

خلاصه‌ای از هزینه‌های زندگی ماه نوامبر ۲۰۲۳ در شهر استکهلم سوئد

• هزینه ماهانه یک خانواده چهار نفره بدون اجاره، ۳۵۹۲۴ کرون است.

• هزینه ماهانه یک فرد مجرد بدون اجاره، ۹۷۸۴ کرون است.

هزینه ماهانه اجاره مسکن:

(نوسان قیمتی)

۹۰۹۵ کرون (۵۸۳۶ تا ۱۵۴۵۴)

آپارتمان (یک خوابه) در مرکز شهر

۶۷۶۲ کرون (۴۲۰۰ تا ۱۲۰۰۰)

آپارتمان (یک خوابه) خارج از مرکز

۱۴۴۴۹ کرون (۱۰۰۰۰ تا ۲۵۰۰۰)

آپارتمان (سه اتاق خواب) در مرکز شهر

۱۰۷۳۰ کرون (۸۰۰۰ تا ۲۰۰۰۰)

آپارتمان (سه اتاق خواب) خارج از مرکز

هزینه رستوران:

۱۲۰ کرون (۹۰ تا ۱۹۵)

غذا، رستوران ارزان

۸۰۰ کرون (۵۰۰ تا ۱۲۰۰)

غذا برای ۲ نفر، رستوران متوسط، سه وعده غذایی

۹۱ کرون (۸۲ تا ۱۰۵)

غذا در مک دونالد (یا غذای ترکیبی معادل آن)

۴۲ کرون (۲۳ تا ۶۰)

کاپوچینو (معمولی)

۲۲ کرون (۱۲ تا ۳۵)

نوشابه/پپسی (بطری ۰,۳۳ لیتری)

۲۰ کرون (۱۵ تا ۳۰)

آب (بطری ۰,۳۳ لیتری)

هزینه خوار و بار:

۱۵ کرون (۱۰ تا ۲۰)

شیر معمولی (۱ لیتر)

۲۷ کرون (۱۵ تا ۴۰)

نان سفید تازه (۵۰۰ گرم)

۳۰ کرون (۲۰ تا ۴۵)

برنج سفید (۱ کیلوگرم)

۳۸ کرون (۲۱ تا ۵۰)

تخم مرغ معمولی (۱۲ عددی)

۱۰۵ کرون (۶۶ تا ۲۰۰)

پنیر محلی (۱ کیلوگرم)

۱۰۹ کرون (۵۰ تا ۱۶۶)

فیله مرغ (۱ کیلوگرم)

۱۶۹ کرون (۱۰۰ تا ۲۹۹)

گرد ران گوشت گاو (۱ کیلوگرم)

سیب (۱ کیلوگرم)	۳۰ کرون (۱۵ تا ۴۰)
موز (۱ کیلوگرم)	۲۵ کرون (۱۸ تا ۳۳)
پرتقال (۱ کیلوگرم)	۲۷ کرون (۱۷ تا ۴۵)
گوجه فرنگی (۱ کیلوگرم)	۴۰ کرون (۲۰ تا ۶۴)
سیبزمینی (۱ کیلوگرم)	۱۵ کرون (۱۰ تا ۲۰)
پیاز (۱ کیلوگرم)	۱۵ کرون (۱۰ تا ۲۵)
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 (۶۴ تا ۸۰)

هزینه حمل و نقل:

بلیط یک طرفه (حمل و نقل محلی)	۳۵ کرون (۲۷ تا ۴۰)
کارت ماهانه (قیمت عادی)	۸۳۵ کرون (۶۲۴ تا ۱۰۰۰)
ورودی تاکسی (تعرفه معمولی)	۶۰ کرون (۴۸ تا ۱۰۰)
تاکسی ۱ کیلومتر (تعرفه معمولی)	۱۹ کرون (۱۳ تا ۴۰)
تاکسی ۱ ساعت انتظار (تعرفه عادی)	۵۹۰ کرون (۴۰۰ تا ۷۲۰)
بنزین (۱ لیتر)	۲۱ کرون (۱۹ تا ۲۳)
فولکس واگن گلف ۱,۴	۲۵۰۰۰۰ کرون (۲۳۰۰۰۰ تا ۳۱۲۰۰۰)
تویوتا کرولا سدان ۱,۶	۲۶۳۵۴۱ کرون (۲۲۰۰۰۰ تا ۳۴۰۰۰۰)

هزینه ماهانه انرژی و مخابرات:

پایه (برق، گرمایش، سرمایش، آب، زباله) برای ۸۵ متر مربع آپارتمان	۹۷۳ کرون (۴۵۸ تا ۲۰۶۱)
طرح خدمات موبایل ماهانه با مکالمه و ده گیگا بایت اینترنت	۲۹۹ کرون (۲۰۰ تا ۳۰۰)
اینترنت (۶۰ مگابایت بر ثانیه یا بیشتر، داده نامحدود، کابل/ADSL)	۳۱۸ کرون (۲۰۰ تا ۴۹۹)

هزینه ورزش و اوقات فراغت:

۳۷۳ کرون (۲۵۰ تا ۵۶۵)

۲۶۳ کرون (۱۷۰ تا ۴۰۰)

۱۵۰ کرون (۱۲۰ تا ۲۰۰)

باشگاه بدنسازی، هزینه ماهانه برای یک بزرگسال

اجاره زمین تنیس (۱ ساعت آخر هفته)

سینما، اکران بین‌المللی، ۱ صندلی

هزینه مراقبت از کودکان:

۱۳۷۶ کرون (۱۰۰۰ تا ۱۶۵۰)

۳۲۸۰۰ 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:

۸۶۷ کرون (۴۰۰ تا ۱۲۰۰)

۳۹۰ کرون (۲۰۰ تا ۶۰۰)

۹۱۷ کرون (۵۰۰ تا ۱۳۹۹)

۱۳۰۰ 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:

۵۹۷۰۰ کرون (۳۱۰۰۰ تا ۱۱۰۰۰۰)

۳۶۶۵۱ کرون (۲۰۰۰۰ تا ۷۰۰۰۰)

قیمت هر متر مربع آپارتمان در مرکز شهر

قیمت هر متر مربع آپارتمان در خارج از مرکز

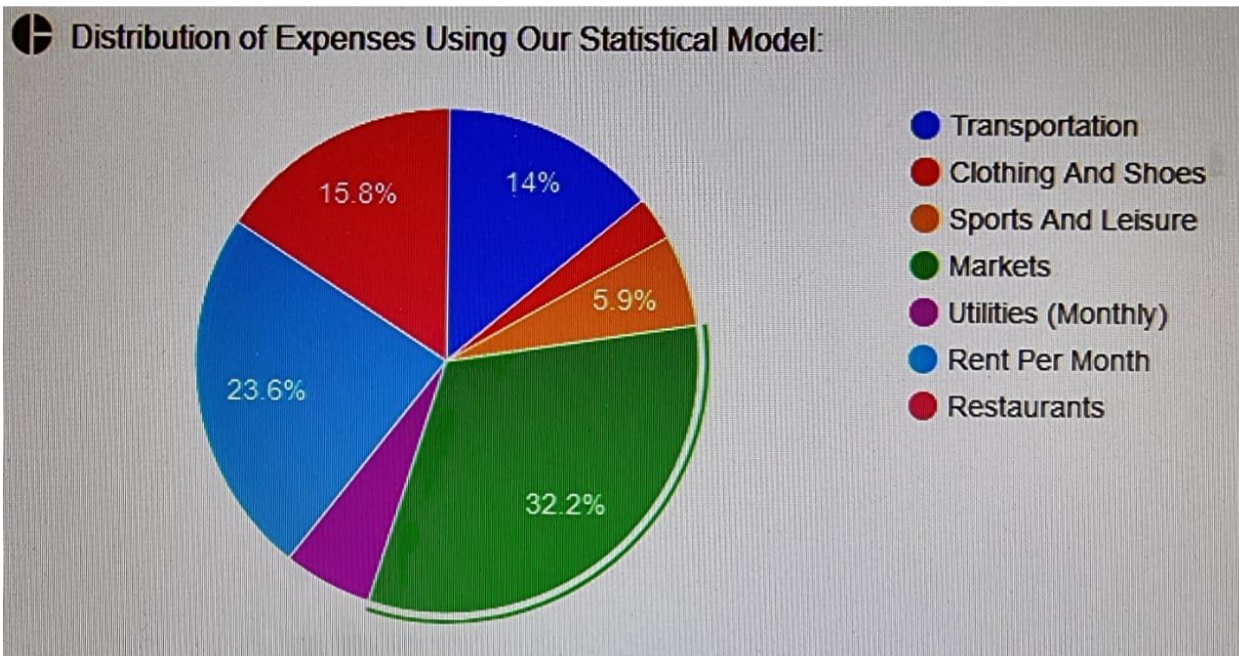
حقوق و دستمزد:

۲۸۱۵۶ کرون

۳,۹۲ درصد (۲,۰ تا ۴,۸)

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 ۶,۵ درصد می‌باشد. همچنین طبق نرخ‌های مندرج در سایت بانک مرکزی، هر یورو معادل ۱۱,۸۰ کرون و هر دلار معادل ۱۱,۱ کرون می‌باشد.