

Kasvavaa köyhyyttä ja ruoka- avun tarvetta – nostoja Punaisen Ristin ruoka-apukyselystä 2024

Heidi Korvela, 14.10.2025

Punaisen Ristin ruoka-aputoiminta 2024

184

paikkakuntaa

2400

vapaaehtoista

7500

ruoka-apu-
-tapahtumaa

81000

yksittäistä
avunsaajaa



Punaisen Ristin valtakunnallinen kysely ruoka-avun saajille 2024

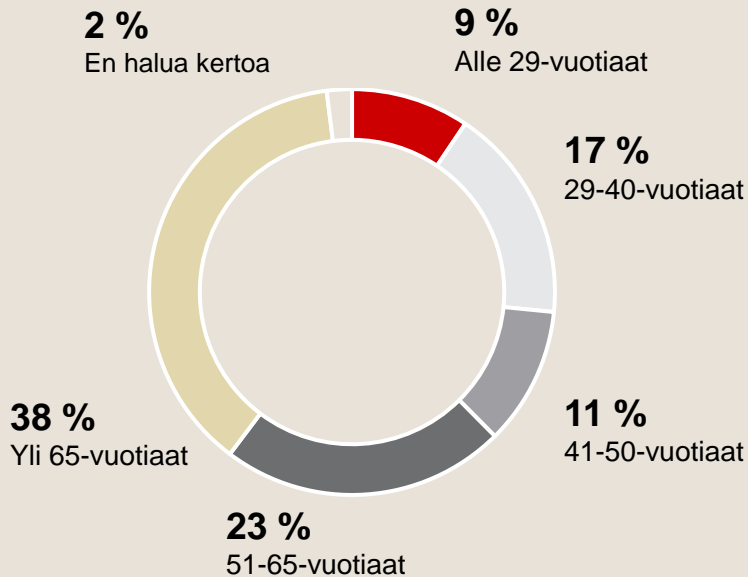
- Kyselyyn vastasi valtakunnallisesti 700 ruoka-avunsaajaa.
- Vastauksia kerättiin 30.5.–23.9.2024.
- Tavoitteena selvittää ruoka-avun saajien elämäntilanteita, hyvinvointia ja ruoka-avun yhteydessä järjestettävien osallistavien tapahtumien vaikuttavuutta.

Keitä kyselyyn vastasi?

Vastauksia saatiin ympäri Suomen, mutta valtaosa vastauksista tuli Varsinais-Suomesta, Lapista ja Pohjois-Pohjanmaalta.

52 % naisia, 45 % miehiä.

Ikäjakauma:



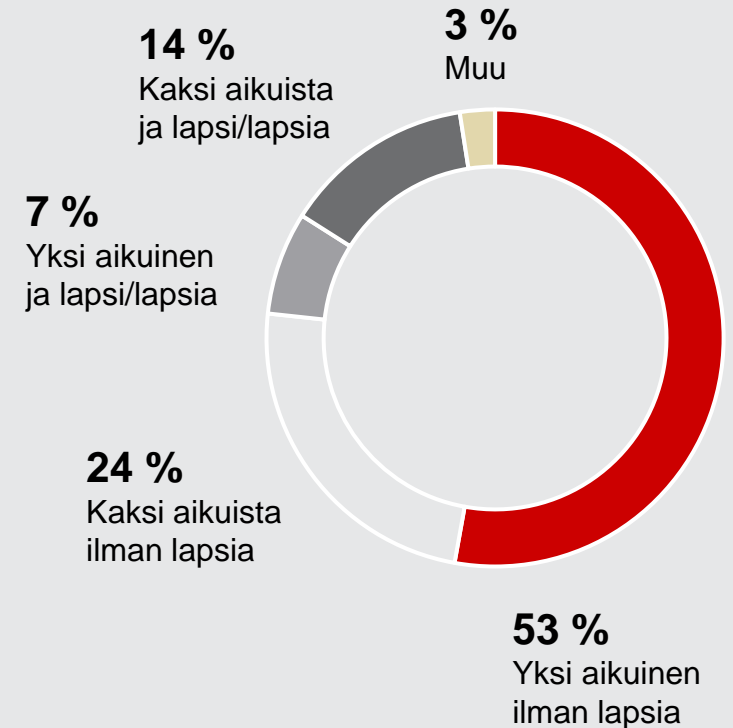
Koulutustaso:

37 % ammattitutkinto
25 % peruskoulu, kansakoulu tai keskikoulu
10 % alempi korkeakoulu
9 % opistotutkinto
8 % ylioppilastutkinto
8 % ylempi korkeakoulu

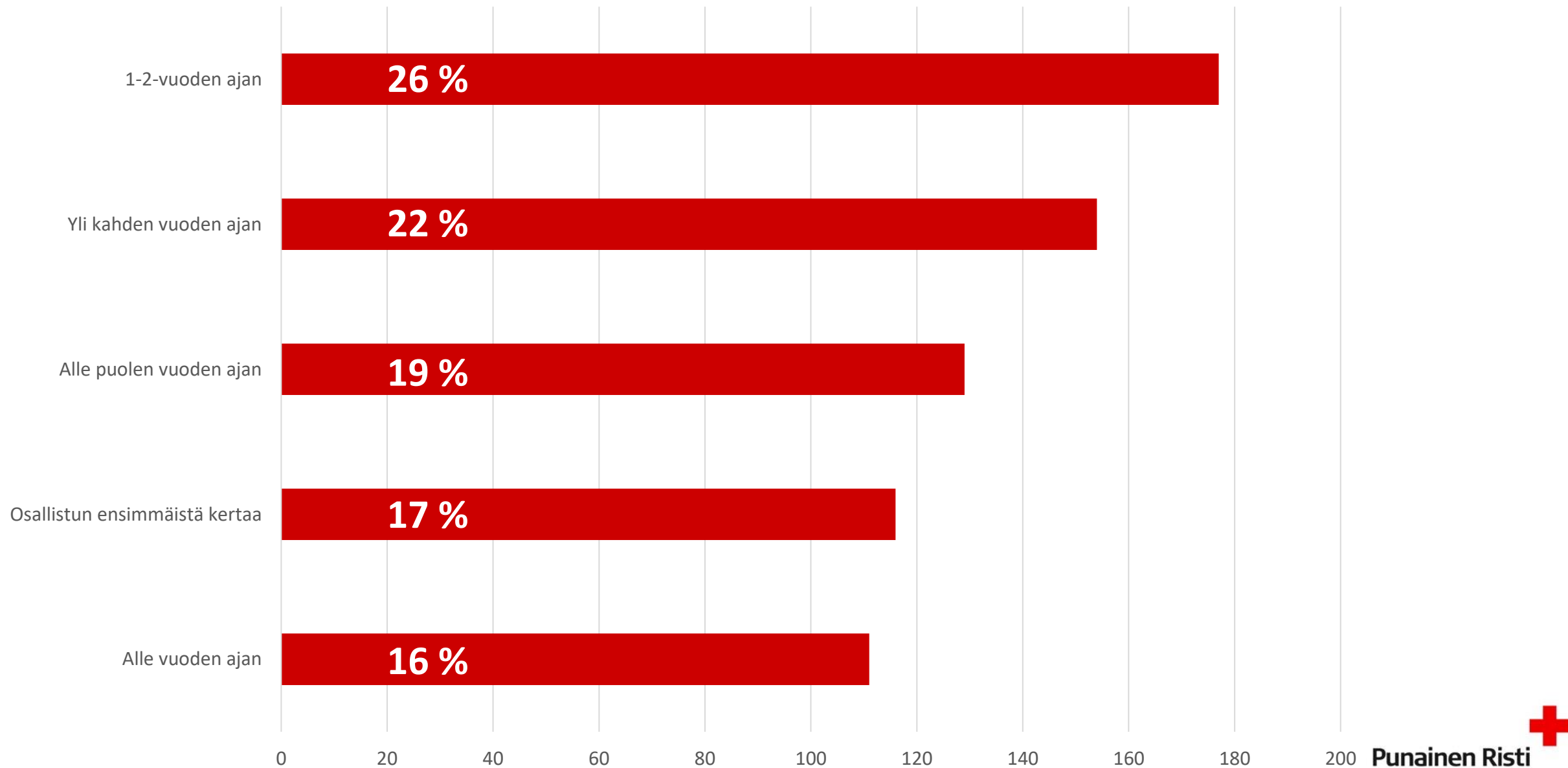
Työllisyystilanne:

40 % vanhuuseläkkeellä
20 % työttömänä/lomautettuna
11 % työkyvyttömyyseläkkeellä
10 % opiskelijana
7 % palkkatyössä
5 % työkyvyttömänä työttömänä
4 % kuntouttavassa työtoiminnassa, työkokeilussa tai vastaavassa
2 % vanhempain- tai hoitovapaalla
1 % sairauspäivärahalla / kuntoutustuella

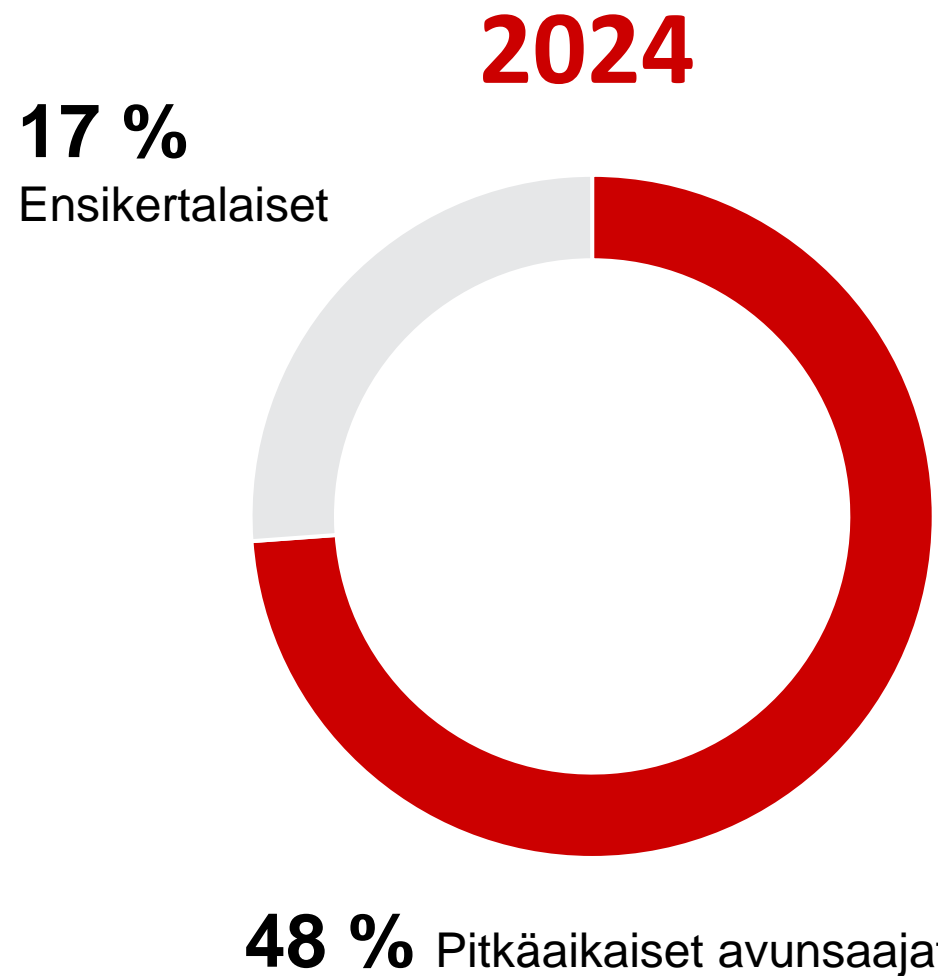
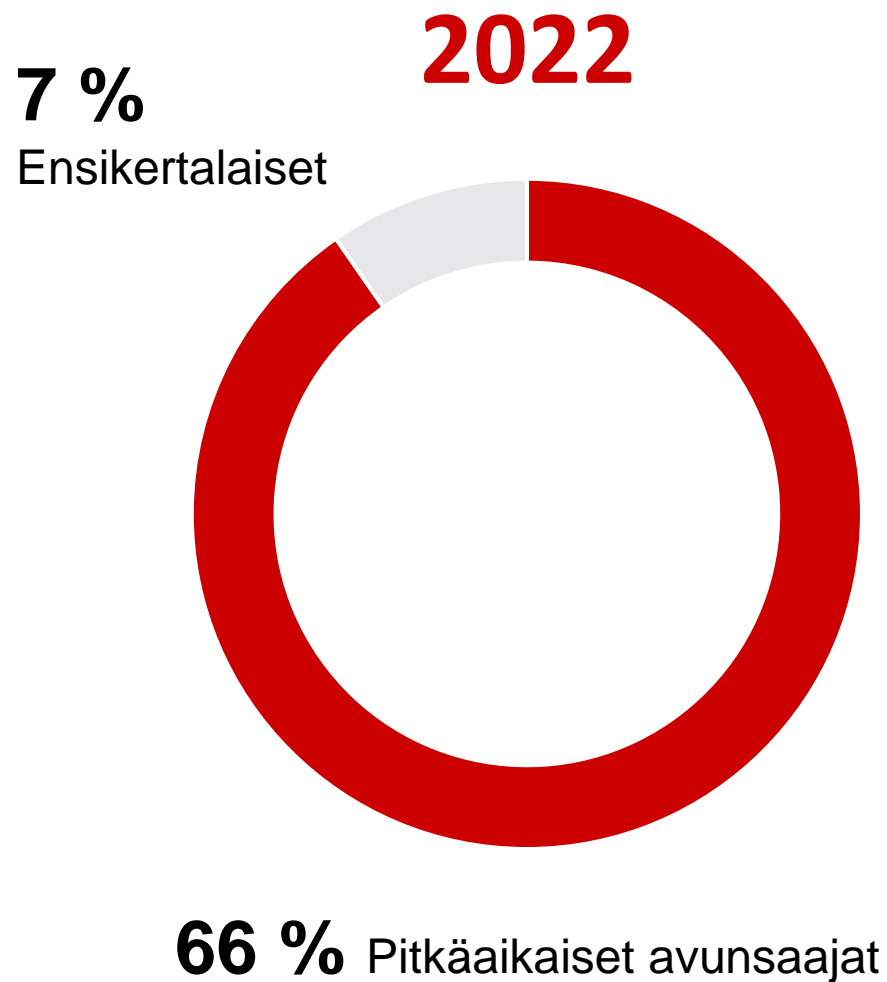
Kotitaloustyyppi:



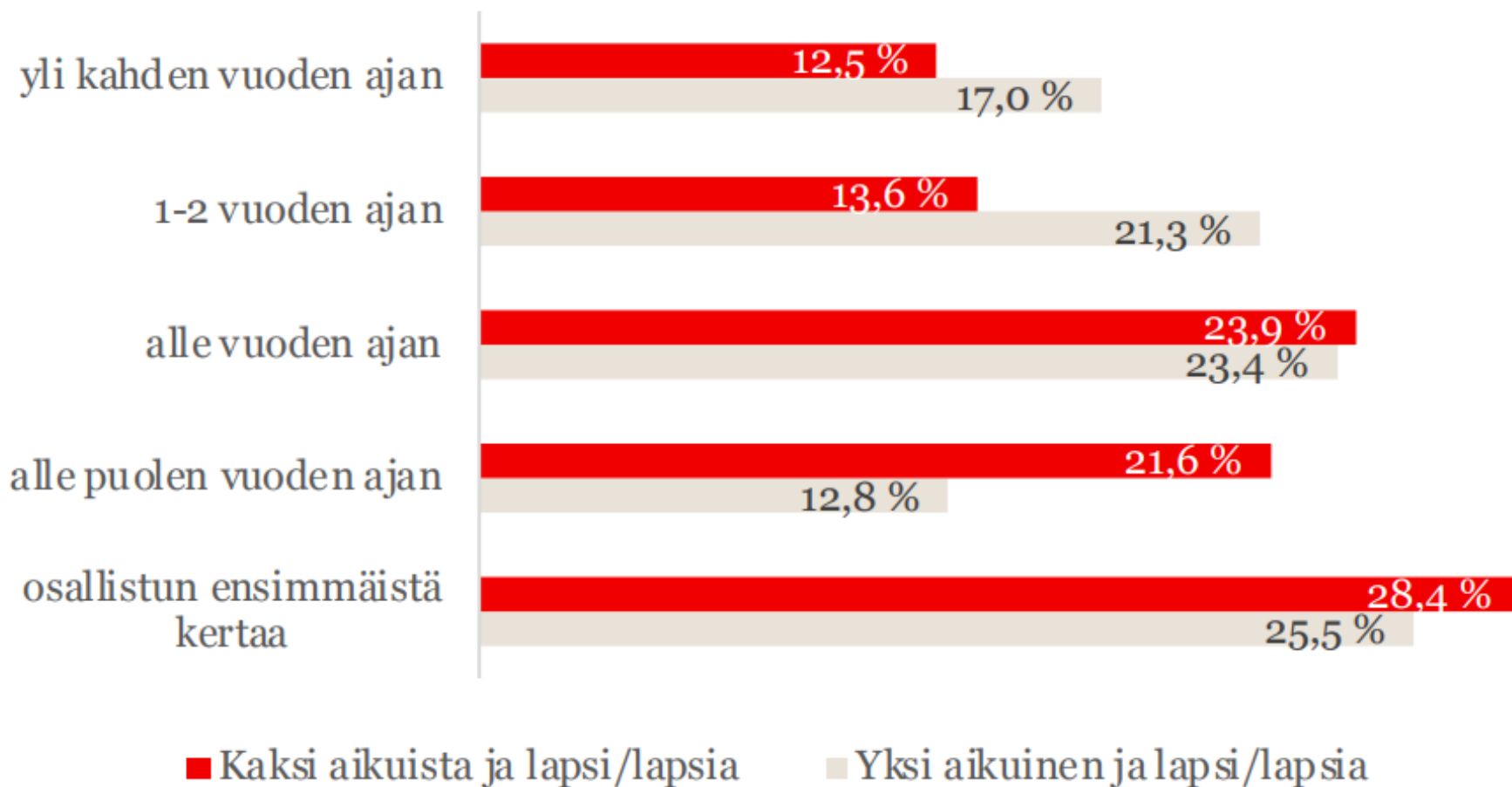
Ruoka-avussa asiointin aikajakso



Pitkäaikaisten avunsaajien ja ensikertaisten vertailua



Asioinnin aikajakso lapsiperheillä



**Miten köyhyys näkyy
ruoka-avussa?**

Tulojen riittävyys

31 %

Tuloni riittävät **vain välttämättömien menojen** kattamiseen

26 %

Tuloni eivät aina riitä **välttämättömiinkään menoihin**, ja joudun ajoittain karsimaan pakollisten menojen maksamisesta

20 %

Tuloni riittävät kattamaan **välttämättömät menot**, ja niistä jää välillä myös ylimääräistä rahaa

17 %

Tuloni ovat **jatkuvasti riittämättömät** elämiseen

6 % en osaa sanoa / vaikea arvioida

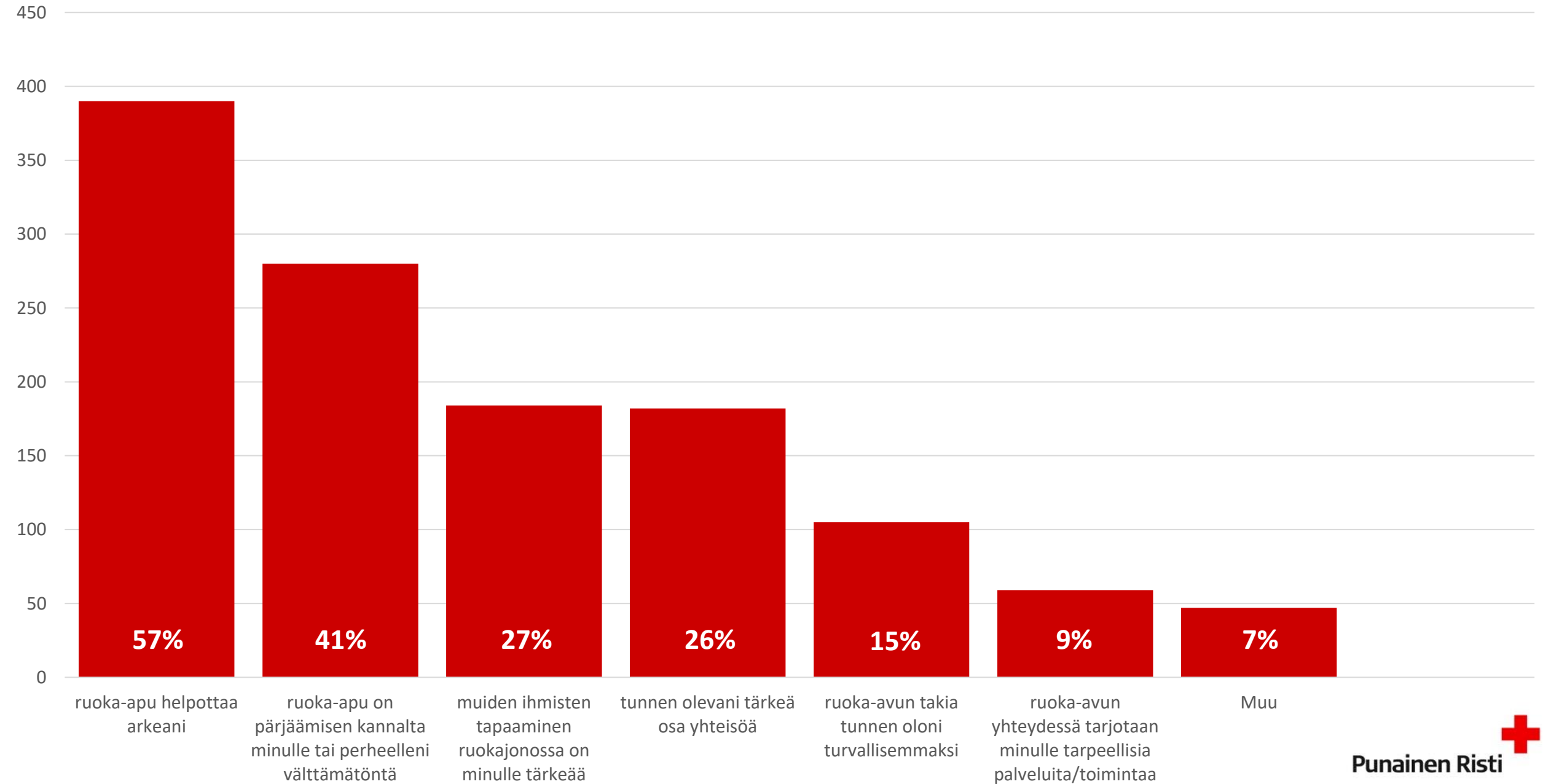
Työllisyystilanne	Tulojen riittävyys					Yht. (N)
	5	4	3	2	1	
Palkkatyössä tai yrittäjänä tms.	31,9 %	34,0 %	23,4 %	6,4 %	4,3 %	47
työttömänä tai lomautettuna	10,2 %	25,5 %	28,5 %	28,5 %	7,3 %	137
työkyvyttömänä työttömänä	3,0 %	21,2 %	33,4 %	33,4 %	9,1 %	33
vanhempain- tai hoitovapaalla	18,7 %	18,7 %	56,3 %	6,3 %	0,0 %	16
opiskelijana	7,0 %	32,4 %	25,4 %	22,5 %	12,7 %	71
vanhuuseläkkeellä	30,5 %	35,3 %	19,3 %	8,9 %	6,0 %	269
työkyvyttömyys-eläkkeellä	16,0 %	30,7 %	30,7 %	21,3 %	1,3 %	75
sairauspäivärahalla tai kuntoutustuella	25,0 %	12,5 %	37,5 %	12,5 %	12,5 %	8
kuntouttavassa työtoiminnassa tai vastaavassa	19,2 %	26,9 %	38,5 %	7,7 %	7,7 %	26

5 = tuloni riittävät kattamaan välttämättömät menot, ja niistä jää välillä myös ylimääräistä rahaa, **4** = tuloni riittävät vain välttämättömien menojen kattamiseen, **3** = tuloni eivät aina riitä välttämättömiinkään menoihin, ja joudun ajoittain karsimaan pakollisten menojen maksamisesta (esim. lääkkeet, ruoka, laskut), **2** = tuloni ovat jatkuvasti riittämättömät elämiseen **1** = en osaa sanoa/vaikea arvioida

Kotitalouden tyyppi	Tulojen riittävyys					Yht. (N)
	5	4	3	2	1	
yksi aikuinen, ei lapsia	20,5 %	34,1 %	26,6 %	13,9 %	5,0 %	361
kaksi aikuista, ei lapsia	27,0 %	26,4 %	22,1 %	17,8 %	6,7 %	163
yksi aikuinen ja lapsi/ lapsia	10,0 %	28,0 %	28,0 %	30,0 %	4,0 %	50
kaksi aikuista ja lapsi/ lapsia	15,6 %	28,9 %	28,9 %	17,8 %	8,9 %	90
muu, mikä?	11,8 %	29,4 %	17,6 %	23,5 %	17,6 %	17

5 = tuloni riittävät kattamaan välttämättömät menot, ja niistä jää välillä myös ylimääräistä rahaa, **4** = tuloni riittävät vain välttämättömien menojen kattamiseen, **3** = tuloni eivät aina riitä välttämättömiinkään menoihin, ja joudun ajoittain karsimaan pakollisten menojen maksamisesta (esim. lääkkeet, ruoka, laskut), **2** = tuloni ovat jatkuvasti riittämättömät elämiseen **1** = en osaa sanoa/vaikea arvioida

Syyt ruoka-avussa asioimiseen

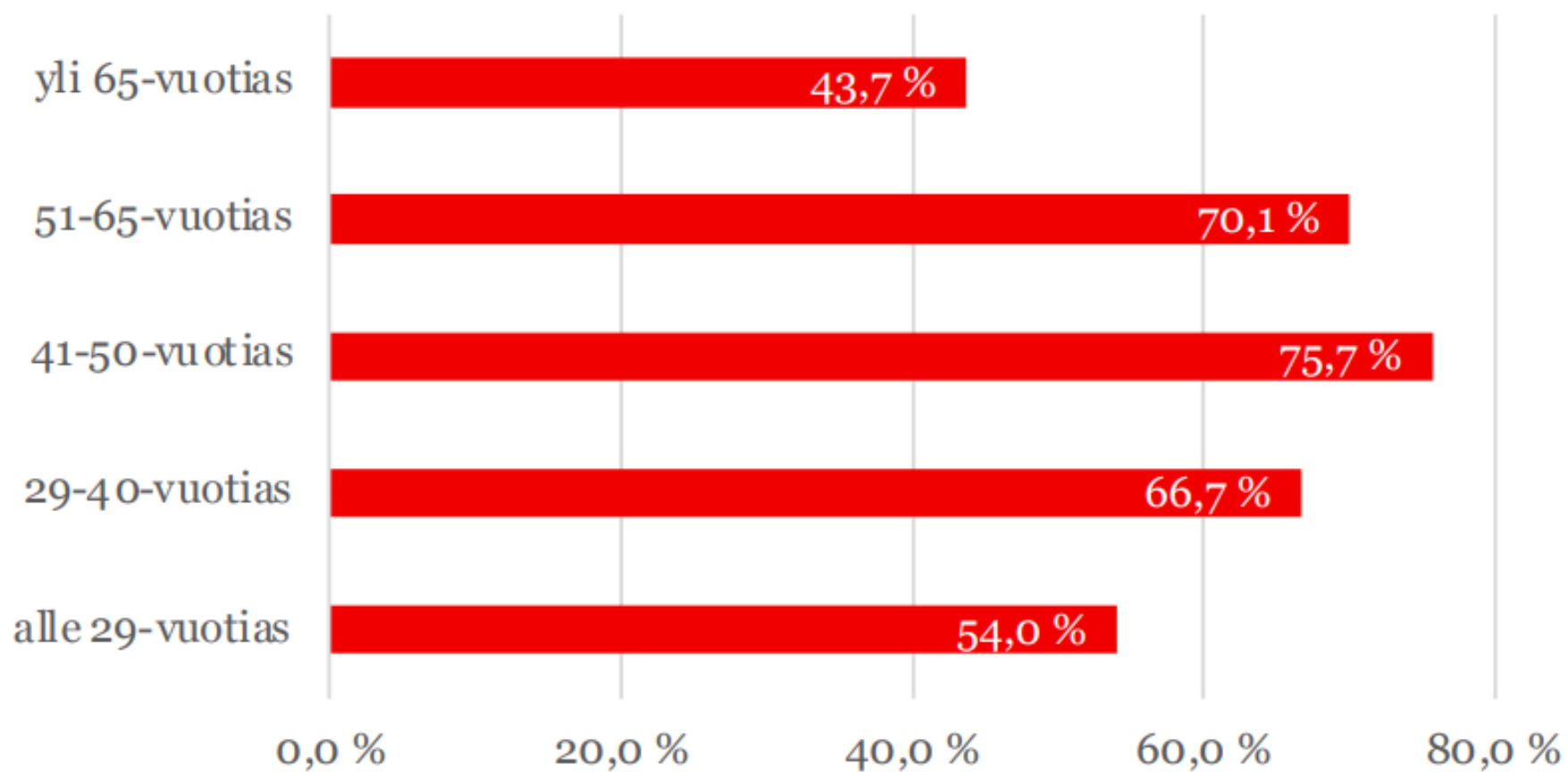


43 % vastaajista joutuu **ajoittain**
tai **jatkuvasti** karsimaan
pakollisista menoista

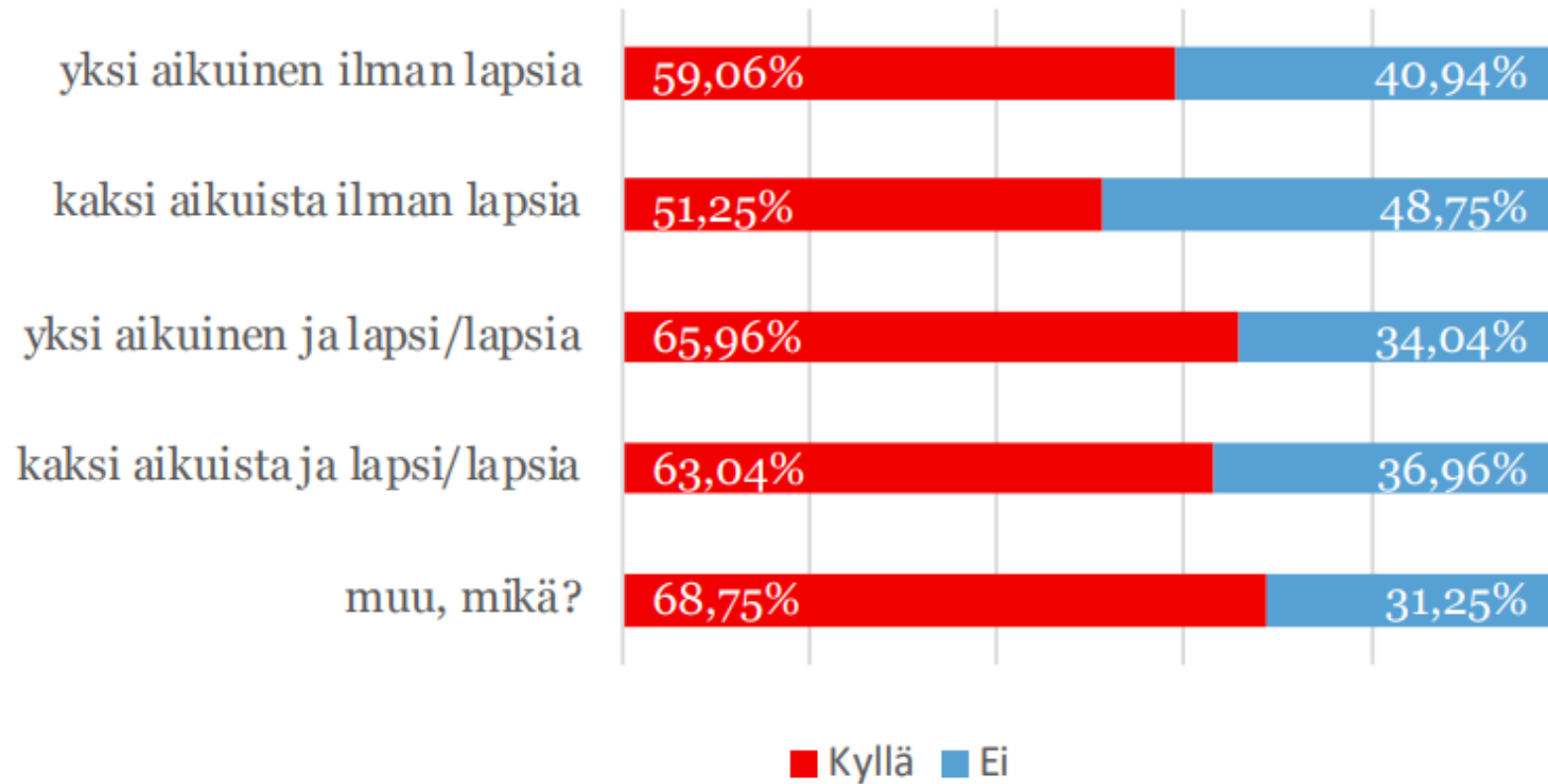
41 % sanoo, että **ruoka-apu** on
pärjäämisen kannalta minulle
tai perheelleni **välttämätöntä**

59 % kertoi vuoden 2024
sosiaaliturvavaleikkausten
lisänneen ruoka-avussa
asioinnin tarvetta

Leikkaukset ovat lisänneet asiointia



Ovatko leikkaukset lisänneet asiointiasi ruoka-avussa?



64 %

lapsiperheistä

68 %

opiskelijoista

75 %

työttömistä /
lomautetuista

**kertoo tämän vuoden
sosiaaliturvavaleikkausten lisänneen
asiointia ruoka-avussa.**

“Ilman ruoka-apua voisinkin joutua ulosottoon, koska en pystyisi maksamaan kaikkia laskuja.”

Ruoka-avun saaja

“Auttaa kun saa edes joskus lämpimän ruuan.”

"Jaksaa paremmin, kun saa päivittäin lämpimän aterian, eikä tarvi stressata."

“Allergikon tuotteet ovat jo valmiiksi kalliimpia joten voin ostaa omia jauhojani”

“Käyttörahaa on jäänyt välillä sen myötä että on pystynyt ostamaan lapsille tarvittavia vaatteita.”

“Nälkä on helpottanut.” “Saa syyä melkein joka päivä.”

“Ruokalaskun pienentyessä jää hiivenen enemmän rahaa laskujen ja lainojen maksuun > huoli vähenee > kodin ilmapiiri kevenee.”

”Ei ole tarvinnut lainata niin paljon rahaa kavereilta.”

”Ruokalasku paljon pienempi, pystyy määrättyt lääkkeet ostamaan.”

“On saanut ruokaa kun pankkitili ja jääkaappi on tyhjä. Joutuisi varmaan varastamaan kaupasta ruokaa että saa syödäkseen.”

Yhteenvetoa kyselystä

- Ensikertalaisten osuus kasvanut 2022 ja 2024 välillä yli kaksinkertaisesti (7 % > 18 %)
- Työttömät, lomautetut, opiskelijat sekä lapsiperheet kasvamassa olevia ryhmiä ruoka-avussa. Heillä tulojen riittämättömyys elämiseen yleistä.
- Sosiaaliturvaleikkausten ja elinkustannusten nousun seurauksena aiemmin jotenkuten taloudellisesti sinnitelleet ovat pudonneet apua tarvitsevien joukkoon.
- **59 %** kertoi sosiaaliturvaleikkausten lisänneen asiointia ruoka-avussa.
- 71 % kertoi ruoka-avun parantaneen hyvinvointia ja 27 % kertoi, että hyvinvointi on pysynyt ennallaan.
- Koko raportti: [SPR Valtakunnallisen ruoka-apukyselyn loppuraportti 2024](#)

Mitä muuta olemme havainneet?

- Asumistuen leikkaukset, työttömyysturvan muutokset ja viimesijaisen toimeentulotuen kiristykset aiheuttaneet taloudellista ahdinkoa, vuokravelkoja, häätöjä ja asunnon vaihtopaineita.
- Seurakuntien diakoniatyöstä tullut monelle viimesijainen avun muoto.
- Lisääntynyttä **toivottomuutta ja näköalattomuutta**.
- ESR+ maksukorttien tarve ja kysyntä kasvaneet.