



Прожить день, не потратив ни копейки

Следуй предложенному чек-листу или сделай это по-своему. Как только завершишь, возвращайся в бот и пиши ГОТОВО https://t.me/HappyGen365_bot

- 1.** Наверняка, в твоём холодильнике найдётся еда, чтобы приготовить обеды с собой для всей семьи.
- 2.** Если работа находится в получасе ходьбы пешком - отличный повод прогуляться, а может сесть на велик или самокат (если нет снега и льда на дорогах). Но если до работы час на метро, попробуй найти попутчика на сервисе <https://www.dovezu.ru/> или подобных.

Договорись с соседом или коллегой и угости его вкусняшкой, взятой из дома, вместо оплаты. На крайний случай, попроси кого-нибудь угостить тебя поездкой. Можешь объяснить это социальным экспериментом)

- 3.** Кофе или чай для прогулки возьми из дома с собой в термосе.
- 4.** Если это выходной и хочется активности - сходи на прогулку в лес, проведи экскурсию по своим любимым местам твоего города для друзей, найди социальные мероприятия в своём городе.

Бывает, что проводят бесплатные мастер-классы или курсы для всех желающих.

Поразмышляй, а как еще ты можешь сократить свои расходы, чтобы, например, отложить эти деньги в свой капитал.

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?