



2026-03-24 10:30 CET

Mätning barnfattigdom: Ensamstående föräldrar med låga inkomster halkar efter

En ny undersökning från Verian visar att den ekonomiska utsattheten bland barnfamiljer med låga inkomster består. Särskilt hårt drabbade är ensamstående föräldrar. Hälften uppger att de har svårt att köpa näringsrik mat till familjen, och 4 av 10 uppger att de själva har haft svårt att äta sig mätta.

Undersökningen är gjord på uppdrag av Hyresgästföreningen, Majblomman, Rädda Barnen och Röda Korset. Den har genomförts för fjärde året i rad, och visar att skillnaderna mellan olika barnfamiljer är stora. Medan hushåll med starkare ekonomi upplever minskad oro och större ekonomiska marginaler,

kvarstår utsattheten bland dem med små marginaler. När mat, hyra och andra grundläggande kostnader inte går att betala är det barnen som drabbas.

För barnfamiljer med låg inkomst visar undersökningen att senaste halvåret har bland annat:

- 50 procent av de ensamstående haft svårt att köpa näringsrik mat för alla dagar i veckan. Motsvarande siffra för sammanboende är 34 procent.
- 41 procent av de ensamstående uppger att de själva haft svårt att äta sig mätta. Det är mer än dubbelt så många som bland sammanboende (19 procent).
- 11 procent av de ensamstående uppger att deras barn har haft svårt att äta sig mätta.
- 45 procent av de ensamstående är oroliga för hur den ekonomiska situationen påverkar barnens behov och mående, jämfört med 32 procent bland sammanboende.
- 29 procent av de ensamstående har blivit betalningsskyldiga efter att ha missat en räkning.
- 47 procent av de ensamstående har lånat pengar för grundläggande utgifter.

– Boendekostnaderna är den största utgiften för de flesta familjer. När tre av tio ensamstående har haft svårt att betala räkningar kopplade till sitt boende och många saknar marginaler för ens en mindre kostnadsökning, då ser vi hur kostnadskrisen slår direkt mot barnen. Ett tryggt hem är grunden för barns liv, säger Marie Linder, förbundsordförande Hyresgästföreningen.

– Mönstret i undersökningen speglas i vår verksamhet. En stor del av barnen som får ekonomiskt stöd av Majblomman bor med en ensam mamma. Det är ett underbetyg till Sverige och det är mycket bekymrande att klyftan mellan barn växer, säger Susanne Björneloo, tf generalsekreterare för Majblomman.

– En höjning av bland annat barnbidraget och försörjningsstödet är effektiva sätt att stärka barnfamiljers ekonomi, framförallt de allra mest utsatta familjerna. Rädda Barnen märker av en ökad ekonomisk utsatthet bland barnfamiljer vi träffar. Barn beskriver att de känner oro, känner av föräldrars (ekonomiska) stress och märker av de små matkassarna. De har inte råd med att tex följa med kompisar till badhuset, vara med i en föreningsidrott, eller sådant som för många andra barn är en ren självklarhet. De hamnar utanför, säger Sara Damber, Sverigechef på Rädda Barnen.

– Det är inte värdigt att barnfamiljer i Sverige ska behöva köa för att få mat eller kläder. Men det är precis vad vi ser. Över hela landet söker sig allt fler till våra verksamheter för att klara vardagen. Våra volontärer möter föräldrar som redan har gjort allt de kan, men ändå inte får ekonomin att gå ihop. Man måste fråga sig om vi vill ha ett samhälle som förlitar sig på att frivilliga delar ut matkassar för att barn ska få det de behöver, säger Ulrika Modéer, generalsekreterare för Svenska Röda Korset.

Regeringen har under mandatperioden genomfört åtgärder, som höjt bostadsbidraget och infört ett fritidskort. Samtidigt visar årets undersökning att en stor andel av barnfamiljer med låga inkomster fortfarande saknar ekonomiska marginaler. Fyra av tio ensamstående klarar som mest 1000 kronor i en oväntad kostnadsökning, och nästan tre av tio har blivit betalningsskyldiga efter en missad räkning.

Undersökningen visar att den ekonomiska utsattheten bland familjer med låga inkomster inte har minskat under de fyra år som mätningarna genomförts. För många barn innebär det en uppväxt präglad av återkommande ekonomisk oro och begränsade möjligheter i vardagen.

Om undersökningen:

Undersökningen gjordes under februari 2026 och bygger på enkätsvar från barnfamiljer i Sverige. Totalt 1314 personer har intervjuats. Låg inkomst avser hushåll där sammanboende föräldrar har en hushållsinkomst under 43 000 kr/mån före skatt, och ensamstående föräldrar under 30 000 kr/mån före skatt. Resultaten jämförs med en kontrollgrupp bestående av barnfamiljer oberoende av inkomst för att sätta siffrorna i ett bredare sammanhang.

[Rädda Barnen](#) är en politiskt och religiöst obunden folkrörelse med verksamhet både i Sverige och internationellt. Med Barnkonventionen som grund arbetar vi

för att barn ska få det bättre och för att barns rättigheter ska respekteras.

Följ oss på:

[Twitter](#)

[Facebook](#)

Kontaktpersoner



Rädda Barnens pressjour

Presskontakt

Tillgänglig för journalister mellan klockan 08.00 och 20.00.

press@rb.se

08-698 90 90



Anne Thorngren

Presskontakt

Pressekreterare

Svenska frågor

anne.thorngren@rb.se

0723-57 67 56



Åsa Runström Awad

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

asa.runstrom.awad@rb.se

0733-55 34 33



Cassandra Julin

Presskontakt

Press Officer

cassandra.julin@rb.se

+46 (0) 733 553 482

**Oscar Nelson**

Presskontakt

Pressekreterare

Presskontakt till generalsekreterare Åsa Regnér

oscar.nelson@rb.se

072-454 54 85

**Oskar Kollberg**

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

oskar.kollberg@rb.se

0733 55 34 15