



MAKALÖSA
FÖRÄLDRAR
& barn

“Vi går totalt på knäna och vänder på varje krona”

En alarmerande undersökning som visar att medlemmar i organisationen Sveriges Makalösa Föräldrar inte klarar att få ihop sin ekonomi.



MAKALÖSA
FÖRÄLDRAR
& barn

Om Sveriges Makalösa Föräldrar

Sveriges Makalösa Föräldrar är en rikstäckande intresseorganisation för ensamstående föräldrar och deras barn med lokalföreningar och familjenätverk runt om i landet. Vi har funnits sedan 1996 och riksförbundet finns i Stockholm. Vi är en religiöst och partipolitiskt obunden organisation. Vi erbjuder meningsfulla verksamheter för makalösa föräldrar och deras barn genom våra lokalföreningar och familjenätverk i hela Sverige. Med stöd, erfarenhetsutbyte och gemenskap. Makalösa föräldrar och barn stärker varandra. Det övergripande målet för Sveriges Makalösa Föräldrar är att ensamstående föräldrar och deras barn ska ha goda förutsättningar i samhället och att barnen har rätt till sina föräldrar. Vi arbetar förebyggande för vårdnadsfred så att en god kommunikation befästs mellan föräldrarna.

Innehållsförteckning

Sammanfattning	4
Sveriges Makalösa Föräldrars medlemsundersökning	5
Fakta om ensamstående föräldrars ekonomiska förutsättningar	7
3 029 kronor saknas varje månad	7
Bostadsbidraget måste förstärkas	10
1. Permanenta den tillfälliga höjningen av bostadsbidraget	10
2. Höj och anpassa bostadsbidraget efter den ekonomiska utvecklingen	11
3. Ändra tidsperioden för beräkning av bostadsbidraget för att minska återbetalningskraven	12
4. Säkerställ att försörjningsstödet inte påverkas av förstärkningar av bostadsbidraget	12
Barnfamiljer har aldrig haft det så ansträngt som nu	13
Källor	14

Sammanfattning

Den här rapporten presenterar ett antal fakta som förklarar den ekonomiska utvecklingen för Sveriges ensamstående föräldrar, och visar på en mycket oroväckande utveckling med ökad fattigdom och utanförskap. Rapporten bygger även på enkätsvar från medlemmar i organisationen Sveriges Makalösa Föräldrar.

Sverige har historiskt rankats som ett av världens mest jämlika länder. Men i takt med ökade inkomstskillnader, en växande ojämlikhet och de senaste årens höga inflation, som lett till ökade kostnader för hushållen, har en grupp särskilt halkat efter: Sveriges ensamstående föräldrar. För ensamstående föräldrar har skenande matkostnader, hyreshöjningar och ökade utgifter för el, i kombination med reallönesänkningar, varit några faktorer som gjort vardagen extra påfrestande.

Sveriges Makalösa Föräldrars senaste undersökning från oktober 2024 visar bland annat att 8 av 10 är stressade över sin ekonomi samt att 40 procent under året har behövt låna pengar för att täcka basala kostnader som mat och boende. Av de som lånat pengar svarar 65 procent att behovet av att låna pengar har ökat under 2024. Hela 84 procent av de som har bostadsbidrag menar att bostadsbidraget är viktigt för att de ska få ihop sin ekonomi. .

Rapporten visar även att det för en genomsnittlig medlem hos Sveriges Makalösa Föräldrar varje månad saknas 3 029 kronor. Det som mest effektivt skulle kunna stötta gruppen ensamstående föräldrar är förbättringar av bostadsbidraget. Ett helt avgörande stöd för många ensamstående föräldrar, men också ett stöd som har urholkats de senaste åren.

Därför vill vi som organisation att politiken ser till följande:

- Att permanenta den tillfälliga höjningen av bostadsbidraget
- Att höja och anpassa bostadsbidraget efter den ekonomiska utvecklingen
- Att ändra tidsperioden för beräkning av bostadsbidraget för att minska återbetalningskraven
- Att säkerställa att försörjningsstödet inte påverkas av förstärkningar av bostadsbidraget

Sveriges Makalösa Föräldrars medlemsundersökning

Varje år genomför Sveriges Makalösa Föräldrar en medlemsundersökning. Syftet är att få en uppfattning om medlemmarnas privatekonomi och livsvillkor. Undersökningen genomfördes i oktober 2024 och vi fick in drygt 500 svar.

Resultatet från den senaste undersökningen från oktober 2024 visar att:

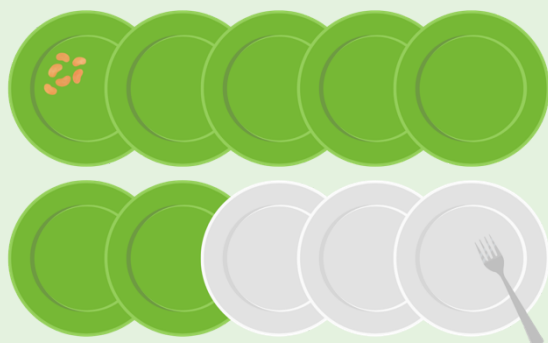
- 8 av 10 är stressade över sin ekonomi.
- 40 procent har det senaste året behövt låna pengar för att klara sina mest basala kostnader som mat och boende.
- 65 procent av de föräldrar som har behövt låna pengar har upplevt ett ökat behov av att låna pengar under 2024.
- 65 procent brukar laga billigare mat till sig själva för att prioritera maten till sina barn.
- Av de som får bostadsbidrag svarar 84 procent att bostadsbidraget är viktigt för att de ska få ihop sin ekonomi.
- En av fem har under det senaste året avstått medicin på grund av sin ekonomi.



8 av 10

**är stressade över
sin ekonomi**

8 av 10 brukar laga
billigare mat till sig
själva för att prioritera
maten till sina barn.



40%

har behövt låna pengar för
att klara sina mest basala
kostnader det senaste året.

*"Jag äter oftast bara frukost, en deciliter
havregrynsgröt för att ha råd att ge barnen
tillräcklig och bra mat, sedan äter jag lite av
kvällsmålet med dem, deras eventuella rester
och dricker mycket vatten."*

Vittnesmål från våra medlemmar

*"Har fått sämre syn, men har inte råd med nya
glasögon till mig själv. Väljer bort
receptbelagd medicin till mig för mat är
viktigare."*

Vittnesmål från våra medlemmar

Fakta om ensamstående föräldrars ekonomiska förutsättningar

- I Sverige bor nästan 870 000 (vuxna och barn) i hushåll med en ensamstående förälder.¹
- Enligt Försäkringskassans rapport Barnhushållens ekonomi 2024 är låga inkomster vanligare bland ensamstående med barn och särskilt bland ensamstående mammor med flera barn.²
- 188 barnfamiljer vräktes under det första halvåret 2024. Det är en ökning med 13 procent jämfört med samma period förra året.

Rapporten *Barnfamiljers ekonomiska svårigheter 2024* visar på liknande siffror som Sveriges Makalösa Föräldrars medlemsundersökning.³ I rapporten har 663 barnfamiljer med lägre inkomst (baserat på SCB:s definition av låg inkomststandard) intervjuats. Den visar bland annat att:

- 4 av 10 av ensamstående föräldrar med lägre inkomst anger att de har behövt låna pengar av närstående, vän eller bank för att kunna betala utgifter någon eller flera gånger de senaste sex månaderna.
- 8 av 10 av de ensamstående föräldrarna oroar sig för sin ekonomi.
- 4 av 10 av de ensamstående föräldrarna uppger att de som mest skulle klara ökade utgifter på 1000 kronor innan det blir svårt att betala räkningarna. Undersökningen visar tydligt att låginkomstfamiljer, särskilt ensamstående föräldrar, har svårast att få ekonomin att gå ihop och saknar marginaler för ökade kostnader.

3 029 kronor saknas varje månad

För att illustrera hur de ekonomiska förutsättningarna för ensamstående föräldrar ser ut, har vi jämfört inkomster och utgifter för en genomsnittlig medlem hos Sveriges Makalösa Föräldrar. Det är en ensamstående förälder som bor i en storstad och har ett barn i åldern 6–9 år och en tonåring i åldern 15–17 år, och en månadsinkomst på 25 000 kronor innan skatt. I denna uträkning har vi utgått från att familjen bor i Malmö, där många av våra medlemmar är bosatta.

¹ Försäkringskassan, *Barnhushållens ekonomi 2024-resultatindikatorer för den ekonomiska familjepolitikens 2024*

² Låg inkomststandard är Statistiska centralbyråns (SCB) absoluta mått på att man inte har inkomster för att täcka de nödvändigaste levnadsomkostnaderna såsom hyra, mat och kläder.

³ Hyresgästföreningen, Majblomman, Svenska Röda Korset, Rädda Barnen, *Barnfamiljers ekonomiska svårigheter 2024*

Intäkter	
Lön (25 000 kr innan skatt)	20 060 kr
Underhåll för två barn	4 046 kr
Barnbidrag och studiebidrag. Barnbidraget betalas ut för det yngre barnet. Studiebidraget betalas ut till det äldre barnet, dock ej under sommaren.	2 500 kr
Bostadsbidrag, utifrån grundberäkning. Den tillfälliga höjningen på 40 procent är inte inräknad.	1 700 kr
Totala intäkter	28 306 kr

Utgifter	
Bostad (hyreslägenhet med två sovrum i Malmö)	8 820 kr
Matkostnader*	8 360 kr
Individuella kostnader (t.ex. kläder, fritid, personlig hygien)	7 250 kr
Gemensamma kostnader (förbrukningsvaror, el, vatten, försäkring)	5 520 kr
Kollektivtrafik (Månadskort för 1 vuxen och 2 barn i Malmö)	1 030 kr
Sjukvård, läkarbesök och läkemedel. Högkostnads-skydd för både läkarbesök och medicin inräknat.	355 kr
Födelsedagspresenter, julklappar	0 kr
Sparande	0 kr
Semester	0 kr
Totala kostnader	31 335 kr

* Matkostnaderna har beräknats enligt Konsumentverkets hushållskostnader för 2024 och förutsätter att föräldern äter all mat hemma och barnen äter lunch i skolan på vardagar. Det innebär att vi inte har tagit med de extrakostnader som uppstår när barnen har lov och är hemma.

Tabellen visar att en ensamstående förälder med två barn och en lön på 25 000 kronor inte har möjlighet att täcka de mest grundläggande utgifterna som presenteras i tabellen ovan. Varje månad saknas **3 029 kronor** för att kunna betala för dessa basala kostnader. Tabellen inkluderar inte heller oväntade utgifter, som till exempel kostnaden för glasögon.

Detta innebär att det för många ensamstående föräldrar är mycket svårt att få ihop vardagen. Med tanke på alla dessa kostnader är det därför ännu viktigare att bostadsbidraget förstärks.

“Jag har behövt låna pengar till barnens vinterkläder i år. Och söker fonder för att kunna ha råd med mediciner som inte går inom ramen för högkostnadsskydd. Att äta mat gör jag inte heller som jag borde. Har oerhört ont i magen inför varje lov, för de innebär att barnen inte får någon lunch.”

Vittnesmål från våra medlemmar

Bostadsbidraget måste förstärkas

För att bostadsbidraget fortsatt ska fylla sitt syfte och förbättra levnadsstandarderna för ekonomiskt utsatta barnfamiljer måste bostadsbidraget stärkas och förbättras. För det krävs följande nödvändiga åtgärder:

1. Permanenta den tillfälliga höjningen av bostadsbidraget

Sedan 2020 har regeringen infört en tillfällig höjning av bostadsbidraget. Höjningen har varit avgörande för att stärka ensamstående föräldrars ekonomiska situation. Samtidigt är det ohållbart att förlänga den tillfälliga höjningen med sex månader i taget. Det skapar en osäkerhet och bidrar till att denna grupp ständigt lever med oro för att bidraget kan sänkas. Permanenta den tillfälliga höjningen av bostadsbidraget på nivån motsvarande 40 procent, vilket innebär ett tillägg på 680 kronor.

Sveriges Makalösa Föräldrar anser att det är obegripligt att regeringen från 2025 kommer sänka den tillfälliga höjningen från 40 procent till 25 procent. Den ekonomiska situationen för ensamstående föräldrar försämras för varje år som går. Det är politikens ansvar att säkerställa ett bostadsbidrag som stöttar ekonomiskt utsatta barnfamiljer.

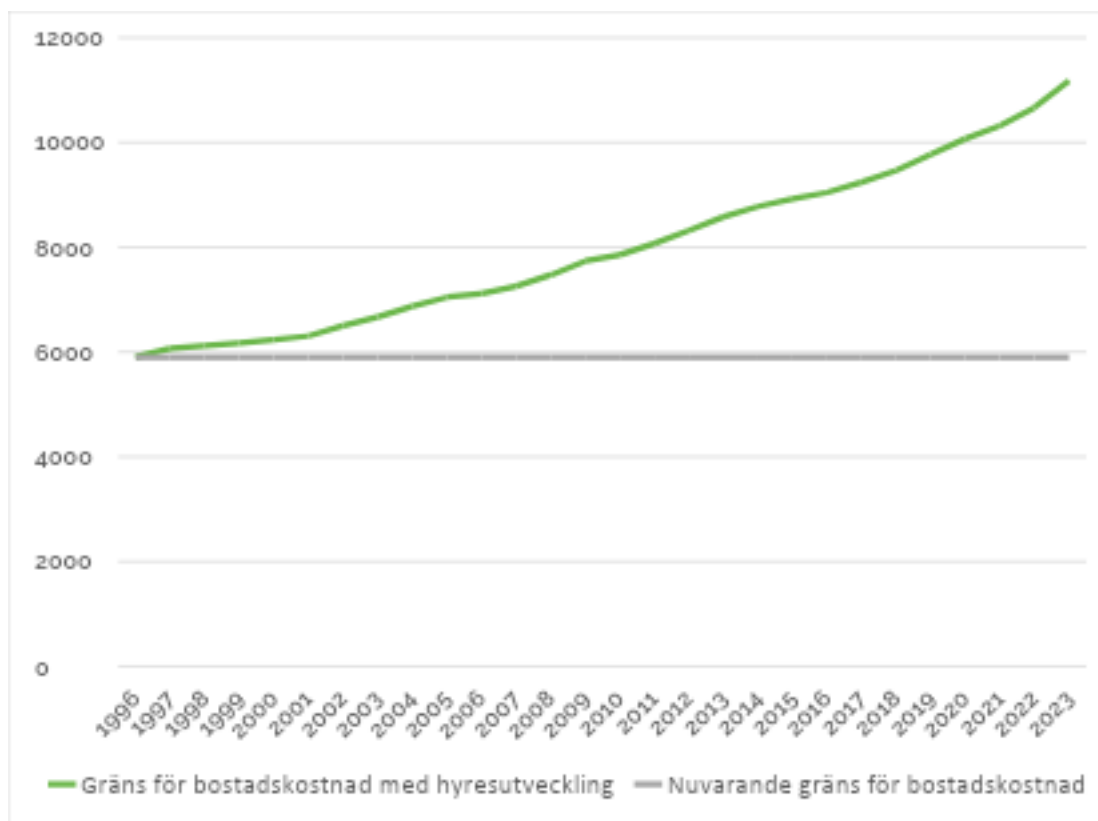
“Jag går totalt på knäna och vänder på varje krona men får inte ihop det på min inkomst trots att jag har noll onödiga utgifter, inte ens en enda streamingtjänst. Försöker dölja problemen och mitt mående för barnen.”

Vittnesmål från våra medlemmar

2. Höj och anpassa bostadsbidraget efter den ekonomiska utvecklingen

Maxhyran som utgör bostadsbidragets beräkningsunderlag för en ensamstående med två barn är 5 900 kronor. Många familjer idag har dock en betydligt högre hyra än vad maxhyran för bostadsbidraget tillåter. Till exempel är genomsnittshyran för en lägenhet med två sovrum i Malmö 8 820 kronor. Det innebär att många familjer slår i taket för vilken hyra de kan få bostadsbidrag för.

Anledningen till att maxhyran är låg är att hyrestaket för bostadsbidraget har varit oförändrat sedan 1990-talet, samtidigt som hyrorna sedan dess har stigit med 104 procent, enligt SCB. För att ensamstående föräldrar ska få ett rimligt ekonomiskt stöd måste nivån för maxhyra justeras så att den speglar hyresutvecklingen.



Källa: Hyresgästföreningen

3. Ändra tidsperioden för beräkning av bostadsbidraget för att minska återbetalningskraven

Återbetalningskravet för bostadsbidraget är idag utformat på ett sätt som leder till att många blir återbetalningsskyldiga. Och allt fler blir skuldsatta och hamnar hos Kronofogden. Dagens bostadsbidrag beräknas på tidigare inkomstår. Det leder till att många blir återbetalningsskyldiga när de till exempel fått löneförhöjning eller fått ett nytt jobb. Det innebär även att många ensamstående föräldrar inte vågar söka bostadsbidrag på grund av rädslan att bli återbetalningsskyldig, vilket motverkar själva syftet med bostadsbidraget. Situationen kan undvikas om bostadsbidraget beräknas från aktuell månad istället för tidigare inkomstår. Regeringen har färdiga förslag för att ändra tidsperioden för beräkningen av återbetalningskravet på sitt bord. Det är hög tid att förslagen genomförs.

4. Säkerställ att försörjningsstödet inte påverkas av förstärkningar av bostadsbidraget

De mest utsatta barnfamiljerna som tar emot försörjningsstöd från kommunen omfattas inte av höjningar av bostadsbidraget. När regeringen har höjt bostadsbidraget har kommunen beslutat om sänkt försörjningsstöd. Det innebär att satsningar för att förstärka bostadsbidraget inte kommer de mest utsatta barnfamiljerna till del. Det krävs en lagändring så att förstärkningar av bostadsbidraget inte påverkar försörjningsstödet.

“Har fått välja bort ett fibernätverk hemma, har surf via mobil och kan inte längre läsa information från skola och fritids, utan att förflytta mig till närmsta bibliotek som har begränsade öppettider. Har inte råd med en fungerande dator i hemmet försvårar, jobbsök för mig och skolarbete för barn.”

Vittnesmål från medlemsundersökning

Barnfamiljer har aldrig haft det så ansträngt som nu

Bostadsbidraget är ett av de mest effektiva, träffsäkra men också känsliga familjepolitiska instrumenten som staten har. Sedan 1990-talet har det blivit svårare för barnfamiljer att få bostadsbidrag och bidraget täcker en allt mindre del av hyran.

Statistik från Försäkringskassan visar att antalet hushåll som får bostadsbidrag har minskat med mer än en femtedel sedan 2020, och att en av förklaringarna är att inkomstgränsen inte har justerats i takt med de senaste årens löneutveckling. Om bostadsbidraget hade följt den ekonomiska utvecklingen under de senaste 30 åren, skulle bidraget idag vara 4 500 kronor istället för dagens 1 700 kronor. Det hade inneburit cirka 3 000 kronor mer i plånboken för en ensamstående förälder, vilket skulle ha bidragit till ett drägligt liv som ensamstående förälder i dagens Sverige. Det är dags att säkerställa att bostadsbidraget följer den ekonomiska utvecklingen.

Källor

Europaportalen, [CRI-index: Bekämpa ekonomisk ojämlikhet 2017–2022](#) (2022)

Försäkringskassan, [Barnhushållens ekonomin 2024 - resultatindikatorer för den ekonomiska familjepolitiken 2024](#)

Hyresgästföreningen, [Hyrorna skiljer mellan orter och byggår](#) (2024)

Hyresgästföreningen, Majblomman, Svenska Röda Korset, Rädda Barnen, [Barnfamiljers ekonomiska svårigheter 2024](#)

Konsumentverket, [Beräknade hushållskostnader](#) (2024)

Kronofogden, [Fler barnfamiljer vräks](#) (2024)

SCB, [Hyrer och den allmänna prisutvecklingen 1969–2023](#) (2024)