Bạn có thể scan mã QR trên để truy cập trang báo điện tử của chúng tôi.
Khách hàng cũng có thể xem quảng cáo rao vặt của mình ngay trực tuyến tại www.thevietnampost.com

The Vietnamese Business Daily
Thương mại VIETNAM

Tòa Soạn & Trị Sự: 10515 Harwin Dr., Suite 100-120, Houston, Texas 77036 (góc Harwin Dr.@ Corporate Dr.)
Tel: 713-777-4900 * 713-777-2012 * 713-777-8438 * 713-777-VIET * Fax: 713-777-4848
Website: thevietnampost.com * Email: info@thevietnampost.com

Section A
Tin Thế Giới
NĂM THỨ 42
2011
September 06, 2022

HONG KONG FOOD MARKET

CHỢ THỰC PHẨM CỦA NGƯỜI VIỆT LỚN NHẤT MỸ QUỐC

Hong Kong Food Market là một chợ Việt Nam lớn nhất tại Houston.
Chợ có bán các mặt hàng đồ khô International.
Hong Kong Food Market có nhiều loại đồ biển tươi, heo quay, vịt quay, có quầy thịt cắt tại chỗ, và có nhiều loại rau cải tươi, trái cây tươi ở Đông Nam Á.
Ngoài ra chợ Hồng Kông còn có bán các loại hoa và cây kiểng tươi rất đẹp.
On sale, on sale những mặt hàng luôn luôn thay đổi trong vòng 2 ngày, giá cả thật rẻ.
Xin quý khách tới chợ Hồng Kông để tìm hiểu các mặt hàng On Sale

For Leasing 832-866-0838
Hong Kong # 4
11205 Bellaire Blvd Houston, TX 77072
281-575-7886

Hong Kong # 3
13400 Veterans Memorial Houston, TX 77014
281-537-5280

Hong Kong # 2
10909 Scarsdale Houston, TX 77089
281-484-6100

For Leasing 832-866-0838
Hong Kong Vùng Hobby Airport
9802 Gulf Freeway Houston, TX 77034
281-575-7954

818-2019/1587

GARAGE DOOR

Tư Gia & Thương Mại

- Khẩn cấp 24/24
- Sửa chữa và lắp máy tự động
- Định giá miễn phí
- Sửa chữa và lắp ráp cửa garage
- Thay lò xo
- Kiểm tra và duy trì cửa garage và máy tự động

CHÍNH: 832.314.3641

335-2006/1572(1y)

TOM CONSTRUCTION

* Nhận làm các dịch vụ điện, gas, nước
* Remodeling kitchen, bathroom
* Nhận new build out & remodeling Nail Salon, Restaurant, ,văn phòng bác sĩ, etc.
* Nhận đổ xi măng, xây patio, fencing, roofing, sprinkler system

No job is too small

Special: có giá đặc biệt cho laminate, engineer wood, granite countertop, culture marble, sale & install.

Xin liên lạc: Tom
713-885-4903

749-2052/1620

TEXAIR

AIR CONDITIONING AND HEATING

Chuyên thiết kế và sửa chữa các hệ thống máy lạnh, máy sưởi cho tư gia và cơ sở thương mại.

Licensed and Insured: TACLB38901E

* Có giá đặc biệt khi thay máy mới và thay tất cả hệ thống ống Ducts trong nhà.
* Có chương trình trả góp không tiền lời.

Đặc biệt: 10% OFF cho Quý Cao Niên

Free Estimate 24/7
khi thay máy lạnh mới
Giá cả nhẹ nhàng

DISCOVER NOVUS VISA MasterCard AMERICAN EXPRESS Cards

Xin gọi: Vinh 832-659-3990

Allstate
You're in good hands.

Chúng tôi chuyên đảm trách mọi dịch vụ bảo hiểm:

XE HƠI – NHÀ CỬA – NHÂN THỌ
THƯƠNG MẠI – IRA – MUTUAL FUNDS

Xin mời quý vị ghé lại văn phòng hoặc gọi điện thoại cho tôi

SHAWN XUÂN NGUYỄN, LUTCF
10039 Bissonnet, Suite 226
Houston, TX 77036
(713) 988-0752

Giờ mở cửa: Monday - Friday: 9:00 A.M. - 5:30 P.M.
Saturday: 9:00 A.M. - 1:00 P.M.

WWW.ALLSTATE.COM
Allstate Fire and Casualty Insurance Company: Northbrook, Illinois and Allstate County Mutual Insurance Company: Irving, Texas,
@2005 Allstate Insurance Company, AllstateYourChoice.com 04/05

THIM HING Sandwich

10905 Bellaire Bldvd. & Wilcrest
Houston, TX 77036

(phía sau Jack In The Box)

281-564-1692

Giờ Mở Cửa
- Thứ Hai - thứ Bảy: **5:00am - 6:00pm**
- Chúa Nhật: **6:00am - 6:00pm**
- Thứ Năm: **Đóng Cửa**

BÁNH MÌ gồm:

* Jambon
* Giò Heo
* Paté
* Gà Ham
* Xíu Mại
* Thịt Nướng
* Gà Xé
* Chả Lụa
* Cá Mòi
* Trứng

Đặc Biệt:

* Mì, Hủ Tiếu Gà
* Mì Vịt Tiềm
* Bánh Mì, Hủ Tiếu, Mì Bò Kho(Cà-Ri)
* Cơm Gà Hải Nam
* Cơm Bì Sườn Chả Trứng
* Bánh Bột Chiên
* Mì Hoành Thánh

THIM HING Kính mời

TIN THẾ GIỚI

Nhật Bản cân nhắc mục tiêu thúc đẩy năng lực phản công

(VN+) - Bộ trưởng Quốc phòng Nhật Bản cho biết nước này sẽ thúc đẩy thảo luận nhằm tăng cường năng lực quốc phòng, không chỉ năng lực phòng thủ tên lửa mà bao gồm cả năng lực phản công.

Ngày 29/8, Bộ trưởng Quốc phòng Nhật Bản Hamada Yasukazu đã bày tỏ quan điểm sẽ thúc đẩy thảo luận nhằm tăng cường một cách cơ bản năng lực quốc phòng của nước này mà không loại trừ bất cứ lựa chọn nào, bao gồm cả khả năng sở hữu năng lực phản công.

Bộ trưởng Quốc phòng Nhật Bản Hamada Yasukazu

Phát biểu trong một buổi họp báo, Bộ trưởng Hamada cho biết nhiều tên lửa đạn đạo đang được phát triển và bố trí trong khu vực.

Một khi những tên lửa này được phóng đi, trong thời gian cực ngắn sẽ tới Nhật Bản và nguy cơ xảy ra thiệt hại vô cùng lớn đối với sinh mệnh và tài sản của người dân.

Với nhận thức về vấn đề này, việc chuẩn bị đầy đủ các biện pháp bảo vệ tính mạng và tài sản của người dân, cần thúc đẩy thảo luận một cách thực chất, không loại trừ bất cứ lựa chọn nào và không chỉ nâng cao năng lực phòng thủ tên lửa mà bao gồm cả năng lực phản công.

Việc thảo luận về tăng cường cơ bản năng lực quốc phòng sẽ được thực hiện thông qua quá trình sửa đổi các văn bản chiến lược quan trọng là Chiến lược an ninh quốc gia, Đại cương kế hoạch phòng vệ và Kế hoạch phòng vệ trung hạn.

Chiến lược an ninh quốc gia của Nhật Bản được xây dựng dưới thời cố thủ tướng Shinzo Abe năm 2013.

Tháng 11/2021, Thủ tướng Fumio Kishida đã chỉ đạo Bộ Quốc phòng thúc đẩy thảo luận sửa đổi các văn bản chiến lược về an ninh, quốc phòng trong năm 2022, trong đó xem xét đánh giá tất cả các lựa chọn, bao gồm cả đảm bảo năng lực tấn công căn cứ địch.

Ủy ban an ninh-quốc phòng của đảng Dân chủ Tự do cầm quyền (LDP) đã nhiều lần đề xuất chính phủ Nhật Bản về việc sở hữu năng lực tấn công căn cứ địch.

Trong đề xuất vào tháng 5/2022, LDP đã tiếp tục đưa ra đề xuất này và điều chỉnh cụm từ "năng lực tấn công căn cứ địch" thành "năng lực phản kích" và mục tiêu phản kích không chỉ dừng lại ở căn cứ phóng tên lửa mà gồm cả các cơ sở có chức năng chỉ huy.

Nhà Trắng lên tiếng việc tàu chiến Mỹ đi qua eo biển Đài Loan

(VN+) - Một quan chức Nhà Trắng cho biết việc hai tàu chiến Mỹ đi qua vùng biển quốc tế ở eo biển Đài Loan hôm 28/8 là "phù hợp" với "chính sách Một Trung Quốc".

"Điều này đã được lên kế hoạch từ lâu", John Kirby, người phát ngôn Hội đồng An ninh Quốc gia Mỹ, chia sẻ khi đề cập đến việc hai tàu chiến Mỹ di chuyển qua eo biển Đài Loan hôm 28/8.

Việc hai tàu đi qua là "rất phù hợp với chính sách Một Trung Quốc, rất phù hợp với mong muốn của chúng tôi trong việc tiếp tục hướng tới một Ấn Độ Dương - Thái Bình Dương tự do và rộng mở", ông Kirby nói thêm.

Trong khi đó, Bộ Tư lệnh chiến khu Đông bộ của quân đội Trung Quốc cho biết đang theo dõi hai con tàu này và cảnh báo chúng.

"Các binh lính trong chiến khu vẫn trong tình trạng cảnh giác cao độ và sẵn sàng ngăn chặn bất kỳ hành động khiêu khích vào bất cứ lúc nào", đơn vị này cho biết trong một tuyên bố.

Trong khi đó, cơ quan phòng vệ Đài Loan cho biết lực lượng của họ đang quan sát hai con tàu Mỹ, nhưng "tình hình vẫn diễn ra bình thường".

Trước đó, các quan chức giấu tên hôm 27/8 cho biết tàu tuần dương Chancellorsville và Antietam của Hải quân Mỹ đang đi qua vùng biển quốc tế ở eo biển Đài Loan.

Đây là lần đầu tiên tàu chiến Mỹ di chuyển qua eo biển Đài Loan kể từ khi Chủ tịch Hạ viện Mỹ Nancy Pelosi thăm hòn đảo vào đầu tháng.

Quá trình di chuyển như vậy thường mất từ 8 đến 12 giờ để hoàn thành và bị quân đội Trung Quốc giám sát chặt chẽ.

Trong những năm gần đây, tàu chiến của Mỹ, Anh, Canada thường xuyên đi qua eo biển Đài Loan. Bắc Kinh nhiều lần chỉ trích những động thái này.

GC
GIA'S COUTURE

Tiệm may gia đình chuyên nhận sửa chữa các loại quần áo, đầm dạ hội, vest, uniforms, ... Với hơn 40 năm kinh nghiệm, chúng tôi sẽ đảm bảo chất lượng, nhanh và đẹp với giá cả hợp lý.

Khu vực gần 290 Barker Cypress Rd và Outlet 290.

XIN LIÊN LẠC KHÁNH: 714-399-6506

616-2038/1606 (1y)

GIAU PLUMBING

Chuyên về water heater/ shower faucet
• Ống nước dưới dất bị bể • Máy lọc nước, uống nước
• Thay vòi nước, bồn cầu, bồn tắm, máy xay rác
• Gas cho nhà bếp/ máy sấy
• Remodel phòng tắm/ nhà bếp
• Repipe từ Galvaize sang Pex

XIN GỌI: ANH GIÀU 281-777-5668

827-2020/1588

SUMMER LEARNING SPECIAL

Tel: 713-502-3217 * 281-241-7076

MathChem Solutions
Learning & Education Center
Online & Face 2 Face Tutoring

Website: ww.mathchem.com
Email: mathchemsolutions@gmail.com
8433 FM 1464 Suite K, Richmond, Tx77407

Tutoring: Math, Chemistry, Reading & Writing
Test Prep: STAAR, SAT, ACT, GRE, GED & ASVAB

Đã giúp được vô số học sinh xin được tiền học bổng.
Đặc biệt chuyên dạy online: Math, Chemistry. 3rd Grade - College

759-2011/1579

DAVID - HANDY MAN

NHẬN LÀM CÁC DỊCH VỤ
- Remodeling, Kitchen, Bathroom.
- Remodeling Nail Salon.
- Sửa nhà, lót gỗ, gạch.
- Thay vòi nước, bồn cầu, bồn tắm, máy xay rác.
- Làm phòng mới.

Vui lòng liên lạc David: 346-342-7995

TIN THẾ GIỚI

Quan chức Anh-Mỹ thảo luận về thách thức kinh tế toàn cầu

(VN+) - Anh và châu Âu đang phải đối mặt với sự gia tăng mạnh mẽ của các hóa đơn năng lượng do giá khí đốt tăng chóng mặt làm gia tăng mối lo ngại về an ninh nguồn cung khí đốt.

Bộ trưởng Tài chính Vương quốc Anh Nadhim Zahawi sẽ đến thành phố New York và Washington của Mỹ trong tuần này để thảo luận về những thách thức kinh tế toàn cầu và sự hợp tác giữa hai nước trong các lĩnh vực như an ninh năng lượng và dịch vụ tài chính.

Anh và châu Âu đang phải đối mặt với sự gia tăng mạnh mẽ của các hóa đơn năng lượng, do giá khí đốt tăng chóng mặt, khi cuộc xung đột ở Ukraine và các lệnh trừng phạt đối với Nga làm gia tăng mối lo ngại về an ninh nguồn cung khí đốt.

Bộ trưởng Tài chính Nadhim Zahawi

Bộ trưởng Zahawi cho biết ông đang nghiên cứu các phương án hỗ trợ cho cả các hộ gia đình và doanh nghiệp đang gặp khó khăn với mức chi phí sinh hoạt eo hẹp, giữa bối cảnh người kế nhiệm Thủ tướng Boris Johnson được công bố vào ngày 5/9, dẫn đến xáo trộn nội các và có thể xuất hiện Bộ trưởng Tài chính mới.

Văn phòng của bộ trưởng Zahawi cho biết ông sẽ tận dụng chuyến công du Mỹ của mình để nhấn mạnh sự cần thiết phải tiếp tục hợp tác giải quyết các vấn đề đang khiến giá cả tăng cao và tốc độ tăng trưởng chậm lại của các nền kinh tế lớn trên thế giới.

Ông Zahawi nói: "Những áp lực toàn cầu này phải được giải quyết với các nỗ lực toàn cầu. Anh quyết tâm hợp tác chặt chẽ với các đồng minh về những thách thức chung mà chúng tôi phải đối mặt để tạo ra một nền kinh tế công bằng hơn và linh hoạt hơn trong và ngoài nước".

Văn phòng của ông Zahawi cho biết chuyến thăm Mỹ của ông sẽ bao gồm các cuộc họp với các tổ chức tài chính quốc tế, Cục Dự trữ Liên bang Mỹ (Fed) và Bộ Tài chính Mỹ để thảo luận về các khoản hỗ trợ cho Ukraine và các quốc gia dễ bị tổn thương, triển vọng kinh tế toàn cầu và an ninh năng lượng.

Tây Ban Nha tham vọng trở thành trung tâm năng lượng EU

(VN+) - Tây Ban Nha muốn trở thành cửa ngõ khí đốt mới của châu Âu bằng cách hồi sinh dự án đường ống xuyên núi Pyrenees.

Tây Ban Nha lâu nay đặt hy vọng tái sinh kế hoạch xây dựng đường ống Pyrenees nối bán đảo Iberia qua Pháp tới trung tâm châu Âu, vốn bị bỏ dở từ năm 2019 vì vấn đề quy hoạch và ngân sách.

Xung đột Nga - Ukraine và nguồn cung khí đốt cho châu Âu bị cắt giảm đã thu hút nhiều sự chú ý đến dự án, đặc biệt là từ Đức. Thủ tướng Đức Olaf Scholz cho rằng đường ống có thể giúp xoa dịu khủng hoảng nguồn cung năng lượng. Giới quan sát nhận định cuộc gặp giữa ông và Thủ tướng Tây Ban Nha Pedro Sanchez ngày 30/8 có thể sẽ xoay quanh chủ đề này.

Ngoài khủng hoảng khí đốt, Tây Ban Nha hy vọng có thể cải thiện kết nối với những nước khác của châu Âu, mở ra con đường trở thành trung tâm mới của Liên minh châu Âu (EU) về hydro xanh, nguồn năng lượng được đánh giá là quan trọng cho tương lai.

Dự án MidCat được khởi động từ năm 2013. Đây là đường ống nối vùng Catalonia ở đông bắc Tây Ban Nha với miền nam nước Pháp qua dãy Pyrenees, nhằm kết nối Tây Ban Nha và Bồ Đào Nha với mạng lưới khí đốt Trung Âu.

6 năm sau, dự án bị các cơ quan quản lý Pháp và Tây Ban Nha đình chỉ do tác động môi trường và thiếu ngân sách. Pháp vẫn thờ ơ với dự án bất chấp cuộc khủng hoảng năng lượng hiện nay, trong khi Tây Ban Nha vẫn quyết tâm thực hiện ngay cả khi phải dùng đến kế hoạch dự phòng là xây đường ống ngầm dưới biển để kết nối với Italy.

Bộ trưởng Sinh thái Tây Ban Nha Teresa Ribera tuần trước cho hay phương án dự phòng đang được nghiên cứu, nhưng thừa nhận "lựa chọn đơn giản nhất là xuyên qua núi Pyrenees" để đường ống có thể hoạt động vào cuối năm 2023 hoặc đầu năm 2024.

"Đây không phải vấn đề song phương giữa Tây Ban Nha và Pháp. Đây là dự án tầm cỡ châu Âu. Tôi tự hỏi đâu là lý tưởng châu Âu của Pháp", bà nói trong bài phỏng vấn đăng trên nhật báo El Mundo của Tây Ban Nha hôm nay.

Đức, quốc gia phụ thuộc nhiều vào nguồn cung khí đốt Nga, bày tỏ sẵn sàng thực hiện dự án. "Tôi đã đàm phán rất tích cực với Tổng thống Pháp và Chủ tịch Ủy ban châu Âu để ủng hộ thực hiện dự án như vậy", ông Scholz nói ngày 11/8.

Tây Ban Nha có 6 nhà máy tái hóa khí đốt tự nhiên hóa lỏng (LNG), khiến nước này trở thành quốc gia có công suất tái hóa khí lớn nhất EU. Bồ Đào Nha cũng có một nhà máy, nghĩa là bán đảo Iberia có khả năng trở thành trung tâm vận chuyển LNG từ Mỹ trong khi chờ quá trình chuyển đổi sang năng lượng tái tạo hoàn tất.

Bồ Đào Nha và Tây Ban Nha muốn EU soạn dự luật xây dựng hệ thống kết nối như vậy với giá trị khoảng 440 triệu USD. Đường ống này có thể không kịp xoa dịu nguy cơ thiếu hụt nhiên liệu trong mùa đông năm nay, nhưng có thể là đường ống dẫn quan trọng để xuất khẩu hydro xanh, lĩnh vực mà Tây Ban Nha đang dẫn đầu.

Hydro xanh được tạo ra bằng cách điện phân nước, được coi là năng lượng xanh vì sử dụng nguồn năng lượng tái tạo, không xả khí thải độc hại. Nhiên liệu hóa thạch khi đốt cháy sẽ thải ra khí nhà kính có hại, trong khi hydro cháy chỉ phát ra hơi nước vô hại.

Thổ Nhĩ Kỳ tố EU 'cố tình' từ chối cấp thị thực

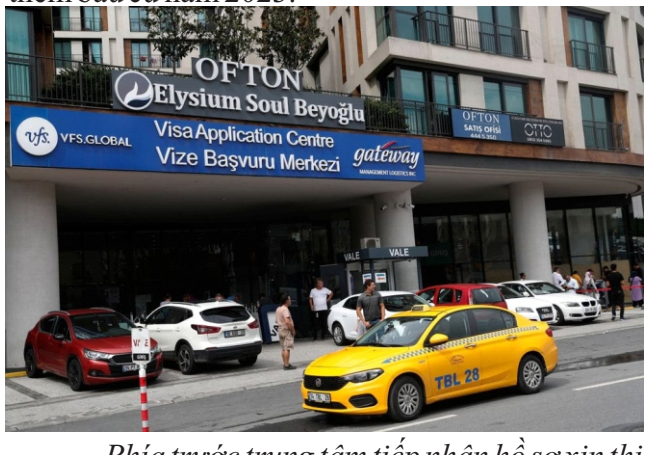
(VN+) - Ngoại trưởng Thổ Nhĩ Kỳ Mevlut Cavusoglu nói rằng châu Âu "có chủ ý" khi hạn chế cấp thị thực cho công dân nước này, khẳng định đây là động thái gây sức ép lên Tổng thống Erdogan.

Dữ liệu cho thấy càng có nhiều người Thổ Nhĩ Kỳ bị từ chối cấp thị thực Schengen. Theo website *SchengenVisaInfo*, 16,5% người Thổ Nhĩ Kỳ bị từ chối cấp thị thực vào năm 2021, tăng so với 12,5% vào năm trước đó.

Trong khi đó, chi phí xin thị thực là 100 euro, khoảng một phần ba lương tối thiểu tại Thổ Nhĩ Kỳ, và không được hoàn lại dù có được cấp thị thực hay không.

"Nhìn chung, tỷ lệ từ chối cấp thị thực Schengen đã tăng trên toàn thế giới. Nhưng khi so với những quốc gia khác như Nga, tỷ lệ người Thổ Nhĩ Kỳ bị từ chối cao và nhất quán hơn nhiều", Shkurta Januzi, Tổng biên tập SchengenVisaInfo, cho biết.

Ông bác bỏ những lý do như ảnh hưởng từ đại dịch Covid-19 hay tình trạng thiếu nhân sự, nói rằng việc từ chối thị thực là nhằm gây sức ép lên Tổng thống Thổ Nhĩ Kỳ Tayyip Erdogan trước thềm bầu cử năm 2023.



Phía trước trung tâm tiếp nhận hồ sơ xin thị thực ở Istanbul, Thổ Nhĩ Kỳ

"Nếu tình hình không được cải thiện sau đó, chúng tôi sẽ áp dụng các biện pháp hạn chế và đối phó", ông Cavusoglu nói.

Liên minh châu Âu (EU) phủ nhận cáo buộc từ Ankara. Nikolaus Meyer-Landrut, người đứng đầu phái đoàn EU tại Thổ Nhĩ Kỳ, khẳng định đơn đăng ký thị thực Schengen được xử lý dựa trên lợi ích của khối, thay vì động cơ chính trị. Ông nói rằng một số hồ sơ xin thị thực của Thổ Nhĩ Kỳ không đầy đủ và có dấu hiệu gian lận.

Trước đại dịch Covid-19, các nước Schengen mỗi năm tiếp nhận hơn 900.000 đơn xin

TIN THẾ GIỚI

thị thực từ Thổ Nhĩ Kỳ, nhưng con số này đã giảm xuống còn khoảng 270.000 đơn vào năm 2021.

Việc không được cấp thị thực Schengen cũng ảnh hưởng đến kế hoạch du lịch cũng như hoạt động của các công ty lữ hành tại Thổ Nhĩ Kỳ.

Nga phản đối tuyên bố chung về vũ khí hạt nhân tại Liên Hợp Quốc

(VN+) - Hội nghị về Không phổ biến Vũ khí hạt nhân kéo dài một tháng tại trụ sở Liên Hợp Quốc hôm 26/8 đã không đưa ra tuyên bố chung sau khi không thể thống nhất nội dung văn kiện cuối.

"Tôi rất tiếc khi hội nghị lần này đã không thể đạt được sự đồng thuận", *Nikkei Asia* dẫn lời Đại sứ Argentina Gustavo Zlauvinen - Chủ tịch hội nghị - phát biểu.

Phái đoàn các nước đã tập trung tại trụ sở Liên Hợp Quốc ở New York từ hôm 1/8 tham gia Hội nghị Đánh giá Hiệp ước Không phổ biến Vũ khí hạt nhân.

Ông Zlauvinen cho biết bản dự thảo cuối cùng thể hiện nỗ lực nhằm giải quyết những quan điểm bất đồng và kỳ vọng của các bên "về một kết quả tiến bộ" trong thời khắc lịch sử, khi "thế giới bao trùm bởi xung đột, và đáng báo động nhất là viễn cảnh ngày càng tăng về chiến tranh hạt nhân".

Nga công khai phản đối tuyên bố cuối cùng của hội nghị. Đại diện phái đoàn Nga Igor Vishnevetsky nói "rất tiếc khi không có sự đồng thuận về văn kiện này". Ông nhấn mạnh nhiều quốc gia, không chỉ có Nga, không đồng tình với "một loạt vấn đề" trong 36 trang cuối cùng của bản thảo, *AP* đưa tin.

Hội nghị kéo dài một tháng của Liên Hợp Quốc đã không thể đưa ra tuyên bố chung hôm 26/8

"Phái đoàn chúng tôi phản đối một số đoạn văn mang tính chính trị rõ rệt", ông nói thêm.

Theo các nguồn tin, Nga đặc biệt phản đối các đoạn liên quan tới nhà máy điện hạt nhân Ukraine ở Zaporizhzhia, nơi lực lượng Nga đang kiểm soát.

Bản dự thảo mới nhất bày tỏ "quan ngại sâu sắc" về các hoạt động quân sự xung quanh các nhà máy điện Ukraine, bao gồm cả Zaporizhzhia, cũng như việc Ukraine mất quyền kiểm soát các địa điểm này và tác động tiêu cực đến tính an toàn.

Các bên ký kết cũng thảo luận về một số chủ đề nóng khác, bao gồm chương trình hạt nhân của Iran và các vụ thử hạt nhân của Triều Tiên, theo *AFP*.

Hiệp ước Không phổ biến Vũ khí hạt nhân có hiệu lực từ năm 1970, chỉ cho phép 5 quốc gia sở hữu kho vũ khí hạt nhân là Anh, Trung Quốc, Pháp, Nga và Mỹ. Về nguyên tắc, hiệp ước được đánh giá 5 năm một lần nhằm ngăn chặn phổ biến vũ khí hạt nhân, thúc đẩy giải trừ hoàn toàn và hợp tác sử dụng năng lượng hạt nhân vì mục đích hòa bình.

Hiện tại có 191 bên tham gia hiệp ước này. Trong lần họp gần nhất là năm 2015, các bên cũng không thể đưa ra tuyên bố chung. Cuộc họp năm 2020 hoãn tới tận năm nay do đại dịch Covid-19.

Bộ trưởng Y tế Bồ Đào Nha Marta Temido quyết định từ chức

(VN+) - Ngày 30/8, Bộ trưởng Y tế Bồ Đào Nha Marta Temido đã quyết định từ chức trong bối cảnh bà đối mặt với chỉ trích về việc đóng cửa tạm thời một số trung tâm cấp cứu do thiếu hụt nhân viên.

Bộ trưởng Y tế Bồ Đào Nha Marta Temido

Quyết định của bà Temido được đưa ra chỉ vài giờ sau khi có thông tin về việc một thai phụ đã tử vong do nhồi máu cơ tim khi đang trên đường chuyển từ bệnh viện Santa Maria, nơi không còn giường bệnh trong khoa sơ sinh, đến cấp cứu một bệnh viện khác.

Trước đó, Chính phủ Bồ Đào Nha đã dừng các dịch vụ sản khoa, đặc biệt vào ngày cuối tuần, tại một số bệnh viện do thiếu nhân viên trong kỳ nghỉ Hè.

Bà Temido giữ chức Bộ trưởng Y tế Bồ Đào Nha từ tháng 10/2018.

Thủ tướng Antonio Costa cho biết đã chấp nhận đơn xin từ chức của bà Temido, đồng thời cảm ơn những đóng góp của bà. Ông Costa khẳng định sẽ tiếp tục thúc đẩy các cải cách nhằm củng cố Cơ quan y tế quốc gia và cải thiện dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho người dân.

Quần đảo Solomon đình chỉ mọi chuyến thăm của Hải quân Mỹ

(VN+) - Quần đảo Solomon đã đình chỉ tất cả chuyến thăm của Hải quân Mỹ, từ đó làm gia tăng lo ngại về ảnh hưởng ngày càng tăng của Trung Quốc trong khu vực.

"Mỹ đã nhận được thông báo chính thức từ chính phủ Quần đảo Solomon về việc tạm hoãn tất cả chuyến thăm của Hải quân", phát ngôn viên của Đại sứ quán Mỹ tại Canberra cho biết trong một tuyên bố hôm 30/8, *AFP* đưa tin.

Động thái này diễn ra một tuần sau khi một tàu tuần duyên của Mỹ không được cấp phép cập cảng tại thủ đô Honiara, Quần đảo Solomon, để tiếp nhiên liệu.

"Phía Mỹ thất vọng vì tàu của Tuần duyên Mỹ đã không thể dừng ở Honiara theo kế hoạch. Chúng tôi sẽ tiếp tục theo dõi chặt chẽ tình hình", tuyên bố cho biết.

AFP cho biết vẫn chưa rõ liệu lệnh đình chỉ có được áp dụng cho lực lượng hải quân của các nước khác hay không.

Trước đó, chính phủ Quần đảo Solomon không phản hồi yêu cầu chấp thuận cho tàu tuần duyên USCGC Oliver Henry của Mỹ ghé cảng như thường lệ để tiếp nhiên liệu và bổ sung hậu cần.

Một bức ảnh do Tuần duyên Mỹ chụp cho thấy tàu Oliver Henry đã phải chuyển hướng đến Papua New Guinea vào ngày 14/8.

Tuyên bố ngày 26/8 từ Tuần duyên Mỹ cho biết Bộ Ngoại giao nước này đã liên lạc với chính phủ Quần đảo Solomon và hy vọng "tất cả tàu của Mỹ sẽ đều được cấp phép trong tương lai".

Quần đảo Solomon được cho là đang theo đuổi quan hệ sâu sắc hơn với Trung Quốc. Quốc gia Thái Bình Dương này gần đây đã ký hiệp ước an ninh bí mật với Bắc Kinh.

Quần đảo Solomon đã cắt đứt quan hệ ngoại giao với Đài Bắc và chuyển sang thiết lập quan hệ ngoại giao với Bắc Kinh vào năm 2019.

NATO muốn tăng cường hiện diện ở Bắc Cực

(VN+) - Tổ chức Hiệp ước Bắc Đại Tây Dương NATO có kế hoạch tăng cường sự hiện diện ở Bắc Cực trong tương lai.

Tổng thư ký NATO Jens Stoltenberg

Đây là tuyên bố được Tổng thư ký NATO Jens Stoltenberg đưa ra mới đây.

Ông Stoltenberg cho rằng, tình hình địa chính trị đã có sự thay đổi và nhấn mạnh ý nghĩa chiến lược quan trọng của khu vực Bắc Cực đối với khối quân sự này. Theo ông Stoltenberg, Bắc Cực là mắt xích liên kết quan trọng nhất giữa Bắc Mỹ và châu Âu, đồng thời hình thành khoảng cách ngắn nhất giữa Bắc Mỹ và Nga.

Tổng thư ký Stoltenberg cũng lưu ý đến tầm quan trọng ngày càng tăng của khu vực này đối với hoạt động lưu thông hàng hải khi Trái đất nóng lên và băng tan.

Thuongmai VIETNAM
Issue # 2011 * Tuesday, September 06, 2022

Bảy bí mật để nuôi dạy một đứa trẻ hạnh phúc

Tất cả chúng ta đều muốn những điều tuyệt vời nhất cho con mình. Mỗi ba mẹ ai ai cũng muốn các em lớn lên để yêu và được yêu, theo đuổi ước mơ, tìm kiếm thành công. Tuy nhiên, chủ yếu là chúng ta luôn muốn con hạnh phúc. Nhưng chúng ta có bao nhiêu quyền kiểm soát đối với hạnh phúc của con mình?

Bạn có thể làm gì để tạo ra một ngôi nhà, nơi hạnh phúc của con bạn sẽ thăng hoa? Đọc tiếp bảy chiến lược say đây sẽ củng cố khả năng trải nghiệm niềm vui của con bạn.

Cách chắc chắn nhất để thúc đẩy hạnh phúc tình cảm suốt đời của con bạn là giúp trẻ cảm thấy được kết nối với bạn, các thành viên khác trong gia đình, bạn bè, hàng xóm, người chăm sóc trẻ thậm chí với thú cưng. Edward Hallowell, bác sĩ tâm thần học trẻ em và là tác giả của cuốn The Childhood Roots of Adult Happiness cho biết: "Một tuổi thơ được kết nối là chìa khóa của hạnh phúc". Tiến sĩ Hallowell chỉ ra là bằng chứng cho Nghiên cứu dọc quốc gia về sức khỏe vị thành niên, liên quan đến khoảng 90.000 thanh thiếu niên, trong đó "sự kết nối" là một cảm giác được yêu thương, thấu hiểu, mong muốn, được thừa nhận cho đến nay được coi là người bảo vệ lớn nhất chống lại sự đau khổ về cảm xúc, tự tử, suy nghĩ và hành vi nguy cơ bao gồm hút thuốc, uống rượu và sử dụng ma túy.

May mắn thay, chúng ta có thể củng cố mối liên hệ chính và quan trọng nhất của con mình với chúng ta, đơn giản bằng cách cung cấp thứ mà Tiến sĩ Hallowell gọi là tình yêu điên cuồng không bao giờ dứt. Ông nói: "Nghe thì có vẻ hớ hênh, và nó thường bị loại bỏ như một thứ cho sẵn, nhưng nếu một đứa trẻ chỉ có một người yêu thương nó vô điều kiện, thì đó là điều cần nhất mà nó có được để chống lại sự khốn khổ. Tuy nhiên, chỉ đơn giản là sở hữu tình yêu sâu đậm là chưa đủ. Con bạn cũng phải cảm nhận được điều đó", Tiến sĩ Hallowell nói. Ôm con càng nhiều càng tốt, đáp lại bằng sự đồng cảm, nói lớn tình yêu của ba mẹ cho con nghe, cùng nhau ăn uống, ôm ấp và cười đùa.

Theo lời khuyên của nhà xã hội học Christine Carter, Tiến sĩ, Giám đốc điều hành của Đại học California tại Trung tâm Khoa học Tốt bụng Berkeley's, một tổ chức dành cho sự hiểu biết khoa học về hạnh phúc. Carter nói: "Chúng tôi biết từ 50 năm nghiên cứu rằng các kết nối xã hội là một yếu tố cực kỳ quan trọng, nếu không muốn nói là quan trọng nhất, góp phần tạo nên hạnh phúc. Và đó không chỉ là chất lượng, mà còn là số lượng của các mối liên kết: con bạn càng tạo ra nhiều kết nối thì càng tốt".

Đừng cố làm cho con bạn hạnh phúc

Nghe có vẻ ngược đời, nhưng điều tốt nhất bạn có thể làm cho hạnh phúc lâu dài của con mình là ngừng cố gắng giữ cho con hạnh phúc trong thời gian ngắn. Nếu chúng ta đặt con mình vào một quả bong bóng an toàn và ban cho chúng mọi ước muốn và mong muốn của chúng, đó là điều chúng mong đợi, nhưng thế giới thực không hoạt động theo cách đó.

Để tránh bị đánh cắp giấc mơ của con quá mức, hãy nhận ra rằng bạn không phải chịu trách nhiệm về hạnh phúc của con mình. Những bậc cha mẹ cảm thấy có trách nhiệm với cảm xúc của con cái họ sẽ rất khó để chúng có thể trải qua sự tức giận, buồn bã hoặc thất vọng. Chúng ta thường hay đến ngay lập tức để trao cho con bất cứ điều gì chúng ta nghĩ sẽ mang lại nụ cười hoặc giải quyết bất cứ điều gì đang khiến con đau khổ. Thật không may, những đứa trẻ không bao giờ học cách đối phó với những cảm xúc tiêu cực sẽ có nguy cơ bị chúng "đè bẹp" khi ở tuổi vị thành niên và người lớn.

Một khi bạn chấp nhận rằng bạn không thể làm cho con mình cảm thấy hạnh phúc, bạn sẽ ít có xu hướng cố gắng "sửa chữa" cảm xúc của con và nhiều khả năng sẽ lùi lại và cho phép con phát triển kỹ năng đối phó và khả năng phục hồi mà con sẽ cần để thoát khỏi những thất bại không thể tránh khỏi trong cuộc sống.

Nuôi dưỡng hạnh phúc của bạn

Tuy chúng ta không thể kiểm soát được hạnh phúc của con mình, nhưng chúng ta phải chịu trách nhiệm về chính mình. Bởi vì trẻ em học hỏi mọi thứ từ chúng ta, nên tâm trạng của chúng ta rất quan trọng.

Cha mẹ hạnh phúc có khả năng có những đứa con hạnh phúc, trong khi con cái của những bậc cha mẹ trầm cảm bị trầm cảm gấp đôi tỷ lệ trung bình. Do đó, một trong những điều tốt nhất bạn có thể làm cho sức khỏe tinh thần của con bạn là quan tâm đến bạn: dành thời gian để nghỉ ngơi, thư giãn và có lẽ quan trọng nhất là sự lãng mạn. Nuôi dưỡng mối quan hệ của bạn với vợ/chồng của bạn. Nếu cha mẹ có một mối quan hệ thực sự tốt và gắn bó, thì hạnh phúc của đứa trẻ thường tự nhiên theo sau.

Khen ngợi điều đúng đắn

Không có gì ngạc nhiên khi các nghiên cứu liên kết lòng tự trọng và hạnh phúc một cách nhất quán. Điều nguy hiểm, nếu đây là kiểu khen ngợi duy nhất mà một đứa trẻ nghe thấy, là chúng sẽ nghĩ rằng mình cần đạt được để giành được sự đồng tình của bạn. Con sẽ trở nên sợ rằng nếu con không thành công, con sẽ rơi khỏi vòng tay yêu thương của cha mẹ và ba mẹ sẽ không yêu con nữa.

Ba mẹ khen ngợi những đặc điểm cụ thể như thông minh, xinh đẹp, giỏi thể thao,v.v... cũng có thể làm suy giảm sự tự tin của trẻ sau này, nếu chúng lớn lên tin rằng chúng được đánh giá cao vì điều gì đó ngoài tầm kiểm soát của chúng và có thể là phù du.

Ví dụ, nếu bạn chủ yếu khen con mình xinh đẹp, điều gì sẽ xảy ra khi con bạn già đi và mất đi vẻ đẹp đó?. Phải mất bao nhiêu lần chăm sóc da mặt để con cảm thấy đáng giá với lời khen đó? Điều thú vị là nghiên cứu cho thấy những đứa trẻ được khen ngợi chủ yếu là sáng sủa trở nên nhút nhát về mặt trí tuệ, chúng sợ rằng sẽ bị coi là kém thông minh và kém giá trị hơn nếu chúng thất bại.

Vì vậy, ba mẹ nên khen ngợi nỗ lực hơn là kết quả. Khen ngợi sự sáng tạo, làm việc chăm chỉ, bền bỉ, để đạt được thành tựu, hơn là bản thân thành tích.

Cho phép con thành công và thất bại

Tất nhiên, nếu bạn thực sự muốn nâng cao lòng tự trọng của trẻ, hãy tập trung ít hơn vào những lời khen ngợi mà hãy tập trung nhiều hơn vào việc cung cấp cho trẻ nhiều cơ hội để học các kỹ năng mới. Thách thức của ba mẹ là đứng lại và để con cái tự làm những gì chúng có khả năng. Sai lầm lớn của các bậc cha mẹ tốt là làm quá nhiều cho con cái của mình.

Mặc dù có thể khó khăn khi chứng kiến những đứa trẻ của chúng ta đấu tranh, nhưng chúng sẽ không bao giờ biết được cảm giác hồi hộp khi làm chủ, trừ khi chúng ta cho phép chúng mạo hiểm với thất bại. Rất ít kỹ năng được hoàn thiện trong lần thử đầu tiên. Thông qua thực hành mà trẻ em đạt được sự thành thạo. Và thông qua những kinh nghiệm làm chủ lặp đi lặp lại, con phát triển thái độ có thể làm được cho phép con tiếp cận những thách thức trong tương lai với niềm say mê và lạc quan là trung tâm của một cuộc sống hạnh phúc.

Đưa ra những trách nhiệm thực sự

Hạnh phúc phụ thuộc phần lớn vào cảm giác rằng những gì chúng ta làm quan trọng và được người khác đánh giá cao. Nếu không có cảm giác đó, chúng ta sợ rằng mình có thể bị loại khỏi nhóm. Và nghiên cứu cho thấy rằng điều mà con người sợ hãi hơn bất cứ điều gì là bị loại trừ.

Nói cách khác, con người có một nhu cầu bẩm sinh là được xem là cần thiết. Vì vậy, bạn càng có thể truyền đạt cho con mình rằng con bạn đang đóng góp một cách có ích cho gia đình, ngay từ khi còn nhỏ, ý thức về giá trị bản thân và hạnh phúc của con sẽ càng lớn.

Trẻ em dưới 3 tuổi có thể đóng các vai có ý nghĩa trong gia đình, cho dù đó là đổ đầy bát thức ăn khô cho mèo hay dọn ra khăn ăn vào giờ ăn tối. Nếu có thể, hãy giao một vai phù hợp với thế mạnh của con bạn. Ví dụ, nếu con bạn thích sắp xếp mọi thứ, hãy giao cho con công việc phân loại nĩa và thìa. Nếu con thích chăm sóc, hãy bảo con để ý em gái trong khi bạn dọn bữa tối trên bàn. Miễn là bạn thừa nhận rằng con đang đóng góp cho gia đình, điều đó sẽ nâng cao cảm giác kết nối và sự tự tin của

PHỤ NỮ - GIA ĐÌNH

con bạn, hai điều kiện tiên quyết để có được hạnh phúc lâu dài.

Thực hành thói quen biết ơn

Cuối cùng, các nghiên cứu về hạnh phúc liên kết một cách nhất quán cảm giác biết ơn với tình cảm hạnh phúc. Nghiên cứu tại Đại học California, Davis và những nơi khác đã chỉ ra rằng những người viết nhật ký về lòng biết ơn hàng ngày hoặc hàng tuần cảm thấy lạc quan hơn, đạt được nhiều tiến bộ hơn đối với mục tiêu và cảm thấy tốt hơn về cuộc sống của họ nói chung.

Đối với một đứa trẻ, viết nhật ký có thể không thực tế. Nhưng một cách để nuôi dưỡng lòng biết ơn ở trẻ là yêu cầu mỗi thành viên trong gia đình dành thời gian hàng ngày, chẳng hạn trước hoặc trong bữa ăn để kể tên điều gì đó mà mình biết ơn. Điều quan trọng là biến nó thành một nghi lễ thường xuyên. Đây là một thói quen sẽ thúc đẩy tất cả các loại cảm xúc tích cực và nó thực sự có thể dẫn đến hạnh phúc lâu dài. ■

Bí ẩn ngôi trường ở Mỹ có hơn 100 cựu học sinh cùng bị ung thư não

Năm 1999, khi mới 27 tuổi, Al Lupiano, ở New Jersey, Mỹ, được chẩn đoán có khối u não "rất hiếm gặp" và lớn bất thường ở độ tuổi này. Tình trạng này còn được gọi là Acoustic Neuroma (AN).

Mùa hè năm 2021, vợ và em gái của Lupiano cũng mắc bệnh ung thư não hiếm gặp tương tự. Điều này bắt đầu khiến người đàn ông tại Mỹ lo lắng và bắt đầu tìm hiểu.

Hơn 100 người cùng mắc bệnh ung thư siêu hiếm

Theo *Fox News,* tháng 2, Angela DeCillis, em gái của Lupiano đã qua đời vì đa u nguyên bào trong não, xuất phát từ các tế bào thần kinh đệm. Vợ ông cũng có khối u não hiếm gặp lớn bất thường.

Thậm chí, bác sĩ thần kinh của họ, thành viên Liên đoàn Các hiệp hội Thần kinh Thế giới, còn nhận định họ là cặp vợ chồng đầu tiên cùng mắc bệnh ung thư này. Cả hai khối u có kích thước tương đương nhau và ở một bên não. Tỷ lệ mắc bệnh này có thể là 1/1 triệu người. Đặc biệt, chỉ 1/30 triệu người mắc căn bệnh này là thành viên trong gia đình như Lupiano.

Điều đó khiến Al Lupiano, hiện 50 tuổi, không thể giải thích vì sao nó xảy ra với họ. Dữ liệu duy nhất mà ông phát hiện là cả ba cùng lớn lên trong một khu phố.

Cuối cùng, Al Lupiano cũng tìm ra sợi dây liên kết giữa họ. Cả ba người đều từng học tại trường Trung học Colonia, Woodbridge, vào những năm 1990. Ban đầu, Al Lupiano không chắc chắn về giả thuyết này. Vì vậy, ông chia sẻ câu chuyện của mình lên mạng xã hội và hỏi những người cũng là cựu học sinh của ngôi trường này.

Đến ngày 11/4, ông nhận được thông tin từ hơn 100 cựu học sinh. Họ đều được chẩn đoán mắc ung thư não thể hiếm gặp với khối u ác tính kích thước lớn khi còn rất trẻ.

"Tôi chưa bao giờ nghĩ cơn ác mộng tồi tệ nhất sẽ như thế này. Đó là 100 con người với 100 cuộc đời mãi mãi thay đổi. 100 gia đình phải nhận tin tức khủng khiếp. 100 câu chuyện về sự hoài nghi khi họ nhận được chẩn đoán. Tôi luôn cầu nguyện tìm ra câu trả lời".

Trong bản cập nhật mới nhất, Al Lupiano cho hay nhiều người bị ung thư não hiếm gặp là cựu giáo viên hay nhân viên làm việc ở trường. Họ không sống ở Colonia mà chỉ làm việc tại ngôi trường này.

Theo tờ *Star-Ledger*, phần lớn cựu học sinh có khối u não đều tốt nghiệp từ những năm 1975 đến 2000. Đặc biệt, một số còn rất trẻ, mới tốt nghiệp năm 2014, nghĩa là họ còn chưa đến 30 tuổi.

Các chẩn đoán gồm "một số loại u não nguyên phát ác tính như u nguyên bào thần kinh đệm và khối u không phải ung thư nhưng gây suy nhược dây thần kinh âm thanh, u nguyên bào huyết thanh và u màng não".

Tiến sĩ Sumul Raval, nhà ung thư học thần kinh hàng đầu của New Jersey, trả lời phỏng vấn của tạp chí *Star-Ledger*: "Phát hiện này rất quan trọng. Thông thường, bạn không thể bị nhiễm phóng xạ trường trung học… trừ khi có điều gì đó đang xảy ra ở mà chúng ta không biết". Vị chuyên gia cũng kêu gọi các cơ quan chức năng vào cuộc điều tra ngay lập tức.

Đi tìm câu trả lời

Thị trưởng Woodbridge, John McCormack, cũng cho biết họ đã bắt tay vào điều tra sau khi nhận được thông tin này.

Vốn là nhà khoa học môi trường, ông Lupiano đã kiểm tra các mẫu đất của trường cũ để tìm chất độc vì cho rằng sân trường có thể bị ô nhiễm, theo *NJ Spotlight News*.

Trong khi đó, ông Lupiano đặt giả thuyết về mối liên quan giữa trường Trung học Colonia và một nhà máy ở Middlesex, New Jersey. Nhà máy này đã đóng cửa, nằm trên diện tích gần 39.000 m2, cách Colonia 30 phút lái xe.

Nơi này từng là nhà máy nhập các quặng uranium từ châu Phi, còn được gọi là pitchblende, được nhập khẩu để sử dụng trong chương trình năng lượng nguyên tử quốc gia. Sau khi thử nghiệm tại nhà máy này, nó sẽ được vận chuyển đến các địa điểm khác để xử lý.

Nhà máy tiếp nhận quặng uranium, thorium và berili từ những năm 1940 đến 1967, cũng là giai đoạn trường Trung học Colonia được xây dựng.

Sau đó, nhà máy khử nhiễm độc phóng xạ theo các tiêu chuẩn khi ấy, tuy nhiên, theo trang chính thức của Công binh Lục quân Mỹ (United States Army Corps of Engineers - USACE), "một số dấu vết cho thấy vật liệu phóng xạ bị thoát ra ngoài qua nhiều năm bởi gió, tới các sân nhà lân cận".

Cơ quan này cũng viết: "Ngoài ra, các hồ sơ sau đó tiết lộ năm 1948, một số vật liệu bị nhiễm phóng xạ đã được từ nhà máy đến bãi chôn lấp ở thành phố Middlesex, cách đó 1,5 km".

Chính vì thế, tờ *NJ Spotlight* đặt giả thuyết có thể đất từ nhà máy đã được chở đến trường Trung học Colonia trong quá trình xây dựng vào năm 1967.

Tuy nhiên, những thông tin trên mới chỉ là giả thuyết. Các cơ quan điều tra vẫn chưa đưa ra kết luận cuối cùng. Ông Lupiano khẳng định: "Tôi sẽ không nghỉ ngơi cho đến khi có câu trả lời. Tôi sẽ khám phá sự thật".

Hiện nay, mỗi năm trường Trung học Colonia tuyển sinh thêm 1.300 học sinh. ■

Tòa nhà Whaley

Theo tạp chí *Life Magazine*, tòa nhà Whaley nằm tại San Diego là "ngôi nhà bị ma ám đáng sợ nhất ở Mỹ". Ngôi nhà được xây dựng vào năm 1857 trên một nghĩa địa và giá treo cổ cũ. Trong những năm qua, tòa nhà này được dùng làm nhà ở, cửa hàng ngũ cốc, tòa án quận San Diego, nhà hát thương mại đầu tiên của thành phố, phòng khiêu vũ, hội trường chơi bida và cuối cùng là trường học. Sau đó, chính quyền đã quyết định mở viện bảo tàng tại đây vào năm 1960.

Đây là nơi tên cướp Yankee Jim Robinson bị treo cổ vào năm 1852, trước khi ngôi nhà được xây dựng. Một tờ báo đã miêu tả rằng ông ta đã cố bám vào sàn của giá treo lâu nhất có thể cho đến khi bị siết chết.

Dù đã tận mắt chứng kiến cảnh hành hình, nhưng thương nhân Thomas Whaley vẫn quyết định mua lại mảnh đất và xây nhà ở. Chỉ trong vòng vài tuần sau khi chuyển đến, gia đình Whaley cho hay họ nghe thấy tiếng bước chân nặng nề như được tạo ra bởi đôi ủng của một người đàn ông to béo.

Ảnh minh họa

Những báo cáo về tiếng bước chân kéo dài trong hơn 100 năm, từ cô con gái út của gia đình Whaley sống trong căn nhà tới năm 1953 cho đến những du khách tham quan bảo tàng vào năm 1960.

Những du khách khác nói rằng họ đã từng nhìn thấy gia đình Whaley và bóng dáng của một người phụ nữ mặc váy dài trong phòng xử án cũ. Một nhà tâm lý học chia sẻ anh ta đã nhìn thấy một linh hồn của một chú chó chạy trong nhà, hình dáng giống như một loại chó gia đình Whaley đã từng nuôi. ■

Thương mại VIETNAM
Issue # 2011 * Tuesday, September 06, 2022

PHỤ NỮ - GIA ĐÌNH

Bốn bài thể dục 'vàng' dành riêng cho mắt

Những bài tập thể dục phù hợp cho đôi mắt không chỉ giúp bạn có một đôi mắt khỏe mạnh, có hồn mà còn giúp tái tạo sự hưng phấn để làm việc hiệu quả hơn.

Ngày nay, bởi nhiều nguyên do như ăn uống thiếu chất, dùng các thiết bị điện tử nhiều,... mà sức khỏe đôi mắt của chúng ta ngày càng báo động.

Nếu không muốn thị lực suy giảm và giữ cho đôi mắt ở trạng thái tốt nhất, bạn cần tập thể dục cho mắt. Sau đây là một số bài tập đơn giản mà bạn có thể thực hiện ở bất cứ đâu mà hiệu quả đem lại cũng rất 'đáng gờm'!

Chớp mắt

Nếu bạn làm việc trước máy tính, chớp mắt là một bài tập rất quan trọng cho sức khỏe của mắt.

Ngồi trước máy tính cần sự tập trung cao độ. Điều này ngăn bạn chớp mắt trong thời gian dài và biện pháp để 'tránh' nó là:

Chợp mắt nhanh

Khi tạm nghỉ làm, hãy cố gắng chớp mắt thật nhanh. Điều này sẽ làm dịu mắt bạn một cách tự nhiên. Với bài tập này, bạn sẽ không cần sử dụng bất kỳ loại thuốc nhỏ mắt nào.

Chớp mắt từ từ

Bài tập này sẽ giúp bạn thư giãn đôi mắt. Nhắm mắt lại và giữ nguyên trong vài giây, sau đó mở mắt. Lặp lại động tác khoảng 7 đến 8 lần.

Massage mắt

Người ta phát hiện ra rằng tác dụng một lực nhẹ nhàng lên mắt cũng tốt cho đôi mắt. Bài tập này sẽ giảm mỏi mắt và thư giãn thị lực cho bạn sau một ngày làm việc mệt mỏi.

Dưới đây là hai cách để làm cho đôi mắt của bạn cảm thấy thoải mái và thư giãn rõ rệt.

Ảnh minh họa

Dùng lòng bàn tay ấn vào mắt

Đặt lòng bàn tay lên mắt với áp lực nhẹ nhàng. Bạn nên làm ấm bằng cách xoa tay trước và đặt tay lên mắt trong tối đa hai phút.

Dùng ngón tay ấn

Đặt ngón tay lên mắt và ấn nhẹ nhàng trong vài giây, nghỉ một lát và thực hiện lại.

Đảo mắt

Dưới đây là một số cách để thư giãn đôi mắt của bạn:

- **Lên và Xuống:** Đây là động tác đầu tiên, nhìn lên và sau đó nhìn xuống. Động tác này có thể hơi khó vậy nên hãy thực hiện từ từ.

- **Trái và phải:** Bài tập thứ hai cũng tương tự, nhưng trước tiên bạn hãy nhìn sang bên phải và sau đó là bên trái.

Khi thực hiện bài tập này, bạn có thể cảm thấy áp lực như thể bạn đang dùng lực di chuyển mắt. Đây là một tín hiệu tốt cho thấy bạn đã làm đúng. Bạn sẽ cảm nhận được cảm giác thư thái và sảng khoái ở đôi mắt sau khi kết thúc quá trình tập luyện.

Nhìn gần rồi nhìn xa

Cách thực hiện rất đơn giản:

Tập trung nhìn vào một điểm gần trước mắt sau một vài giây, sau đó phóng tầm mắt ra, nhìn vào một điểm xa trong một vài giây. Làm động tác này 5-7 lần trong ngày. ■

Thương mại VIETNAM
Issue # 2011 * Tuesday, September 06, 2022

PHỤ NỮ - GIA ĐÌNH

Bảy tác hại của việc không ăn sáng ở trẻ em

Để sự tăng trưởng của trẻ diễn ra đúng cách, điều quan trọng nhất là trẻ phải được cung cấp đầy đủ các dưỡng chất thiếu yếu thông qua những bữa ăn có đa dạng các loại thực phẩm và một chế độ vận động hợp lý. Với nhiều trẻ, thói quen bỏ bữa ăn sáng sẽ khiến các con đối mặt với nguy cơ thiếu dưỡng chất dẫn đến suy dinh dưỡng, gây ảnh hưởng đến sự tăng trưởng, tập trung và học hỏi.

Quá trình chuyển hóa giảm

Sự trao đổi chất ở trẻ em thường diễn ra cao hơn so với người lớn. Điều này giải thích tại sao trẻ cần ăn các thực phẩm bổ dưỡng để hỗ trợ quá trình tăng trưởng. Nếu trẻ ăn đủ bữa và được cung cấp đầy đủ các dưỡng chất, quá trình trao đổi chất cho phép cơ thể đốt cháy calo để giúp trẻ phát triển nhanh chóng. Thói quen bỏ bữa sáng đồng nghĩa với việc cơ thể trẻ không được cung cấp chất dinh dưỡng trong gần mười hai giờ. Lúc này, để tiết kiệm năng lượng tiêu hao cho các hoạt động vui chơi và học tập, cơ thể trẻ sẽ điều chỉnh tốc độ trao đổi chất chậm lại. Điều này có thể ảnh hưởng nghiêm trọng đến quá trình tăng trưởng.

Ảnh minh họa

Tăng nguy cơ mắc bệnh tiểu đường

Tuyến tụy đảm nhiệm việc sản xuất insulin giúp tiêu hóa lượng đường có từ thức ăn mà chúng ta ăn vào. Thói quen bỏ bữa sẽ dẫn đến sự bất thường về lượng đường trong máu có thể dẫn đến tình trạng kháng insulin, làm gia tăng nguy cơ mắc bệnh tiểu đường.

Thiếu tập trung

Một tác hại của việc không ăn sáng khác là não bị thiếu dưỡng chất. Cũng giống như các cơ quan khác, não cần có năng lượng để có thể hoạt động đúng cách và việc trẻ ăn đủ bữa với đầy đủ dưỡng chất chính là nguồn cung cấp năng lượng cho não. Thói quen bỏ bữa ăn sáng chắc chắn sẽ gây ảnh hưởng đến sự tập trung, khả năng tiếp thu của trẻ. Điều này có thể lý giải tại sao kết quả học tập của trẻ sút kém hoặc thua các trẻ khác.

Tâm trạng bất thường

Bạn nhận được phản ánh về sự khó chịu, tính hay giận dữ hoặc có các phản ứng bất thường của trẻ từ giáo viên, người thân, trẻ cùng xóm? Đó có thể là một tác hại của việc không ăn sáng mà con bạn đang gặp phải. Việc thường xuyên bỏ bữa sáng có thể làm cho trẻ quen dần với cơn đói cấp tính, nhưng điều này lại gây ảnh hưởng đến tâm trạng trẻ. Điều này giải thích tại sao trẻ có thể khó chịu, dễ nổi giận hay có các phản ứng bất thường với bạn bè và người khác.

Thiếu năng lượng

Trẻ em rất hiếu động, luôn chạy nhảy chơi đùa cả ngày mà dường như không hề có chút mệt mỏi. Nhưng nếu con bạn thường xuyên bỏ bữa ăn sáng, bé sẽ tỏ ra ủ rũ, thờ ơ hoặc rất uể oải khi phải tham gia các hoạt động vui chơi. Bữa ăn sáng với đầy đủ dưỡng chất thiết yếu đóng góp 25% năng lượng cả ngày của trẻ. Do đó, việc bỏ bữa ăn sáng trong thời gian dài vô tình khiến trẻ mất đi nguồn cung cấp năng lượng quan trọng cho cơ thể.

Tăng nguy cơ béo phì

Ăn sáng đúng giờ và đầy đủ giúp hình thành thói quen ăn uống kỷ luật và lành mạnh, một thói quen rất tốt cho cơ thể. Do đó, việc trẻ được ăn sáng đầy đủ dưỡng chất với những bữa ăn phong phú có thể giúp ngăn chặn mọi cảm giác thèm ăn, hạn chế ăn quá mức cơ thể cần. Điều này giúp giảm nguy cơ mắc bệnh béo phì ở trẻ nhỏ.

Hôi miệng

Hoạt động ăn uống kích thích lượng nước bọt được sản xuất ra nhiều hơn, giúp làm sạch các vi khuẩn khu trú bên trong khoang miệng. Thói quen bỏ bữa ăn sáng khiến sự bài tiết này không diễn ra nên dù trẻ có đánh răng thì trong khoang miệng của trẻ vẫn tồn tại một lượng vi khuẩn nhất định. Điều này làm gia tăng nguy cơ gây hôi miệng ở trẻ. ■

Cách làm dày tự nhiên cho mái tóc

Một số người bẩm sinh đã có mái tóc bồng bềnh và óng ả, nhưng nhiều người hay gặp các vấn đề về tóc như rụng, thưa... cần được chăm sóc đặc biệt hơn.

Ăn thực phẩm giàu kẽm

Nếu ăn chay, bạn cần để ý đến lượng kẽm trong chế độ ăn. Một nghiên cứu chỉ ra rằng những người không ăn thịt có nguy cơ bị thiếu kẽm cao, là nguyên nhân gây rụng tóc. Vì vậy, nếu ăn chay, bạn nên bổ sung kẽm qua các nguồn khác.

Kẽm có nhiều trong hàu, thịt và cá. Một lượng nhỏ kẽm có thể được tìm thấy trong ngũ cốc, các loại đậu, thực phẩm từ sữa và hạt.

Chọn dầu gội từ thiên nhiên

Nếu muốn tóc dày mượt tự nhiên bạn nên tìm hiểu kỹ thành phần chất có trong dầu gội đầu. Nên loại bỏ sản phẩm có chứa chất tạo bọt Sodium Lauryl Sulfate (SLS) gây tổn hại đến các nang tóc, gây rụng tóc; Triethanolamine (TEA); Parabens.

Ngày nay, người dùng có xu hướng lựa chọn các sản phẩm làm đẹp chiết xuất từ thiên nhiên, giúp tóc khỏe, không chẻ ngọn...

Tránh xa máy tạo kiểu tóc

Khi quá bận rộn, bạn thường dùng máy sấy tóc để làm tóc khô nhanh, tạo kiểu đẹp. Nhưng các công cụ tạo kiểu tóc bằng nhiệt cao có thể khiến tóc bị cháy, khô dẫn đến gãy rụng. Nhiệt tiếp xúc trực tiếp với tóc sẽ tạo ra các lỗ nhỏ trên lớp bảo vệ tóc, làm hỏng lọn tóc.

Chú ý đến da đầu

Bạn có thể dùng sản phẩm tẩy tế bào chết để giúp da mặt hoàn hảo, nhưng lại ít để ý đến da đầu. Thực tế, da đầu cũng có nhu cầu được chăm sóc tương tự. Các tuyến trên da đầu sản xuất bã nhờn tích tụ theo thời gian, chỉ gội đầu thôi không đủ loại bỏ. Vì vậy, bạn nên sử dụng chất tẩy bào chết cho da đầu, khuyến khích tóc mọc nhanh hơn.

Không lạm dụng dầu gội khô

Khi không có thời gian, một số người thường sử dụng dầu gội khô. Bạn có thể thỉnh thoảng dùng tiện ích này, nhưng không nên dùng quá thường xuyên. Dầu gội khô dễ làm hỏng tóc, dẫn đến gãy, tắc nghẽn nang lông và rụng tóc.

Bổ sung vitamin C

Ngoài nhiều lợi ích cho sức khỏe, vitamin C có thể củng cố mái tóc của bạn và giúp tóc mọc dày hơn. Đây là loại vitamin rất quan trọng đối với việc sản xuất collagen, ngăn ngừa gãy rụng và ngăn tóc bạc sớm. Hầu hết chúng ta đều biết rằng cam quýt là một nguồn cung cấp vitamin C tuyệt vời. Ngoài ra, nó cũng có thể được tìm thấy trong bông cải xanh, cải xoăn và dâu tây. ■

Điều gì xảy ra nếu bạn thở bằng miệng thay vì mũi?

Nhiều người có thói quen thở bằng miệng thay vì mũi, điều này sẽ gây ảnh hưởng đến cấu trúc gương mặt, dáng đi, răng và kể cả sức khỏe.

Gương mặt thay đổi

Nếu bạn thở bằng miệng, theo thời gian sẽ làm thay đổi cấu trúc gương mặt, nó sẽ có xu hướng phát triển về phía trước và hướng xuống. Lý do là khi bạn thở bằng miệng, hàm và má của bạn hẹp lại, phần lỗ mũi dần hẹp lại, môi trên, cũng như khớp cắn hở về phía trước, theo *Brightside.*

Thay đổi tư thế

Nếu thở bằng miệng, bạn sẽ vô thức nghiêng đầu về phía trước, khiến vai bạn chùng xuống. Kết quả là người luôn trong tư thế thả lỏng, khiến bạn trông có vẻ lùn đi và uể oải.

Răng mọc lộn xộn

Thở bằng miệng ảnh hưởng tiêu cực đến sự liên kết của răng. Nhiều trẻ có thói quen thở bằng miệng sẽ dẫn đến tình trạng răng khấp khểnh và lệch khớp cắn. Ngoài ra, hình dáng môi và vị trí lưỡi cũng thay đổi, khiến việc chỉnh nha gặp khó khăn hơn, đặc biệt là khi phải đeo mắc cài niềng răng.

Khó ngủ hơn

Khi thở bằng miệng, bạn sẽ hít được ít oxy hơn, ngược lại nhiều CO_2 đi vào cơ thể. Kết quả là, hầu hết các hệ thống cơ thể của bạn bị ảnh hưởng. Bên cạnh đó, bạn có nhiều khả năng ngáy và chảy nước dãi cũng như bị thiếu oxy mạn tính và hội chứng ngưng thở khi ngủ. ■

SƯU TẦM & TÌM HIỂU

"Tắc kè hoa" của làng mốt Linda Evangelista: Cuộc phẫu thuật thẩm mỹ định mệnh đã đưa nàng siêu mẫu rời khỏi hào quang sàn catwalk

Không may mắn như những thành viên khác của "Big 6 huyền thoại", Linda Evangelista gần như biến mất khỏi làng mốt sau những biến cố phẫu thuật thẩm mỹ.

Sinh năm 1965, Linda Evangelista là một trong những gương mặt nổi bật nhất của làng thời trang thập niên 1990. Cô là một thành viên không thể vắng mặt của "Big 6 huyền thoại" - 6 siêu mẫu đình đám làm nên một kỷ nguyên của làng mốt.

Cùng với Naomi Campbell và Christy Turlington, Linda Evangelista còn tạo thành bộ ba siêu mẫu nổi tiếng đến mức họ được mệnh danh là "The Trinity".

Người đẹp Canada từng là nàng thơ cho các hãng thời trang bao gồm Gianni Versace, Karl Lagerfeld và nhiếp ảnh gia Steven Meisel, đồng thời là ngôi sao trang bìa cho các tạp chí hàng đầu Vogue. Linda Evangelista có sức ảnh hưởng đến mức khi cô ấy cắt tóc, cụm từ "The Linda" đã vang vọng khắp các salon trên toàn thế giới.

Nàng hoa hậu của kinh đô thời trang

Linda Evangelista được lọt vào mắt xanh của nhà quản lý người mẫu của Elite khi tham dự cuộc thi Miss Teen Niagara vào năm 16 tuổi. Tuy không giành được chiến thắng trong cuộc thi này nhưng lại mang đến cho Linda một cơ hội vô cùng lớn với cuộc đời mình.

Linda thừa nhận, bản thân luôn bị ám ảnh bởi thời trang kể từ khi chỉ là 1 cô bé học sinh.

"Từ khi 12 tuổi, tôi đã xác định rằng người mẫu chính là điều mà tôi muốn làm", Linda chia sẻ.

Sau khi ký hợp đồng với Elite, sự nghiệp của Evangelista lên như diều gặp gió. Chỉ trong vòng vài năm, cô đã có mặt trong các chiến dịch ở New York và Paris, đồng thời xuất hiện trên các trang bìa của Vogue. Năm 1988, nhà tạo mẫu tóc Julien d'Ys đã quyết định mang đến cho Linda một mái tóc ngắn, điều này từng khiến người đẹp lo ngại sẽ cản trở sự nghiệp.

Nhưng trong vòng hai tháng, Linda Evangelista đã đạt được danh hiệu "grand slam" của Vogue, khi xuất hiện trên trang bìa của tạp chí này ở 4 quốc gia lớn Mỹ, Pháp, Ý và Anh. (Grand slam là cụm từ dành trong môn quần vợt, với 1 cầu thủ thắng 4 giải Grand Slam trong cùng một năm là thành tích tột đỉnh).

Cũng từ lúc đó, người ta nhìn thấy kiểu tóc của Linda Evangelista ở khắp nơi, từ cô tiếp viên tới nhân viên bán hàng hay những cô gái đi ngoài phố.

Linda Evangelista đã từng kết hôn với Gérald Marie, chủ sở hữu của Elite Model Management, trong những năm đầu sự nghiệp. Đến năm 1992, cả hai chia tay nhau cô nàng cũng nên duyên cùng với nam diễn viên Kyle MacLachlan. Cặp đôi từng đính hôn nhưng sau đó chia tay nhau sau 6 năm bên nhau.

Những năm đầu tiên của thế kỷ 21, Linda Evangelista hoạt động tích cực ở cả lĩnh vực người mẫu và các hoạt động cộng đồng, từ thiện. Người đẹp đã có nhiều hoạt động tích cực cho nghiên cứu AIDS/HIV, ung thư vú...

Năm 2006, Linda Evangelista chào đón con trai đầu lòng, kết quả chuyện tình ngắn giữa cô và doanh nhân người Pháp François-Henri Pinault.

Từ năm 2016, Linda Evangelista gần như hoàn toàn biến mất khỏi làng mốt.

"Tôi sợ gặp phải người mình quen biết"

Ngày 23/9/2021, Linda Evangelista đã đăng lên trang cá nhân một bài chia sẻ khá dài lần đầu tiết lộ câu chuyện cuộc đời mình sau 5 năm ẩn dật.

"Gửi tới những người thường xuyên theo dõi các hoạt động của tôi, nhiều người đã đặt câu hỏi tại sao tôi không còn xuất hiện với vai trò người mẫu, trong khi sự nghiệp của các bạn bè tôi vẫn đang tiếp tục gặt hái những thành công, lý do là bởi tôi đã bị biến dạng nghiêm trọng sau khi thực hiện một liệu trình thẩm mỹ, việc này đã đưa lại kết quả hoàn toàn trái ngược với những gì mà tôi từng được hứa hẹn", Linda Evangelista chia sẻ.

Linda Evangelista cho biết cô đã tìm tới phẫu thuật thẩm mỹ vì những lo lắng về việc lão hoá nhưng kết quả nhận được vô cùng nghiêm trọng.

Theo tiết lộ của người đẹp, hậu quả của phẫu thuật thẩm mỹ không chỉ đóng băng mọi cơ hội làm việc còn khiến cô rơi vào trầm cảm, thậm chí ghét bỏ chính mình. "Tôi từng rất thích được đứng trên sàn catwalk nhưng bây giờ tôi sợ phải gặp một người mà mình quen biết", Linda Evangelista xót xa tâm sự.

May mắn là trong suốt khoảng thời gian đó, cậu con trai nhỏ luôn là động lực để Linda Evangelista yêu thêm cuộc sống này.

Linda Evangelista đã quyết định nộp đơn kiện trung tâm thẩm mỹ thực hiện cuộc phẫu thuật giảm mỡ vì lý do thiếu cẩn trọng trong quá trình thực hiện và không cảnh báo về biến chứng cho khách hàng.

Kể từ năm 2016, vì những biến chứng phẫu thuật Linda Evangelista đã thất nghiệp và sống ẩn dật hoàn toàn.

Theo Linda Evangelista, việc cô công khai mọi việc lên trang cá nhân đó chính là đã tiến 1 bước dài để giải quyết những sai lầm mà cô chịu đựng và giữ cho riêng mình trong suốt 5 năm qua.

"Tôi không thể sống như thế này nữa, trong sự che giấu và xấu hổ. Tôi chỉ không thể sống trong nỗi đau này thêm nữa. Tôi hy vọng mình có thể thoát khỏi sự xấu hổ và giúp đỡ những người khác có hoàn cảnh giống tôi. Đó là mục tiêu của tôi. Tôi sẽ không trốn nữa", Linda Evangelista chia sẻ.

Đầu năm 2022, Linda Evangelista đã xuất hiện trở lại trên bìa People, lần đầu tiên sau 5 năm trốn tránh vì biến chứng phẫu thuật thẩm mỹ. Cô chia sẻ: "Tôi chưa kể xong câu chuyện của mình và tôi sẽ tiếp tục chia sẻ kinh nghiệm của mình để thoát khỏi sự xấu hổ, học cách yêu bản thân lần nữa và hy vọng sẽ giúp đỡ những người khác trong quá trình này".

Sự dũng cảm của Linda Evangelista nhận được rất nhiều lời động viên từ bạn bè cũ như Naomi, Christy Turlington... Hi vọng lại thấy nàng tắc kè hoa của làng mốt rực rỡ và càng yêu quý bản thân mình hơn sau những biến cố. ■

Nữ bồi bàn có quá khứ hoang đàng vẫn khiến Thái tử nổi tiếng nhất châu Âu chống lại cả thế giới để kết hôn...

Sự quyết tâm đến cùng của vị Thái tử đã làm hàng triệu trái tim người hâm mộ xúc động, cổ tích tuyệt đẹp thực sự có ở trên đời.

Theo luật lệ thông thường, người bạn đời của bất kỳ vị Thái tử nào cũng phải được lựa chọn một cách nghiêm ngặt bởi điều này sẽ ảnh hưởng đến danh tiếng và sự hưng thịnh của một hoàng gia.

Tuy nhiên, Thái tử Na Uy, thành viên hoàng gia độc thân điển trai bậc nhất châu Âu thời bấy giờ lại phá vỡ quy tắc truyền thống ấy, tạo ra câu chuyện đẹp hơn cả cổ tích của đời mình.

Nàng dâu "phá vỡ" mọi chuẩn mực

Cách đây hơn 20 năm về trước, Thái tử Haakon của Na Uy đã gây chấn động truyền thông và dư luận khi tuyên bố kết hôn với một nữ bồi bàn từng có quá khứ không "trong sạch".

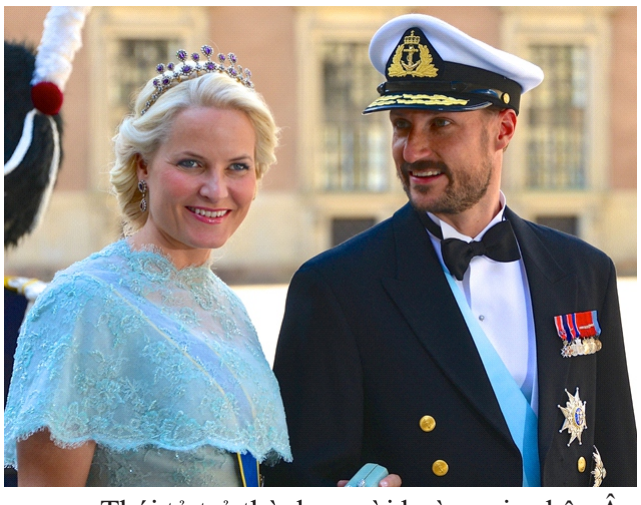
Vào năm 2000, Thái tử Na Uy đưa ra thông báo đính hôn với một cô gái thường dân tên Mette-Marit Tjessem Hoiby. Lập tức, "lý lịch trích ngang" của cô gái 28 tuổi này được phơi bày trên mặt báo đồng thời những thông tin có được khiến dân chúng ngỡ ngàng và kinh ngạc.

Khi đó, Mette-Marit Tjessem Hoiby là một bà mẹ đơn thân, cô từng làm nghề bồi bàn và thậm chí từng góp mặt trong những bữa tiệc ma túy.

Cô có con trai 4 tuổi với một người đàn ông bị kết tội bạo lực, lái xe khi say rượu và tàng trữ ma túy. Không giấu giếm trên truyền thông, người mẹ đơn thân thừa nhận cô từng có lối sống buông thả sau khi cuộc hôn nhân của cha mẹ cô tan vỡ, người cha sau đó đã kết hôn với một cô gái từng là vũ nữ thoát y.

SƯU TẦM & TÌM HIỂU

Theo truyền thông địa phương, Mette-Marit lần đầu gặp Thái tử tại Quart - lễ hội âm nhạc lớn nhất Na Uy, qua một người bạn chung. Sau đó vài năm, hai người phát triển mối quan hệ yêu đương rồi dọn về sống chung trong một căn hộ ở Oslo.



Thái tử trở thành người hoàng gia châu Âu đầu tiên sống chung với bạn gái khi cả hai chưa chính thức kết hôn. Hành động này bị những người bảo thủ và nhà thờ chỉ trích nặng nề.

Trong khi đa phần dân chúng đều phản đối cuộc hôn nhân này thì cha mẹ của Thái tử Haakon lại rất ủng hộ. Trong quá khứ, cha anh, vua Harald phải dành 9 năm mới thuyết phục được ông nội (vua Olav V) cho phép kết hôn với bà Sonja Haraldsen - là một thường dân. Trước đám cưới vài ngày, trong một cuộc họp báo, Công nương tương lai của Na Uy đã công khai xin lỗi về "quá khứ sai lầm".

Cô nói: "Đó là trải nghiệm khiến tôi phải trả giá đắt và mất một thời gian dài để vượt qua. Tôi không thể thay đổi quá khứ, dù tôi ước là mình có thể".

Thái tử Haakon phát biểu sau lời thú nhận của vợ sắp cưới: "Không có gì lạ khi tôi yêu cô gái này. Những gì chúng tôi tìm thấy ở nhau bền chặt đến nỗi tôi không thể từ bỏ", Thái tử tuyên bố khi ngồi cạnh Mette-Marit.

Truyền thông Na Uy sau đó đã nhanh chóng ca ngợi sự dũng cảm của cô vì dám thừa nhận lỗi lầm với những vết trượt dài tăm tối. Trong một cuộc thăm dò do Verdens Gang thực hiện sau lời thú nhận, 70% nói rằng Mette-Marit Tjessem Hoiby phù hợp để trở thành Hoàng hậu của Na Uy trong tương lai.

Hôn lễ ngọt ngào của cặp đôi đã trở thành tâm điểm lúc bấy giờ.

Cuộc lột xác ngoạn mục

Sau lễ cưới hoàng gia ngọt ngào, Công nương Mette-Marit đã cố gắng tiếp tục học lên cao hơn và tham gia các khóa học từ nhiều tổ chức khác nhau để xứng đáng với vai trò là bạn đời của Thái tử.

Cô đã học các khóa học về đạo đức tại ngành Khoa học Xã hội và Nhân văn tại Đại học Oslo, các khóa học tại trường Nghiên cứu Phương Đông và châu Phi thuộc Đại học London và Cơ quan Hợp tác Phát triển Na Uy, nơi cô tập trung vào các vấn đề liên quan đến HIV/AIDS. Công nương Mette-Marit sau đó lấy bằng thạc sĩ vào năm 2012.

Năm 2006, Công nương Na Uy trở thành đại diện đặc biệt của tổ chức UNAIDS (Chương trình Phối hợp của Liên hợp quốc về HIV/AIDS). Diễn đàn kinh tế thế giới (WEF) vinh danh cô là Lãnh đạo trẻ toàn cầu vào năm 2010. Håkon Kavli, một nhà khoa học chính trị ở Na Uy, cho biết: "Kể từ khi kết hôn, cô ấy đã hoàn thành tất cả các nhiệm vụ chính thức của mình theo ý thích của hầu hết người Na Uy".

Nhà khoa học Kavli cũng tiết lộ rằng một cuộc thăm dò cho thấy hơn 1/3 người Na Uy nghĩ rằng Công nương là hình mẫu tốt cho giới trẻ. Thái tử Haakon sau kết hôn cũng trải qua khóa đào tạo với chương trình ngoại giao của Bộ Ngoại giao Na Uy vào năm 2001, lấy bằng thạc sĩ về Nghiên cứu Phát triển tại trường Kinh tế London.

Vào năm 2004, cặp đôi hoàng gia đón con gái đầu lòng - Công chúa Ingrid Alexandra. Con trai của họ, Hoàng tử Sverre Magnus, sinh năm 2005. Thái tử Haakon là cha dượng của Marius Borg Høiby, con trai riêng của Công nương.

Marius không được thừa kế ngai vàng, nhưng cha dượng công nhận cậu là thành viên hoàng tộc. Có thể thấy rằng Thái tử Haakon cùng người vợ thường dân đã luôn cố gắng nỗ lực vì nhau, tạo nên một thể thống nhất không thể tách rời.

Hiện tại, sau hơn 20 năm gắn bó, cặp đôi vẫn mặn nồng, sánh bước bên nhau thực hiện nhiệm vụ hoàng gia và các chuyến công du dài ngày.

Có thể nói rằng, không ai có thể sống mãi trong quá khứ, điều quan trọng là luôn biết cách vượt lên mọi khó khăn để hoàn thiện, trở thành một "phiên bản" tốt nhất trong tương lai. Công nương Mette-Marit chính là minh chứng điển hình cho điều này, truyền cảm hứng đến hàng triệu người khác trên thế giới. ■

Mối tình khắc cốt ghi tâm của minh tinh Betty White

Diễn viên Betty White mỗi ngày hôn lên ảnh chồng Allen Ludden đặt cạnh giường bà, dù ông qua đời nhiều năm.

White quen Ludden đầu thập niên 1960, khi bà tham gia chương trình truyền hình Password của ông với tư cách khách mời. Nam MC lập tức phải lòng nữ diễn viên và theo đuổi bà. Sau vài tuần hẹn hò, Ludden mua nhẫn kim cương cầu hôn nhưng White từ chối.

Trước đó, minh tinh từng trải qua hai cuộc hôn nhân chóng vánh. Bà cưới Dick Barker năm 1945 nhưng ly dị sau vài tháng. Cuộc hôn nhân thứ hai của White với đạo diễn Lane Allen cũng chỉ kéo dài gần hai năm.

Lễ Phục sinh năm 1963, White nhận lời cầu hôn của Ludden. MC gửi tặng bà một con thỏ nhồi bông với tai làm bằng vàng cùng một đôi bông tai bằng kim cương và ruby. Trong cuộc phỏng vấn với CNN năm 2012, White cho biết cảm thấy may mắn vì đã vượt qua nỗi sợ và đồng ý kết hôn. Bà cũng tiếc rằng không nhận lời sớm hơn để có thêm thời gian bên Ludden.

Betty White từng nói với People về chồng quá cố: "Ông ấy là người đàn ông thành thật nhất tôi từng quen. Ban đầu, tôi bị khuất phục vì tính cách nhiệt huyết. Ông ấy luôn chú tâm trong mọi chuyện mình làm". Dù bận công việc, Ludden hiếm khi bỏ bữa tối cùng vợ. Mỗi khi không thể nấu nướng, ông thường dừng trên đường về nhà để mua thức ăn. Họ ăn tối ở sân nhà và khiêu vũ.

Đồng nghiệp ngưỡng mộ với chuyện tình của Betty White và Allen Ludden. Nhà sản xuất Lin Bolen cho biết hai người luôn như vợ chồng mới cưới. Khi không làm việc cùng phim trường, Ludden sẽ gọi điện tâm sự với vợ trong suốt giờ nghỉ. Khi MC bị chẩn đoán mắc ung thư dạ dày cuối thập niên 1970, Betty White đến bệnh viện ngay sau khi hoàn thành các buổi ghi hình. Sự chuyên nghiệp và tần tảo của bà khiến nhiều bạn diễn cảm phục.

Betty White cho biết luôn nghĩ về chồng khi đóng nhân vật Rose trong "The Golden Girls", loạt phim nổi tiếng nhất của bà. "Thật khó để không nghĩ đến Ludden khi diễn xuất bên Charlie (chồng của nhân vật Rose). Hai nhân vật có một cuộc hôn nhân thật đẹp", minh tinh cho biết.

Sức khỏe Ludden suy giảm trầm trọng cuối năm 1980 và mất tháng 6/1981. Betty White ở bên chồng đến những giây phút cuối và quyết định không đi bước nữa.

Kiersten Mikelas - trợ lý của Betty White - nói với People nữ diễn viên luôn để ảnh Ludden ở gần giường ngủ. Mỗi sáng thức dậy, bà tặng ông một nụ hôn. Betty White giữ thói quen này suốt nhiều năm qua, kể từ khi chồng qua đời.

Hai người cũng được gắn sao cạnh nhau trên Đại lộ Danh vọng Hollywood. Năm 1988, trong lễ gắn sao cho chồng quá cố, White nói: "Các bạn đừng ngạc nhiên nếu một ngày đi qua đây và thấy hai ngôi sao đó đang âu yếm nhau".

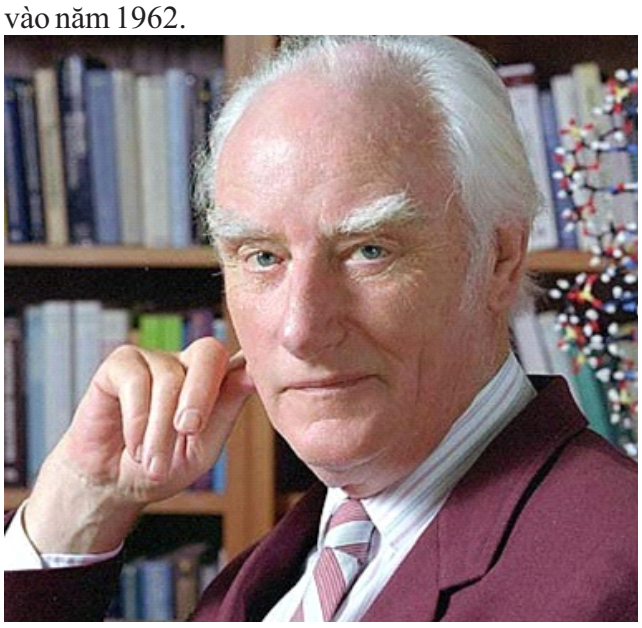
Năm 2011, Betty White nói với MC Anderson Cooper về lý do không tìm thêm bạn đời: "Tôi đã tìm thấy tình yêu của đời mình. Nếu bạn đã có người tuyệt nhất thì cần gì ai khác nữa?". ■

Thương mại VIETNAM
Issue # 2011 * Tuesday, September 06, 2022

Những nhà khoa học dị thường nhất trong lịch sử

Kiểm soát trí óc, lai giống giữa người và tinh tinh là một trong những ý tưởng kỳ quái của các nhà khoa học nổi tiếng trong lịch sử.

Francis Crick (1916-2004), người Anh, là một trong hai nhà khoa học tìm ra cấu trúc DNA và nhận giải Nobel cho công trình khoa học của mình vào năm 1962.



Trong những năm 1970, Crick bày tỏ sự ủng hộ đối với thuyết "gieo mầm sống trực tiếp", một trong những thuyết khoa học kỳ lạ nhất mọi thời đại, cho rằng sinh vật ngoài không gian đã gieo rắc sự sống trên Trái Đất.

William Buckland (1784-1856), cựu sinh viên trường Corpus Christi thuộc Đại học Oxford, Anh, là người đầu tiên viết bản mô tả hoàn chỉnh về một mẫu hóa thạch khủng long.

Tuy nhiên, khẩu vị của nhà khoa học này rất đặc biệt. Ông ăn mọi thứ, bao gồm nhím nướng, đà điểu, báo, cá heo, chó và nước tiểu của dơi. Buckland bị đồn đã ăn trái tim của vua Louis XIV.

José Delgado (1915-2011) là một giáo sư uy tín tại trường Đại học Yale, Mỹ. Tuy nhiên, tại khoa sinh lý học, ông có những nghiên cứu kỳ lạ về việc kiểm soát trí óc.

Trong khoảng năm 1950-1960, Delgado bắt đầu cấy ghép điện cực vào não động vật linh trưởng và sử dụng điều khiển từ xa phát tần số vô tuyến để khiến chúng thực hiện các chuyển động phức tạp.

Delgado sau đó tiếp tục thử nghiệm trên ít nhất 25 người. Kết quả cho thấy thiết bị của ông chỉ tác động tới sự hung hăng của họ. Tuy nhiên, Delgado không từ bỏ nỗ lực nghiên cứu của mình.

"Chúng ta phải điều khiển não bằng điện. Quân đội và các tướng lĩnh sau này có thể bị kiểm soát bằng cách kích thích điện vào não", Delgado nói.

Stubbins Ffirth (1784-1820) là nhà nghiên cứu làm việc tại Đại học Pennsylvania, Mỹ. Ông bị ám ảnh với ý tưởng cho rằng căn bệnh sốt vàng không lây nhiễm và cố gắng chứng minh điều đó.

Ffirth tự rạch tay mình và bôi chất nôn từ bệnh nhân sốt vàng vào vết thương. Sau đó, ông tiếp tục uống và đổ chất lỏng này vào mắt, đốt đồ dùng của bệnh nhân để hít khói. Stubbins thậm chí ngâm mình trong máu, nước bọt và nước tiểu bệnh nhân.

Kết quả là ông không mắc bệnh. Tuy nhiên, theo khoa học hiện đại, điều này phần lớn là do ông lấy máu từ bệnh nhân trong giai đoạn cuối, những người đã qua thời kỳ có thể lây nhiễm bệnh.

Sergei Brukhonenko (1890-1960) là nhà khoa học đem lại nhiều tiến bộ quan trọng trong kỹ thuật phẫu thuật tim mở của Nga. Tuy nhiên, các thí nghiệm trên động vật của ông đã gây nhiều lo ngại. Cuối những năm 30 của thế kỷ trước, Sergei cùng nhóm nghiên cứu đã tiến hành nhiều thí nghiệm, bao gồm việc cắt bỏ đầu một con chó rồi gắn vào thiết bị cung cấp máu và không khí để giữ nó sống ngoài cơ thể.

Paracelsus (1493-1541) là một bác sỹ người Đức gốc Thụy Sỹ. Ông nhận bằng tiến sỹ y học tại trường Đại học Ferrara, Italy, hồi đầu thế kỷ 16 và được coi là cha đẻ ngành độc chất học hiện đại.

Ngoài ra, ông cũng là nhà thực vật học, nhà huyền bí. Điều này xuất phát từ những thí nghiệm cá nhân kỳ lạ của Paracelsus. Ông tin rằng có thể tạo ra người tí hon bằng cách giữ tinh dịch ở nơi ấm áp và cho nó hấp thụ máu người.

Ông thậm chí ghi lại hướng dẫn cho những người muốn thử thí nghiệm. Paracelsus tin phương pháp này là nguồn gốc của nữ thần cây và người khổng lồ.

Ilya Ivanov (1870-1932) là nhà sinh vật học của Liên Xô. Năm 1924, ông được phép rời nước để làm thí nghiệm lai giống giữa người và tinh tinh.

Hai năm sau, tại Paris, Ivanov bắt đầu ghép buồng trứng của một người phụ nữ vào con tinh tinh tên Nora và cố gắng thụ tinh cho nó bằng tinh trùng con người.

Tháng 11/1926, ông đến châu Phi và thực hiện thí nghiệm trên ba con tinh tinh khác. Do chúng đều không thụ thai, ông quyết định thay đổi cách thức, cố gắng tìm 5 người phụ nữ tự nguyện thụ tinh với tinh trùng tinh tinh.

Tuy nhiên, ông bị đưa tới Kazakhstan trước khi thực hiện thí nghiệm của mình và chết hai năm sau đó.

Nikola Tesla (1856-1943) là nhà phát minh, nhà vật lý, kỹ sư điện và kỹ sư cơ khí người Mỹ. Ông có thể là nhà khoa học sáng tạo và điên rồ nhất trong lịch sử.

Nikola có nhiều nghiên cứu hữu ích, bao gồm các nghiên cứu về dòng điện xoay chiều và tia X. Về già, chứng rối loạn ám ảnh cưỡng chế của Nikola trở nên nghiêm trọng hơn.

Ông ghét chạm vào tóc con người, cho rằng mình đã liên lạc với người ngoài hành tinh và bày tỏ tình yêu với một con chim bồ câu. Nikola tin rằng tình cảm của mình cũng được nó đáp lại.

Werner Forssmann (29/08/1904 - 01/06/1979) là một bác sĩ người Đức đạt giải Nobel Y học năm 1956 (cùng với Andre Cournand và Dickinson Richards) nhờ phát triển thành công kỹ thuật đặt ống thông tim mạch.

Năm 1929, ông tự đặt mình dưới gây tê tại chỗ và chèn một ống thông vào tĩnh mạch cánh tay của mình. Sếp của ông đã trả lời rõ ràng với ông là không được làm điều đó; vì vậy để có được các thiết bị phẫu thuật cần thiết, ông đã lừa y tá trưởng của bệnh viện tin vào tình yêu mà ông dành cho cô.

Cuối cùng, cô y tá đó cũng để cho ông vào khu mổ vào ban đêm, sau đó ông đưa cô đến bàn mổ và cô đã không thể dừng thí nghiệm của ông lại được.

Để có được hình ảnh chứng minh thành công của mình, Forssman đã phải chống lại nỗ lực của người kỹ thuật viên X-quang đang kinh hoàng trước những gì xảy ra và cố gắng kéo cái ống ra.

Để xuất bản được các hình ảnh đó, ông lại phải tiếp tục nói dối các tạp chí về việc ông đã thực hiện đầy đủ các thủ tục cho phép.

Tất cả nỗ lực điên rồ của ông cuối cùng đã được ghi nhận bằng Giải thưởng Nobel năm 1956, mở đường cho hàng triệu ca phẫu thuật đặt ống thông tim ngày nay vẫn diễn ra mỗi năm trên toàn thế giới.

Craig Venter (sinh năm 1946). Một buổi sáng tháng 5/2010, Craig Venter tổ chức một cuộc họp báo và công bố rằng, ông đã tạo ra một loài vi khuẩn mới và rằng "cha mẹ" của vi khuẩn này là một máy tính.

Mặc dù không ai gọi cho nhà thương điên, nhưng mọi người đều cười nhạo sự ngớ ngẩn của ông. Tuy nhiên, cựu Tổng thống Obama cho rằng, khoa học của Venter đã rất ấn tượng, vượt xa những gì chúng ta vẫn quen thuộc và thấy thoải mái.

Là nhà khoa học đầu tiên thực sự tạo ra một dạng sinh vật sống từ một mẫu gene được tạo ra bằng máy tính, điều đó với Venter không quá là ngạc nhiên.

Ông chỉ coi mình như một người viết phần mềm máy tính. Obama đã viết cho một nhà khoa học cấp cao của chính phủ hỏi về những diễn biến có thể tiếp theo.

Trong đó, ông nói: "Điều quan trọng là chúng ta phải xem xét một cách chu đáo, cẩn trọng về ý nghĩa của loại hình phát triển khoa học này".

Một ủy ban điều tra về đạo đức sinh học của Venter và nghiên cứu của ông đã được thành lập; cuối cùng đi đến thống nhất với Venter một khuôn khổ đạo đức cho ứng dụng loại hình khoa học này.

Isaac Newton (4/1/1643 - 31/3/1727). Những câu chuyện về sự điên rồ của nhà khoa học Newton có lẽ không xa lạ với nhiều người, ví dụ như việc ông dùng một cây kim chọc vào mắt mình để nghiên cứu tầm nhìn của con người.

Nhưng một số sự lập dị của Newton đã quá mức tưởng tượng khiến Hội Hoàng gia phải cố gắng để che đậy chúng. Sau khi Newton qua đời, Hội coi nhiều tác phẩm của ông là "không phù hợp để được in".

SƯU TẦM & TÌM HIỂU

Chỉ hai thế kỷ sau đó Newton mới được biết đến và được quan tâm hơn nhiều trong thuật giả kim và những lời tiên tri Kinh Thánh khải huyền, thậm chí nhiều hơn những nghiên cứu khoa học đã làm cho ông nổi tiếng.

Chẳng hạn, trước những lo lắng bởi những dự đoán của người Maya về sự kết thúc của thế giới trong năm 2012, Newton khẳng định rằng, năm 2060 mới là thời điểm sớm để lo lắng về điều đó. "Tôi thấy không có lý do để sự kết thúc của nó sớm hơn", ông viết từ những năm 1700.

Barry Marshall (sinh năm 1951). Trong nhiều năm qua, các bác sĩ Úc tin rằng, một xoắn khuẩn Helicobacter pylori gây ra viêm loét dạ dày - nhưng không thể chứng minh điều đó. Sau khi thất bại trong mọi nỗ lực để lây nhiễm động vật thí nghiệm, Marshall đã uống một tách đầy các vi khuẩn này.

Điều đó khiến ông ốm rất nặng mà một đồng nghiệp đã mô tả lại rằng ông "gần chết" trong thí nghiệm đó. Can đảm và nỗ lực của Marshall đã xứng đáng nhận giải thưởng Nobel và làm thay đổi các tư vấn y tế tiêu chuẩn về loét dạ dày. ■

Người phụ nữ lập kỷ lục sinh đẻ với 69 đứa con trong 40 năm và sự thật sau những tranh cãi không hồi kết của khoa học

Người phụ nữ này suýt chạm đến kỷ lục của... mẹ Âu Cơ trong truyền thuyết của người Việt Nam, khi sinh ra tới 69 người con trong vòng 40 năm.

Trẻ em có thể xem là kết tinh của tình yêu. Nhưng với con người ngày nay, đa số chủ yếu chỉ dừng lại ở 1 đến 2 trẻ. Các cụ ngày xưa thì sinh nở nhiều hơn, có thể lên đến 6 - 7 người con đã là nhiều rồi.

Nhưng tin được không, lịch sử đã từng ghi nhận trường hợp một người phụ nữ sinh được tới 69 người con.

Đó là Valentina Vassilyeva, một phụ nữ người Nga vào thế kỷ 18, hiện đang nắm giữ kỷ lục sinh nở nhiều nhất của loài người. Dù rằng, câu chuyện ấy vẫn gây ra rất nhiều tranh cãi cho khoa học.

Câu chuyện về người phụ nữ "mắn đẻ" nhất thế giới

Valentina Vassilyeva là vợ đầu của một người nông dân Nga tên Feodor Vassilyev, sinh sống tại Nga vào đầu thế kỷ 18, trong giai đoạn 1707 - 1792.

Theo các thông tin được lưu truyền, Valentina được cho là qua đời vào năm 76 tuổi, để lại 69 người con.

Với số lượng con cái khổng lồ, Valentina đã lập kỷ lục Guinness, với vai trò người sinh nở nhiều nhất.

Theo đó, thời gian bà thụ thai được gói gọn trong giai đoạn chung sống với chồng từ 1725-1765 (họ đã ly dị sau đó vì tính trăng hoa của người chồng).

Những người con của bà Vassilyev

Trong hơn 40 năm, bà trải qua 27 lần sinh nở với 16 lần sinh đôi, 7 lần sinh ba, và 4 lần sinh tư.

Nghe thì vô lý, nhưng hãy thử đặt một vài phép tính xem sao. Một lần mang thai trung bình của loài người kéo dài 40 tuần. Tuy nhiên với các trường hợp song thai hoặc nhiều hơn, thời gian lâm bồn sẽ đến sớm hơn.

Theo tính toán của *BBC*, Valentina có thể đã mang thai khoảng 37 tuần với các ca sinh đôi, 32 tuần với những lần sinh ba, và 30 tuần trong 4 lần sinh tư. Tổng cộng là 936 tuần.

Một năm có 52 tuần, nên chia ra chúng ta được 18 năm. Thời gian chung sống với chồng là 40 năm, nên con số cũng không vô lý, nhỉ?

Khoa học nghi ngờ và những tranh cãi không hồi kết

Đúng là về mặt lý thuyết, Valentina hoàn toàn có khả năng mang bầu và sinh nở ngần ấy người con. Tuy nhiên vẫn còn rất nhiều yếu tố cần được tính đến, khiến cho khoa học tranh cãi rất lâu.

Đầu tiên, lịch sử y học từng ghi nhận các trường hợp phụ nữ "rụng nhiều trứng" (multiple ovulation) - phụ nữ rụng nhiều hơn 1 trứng trong mỗi chu kỳ kinh.

Đây không phải là hiện tượng phổ biến, nhưng cũng không quá hiếm, với tỉ lệ xảy ra khoảng 5 - 10% trong mỗi chu kỳ. Nếu câu chuyện của Valentina là thật thì bà hẳn phải là một trường hợp đặc biệt, khi các kỳ rụng trứng đều nhiều hơn 1 trứng.

Thứ 2, bà cũng là một người may mắn, khi hoàn toàn bỏ qua được rủi ro hội chứng biến mất thai đôi (vanishing twin syndrome).

Đây là hội chứng xảy ra khi một trong hai song thai bị hấp thụ bởi nhau thai hoặc thai nhi còn lại, và thậm chí là chính cơ thể của người mẹ. Dành cho những người chưa biết, hiện tượng này có tỷ lệ lên tới 21% - 30%.

Thứ 3, bà thực sự có một thể lực rất dồi dào. Các cụ có câu "chửa cửa mả" - mỗi lần sinh nở là một lần vào sinh ra tử đối với người phụ nữ.

Với mỗi ca sinh cách nhau chưa đầy 18 tháng, rủi ro cho cả mẹ lẫn con đều tăng lên. Cơ thể người mẹ chưa có đủ thời gian để phục hồi, cũng như chưa thể khôi phục được lượng dinh dưỡng đã mất sau sinh. Vậy mà Valentina đã sinh nở 27 lần, còn không có nổi thời gian nghỉ.

Và cuối cùng là số phận của những đứa trẻ. Theo ghi nhận thì hầu hết đều khỏe mạnh, chỉ 2 trong số đó qua đời sớm khi còn là trẻ sơ sinh.

Nhưng vấn đề là ngay cả với trang thiết bị y tế hiện đại ngày nay thì việc giữ cho ngần ấy đứa trẻ sinh ra an toàn đã là rất khó, nữa là tại một vùng quê nghèo của Nga vào thế kỷ 18. Ở giai đoạn này, sinh nở là rủi ro lớn rồi.

Đó là chưa kể người mẹ phải vừa làm việc, vừa chăm con, lại vừa mang thai. Vậy mà chỉ 2 trong số đó vong mạng, một tỷ lệ quá giật mình.

Dù có vẻ vô lý, nhưng lại có các bằng chứng "thực tế"

Rất nhiều nhà khoa học không tin vào câu chuyện này, nhưng thực tế lịch sử lại khiến họ phải thất vọng. Một bản danh sách do tu viện Nikolskiy gửi đến Moscow vào tháng 2/1782 đã chứng minh rằng Feodor Vassilyeva - chồng của Valentina - có đến 82 người con được xác nhận còn sống, qua 2 cuộc hôn nhân.

Sau 69 đứa con với Valentina, người vợ kế cũng "tặng" cho ông 18 đứa, với 12 là sinh đôi, và 6 bé sinh ba. Bản danh sách sau đó được công bố vào năm 1834, trên tạp chí Saint-Petersburg Panorama.

Trước đó vào năm 1783, tạp chí Gentleman cũng có một bài đề cập đến trường hợp của Vassilyeva.

Trong đó, tác giả cho rằng nguyên nhân có thể do cả 2 người, nhưng do người chồng nhiều hơn, vì những ca sinh đôi - sinh ba lặp lại ở trường hợp của người vợ kế.

Dẫu vậy, câu chuyện vẫn chưa có kết luận chính thức. Người không tin thì vẫn không tin, trong khi các bằng chứng lịch sử thì cũng không hoàn toàn có cơ sở để khẳng định.

Sự thật về bức hình gia đình Vassilyeva

Bức hình này luôn được xem là hình ảnh hiếm hoi về gia đình Vassilyeva. Nhưng rất tiếc, sự thật không phải như vậy.

Theo Snope, đây thực chất là gia đình của Joseph F. Smith - một trong những chủ tịch của Giáo hội các Thánh hữu Ngày sau của Chúa Jesus. Ông có 6 người vợ, có 50 người con. Trong đó, ông là cha sinh học của 45 người, và 5 là con nuôi. ■

Vui Cười

*** Ông chồng khốn khổ**

Hai ông chồng gặp nhau trong một quán bar. Một người thổ lộ:

- Tôi không biết làm sao nữa, vợ tôi muốn bỏ tôi!

- Nhưng lý do làm sao?

- Bởi vì tôi thường có thói quen đi tiểu lúc 6g30 sáng chính xác, không hơn không kém một phút.

- Thật tuyệt, vậy vấn đề là ở đâu?

- Tôi thường tỉnh giấc lúc 7g30...

SỨC KHỎE & ĐỜI SỐNG

Sáu loại thực phẩm giúp "nhuộm đen" tóc bạc, nuôi dưỡng tóc

Tóc bạc là vấn đề của nhiều người, nhưng hóa ra bạn có thể "nhuộm đen" nó nhờ chế độ ăn uống!

Khi con người già đi, màu tóc thay đổi là điều bình thường. Nhưng tóc bạc có thể xuất hiện bất cứ lúc nào trong đời. Ngay cả thanh thiếu niên và những người ở độ tuổi 20 cũng có thể nhận thấy những sợi tóc trắng.

Cơ thể con người có hàng triệu nang lông hoặc túi nhỏ lót trên da. Các nang tạo ra tóc và màu sắc hoặc các tế bào sắc tố có chứa melanin. Theo thời gian, các nang tóc mất đi các tế bào sắc tố, dẫn đến màu tóc trắng.

Tóc bạc có thể dễ khiến "tuổi ngoại hình" lớn hơn "tuổi thật". Chuyên gia dinh dưỡng Đài Loan (Trung Quốc) Lin Shihang đã chia sẻ kinh nghiệm chống tóc bạc trên trang Facebook Good Food Class.

Những nguyên nhân chính gây ra tóc bạc

Ông chỉ ra rằng các nguyên nhân gây lão hóa tóc bao gồm căng thẳng oxy hóa (sự mất cân bằng giữa các gốc tự do và chất chống oxy hóa trong cơ thể), gen, môi trường, thiếu chất dinh dưỡng cụ thể…

Tờ Medical News Today giải thích rõ hơn cách mà các yếu tố này ảnh hưởng đến việc xuất hiện tóc bạc:

Ảnh minh họa

Thiếu hụt vitamin dẫn đến tóc bạc

Bất kỳ sự thiếu hụt vitamin B6, B12, biotin, vitamin D hoặc vitamin E nào cũng có thể góp phần làm cho tóc bạc sớm.

Một báo cáo năm 2015 trên tạp chí Development ghi nhận các nghiên cứu về sự thiếu hụt khác nhau về vitamin D3, vitamin B12 và đồng và mối liên hệ của chúng với tóc bạc. Nó cho thấy sự thiếu hụt dinh dưỡng ảnh hưởng đến sắc tố, màu đen của tóc có thể trở lại khi bổ sung vitamin.

Một nghiên cứu năm 2016 được báo cáo trên International Journal of Trichology đã xem xét các yếu tố liên quan đến tóc bạc sớm ở thanh niên Ấn Độ. Nó phát hiện thấy mức độ thấp của ferritin huyết thanh, chất dự trữ sắt trong cơ thể, vitamin B12 và cholesterol tốt HDL-C thường gặp ở những người tham gia bị bạc tóc sớm.

Gen di truyền tóc bạc sớm

Tóc bạc sớm của một người phần lớn có liên quan đến di truyền, theo một báo cáo năm 2013 trên Tạp chí Da liễu, Khoa học và Bệnh phong Ấn Độ.

Chủng tộc và dân tộc cũng đóng vai trò quan trọng. Theo một nghiên cứu năm 2013, người da trắng có thể bắt đầu bạc tóc sớm ở tuổi 20, trong khi một người có thể trẻ đến 25 tuổi ở người châu Á và 30 tuổi ở người Mỹ gốc Phi, theo cùng một nghiên cứu năm 2013.

Căng thẳng oxy hóa

Mặc dù tóc bạc chủ yếu là do di truyền, nhưng căng thẳng oxy hóa trong cơ thể có thể đóng một vai trò nào đó khi quá trình này diễn ra sớm.

Căng thẳng oxy hóa gây ra sự mất cân bằng khi chất chống oxy hóa không đủ để chống lại tác hại của các gốc tự do. Các gốc tự do là những phân tử không ổn định làm tổn thương tế bào, góp phần gây ra lão hóa và bệnh tật.

Quá nhiều căng thẳng oxy hóa có thể thúc đẩy sự phát triển của các bệnh, bao gồm cả bệnh bạch biến về sắc tố da. Bệnh bạch biến cũng có thể khiến tóc trở nên trắng do tế bào melanin chết hoặc mất chức năng tế bào.

Một số yếu tố khác trong cuộc sống

Có nhiều nghiên cứu trái ngược nhau về căng thẳng trong cuộc sống thực, chẳng hạn như căng thẳng do chấn thương, dẫn đến bạc sớm.

Một nghiên cứu từ Đại học New York, được báo cáo trên Nature Medicine, cho thấy rằng các tế bào chịu trách nhiệm về màu tóc có thể bị suy kiệt khi cơ thể bị căng thẳng.

Một nghiên cứu từ năm 2013 được báo cáo trên Tạp chí Da liễu Trực tuyến Ý, cho thấy rằng những người hút thuốc có nguy cơ bắt đầu bị tóc bạc cao gấp 2 lần rưỡi trước 30 tuổi so với người không hút thuốc.

Một nghiên cứu năm 2015 trên Tạp chí của Học viện Da liễu Hoa Kỳ cũng đã chứng minh rằng hút thuốc lá có liên quan đến tóc bạc sớm ở nam giới trẻ.

Do đó, ông Lin Shihang gợi ý ngoài việc sử dụng các sản phẩm dưỡng bên ngoài, thực tế, 6 loại thực phẩm dưới đây có thể giúp bạn cung cấp đủ dinh dưỡng cho tóc.

Sáu loại thực phẩm "nhuộm đen" tóc bạc

1. Thực phẩm giàu vitamin nhóm B (cá hồi, rau mồng tơi, thịt gà): Tham gia vào quá trình chuyển hóa năng lượng trong cơ thể, trong đó B12 liên quan nhiều hơn đến quá trình tạo máu, cung cấp đầy đủ oxy máu cho tóc.

2. Thực phẩm giàu vitamin C (kiwi, ổi, súp lơ): Căng thẳng oxy hóa là một trong những lý do chính gây ra lão hóa và bạc tóc. Vitamin C là một chất chống oxy hóa quan trọng trong cơ thể con người, có thể làm giảm tác hại của các gốc tự do đối với tóc.

3. Thực phẩm giàu vitamin D (nấm đông cô khô, trứng): Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng những người có nồng độ vitamin D3 trong máu thấp hơn dễ gây ra tóc bạc sớm.

4. Thực phẩm giàu đồng (hàu, hạt mè đen, sôcôla đen): Đồng tham gia vào quá trình sản xuất hắc tố tóc và là nguyên liệu cần thiết để sản xuất hắc tố.

5. Thực phẩm giàu kẽm (hàu, hạt bí ngô): Kẽm giúp các enzyme khác nhau trong cơ thể hoạt động, đồng thời hỗ trợ sản xuất sắc tố melanin.

6 Thực phẩm giàu protein (thịt trắng, thịt nạc đỏ, trứng): Nó giúp xây dựng mô tóc và cung cấp đủ dinh dưỡng cho tóc.

Ngăn tóc bạc, tóc rụng, cần tránh 3 thói quen xấu

Chuyên gia Lin Shihang cũng nhắc nhở rằng nên tránh 3 loại hành vi, nếu không sẽ dễ dẫn đến rụng tóc và bạc tóc, bao gồm:

- Ăn quá nhiều sản phẩm chế biến tinh chế.
- Hút thuốc.
- Giảm cân không đúng cách.

Ông giải thích rằng ăn quá nhiều các sản phẩm chế biến và tinh chế như khoai tây chiên, bánh bao... sẽ gây suy dinh dưỡng do thiếu các chất dinh dưỡng có lợi cho cơ thể con người; hút thuốc lá sẽ làm giảm nồng độ vitamin C và HDL- C (cholesterol mật độ cao) trong cơ thể dễ gây ra tóc bạc; và giảm cân không đúng cách cũng dễ gây suy dinh dưỡng, gây rụng tóc, bạc tóc. ■

Jyoti Kisange Amge (cao 62,8 cm)

Theo Kỷ lục Guiness thế giới, Jyoti Kisange Amge người Ấn Độ, sinh ngày 16/12/1993 giữ kỷ lục "người phụ nữ còn sống nhỏ nhất thế giới". Cô chính thức được công nhận là "Người phụ nữ còn sống nhỏ nhất thế giới" vào sinh nhật lần thứ 18 với chiều cao 62,8 cm.

Amge mắc chứng rối loạn di truyền có tên là achondriaplasia. Amge đã có nhiều lần xuất hiện trên các phương tiện truyền thông, xuất hiện trong bộ phim tài liệu năm 2009 mang tên "Body Shock".

Ngoài ra, với tư cách khách mời tham gia một chương trình truyền hình Ấn Độ mang tên Bigg Boss 6. Cô cũng góp mặt trong dàn diễn viên của American Horror Story mùa thứ 4 với vai Ma cưng vào năm 2014.

Tượng sáp của cô cũng có mặt ở Bảo tàng Sáp Người nổi tiếng, Lonavala. ■

Văn phòng BẢO HIỂM
John Milton Nguyen

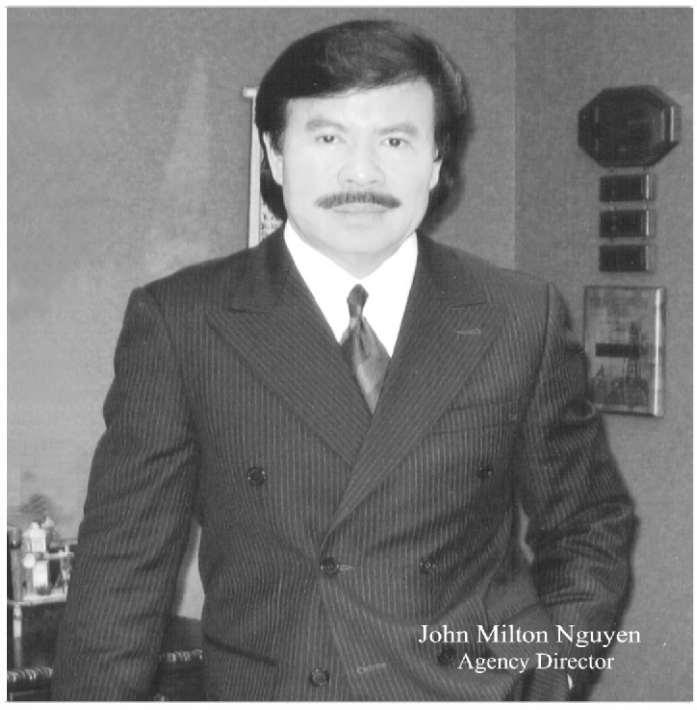
11738 Wilcrest Dr Houston, TX 77099

281-495-3493

johnmiltoninsurance@gmail.com

Chỉ một cuộc gọi, sẽ có nhiều hãng Bảo Hiểm để chọn giá. Trong vòng vài phút, có 5 tới 7 hãng nổi tiếng, có giá ngay cho quí khách. Xin gọi ngay để tiết kiệm từ: $200, $300, $400...?

Xe, Nhà, Lụt, Nhân Thọ, Sức Khỏe, Cơ Sở Thương Mại



KIM MÔN
Goldengate Restaurant Equipment Co.

Công ty chúng tôi đặc biệt chuyên sản xuất tất cả các loại Dụng Cụ về Bếp Nhà Hàng nhiều kinh nghiệm trong nhiều năm qua.
Chúng tôi cung cấp nhanh chóng, chất lượng cao và mỹ thuật vừa lòng khách hàng.
Chúng tôi cũng cung cấp Dịch Vụ Bảo Trì sau khi quý khách đã mua hàng của bổn hiệu - luôn cả lắp ráp và sửa chữa.
Hầu hết các sản phẩm của bổn hiệu đều được chấp thuận bởi State Health Department.

XƯỞNG CHẾ TẠO LÒ BẾP NHÀ HÀNG

金 門 爐 頭 廠

9330 Summerbell Ln, Houston, TX 77074

Tel.: 713-228-2155 * Fax: 713-228-2156

A+ COMPUTECH LLC

*** Lắp đặt hệ thống SECURITY CAMERA**
- Xem mọi lúc mọi nơi qua computer hoặc SMART PHONE
*** Sữa chữa COMPUTER**
- Diệt VIRUS - Bảo vệ thông tin cá nhân
- Networking
*** WEBSITE design cho cá nhân, cơ sở thương mại, eCommerce**

KHUYẾN MÃI ĐẶC BIỆT
- Tặng LED monitor và wireless mouse cho bộ 4 camera
-Tặng thêm 2 camera cho bộ 6 camera

281-652-8534

11746 Bellaire Blvd, Houston TX 77072

contact@apluscomputech.net | www.apluscomputech.net

Thuongmai VIETNAM
Issue # 2011 * Tuesday, September 06, 2022

KHƠI NGUỒN CẢM HỨNG

FLOOR & DECOR®
GẠCH · GỖ · ĐÁ

11 ĐỊA ĐIỂM KHU VỰC HOUSTON
flooranddecor.com

Tại Floor & Decor, bạn sẽ tìm thấy những xu hướng mới nhất với giá thấp mỗi ngày. Chúng tôi có hàng ngàn mẫu phù hợp với bất kỳ ngân sách nào. Chúng tôi còn cung cấp Dịch vụ Thiết kế miễn phí để giúp bạn bắt đầu. Hãy ghé thăm chúng tôi ngay hôm nay!

© 2022 Floor & Decor