

خلاصه‌ای از هزینه‌های زندگی ماه سپتامبر ۲۰۲۴ در استکهلم

- هزینه ماهانه یک خانواده چهار نفره بدون اجاره، ۴۱۸۱۸ کرون است.
- هزینه ماهانه یک فرد مجرد بدون اجاره، ۱۱۵۸۵ کرون است.

هزینه ماهانه اجاره مسکن:

(نوسان قیمتی)

آپارتمان (یک خوابه) در مرکز شهر	۱۶۲۹۹ کرون (۱۰۰۰۰ تا ۲۵۰۰۰)
آپارتمان (یک خوابه) خارج از مرکز	۱۰۰۴۸ کرون (۶۵۰۰ تا ۱۵۰۰۰)
آپارتمان (سه اتاق خواب) در مرکز شهر	۲۷۸۲۷ کرون (۱۸۰۰۰ تا ۵۰۰۰۰)
آپارتمان (سه اتاق خواب) خارج از مرکز	۱۸۵۰۰ کرون (۱۱۵۰۰ تا ۳۷۰۰۰)

هزینه رستوران:

غذا، رستوران ارزان	۱۵۰ کرون (۱۲۰ تا ۲۵۰)
غذا برای ۲ نفر، رستوران متوسط، سه وعده غذایی	۱۰۰۰ کرون (۷۰۰ تا ۱۵۰۰)
غذا در مک دونالد (یا غذای ترکیبی معادل آن)	۱۱۰ کرون (۹۹ تا ۱۲۰)
کاپوچینو (معمولی)	۴۶ کرون (۲۵ تا ۵۹)
کوکا/پپسی (بطری ۰/۳۳ لیتری)	۲۶ کرون (۱۶ تا ۳۵)
آب (بطری ۰/۳۳ لیتری)	۲۳ کرون (۱۸ تا ۳۰)

هزینه خوار و بار:

شیر معمولی (۱ لیتر)	۱۶ کرون (۱۲ تا ۲۱)
نان سفید تازه (۵۰۰ گرم)	۲۹ کرون (۱۸ تا ۴۰)
برنج سفید (۱ کیلوگرم)	۴۰ کرون (۳۰ تا ۵۰)
تخم مرغ معمولی (۱۲ عددی)	۴۳ کرون (۳۴ تا ۴۸)
پنیر محلی (۱ کیلوگرم)	۱۱۱ کرون (۸۸ تا ۱۸۰)
فیله مرغ (۱ کیلوگرم)	۱۲۲ کرون (۸۰ تا ۱۶۹)
گرد ران گوشت گاو (۱ کیلوگرم)	۱۸۷ کرون (۱۰۰ تا ۳۰۰)

۳۴ کرون (۱۶ تا ۴۵)

سیب (۱ کیلوگرم)

۲۷ کرون (۲۰ تا ۳۳)

موز (۱ کیلوگرم)

۳۳ کرون (۲۰ تا ۴۶)

پرتقال (۱ کیلوگرم)

۴۷ کرون (۳۰ تا ۷۰)

گوجه فرنگی (۱ کیلوگرم)

۱۷ کرون (۱۰ تا ۲۲)

سیب زمینی (۱ کیلوگرم)

۲۰ کرون (۱۵ تا ۳۰)

پیاز (۱ کیلوگرم)

۲۴ کرون (۱۵ تا ۳۵)

کاهو (۱ سر)

۱۵ کرون (۱۰ تا ۲۵)

آب (بطری ۱/۵ لیتری)

۷۱ کرون (۶۵ تا ۸۰)

سیگار Marlboro (بسته ۲۰ تایی)

هزینه حمل و نقل:

۴۲ کرون (۴۲ تا ۴۴)

بلیط یک طرفه (حمل و نقل محلی)

۱۰۲۰ کرون (۱۰۵۰ تا ۱۰۰۰)

کارت ماهانه (قیمت عادی)

۶۷ کرون (۴۵ تا ۱۰۰)

ورودی تاکسی (تعرفه معمولی)

۳۰ کرون (۱۵ تا ۵۰)

تاکسی ۱ کیلومتر (تعرفه معمولی)

۵۶۵ کرون (۴۰۰ تا ۶۰۰)

تاکسی ۱ ساعت انتظار (تعرفه عادی)

۱۹,۳۶ کرون (۱۸ تا ۲۲)

بنزین (۱ لیتر)

۳۰۹,۰۰۰ کرون (۲۷۰,۰۰۰ تا ۳۳۵,۰۰۰)

فولکس واگن گلف ۱,۴

۳۳۱,۱۱۶ کرون (۳۰۰,۰۰۰ تا ۳۷۰,۰۰۰)

تویوتا کرولا سدان ۱,۶

هزینه ماهانه انرژی و مخابرات:

۱۸۷۶ کرون (۸۵۰ تا ۳۴۰۰)

پایه (برق، گرمایش، سرمایش، آب، زباله) برای ۸۵ متر مربع آپارتمان

۲۶۵ کرون (۱۰۹ تا ۴۵۰)

طرح خدمات موبایل ماهانه با مکالمه و ده گیگا بایت اینترنت

۳۱۸ کرون (۲۴۰ تا ۵۰۰)

اینترنت (۶۰ مگابایت بر ثانیه یا بیشتر، داده نامحدود، کابل/ADSL)

هزینه ورزش و اوقات فراغت:

باشگاه بدنسازی، هزینه ماهانه برای یک بزرگسال

۴۲۰ کرون (۲۹۰ تا ۶۰۰)

اجاره زمین تنیس (۱ ساعت آخر هفته)

۳۳۶ کرون (۲۵۰ تا ۴۰۰)

سینما، اکران بین‌المللی، ۱ صندلی

۱۶۰ کرون (۱۴۰ تا ۲۰۰)

هزینه مراقبت از کودکان:

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

۱۴۹۸ کرون (۱۲۵۰ تا ۱۸۰۰)

دبستان بین‌المللی، سالانه برای یک کودک

۷۵۳۳۵ کرون (۳۶۰۰۰ تا ۱۳۰۰۰۰)

هزینه پوشاک و کفش:

یک شلوار جین

۸۴۵ کرون (۳۵۰ تا ۱۴۰۰)

یک لباس تابستانی در فروشگاه زنجیره‌ای

۴۲۰ کرون (۲۰۰ تا ۶۰۰)

یک جفت کفش نایک برای دویدن (معمولی)

۱۰۴۹ کرون (۷۰۰ تا ۱۵۰۰)

یک جفت کفش اداری چرم مردانه

۱۵۵۶ کرون (۷۲۰ تا ۲۵۰۰)

قیمت خرید آپارتمان:

قیمت هر متر مربع آپارتمان در مرکز شهر

۱۰۶۳۹۰ کرون (۹۶۰۰۰ تا ۱۲۰۰۰۰)

قیمت هر متر مربع آپارتمان در خارج از مرکز

۵۷۰۱۳ کرون (۴۸۵۰۰ تا ۸۵۰۰۰)

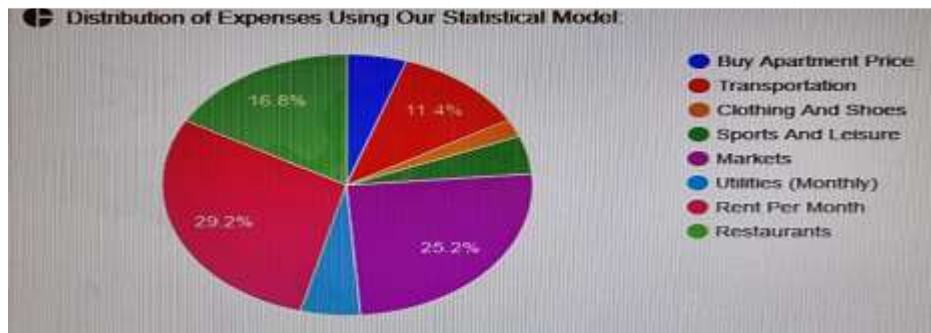
حقوق و دستمزد:

متوسط حقوق ماهانه خالص (پس از کسر مالیات)

۳۷۵۳۶ کرون

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

۴,۳۲ درصد (۲,۲۰ 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 ۲,۶ درصد می باشد. همچنین طبق نرخ های مندرج در سایت بانک مرکزی، هر یورو معادل ۱۱,۳۷ کرون و هر دلار معادل ۱۰,۲۹ کرون می باشد.