

DỮ LIỆU HUẤN LUYỆN: LOW BUDGET SURVIVAL KITS (BÍ KÍP SINH TỒN)

1. CHIẾN THUẬT "ĂN UỐNG" (FOOD HACKS)

Tiền ăn chiếm tỷ trọng lớn nhất. Kiểm soát được nó là thắng.

A. Quy luật "Giờ Vàng" tại Siêu thị:

- **Chiến thuật:** Các siêu thị lớn (Co.opMart, WinMart, BigC/Go!, Aeon Mall) luôn có chính sách giảm giá thực phẩm tươi sống trong ngày (thịt, cá, rau, đồ chế biến sẵn) để xả hàng.
- **Thời gian:**
 - *Aeon Mall:* Sau 21h00 (Sushi, Sashimi, Cơm hộp giảm 50%).
 - *WinMart/Co.opMart:* Sau 19h00 hoặc 20h00 (Rau củ, thịt heo giảm 30% - 50%).
- **Keyword cho Bot:** sẵn sale siêu thị, giờ giảm giá, đồ ăn giảm giá.

B. Nguồn Protein giá rẻ thay thế thịt:

- **Chiến thuật:** Khi tiền cạn, hãy giảm thịt bò/heo, tăng các loại sau:
 - *Trứng gà/vịt:* Giá khoảng 3k-3.5k/trứng. Luộc, chiên, kho đều được.
 - *Đậu hũ (Đậu phụ):* 3k-5k/miếng. Rẻ nhất trong các loại thực phẩm.
 - *Gan heo/Huyết:* Rất rẻ và bổ máu (nhưng cần sơ chế kỹ).
 - *Cá nục/Cá cơm:* Loại cá rẻ tiền, kho mặn ăn được nhiều bữa cơm.
- **Keyword cho Bot:** thực phẩm rẻ, thay thế thịt, protein giá rẻ.

C. Nước uống:

- **Chiến thuật:** Ngưng mua nước suối chai (5k-10k/chai).
- **Hành động:** Mua bình nước 20L (loại đổi vỏ khoảng 15k-20k/bình) về uống. Hoặc đun sôi nước máy để nguội. Luôn mang theo bình nước cá nhân khi ra đường.

2. CHIẾN THUẬT "MUA SẴM" (SHOPPING HACKS)

Mua những gì cần thiết với giá rẻ nhất.

A. Quần áo Second-hand (Đồ Si/2hand):

- **Địa điểm huyền thoại:**
 - *Chợ Hoàng Hoa Thám (Tân Bình):* Khu đồ Si lớn nhất. Thứ 7, CN là ngày "khui kiện" (hàng mới về), giá cao hơn nhưng đồ đẹp. Thứ 4, 5 xả hàng giá 5k-10k/cái.
 - *Chợ Bà Chiểu (Bình Thạnh):* Chợ đồ si ban đêm (phía sau chợ).
- **Mẹo:** Mặc đồ đơn giản, mang khẩu trang (vì bụi), kiểm tra kỹ lỗi rách/ố màu. Giặt kỹ bằng nước nóng trước khi mặc.
- **Keyword cho Bot:** đồ si, quần áo cũ, chợ hoàng hoa thám, 2hand.

B. Đồ gia dụng & Vệ sinh:

- **Cửa hàng đồng giá:** Daiso, Komonoya, Miniso (Tìm các món đồng giá 40k cho đồ bền). Các tiệm "Hàng Nhật bãi" hoặc "Gốm sứ cân ký" (mua chén bát tính theo kg).
- **Mua sắm online:** Canh ngày Sale đôi (9/9, 10/10, 11/11) trên Shopee/Lazada để mua nước giặt, dầu gội, giấy vệ sinh số lượng lớn (Combo) để dùng cả năm. Rẻ hơn mua lẻ tại tạp hóa 30%.

3. CHIẾN THUẬT "DI CHUYỂN" (TRANSPORTATION HACKS)

Đi lại ở Sài Gòn rất tốn kém nếu không biết cách.

A. Xe Buýt (Bus) - Chân ái của ví tiền:

- **Công cụ:** Tải app **BusMap** (Bắt buộc). App này chỉ dẫn đường đi, trạm dừng, giờ xe chạy cực chuẩn.
- **Chi phí:** 6k - 7k/lượt.
- **Vé tập/Tháng:** Nếu đi học/đi làm cố định, hãy mua vé tập (rẻ hơn khoảng 25%) hoặc vé tháng dành cho sinh viên.
- **Keyword cho Bot:** xe buýt, busmap, đi lại giá rẻ.

B. Xe máy (Bảo dưỡng hơn sửa chữa):

- **Mẹo:**
 - Bơm lốp xe căng vừa đủ: Lốp non làm tốn xăng thêm 10-15%.
 - Thay nhớt định kỳ: Đừng để khô nhớt mới thay, sẽ hư máy tốn tiền triệu sửa chữa.
 - Đổ xăng: Nên đổ vào buổi sáng sớm (khi trời mát, xăng đặc hơn, lợi hơn một chút so với buổi trưa nóng).

C. Xe ôm công nghệ:

- **Mẹo:** Cài đủ 3 App (Grab, Gojek, Be). Trước khi đặt xe, mở cả 3 lên so sánh giá. App nào có khuyến mãi thì đi. Đừng trung thành với 1 app.

4. CHIẾN THUẬT "NHÀ CỬA & ĐIỆN NƯỚC" (LIVING HACKS)

A. Tiết kiệm điện (Ở trọ giá điện kinh doanh 3.5k-4k/số):

- Rút phích cắm nồi cơm, ấm đun, cục sạc khi không dùng (chúng vẫn tiêu thụ điện ngầm).
- Ưu tiên dùng quạt thay vì máy lạnh. Nếu dùng máy lạnh, hãy bật kèm quạt và để 27-28 độ (đỡ tốn điện hơn để 20 độ).
- Tủ lạnh: Không chất quá đầy (che mất luồng khí lạnh) và không để quá trống (tốn điện làm lạnh không khí).

B. Internet & Tiện ích:

- **Share tiền:** Nếu ở trọ, hãy rủ phòng bên cạnh dùng chung Wifi và chia đôi tiền cước.
- **4G:** Nếu ít ở nhà, hãy đăng ký gói Data 4G theo tháng của nhà mạng (Ví dụ: Gói 90k/tháng có 4GB/ngày) và phát Hotspot cho máy tính dùng, cắt luôn Internet dây.

5. CÁC DỊCH VỤ "0 ĐỒNG" HOẶC GIÁ RẺ KHÁC

- **Cắt tóc:**
 - Nam: Các tiệm cắt tóc vỉa hè (20k-30k). Hoặc các trường đào tạo nghề tóc thường có chương trình cắt tóc miễn phí để học viên thực hành (tìm trên Facebook: "Cắt tóc miễn phí").
 - Nữ: Canh các mẫu tuyển làm tóc Free trên các hội nhóm làm đẹp (nhưng hên xui về chất lượng, cần cân nhắc).
- **Khám bệnh:**
 - Ưu tiên Bệnh viện công (Chợ Rẫy, 115, Đại học Y Dược...). Dùng thẻ BHYT để được giảm 80%.
 - Tránh xa các phòng khám tư nhân có yếu tố nước ngoài hoặc quảng cáo rầm rộ (chi phí rất cao).
- **Sách vở/Tài liệu:**
 - Đừng mua sách mới. Ra đường Trần Nhân Tôn (Q.5) hoặc các tiệm sách cũ đường Bắc Hải.
 - Sinh viên: Mượn thư viện trường hoặc xin giáo trình của anh chị khóa trên.