



# Vols fer plans aquest estiu? 5 consells simples per estalviar

[inicentrareport]

Ha estat un any dur per a totes les butxaques. Els adolescents, potser a més petita escala, també heu patit les conseqüències econòmiques de la pandèmia, així com les afectacions a la salut mental. És per això que a hores d'ara és interessant trobar l'equilibri entre cuidar la ment i no quedar-se completament pelat. **Pots començar per aquests consells per estalviar!**

[playbuzz]

```
(function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exco-sdk'));
```

[/playbuzz]

[ficentrareport]