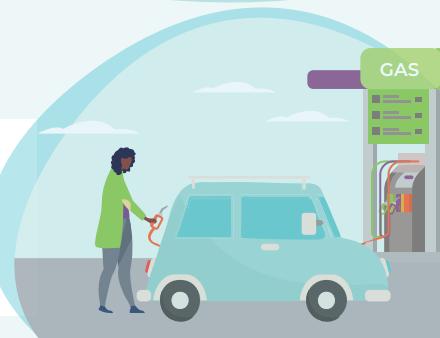


12 formas de ahorrar dinero durante el tratamiento oncológico

Es normal estar preocupado por los gastos habituales cuando usted o un ser querido está atravesando un cáncer. Estos consejos de ahorro le servirán para aliviar el estrés relacionado con el costo de los viajes, las comidas y otros gastos diarios.

1

Llene el tanque los lunes. El precio del combustible suele ser más bajo los lunes y subir los fines de semana. Si puede, llene el tanque el lunes antes de su próxima cita médica o viaje largo.



2

Vuele un martes o miércoles. Si debe viajar grandes distancias por su tratamiento, los vuelos a mitad de semana suelen ser más económicos, mientras que los precios de los boletos suben los viernes y domingos. Incluso puede ahorrar más en los vuelos configurando alertas de caída de precios en sitios como Kayak, Skyscanner o Airfarewatchdog y usando millas o puntos para reservar sus vuelos.

3

Aproveche al máximo los descuentos en alimentos. Los cupones de descuento vencen el mismo día que sale el siguiente. Por eso, conviene ir a comprar el día en que se superponen para poder obtener los descuentos de ambos cupones. Si compra siempre en la misma tienda, regístrate para recibir una tarjeta de fidelidad.

4

Lleve comida para el viaje. Cuando tenga el tiempo y la energía, lleve comida preparada de su casa; le costará la mitad que comprar comida afuera.

5

Evite las tiendas de conveniencia. Cobran precios mucho más altos que las tiendas y los supermercados convencionales.

6

Compre genéricos. Opte por las versiones genéricas de los productos de marca. Pueden costarle un 30-60% menos.



Family Reach
familyreach.org

12 formas de ahorrar dinero durante el tratamiento oncológico

(Continuación)

7

Descárguese aplicaciones de ahorro. Aplicaciones como Ibotta, Shopkick y Checkout 51 lo ayudarán a ahorrar dinero en alimentos. RetailMeNot y Honey ofrecen descuentos automáticos por comprar en línea.



8

Use los puntos de sus recompensas. Utilice las recompensas de sus tarjetas de crédito, tiendas departamentales y programas de fidelización para pagar las cosas de todos los días o las compras relacionadas con su tratamiento.

9

Pruebe las tiendas de segunda mano, el Marketplace de Facebook y los grupos de Buy Nothing. En estos recursos comunitarios puede ahorrar dinero en ropa, juguetes, muebles y artículos de oficina.

10

Limpie su armario. Separe las cosas usadas en buen estado que no deseé y regálelas o véndalas en aplicaciones gratuitas como OfferUp, Marketplace de Facebook o Poshmark.

11

Compre electrónicos reacondicionados. Ahorre dinero en los artículos costosos que deseé comprar, como teléfonos inteligentes, computadoras y consolas de videojuegos, comprando aparatos reacondicionados en lugar de nuevos.

12

Implemente nuevas tradiciones. Hay muchas formas económicas de pasar las fiestas, los cumpleaños y los fines de semana de manera especial. Demuestre sus habilidades manuales haciendo usted mismo la decoración, pida a los invitados que cada uno lleve una comida para repartir la carga, horneen cosas ricas juntos, organice noche de juegos en casa y planifique reuniones virtuales con los amigos y familiares que estén lejos.



Family Reach
familyreach.org