

The Viet Nam Post

Entertainment

VOLUME 54 * ISSUE #

1597

January 13, 2023

10515 Harwin Dr., Suite 100-120, Houston, TX 77036 * Tel.: 713-777-4900, 713-777-2012, 713-777-8438, 713-777-VIET * Fax: 713-777-4848
Website: thevietnampost.com * E-mail: info@thevietnampost.com

TRUNG TÂM ĐIỀU TRỊ SUY GIẢN TĨNH MẠCH

BÁC SĨ NGUYỄN ĐÌNH CHIỂU - MD

713.244.9944

3100 Wilcrest Dr. Suite 130, Houston, TX 77042



- Trên 20 năm kinh nghiệm về ngành giải phẫu
- Tốt nghiệp Tiến sĩ Y khoa tại UTMB
- Tốt nghiệp Giải Phẫu Toàn Khoa tại Cleveland Clinic Affiliated Hospital
- Tốt nghiệp chuyên khoa tim, phổi, mạch máu tại University of Rochester, Vanderbilt và Yale Universities
- American Board Certified Surgeon

Điều Trị Tại Văn Phòng,
Không Đau, Về Trong Ngày

Hầu hết các chi phí
do bảo hiểm chi trả

Nhận Bảo Hiểm-MediCare-MediCaid

- Giãn tĩnh mạch (Varicose Vein)
- Giải phẫu thẩm mỹ
- Căng da bụng - Căng da mặt
- Sửa ngực - Hút mỡ - Sửa móng
- Giảm cân 20lbs trong vòng 21 ngày

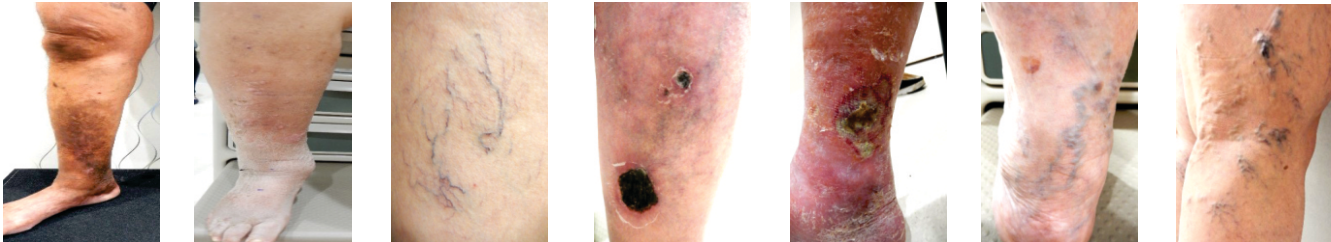


*Hình ảnh kết quả sau khi điều trị

Triệu chứng:

- Chân nặng, mỏi đau, nhức, tê buốt, sưng, khô, ngứa, ghê lở, chảy máu, nhiễm trùng
- Cảm giác châm chích ở chân như có kiến bò
- Chuột rút, chân không yên
- Da chân đổi màu
- Vết thương không lành

Chuyên điều trị suy giãn tĩnh mạch



Da bị sẫm màu Sưng phù Gân nổi màu tím đỏ Vết thương không lành Lở loét Gân nổi màu xanh Giãn tĩnh mạch



THE HUYNH LAW FIRM PLLC.

TỔ HỢP LUẬT SƯ CHUYÊN VỀ TAI NẠN & THƯƠNG TÍCH

THAM KHẢO MIỄN PHÍ

Không cần nói chuyện với bất cứ ai, chúng tôi sẽ giúp từ A-Z.

- ✓ Kéo xe ✓ Mướn xe ✓ Sửa xe
- ✓ Điều tra bảo hiểm người lái bên kia
- ✓ Tiên bác sĩ



**KHÔNG THẮNG
KHÔNG TRẢ TIỀN**



LS Paul Savinov LS Jeeho Shin (Of Counsel) Kenny Huynh Johnny Truong Kristen Joy
Cathy Khong Janice Reyes Linda Nguyen Lily Betancourt Maria Tago

- TAI NẠN XE CỘ
- TAI NẠN XE 18 BÁNH, XE BUS
- TAI NẠN XE MOTORCYCLE / XE ĐẠP
- TAI NẠN NGƯỜI ĐI BỘ
- TAI NẠN TÀU BÈ
- TAI NẠN XE LỬA
- TAI NẠN TRONG CHỖ LÀM
- TAI NẠN TRƯỢT TẾ CHỖ CÔNG CỘNG
- TAI NẠN HÒA HOẠN / CHÁY NHÀ
- TAI NẠN CÁ NHÂN
- APARTMENT RAPE / SHOOTING
- TỬ THƯƠNG PHI PHÁP

LS. Sarah Huynh Ý-Nhi

6100 Corporate Dr, Ste 110, Houston, TX 77036

(281) 702-8128

HONG KONG FOOD MARKET

\$0.79lb JACKFRUIT MÍT TƯỚI

\$27.99cs KOREAN GOLDEN PEAR LÊ HOÀN KIM ĐẠI HẠN 8CT

\$2.50ea WHITE YOUNG COCONUT DỪA TRÁI CỎ CUI DỪA

\$6.99lb FRESH LYCHEE TRÁI VÀI

\$0.99lb LONG EGGPLANT CÀ TİM ĐÀI

\$1.59ea GREEN LEAF LETTUCE XÀ LÁCH XANH

\$2.99lb FRESH CHESTNUT HẠT DẸ TƯỚI

\$2.99lb PURPLE YAMS KHOAI LANG ĐƯƠNG NGỌC

\$75.00cs STAR APPLE FRUIT VỮ SỮA LÒ RÈN

\$3.99lb GUAVA FLORIDA ỚI TƯỚI FLORIDA

\$2.99lb FROZEN DURIAN VIETNAM SÂU RIÊNG ĐÔNG LẠNH

\$0.79lb NAPA CABBAGE CẢI THẢO

\$2.49ea CAULIFLOWER BÔNG CẢI TRẮNG

\$1.99lb GAI LÀN CẢI LÀN

\$4.99lb SHITAKE MUSHROOM NẤM ĐÔNG CỎ TƯỚI

\$0.99lb FAIRYTALE PUMKIN BÍ BỢ ĐỎ

MỪNG NĂM MỚI QUÝ MÃO

\$6.99ea JAPANESE MAYONNAISE SỐT BƠ TRỨNG NHẬT BẢN 500G

\$7.99ea SAUSAGE CASINGS VỎ BOC LÀM THỊT ĐÒI

\$1.99lb CHICKEN WINGS JUMBO CÁNH GÀ LỚN

\$6.99lb BEEF SHORT RIB SƯỜN BÒ NƯỚNG

\$4.99lb LIVE TALAPIA CÁ RÔ PHI SỐNG

\$14.99lb SNOW CRAB LEGS CHÂN CUA TUYẾT

\$3.99lb GOLDEN POMELO PACKED CÁ CHIM VÀNG ĐÔNG LẠNH

\$5.75lb FROZEN WHELK GREEN SNAILS ỐC HƯƠNG ĐÔNG LẠNH

\$5.99lb WHOLE KING FISH CÁ THỦ NGUYÊN CON

\$4.99lb FLOUNDER FISH CÁ LƯỚI TRẦU

\$3.99lb SHARK FISH CÁ MẬP NHẢM

\$3.99lb MEXICO YELLOW CROAKER CÁ ĐÙ VÀNG

SPECIALS FOR THE WEEK OF JANUARY

THU 12	FRI 13	SAT 14	SUN 15	MON 16	TUE 17

VIETNAMESE ZODIAC

HONG KONG FOOD MARKET #2 10909 SCARSDALE, 77089

HONG KONG FOOD MARKET #3 13480 VETERANS MEMORIAL, 77014

HONG KONG FOOD MARKET #4 11205 BELLAIRE BLVD, 77072

HONG KONG FOOD MARKET #5 9820 GULF FWY, 77034

SỨC KHỎE & ĐỜI SỐNG

Bà mẹ này đã suýt mất quyền nuôi con vì DNA siêu hiếm!

DNA được coi là căn cứ chuẩn nhất để xác định xem hai người có phải là bố con hay mẹ con ruột của nhau hay không. Tuy nhiên không phải lúc nào kết quả xét nghiệm DNA cũng là chính xác.

Một người phụ nữ có tên Lydia Fairchild ở bang Washington, Hoa Kỳ đã từng bị kiện vì tội gian lận phúc lợi xã hội. Mặc dù Fairchild đã đưa ra bằng chứng hình ảnh về quá trình nuôi dạy con và người bạn đời cũ của cô, cha của bọn trẻ, cũng xác nhận rằng anh ta có mặt khi Fairchild sinh.

Nhưng có vẻ như những điều đó vẫn là chưa đủ, vì bằng chứng xét nghiệm DNA lại cho thấy rằng DNA của cô không hề khớp với DNA của các con.

Cô không thể tìm được luật sư đại diện cho mình và phải hầu tòa một mình cho đến khi cô sinh đứa con thứ ba trước sự xác thực của quan chức tòa án. Nhưng lại một lần nữa, DNA của đứa trẻ vẫn không khớp với DNA của cô.

Do đó, tòa án đã cho rằng cô ấy chắc chắn đã nói dối bằng cách nào đó và quyết định đưa những đứa trẻ đến trung tâm bảo trợ xã hội.

Nghi ngờ xét nghiệm của tòa bị sai, Lydia đã xin thực hiện lại xét nghiệm ở một số phòng thí nghiệm độc lập do chính cô lựa chọn. Tuy nhiên kết quả vẫn không có chút thay đổi nào. Kết quả xét nghiệm DNA vẫn cho thấy cô không phải mẹ ruột của những đứa trẻ.



Không phải lúc nào kết quả xét nghiệm DNA cũng là chính xác

May mắn thay, vào giây phút Lydia cảm thấy vô cùng tuyệt vọng và bất lực, thì một luật sư thông minh đã xuất hiện và tiếp nhận vụ án của cô.

Trong thời gian trước khi diễn ra vụ án, Lydia Fairchild mới chỉ 26 tuổi, thất nghiệp và vừa ly thân với cha của các con khi cô. Bởi vậy Lydia quyết định nộp đơn xin hỗ trợ của nhà nước ở bang Washington.

Và để có thể đủ điều kiện để nộp đơn, cả gia đình

đã phải cung cấp mẫu DNA để chứng minh mối quan hệ của họ. Khi có kết quả kiểm tra, văn phòng dịch vụ xã hội đã gọi điện cho cô và yêu cầu cô đến văn phòng của họ gặp.

Nhân viên xã hội và một đại diện pháp lý đã đưa ra bằng chứng DNA rằng các con của cô ấy không có quan hệ huyết thống với cô. Theo đó, Lydia Fairchild đang phạm tội gian lận phúc lợi bằng cách nói dối về mối quan hệ của cô với các con.

Lúc đó, Lydia đã bị sốc và cảm thấy vô cùng sợ hãi. Cô gọi điện cho bố mẹ của mình, và cho cả các bác sĩ sản khoa, những người đã đỡ đẻ cho cô để xác minh xem có sự nhầm lẫn nào không. Tuy nhiên mọi người khẳng định chắc chắn rằng không có chuyện trao nhầm con.

Theo đó, bang đã đệ đơn kiện cô dù đang mang thai đứa con thứ ba vào thời điểm đó. Ban đầu, cơ quan công tố yêu cầu gia đình thực hiện 3 xét nghiệm DNA riêng biệt để loại trừ các sai sót trong phòng thí nghiệm. Nhưng tất cả kết quả đều cho thấy cô không phải mẹ ruột của hai đứa con cô.

Mặc dù Lydia Fairchild có thể đưa ra những bức ảnh chụp cô ấy với các con cũng như những lời khai từ gia đình cô ấy, nhưng bên công tố vẫn tin rằng cô ấy đã nói dối bằng cách nào đó. Tòa án Hoa Kỳ vào thời điểm đó đã chấp nhận kết quả xét nghiệm DNA là không thể nhầm lẫn. Vì vậy, họ buộc tội Lydia Fairchild gian lận phúc lợi xã hội.

Thẩm phán khuyên Fairchild nên nhờ luật sư, nhưng tất cả họ đều từ chối với lý do rằng cô sẽ không bao giờ thắng kiện vì bằng chứng DNA đã nói ra tất cả.

Tại thời điểm này, Fairchild chỉ còn vài ngày nữa là sinh đứa con tiếp theo. Và khi tòa án đề nghị đưa hai đứa con của cô vào các nhà nuôi dưỡng riêng trong khi vụ việc được kháng cáo, cô đã yêu cầu tòa án hoãn vụ án cho đến khi cô sinh đứa con thứ ba. Thẩm phán đồng ý và yêu cầu một nhân chứng có mặt khi cô sinh.

Khi đứa trẻ thứ ba được sinh ra, tòa án tiếp tục tiến hành xét nghiệm DNA. Khoảng hai tuần sau đó, kết quả xét nghiệm DNA lại một lần nữa cho thấy không có sự tương đồng về di truyền giữa cô và đứa con mới sinh.

Mặc dù nhân chứng đã có mặt và theo dõi từ lúc cô sinh cho đến khi các bác sĩ lấy máu của cả Fairchild và đứa trẻ để tiến hành xét nghiệm. Nhưng thẩm phán vẫn giữ nguyên tuyên bố của mình rằng Fairchild đã lừa dối theo một cách nào đó về việc mang thai.

Tuy nhiên, luật sư Alan Tindell, người bị hấp dẫn bởi vụ án kỳ lạ này, đã đồng ý đại diện cho cô.

Tindell đã điều tra và xác nhận rằng những đứa con của cô ấy không phải do chị gái hoặc anh trai của cô ấy sinh ra. Anh ấy thậm chí còn hỏi Fairchild liệu có bất cóc chúng không. Sau khi bị thuyết phục bởi câu trả lời kiên quyết của cô ấy, Tindell bắt đầu điều tra bằng chứng chống lại Fairchild.

Tindell đã đọc được một bài báo đăng trên Tạp chí Y học New England, đề cập đến một trường hợp ở Boston tương tự như của Lydia. Trong đó nói đến trường hợp của Karen Keegan, một bà mẹ 52 tuổi có hai con trai ở Boston. Khi bà cần ghép thận, những đứa con của bà đã tình nguyện hiến thận của mình cho mẹ. Tuy nhiên xét nghiệm DNA lại cho thấy bà và các con của mình không trùng khớp.

Sau khi nghiên cứu chuyên sâu hơn, họ phát hiện ra rằng Keegan có hai bộ DNA khác nhau trong cơ thể. Điều này là do trong quá trình mẹ của Keegan mang thai bà, đã có sự hợp nhất của hai quả trứng được thụ tinh độc lập ở giai đoạn phát triển rất sớm, được gọi là chimerism. Các kết quả nghiên cứu đã được công bố vào cùng năm mà cuộc điều tra Fairchild bắt đầu, năm 2002.

Bằng chứng này rất quan trọng đối với trường hợp của Fairchild và tòa án đã cho phép xét nghiệm DNA của Fairchild thêm một lần nữa. Các kỹ thuật viên phòng thí nghiệm do tòa chỉ định bắt đầu lấy các mẫu tóc, da và máu, nhưng tất cả đều cho thấy chúng chỉ có cùng một dòng DNA.

Chỉ đến khi lấy một mẫu từ cổ tử cung của Fairchild, họ mới tìm thấy DNA (dòng DNA thứ hai) khớp với các con của cô. Nhưng điều tra vẫn chưa kết thúc.

Mẹ của Fairchild phải gửi DNA của mình để so sánh và kết quả cho thấy bà chính xác là bà ngoại của bọn trẻ, thẩm phán mới bác bỏ vụ kiện.

Trường hợp của Fairchild là một trong những báo cáo công khai đầu tiên về hiện tượng chimerism và được sử dụng làm ví dụ trong các cuộc thảo luận sau này về tính hợp lệ và độ tin cậy của bằng chứng DNA trong các vụ kiện tại tòa án ở Hoa Kỳ.

Các trường hợp chimerism được ghi nhận ở những người như Fairchild và Keegan là rất hiếm và tỷ lệ xuất hiện của nó vẫn chưa được biết. Một số nhà nghiên cứu suy đoán rằng hiện tượng chimerism ở người cũng phổ biến như ở các cặp song sinh khác trứng hoặc khác trứng. Tỷ lệ mắc hội chứng này có thể đang gia tăng đều đặn do việc sử dụng ngày càng nhiều các công nghệ hỗ trợ sinh sản. ■

Người đàn ông như 'thời nam châm'

Jamie Keeton có thể dính bất kỳ lon nước, chai nước hay nhiều đồ vật khác lên da của mình mà không cần bất kỳ chất dính nào cả. Làn da của Keeton rất đặc biệt có khả năng hút mọi đồ vật.

Người đàn ông được mệnh danh là 'thời nam châm', đạt kỷ lục với khả năng hút 10 lon nước dính lên mặt và giữ yên trong thời gian 5 giây. ■

Cho Thuê Phòng Room For Share. SHARE PHÒNG. Nhà khu Hw6 & 529, 1 phòng master \$600, 2 phòng cho share. Bao điện nước, giặt sấy, Internet, khu an ninh, \$330/tháng. Northwest. Xin liên lạc: 713-314-7091. CHỌI SHARE PHÒNG. Share phòng khu Sugarland, quiet, sạch sẽ, friendly. Phòng \$450, Nữ only. Xin liên lạc chị Christy: 713-330-6021. PHÒNG CHO SHARE. Nhà cách Hk4 chỉ 3 phút đi bộ. Bao điện nước, giặt sấy, wifi. Giường tủ, cho nấu ăn, giá \$400/tháng. Dành cho nữ độc thân và có việc làm. Xin liên lạc: 713-478-7472. PHÒNG CHO SHARE. Phòng cho share \$350/tháng. Có thể đi bộ ra chợ Hong Kong 4, Tân Bình, Thanh Bình. Đây đủ tiện nghi, internet, giặt sấy. Xin liên lạc: 832-277-4568. PHÒNG CHO SHARE. Nhà còn dư phòng cho share, khu yên tĩnh, sạch sẽ, đầy đủ tiện nghi, ưu tiên cho người độc thân. Khu 59 & Bellair. Xin liên lạc Kim: 281-236-8880. CHO THUÊ PHÒNG. Nhà khu Beechnut Landing góc Synnot & Beechnut, có phòng trống cho thuê. Tiện nghi đầy đủ, có phòng bếp nấu ăn riêng rất thoải mái. Xin liên lạc Cô Mai: 832-768-4380.

CHO SHARE PHÒNG. Nữ chủ nhà, ưu tiên cho du học sinh nữ. Bao điện, nước, Wi-Fi, khu yên tĩnh, có cổng sắt. Westpart Tollway & Hwy6. Xin liên lạc Cô Tina: 832-684-6895. NHÀ MỚI - CHO SHARE PHÒNG. Nhà mới, có phòng Master Bedroom cho share giá \$600/tháng. Rất tốt cho học sinh, gần trường, chợ Hong Kong, Mỹ Hoa, HEB. Bao điện, internet, giặt, sấy. Không ở chung với chủ. Góc Bellaire - Eldridge. Xin liên lạc Mạnh: 972-854-8191. CHO SHARE PHÒNG. Nhà cửa thoáng mát, sạch sẽ, có phòng cho thuê. Nhà ở đường Boone sau Lee Sandwiches, gần Hong Kong 4. Bao điện nước, internet. Xin liên lạc Thảo: 713-909-5269. CHO SHARE PHÒNG. Nhà Synnot và Bissonet gần chợ, nhà thờ. Yên tĩnh, sạch sẽ, dư phòng cho share. Lớn \$400/tháng - nhỏ \$350/tháng. Cho độc thân share, bao điện, nước, giặt, sấy. Xin liên lạc Chú Minh: 281-704-7643. CHO SHARE PHÒNG. Cho share 2 phòng trống, đầy đủ tiện nghi, giặt, sấy. Cần người đứng tuổi. Nhà giữa chợ Đồng Khánh và Cà Mau. Xin liên lạc: Cô Mẫn: 281-686-7060. Cô Hương: 713-584-7877. CHO SHARE PHÒNG. Nhà dư phòng cho thuê ở Gessner & W.Airport, gần BWY Sam Houston. Bao điện nước, giặt sấy, có internet. Nhà rộng, sạch sẽ, không nấu ăn. \$400 một tháng. Xin liên lạc: 713-367-5069.

NEW CHO THUÊ PHÒNG (VÙNG BELLAIRE). Nhà dư 2 phòng: 1 phòng master và 1 phòng thường. Bao điện nước, giặt sấy. Phòng lớn (master) \$750. Phòng thường \$350. Khu an ninh, sạch sẽ, thoáng mát, có vườn rau. Xin liên lạc: Anh Quý: 832-526-3566. Chú Bảy: 713-985-9541. PHÒNG CHO SHARE. Nhà ít người dư phòng cho share, đầy đủ tiện nghi. Không nấu ăn, nhà sạch sẽ, chỉ cho share 1 phòng. Đường Beechnut và Dairy Ashford. Ưu tiên nam, \$400/1 tháng. Xin liên lạc Hương: 832-231-1164. CHO SHARE PHÒNG. Cho share phòng (phòng master và phòng thường), nhà ở Bellaire gần chợ Mỹ Hoa, có phòng master và phòng thường. Bao điện nước, giặt sấy, internet, nấu ăn. Không ở chung với chủ. Xin liên lạc: 832-289-9273. PHÒNG CHO SHARE. Nhà dư phòng cho share, Khu Hk4 và Chợ Thanh Bình. Bao điện nước, giặt sấy, internet, nấu ăn. Ưu tiên người có việc làm. Nhà trống, có thể dọn vào tháng 11/2022. Xin liên lạc: 832-788-9606. CHO SHARE PHÒNG - 77036. Nhà dư 2 phòng đẹp sạch sẽ, khu yên tĩnh, an ninh. Beechnut gần Southwest Freeway. Ưu tiên cho người độc thân, không hút thuốc. \$400/tháng. Xin liên lạc Cô Tâm: 832-853-2061.

Rao Vặt. CẦN BÁN. Cần bán gấp xe Lexus ES 330, year 2006. Đã chạy 94k Mile, giá bán \$6,500. Southwest. Xin liên lạc Andy: 405-546-8257. CẦN MUA. Cần tìm mua 1 chiếc xe cũ, hoặc P/U Truck, chạy hoặc không chạy. Xin Gọi: 832-661-0342. NHẬN GIỮ TRẺ CÓ LICENSE. Nhận giữ trẻ mọi lứa tuổi, nhà rộng, sạch sẽ, thoáng mát, yêu thương trẻ, chăm sóc chu đáo. Nhà ở Gessner & W.Airport gần Bwy Sam Houston. Xin liên lạc: 713-367-5069. NHẬN GIỮ TRẺ. Nhận giữ trẻ tại gia. Có license, nhà gần chợ HK III, Thắng Hưng, Tân Định. Xin liên lạc: 281-895-8078. NHẬN GIỮ TRẺ. Nhận giữ trẻ mọi lứa tuổi, nhà gần chợ Mỹ Hoa 7507 San Benito Dr, Houston, TX 77083. Nhà mới và rộng, có phòng ngủ riêng cho trẻ. Hai người trông nom, có license coi trẻ. Xin liên lạc: Linda: 832-794-8083. Hiệp Đỗ: 713-261-4172. NHẬN GIỮ TRẺ. Nhận giữ trẻ mọi lứa tuổi. Nhà gần Fm1464 & Beechnut Richmond. Nhà rộng có phòng cho trẻ. Hai người trông nom, có License coi trẻ. Xin liên lạc: Đào: 713-408-2639. Quý: 713-392-4280.

HOUSTON COMMUNITY COLLEGE SYSTEM CÁC DIỄN ĐÀN CỘNG ĐỒNG VÀ ĐIỀU TRẦN CÔNG CỘNG VỀ TÁI PHÂN KHU

Các diễn đàn cộng đồng về việc tái phân khu cho Houston Community College System sẽ diễn ra tại mỗi Địa Hạt Chương Quản tại các địa điểm và ngày giờ sau đây:

- 6 giờ chiều thứ Hai, ngày 9 tháng Một, 2023, tại Southwest College – West Loop Campus, 5601 West Loop South, Room C108, Houston, Texas 77081 (Khu 5)
- 6 giờ chiều thứ Ba, ngày 10 tháng Một, 2023 tại Northeast College - North Forest Campus, 6010 Little York Road, Houston, Texas 77016 (Khu 2)
- 6 giờ chiều thứ Năm, ngày 12 tháng Một, 2023 tại Central College – Dr. William W. Harmon Building, 1300 Holman Street, Room 100, Houston, Texas 77004 (Khu 3)
- 6:30 giờ chiều thứ Ba, ngày 17 tháng Một, 2023 tại Emancipation Cultural Center, 3018 Emancipation Avenue, Houston, Texas 77004 (Khu 4)
- 6:30 giờ chiều thứ Năm, ngày 19 tháng Một, 2023 tại Northeast College – Northline Campus, 8001 Fulton Street, Houston, Texas 77022 (Khu 1)
- 6:30 giờ chiều thứ Hai, ngày 23 tháng Một, 2023 tại Northwest College – West Houston Institute, 2811 Hayes Rd, Room 194, Houston, Texas 77082 (Khu 6)
- 6:30 chiều thứ Hai, ngày 30 tháng Một, 2023 tại Southwest College – Missouri City Campus, Building Lobby, 1600 Texas Parkway, Missouri City, Texas 77489 (Khu 7)
- 6:30 giờ chiều thứ Ba, ngày 31 tháng Một, 2023 tại Emancipation Cultural Center, 301 Emancipation Avenue, Houston, Texas 77003 (Khu 8)
- 6:30 chiều thứ Năm, ngày 2 tháng Hai, 2023 tại Central College – South Campus, Willie Lee Gay Hall Building, 1990 Airport Blvd., Room 100, Houston, Texas 77051 (Khu 9)

Một buổi điều trần công cộng chính thức sẽ được tổ chức vào địa điểm và ngày giờ sau đây:

- 2 giờ chiều thứ Tư ngày 15 tháng Hai, 2023 tại Houston Community College System Administration Building, Second Floor Auditorium, 3100 Main, Houston, Texas 77002

Các diễn đàn cộng đồng và buổi điều trần công cộng là nhằm mục đích thu thập ý kiến đóng góp của công chúng về tiến trình vẽ lại đường ranh giới của địa hạt một thành viên cho Các Khu Chương Quản của Houston Community College System do kết quả của Cuộc Điều Tra Dân Số 2020. Ý kiến nhận xét của công chúng được nồng nhiệt chào đón. Các bản đồ địa hạt một thành viên hiện thời, các bản đồ tái phân khu được đề xuất, và dữ liệu điều tra dân số 2020 sẽ có trên trang mạng (<https://www.hccs.edu/about-hcc/board-of-trustees/hcc-redistricting-information/>).

Các diễn đàn và điều trần công cộng sẽ được truyền phát trực tiếp. Vui lòng truy cập Trang Tái Phân Khu của HCC tại www.hccs.edu để biết đường liên kết tới các buổi truyền phát trực tiếp. Sẽ có dịch vụ thông dịch bằng ngôn ngữ ra dấu và thông dịch tại mỗi buổi họp. Nếu quý vị cần các dịch vụ thông dịch bằng ngôn ngữ không phải là tiếng Tây ban nha, vui lòng ghi danh tại hcc.redistricting@hccs.edu. Để biết thêm thông tin, vui lòng gọi ban Dịch Vụ Hội Đồng Quản Trị HCC tại số 713.718.8398; email: hcc.redistricting@hccs.edu hoặc truy cập trang mạng của HCC tại (<https://www.hccs.edu/about-hcc/board-of-trustees/hcc-redistricting-information/community-events/>).



NEW **Bán Nhà Hàng**
KHU VỰC SOUTH 45

Chủ có Business khác, cần bán gấp nhà hàng khu vực South 45, gần đại học Houston. Hoạt động 8 năm, rộng 3,000 sqft. Bán cơm, bún, phở, đồ xào. Tiền sale năm 2021 là 1 triệu 600,000. Giá bán \$350,000.

Xin vui lòng liên lạc Tài: 832-434-9905

NEW **Bán Tiệm Nail**
HOUSTON 77037

Tiệm rộng trên 1,700 sqft, có 4 bàn nails, 3 ghế spas, 1 phòng facial wax, 1 phòng ăn, tủ lạnh, TV đầy đủ, tiền rent rất rẻ \$1,500/tháng. Khu vực Airline và 45 North (gần Beltway 8).
W. Dyna, Houston TX 77037.

Gọi (hoặc text message) chị Pinky số:
346-297-6018

NEW **Bán Trạm Xăng Exxon & Deli**
BEAUMONT, TX

Bán trạm xăng Exxon & Deli, trạm có 8 cây xăng, nằm ngay góc ngã 4 đèn giao thông. Khu vực đông đúc. Rent \$8,500 NNN lease.
Chủ đã sở hữu 18 năm. Giá bán \$550,000.

Thật lòng mua xin gọi Hiền Nguyễn: 832-877-9951

NEW **Bán Tiệm Nail**
CHANNELVIEW, TX

Vì không có người trông coi, cần bán gấp tiệm Nail. Giá rẻ \$45k. Good location.
+ Địa điểm: J & J Nails ở Channelview, TX 77530.
+ Tiệm gồm 5 bàn và 8 ghế.
+ Rent + Cam: \$1,700/tháng.
+ Khách mix dễ chịu/tip cao. Thu nhập ổn định.

Xin vui lòng liên lạc chị Phi: 346-606-9205

NEW **Nhà Cho Thuê**
SUGARLAND 77498

Nhà cho thuê ở Sugarland Zipcode 77498, giữa Eldridge và West Bellfort. 3 phòng ngủ, 2 phòng tắm, khu yên tĩnh, trường học tốt. Gần chợ Mỹ Hoa và Chùa Việt Nam. Giá \$1,600/tháng.

Xin liên lạc Tom, cell phone: 832-495-5926

NEW **Nails Lux of Texas Pasadena Cần Bán**
PASADENA, TEXAS

Tiệm trong shopping center lớn có nhiều Parking, tiệm rộng 2,200 sqft có 18 ghế làm chân và 10 bàn nail. Có 8 thợ, 2 phòng wax 2 phòng restroom. Tiệm mới đầy đủ supplies, chủ mới vô không cần sửa gì hết, income mùa hè \$40k/\$45k tháng, mùa này \$31k/\$35k tháng, chưa tính cash.
Rent everything \$7,000 tháng, giá cả thương lượng.

Thật lòng mua xin gọi: 832-913-9370 * 713-498-3454

NEW **Nhà Cho Thuê**
DAIRY ASHFORD & BELLAIRE

Nhà fourplex cho thuê khu Dairy Ashford & Bellaire, zip code 77072, rộng 1,100 sqft. Nhà 2 tầng, 2 phòng ngủ, 1 phòng tắm rửa. Sàn gỗ & gạch.

Xin liên lạc: 832-212-6978

NEW **Townhouse Cho Thuê**
KHU SOUTHWEST

Townhouse có 3 phòng ngủ, 2 1/2 phòng tắm, rộng 1,510 sqft, 2 chỗ đậu xe được chỉ định. Có máy giặt và máy sấy, tủ lạnh, máy rửa chén. Khu vực yên tĩnh và có cổng gần trung tâm mua sắm Memorial City Mall và City Center ở Spring Branch. Số tiền thuê \$1,600, đặt cọc \$1,400.

Xin liên lạc qua tin nhắn, Nga: 832-846-4155

NEW **Nhà Cho Thuê**
GẦN HONG KONG 4

Nhà cho thuê khu Southwest. Nhà rất gần chợ Hong Kong 4, có 3 phòng ngủ, 2 phòng tắm. Patio sau vườn rộng rãi. Nhà mới sơn sửa sạch sẽ.

Xin liên lạc: 832-898-3142

SỨC KHỎE & ĐỜI SỐNG

Kỳ lạ ngôi làng ở Hà Lan tất cả người dân đều bị... mất trí nhớ: Hỏi ra mới biết là vì một nguyên nhân không tưởng

Thoạt nhìn ngôi làng xinh đẹp này không có vẻ gì bất thường, nhưng điều đáng chú ý chính là việc người dân đôi khi quên mất họ là ai.

Ngôi làng bình thường nhưng cũng "bất thường"

Cư dân Hogeweyk, ngôi làng ở Weesp, cách thủ đô Amsterdam, Hà Lan nửa giờ đi xe có một cuộc sống gần như bình thường. Họ đi đến cửa hàng tạp hóa, phân nân về thời tiết, và tận hưởng cuối tuần với trò bingo. Điểm khác biệt duy nhất giữa 152 cư dân ở đây và những người sống ngoài làng chính là họ mắc đều mất trí nhớ do sa sút trí tuệ và Alzheimer.

Hogeweyk thực chất là một viện dưỡng lão được ngụy trang để trông giống một ngôi làng thật. Điều này giúp những bệnh nhân có một cuộc sống dễ dàng hơn trong những năm tháng còn lại của cuộc đời.

Theo Open Culture, những người mắc chứng mất trí nhớ không có khả năng tham gia tích cực vào các cuộc trò chuyện, duy trì hoạt động hàng ngày và thể chất của chính họ. Họ dễ bị thay đổi tâm trạng đột ngột, cáu kỉnh, lo lắng, thậm chí bị ảo tưởng. Chính vì vậy việc sinh sống của người bệnh giữa người bình thường là rất khó khăn.

Ảnh minh họa

Hogeweyk được thành lập năm 1993 ban đầu cũng là một viện dưỡng lão truyền thống. Nhưng các nhân viên nhận ra có một cách tốt hơn để chăm sóc những bệnh nhân.

Nữ nhân viên Yvonne Van Amerongen, người từng làm việc lâu năm trong viện dưỡng lão, đã nảy ra ý tưởng chuyển đổi nhà dưỡng lão truyền thống thành một nơi đáng sống hơn.



Ngôi làng này có 23 căn nhà, 6-7 cư dân mỗi căn và sẽ luôn có 1 người nấu nướng, đưa họ đi đến các sự kiện đặc biệt, giúp đỡ những người cao tuổi mua sắm và đảm bảo sự an toàn cho họ.

Hogeweyk có đầy đủ cửa hàng, nhà hàng, nhà hát, tiệm cắt tóc, nha khoa và nhiều khu vườn cho cư dân. Hệ thống camera cũng được lắp đặt khắp mọi nơi để giám sát người bệnh.

Hogeweyk được thành lập năm 1993 như một viện dưỡng lão truyền thống. Nhưng các nhân viên nhận ra có một cách tốt hơn để chăm sóc những bệnh nhân. Nữ nhân viên Yvonne Van Amerongen, người từng làm việc lâu năm trong viện dưỡng lão, đã nảy ra ý tưởng chuyển đổi nhà dưỡng lão truyền thống thành một nơi đáng sống hơn.

"Chúng tôi tự hỏi bản thân "Chúng ta mong muốn điều gì cho chính mình và bố mẹ mình", người quản lý Eloy van Hal nói với Business Insider.

Mô hình chăm sóc y tế nhân văn

Các nhân viên tại Hogeweyk được đào tạo để chú trọng vào những gì cư dân có thể làm, không phải những gì họ không thể. Họ chính là nhân viên nhà hàng, y tá, thợ làm tóc... hỗ trợ cư dân ở mọi nơi.

Người phụ trách chăm sóc sẽ giúp cư dân sử dụng đồng tiền nội bộ để cư dân mua hàng trong một siêu thị đầy

đủ chức năng.

Người quản lý cho biết cư dân cũng có thể sử dụng tiền mặt nếu họ muốn nhưng chỉ số ít đủ mình miễn để làm điều đó. Một lượng tiền nội bộ sẽ được phân phát cho từng ngôi nhà mỗi tháng. Với sự giúp đỡ của nhân viên, các cư dân sẽ lập ngân sách phù hợp với nhu cầu của họ.

"Đôi với chúng tôi, điều quan trọng nhất là hỗ trợ các cư dân trải nghiệm một ngày bình thường, một ngày mà họ thích thú và một ngày mà họ tỉnh táo", van Hal nói. Người này cũng cho biết đội ngũ y tế cố gắng phục vụ từng cư dân dựa trên nhu cầu riêng của họ.

Mục tiêu của tất cả những hoạt động này là để duy trì cảm giác tự chủ như một người bình thường, một điều rất quan trọng trong việc chăm sóc người sa sút trí tuệ. Theo Psychology Today, người bệnh sống tại ngôi làng này "cần ít thuốc và trở nên bình tĩnh hơn".

Nhiều chuyên gia về bệnh Alzheimer cũng đánh giá Hogeweyk là "một môi trường gọi sự thân quen và an toàn, trong đó người mắc chứng mất trí nhớ giữ được cá tính riêng và sự tự chủ nhiều nhất có thể".

Mỗi ngày các cư dân Hogeweyk có thể đi lang thang khắp các khu phố, mua sắm, đi dạo trong công viên, ăn uống hoặc làm việc nếu họ muốn. Những người mắc bệnh Alzheimer và sa sút trí tuệ được khuyến khích duy trì hoạt động thể chất để giữ cho tâm trí và cơ thể của họ hoạt động.

Ngoài ra, nhiều hoạt động như chơi lô tô, các câu lạc bộ xã hội, biểu diễn nghệ thuật cũng thường xuyên được tổ chức để các cư dân có cơ hội giao lưu với nhau.

Những hoạt động này sẽ giúp người cao tuổi tránh xa nỗi cô đơn - thứ khiến bệnh tình của họ nặng hơn.

Mô hình nhân văn tại Hogeweyk trở thành nguồn cảm hứng cho rất nhiều "ngôi làng mất trí" khác trên thế giới như Korongee Dementia ở Úc, làng Landais Alzheimer ở Pháp... ■

Voi, trâu rừng và sự tử châu Phi đụng độ nhau trong cuộc chạm trán hiếm thấy

Mohammed Kathrada, 24 tuổi, hướng dẫn viên trong Công viên Quốc gia Kruger cùng những vị khách đã chứng kiến cuộc đọ sức ngoạn mục giữa ba trong số năm loài vật to lớn, nguy hiểm bậc nhất ở châu Phi. Cuộc đấu diễn ra tại địa điểm dã ngoại Mlondozi trong Công viên Quốc gia Kruger, Nam Phi.

Mohammed Kathrada cho biết: "Sau khi thực hiện cuộc đi bộ dọc theo nhiều đường thoát nước chảy vào sông Sand, chúng tôi hướng tới khu dã ngoại Mlondozi ở ranh giới phía đông công viên. Chúng tôi đang rất hào hứng để thưởng thức bữa ăn với khung cảnh nhìn ra con đập Mlondozi tráng lệ".

Khu dã ngoại Mlondozi mang đến một môi trường thiên nhiên hoang dã thú vị. Du khách tận hưởng thời gian nghỉ ngơi trong phòng và nấu bữa sáng, hay chuẩn bị bữa trưa, buổi chiều. Khu vực nhà nghỉ không có hàng rào, giúp du khách trải nghiệm thực sự như sống cùng thiên nhiên. Mohammed Kathrada kể lại rằng vụ việc xảy ra khi họ chuẩn bị bữa ăn.

Anh nói: "Tôi có hỏi đùa người trông coi thân thiện của khu dã ngoại Mlondozi rằng những con sư tử ở đâu. Trước sự ngạc nhiên của tôi, anh ấy trả lời là ngay dưới đó. Tôi nhanh chóng lấy máy ảnh và dẫn khách đến một vị trí thuận lợi nhìn ra con đập bên dưới. Đúng là lúc chúng tôi nhìn thấy sư tử, voi và trâu rừng".

Hai con sư tử đực nằm ngoài trời bên cạnh xác một con trâu đực mà chúng vừa săn được. Một con sư tử đực khác đang trên đường di chuyển đến với hai người anh em của mình. Trong khi đó, đàn trâu hơn 1.000 con đang tung tăng qua bờ đầm lầy để tìm kiếm 'đồng đội' bị mất tích.

Đàn trâu rừng hung hăng đã phát hiện ra đồng đội bị sư tử giết hại. Chúng tìm cách chặn một con sư tử trong số ba con ở đó. Con sư tử tìm cách bỏ chạy, quay đầu theo hướng ngược lại nhưng lại đụng độ với con voi to lớn đang giận dữ tiến về phía trước. Con sư tử đực trông có vẻ khổ sở, nhỏ bé trước với một bên là voi trưởng thành và một bên là trâu rừng. Nó đành xoay sở để lẩn vào những bụi cây bao quanh đó.

May mắn cho con sư tử đực đơn độc khi đàn trâu rừng lúc này bắt đầu mất hứng thú và chuyển sự chú ý sang hai con sư tử đang đứng bảo vệ con mồi. Cuộc đối đầu kéo dài vài phút, những con trâu tấn công sư tử.

"Chúng tôi nghe thấy tiếng vó trâu giậm và tiếng sư tử gầm gừ vang vọng từ vùng núi Lebombo. Đứng nhìn từ ngọn đồi phía trên khung cảnh kỳ lạ này là trải nghiệm tôi không bao giờ quên trong sự nghiệp hướng dẫn của mình", Mohammed Kathrada cho biết. ■

Lập kỷ lục 180 ngày đi xe đạp đôi vòng quanh thế giới

Cặp đôi đến từ Anh đạp xe đạp đôi vòng quanh thế giới trong 180 ngày với quãng đường 28.968 km qua 21 quốc gia.

Stevie Massey và Laura Massey-Pugh đến từ Anh trở thành cặp đôi đạp xe đạp đôi vòng quanh thế giới nhanh nhất trong 180 ngày qua 21 quốc gia.

Cặp đôi hoàn thành chuyến đi để đời lập kỷ lục thế giới của mình vào đầu tháng 12. Họ đã đi qua 21 quốc gia với quãng đường khoảng 28.968 km.

Vượt qua nhiều loại địa hình, trải qua điều kiện thời tiết khắc nghiệt, Stevie Massey và Laura Massey-Pugh đạp xe qua trận bão tuyết dừng chân ở công Brandenburg, Berlin, Đức hoàn thành chặng đường.

Stevie Massey và Laura Massey-Pugh có sở thích chung là đạp xe đạp và nhất là xe đạp đôi. Họ khởi hành bắt đầu chuyến đi vào ngày 5/6. Dù là những người có nhiều kinh nghiệm đạp xe, những tay đua đường dài điều luyện thì cả hai vẫn trải qua những khoảng thời gian khó khăn trên hành trình.



"Trời tối, tuyết rơi dày, mọi thứ gần như đóng băng, nhưng chúng tôi may mắn được sự ủng hộ của gia đình, bạn bè, thậm chí người lạ trên mọi cung đường", cặp đôi chia sẻ.

Từ năm 2020, lần đầu tiên Stevie Massey và Laura Massey-Pugh biết thông tin về việc lập kỷ lục đi vòng quanh thế giới bằng xe đạp đôi nhanh nhất. Đó là thành tích của cặp đôi Cat Dixon và Raz Marsden người Anh, họ hoàn thành chuyến đi trong 263 ngày, 8 giờ và 7 phút.

Từ đó đến nay, chưa một ai xô đổ kỷ lục. Do vậy, Stevie Massey và Laura Massey-Pugh đã quyết định lên kế hoạch thực hiện thử thách bản thân.

Khi cặp đôi liên hệ với Guinness và cam kết thực hiện nhiệm vụ với một số yêu cầu, Stevie Massey và Laura Massey-Pugh bắt đầu khoảng 18 tháng để lên kế hoạch chi tiết và tập luyện.

Tìm được một chiếc xe đạp đôi phù hợp cho một chuyến đi dài ngày nhiều khó khăn như thế là một trong những thử thách cam go nhất.

Sau khi khởi hành từ Berlin, họ đã đi qua nhiều quốc gia như Cộng hòa Séc, Áo, Slovakia, Hungary, Romania, Bulgaria, Thổ Nhĩ Kỳ... Cặp đôi đã ghi lại hành trình trên blog du lịch, họ cho biết bản thân đã đạp xe trung bình khoảng 10 giờ mỗi ngày.

Massey-Pugh nhận các nhiệm vụ như vạch ra lộ trình và phân loại thức ăn để giảm bớt áp lực cho chồng. Cô cho biết: "Việc điều khiển phân đầu xe đạp rất khó khăn, tinh thần cũng mệt mỏi hơn. Tôi đã cố gắng chia sẻ để chuyến đi diễn ra suôn sẻ".

Sau vô số thất bại, chiến đấu với mọi khó khăn, cặp đôi cảm thấy nhẹ nhõm khi hoàn thành chuyến đi an toàn và trở lại cuộc sống bình thường.

"Đó là một cảm giác nhẹ nhõm vô cùng. Điều quan trọng hơn cả là cuối cùng là chúng tôi đã gặp lại gia đình, bạn bè, người thân yêu sau hơn 6 tháng xa cách", Laura Massey-Pugh chia sẻ. ■

Advertisement for KIM MÔN Goldengate Restaurant Equipment Co. featuring images of kitchen equipment and contact information: 9330 Summerbell Ln, Houston, TX 77074. Tel: 713-228-2155, Fax: 713-228-2156.

Advertisement for Bán Tiệm Dryclean Plan GESSNER. Contact: 281-235-8684.

Advertisement for Bán Tiệm Giặt WASHTERIA VÙNG 45 SOUTH. Contact: 713-855-7080, 817-908-8861.

SỪ TÂM

Ngôi làng 'ồn mình' sống cùng âm thanh bí ẩn, người dân bức bách tới phát điên nhưng suốt 3 năm vẫn không tìm ra nguyên nhân

Trong khi chính quyền địa phương ngậm tở ra “bó tay” trong việc tìm nguyên nhân tạo nên âm thanh lạ, thì người dân khẳng định sẽ không dừng lại cho đến khi cuộc sống trở lại bình thường.

Từ năm 2019 đến nay, cư dân của Holmfield, một ngôi làng ở Yorkshire, Anh, đã bị ảnh hưởng bởi một tiếng vo ve bí ẩn mà nguồn gốc của nó vẫn chưa được khám phá.

Không phải ai cũng có thể nghe thấy nhưng những người nghe được tiếng vo ve bí ẩn, mô tả nó giống như tiếng kêu của máy giặt hoặc động cơ diesel chạy không tải.

Nó không giống như âm thanh khó chịu nhất trên thế giới, nhưng nó ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần và sức khỏe nói chung của một người sau một thời gian. Nó cản trở giấc ngủ và tâm trạng của họ, và một số người cho rằng họ sắp bị suy nhược thần kinh vì nó.

“Tôi yêu ngôi nhà của mình nhưng có những ngày tôi cực kỳ ghét phải ở đó. Cảm giác đây không còn là không gian hạnh phúc nữa”, Yvonne Conner, một người làng Holmfield nói.

Zoe Millar, một phụ nữ địa phương cho biết âm thanh lạ khiến cô mệt mỏi vì tinh giãc giữa đêm và khó khăn để ngủ lại. “Tôi đã nghĩ sẽ chuyển đi nhưng tại sao chúng tôi phải chuyển khi đó không phải lỗi của chúng tôi?”, cô nói.

Ảnh minh họa

Khi âm thanh tần số thấp bí ẩn gây khó chịu cho ngôi làng Holmfield ở Anh được biết đến, đã trở thành tiêu đề tin tức ở quốc gia châu Âu trong ít nhất một vài năm, nhưng cho đến nay vẫn chưa ai có thể để khám phá nguồn gốc của nó. Chính quyền địa phương được cho là đã tiến hành một cuộc điều tra và cũng thuê một chuyên gia tư vấn độc lập để tìm hiểu tận cùng bí ẩn, nhưng những nỗ lực của họ cho đến nay vẫn vô ích.



“Chúng tôi đã nỗ lực điều tra, không bỏ sót điều gì vì hiểu những tác động bất lợi của tiếng ồn đến cuộc sống người dân”, ủy viên hội đồng Jenny Lynn cho hay.

Cuộc điều tra thất bại khiến nhiều người ở Holmfield thất vọng. Họ sẽ phải chọn sống chung với âm thanh bí ẩn hoặc rời đi. Nhưng với nhiều người, cả hai lựa chọn đều không thể chấp nhận.

Holmfield nằm ở dưới cùng của một thung lũng và được bao quanh bởi các cơ sở công nghiệp, mà trước đây dân làng cho rằng gây ồn. Tuy nhiên, các cuộc điều tra không tìm thấy bằng chứng nào về điều đó.

Chuyên gia âm thanh Peter Rogers cho rằng âm thanh là một chủ đề rất phức tạp. Trong trường hợp này, tiếng ồn

có thể do hoạt động công nghiệp hoặc thứ gì đó như nước chảy qua đường ống, máy biến áp hoặc cột điện báo.

“Vấn đề là phải cố gắng tìm xem nó đến từ đâu, nhưng việc này giống như mò kim đáy bể. Bạn thử tưởng tượng nơi mọi người đang sống sẽ có đủ loại tiếng ồn đến và đi cả ngày lẫn đêm. Vì vậy, bạn phải tắt mọi thứ thì mới tìm ra được”, chuyên gia nói.

Hội đồng Holmfield cho rằng việc này không khả thi, nhưng những cư dân như Yvonne Conner nói sẽ không dừng lại cho đến khi xác định được nguồn gốc tiếng ồn.

Trước đó, vào năm 2020, một vụ việc tương tự đã xảy ra ở Quý Châu, Trung Quốc khiến hàng nghìn người chấp nhận bỏ nhà cửa vì âm thanh bí ẩn khiến họ hoảng loạn.

Âm thanh kỳ lạ này vang vọng khắp một ngôi làng. Một số người mô tả âm thanh lạ nghe như tiếng rỗng gầm gừ trong khi những người khác nhận xét nó giống tiếng gầm của hổ hơn. Hoặc đó có thể là âm thanh của các đường đứt gãy bên dưới lòng đất của ngôi làng, dấy lên lo ngại rằng một trận động đất có thể sắp xảy ra.

Cuối cùng, các quan chức Quý Châu đã cử các nhóm chuyên gia tìm kiếm khu vực để làm sáng thứ âm thanh bí ẩn đã khiến nhiều người sợ hãi.

Các nhà động vật học sau đó đã xác nhận âm thanh trên thực tế đến từ một loài chim nhỏ, chỉ lớn hơn chỉ sè. Đó là chim cú chân vàng.

Mặc dù kích thước nhỏ, những con chim cú chân vàng lại kêu rất lớn và vang. Trong mùa sinh sản, có thể nghe thấy tiếng kêu lớn của chim cú chân vàng ở khoảng cách xa tới 100m.

Ông Liu Fuqiong, giáo viên địa phương tuyên bố đã từng nhìn thấy con chim cú kêu lớn như thế.

“Nó kêu hai lần hoặc ba lần liên tục cứ sau 6 hoặc 7 phút. Âm thanh rất sâu, tôi nghĩ âm thanh đó cũng khá lạ”, ông Liu nhấn mạnh.

Giám đốc trung tâm bảo vệ động vật hoang dã của tỉnh Quý Châu cũng với các phóng viên rằng, những âm thanh tương tự vốn từng được nghe thấy nhiều lần trong tỉnh.

“Cư dân ở các khu vực khác trong tỉnh đã nghe thấy âm thanh tương tự trước đây. Nhưng họ không quá bận tâm về nó”, ông nói.

Máy quét âm thanh phát hiện tín hiệu bí ẩn gần xác tàu Titanic: Nguyên nhân khiến giới khoa học trầm trồ, mê hoặc. ■

Sông băng Greenland tan chảy nhanh gấp 100 lần so với ước tính

Tốc độ băng tan của Greenland khiến các nhà khoa học bất ngờ.

Theo một mô hình mới, các sông băng ở Greenland đang tan chảy nhanh gấp 100 lần so với tính toán trước đây.

Trước đây, các nhà khoa học đã sử dụng các mô hình phát triển ở Nam Cực tại nơi các lưỡi băng nổi trên mặt nước biển. Kirstin Schulz, Viện Khoa học và Kỹ thuật Tính toán Oden tại Đại học Texas ở Austin cho biết: “Trong nhiều năm, người ta đã lấy mô hình tốc độ tan chảy cho các sông băng nổi ở Nam Cực và áp dụng cho các mặt tiền sông băng thẳng đứng của Greenland. Nhưng ngày càng có nhiều bằng chứng cho thấy phương pháp truyền thống tạo ra tỷ lệ tan chảy quá thấp ở mặt trước sông băng của Greenland”.

Các nhà nghiên cứu biết rằng sự hiểu biết về các sông băng ở Bắc Cực dựa trên Nam Cực không phải là một kết

hợp hoàn hảo. Nhưng rất khó để đến gần rìa các sông băng của Greenland, vì chúng nằm ở cuối các vịnh hẹp, những cửa nước biển dài và hẹp bao quanh là những vách đá cao.

Theo các nhà nghiên cứu, tại khu vực này, những khối băng có kích thước bằng tòa nhà đổ xuống nước mà không có dấu hiệu báo trước, tạo ra những cơn sóng thần nhỏ.

Rebecca Jackson của Đại học Rutgers đứng đầu nghiên cứu cho biết nhóm đã sử dụng thuyền robot để đến gần vách đá băng nguy hiểm và thực hiện các phép đo. Các phép đo của Jackson cho thấy rằng mô hình dựa trên Nam Cực đã đánh giá thấp quá trình tan băng ở Bắc Cực. Ví dụ như tại LeConte băng đang biến mất nhanh hơn 100 lần so với dự đoán của các mô hình.

Dải băng Greenland cũng rất quan trọng đối với mực nước biển dâng. Mô hình mới sử dụng dữ liệu mới nhất kết hợp với sự hiểu biết thực tế hơn về tác động của các bề mặt dốc đến sự mất băng.

Kết quả phù hợp với phát hiện của Jackson và cho thấy độ tan chảy gấp 100 lần so với dự đoán của các mô hình cũ. Kết quả khiến các nhà khoa học vô cùng bất ngờ. ■

Bộ râu trang trí bằng hơn 700 đồ Giáng sinh lập kỷ lục thế giới

Người đàn ông đã trang trí bộ râu của mình với hàng trăm bóng đèn màu sắc giống như cây thông Noel trên khuôn mặt.

Joel Strasser ở Kuna, Idaho, Mỹ đã giành kỷ lục về bộ râu có nhiều đồ trang trí màu sắc nhất. Người đàn ông đam mê trang trí Giáng Sinh đã đeo 710 đồ trang sức nhỏ, chủ yếu là bóng đèn màu sắc trên bộ râu của mình để lập kỷ lục Guinness thế giới.

Joel Strasser gây ấn tượng với bộ râu nhiều màu sắc được ví như mang theo cây thông Noel trên khuôn mặt. Người đàn ông đến từ Idaho xô đổ kỷ lục của chính mình lập trong 3 năm liên tiếp. Vào năm 2019 anh lập kỷ lục với 302 món đồ trang sức và năm 2020 với 542 món đồ, năm 2021, anh nâng số lượng lên 686 món đồ trang sức.

Joel Strasser cho biết: “Kỹ thuật của tôi ngày một phát triển, nâng cao và trở nên chuyên nghiệp hơn trong những năm qua, nâng cao thành tích lập kỷ lục thế giới. Hồi đầu, tôi gắn đồ trang trí một cách tùy tiện, do vậy số lượng cuối cùng đeo trên bộ râu không được nhiều. Tôi nhận thấy rằng nếu tập trung, dành thời gian vào từng sợi râu, từng nhóm nhỏ, tôi có thể xoay sở gắn thêm nhiều món đồ”.

Anh đã mất khoảng hai tiếng rưỡi để lắp tất cả 710 món đồ trang trí lên bộ râu của mình và hơn 1 giờ đồng hồ để tháo chúng ra. Các món đồ trang sức Joel Strasser sử dụng có trọng lượng khoảng 2,26 kg.

Joel Strasser giải thích rằng quá trình này cần nhiều sự kiên nhẫn, khá đau đớn khi đeo 2,26 trên bộ râu rậm của mình. Anh vừa thực hiện gắn đồ trang trí vừa nghe nhạc Giáng Sinh.

“Nếu không cẩn thận gỡ từng cái kẹp nhỏ, tôi sẽ bị đau thậm chí bị thương, rách da”, Joel Strasser cho biết.

Joel Strasser từng giữ nhiều kỷ lục Guinness thế giới khác nhau ở hạng mục gắn đồ vật trên bộ râu ví dụ như đeo 534 ống hút giấy bằng râu, đeo 520 chiếc đĩa, 126 cái đĩa, 359 kẹp quần áo... Anh ấy thừa nhận rằng đồ trang sức và kẹp quần áo là một số món đồ mà Joel Strasser cảm thấy không thoải mái nhất khi đeo trên râu. “Ngay khi nhận ra mình là người giỏi nhất thế giới trong việc gắn thứ gì đó trên bộ râu của mình, tôi đã quyết định phá càng nhiều kỷ lục càng tốt”, Joel Strasser nói. ■

Lời Nguyện

Nam Mô Đại Từ Đại Bi Tâm Thanh Cứu Khổ Cứu Nạn Linh Cảm Quảng Đại Quan Thế Âm Bồ Tát Ma Ha. Nam Mô A Di Đà Phật. (Xin đọc lời nguyện này nhiều lần trong nhiều ngày liên tục để cầu xin phúc lành).

Quan Âm đã giúp con khỏe mạnh, an phúc lành - Hạnh Hương

Auto Repair Shop For Rent

VÙNG SOUTHWEST

Cần cho thuê, mượn shop sửa xe vùng Southwest (Cách Hong Kong 4 nửa mile về phía Bắc). Gồm có Building rộng 4,000 sqft + 4 con đội xe (lift) + máy tiện đĩa thẳng + máy balance bánh xe + máy làm vỏ xe + 2 dàn ép bạc đạn, etc

Xin liên lạc Cell: 832-830-2969 * 832-867-4585

THIM HING Sandwich

10905 Bellaire Blvd Houston, TX 77036 (phía sau Jack In The Box)

281-564-1692

Giờ Mở Cửa

- Thứ Hai - thứ Bảy: 5:00am - 6:30pm
- Chúa Nhật: 6:00am - 6:00pm
- Thứ Năm: Đóng Cửa

BÁNH MÌ gồm:

- * Jambon
- * Giò Heo
- * Paté
- * Gà Ham
- * Xíu Mại
- * Thịt Nướng
- * Gà Rô-Ti
- * Chả Lụa
- * Cá Mòi

Đặc Biệt:

- * Bò Bía
- * Gỏi Cuốn
- * Mì, Hủ Tiếu Gà
- * Mì Vịt Tiềm
- * Bánh Mì, Hủ Tiếu, Mì Bò Kho(Cà-Ri)
- * Bún Bò Huế
- * CƠM Gà Hải Nam
- * CƠM Bì Sườn Chả
- * Bánh Bột Chiên
- * Mì Hoàn Thánh
- * Bánh Xếp Nước, Mì

THIM HING Kính mời

SỪ TÂM

Ngôi nhà 'kỳ dị' nhất thế giới với 354 khối lập phương bằng bê tông giống nhau ghép lại

Là 1 trong 10 công trình độc nhất vô nhị trên thế giới, khu chung cư Habitat 67 còn được xem là 'tòa nhà rời mắt nhất thế giới', được hợp thành từ những khối kiến trúc có một không hai.

Khu dân cư Habitat 67 là kỳ quan kiến trúc nổi tiếng tại xứ sở lá phong, cũng là biểu tượng của Montreal - "thành phố Paris" giữa lòng Canada. Habitat 67 là ý tưởng của KTS Moshe Safdie dựa trên luận án thạc sĩ của ông tại Đại học McGill và được xây dựng năm 1967 để phục vụ triển lãm Expo 67.



Theo đó, bản quy hoạch tổng thể ban đầu liên quan đến hơn 1.000 khu dân cư, bên cạnh các cửa hàng và trường học. Tất cả đã được "thu nhỏ" lại chỉ còn 158 ngôi nhà, tạo thành một khu phức hợp 12 tầng nằm bên cạnh sông Saint Lawrence ở trung tâm thành phố. Thiết kế nhằm tạo một cuộc cách mạng hóa những ngôi nhà thành thị giá thấp.

"Tôi nghĩ rằng sự xuất hiện của Habitat 67 là rất quan trọng vào thời điểm đó. Nó gây được tiếng vang với công chúng và là một giải pháp thay thế cho kiểu nhà chung cư thông thường.

Habitat đã phá vỡ mọi định kiến trước đây về nhà cao tầng, người dân có thể tận hưởng một cuộc sống thoải mái như sống trong một ngôi làng thay vì những tiêu cực của các căn hộ chung cư.

Trong khi có nhiều luồng ý kiến vào thời điểm đó, việc chúng tôi có cơ hội để 50 triệu người trải nghiệm Habitat trong triển lãm Expo như một môi trường thực cho thấy rằng dự án này có thể thực hiện trong tương lai", KTS chia sẻ với Dezeen.

15 loại nhà ở khác nhau đã được phát triển. Những căn hộ này có diện tích từ 60m2 đến 160m2, mỗi căn có từ 1-4 phòng ngủ. 6 trụ thang máy hoành tráng đã được thêm vào để cung cấp lối đi và chỉ dừng lại ở mỗi tầng thứ tư, do đó giúp giảm mức tiêu thụ năng lượng.

Tòa nhà này được sắp xếp từ 354 khối lập phương

bằng bê tông giống nhau theo lối pha trộn hình học độc đáo. Bằng cách sử dụng nhiều cách sắp xếp các khối hình học khác nhau, sử dụng cả khoảng lùi và khoảng trống, Safdie đã tạo ra một công trình kiến trúc độc đáo.

Quá trình xây dựng diễn ra tại chỗ, một nhà máy đã được xây dựng bên cạnh địa điểm thi công để sản xuất các mô-đun bê tông, được kết nối bằng các thanh kéo chất lượng cao, cáp thép và các mối hàn. Safdie tin rằng đây là giải pháp tiết kiệm chi phí nhất.

Khu chung cư này đã được trùng tu hoàn toàn để kỷ niệm 50 năm thành lập vào năm 2017. Nguyên nhân chính của việc cải tạo là những thiệt hại do rò rỉ nước đã kéo dài hàng thập kỷ. Các bức tường bê tông bên ngoài được bóc trần để sửa chữa, thêm lớp cách nhiệt và chống thấm cho chúng để cái lạnh -20 °F của Quebec không làm ảnh hưởng đến nó.

Giờ đây, Habitat 67 đã mở cửa trở lại để tổ chức các chuyến tham quan cho công chúng và đang được biến thành địa điểm nghiên cứu học thuật về thiết kế và kiến trúc.

Vẻ đẹp cổ điển của kiệt tác kiến trúc này vẫn được duy trì xuyên suốt, sàn lát gỗ đã được khôi phục lại về ban đầu, các cửa sổ tiết kiệm năng lượng đã được lắp vào và các cửa trượt ẩn trong tường.

Các chuyến tham quan kéo dài 90 phút được dẫn dắt bởi Kathleen Bouvier, một nhà sử học và là một cựu cư dân đã sống 7 năm ở Habitat 67. Các căn hộ ở đây khá rẻ so với mặt bằng giá nhà cho thuê ở Montreal.

Mỗi căn hộ đều có một khu vườn nhỏ riêng biệt trồng cây xanh và hành lang rộng. Theo KTS Safdie, nhiều cư dân ban đầu vẫn sống trong khu chung cư này và ngay cả ông cũng đã chọn cho mình một căn hộ ở đây. ■

Có gì ở sa mạc muốn đổi 1kg gạo lấy 1kg cát cũng không được?

Từng hạt cát ở sa mạc này chứa đựng mồ hôi công sức của người dân nơi đây. Nên khi Nhật Bản muốn đổi 1kg gạo để lấy 1kg cát tại đây nhưng đã bị từ chối.

Sa mạc là một trong những địa hình đa dạng ở Trung Quốc. Khi nhắc đến sa mạc, phần lớn mọi người sẽ nghĩ ngay đến những hoang mạc nổi tiếng nằm ở phía Tây Bắc của quốc gia này. Tuy nhiên không phải tất cả các hoang mạc ở xứ tỷ dân đều tập trung ở khu vực này.

Tại thành phố Lâm Hương, tỉnh Hồ Nam, thuộc miền Nam của Trung Quốc sa mạc "đắt giá" nhất đã tồn tại ở đây được 50 năm. Dẫu có diện tích nhỏ song sa mạc Giang Nam có nhiều điểm đặc biệt.

Nhiều người có chút nghi ngờ, Giang Nam thuộc khu vực có lượng mưa lớn hàng năm tại sao lại hình thành nên

sa mạc? Thực tế đây là sa mạc nhân tạo. Sa mạc Giang Nam là dấu ấn lịch sử của công cuộc hiện đại hóa đất nước.

Năm 1958, một doanh nghiệp đã khai thác mỏ quặng chì - kẽm ở khu vực này. Đây là dự án có quy mô lớn với sự tham gia của hơn 4.000 công nhân. Gần 100 tấn quặng đuôi sau tuyển rửa không gây ô nhiễm môi trường đã được vận chuyển đến ngọn đồi gần đó bằng đường ống.

Sự lắng đọng của quặng đuôi trong 50 năm qua giúp hình thành một sa mạc nhân tạo có diện tích lên đến gần 300.000m2 với độ sâu 50m.

Cát ở sa mạc Giang Nam vô cùng mịn. Vì biển cát này được hình thành từ quặng đuôi, dưới ánh sáng mặt trời, sa mạc trở nên lấp lánh. Chính vì thế nơi đây còn có tên gọi khác là Bãi Bạc.

Quặng đuôi là vật liệu xả thải ra trong quá trình tuyển khoáng. Trong quặng đuôi còn hàm lượng khoáng sản có ích. Bởi quá trình chế biến khoáng sản không bao giờ đạt hiệu suất 100%. Chính vì vậy "chất thải" này vẫn còn là tài nguyên rất quý hiếm.



Sa mạc là một trong những dạng địa hình phổ biến ở Trung Quốc.

Năm bắt được thông tin về sa mạc Giang Nam, Nhật Bản từng đề nghị Trung Quốc đổi một kg gạo lấy một kg cát ở đây tuy nhiên không được đồng ý. Bởi họ hiểu mỗi hạt cát ở đây đều là công sức của những người công nhân khai thác quặng.

Dẫu không phải vô tận, song Giang Nam cho mọi người cảm giác như đang đứng giữa sa mạc Gobi. Khi nơi đây được nhiều người tìm đến, nhiều dự án phát triển liên quan đến sa mạc dần phát triển như điều khác, đua mô tô hay cưỡi ngựa trên cát...

Với vẻ đẹp khác biệt, Giang Nam trở thành điểm thu hút nhiều khách du lịch, đặc biệt những người chưa từng đặt chân đến sa mạc.

Nếu cảm thấy vui chơi ở đây chưa đủ, bạn có thể ghé thăm hang động nhân tạo 6501 ngay gần đó.

Toàn bộ ngọn núi đã được bị khoét rộng, đây là hang động nhân tạo lớn nhất tại khu vực này. Mục đích và chức năng của hang động này vẫn là ẩn số, song điểm ẩn tượng là bên trong hang luôn âm áp vào mùa đông và mát mẻ vào mùa hè. ■

Văn phòng **BẢO HIỂM** **John Milton Nguyen**

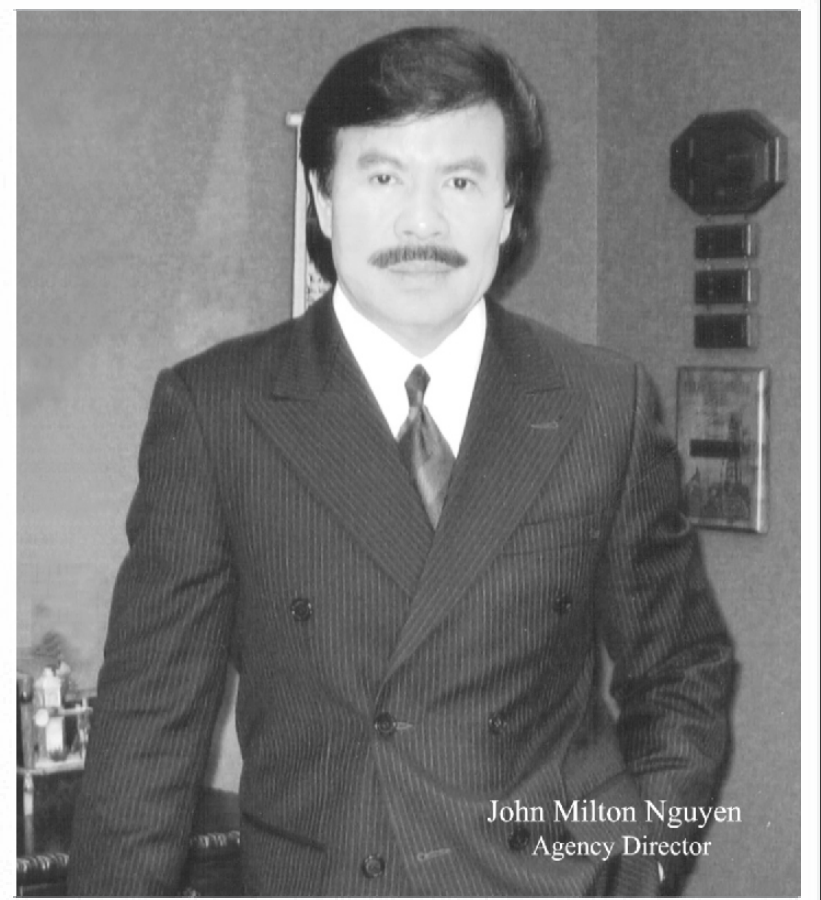
11738 Wilcrest Dr Houston, TX 77099

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 quý khách. Xin gọi ngay để tiết kiệm từ: \$200, \$300, \$400...?

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



John Milton Nguyen
Agency Director



810 Highway 6 S # 100
Houston TX. 77079

14614 Falling Creek S # 100
Houston, TX. 77068

14090 Southwest Freeway
#102 Sugarland TX, 77478

24044 Cinco Village Center Blvd. S # 150
Katy, Tx. 77494



HOLLY NGO
Realtor - Consultant

Chuyên Đảm Trách Mọi Dịch Vụ Về Địa Ốc

- * Mua - Bán nhà mới hay cũ
- * Mua - Bán đất đai, cơ sở thương mại
- * Tìm apartment
- * Nhận Housing

Đặc Biệt:

- * Có Chương Trình giúp và hướng dẫn cho quý vị mua nhà lần đầu.



281-709-7999

Đừng để mất nhà! Đừng để mất nhà! Mất nhà sẽ bị BAD CREDIT.
Hãy gọi cho Holly gấp để được tư vấn.

Mọi chi tiết tham khảo xin liên lạc: **HOLLY NGO**
Direct line: **281-709-7999** * Fax: **281-598-9139**

HollyNgo_Realtor@Yahoo.com

THỦ TỤC NHANH CHÓNG - TẬN TÂM

KIẾN THỨC PHỔ THÔNG

Những sự thật ít người biết về sa mạc Sahara

Bạn có muốn một lần khám phá vùng đất của sự kỳ diệu và điên rồ này, nơi có khi con người phải uống cả nước tiểu của mình để sống?

Ngày nay có thể nóng đến kinh hoàng, thì Sahara vẫn từng là cái nôi của sự sống, bao bọc hàng ngàn cư dân cổ đại.

Dù nắng thiêu đốt kịch liệt cả ngày, Sahara ngày nay lại có cả tuyết rơi. Dù khiến người ta phải uống cả nước tiểu nếu lỡ chân lạc bước, Sahara lại làm ai nấy ngỡ ngàng trước vẻ ngây thơ, thánh thiện của những chú mèo cát tại hoang mạc.

1. Sa mạc Sahara cũng từng xanh tốt

Theo các nghiên cứu địa chất thì khoảng 12.000 năm trước, một số ít người tiền sử đã phải tạm tới đây lánh nạn.

Chiến tranh dữ dội là nguyên nhân khiến họ buộc phải rời bỏ Thung lũng Sông Nile màu mỡ, kiếm sống quanh các hồ nước trong sa mạc khô cằn.

Nhưng như thế biết thương người, khoảng 10.500 năm trước, Sahara đón một đợt gió mùa lạ thường. Mưa ào ạt dội khắp sa mạc. Vùng đất chết trở mình, cây cỏ nảy mầm, trở bông, đậu trái.

Mưa vẫn tiếp tục rơi đều đặn trên khắp Sahara suốt 5.000 năm kế tiếp. Người cổ đại lũ lượt kéo nhau tới, biết chăn nuôi, trồng trọt, phát triển vượt bậc.

Nhưng thiên nhiên vốn là cô nàng thất thường. Sau 5.000 năm vui vẻ với con người, Sahara đột ngột trở mặt. Gió mùa biến mất. Hạn hán kéo dài, nhiệt độ tăng chóng mặt.

Không thể làm gì để lấy lòng Sahara, người cổ đại đành gói ghém quay về Thung lũng Sông Nile. Chiến tranh, cướp bóc lần nữa bùng nổ, cuối cùng hình thành nhà nước quân chủ chuyên chế do các pharaoh đứng đầu.

2. Và giờ lại có tuyết rơi

Từ lần trở mặt với con người cách đây hơn 5.000 năm ấy, Sahara chưa bao giờ thôi nóng như thiêu như đốt. Thế nhưng vào mùa đông cách đây 4 năm, nó đột ngột đổ tuyết trắng trời ở khu vực sa mạc tại Ain Sefra, Algeria.

Thực tế, thị trấn Ain Sefra nằm ở nơi tương đối cao - khoảng 1.078m so với mực nước biển. Nếu không phải nằm trong Sahara, việc nó có tuyết rơi là hết sức bình thường.

Cứ ngỡ chuyện tuyết rơi trong sa mạc chỉ bắt chọt đến một lần rồi thôi. Ai ngờ mùa đông năm kế tiếp, tuyết lại lần nữa vây kín Ain Sefra...

Vậy nếu như năm nay giá sử tuyết cũng theo mùa đông mà tới Ain Sefra, nhân loại có lẽ nên làm quen với một khái niệm bình thường mới mang tên "tuyết sa mạc".

3. Bão bụi dài hàng ngàn km

Vì Sahara quá ít nước nên đất không thể kết dính. Chúng biến thành bụi mịn. Nhiệt độ nóng bức sẽ tạo ra gió, cuốn bụi lên không trung.

Sahara rất rộng lớn, tới 9.000.000 km vuông. Khi một cơn bão bụi hình thành, nó có thể dài đến hàng nghìn km và liên tục suốt 12 tiếng.

Trước đây, Cơ quan Không gian NASA ghi hình được cơn bão bụi dài đến 1.100 km tại Sahara. Chỉ cần thêm 500 km nữa là cơn bão bụi này đủ dài bằng cả dải đất hình chữ S của Việt Nam.

4. Nếu lỡ bị lạc, hãy chuẩn bị tinh thần uống... nước tiểu

Với những cơn bão bụi dài và lâu cỡ đấy, bạn sẽ bị lạc tức khắc nếu không may vướng phải. Dù nguy hiểm là thế, những cuộc thi chạy bộ đường dài băng qua Sahara vẫn được tổ chức rất thường xuyên.

Năm 1994, trong lúc tham gia cuộc đua marathon kéo dài 6 ngày ngang Sahara, vận động viên (VĐV) Mauro Prosperi xui xẻo bị tách khỏi đội hình. Nước uống dự phòng sớm không còn một giọt, Prosperi đành lấy chai không đựng nước tiểu để dành.



Mauro Prosperi - vận động viên trải qua 10 ngày địa ngục trong Sahara

Trong lúc lang thang tìm lối ra, Prosperi may mắn phát hiện một đền thờ đồ nát giữa sa mạc. Trong đền thờ ấy đầy dơi trú ẩn. Lập tức, anh chụp lấy vài con, rút đầu, hút máu.

Ngày thứ 10 lạc trong sa mạc, Prosperi gần như chỉ còn cái xác khô. Anh cắt cổ tay tự vẫn nhưng máu đã đặc đến mức không thể chảy ra nổi.

Rất may, đội cứu hộ đã tìm thấy Prosperi, chấm dứt chuỗi ngày uống máu, ăn thịt sống (thần lẩn hoặc rắn sa mạc) của anh. Prosperi òa khóc nhưng không phải vì vui mừng mà vì cuộc đua marathon đã kết thúc và anh là người duy nhất không hoàn thành chặng đua.

Sau thất bại này... ám ức ấy, Prosperi liên tục tham gia chạy đua marathon băng sa mạc. Kỷ lục cao nhất của Prosperi là từng xếp thứ 12 vào năm 2001.

5. Bán mình cầu may

Dù có xúi quẩy đến mức bị lạc trong sa mạc ngày hôm nay, bạn vẫn có thể hy vọng được cứu bởi đội cứu hộ. Nhưng nếu là trước đây thì khác, chẳng ai đến cứu bạn đâu. Thêm vào đó, người ta vẫn còn tin các tộc thiểu số sống trong sa mạc Sahara là bộ tộc ăn thịt người.

Năm 1815, tàu thương buôn của James Riley (Mỹ) bị đắm gần bờ biển của Sahara. Cả thuyền trưởng lẫn thuyền viên cuống cuồng bơi vào bờ. Có lẽ sẽ tốt hơn nếu họ tạm sống sót trên bờ rồi tìm cách sửa tàu, nhưng, vì sợ tin đồn ấy mà đành quay ngược trở về thuyền.

Sau 9 ngày phơi nắng, dầm sương giữa biển, họ chịu hết nổi, lại bơi vào bờ. Địa ngục lúc này mới thật sự mở cửa. Một gã buôn nô lệ vô tình đi ngang và vờ bờ. Một số thuyền viên bị bán, một số khác chết vì đói khát, bạo hành.

Không thể buông xuôi, Riley huy động toàn bộ mảnh lối, cuối cùng thành công thuyết phục một thương gia mua cả ông lẫn 4 thuyền viên còn lại. Riley thể thốt sẽ hồi đáp gấp vạn lần số tiền thương gia nợ bỏ ra mua cả đám.

Xiêu lòng, thương gia nọ đồng ý giao dịch. Thêm 2 năm lóc cóc đi bộ, tận tình hầu hạ thương gia này nữa, Riley mới về tới quê hương.

6. Hoặc là tay không chế tạo xe gắn máy

Đam mê chinh phục Sahara chưa bao giờ rời khỏi tâm trí nhân loại. Năm 1993, Emile Leray, một thợ điện người Pháp quyết tâm thực hiện chuyến du lịch xuyên Sahara trên chiếc xe hơi chậm nhất thế giới Citroen 2CV.

Chưa hết một ngày băng sa mạc, chiếc Citroen 2CV ịch của Leray đã bất động. Không muốn ngồi im chờ chết, ông bèn tháo dỡ vỏ xe làm lều trú ẩn, nỗ lực biến mớ rác sắt còn lại thành một chiếc xe gắn máy.

Nghe có vẻ viễn tưởng nhưng Leray thật sự thành công. Chỉ có điều, chiếc xe tự chế này không chịu chạy xuôi mà bắt chũ phải... lái lùi.

Leray nghỉ chỉ mất 2, 3 ngày là làm xong nhưng cuối cùng lại mất đến 12 ngày. Ông mệt phờ leo lên con xe cả tăng, chạy lùi (theo cả nghĩa bóng lẫn nghĩa đen) ra khỏi sa mạc.

Sau một ngày rưỡi ngoài đầu đến trọ cả cỏ, Leray chạm mặt cảnh sát tuần tra Maroc. Họ cứu ông nhưng cũng phạt ông một khoản tiền lớn vì tội lái phương tiện không khớp với chiếc xe đã đăng ký trong hồ sơ xin nhập cảnh.

7. Nhưng vẫn để thương hết biết

Bạn đừng nghĩ sa mạc chỉ toàn là động vật mặc giáp xấu xí như kỳ nhông, thằn lằn và mấy câu chuyện sống còn lạnh gáy. Sa mạc còn có cả loài thú có lông siêu đáng yêu mang tên mèo cát.

Dẫu sa mạc có khiến bạn điêu đứng thế nào, mọi oán trách sẽ tan biến tức khắc khi chạm mặt một chú mèo cát. Cái đầu và đôi mắt to ngoài cỡ trên thân mình nhỏ bé khiến chúng đáng yêu không thể tưởng.

Rất khó để gặp mèo cát vì chúng cực kỳ cảnh giác. Với kích thước nhỏ, trọng lượng nhẹ và đệm chân có lông, chúng còn không để lại dấu vết nào trên cát. Là dù sống giữa sa mạc nóng bức, mèo cát vẫn có lớp lông dày dặn và mềm mượt màu cát hoặc màu tro.

Trái tim của bạn sẽ lỡ nhịp trước vẻ ngây thơ, thánh thiện vô đôi của mèo cát nhưng đừng vội nhầm lẫn nhé. Nó là loài ăn thịt dữ dằn nhất sa mạc đấy.

Đến cả rắn độc còn trở thành con mồi thảm thương dưới nanh vuốt của những ác miêu mang vẻ mặt thiên thần này.

8. Có khoảng 500 loài thực vật

Đó là những loài cây sinh trưởng nhanh và có khả năng chịu hạn tốt như xương rồng, cỏ giấy. Một vài loại có thể mọc mầm sau 10 phút và ra rễ sau 10 tiếng. Ở khu vực tiếp giáp của Địa Trung Hải, olive là loài cây phổ biến.

Phần trung tâm của sa mạc có thảm thực vật vô cùng hạn chế. Cực Bắc và Nam của sa mạc cùng với vùng cao nguyên là các đồng cỏ thưa thớt và sa mạc cây bụi.

9. Ốc đảo chiếm 2% diện tích

Tuy nhiệt độ vô cùng khắc nghiệt nhưng phía dưới sa mạc lại có mạch nước ngầm. Những dòng sông ngầm chảy ra từ dãy Atlas trôi lên mặt đất, tạo ra các ốc đảo, chiếm hơn 2% tổng diện tích. Trong ốc đảo, những hàng cây chà là cao vút, vừa ngăn chặn sự xâm nhập của cát vừa tạo ra nguồn thực phẩm cho cư dân.

Ốc đảo đóng vai trò là trung tâm cho các hoạt động kinh tế trong sa mạc. Nhưng người định cư tại ốc đảo làm nghề nông, gọi là cư dân chà là. Riêng các dân tộc du mục như người Ả Rập, người Berber ở phía Bắc Sahara phải sống trong lều bạt, tìm những nơi có nước, có cỏ nên được gọi là cư dân lạc đà.

10. Kho báu sách trong lòng sa mạc

Thành phố Chinguetti nằm ở Tây Phi Maurirania chính là kho sách khổng lồ giữa sa mạc rộng lớn. Thành phố này từng là một trong những trung tâm giao thương nhộn nhịp và giàu có của các thương lái đến từ châu Phi và Bắc Phi.

Ở đây có số lượng sách khổng lồ lên đến hơn 6000 cuốn sách cùng những bản chép tay quý hiếm. Đây là di sản được UNESCO công nhận là di sản thế giới cần phải bảo tồn.

11. Sahara chỉ có 30% là cát

Sahara được biết đến với những đồi cát khổng lồ. Tuy nhiên, Sahara sở hữu địa hình đa dạng, bề mặt sa mạc giãn nở nhiều địa hình khác nhau như cao nguyên đá tảng, đồng bằng bao phủ bởi sỏi, thung lũng và cả những vùng đất mặn. Các nhà khoa học đã mất rất nhiều năm để lý giải cho các dạng địa hình này. ■

Kể từ 40 tuổi, bữa ăn của phụ nữ nên có ít nhất 1 món này để "đánh bại" lão hóa...

Đến tuổi 25, phụ nữ sẽ dần nhận ra những dấu hiệu lão hóa trên khuôn mặt mình.

Thế nhưng, phải đến khi bước qua tuổi 40, tốc độ lão hóa mới thực sự mạnh, nhan sắc của bạn có thể xuống dốc không phanh nếu không kịp thời cải thiện nó.

Phụ nữ sau 40 tuổi nếu có chế độ ăn chứa nhiều chất chống oxy hóa, chất béo lành mạnh, nước và các chất

đinh dưỡng thiết yếu thì lợi ích đầu tiên sẽ thể hiện qua một làn da khỏe đẹp.

Chỉ khi da sáng đẹp, hồng hào mới chứng tỏ bạn đang có một sức khỏe tốt, ngược lại nếu da xỉn màu, nhiều nếp nhăn thì cũng cho thấy cơ thể không thực sự ổn như bạn tưởng.

Chuyên trang sức khỏe của Mỹ - Healthline đã liệt kê ra 10 thực phẩm có tác dụng chống lão hóa, tốt cho phụ nữ từ trong ra ngoài, những người phụ nữ tuổi 40 nên tích cực ăn nhiều.

1. Rau cải xoong

Chúng ta không thể phủ nhận lợi ích tuyệt vời mà rau cải xoong đem lại cho sức khỏe. Loại rau này có chứa nhiều canxi, kali, mangan, phosphor, vitamin A, C, K, B-1 và B-2...

Rau cải xoong có tác dụng như một chất khử trùng bên trong da, tăng lưu thông và cung cấp dinh dưỡng đến tất cả các tế bào của cơ thể.

Ngoài ra, nhờ chứa vitamin A và C, chất chống oxy hóa mà rau cải xoong có thể vô hiệu hóa các gốc tự do có hại, xóa mờ nếp nhăn và ngăn hình thành nếp nhăn trên khuôn mặt.

2. Ớt chuông đỏ

Khi nhắc đến một loại thực phẩm có khả năng chống lão hóa bạn không thể nào bỏ qua ớt chuông đỏ.

Ngoài việc chứa hàm lượng vitamin C cao - rất tốt cho việc sản xuất collagen - ớt chuông đỏ còn chứa chất chống oxy hóa mạnh mẽ được gọi là carotenoids.

Carotenoids là các sắc tố thực vật chịu trách nhiệm tạo màu đỏ tươi, vàng và cam mà bạn nhìn thấy trong nhiều loại trái cây và rau quả. Nó chứa đặc tính chống viêm, có thể bảo vệ da từ ảnh hưởng của ánh nắng mặt trời, ô nhiễm môi trường.

3. Quả đu đủ

Siêu thực phẩm thơm ngon này rất giàu chất chống oxy hóa, vitamin và khoáng chất có thể giúp cải thiện độ đàn hồi của da và giảm thiểu nếp nhăn trên khuôn mặt phụ nữ. Không những thế, đu đủ còn chứa nhiều vitamins A, C, K, và E, canxi, kali, magie, phosphor...

Ngoài ra, một loạt các chất chống oxy hóa trong quả đu đủ cũng sẽ giúp chị em chống lại tác hại các gốc tự do và có dấu hiệu trì hoãn lão hóa. Đu đủ cũng chứa một loại enzyme gọi là papain, hỗ trợ chống lão hóa rất tốt.

4. Quả việt quất

Quả việt quất rất giàu vitamin A và C và chất chống oxy hóa có tên là anthocyanin, đem lại tác dụng chống lão hóa hiệu quả.

Những chất chống oxy hóa mạnh mẽ có thể giúp bảo vệ da khỏi bị tổn thương do ánh nắng mặt trời, căng thẳng và ô nhiễm bằng cách kiểm soát phản ứng viêm và ngăn ngừa mất collagen.

5. Bông cải xanh

Nguyên nhân khiến bông cải xanh có tác dụng chống viêm, chống lão hóa là vì nó có chứa nhiều vitamin C và K, một loạt các chất chống oxy hóa, chất xơ, folate, lutein, canxi...

Trong khi đó, cơ thể chúng ta rất cần vitamin C để sản xuất collagen, protein, nhằm đem lại sức khỏe và độ đàn hồi cho da.

6. Rau chân vịt

Rau chân vịt có khả năng bổ sung chất chống oxy hóa cho toàn bộ cơ thể. Nhờ chứa hàm lượng vitamin C cao, loại rau này giúp tăng cường sản xuất collagen để giữ cho làn da săn chắc và mịn màng.

Đặc biệt, lượng vitamin A dồi dào trong rau chân vịt có thể giúp mái tóc chắc khỏe, sáng bóng. Vitamin K có trong rau chân vịt có tác dụng giảm viêm trong các tế bào.

7. Các loại hạt

Tất cả các loại hạt (đặc biệt là hạnh nhân, hạt óc chó) là một nguồn vitamin E tuyệt vời, có thể giúp tái tạo mô da, giữ độ ẩm cho da và bảo vệ da khỏi tác hại của tia UV.

Trong hạt óc chó thậm chí còn chứa axit béo omega-3 hỗ trợ tăng cường màng tế bào da, bảo vệ da khỏi tác hại của ánh nắng mặt trời, giúp làn da sáng đẹp bằng cách bảo vệ hàng rào dầu tự nhiên của da.

8. Quả bơ

Bơ là loại quả yêu thích của nhiều chị em và còn gì tuyệt hơn khi loại quả này có chứa nhiều axit béo chống viêm giúp thúc đẩy làn da mịn màng, dẻo dai. Nhờ chứa nhiều vitamin A mà bơ có khả năng loại bỏ các tế bào da chết, để lại cho chúng ta làn da sáng, khỏe đẹp.

Hàm lượng carotene của chúng cũng có thể hỗ trợ ngăn chặn độc tố và thiệt hại từ tia nắng mặt trời đồng thời giúp bảo vệ chống lại ung thư da. Chị em phụ nữ, đặc biệt là những người sau 40 tuổi nên tích cực bổ sung bơ vào khẩu phần ăn hàng ngày.

9. Khoai lang

Màu sắc của khoai lang đến từ một chất chống oxy hóa được gọi là beta-carotene, chất này sau khi tiêu thụ vào cơ thể sẽ chuyển đổi thành vitamin A. Nguồn vitamin A này có thể giúp chị em phục hồi độ đàn hồi của da, thúc đẩy sự thay đổi tế bào da và cuối cùng góp phần mang lại làn da mềm mại, trẻ trung.

Đồng thời, khoai lang cũng là một nguồn vitamin C và E tuyệt vời - cả hai đều có thể bảo vệ làn da của chúng ta khỏi các gốc tự do có hại và giữ cho làn da luôn trong tình trạng rạng rỡ và tươi mới.

10. Quả lựu

Từ nhiều thế kỷ trước, quả lựu đã được sử dụng như một loại thuốc chữa bệnh vì có chứa nhiều vitamin C và một loạt các chất chống oxy hóa mạnh. Loại quả này có thể bảo vệ cơ thể chúng ta khỏi tổn thương từ gốc tự do và giảm mức độ viêm trong cơ thể.

Đặc biệt, nhờ có chứa một hợp chất gọi là Punicalagins, mà lựu có thể giúp duy trì collagen trong da, làm chậm các dấu hiệu lão hóa... ■

H MART



CUSTOMER SERVICE

Customer_care@hmart.com

TOLL FREE T. 877.427.7386 / For events, coupons & exclusive deals, subscribe at www.hmart.com, and Visit our Facebook, Twitter, Pinterest & Instagram to stay up to date on special offers!



JOIN MARKET EATERY FOOD HALL!

Have a great idea for a restaurant, we have the perfect busy location for you.



Follow us @hmartofficial

HOUSTON & KATY WEEKLY SALE JAN. 13th - JAN. 19th, 2023



MÓN MỚI KHÔNG THỂ THIẾU CHO ĐẦU BẾP THUẦN CHAY: KIMCHI THUẦN CHAY

Hiện được làm 100% thuần chay, công thức này rất phù hợp cho người mới bắt đầu và những người ăn chay mới làm quen với thế giới tinh tế của Kimchi!

A VEGAN CHEF'S NEW ESSENTIAL: VEGAN KIMCHI



Premium Peeled Garlic Tỏi Lột Sẵn 5 LB/PKG \$15.99	SugarBee Apple Táo SugarBee BOX \$26.99	Spinach Cải Bò Xôi BUN \$0.99	Korean Singo Pear Lê Đại Hàn LB \$2.99
Navel Orange Cam Navel BOX \$14.99	Shanghai Choy Cải Lùn LB \$1.29	Rockit Apple Táo Rockit 3 LB/PKG \$7.99	Bitter Melon Khô Qua LB \$0.99
Purple Yam Khoai Lang Tim LB \$2.49	Lychee Trái Vải Tươi LB \$6.99	Gobo Củ Ngưu Bàng LB \$2.49	Mighty Mandarin Quit BOX \$17.99

SEE RED 2023

THIS NEW YEAR! CHÚC MỪNG NĂM MỚI!

Ưu tiên cho người đến trước, số lượng có hạn

Thành viên thẻ thông minh khi mua trên \$88 sẽ nhận được một bộ bao thư lì xì (3 bao thư) Smart Card members who purchase over \$88 will receive a FREE red envelope set (three red envelopes).

Available at all H Mart TX Stores! (Excluding Carrollton Store)

Từ ngày 13 tháng 1, 2023

BETTER TOGETHER, H MART SMART PARTNERSHIP

H MART + YOUR BUSINESS

Grow with Us!

Gửi cho chúng tôi thông tin của bạn để chúng ta có thể sớm tiến hành làm việc cùng nhau.

AI CÓ THỂ NỘP ĐƠN	CÁCH THỨC ĐĂNG KÝ
Bắt kỳ doanh nghiệp cư trú tại Hoa Kỳ trong các lĩnh vực: giáo dục, văn hóa, sức khỏe, đời sống, thực phẩm, v.v. đều đủ điều kiện để nộp đơn.	Xin liên hệ với chúng tôi qua địa chỉ email: marketing@hmart.com để tìm hiểu thêm những lợi ích của việc hợp tác.

MEAT at unbeatable low prices

Fresh Beef Chuck Eye Roast Thịt Bò Tươi LB \$7.99	Marinated Beef Ribeye Roll Bulgogi Thịt Bò Ướp Sẵn LB \$7.99	Marinated Boneless Chicken Thigh Đùi Gà Ướp Sẵn LB \$3.99
Fresh Boneless Pork Shoulder Butt Chunk Thịt Heo Vai Tươi LB \$3.69	Fresh Boneless Pork Picnic Chunk Thịt Đùi Rút Xương LB \$2.99	Fresh Chicken Drumstick Đùi Gà Tươi FAMILY PACK/LB \$0.99

SMART CARD MEMBER ONLY

O'food Gochujang 100% Natural Korean Red Pepper Paste 6.6 LB \$13.99	DONGSUNG Maxim Coffee Mix Cà Phê Gói Uống Liên ORIGINAL/2.6 LB (100 STICKS/BOX) \$12.99
CJ Cooked White Rice Com Trắng Nấu Sẵn 7.4 OZ X 12 EA/BOX \$11.99	LOTTE Pepero Bánh Quy ORIGINAL/ALMOND/CRUNKY/WHITE COOKIE/CHOCO COOKIE 4.52-6.35 OZ \$3.99

SEAFOOD at shockingly low prices

SANFORD Frozen New Zealand Greenshell Mussels on the Half Shell Sò New Zealand 2 LB/PKG \$11.99	Fresh Kingfish Steak Cá Thu Tươi Cắt Lát LB \$9.99	Head-on Patagonian Pink Shrimp Tôm Hồng Nguyên Đầu 10-20'S/LB \$6.99
TONGTONGBAY Frozen Cooked Mussel Meat Sò Luộc Đông Lạnh 1 LB/PKG \$4.99	Fresh Spanish Mackerel Cá Thu Áo Tươi LB \$3.99	Frozen Pollock Cá Minh Thái Đông Lạnh 700-800'S/LB \$2.99

THREE LADIES BRAND Jasmine Rice Gạo Thơm Hiệu 3 Cô Gái 25 LB \$24.99	PRIMA TASTE Singapore La Mian Premium Noodles Mì Singapore CHILLI CRAB/CURRY/LAKSA 5.6-6.5 OZ X 4 EA/PKG \$12.99	DATU PUTI Soy Sauce/Toyomansi Soy Sauce with Calamansi/Fish Sauce Nước Mắm, Nước Tương DATU PUTI 25.36 FL OZ \$3.49	LEE KUM KEE Canned Pure Sesame Oil Dầu Mè Nguyên Chất 55.7 FL OZ \$15.99	MAE PLOY Canned Coconut Cream Sữa Dừa Lon 19 FL OZ \$4.49	LEE KUM KEE Premium Abalone Sauce Sốt Bao Ngự SELECTED VARIETIES/7.8 OZ \$7.99	TWIN MARQUIS Jiaozi Dumpling with Pork & (Shrimp/Chinese Chive) Hải Cảo 16 OZ \$9.99	IRVINS Spicy Salted Egg/Black Pepper Salmon Skin Da Cá Hồi Trứng Muối 3.7 OZ \$7.99
WANT WANT Assorted Rice Crackers & Gummy Candy Gỏi Bánh Gạo Và Kẹo Dẻo 32.1 OZ \$13.99	YES Premium Plum Drink Nước Mắm 33.8 FL OZ \$2.99	STONYFIELD Organic Milk Sữa Tươi Hộp WHOLE/FAT FREE/LOW FAT/REDUCED FAT - 1.89 L \$4.99	LOACKER Quadratini Wafer Bánh Kẹp ALL VARIETIES/7.76-8.82 OZ \$3.99	JVR Stainless Steel Food Container Hộp Dụng Thực Phẩm Thép Không Gỉ 185 MM X 132 MM X 53 MM/700 ml \$8.99	Dish Rack Giá Đồ Dụng Chén Dĩa GREY(43.5 CM X 33.3 CM X 16.5 CM) \$21.99	HELLO! Electric Multi Cooking Pot Nồi Nấu Điện Đa Năng PASTEL PINK/BLUE(1.5 L)/EA \$24.99	Check Pattern Seat Cushion Gối Lót Ghế GREY/MINT/PINK(47 CM X 47 CM) \$7.99

CARROLLTON 2625 Old Denton Rd. #200, Carrollton, TX 75007	HOUSTON BLALOCK 1302 Blalock Rd. Houston, TX 77055	PLANO 3320 K Ave. Plano, TX 75074	HOUSTON BELLAIRE 9896 Bellaire Blvd. Houston, TX 77036	AUSTIN 11301 Lakeline Blvd. Austin, TX 78717	KATY 23119 Colonial Pkwy. Katy, TX 77449
---	--	---	--	--	--

During the editing process there may be mistypes or misprints. Each branch may be subject to limited availability, as well as their sale prices. Some products may be sold out. If the product is not listed as a boxed sale item, it cannot be purchased as a boxed unit. All H Marts accept every major credit card.