

## خلاصه‌ای از هزینه‌های زندگی ماه ژوئن ۲۰۲۴ در استکهلم سوئد:

- هزینه ماهانه یک خانواده چهار نفره بدون اجاره، ۴۱۳۴۶ کرون است.
- هزینه ماهانه یک فرد مجرد بدون اجاره، ۱۱۴۱۳ کرون است.

### هزینه ماهانه اجاره مسکن:

### (نوسان قیمتی)

آپارتمان (یک خوابه) در مرکز شهر	۱۶۱۵۲ کرون (۱۰۰۰۰ تا ۲۰۰۰۰)
آپارتمان (یک خوابه) خارج از مرکز	۹۸۰۳ کرون (۶۲۰۰ تا ۱۵۰۰۰)
آپارتمان (سه اتاق خواب) در مرکز شهر	۲۶۹۴۳ کرون (۱۶۵۰۰ تا ۴۵۰۰۰)
آپارتمان (سه اتاق خواب) خارج از مرکز	۱۸۰۲۰ کرون (۱۱۰۰۰ تا ۳۰۰۰۰)

### هزینه رستوران:

غذا، رستوران ارزان	۱۵۰ کرون (۱۱۰ تا ۲۵۰)
غذا برای ۲ نفر، رستوران متوسط، سه وعده غذایی	۹۰۰ کرون (۶۰۰ تا ۱۲۰۰)
غذا در مک دونالد (یا غذای ترکیبی معادل آن)	۱۰۷ کرون (۹۵ تا ۱۲۰)
کاپوچینو (معمولی)	۴۵ کرون (۲۵ تا ۶۰)
کوکا/پپسی (بطری ۳۳۰ میلی لیتری)	۲۶ کرون (۱۵ تا ۳۵)
آب (بطری ۳۳۰ میلی لیتری)	۲۳ کرون (۱۶ تا ۳۰)

### هزینه خوار و بار:

شیر معمولی (۱ لیتر)	۱۶ کرون (۱۲ تا ۲۰)
نان سفید تازه (۵۰۰ گرم)	۳۰ کرون (۱۸ تا ۳۹)
برنج سفید (۱ کیلوگرم)	۴۰ کرون (۲۸ تا ۵۰)
تخم مرغ معمولی (۱۲ عددی)	۴۴ کرون (۳۴ تا ۴۸)
پنیر محلی (۱ کیلوگرم)	۱۱۵ کرون (۸۰ تا ۱۸۰)
فیله مرغ (۱ کیلوگرم)	۱۲۴ کرون (۸۰ تا ۱۷۰)
گرد ران گوشت گاو (۱ کیلوگرم)	۱۹۴ کرون (۱۰۰ تا ۳۰۰)

سیب (۱ کیلوگرم)	۳۴ کرون (۱۵ تا ۴۵)
موز (۱ کیلوگرم)	۲۶ کرون (۲۰ تا ۳۳)
پرتقال (۱ کیلوگرم)	۳۴ کرون (۲۰ تا ۴۶)
گوجه فرنگی (۱ کیلوگرم)	۴۸ کرون (۲۸ تا ۷۰)
سیب زمینی (۱ کیلوگرم)	۱۷ کرون (۱۱ تا ۲۲)
پیاز (۱ کیلوگرم)	۲۰ کرون (۱۵ تا ۳۰)
کاهو (۱ سر)	۲۵ کرون (۱۷ تا ۴۱)
آب (بطری ۱,۵ لیتری)	۱۵ کرون (۱۰ تا ۲۵)
سیگار Marlboro (بسته ۲۰ تایی)	۷۱ کرون (۶۵ تا ۸۰)

### هزینه حمل و نقل:

بلیط یک طرفه (حمل و نقل محلی)	۴۲ کرون (۳۹ تا ۴۲)
کارت ماهانه (قیمت عادی)	۱۰۲۰ کرون (۹۹۰ تا ۱۰۴۰)
ورودی تاکسی (تعرفه معمولی)	۶۰ کرون (۵۰ تا ۱۰۰)
تاکسی ۱ کیلومتر (تعرفه معمولی)	۳۰ کرون (۱۵ تا ۵۰)
تاکسی ۱ ساعت انتظار (تعرفه عادی)	۵۶۵ کرون (۴۰۰ تا ۶۰۰)
بنزین (۱ لیتر)	۱۹,۵۸ کرون (۱۸ تا ۲۳)
فولکس واگن گلف ۱,۴	۳۰۹,۰۰۰ کرون (۲۷۰,۰۰۰ تا ۳۳۵,۰۰۰)
تویوتا کرولا سدان ۱,۶	۳۲۵,۳۷۵ کرون (۳۰۰,۰۰۰ تا ۳۵۰,۰۰۰)

### هزینه ماهانه انرژی و مخابرات:

پایه (برق، گرمایش، سرمایش، آب، زباله) برای ۸۵ متر مربع آپارتمان	۱۷۳۳ کرون (۷۲۰ تا ۳۰۳۶)
طرح خدمات موبایل ماهانه با مکالمه و ده گیگا بایت اینترنت	۲۷۴ کرون (۱۰۹ تا ۴۰۰)
اینترنت (۶۰ مگابایت بر ثانیه یا بیشتر، داده نامحدود، کابل/ADSL)	۳۰۹ کرون (۲۵۰ تا ۴۹۹)

### هزینه ورزش و اوقات فراغت:

باشگاه بدنسازی، هزینه ماهانه برای یک بزرگسال

۴۲۰ کرون (۲۷۰ تا ۶۲۷)

اجاره زمین تنیس (۱ ساعت آخر هفته)

۲۵۶ کرون (۲۰۰ تا ۵۰۰)

سینما، اکران بین‌المللی، ۱ صندلی

۱۵۹ کرون (۱۳۵ تا ۱۹۹)

### هزینه مراقبت از کودکان:

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

۱۴۷۵ کرون (۱۲۵۰ تا ۱۶۵۰)

دبستان بین‌المللی، سالانه برای یک کودک

۷۵۳۳۵ کرون (۳۶۰۰۰ تا ۱۳۰۰۰۰)

### هزینه پوشاک و کفش:

یک شلوار جین

۸۴۳ کرون (۳۵۰ تا ۱۲۰۰)

یک لباس تابستانی در فروشگاه زنجیره‌ای

۴۵۱ کرون (۲۰۰ تا ۶۰۰)

یک جفت کفش نایک برای دویدن (معمولی)

۱۰۳۴ کرون (۷۰۰ تا ۱۵۰۰)

یک جفت کفش اداری چرم مردانه

۱۵۶۴ کرون (۷۲۰ تا ۲۵۰۰)

### قیمت خرید آپارتمان:

قیمت هر متر مربع آپارتمان در مرکز شهر

۱۰۴۶۰۴ کرون (۹۹۰۰۰ تا ۱۲۰۰۰۰)

قیمت هر متر مربع آپارتمان در خارج از مرکز

۵۸۱۳۲ کرون (۴۸۵۰۰ تا ۸۵۰۰۰)

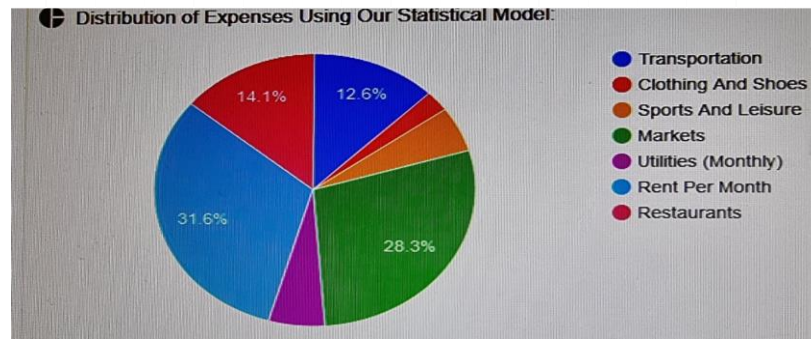
### حقوق و دستمزد:

متوسط حقوق ماهانه خالص (پس از کسر مالیات)

۳۵۵۰۶ کرون

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

۴,۴۸ درصد (۲,۲۵ تا ۵)



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 ۳,۹ درصد می باشد. همچنین طبق نرخ های مندرج در سایت بانک مرکزی، هر یورو معادل ۱۱,۳۹ کرون و هر دلار معادل ۱۰,۵۰ کرون می باشد.