

Pressmeddelande 2026-01-03

Barnfamiljernas revansch – kostnaderna ned nästan 36 000 kr sedan toppen 2023

Barnfamiljer bedöms enligt SBAB:s prognos få ekonomisk revansch i år. Kostnaderna för en typisk familj bedöms 2026 bli 36 000 kronor lägre än 2023, när de var som högst. I relation till disponibel inkomst bedöms kostnaderna 2026 till och med bli lägre än 2021 – före både inflations- och räntechocken.

Sedan några år tillbaka gör SBAB en bedömning av hur kostnaderna för kommande år utvecklas för en familj med två vuxna och två minderåriga barn, som bor i hus och har en bilsinbil. 2026 väntas kostnaderna för räntor, livsmedel, el och drivmedel minska med ungefär 7 400 kronor jämfört med året innan. Jämfört med toppåret 2023 väntas de minska med hela 36 000 kronor.

- Barnfamiljerna har varit hårt ekonomiskt pressade under flera år men nu tycks det äntligen vända på riktigt. Framför allt är det räntekostnaderna och kostnaderna för mat som bedöms minska men även lägre el- och drivmedelskostnader väntas bidra till ett efterlängtat andrum, säger Linda Hasselvik, SBAB:s privat- och boendeekonom.

Om man tittar på kostnaderna i relation till disponibel inkomst väntas SBAB:s typhushåll lägga knappt 22 procent av sin inkomst på bostadsrätt, el, drivmedel och mat 2026. Det kan jämföras med drygt 23 procent 2021.

- Kostnaderna i förhållande till disponibel inkomst bedöms bli lägre 2026 än vad de var 2021, före både inflations- och räntechocken, då även hushållens inkomster utvecklas positivt. Sett ur det perspektivet ser 2026 onekligen ut att bli året då barnfamiljerna får sin ekonomiska revansch, säger Linda Hasselvik.

Tabell 1. Kostnader för typhushåll 2026 i jämförelse med tidigare år och som andel av disponibel inkomst

	Kostnadsförändring		Andel av disponibel inkomst	
	jämfört med 2025	jämfört med 2023	2021	2026
Räntekostnad	-3362	-32 917	4,1%	5,7%
Elkostnad	-1036	-3196	4,2%	2,8%
Drivmedelskostnad	-379	-3900	2,0%	1,4%
Matkostnad	-2646	3945	12,9%	12,0%
TOTALT	-7422	-36 068	23,1%	21,9%

Källa: SBAB. Not. Typhushållet avser en familj med två vuxna och två minderåriga barn som bor i en villa och kör en bensindriven bil.

**Om undersökningen:**

SBAB har tittat på kostnaderna för ränta, el, drivmedel samt mat. Kostnadsförändringarna utgår från siffror från Konjunkturinstitutet, Macrobond, Konsumentverket, SCB och SBAB:s egna prognoser. De presenteras närmare i bifogad Excelfil.

Vi har räknat på ett typhushåll. En familj med två vuxna och två minderåriga barn som bor i en villa. Vi har antagit att de har lån på 3 miljoner kronor och rörlig ränta. Vi har antagit en elförbrukning på 15 000 kWh per år och bensinförbrukning på 900 liter. Därtill har vi räknat med en matkostnad på 8 000 kronor i månaden 2021 uppräknad årligen med faktisk/väntad prisökning. För 2026 har även den halverade livsmedelsmomsen räknats in.

Familjens årliga disponibla inkomst har vi hämtat från SCB:s undersökning av hushållens boendeutgifter, sammanboende med två barn i äganderätt, vilka för 2021 och 2024 var 746 800 kr respektive 912 500 kr. Inkomsten har interpolerats för 2022 och 2023 med en årlig utvecklingstakt på 6,9%, och extrapolerats för 2025 och 2026 med en årlig utvecklingstakt på 6,0%.

För mer information, vänligen kontakta:

Linda Hasselvik, privat- och boendeekonom
Telefon: 070-561 21 47
E-post: linda.hasselvik@sbab.se

Catharina Henriksson, presschef,
Telefon: 076-118 79 14
E-post: catharina.henriksson@sbab.se

SBAB:s affärsidé är att med nytänkande och omtanke erbjuda lån och sparande samt andra tjänster till privatpersoner, bostadsrättsföreningar och fastighetsbolag i Sverige. SBAB bildades 1985 och ägs av svenska staten. Bostadssajten Booli och mäklarguiden Hittamäklare är en del av SBAB:s trygga och enkla tjänster för bolån och boendeekonomi utan krångel. Antal bolånekunder uppgår till 301 000 och 709 000 privatpersoner har sparkonto (per den 30 sep 2025). Antal medarbetare (FTE) är 1 095. SBAB prioriterar fyra av FN:s globala hållbarhetsmål (8, 11, 12 och 13) inom ramen för Agenda 2030. Målen utgör en integrerad del av SBAB:s hållbara styrmodell och dagliga arbete. Läs mer på: sbab.se, booli.se, hittamaklare.se, facebook.com/sbabbank och linkedin.com/company/sbab-bank.