

TEILNEHMENDE, DIE

VEGAN GEBLIEBEN SIND ...

WAS WAR DER **WICHTIGSTE GRUND** FÜR DEINE ENTSCHEIDUNG, WEITERHIN VEGAN ZU BLEIBEN?

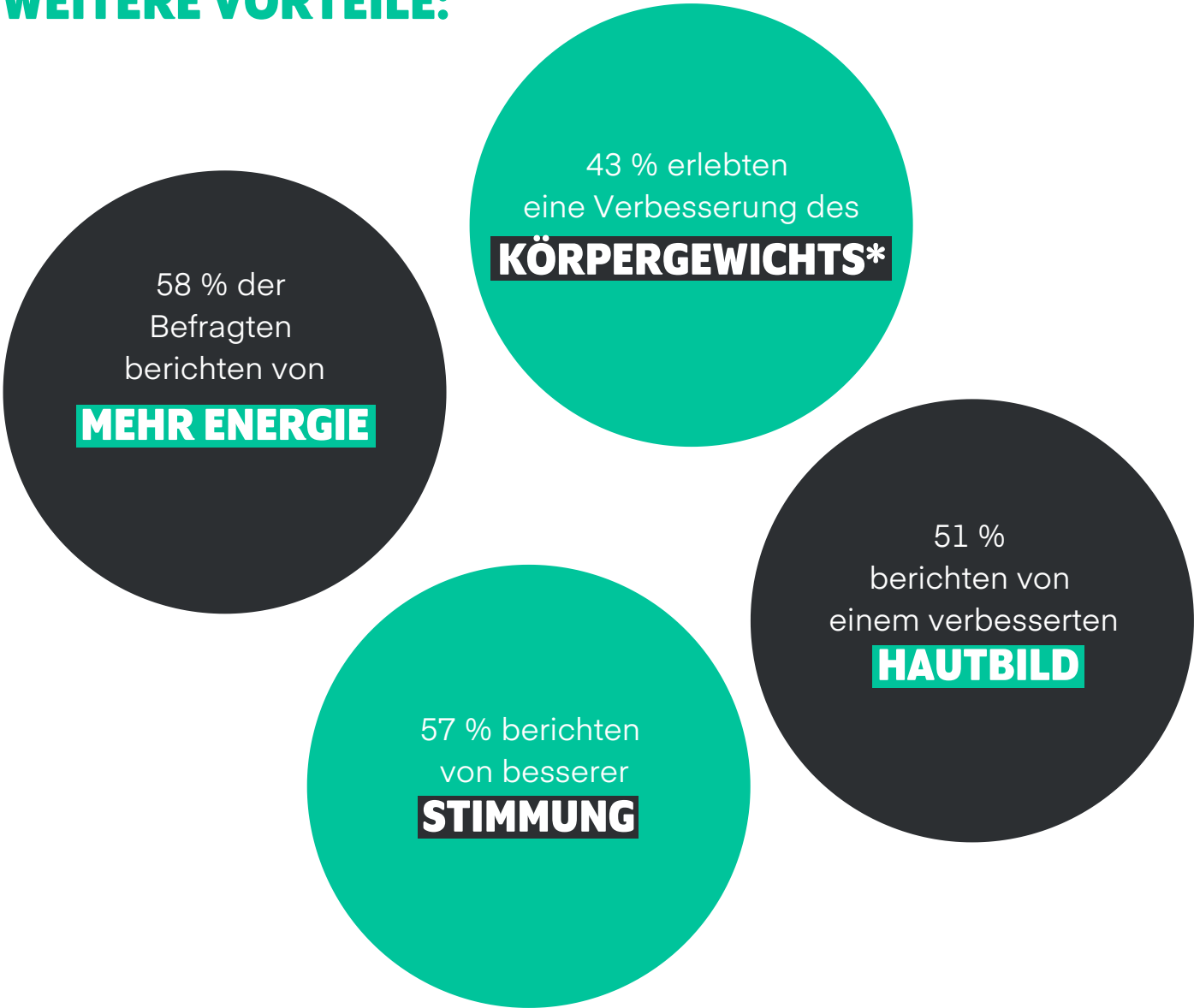


Diese Frage stellten wir nur Teilnehmenden, die sich zuvor nicht bereits vegan ernährten.

HAST DU GESUNDHEITLICHE VERÄNDERUNGEN BEMERKT?

ÜBER 60 % DER TEILNEHMENDEN ERLEBTEN EINE VERBESSERUNG IHRER ALLGEMEINEN GESUNDHEIT

WEITERE VORTEILE:



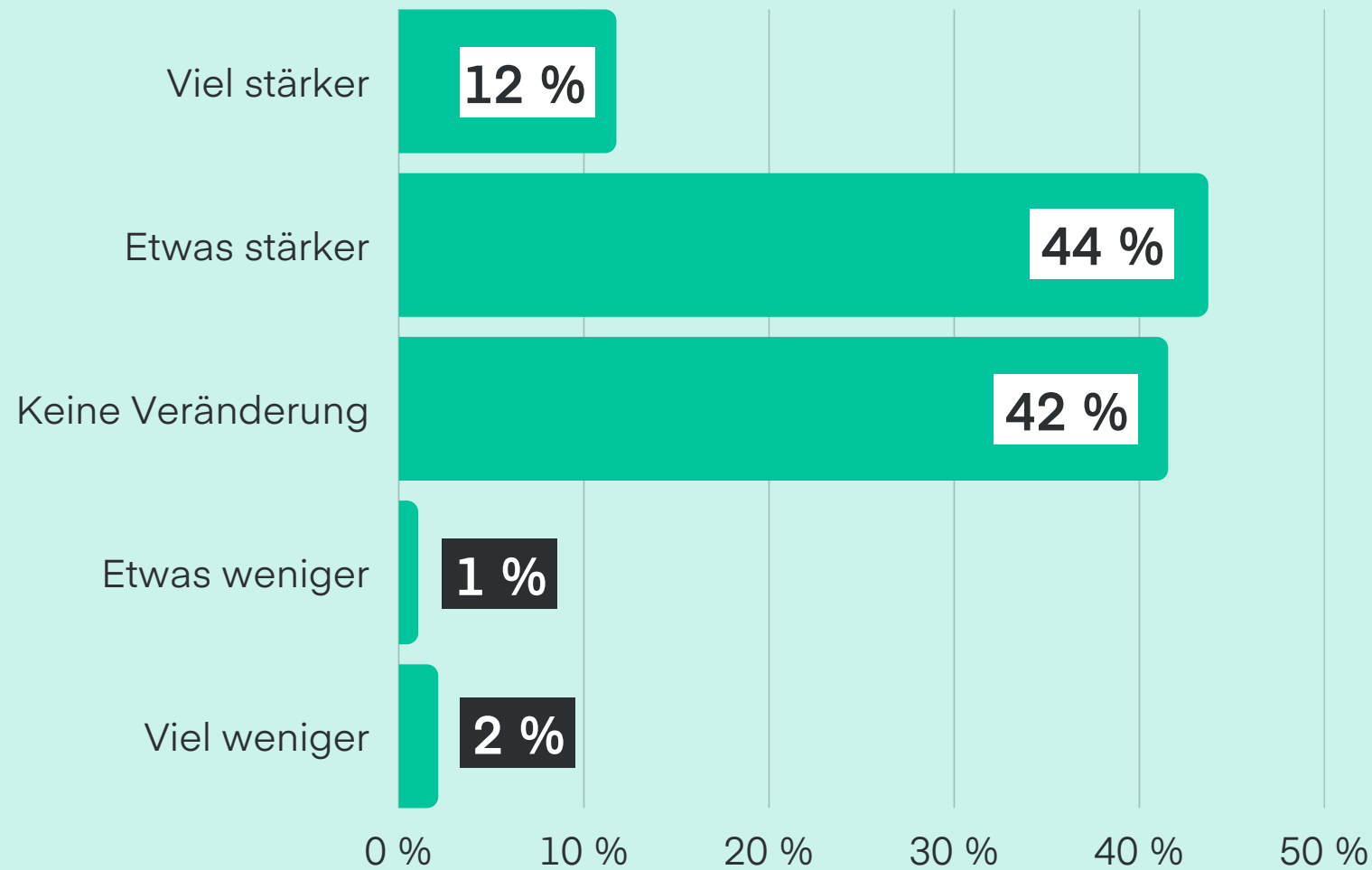
	ALLGEMEINE GESUNDHEIT	ENERGIE	KÖRPER- GEWICHT*	STIMMUNG	HAUTBILD
Deutlich verbessert	27 %	25 %	14 %	25 %	22 %
Etwas verbessert	35 %	33 %	29 %	32 %	29 %
Keine Veränderung	27 %	31 %	44 %	36 %	38 %
Etwas verschlechtert	2 %	5 %	9 %	2 %	4 %
Deutlich verschlechtert	2 %	1 %	2 %	1 %	1 %
Unsicher	6 %	6 %	2 %	5 %	6 %

* Wir fragten die Teilnehmenden nach individuell gewünschten Gewichtsveränderungen (z. B. Reduktion bei denjenigen, die abnehmen wollten, und Zunahme bei denjenigen, die zunehmen wollten).

HAST DU DICH STÄRKER FÜR VEGANISMUS **EINGESETZT?**

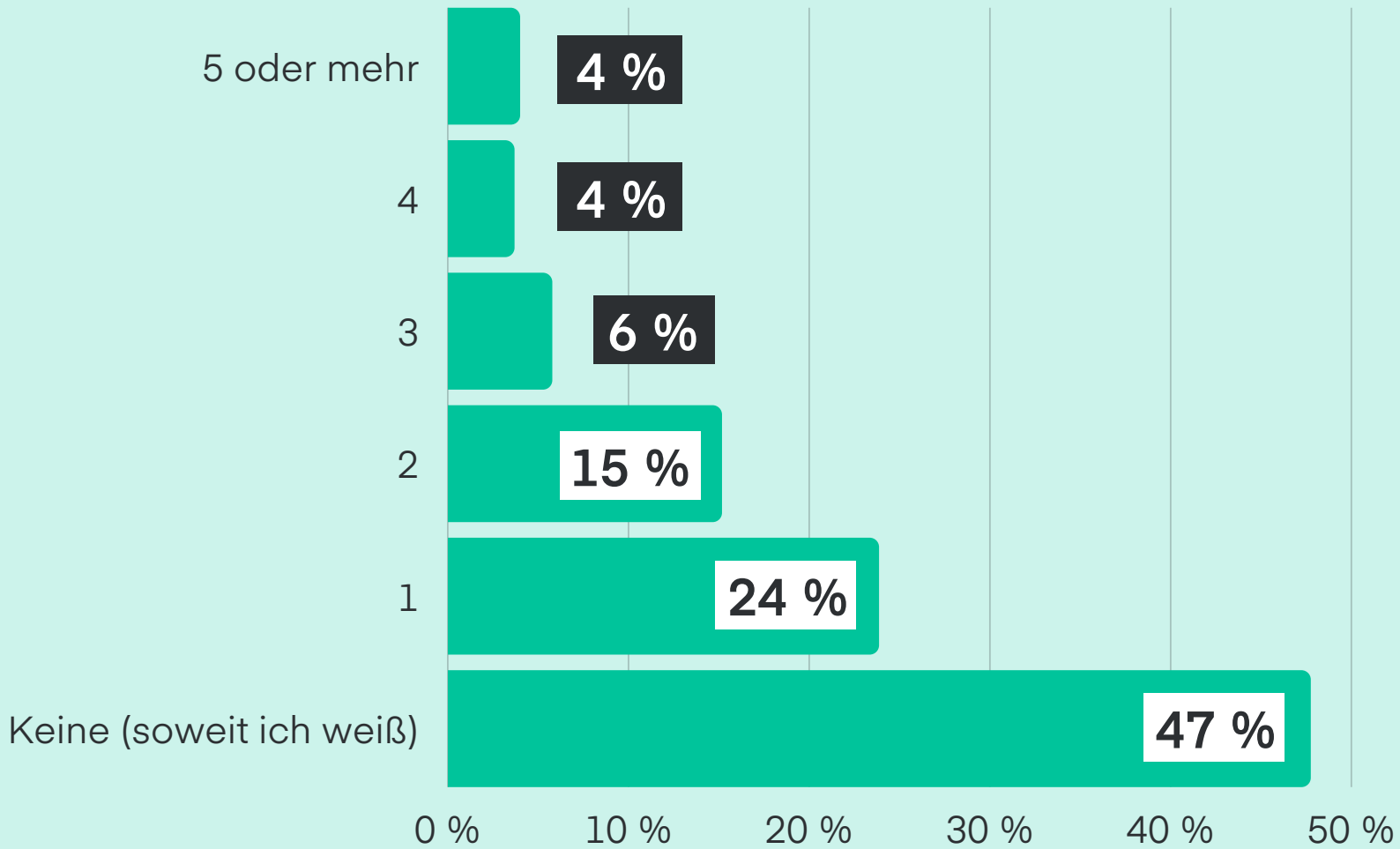
56 %
haben sich stärker
**FÜR VEGANISMUS
EINGESETZT**

HAST DU DICH STÄRKER FÜR VEGANISMUS EINGESETZT?



53 % haben
**MINDESTENS EINE
WEITERE PERSON**
überzeugt, es auch
vegan zu probieren

WIE VIELE MENSCHEN KONNTEST DU SO INSPIRIEREN, ES SELBST VEGAN ZU PROBIEREN?

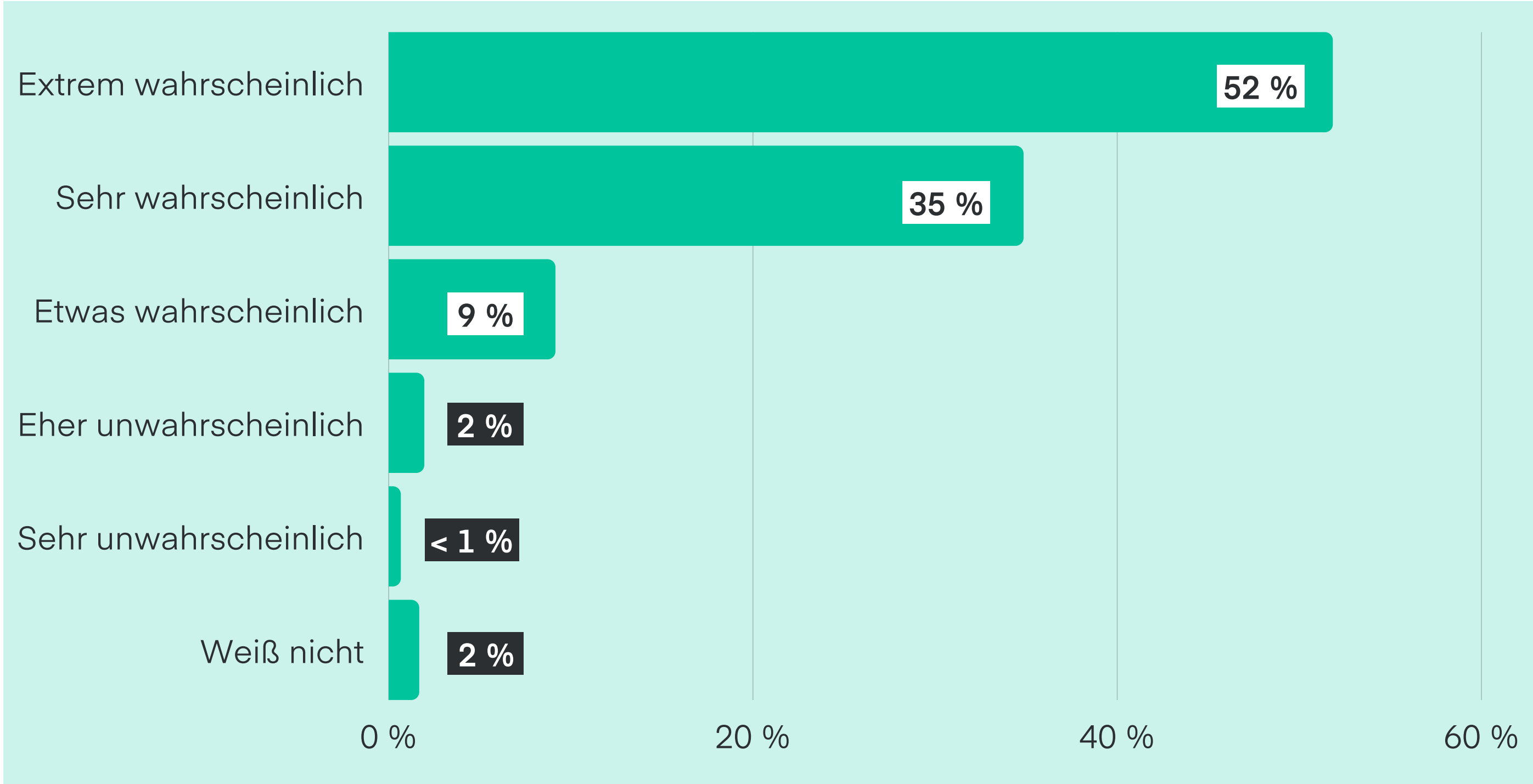


Diese Frage stellten wir nur Teilnehmenden, die sich zuvor nicht bereits vegan ernährten.

TEILNEHMENDE, DIE

NICHT VEGAN GEBLIEBEN SIND ...

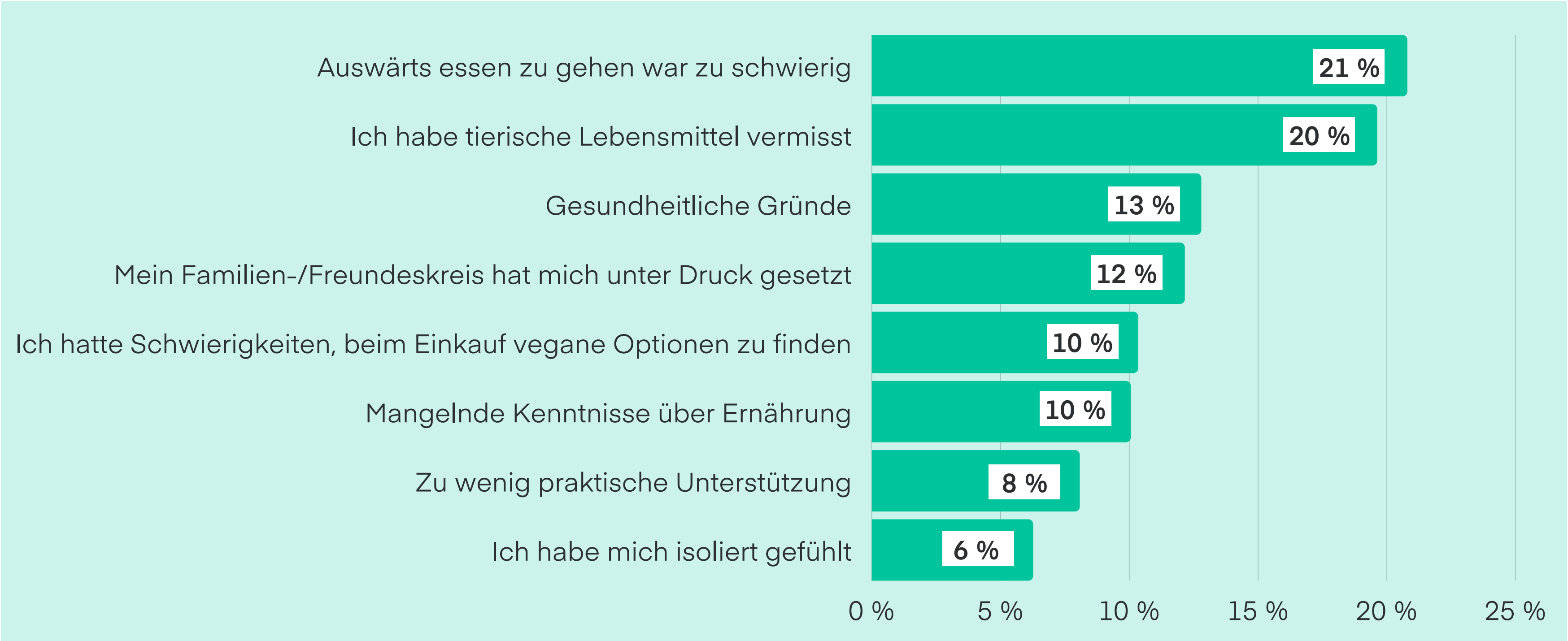
WIE WAHRSCHEINLICH IST ES, DASS DU ES ZUKÜNFTIG **NOCH EINMAL VEGAN PROBIERST?**



96 %
sagten, es sei
wahrscheinlich, dass
sie auch künftig
**EINE VEGANE
ERNÄHRUNG**
ausprobierten

Diese Frage stellten wir nur Teilnehmenden, die sich zuvor nicht bereits vegan ernährten.

WAS WAR DER **WICHTIGSTE GRUND**, WESWEGEN DU DICH NICHT WEITERHIN VEGAN ERNÄHRST?



Diese Frage stellten wir nur Teilnehmenden, die sich zuvor nicht bereits vegan ernährten.

HAST DU DURCH DIE UMSTELLUNG AUF VEGANE ERNÄHRUNG NOCH WEITERE **BEBEUTENDE VERÄNDERUNGEN IN DEINEM LEBEN BEMERKT?**

” Ich koche mehr als früher und achte auf eine gesündere Ernährung.

” Ich gehe gelassener, ruhiger und glücklicher mit Lebensentscheidungen um. So habe ich auch mehr Bereiche meines Lebens ins Gleichgewicht gebracht.

” Ich bin Teil einer lokalen Naturschutzgruppe und fühle mich besser gerüstet, um mitzuwirken. Ich interessiere mich jetzt auch für die globale Erderwärmung und die Reduzierung von Kohlenstoff und Treibhausgasen.

Feedback aus unserer Umfrage sechs Monate nach Veganuary 2023