

# 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:** săn 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 đồi 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 SẮM" (SHOPPING HACKS)

Mua những gì cần thiết với giá rẻ nhất.

### A. Quần áo Second-hand (Đồ Si/2hand):

- **Địa điểm huyềん 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 hao máy tốn tiền sửa chữa.
  - Đỗ xăng: Nên đỗ 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 CỦA & ĐIỆN NƯỚC" (LIVING HACKS)

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

- Rút phích cắm nồi cơm, âm thanh, 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 mắt 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: Cảnh 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.