

خلاصه‌ای از هزینه‌های زندگی ماه فوریه ۲۰۲۴ در شهر استکهلم سوئد:

• هزینه ماهانه یک خانواده چهار نفره بدون اجاره، ۳۷۵۳۴ کرون است.

• هزینه ماهانه یک فرد مجرد بدون اجاره، ۱۰۲۰۱ کرون است.

هزینه ماهانه اجاره مسکن:

(نوسان قیمتی)

۱۰۶۷۷ کرون (۷۰۰۰ تا ۱۸۰۳۲)

آپارتمان (یک خوابه) در مرکز شهر

۷۷۲۰ کرون (۵۰۰۰ تا ۱۳۵۲۴)

آپارتمان (یک خوابه) خارج از مرکز

۱۵۷۷۱ کرون (۱۱۰۰۰ تا ۳۰۰۰۰)

آپارتمان (سه اتاق خواب) در مرکز شهر

۱۲۳۳۹ کرون (۹۰۰۰ تا ۲۲۰۰۰)

آپارتمان (سه اتاق خواب) خارج از مرکز

هزینه رستوران:

۱۲۰ کرون (۹۰ تا ۲۰۰)

غذا، رستوران ارزان

۸۰۰ کرون (۵۰۰ تا ۱۳۰۰)

غذا برای ۲ نفر، رستوران متوسط، سه وعده غذایی

۱۰۰ کرون (۹۰ تا ۱۲۰)

غذا در مک دونالد (یا غذای ترکیبی معادل آن)

۴۳ کرون (۲۲ تا ۶۰)

کاپوچینو (معمولی)

۲۴ کرون (۱۵ تا ۳۹)

کوکا/پپسی (بطری ۳۳۰ میلی لیتری)

۲۲ کرون (۱۵ تا ۳۰)

آب (بطری ۳۳۰ میلی لیتری)

هزینه خوار و بار:

۱۷ کرون (۱۲ تا ۲۲)

شیر معمولی (۱ لیتر)

۳۰ کرون (۱۹ تا ۴۳)

نان سفید تازه (۵۰۰ گرم)

۳۶ کرون (۲۰ تا ۵۰)

برنج سفید (۱ کیلوگرم)

۴۲ کرون (۳۰ تا ۵۴)

تخم مرغ معمولی (۱۲ عددی)

۱۲۰ کرون (۸۳ تا ۲۰۰)

پنیر محلی (۱ کیلوگرم)

۱۲۶ کرون (۷۵ تا ۱۷۹)

فیله مرغ (۱ کیلوگرم)

۱۷۵ کرون (۱۰۰ تا ۳۰۰)

گرد ران گوشت گاو (۱ کیلوگرم)

سیب (۱ کیلوگرم)	۳۰ کرون (۱۵ تا ۴۰)
موز (۱ کیلوگرم)	۲۷ کرون (۲۰ تا ۳۵)
پرتقال (۱ کیلوگرم)	۳۱ کرون (۱۸ تا ۴۵)
گوجه فرنگی (۱ کیلوگرم)	۴۶ کرون (۲۴ تا ۶۷)
سیب زمینی (۱ کیلوگرم)	۱۶ کرون (۱۰ تا ۲۳)
پیاز (۱ کیلوگرم)	۱۸ کرون (۱۲ تا ۲۸)
کاهو (۱ سر)	۲۳ کرون (۱۵ تا ۳۵)
آب (بطری ۱,۵ لیتری)	۱۵ کرون (۹ تا ۲۵)
سیگار Marlboro (بسته ۲۰ تایی)	۷۰ کرون (۶۳ تا ۸۰)

هزینه حمل و نقل:

بلیط یک طرفه (حمل و نقل محلی)	۳۵ کرون (۲۷ تا ۴۲)
کارت ماهانه (قیمت عادی)	۸۴۵ کرون (۶۲۴ تا ۱۰۲۰)
ورودی تاکسی (تعرفه معمولی)	۶۰ کرون (۴۸ تا ۱۰۰)
تاکسی ۱ کیلومتر (تعرفه معمولی)	۱۹ کرون (۱۳ تا ۴۱)
تاکسی ۱ ساعت انتظار (تعرفه عادی)	۵۹۰ کرون (۴۰۰ تا ۷۲۰)
بنزین (۱ لیتر)	۱۹,۷۶ کرون (۱۹ تا ۲۲)
فولکس واگن گلف ۱,۴	۲۶۰۰۰ کرون (۲۳۹۰۰۰ تا ۳۳۸۰۰۰)
تویوتا کرولا سدان ۱,۶	۲۷۹۰۰۱ کرون (۲۳۵۰۰۰ تا ۳۵۰۰۰۰)

هزینه ماهانه انرژی و مخابرات:

پایه (برق، گرمایش، سرمایش، آب، زباله) برای ۸۵ متر مربع آپارتمان	۱۰۳۸ کرون (۵۰۰ تا ۲۳۱۹)
طرح خدمات موبایل ماهانه با مکالمه و ده گیگا بایت اینترنت	۲۹۳ کرون (۱۶۰ تا ۳۰۰)
اینترنت (۶۰ مگابایت بر ثانیه یا بیشتر، داده نامحدود، کابل/ADSL)	۳۲۰ کرون (۲۰۰ تا ۴۹۹)

هزینه ورزش و اوقات فراغت:

۳۷۸ کرون (۲۵۰ تا ۵۹۹)

۲۷۰ کرون (۱۸۰ تا ۴۰۰)

۱۵۵ کرون (۱۳۵ تا ۲۴۸)

باشگاه بدنسازی، هزینه ماهانه برای یک بزرگسال

اجاره زمین تنیس (۱ ساعت آخر هفته)

سینما، اکران بین‌المللی، ۱ صندلی

هزینه مراقبت از کودکان:

۱۳۹۹ کرون (۱۰۰۰ تا ۱۶۵۰)

۳۲۹۵۶ کرون (۱۴۹۰۰ تا ۱۰۰۰۰۰)

پیش دبستانی (یا مهدکودک)، تمام روز، خصوصی، ماهانه برای یک کودک

دبستان بین‌المللی، سالانه برای یک کودک

هزینه پوشاک و کفش:

۸۷۷ کرون (۴۰۰ تا ۱۲۰۰)

۳۸۴ کرون (۲۰۰ تا ۶۰۰)

۹۳۰ کرون (۵۵۰ تا ۱۳۰۰)

۱۳۱۷ کرون (۷۰۰ تا ۲۰۰۰)

یک شلوار جین

یک لباس تابستانی در فروشگاه زنجیره‌ای

یک جفت کفش نایک برای دویدن (معمولی)

یک جفت کفش اداری چرم مردانه

قیمت خرید آپارتمان:

۵۶۸۵۰ کرون (۳۰۰۰۰ تا ۱۱۰۰۰۰)

۳۵۴۴۰ کرون (۲۰۰۰۰ تا ۶۲۰۰۰)

قیمت هر متر مربع آپارتمان در مرکز شهر

قیمت هر متر مربع آپارتمان در خارج از مرکز

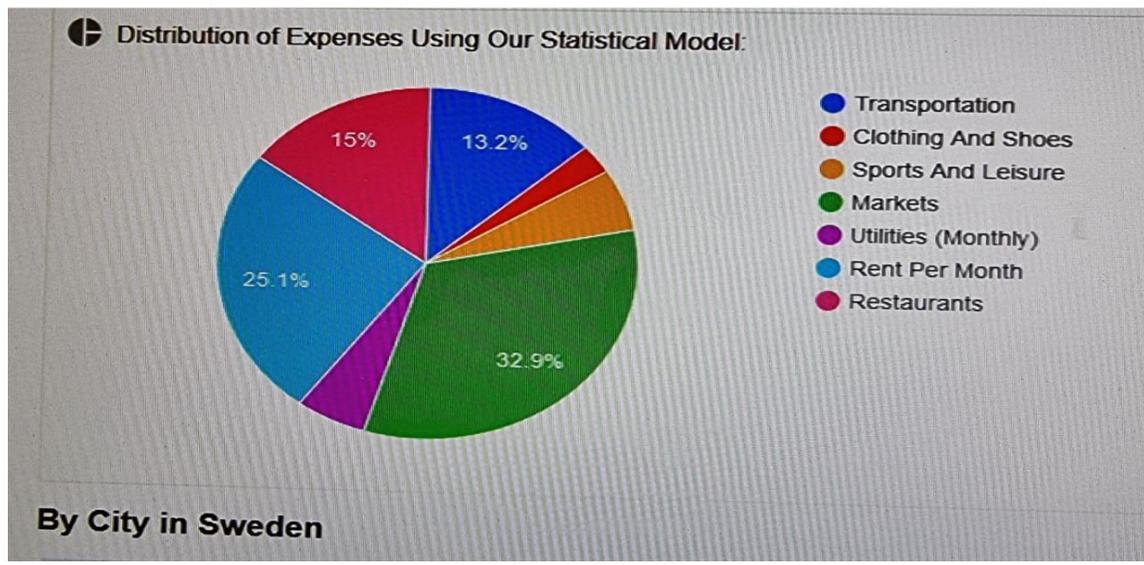
حقوق و دستمزد:

۲۸۴۸۳ کرون

۴,۷۴ درصد (۳,۵ تا ۵)

متوسط حقوق ماهانه خالص (پس از کسر مالیات)

درصد نرخ بهره سالانه وام مسکن، برای ۲۰ سال نرخ ثابت



منبع:

[Numbeo.com/cost-of-living/in/Stockholm](https://numbeo.com/cost-of-living/in/Stockholm)

بنابر اعلام مرکز آمار سوئد، در حال حاضر نرخ تورم بر اساس CPI به میزان ۴,۴ درصد می‌باشد. همچنین طبق نرخ‌های مندرج در سایت بانک مرکزی، هر یورو معادل ۱۱,۲۸ کرون و هر دلار معادل ۱۰,۳۷ کرون می‌باشد.