



**Statistiken zu vegetarisch
und vegan lebenden
Menschen in der Schweiz**

2024

Vegetarisch und vegan lebende Menschen in der Schweiz

Swissveg informiert regelmässig über die aktuelle Anzahl vegetarisch und vegan lebenden Menschen in der Schweiz. Als Grundlage dienen die grössten Konsumentenumfragen (MACH Consumer¹) ergänzt durch die von Swissveg in Auftrag gegebenen und von DemoScope bzw. YouGov durchgeführten Umfragen. Die vorliegende Swissveg-Auswertung ist damit die umfassendste Analyse der Trends in der vegetarischen und veganen Bewegung anhand repräsentativer Umfrageergebnissen.

Grundlagen

In der Schweiz wird bei der grössten jährlichen Konsumentenumfrage (MACH Consumer) mit rund 30000 Teilnehmern (vor 2020: rund 8300) erst seit 2015 die Frage nach der Ernährungsform gestellt. Seit 2019 wird auch die Anzahl Veganer erfasst. Ein Vorteil dieser MACH-Umfrage ist, dass sie über das Jahr verteilt ist.

So kann am ehesten ein Durchschnittswert für das Jahr erfasst werden.

Befragt wurden Personen ab 14 Jahren, die in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein wohnhaft und telefonisch erreichbar sind. Ausserdem mussten sie deutsch, französisch oder italienisch sprechen können.

Gesamtresultate

In der Schweiz isst jede 19. Person kein Fleisch mehr. Ab 2022 wurden auch Personen im Alter von über 74 Jahren befragt. Dabei stellte sich heraus, dass Personen ab 75 Jahren kaum vegetarisch leben. Deshalb ergaben sich 2022 bei der Personengruppe von 14 bis 99 Jahre für die Anzahl der Vegetarier (inkl. Veganer) statt 5,4 Prozent nur noch 5,0 Prozent und die Anzahl Veganer sank von 0,7 auf 0,6 Prozent.

	Vegetarisch lebende Menschen (inkl. vegan)	davon vegan	Steigerung zum Vorjahr
2015	2,9%	-	-
2016	3,1%	-	6,9%
2017	3,2%	-	3,23%
2018	3,5%	-	9,38%
2019	3,8%	0,2%	8,57%
2020	3,7%	0,3%	-2,63%
2021	4,7%	0,6%	27,03%
2022	5,4%	0,6%	6,38%
2023	4,9%	0,7%	-2,00%
2024	5,3%	0,7%	8,16%

¹ www.mach-studien.ch/html/german/mach_de.html
<https://wemf.ch/de/mediestudien/intramediastudien/mach-consumer>

Anteil der Bevölkerung, der kein Fleisch konsumiert



Trendanalyse

Auch im aktuellen Jahr setzt sich der seit vielen Jahren feststellbare Trend zu mehr vegetarisch und vegan lebenden Menschen fort. Noch nie haben in der Schweiz so viele Menschen den Fleischkonsum ganz abgelehnt wie im Jahr 2024: 5,3 Prozent. In den vergangenen fünf Jahren hat die Anzahl der Personen, die kein Fleisch konsumieren, um rund 40 Prozent zugenommen. Die neusten Ernährungsempfehlungen des Bundes² könnten diesen gesellschaftlichen Wandel weiter verstärken: Es wird in der neuen Ernährungspyramide ausdrücklich empfohlen, mehr Hülsenfrüchte als Eiweisslieferanten zu konsumieren und den Fleischkonsum zugunsten pflanzlicher Proteinquellen zu reduzieren.

Absolute Zahlen

Von den über 14-Jährigen, die telefonisch erreichbar sind und deutsch, französisch oder italienisch sprechen (7,43 Millionen Personen) leben 308 000 vegetarisch und 50 000 vegan. Zusätzlich haben 1,75 Millionen Personen ihren Fleischkonsum bewusst reduziert. Damit haben insgesamt schon 2,1 Millionen Menschen den Fleischkonsum bewusst reduziert oder ganz aufgegeben.

NOCH NIE HABEN IN DER SCHWEIZ SO VIELE MENSCHEN DEN FLEISCHKONSUM GANZ ABGELEHNT WIE IM JAHR 2024 (5,3 PROZENT).

Geschlechterunterschied bei Vegetarier- und Veganeranzahl

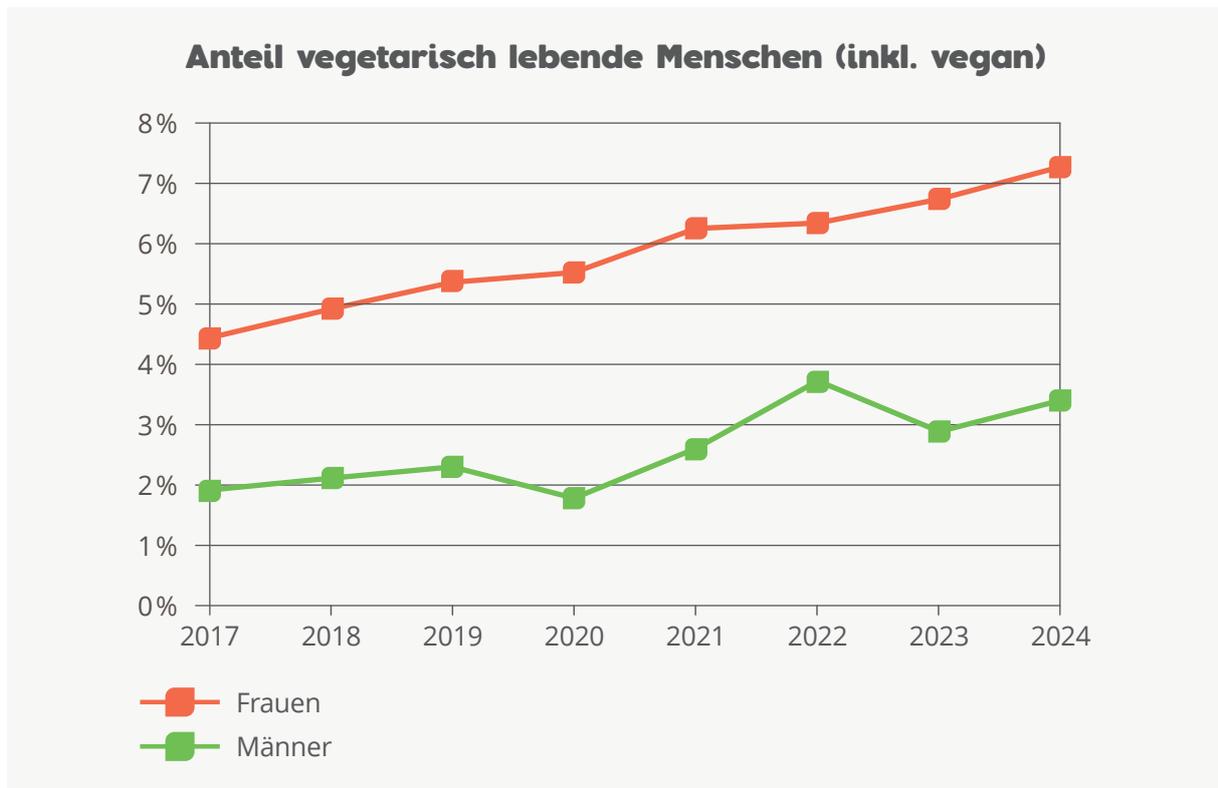
Hier ist ein grosser Unterschied feststellbar. Dies deckt sich mit diversen anderen Umfrageergebnissen. Als Vegetarier bezeichnen sich im Jahr 2024 nur 2,9 Prozent der Männer, während 6,3 Prozent der Frauen angeben, dass sie sich vegetarisch ernähren. Bei den Veganern sind es 0,5 Prozent Männer und 0,9 Prozent Frauen. Vor allem bei den Veganern haben die Männer deutlich aufgeholt, während der Anteil der Veganerinnen in den letzten Jahren ziemlich konstant geblieben ist.

VOR ALLEM BEI DEN VEGANERN HABEN DIE MÄNNER DEUTLICH AUFGEHOLT.

	Anteil Vegetarier (inkl. Veganer) davon vegan		Anteil Veganer	
	Männer	Frauen	Männer	Frauen
2016	2,1%	3,9%	-	-
2017	1,9%	4,4%	-	-
2018	2,1%	4,9%	-	-
2019	2,3%	5,4%	0,1%	0,3%
2020	1,8%	5,5%	0,1%	0,5%
2021	2,6%	6,2%	0,2%	0,9%
2022	3,7%	6,3%	0,2%	1,0%
2023	2,9%	6,7%	0,4%	0,9%
2024	3,4%	7,2%	0,5%	0,9%

In den linken Spalten wurde der Anteil Veganer und Vegetarier addiert. Beide Gruppen konsumieren kein Fleisch und wurden in früheren Umfragen nicht getrennt erfasst.

Bereits bei der Gesundheitsbefragung des Bundesamtes für Statistik von 1997 war der Geschlechterunterschied deutlich sichtbar: Damals gaben 3,3 Prozent der Frauen an, nie Fleisch oder Wurstwaren zu konsumieren, jedoch nur 1,2 Prozent der befragten Männer.



Altersunterschied

Auch beim Alter sieht man in allen Statistiken: Je jünger, desto eher wird auf den Konsum tierischer Produkte verzichtet. Im Jahr 2024 waren 8,4 Prozent der Personen im Alter von 14 bis 34 Jahren Vegetarier. Bei der Altersgruppe ab 55 Jahren sind nur noch 2,1 Prozent Vegetarier. Bei den Veganern sind es 1,3 Prozent bzw. 0,2 Prozent. Bei den Flexitariern ist es eher ausgeglichen: 21,1 Prozent der 14 bis 34-Jährigen und 21,4 Prozent der 35- bis 54-Jährigen reduzieren bewusst ihren Fleischkonsum. Der Anteil der über 55-Jährigen ist hier sogar höher und liegt bei 28,1 Prozent.

Fast jede 10. junge Person (zwischen 14 und 34 Jahre) konsumiert kein Fleisch mehr. Bei den jungen Frauen ist es sogar jede 7. Und immerhin bereits 1,8 Prozent der jungen Frauen ernähren sich vegan. Sowohl bei den Vegetariern als auch bei den Veganern ist eine direkte Ab-

hängigkeit zum Alter zu sehen: Je jünger die Befragten sind, desto eher ernähren sie sich vegetarisch bzw. vegan.

Während sich der Anteil Veganer ab 55 Jahren in den letzten Jahren kaum verändert hat, hat sich derjenige der 35- bis 54-Jährigen verdoppelt und derjenige der 14- bis 34-Jährigen versechsfacht.

Auch wenn bei den relativ kleinen absoluten Zahlen ein möglicher statistischer Fehler Einfluss haben kann, so ist der unterschiedliche Anstieg in den verschiedenen Altersgruppen klar erkennbar. Der deutliche Aufwärtstrend ist vor allem bei den Jungen klar erkennbar.

Altersverteilung bei vegetarisch lebenden Personen (inkl. vegan)

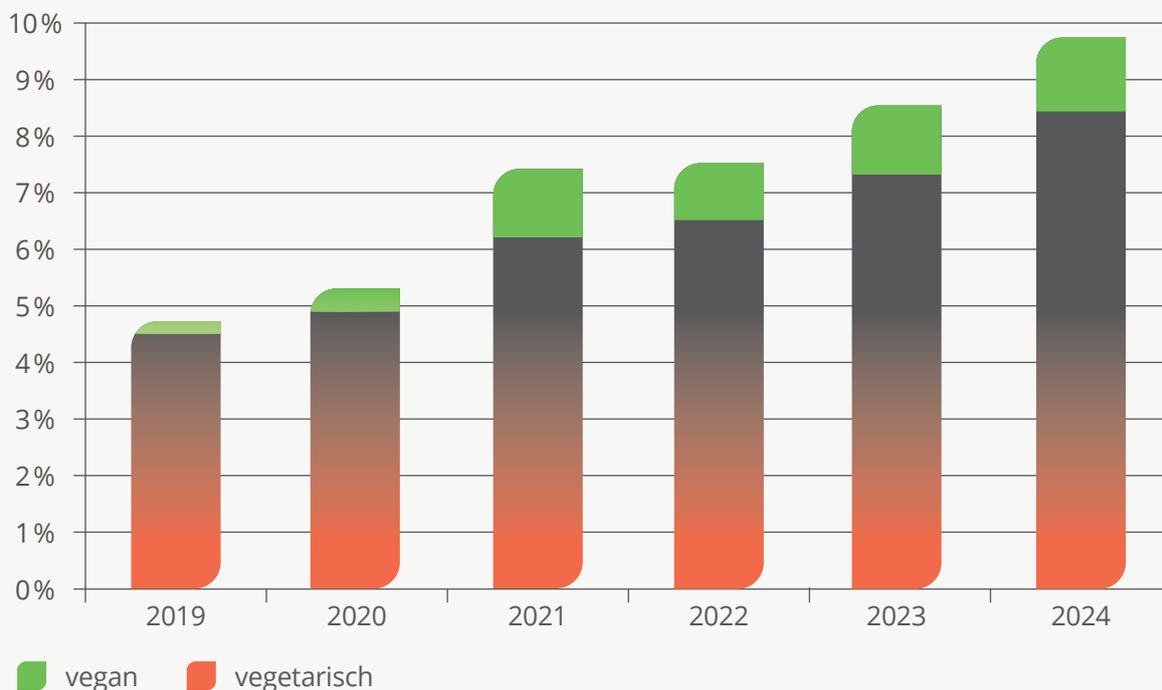
	14 bis 34 Jahre	35 bis 54 Jahre	55 bis 74 Jahre
2016	4,2%	2,6%	2,3%
2017	4,7%	2,6%	2,2%
2018	4,5%	3,2%	2,7%
2019	4,7%	3,9%	2,8%
2020	5,3%	3,2%	2,3% (bis 99 Jahre: 2,2%)
2021	7,4%	3,7%	2,9% (bis 99 Jahre: 2,6%)
2022	7,5%	5,2%	bis 99 Jahre: 2,8%
2023	8,5%	4,9%	2,0%
2024	9,7%	4,6%	2,3%

Altersverteilung bei vegan lebenden Personen

	14 bis 34 Jahre	35 bis 54 Jahre	55 bis 74 Jahre
2019	0,2%	0,3%	0,1%
2020	0,4%	0,4%	0,1%
2021	1,2%	0,4%	0,2%
2022	1,0%	0,6%	0,3%
2023	1,2%	0,8%	0,2%
2024	1,3%	0,6%	0,2%

FAST JEDE 10. JUNGE PERSON (ZWISCHEN 14 UND 34 JAHRE) KONSUMIERT KEIN FLEISCH MEHR. BEI DEN JUNGEN FRAUEN IST ES SOGAR JEDE 7. UND IMMERHIN BEREITS 1,8 PROZENT DER JUNGEN FRAUEN ERNÄHREN SICH VEGAN.

Anteil der jungen Bevölkerung (14 bis 34), die kein Fleisch konsumiert



Bildungsniveau

Auch die Umfrage von 2024 bestätigte, dass Vegetarier und Veganer überdurchschnittlich häufig einen Hochschulabschluss haben. Im Durchschnitt haben in der Schweiz 39,1 Pro-

zent eine Hochschulausbildung. Unter den Vegetariern ist dieser Anteil jedoch 54,8 Prozent und unter Veganern 54,4 Prozent hoch.

	Anteil an Personen mit Hochschulabschluss		
	vegetarisch	vegan	omnivor
2023	51,7%	64,5%	34,6%
2024	54,8%	54,4%	36,2%

Gibt es einen «Röstigraben»?

Der weiterhin steigende Trend der Anzahl an Vegetariern ist ausschliesslich auf die deutschsprachige Schweiz zurückzuführen. Ob sich im Tessin tatsächlich innerhalb eines Jahres die

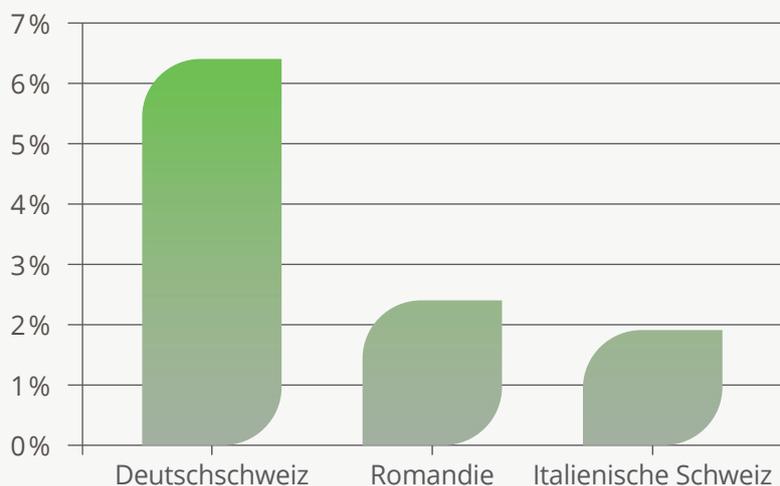
Anzahl Vegetarier mehr als halbiert hat, müssen künftige Umfragen zeigen. Bis ins Jahr 2023 war auch dort eine kontinuierlich steigende Tendenz zu verzeichnen.

Auch bei den Personengruppen, die bewusst ihren Fleischkonsum reduziert haben («Flexitarier») ist ein ähnliches Bild zu sehen: Im gesamtschweizerischen Durchschnitt bezeichnen sich 23,8 Prozent als Flexitarier. In der Deutschschweiz sind es 27,8 Prozent in der Romandie 14 Prozent und in der italienischsprachigen Schweiz nur 12,6 Prozent.

Anteile vegetarisch lebender Menschen nach Region (inkl. vegan)

	Deutschschweiz	Romandie	Italienische Schweiz
2020	3,6%	3,2%	2,5%
2021	4,9%	4,3%	3,2%
2022	5,7%	3,3%	4,0%
2023	5,6%	2,5%	5,2%
2024	6,4%	2,4%	1,9%

Anteile vegetarisch lebender Menschen nach Region (2024)



Konsum von Fleischersatzprodukten

Der Konsumentenkreis für Fleischalternativen umfasst 2024 erstmals über die Hälfte der Bevölkerung (51,5 Prozent). Am meisten werden Fleischalternativen von Vegetariern konsumiert (87,9 Prozent). Bei den jüngeren beträgt der Anteil derjenigen, die Fleischalternativen konsumieren deutlich über 50 Prozent. Auch

bei den über 55-Jährigen werden Fleischalternativen immer beliebter. Nach dem kurzen Rückgang 2023 scheint die Lust auf Fleischalternativen in allen Altersgruppen und bei beiden Geschlechtern wieder zu steigen. Die Verteilung innerhalb der Altersgruppen und Geschlechter ist ähnlich wie die Verteilung der Anteile an Vegetariern und Veganern, jedoch bei weitem nicht so stark ausgeprägt.

Konsumentenkreis von Fleischersatzprodukten nach Geschlecht bzw. Altersgruppe

	Geschlecht		Alter		
	männlich	weiblich	14 bis 34	35 bis 54	55 bis 99
2020	47,6%	52,6%	56,9%	55,0%	39,3%
2021	51,8%	53,9%	59,9%	55,0%	41,7%
2022	57,3%	57,4%	69,1%	63,9%	41,4%
2023	46,4%	51,9%	56,5%	51,9%	41,0%
2024	47,9%	55,1%	57,8%	56,1%	42,7%

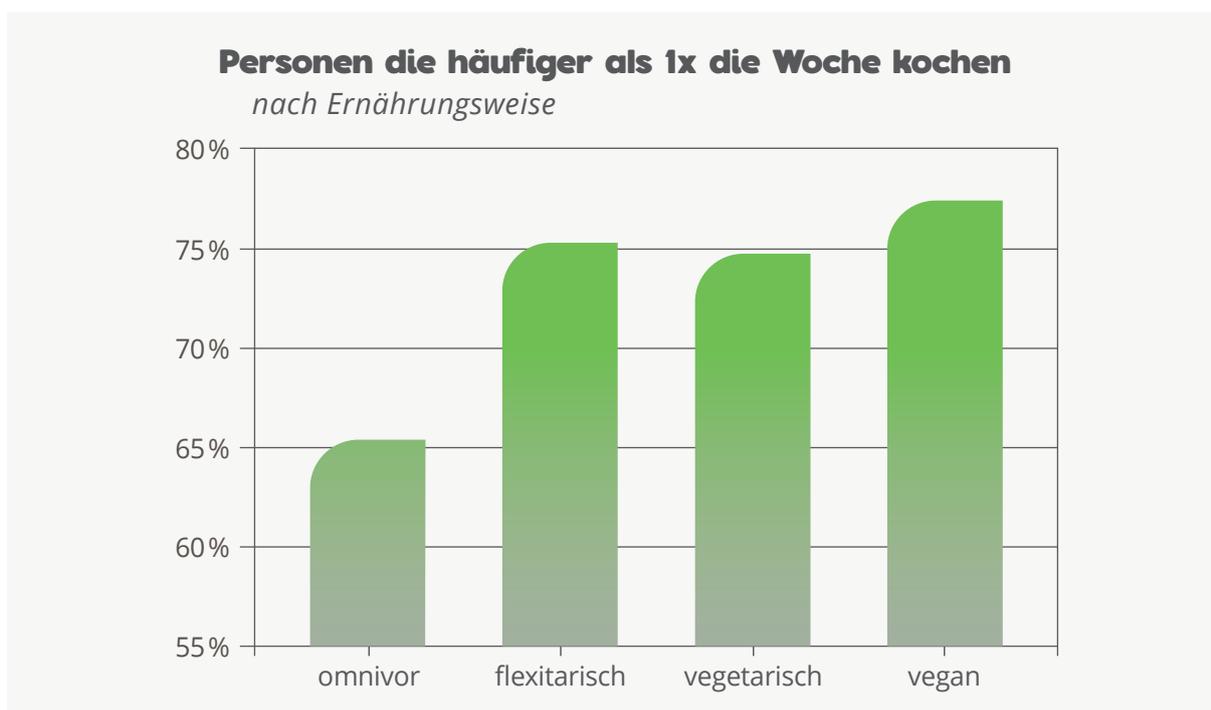
Konsum von Milch- und Milchproduktealternativen

Über ein Drittel der Schweizer Bevölkerung gehört zu den Käufern von Milchalternativen (36,1 Prozent). Bei den Joghurt- und Quarkalternativen ist der Käuferkreis mit 29,7 Prozent nur wenig geringer. Deutlich kleiner ist der Kreis der Personen, die Käsealternativen konsumiert: 16,9 Prozent. Bei allen Werten ist eine steigende Tendenz zu verzeichnen. Sehr gross sind die Unterschiede bei den verschiedenen Ernährungsweisen. Milchalternativen in jeder Form sind vor allem bei Veganern beliebt: 84,6 Prozent von ihnen konsumiert Milchalternativen. Pflanzlicher Käse hat es noch etwas schwerer als die anderen Milchproduktealternativen. Doch immerhin jede sechste Person

gehört zu dessen Konsumenten. Bei den Veganern sind es schon fast zwei Drittel. Hier war der Anstieg gegenüber 2023 mit über 12 Prozent auch am grössten. Dies ist sicher nicht zuletzt darauf zurückzuführen, dass in den Supermärkten das Angebot an veganem Käse deutlich zugenommen hat und dessen Qualität sich laufend verbessert.

Veganer kochen häufiger

In der Schweiz wird nach wie vor viel selbst gekocht: 81,6 Prozent kochen mindestens 1x wöchentlich selbst. Bei den Veganern sind es sogar 89,6 Prozent. Mehr als 1x wöchentlich kochen immerhin noch 68,2 Prozent. Auch hier liegen die Personen, die sich nicht omnivor ernähren vorne.

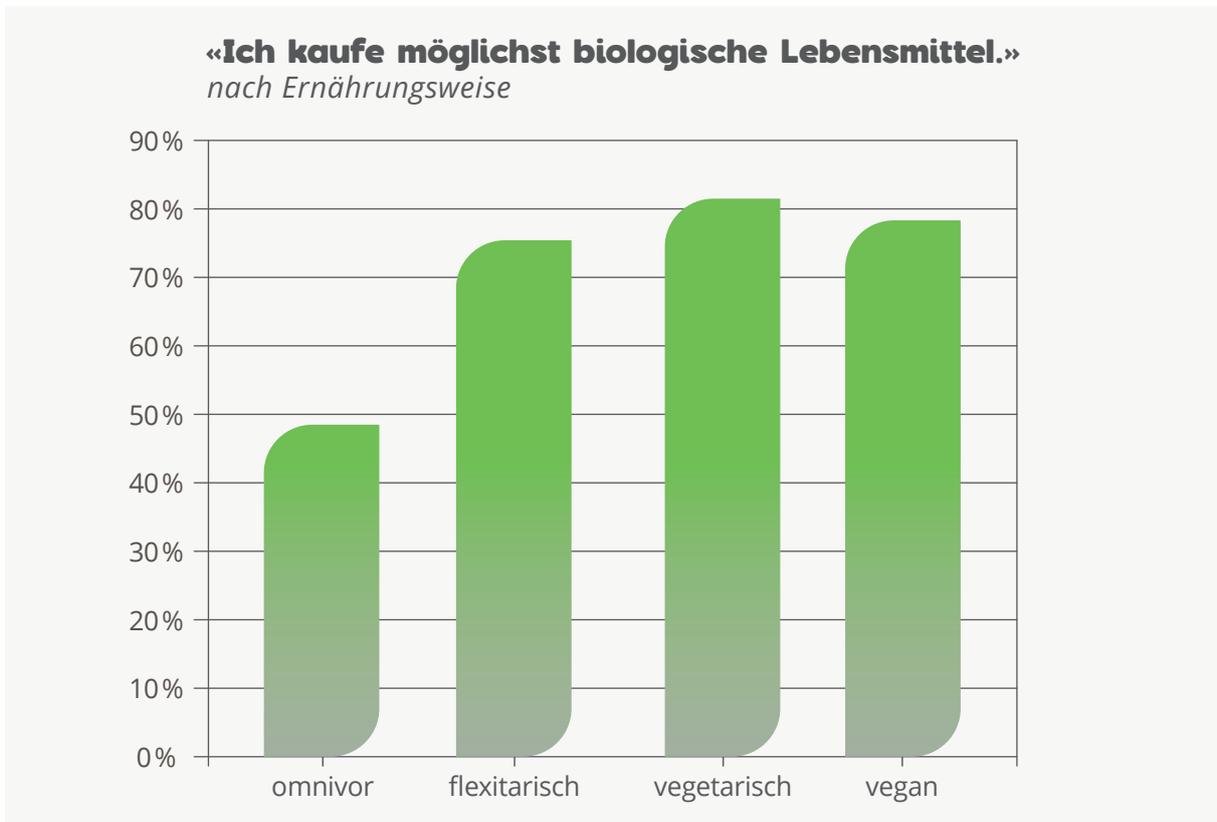
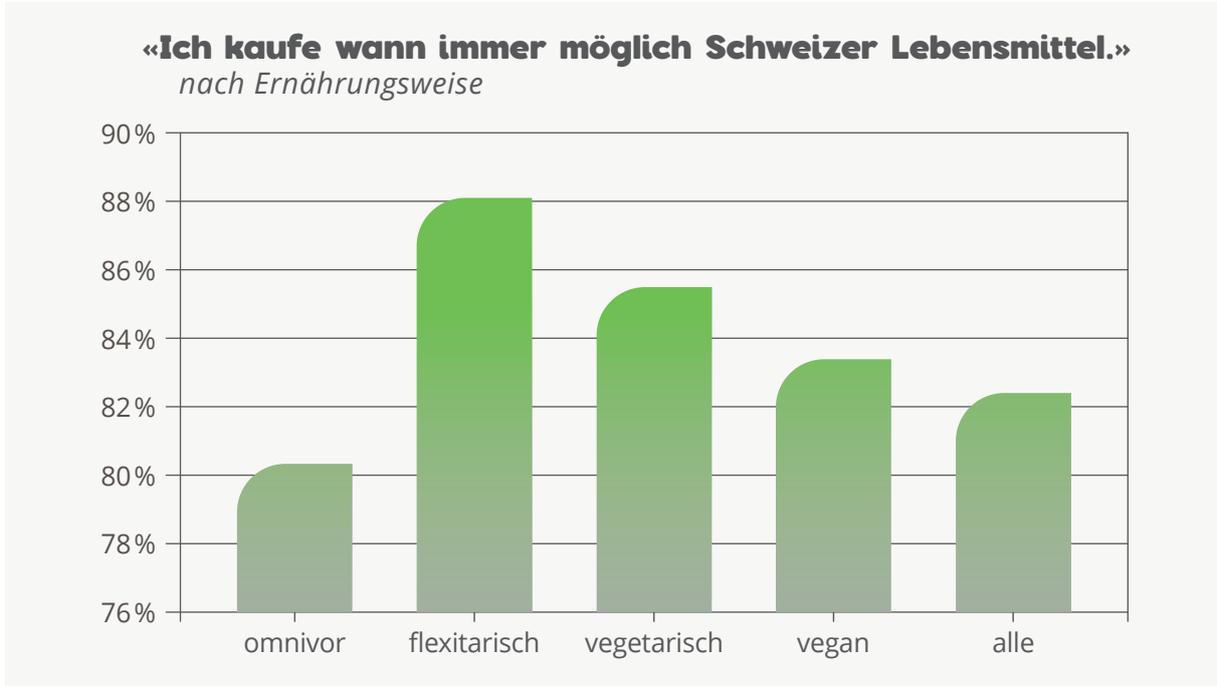


Lokal und Bio?

Am meisten achten die Flexitarier auf Schweizer Lebensmittel. Die Unterschiede in den verschiedenen Ernährungsweisen sind jedoch nicht sehr gross. Beim Einkauf von Biolebensmitteln sind die Unterschiede zwischen den Omnivoren und den anderen Ernährungsweisen grösser (bitte die Skala beachten). Da der gesamte Biomarkt jedoch weit weniger als 50 Prozent aller verkaufter Lebensmittel umfasst, muss davon ausgegangen werden, dass generell das eigene Einkaufsverhalten bezüglich Bioprodukten überschätzt wird. Dies gilt insbesondere, wenn man berücksichtigt, welche Lebensmittel beim auswärts Essen konsumiert

DAS EIGENE EINKAUFsverhalten BEZÜGLICH BIO-PRODUKTEN WIRD ÜBERSCHÄTZT. INSBESONDERE, WENN MAN LEBENSMITTEL DIE AUSWÄRTS KONSUMIERT WERDEN BERÜCKSICHTIGT.

werden. Rund 50 Prozent des Schweizer Fleisches wird auswärts konsumiert – fast ausschliesslich nicht bio.



Weshalb ernähren sich Menschen (nicht) vegetarisch oder vegan?

Gemäss einer repräsentativen Umfrage von Swissveg (durchgeführt von Demoscope)³ im Jahre 2020 gab die Mehrheit der Befragten das Tierwohl als Grund für ihre fleischfreie Ernährung an. Es folgten ökologische und ethische Gründe. Erst danach wurden die eigene Gesundheit und als Beitrag zur Welternährung genannt.

Im Mai 2024 fragte Swissveg die Omnivoren, weshalb sie noch Fleisch essen.⁴ Mehr als die Hälfte gab dabei an: Weil mir Fleisch (bzw. Fisch) schmeckt. Über ein Viertel gab zudem an: aus Gewohnheit. Alle anderen Gründe wurden von weniger als einem Viertel der Befragten genannt.

DIE MEHRHEIT DER BEFRAGTEN GAB «TIERWOHL» ALS GRUND FÜR IHRE FLEISCHFREIE ERNÄHRUNG AN.

Welche Personengruppen ernähren sich am ehesten vegan oder vegetarisch?

In diesem Punkt ergab sich gegenüber früheren Umfragen keine Veränderung. Eine Person, die sich vegetarisch oder vegan ernährt, hat typischerweise folgende Eigenschaften:

- Weiblich
- Jung
- Hochschulabschluss
- Lebt in der Deutschschweiz
- Lebt eher in der Stadt

Wie genau sind die Zahlen?

Bei all diesen Zahlen ist wichtig zu berücksichtigen, dass selbst bei den Umfragen mit rund 30 000 Teilnehmern der statistische Fehlerbereich maximal plus/minus 0,6 Prozent ausmacht. Die Konsistenz der Zahlen über die Jahre zeigt jedoch, dass die Werte vermutlich wesentlich genauer sind als dieser maximale Fehler. Ausserdem werden die Werte auch von verschiedenen anderen Umfragen bestätigt. Die diesem Bericht zugrundeliegende MACH-Umfrage ist die grösste seiner Art und ergibt dadurch die genauesten Zahlen.

Definitionen

Omnivor Schliesst den Konsum von Fleisch und Fisch ein.

Flexitarisch Bewusste Reduktion des Fleisch- und Fischkonsums.

Vegetarisch Kein Konsum von Fleisch und Fisch.

Vegan Kein Konsum von tierischen Produkten.

³ www.swissveg.ch/anzahl-veganer-2022

⁴ www.swissveg.ch/umfrage_warum_fleisch_2024

Das ist Swissveg

Swissveg ist die grösste Interessenvertretung vegan und vegetarisch lebender Menschen in der Schweiz. Seit 1993 setzt sich die politisch und konfessionell unabhängige Organisation mit positiver Öffentlichkeitsarbeit dafür ein, den Fleischkonsum dauerhaft zu senken und eine pflanzenbasierte, verantwortungsbewusste Lebensweise als attraktive und gesunde Alternative allen Menschen zugänglich zu machen und zu fördern. Swissveg hat sich als führende Anlaufstelle in allen Fragen des vegan-vegetarischen Lebens etabliert.

Für Anliegen jeglicher Art melden Sie sich gerne per Mail an info@swissveg.ch oder telefonisch: **+41 (0)71 477 33 77**



EIN TEIL VON UNS

Jetzt Mitglied werden und helfen, die Vorteile einer veganen Lebensweise für **Tiere, Umwelt und Gesundheit** in der Gesellschaft und Politik bekannter zu machen.

www.swissveg.ch/beitrittsformular

Swissveg

Für Tiere, Umwelt und Gesundheit

Niederfeldstr. 92

CH-8408 Winterthur

1.11.2024