

Perhekahvila- kysely 2025

Kyselyn koosteen koonnut Eila-Mari
Väättäinen, vastaava asiantuntija,
perhekeskustoiminta, MLL



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

LAPSET ENSIN



Sisältö

1. Mikä on MLL:n perhekahvila?
2. Vastaajien taustatietoja
3. Toiminta perhekahvilassa
4. Perhekahvilan hyvinvointikokemuksia
5. Kävijöiden toiveita ja kehittämis ehdotuksia
6. Perhekahvilan vapaaehtoisena toimiminen
7. Suositte lu
8. Yhteenvetoa tuloksista



Mikä on
perhekahvila?



MLL:n perhekahvilat

Perhekahvilan toimintaa suunnitellaan yhdessä kävijöiden toiveiden mukaisesti. Perhekahvilat syntyvät vanhempien omasta aloitteesta ja toimivat suurimmaksi osaksi vapaaehtoisvoimin.

Perhekahvilassa vanhempi tutustuu paikkakunnan muihin, samassa elämäntilanteessa oleviin vanhempiin ja lapset saavat ikäistään leikkiseuraa.

MLL:n perhekahviloita ylläpitävät MLL:n yhdistykset ja joillakin alueilla myös MLL:n piirijärjestöt. Pääsääntöisesti perhekahviloita ohjaavat vapaaehtoiset.

Perhekahvilat kokoontuvat erilaisissa kerhotiloissa, neuvoloissa, päiväkodeissa tai leikkipuistoissa. Perhekahvilat ovat avoinna yleensä aamupäivisin, 1–2 kertaa viikossa, pari tuntia kerrallaan. Joillakin alueilla on myös iltaperhekahviloita.

PERHEKAHVILAFAKTOJA

- 519 perhekahvilaa
- 72 %:ssa Suomen kunnista
- perheiden maksuton kohtaamispaikka

Vastaajien taustatietoja



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Vastaajien taustatietoja

- MLL:n perhekahvilakysely toteutettiin huhti-lokakuussa 2025 kahtena erillisenä verkkokyselynä, toinen kävijöille ja toinen vapaaehtoisille.
- Kyselyyn vastasi 593 perhekahvilan kävijää ja 97 vapaaehtoista.
- Vastanneista suurin osa (89 %) oli naisia ja heistä 58 % perhevapaalla ja 24 % työssä käyviä. Vastanneiden miesten osuus oli kasvanut edellisestä vuodesta 6 % > 8 %.
- Äidinkieli oli 94 %:lla vastaajista suomi, 1 %:lla ruotsi ja 5 % joku muu, kuten englantia, venäjä, turkki, arabia, persia, kurdi.
- Vastaajat kokivat sijoittuvansa keskivaiheille eriarvoisuuden tunnetta kysyttäessä. (ka 6,7, min 1. max. 10, keskihajonta 1,9). Kokemus eriarvoisuudesta oli laskenut edelliseen vuoteen verrattuna.
- Perheen taloudellisen tilanteen koki vastaajista 51 % hyväksi ja 30 % heikommaksi. Muutosta edelliseen vuoteen on siten, että 7 %-yksikköä enemmän vastaajista kokee taloudellisen tilanteen huolestuttavaksi.
- 70 % vastaajista kokee saavansa vaikeuksissa riittävästi apua läheisiltään
- 31 % vastanneista kokee olevansa yksinäisiä. Vuonna 2024 34 % koki olevansa yksinäisiä.
- Vanhemmuuteen kokee tarvitsevänsä tukea 27 % vastaajista
- 8 %:lla vastaajista ei ole läheistä ihmistä, joille voisi kertoa iloista ja suruista



Toiminta Perhekahvilassa

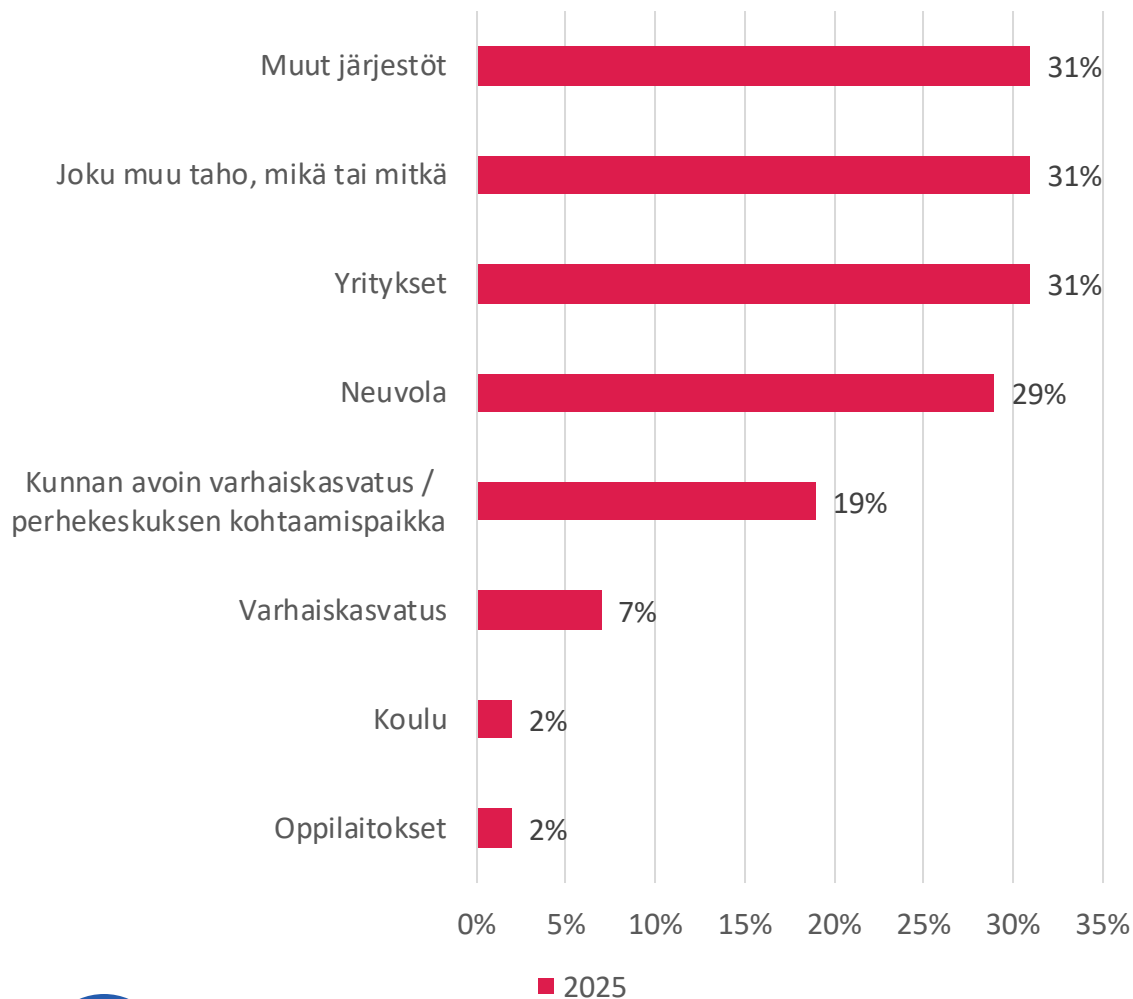


Miten perhekahvilaan löydetään? (kävijät)

- Suurin osa vastaajista (83 %) osallistuu aamulla tai aamupäivällä kokoontuvaan perhekahvilaan. Ilta-, iltapäivä- ja viikonloppukahvilat suosio on kasvanut aikaisempiin vuosiin verrattuna. Illalla osallistuu 27 %, iltapäivällä 10 % ja viikonloppuna 5 % vastaajista.
- Useimmiten perhekahvilaan löydetään MLL:n somekanavien tai ystävän suosituksen kautta.
- Perhekahvilan kävijät toivoivat mainostusta ja tiedotusta eri somealustojen lisäksi muissa kanavissa, jotta mahdollisimman moni löytäisi mukaan toimintaan.



Perhekahvilan yhteistyökumppanit ja yhteistyön muodot



- Yritysyhteistyökumppanien määrä kasvoi edellisestä vuodesta
- Muita yhteistyötahoja olivat kunnat ja niiden nuorisopalvelut, kirjasto ja liikuntatoimi sekä paikalliset kaupat, urheiluseurat asukasyhdistykset.
- Yhteistyökumppanien kanssa järjestetään yhteisiä tapahtumia ja vierailuja
- Yhteistyökumppanit mahdollistavat perhekahvilalle tilat
- Lisäksi yhteistyökumppanit mainostavat ja tiedottavat toiminnasta, käyvät asiantuntijavierailulla sekä antavat lahjoituksia ja sponsoroivat toimintaa.

Perheiden osallisuus perhekahvilassa

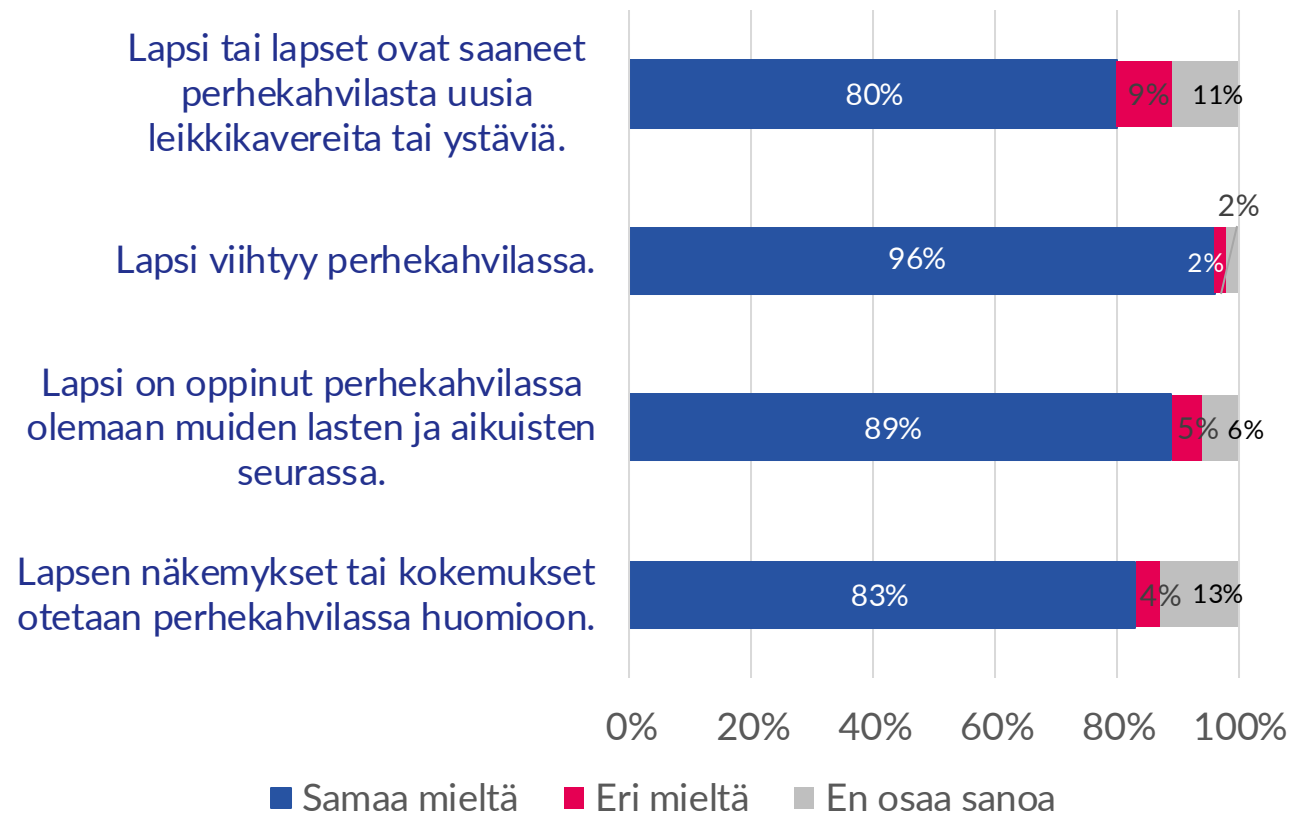
- Vastaajista 91 % kokee olevansa tervetullut ja 93 % kokee, että ilmapiiri on turvallinen perhekahvilassa.
- 79 % kokee, että heidän ajatuksistaan ja kokemuksistaan ollaan kiinnostuneita.
- Noin puolet vastaajista kokee, että voi vaikuttaa ohjelmaan tai muihin asioihin perhekahvilassa.
- Vastaajista lähes kaksi kolmasosaa kokee, että perheiden monimuotoisuus huomioidaan perhekahvilassa, ja 60 % mielestä monikulttuurisuus huomioidaan.
- 35 % vastaajista on osallistunut perhekahvilan suunnitteluun tai toteutukseen.



Lasten kokemukset perhekahvilasta

Lasten huomiointi perhekahvilassa on vahvistunut edellisiin vuosiin verrattuna

- 96 % vanhemmista koki, että lapsi viihtyy perhekahvilassa (+2 %-yksikköä)
- 89 % mielestä lapsi on oppinut olemaan muiden lasten ja aikuisten kanssa perhekahvilassa (+5 %-yksikköä)
- 80 % lapsista on saanut perhekahvilasta uusia leikkikavereita tai ystäviä (+ 4 %-yksikköä)
- 83 % mielestä perhekahvilassa otetaan huomioon lasten näkemykset tai kokemukset (+9 %-yksikköä)



Perheiden odotuksia perhekahvilan toiminnasta

- Kaikkein eniten toivotaan vapaamuotoista keskustelua ja lapsille suunnattua toimintaa.
- Yhteisten ruokailuhetkien merkitys on kasvanut edelleen. Myös ruokajakelua toivoo yhä useampi perhekahvilakävijä.
- Perheet toivovat perhekahvilan tuovan rytmiä arkeen sekä rohkaisua ja tukea arjessa jaksamiseen.
- Yhä enemmän toivotaan myös yhteistä tekemistä, tietoa lapsiperheiden palveluista ja lastenhoitoapua.



Perhekahvilan hyvinvointikokemuksia



Perhekahvila lisää mielen hyvinvointia ja tukee vanhemmuudessa

- 84 % vastaajista koki, että perhekahvilassa käymisellä on positiivisia vaikutuksia mielialaan
- 80 % vastaajista lähtee perhekahvilasta kotiin paremmalla mielellä kuin oli sinne tullessaan
- 73 % mielestä perhekahvilassa käyminen vahvistaa arjessa jaksamista

Vanhemmat kokevat, että perhekahvilassa käyminen

- tuo paljon rytmiä arkeen (66 %)
- vahvistaa paljon vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta (64 %)
- lisää paljon luottamusta omiin kykyihin vanhempana (61 %)

”Perhekahvilassa käynti tuo vaihtelua arkeen, ja lapsi ei ole niin turhautunut kotona perhekahvilassa käynnin jälkeen.”

”Perhekahvilat ovat olleet meidän vauva- ja taaperovuoden pelastus. Olen saanut jutella muiden kanssa ja lapsi on saanut seuraa.”

Perhekahvilan kävijöiden sitaatteja

Perhekahvila luo yhteisöllisyyttä ja vertaistukea

- 93 % kävijöistä kokee ilmapiirin turvalliseksi.
- 70 % kokee, että perhekahvilassa käyminen on vähentänyt paljon yksinäisyyttä.
- Yli kaksi kolmesta kävijästä kokee, että perhekahvilassa käymisen kautta tuntee kuuluvansa porukkaan ja perhekahvilasta on saanut uusia tuttavita ja ystäviä.
- Puolet vastaajista kokee, että perhekahvila auttaa kotiutumaan uudelle paikkakunnalle.

Perhekahvilassa saatu vertaistuki kannattelee

- 68 % vanhemmista kokee, että keskustelut perhekahvilassa muiden kanssa keventävät paljon oloa, kun kuulee, että muillakin on samankaltaisia kokemuksia
- 60 % kävijöistä kokee, että keskustelut muiden kanssa auttavat ymmärtämään paremmin omaa lasta sekä oppimaan lisää vanhemmuudesta

"Vapaamuotoinen toiminta, johon voi osallistua silloin kun itselle sopii, eikä sido tiettyyn aikatauluun. Perheellämme ei ole sukulaisia lähetyvillä ja heikot tukiverkot, lapsi kohtaa muita aikuisia säännöllisesti perhekahvilassa mitä muutoin tapahtuu vain harvoin, sillä lapsi ei ole vielä varhaiskasvatuksessa. Itselle tärkeä hetki tavata muita samassa tilanteessa olevia vanhempia, yksinäisyys on vähentynyt."

"Jokaisen huomioonottava ja lämmin ilmapiiri. Tuntuu, että jokainen lapsi vanhempineen on yhtä tärkeä. Lasten yhteistä leikkiä on ilo katsella. Tuntuu hyvältä, että lapseni ei ole yksinäinen."

"Erityisen tärkeäksi olen kokenut perhekahvilan tuoman selkeämmän rytmin ja helpotuksen arkeen."

"Perhekahvilassa ilahduttaa huomata, että muut kokee samoja tunteita enkä ole yksin."

Perhekahvilan kävijöiden sitaatteja

Perhekahvilakävijöitä ilahduttaa

”Perhekahvilatoiminta on todella pelastanut meidän arjen! On ihanaa, että siellä on mahdollisuus käydä päivittäin, saada tukea vanhemmuuteen ja virikkeitä lapselle.”

” Arjen rytmitys ja lapsille tekemistä ilman suurta vaivaa – helpottaa jaksamista.”

” Yhteisöllisyys! Ihanaa, että on yhteisöllistä toimintaa.”

” Erittäin tärkeäksi olen kokenut perhekahvilan tuoman selkeämmän rytmin ja helpotuksen arkeen.”

” On ihana päästä pois omien seinien sisältä. Vauva viihtyy paremmin ja itse saa hengähtää.”

”Perhekahvilat ovat olleet meidän vauva- ja taaperovuoden pelastus. Olen saanut jutella muiden kanssa ja lapsi on saanut seuraa. ”

” Nähdä samassa tilanteessa olevia, jotka ymmärtävät puolesta sanasta jos on ollut vaikka vaikea yö.”

” Kohtaamiset muiden vanhempien kanssa. Huomata, että muut kokee samoja tunteita enkä ole yksin.”

Perhekahvilakävijöiden sitaatteja

”Muiden vanhempien ja lasten kohtaaminen koska olen yksinäinen. Sosiaaliset kontaktit omille lapsille.”

”Kiitos kun jaksatte tehdä tätä! Olen niin iloinen, että tällaista toimintaa on.”

”Toimintanne on tärkeää etenkin pienillä paikkakunnilla ja syrjäkylillä.”

”Jokaisen huomioonottava ja lämmin ilmapiiri. Tuntuu, että jokainen lapsi vanhempineen on yhtä tärkeä.”

”Kaikille avoin paikka. Rentoa yhdessä oloa ja arjen asioiden jakamista.”

”Perhekahvila ja kaikki MLL:n toiminta on todella tärkeää perheemme hyvinvoinnin kannalta.”

”Minun omat lapset ovat jo vanhempia, mutta perhekahvila oli meille hengissä pysymisen edellytys ”

”Matalan kynnyksen kokoontumispaikka kaikille, osallistuminen ei ainakaan jää varallisuudesta kiinni.”

”Helppo tulla ja olla, aivan sama onko tuttuja paikalla vai ei. Lämmin yhteinen olohuone!”



Perhekahvilan
vapaaehtoiset



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Perhekahvilan vapaaehtoiset

88%

vapaaehtoisista suosittelee
vapaaehtoistehtäviä perhekahvilassa.

*"Ihmisten kohtaaminen, vertaistuki ja samojen asioiden
mahdollistaminen muille."*

*"Saan olla osana
toiminnan järjestämisestä,
mikä on todella tärkeää.
Se lisää yhteisöllisyyttä,
antaa tukea
vanhemmuuteen ja lapset
pääset leikkimään."*

89%

kokee voivansa
vaikuttaa
asuinpaikan
lasten ja
perheiden
hyvinvointiin.

TOP 3

Vapaaehtoisena ilahduttaa:

- 1 Kohtaamiset lasten ja vanhempien kanssa sekä vertaistuki
- 2 Kokemus toiminnan ja oman panoksen tarpeellisuudesta
- 3 Toiminnan mahdollistaminen alueelle

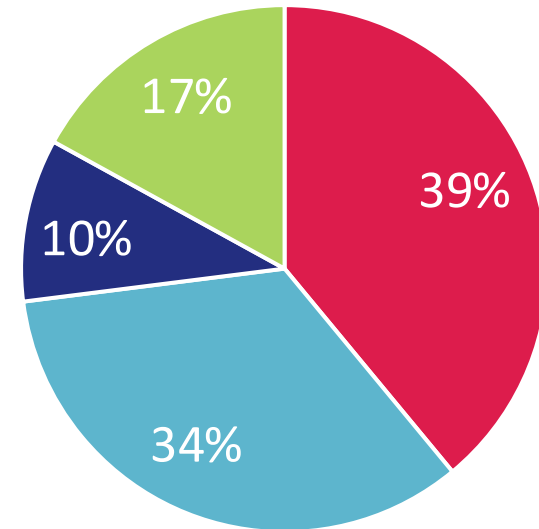
97%

perhekahvilan vapaaehtoisista
saa tuttavlia tai uusia ystäviä

Perhekahvilan vapaaehtoiset 2025

- Vapaaehtoiset toimivat erilaisissa rooleissa perhekahviloissa, mm. ohjaajina, mummina tai vaarina.
- Perhekahvilan vapaaehtoiset ovat suurimmaksi osaksi työelämässä (38 %), perhevapaalla (33 %) tai eläkeläisiä (13 %).
- Vapaaehtoisena jatkamisen todennäköisyyden keskiarvo oli 7,4 (asteikko 0-10).
- Yleisimmät syyt jäädä pois vapaaehtoisuudesta olivat paluu työelämään vanhempainvapaalta (46 %) ja ettei ole aikaa toimia vapaaehtoisena (14 %) sekä muita syitä, kuten omien lasten ikä suhteessa kävijöiden ikään.

Kuinka kauan olet toiminut perhekahvilassa vapaaehtoisena?



Mitä vapaaehtoisuudesta saa?

- Tuo iloa ja hyvää mieltä (95 %) ja merkityksellistä tekemistä (97 %)
- Auttaa tutustumaan uuteen asuinpaikkakuntaan (63 %)
- Saa kokemuksen itselle tärkeään ryhmään kuulumisesta (89 %)
- Vapaaehtoisena saa myös tukea omaan vanhemmuuteen (57 %) ja lapset saavat mielekästä tekemistä (86 %)
- Vapaaehtoisuus vahvistaa myös osaamista mm. vuorovaikutukseen sekä toiminnan suunnitteluun ja organisointiin

"Yhteisöllisyys ja iloinen puheensorina kahvilassa ja muiden vanhempien kanssa käydyt keskustelut. Myös se, että minusta on tullut niin tuttu monelle lapselle, et he tulevat syliin istumaan ja juttelemaan, ilahduttaa."

"Lasten ilo, vanhempien tyytyväisyys siitä, että kannatti tulla perhekahvilaan. Ohjelman suunnittelu yhdessä vapariparin kanssa on tosi kivaa ja innostavaa."

Perhekahvilan ohjaajien sitaatteja

Perhekahvilan vapaaehtoisten sitaatteja

“On ihanaa kun me vapaaehtoiset jo keskenään muodostamme oman vanhemmuuden tukiryhmän... Yhteisöllisyys on todella tärkeää.”

“Kun saan mahdollistaa kohtaamispaikan pienten lasten vanhemmille ja perheille.”

“Lasten ilo, vanhempien tyytyväisyys siitä, että kannatti tulla perhekahvilaan.”

“Myös isät käyvät ja osallistuvat.”

“I have learnt a lot here and I plan on using what I gained here in a varhaiskasvatus course.”

“Tapaan muita samassa elämäntilanteessa olevia ja saan omaan viikkooni rytmiä.”

“Saan myös harjoittaa kielitaitoani (englanti, ruotsi, venäjä).”

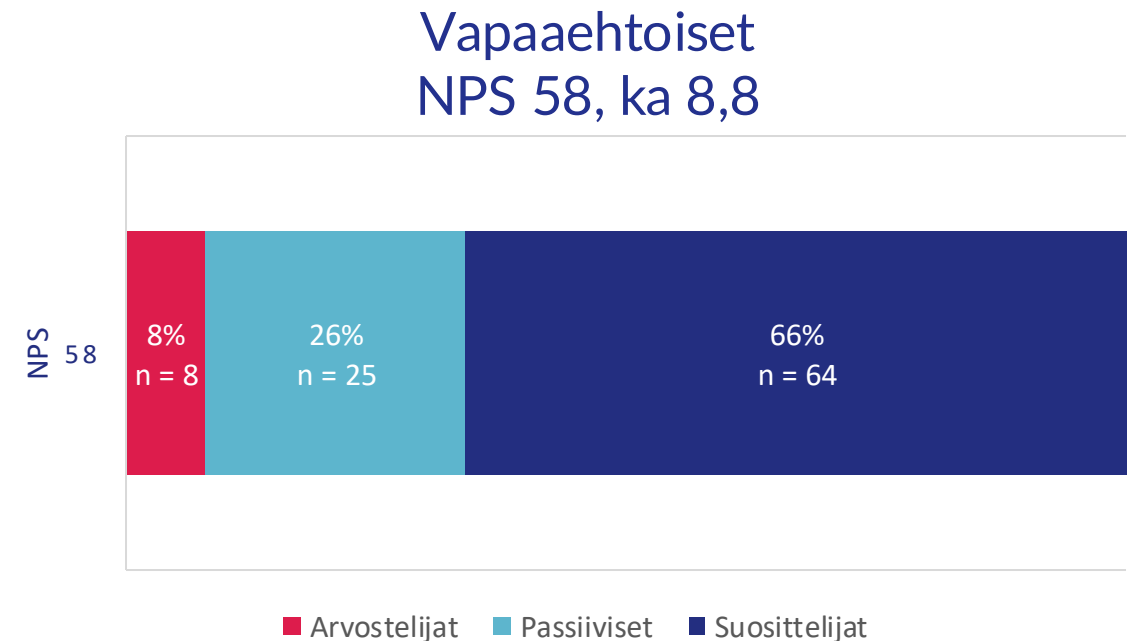
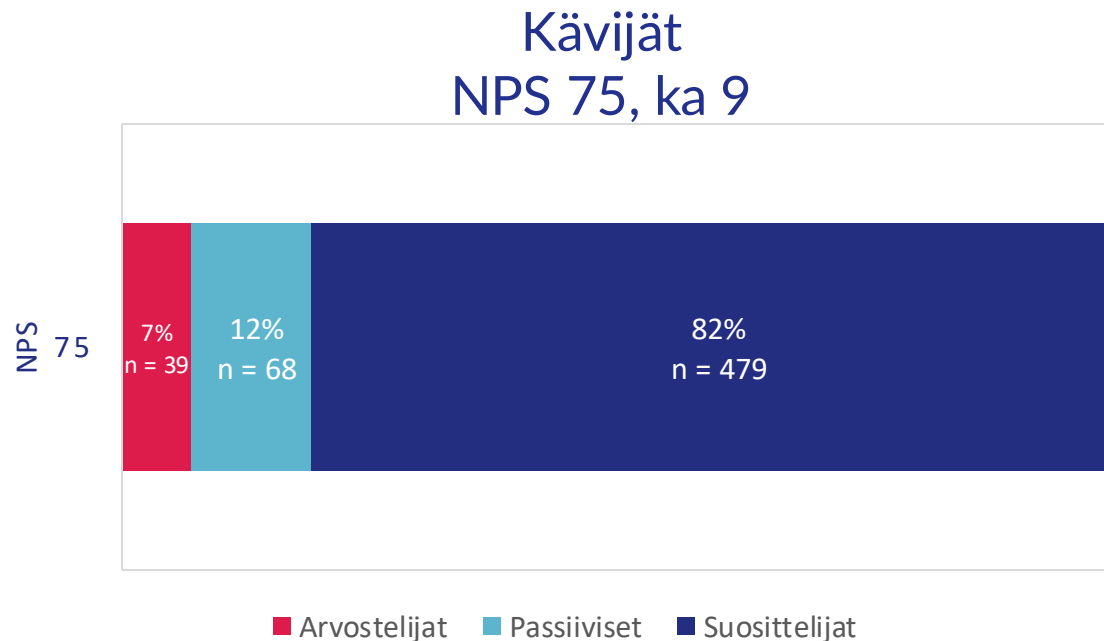
Perhekahvilan suosittele



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Perhekahvilan suosittelu

Kävijöiden suosittelu luku kasvoi 7 %-yksikköä vuoden 2024 NPS-luvusta
(v. 2024 NPS 68, ka 9, v. 2025 NPS 75, ka 9,2)



Arvostelijat = 0-6, Passiiviset = 7-8 ja Suosittelijat = 8-9

Yhteenvetoa
tuloksista



Perhekahvilakyselyn 2025 päähuomiot

- Vastaajien määrä lähes kaksinkertaistui kävijöiden osalta. Vuoden 2025 kyselyssä vastaajia oli 593 kävijää.
- Perhekahvilassa käy aiempaa enemmän isiä ja monikulttuurisia perheitä.
- Perheiden taloudellinen huoli kasvanut (+7 %-yksikköä), mikä näkyy toiveissa, kuten yhteiset ruokailuhetket ja ruokajakelun merkitys korostuvat. Toiminnan maksuttomuus ja saavutettavuus on entistä tärkeämpää.
- Perheet odottavat perhekahvilalta vapaamuotoista keskustelua, lapsille suunnattuja toimintatuokioita, rohkaisua ja tukea arjessa jaksamiseen, tietoa lapsiperheiden palveluista, mahdollisuutta juoda kupillinen kahvia rauhassa sekä yhteistä tekemistä koko perheelle.
- Perheiden osallisuuden kokemus vahvistunut, muun muassa ilmapiiri koetaan entistä paremmaksi ja monimuotoisuutta huomioidaan enemmän.
- Perheet saavat perhekahvilasta enemmän vanhemmuuden tukea, jolla on vaikutusta lapsen ymmärtämiseen ja vanhemmuudesta oppimiseen.
- Perheet kokevat, että perhekahvilassa käyminen parantaa mielialaa (84 %), vahvistaa arjessa jaksamista (73 %) ja vähentää yksinäisyyttä (70 %). Myös vanhemmuuden tuella ja vertaistuellalla on tärkeä merkitys perheille.
- Lapset viihtyvät perhekahvilassa (96 %) ja 80 % lapsista on saanut uusia leikkikavereita.
- Perheet suosittelevat vahvasti perhekahvilatoimintaa (NPS 75, ka 9)



Keskeiset huomiot perhekahvilan vapaaehtoisista

- Vastaajat: 97 vapaaehtoista, joista 75 % perhekahvilan ohjaajia ja 34 % perhekahvilavastaavia.
- Vapaaehtoisten ikä on laajentunut, yhä enenevässä määrin myös eläkeikäisiä mukana.
- Vapaaehtoisten vaihtuvuus on edelleen suurta ja alle vuoden toimineiden vapaaehtoisten määrä on kasvanut edellisvuoteen verrattuna 6 %-yksikköä. Vapaaehtoisten jatkamisen todennäköisyyden keskiarvon laskenut ja useimmiten syy lopettamiseen on paluu työelämään (46 %).
- Vapaaehtoisia motivoi useimmiten se, että he kokevat voivansa vaikuttaa lasten ja perheiden hyvinvointiin (89 %) sekä voi auttaa muita ja kokee olevansa tarpeellinen (94 %). Lisäksi iloa tuottavat kohtaamiset ja yhteisöllisyys, lasten ilo ja perheiden tyytyväisyys.
- Vapaaehtoiset kokevat saavansa merkityksellistä tekemistä (97%) sekä iloa ja hyvää mieltä (95 %), uusia tuttavlia ja ystäviä (67 %). Vapaaehtoisuus on lisännyt voimavaroja (74 %). Lisäksi vapaaehtoiset kokevat saavansa tukea omaan vanhemmuuteen (57 %) sekä lapset/perhe on saanut mielekästä tekemistä (86 %).
- Vapaaehtoisten kokemus tuesta vahvistunut. Vapaaehtoiset kokevat yhä useammin, että heidän työtään arvostetaan (+13 %-yksikköä). Koulutuksien riittävyys on kasvanut sekä tukea ja ohjausta on paremmin saatavilla. Yhä useampi vapaaehtoinen kokee, että hänellä on riittävät tiedot ja taidot vapaaehtoisena toimimiseen (93 %, kasvua 9 %-yksikköä).
- Vapaaehtoiset suosittelevat vahvasti perhekahvilan vapaaehtoisena olemista (NPS 58, ka 8,8).
- Haasteet ja kehittämistarpeet: Vapaaehtoisten määrän lisääminen ja vahvempi perehdytys ja koulutus.



Lue lisää
perhekahviloista
osoitteesta mll.fi
ja tule mukaan!



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO



LAPSET ENSIN