



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

Theo Sean & Tri Siu 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 46

2211

July 07, 2026

BỆNH VIỆN THẨM MỸ THANH VÂN
CHUYÊN KHOA PHẪU THUẬT THẨM MỸ



THANH VAN HOSPITAL
COSMETIC SURGERY

PHẪU THUẬT THẨM MỸ TOÀN DIỆN

*NÂNG NGỰC *CẮT MÍ MẮT

*HÚT MỠ *CĂNG DA *NÂNG MŨI

Áp dụng kỹ thuật hiện đại
Đường nét tự nhiên

KINH NGHIỆM HƠN

30 NĂM

TRONG NGÀNH THẨM MỸ VIỆT NAM



NHA KHOA THẨM MỸ

RĂNG SỬ THẨM MỸ - CẤY GHÉP
IMPLANT - ĐIỀU TRỊ TỔNG QUÁT

**KHOA DA LIỄU
THẨM MỸ NỘI KHOA**

CĂNG DA MẶT BẰNG CHỈ COLLAGEN
THERMAGE - FILLER - BOTOX

Hotline: (+84.28) 39 10 10 10

Số GP: 69/BYT-GPHĐ

33 G - H Nguyễn Bình Khiêm, P.Đa Kao, Q.1, TP.HCM

<https://thanhvanhospital.com/>

benhvienthanhvan@bvtv.vn

841-2233/1801



TP Plumbing & Renovation

1. Chuyên lắp đặt Hệ thống nước và Gas.
2. Thay thế và Nâng cấp đường ống nước (Re-piping).
3. Sửa chữa Hệ thống nước, Gas & Đường cống (Trong tường & Dưới đất).
4. Lắp đặt và Sửa chữa thiết bị gia dụng
 - Bình nước nóng (tank & tankless).
 - Máy lọc nước.
 - Máy xay rác, vòi nước, bồn cầu, bồn tắm, backflow (của hệ thống tưới cỏ),
5. Sửa chữa & Tân trang nhà (Remodeling).

Free estimate trong vòng 15mi tính từ chợ HONGKONG 4

FREE ESTIMATE FROM 15 - 20 MILES

TU (TIM) 832-866-5220

881-2201/1770

CONSTRUCTION LE LLC

CHUYÊN ĐẢM TRÁCH MỌI DỊCH VỤ VỀ NHÀ CỬA & CƠ SỞ THƯƠNG MẠI



- * Nhận build tất cả tiệm Nails, Nhà hàng, Văn phòng.
- * New home, room addition.
- * Complete Remodeling.
- * Nhận sửa chữa Kitchen, Bath, Cabinet, Counter top, Sinks, Tubs, Windows, Decks, Patios, Roofing.
- * Nhận lát gạch, sàn gỗ.
- * Đổ xi măng.
- * Làm hàng rào sắt, gỗ.

VIỆC LÀM BẢO ĐẢM - TẬN TÂM - ĐÚNG HẸN

XIN LIÊN LẠC: HOA LE **713-252-8602**

850-2196/1763

PLUMBING REPAIR



Thông cống, kitchen, toilet ... bị nghẹt
Sửa chữa hoặc thay mới các loại:

- ⇒ Vòi nước bị rỉ, chày trong hoặc ngoài.
- ⇒ Bình nước nóng.
- ⇒ Máy xay rác.
- ⇒ Máy rửa chén...

Việc làm bảo đảm
Giá cả phải chăng!

Repipe từ Galvaize sang Pex

XIN GỌI LỢI: 713-425-9288

492-2162/1730

TOM CONSTRUCTION

- * Nhận làm các dịch vụ điện, gas, nước
- * Remodeling kitchen, bathroom, patio
- * Nhận new build out & remodeling Nail Salon, Restaurant, văn phòng bác sĩ, etc.



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

664-2196/1764

GIAU PLUMBING

Chuyên về water heater/ shower faucet



- Ống nước dưới đất 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

BẢO ĐẢM - UY TÍN

XIN GỌI: ANH GIÀU 281-777-5668

832-495.5139



BB-AIR

Commercial and Residential

Chuyên Lắp Ráp & Sửa Chữa:

- Máy lạnh, máy sưởi
- Kho lạnh, tủ lạnh cơ sở thương mại
- Walk in Cooler and Freezer



Binh Bui 832.495.5139
LIC # TACLB118925C (Please text only)
Bbaircondition@yahoo.com

720-2208/1777

YÊN AUTO BODY & REPAIR

12157 Bellaire Blvd - Houston, TX 77072

Tel: **832-695-6666**

CHUYÊN:

- STATE INSPECTION
- SỬA CHỮA CÁC LOẠI XE
- LÀM ĐỒNG - SƠN



- ✓ NHẬN TẤT CẢ CÁC BẢO HIỂM
- ✓ ĐỊNH GIÁ MIỄN PHÍ
- ✓ KÉO XE MIỄN PHÍ (nếu sửa body xe tại tiệm)

Hơn 30 năm kinh nghiệm

CHUYÊN NGHIỆP - TẬN TÂM - UY TÍN

817-2201/1779

LINH NGUYEN - SỬA NHÀ

Chuyên sửa chữa:

- Nhà cửa - Điện - Nước ...

Free Estimate




XIN GỌI LINH NGUYEN: **832-588-1793**

743-2210/1778



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**



The New Degree of Comfort

- * 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 lãi.

Đặc biệt: 10% OFF cho Quý Cao Niên

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

Xin gọi: Vinh 832-659-3990





Trang Nguyễn
13408 TX-249, Suite A, Houston, TX 77086
Cell: 281-777-4287




- ❖ Bảo Hiểm Medicare
- ❖ Bảo Hiểm Du Lịch
- ❖ Bảo Hiểm Obamacare
- ❖ Long Term Care
- ❖ Bảo Hiểm Nhân Thọ
- ❖ SSA, SSI, Lương Hưu
- ❖ Bảo Hiểm Răng, Mắt
- ❖ Food Stamp, Chip
- ❖ Bảo Hiểm Nhà & Xe
- ❖ Hỗ Trợ Medicaid ...

Trung Quốc thử tên lửa ở Thái Bình Dương vài giờ sau khi liên minh Úc-Fiji được ký kết

Trung Quốc đã phóng thử một tên lửa đạn đạo tầm xa mang đầu đạn giả ra Thái Bình Dương, chỉ vài giờ sau khi Úc ký hiệp ước quốc phòng mới với Fiji.



Liên minh Đại dương Hòa bình biển Fiji trở thành liên minh chính thức thứ tư của Úc

Bắc Kinh gọi đây là "một phần thường lệ trong chương trình quân sự hàng năm của Trung Quốc", nhưng vụ phóng đã khiến các nước láng giềng như Nhật Bản, New Zealand và Úc phẫn nộ.

Canberra cáo buộc Trung Quốc "gây bất ổn" khu vực - mặc dù các quan chức cho biết họ không tin rằng vụ thử nghiệm là phản ứng đối với thỏa thuận an ninh mới của nước này.

Trong những năm gần đây, Úc đã nỗ lực củng cố quan hệ quốc phòng với các nước láng giềng Thái Bình Dương để đối phó với ảnh hưởng ngày càng tăng và sự bành trướng quân sự của Trung Quốc trong khu vực.

Bắc Kinh đã thông báo cho Canberra về kế hoạch tiến hành thử nghiệm tên lửa vài giờ trước đó, Bộ trưởng Quốc phòng Úc Richard Marles cho biết tại một cuộc họp báo hôm 6/7.

Ông Marles nói thêm rằng Úc "rất lo ngại về bất kỳ hành động nào làm suy yếu sự ổn định, hòa bình và an ninh của khu vực Thái Bình Dương".

Các chính phủ trong khu vực Ấn Độ Dương-Thái Bình Dương, bao gồm New Zealand, Nhật Bản và Papua New Guinea, đã được các quan chức Trung Quốc thông báo về ý định tiến hành các cuộc tập trận trên biển của quân đội họ vào hôm 6/7.

Ngoại trưởng New Zealand Winston Peters

gọi cuộc thử nghiệm là một "diễn biến không mong muốn và đáng lo ngại", và chính phủ của ông sẽ thảo luận về vấn đề này với các đối tác Thái Bình Dương. Nhật Bản cho biết họ đã "mạnh mẽ đề nghị" Trung Quốc xem xét lại động thái này sau khi được thông báo về vụ phóng 90 phút trước khi xảy ra.

Trung Quốc cho biết cuộc thử nghiệm tên lửa của họ - diễn ra hai năm sau lần thử nghiệm trước đó - là một phần của hoạt động huấn luyện quân sự "thường lệ" và "không nhắm vào bất kỳ quốc gia hoặc mục tiêu cụ thể nào".

"Hoạt động phóng tên lửa liên quan đã được tiến hành một cách an toàn, có quy định và chuyên nghiệp, và chúng tôi hy vọng rằng một số quốc gia sẽ không diễn giải quá mức về chúng," người phát ngôn Bộ Ngoại giao Trung Quốc Mao Ninh nói sau vụ phóng hôm 6/7.

Phát biểu với các phóng viên tại thủ đô Suva của Fiji, Ngoại trưởng Úc Penny Wong nói vụ thử nghiệm diễn ra "trong bối cảnh Trung Quốc đang tăng cường sức mạnh quân sự nhanh chóng" và có nguy cơ "gây bất ổn" khu vực.

Bà Wong có mặt tại thủ đô Fiji khi Úc chính thức ký kết hiệp ước với Fiji, Liên minh Đại dương Hòa bình. Đây là liên minh đầu tiên của Fiji và thứ tư của Úc - sau Hoa Kỳ, New Zealand và Papua New Guinea.

Hiệp ước này sẽ được hỗ trợ từ việc chính phủ Úc chi hơn 1 tỷ đô la trong một thập kỷ cho các biện pháp chống tội phạm xuyên quốc gia, cũng như y tế và cơ sở hạ tầng ở Fiji, Thủ tướng Úc Anthony Albanese tuyên bố.

Khi ký kết thỏa thuận với người đồng cấp Fiji, ông Albanese nói rằng đây là "một trong những nỗ lực quan trọng nhất" mà Canberra đã thực hiện với bất kỳ quốc gia nào.

Thủ tướng Fiji Sitiveni Rabuka đánh giá hiệp ước này là một "khoảnh khắc mang tính bước ngoặt" trong mối quan hệ giữa hai nước và đánh dấu "sự nâng tầm đáng kể trong quan hệ song phương".

Khi được các phóng viên hỏi liệu ông có dự đoán bất kỳ phản ứng tiêu cực nào từ Bắc Kinh hay không, ông Rabuka nói mình tin rằng Trung Quốc sẽ "hoan nghênh sự hợp tác này".

"Điều này không đe dọa mối quan hệ của Fiji với Trung Quốc cũng như mối quan hệ của Úc với Trung Quốc", ông nói trong bài phát biểu được đài truyền hình quốc gia ABC của Úc đưa tin.

Tuần trước, ông Albanese cũng đã ký hiệp ước chiến lược toàn diện đầu tiên của Úc với Vanuatu - sau nhiều tháng đàm phán - trong đó công nhận Úc là đối tác cảnh sát chính của Vanuatu và cấm thành lập bất kỳ căn cứ quân sự nước ngoài nào trên đảo quốc Thái Bình Dương này.

Ông Albanese sẽ tiếp tục chuyến đi Thái Bình Dương của mình vào ngày 7/7 tại Quần đảo Solomon, nơi ông sẽ gặp Thủ tướng Matthew Wale để tiếp tục đàm phán về một hiệp ước mới.

Ông Wale, người được bầu vào tháng Năm, là người từng có quan điểm cứng rắn với Trung Quốc và trong nhiều năm qua đã kịch liệt phản đối hiệp ước an ninh mà quần đảo Solomon đã ký với Trung Quốc vào năm 2022.

Trong chuyến thăm Úc tháng trước, ông đã nêu lên ý tưởng về một hiệp ước an ninh khu vực.

Nga để ngỏ khả năng rút khỏi Tổ chức An ninh và Hợp tác châu Âu

(VN+) - Ngoại trưởng Sergey Lavrov cho rằng OSCE không còn phát huy hiệu quả như một cơ chế hợp tác an ninh khu vực, đồng thời đề cập khả năng Nga rút khỏi tổ chức này trong tương lai.

Theo RIA Novosti, Ngoại trưởng Nga Sergey Lavrov cho rằng sẽ tốt hơn nếu nước này rời khỏi Tổ chức An ninh và Hợp tác châu Âu (OSCE) song nhấn mạnh quyết định này thuộc về Tổng thống Vladimir Putin.

Phát biểu tại Diễn đàn Primakov Readings, ông Lavrov nêu rõ: "Tất nhiên, OSCE là một tổ chức sống dở chết dở. Thành thật mà nói, tôi và Thủ tướng Ngoại giao Alexander Grushko đã trao đổi và tranh luận về vấn đề này. Quyết định thuộc về Tổng thống nhưng tôi chắc chắn sẽ rời khỏi tổ chức này nếu không vì một điều - những nước khác sẽ không rời khỏi nó".

Theo đó, ông Lavrov mô tả tổ chức an ninh khu vực này là "một diễn đàn nơi mọi người công khai bôi nhọ tên tuổi của bạn ngay trước mặt bạn... trong khi bạn vẫn có cơ hội phản bác bằng các sự thật".



TIN THẾ GIỚI

Sập tòa nhà ở thủ đô Athens (Hy Lạp), nhiều người bị mắc kẹt

(VN+) - Theo thông báo của lực lượng cứu hỏa Hy Lạp, ít nhất bốn người đã bị mắc kẹt sau khi một tòa nhà chung cư 4 tầng bị sập ở trung tâm thủ đô Athens.

Vụ việc xảy ra tại số 22 đường Alkminis, khu dân cư đông đúc Petralona, ở trung tâm thủ đô Athens của Hy Lạp, dẫn đến một chiến dịch tìm kiếm và cứu hộ đô thị khẩn cấp. Theo đó, một chiến dịch cứu hộ khẩn cấp quy mô lớn đã được triển khai. Các lực lượng tìm kiếm, cứu hộ, cảnh sát, cứu hỏa, cấp cứu... đã được điều đến hiện trường vụ sập tòa nhà để tham gia chiến dịch.

Đoạn video được chiếu trên các phương tiện truyền thông địa phương cho thấy nhiều công nhân đang lùng sục trong đống đổ nát để tìm kiếm dấu hiệu sự sống. Hiện chưa rõ nguyên nhân vì sao tòa chung cư 4 tầng với 7 căn hộ ở khu phố Petralona lại bị sập.



Sau đó, 4 người - được báo cáo bị mắc kẹt trong vụ tòa nhà bị sập trước đó - đã được tìm thấy an toàn. Tuy nhiên, dịch vụ khẩn cấp địa phương cho biết hoạt động cứu hộ vẫn tiếp tục được triển khai nhằm tìm kiếm những người có thể còn bị mắc kẹt. Các đội cứu hộ cùng chó nghiệp vụ đã tìm kiếm trong đống đổ nát, trong khi các lực lượng khác đang trong tình trạng sẵn sàng.

Theo các phương tiện truyền thông địa phương, có một công trình đang xây dựng ở tòa nhà liền kề.

Được biết, tòa nhà 4 tầng - được xây dựng vào những năm 1970 và là nơi sinh sống của 6 gia đình - đã bị sập trong quá trình phá dỡ một khu đất bỏ hoang gần đó. Cư dân cho biết họ nghe thấy tiếng động tương tự như động đất.

Phó Thị trưởng Athens - ông Panagiotis-Paris Harlaftis - cho biết cuộc điều tra ban đầu cho thấy vụ sập nhà là do sai sót trong quá trình thi công gần đó.

Ông nói: "Trong quá trình đào móng, chắc hẳn đã xảy ra sai sót và dẫn đến vụ sập tòa nhà".

Năm người - bao gồm nhà thầu, kỹ sư xây dựng, chủ sở hữu bất động sản và hai công nhân - đã bị bắt giữ để lấy lời khai về công trình và giấy phép. Sau đó, họ đã bị tạm giam để phục vụ công tác điều tra.

Chính quyền thành phố Athens đã bố trí chỗ ở tạm thời cho cư dân bị ảnh hưởng bởi vụ sập

tòa nhà này.

Kêu gọi tạm đình chỉ Hệ thống Xuất nhập cảnh Schengen

(VN+) - Nhiều tổ chức đại diện cho sân bay và hãng hàng không châu Âu đã kêu gọi EC cho phép các nước thành viên tạm thời đình chỉ áp dụng Hệ thống Xuất nhập cảnh Schengen (EES).

Hội đồng Sân bay châu Âu, Hiệp hội Các hãng hàng không châu Âu và Hiệp hội Vận tải Hàng không Quốc tế đã kêu gọi Ủy ban châu Âu (EC) cho phép các nước thành viên tạm thời đình chỉ áp dụng Hệ thống Xuất nhập cảnh Schengen (EES) trong mùa cao điểm du lịch hè, quay lại hệ thống đóng dấu hộ chiếu thủ công.

Hệ thống Xuất nhập cảnh Schengen được đưa vào vận hành từ tháng 4 năm nay trên toàn bộ khu vực Schengen. EES thay thế việc đóng dấu hộ chiếu đối với phần lớn công dân ngoài EU bằng hệ thống điện tử ghi nhận thông tin xuất nhập cảnh cùng dữ liệu sinh trắc học. Hệ thống được kỳ vọng tăng cường an ninh biên giới, phát hiện người lưu trú quá hạn và hiện đại hóa công tác quản lý cửa khẩu.

Tuy nhiên, theo các doanh nghiệp hàng không, thời gian chờ làm thủ tục tại nhiều sân bay hiện lên tới 5 giờ vào giờ cao điểm, khiến nhiều hành khách bị lỡ chuyến bay nối chuyến. Các chuyến bay bị chậm khởi hành do hành khách còn mắc kẹt tại khu vực kiểm soát biên giới. Tình trạng này đặc biệt nghiêm trọng tại những sân bay nhỏ phục vụ các điểm du lịch.

Các sân bay châu Âu phục vụ thêm khoảng 40 triệu lượt hành khách trong tháng 7 và 8 so với hai tháng trước. Nếu không có biện pháp điều chỉnh, tình trạng ùn tắc có thể trở nên nghiêm trọng hơn, ảnh hưởng đến hình ảnh và sức cạnh tranh của du lịch châu Âu. Do đó, các tổ chức trên đề nghị EC cho phép các nước thành viên chủ động tạm ngừng áp dụng EES trong tháng 7 và tháng 8, khi lưu lượng hành khách vượt quá khả năng xử lý, đồng thời xây dựng cơ chế linh hoạt lâu dài để bảo đảm hoạt động thông suốt tại các cửa khẩu.

Đồng thời, EU được kêu gọi phối hợp với các nước thành viên và doanh nghiệp để hoàn thiện việc triển khai EES. Theo đó, nếu thời gian chờ tại cửa khẩu thường xuyên kéo dài từ 3 giờ trở lên, khoảng 1/3 du khách quốc tế sẽ ít có xu hướng lựa chọn khu vực Schengen, khiến châu Âu có nguy cơ mất khoảng 41 triệu lượt khách và 45,4 tỷ USD doanh thu du lịch trong năm 2026.

Đức buộc tội nghi phạm phá hoại đường ống Dòng chảy phương Bắc

(VN+) - Các công tố viên Đức đã khởi tố một nghi phạm trong vụ phá hoại đường ống dẫn khí đốt Dòng chảy phương Bắc nối Nga với châu Âu vào năm 2022.

Các công tố viên liên bang Đức xác nhận rằng một người đàn ông đã bị buộc tội liên quan

đến vụ nổ đường ống Dòng chảy phương Bắc. Truyền thông Đức đưa tin rằng người này là công dân Ukraine, được cho là người đứng đầu nhóm thực hiện vụ phá hoại đường ống. Họ nêu tên người đàn ông này là Serhii K., đồng thời cho biết ông ta chính là nghi phạm đã bị bắt giữ vào mùa hè năm 2025 tại Italy và bị dẫn độ về Đức vào tháng 11 cùng năm.

Theo các báo cáo, Serhii K. bị buộc tội "tấn công vào cơ sở hạ tầng năng lượng dân sự, gây ra vụ nổ và phá hủy các công trình xây dựng". Hiện nghi phạm đang bị giam giữ tại Hamburg và sẽ ra hầu tòa tại đây.

Các nhà điều tra cho rằng Serhii K. là người chỉ huy trên chiếc du thuyền được sử dụng để thực hiện vụ phá hoại đường ống Dòng chảy phương Bắc. Bằng chứng thu thập được chống lại nghi phạm được mô tả là "rất thuyết phục", vì ông ta bị cáo buộc tự buộc tội mình trong các cuộc điện thoại gọi cho người thân và người quen khi đang bị giam giữ ở Italy.

"Một nhóm nhỏ người Ukraine núp bóng đi du ngoạn trên du thuyền đã đứng sau vụ phá hoại đường ống dẫn khí đốt Dòng chảy phương Bắc" - tờ Wall Street Journal (WSJ) đưa tin vào năm 2024. Kế hoạch cho nổ đường ống Dòng chảy phương Bắc nói trên được cho là tiêu tốn khoảng 300.000 USD (273.000 Euro) và liên quan đến một nhóm 6 người trên một chiếc du thuyền nhỏ đi thuê.



Hệ thống đường ống và thiết bị đóng ngắt tại trạm tiếp nhận khí đốt của đường ống Dòng chảy phương Bắc 2 qua Biển Baltic ở Lubmin, Đức, ngày 26/9/2022

Dòng chảy phương Bắc là mạng lưới đường ống chạy dưới Biển Baltic từ Nga đến Đức để cung cấp khí đốt tự nhiên cho khu vực Tây Âu, mang lại hàng tỷ USD cho ngân sách của Moscow. Thiệt hại đã làm gia tăng căng thẳng về cuộc chiến ở Ukraine, trong bối cảnh các nước châu Âu tìm cách giảm sự phụ thuộc vào nguồn năng lượng của Nga sau chiến dịch quân sự toàn diện của Điện Kremlin vào nước láng giềng.

Các vụ nổ đã làm vỡ đường ống dẫn khí đốt tự nhiên chính của Nga cho Đức, cho đến khi Moscow cắt nguồn cung vào cuối tháng 8/2022. Chúng cũng làm hư hại đường ống Dòng chảy phương Bắc 2. Đường ống này chưa bao giờ được đưa vào hoạt động vì Đức đã đình chỉ quá trình chứng nhận ngay trước khi xung đột Nga - Ukraine nổ ra vào tháng 2/2022.



TIN THẾ GIỚI

Australia tăng mạnh lệ phí xin thị thực du học và sau tốt nghiệp

(VN+) - Bất chấp việc các tổ chức trong ngành liên tục vận động nhằm giảm mức phí xuống dưới 2.000 AUD với lý do số lượng học viên sụt giảm, Australia vẫn tăng lệ phí thị thực loại này lên 2.050 AUD.

Theo phóng viên TTXVN tại Sydney, Chính phủ Australia vừa bất ngờ tăng mạnh lệ phí nộp đơn xin thị thực du học (phân nhóm 500) từ 2.000 AUD lên 2.500 AUD (từ 1383,41 USD lên 1729,26 USD).

Quyết định điều chỉnh này diễn ra ngay sau đợt tăng lệ phí xin thị thực gần nhất vào tháng 7/2025.

Một cấu trúc giá riêng biệt cũng được áp dụng đối với học viên tham gia các khóa học tiếng Anh cấp tốc dành cho du học sinh (ELICOS) thuộc phân nhóm thị thực 500.

Bất chấp việc các tổ chức trong ngành liên tục vận động hành lang nhằm giảm mức phí xuống dưới 2.000 AUD với lý do số lượng học viên sụt giảm và phần lớn các khóa học ELICOS mang tính chất ngắn hạn, Chính phủ Australia vẫn tăng lệ phí thị thực loại này lên 2.050 AUD, thay vì áp dụng mức sàn chung 2.000 AUD như trước đây.

Bên cạnh đó, lệ phí thị thực sau tốt nghiệp (phân nhóm 485 - thị thực tạm trú cho phép sinh viên quốc tế sống, học tập và làm việc tại Australia từ 1,5 đến 5 năm sau khi tốt nghiệp) tiếp tục tăng mạnh từ 4.600 AUD lên 5.750 AUD.

Đây là mức tăng phí kỷ lục, lên tới 25% và là lần điều chỉnh tăng thứ 2 chỉ trong vòng 4 tháng qua.

Bình luận về động thái này, ông Jesse Gardner-Russell, Chủ tịch Hội đồng Các hiệp hội học viên sau đại học Australia (CAPA), cho rằng việc thu phí đối với những người đã chuẩn bị rời khỏi Australia sau khi tốt nghiệp là một công cụ sai lầm nếu mục tiêu của chính phủ nước này là quản lý lượng người nhập cảnh.

Ông Gardner-Russell nhấn mạnh: “Sinh viên quốc tế không phải là nguồn tài nguyên để khai thác, vắt kiệt giá trị rồi chuyển ra nước ngoài giống như quặng sắt. Họ là thành phần thiết yếu trong sức mạnh mềm toàn cầu của Australia và là một phần trong cộng đồng đa văn hóa của chúng tôi”.

Trong khi đó, Phó Chủ tịch CAPA Richard Lee cảnh báo các đợt tăng chi phí lưu trú đột xuất đang gửi đi thông điệp tới những sinh viên tốt nghiệp xuất sắc rằng Australia là một nơi “thiếu ổn định” để xây dựng tương lai.

Biện pháp tăng phí thị thực đối với du học sinh nằm trong kế hoạch nâng mức phí diện rộng của chính quyền Australia đối với hầu hết các danh mục thị thực chính, bao gồm thị thực lao động tay nghề cao, thị thực diện vợ chồng/bạn đời và thị thực lao động kết hợp kỳ nghỉ.

Theo ông Weihong Liang, Chủ tịch Hội đồng Đại diện sinh viên quốc tế tại Australia (ISRC), việc thực thi chính sách một cách công bằng đòi hỏi phải có thông báo trước, có các thỏa thuận chuyển tiếp và sự tôn trọng đối với du học sinh.

Ông khẳng định không thể bắt sinh viên quốc tế phải gánh chịu các khoản chi phí đột ngột liên quan đến chính sách mà không có bất kỳ cảnh báo nào.

Australia và Vanuatu ký thỏa thuận lịch sử

(VN+) - Australia và Vanuatu ký Hiệp định Nakamal lịch sử, trong đó khẳng định Australia là đối tác hàng đầu của Vanuatu và Vanuatu không cho phép nước ngoài xây dựng căn cứ quân sự trên lãnh thổ của mình.

Thỏa thuận không chỉ giúp Australia củng cố vai trò là đối tác quan trọng hàng đầu của Vanuatu mà còn giảm bớt lo ngại của nước này về khả năng Vanuatu cho phép nước ngoài đặt căn cứ quân sự trên lãnh thổ của mình, nơi cách lục địa Australia khoảng 1.800 km.

Thủ tướng Australia Anthony Albanese khẳng định, thỏa thuận này nhằm bảo vệ an ninh của hai nước và của cả khu vực: “Thỏa thuận của chúng tôi phản ánh vai trò của Australia với tư cách là đối tác kinh tế, an ninh và phát triển lớn nhất, toàn diện nhất của Vanuatu. Chúng tôi luôn coi trọng trách nhiệm này. Trên hết, thỏa thuận này được xây dựng dựa trên quan hệ đối tác bình đẳng. Chúng tôi đã ký một thỏa thuận cân bằng nhằm bảo vệ an ninh tập thể và an ninh cũng như chủ quyền của từng quốc gia...”

Thỏa thuận thể hiện quyết định chủ quyền của Vanuatu không cho phép lãnh thổ của mình được sử dụng làm căn cứ quân sự hoặc hạ tầng cho nước ngoài, đồng thời các hạ tầng quan trọng của Vanuatu không bị quân sự hóa”.



(Từ trái qua) Thủ tướng Australia Anthony Albanese và Thủ tướng Vanuatu Jotham Napat

Cụ thể, trong khuôn khổ thỏa thuận Nakamal, Australia cam kết sẽ hỗ trợ đào tạo, cung cấp trang thiết bị cho lực lượng cảnh sát Vanuatu cũng như tăng cường hợp tác trong an ninh hàng hải, cơ sở hạ tầng, hợp tác tình báo và hỗ trợ an ninh mạng.

Đồng thời, Australia cũng hợp tác với

Vanuatu trong quá trình chuyển đổi năng lượng, cung cấp cho Vanuatu các giải pháp để các dạng năng lượng tái tạo có thể kết nối lưới điện. Australia cũng sẽ tạo điều kiện thuận lợi hơn cho người dân Vanuatu đến nước này và giúp thiết lập một chương trình đào tạo tay nghề và kỹ năng cho người lao động Vanuatu.

Về phía Vanuatu, nước này cam kết ưu tiên hợp tác cảnh sát với các quốc gia thành viên Diễn đàn các quần đảo Thái Bình Dương; không cho phép nước ngoài đặt căn cứ quân sự và cơ sở hạ tầng trên lãnh thổ của mình; đảm bảo cơ sở hạ tầng quan trọng của Vanuatu không bị quân sự hóa hay can thiệp của nước ngoài hoặc bị tiếp cận trái phép. Vanuatu cũng khẳng định sẽ tham khảo ý kiến của Australia khi xem xét sự tham gia của bên thứ ba vào cơ sở hạ tầng trọng yếu của nước này.

Thủ tướng Vanuatu Jotham Napat khẳng định Vanuatu và Australia là láng giềng thân thiết, là đối tác tin cậy và bạn bè lâu năm.

Trong bối cảnh này, Hiệp định Nakamal mà hai nước ký kết tái khẳng định cam kết chung của hai nước trong việc tiếp tục tăng cường quan hệ đối tác toàn diện dựa trên sự tôn trọng lẫn nhau, lòng tin và tầm nhìn chung về một khu vực Thái Bình Dương hòa bình, ổn định và thịnh vượng.

Liên tiếp xảy ra 2 vụ nổ súng trên cùng tuyến phố tại Hà Lan

(VN+) - Vụ nổ súng xảy ra vào khoảng 5h30 ngày 3/7 trên tuyến phố Nieuwe Binnenweg thuộc thành phố Rotterdam; nạn nhân bị thương nặng và đã tử vong không lâu sau đó tại bệnh viện.

Cảnh sát Hà Lan cho biết đã bắt giữ 7 nghi phạm sau vụ nổ súng khiến 1 người thiệt mạng tại trung tâm thành phố Rotterdam vào sáng sớm 3/7 theo giờ địa phương.

Theo cảnh sát, vụ nổ súng xảy ra vào khoảng 5h30 ngày 3/7 (theo giờ địa phương, tức khoảng 11h30 theo giờ Việt Nam) trên tuyến phố Nieuwe Binnenweg thuộc thành phố trên.

Người dân trong khu vực cho biết đã nghe thấy nhiều tiếng súng trước khi lực lượng cứu hộ và cảnh sát có mặt tại hiện trường.

Trong thông báo, cảnh sát cho biết nạn nhân bị thương nặng trong vụ việc và đã tử vong không lâu sau đó tại bệnh viện. Cảnh sát chưa công bố danh tính của nạn nhân.

Hiện cảnh sát đã bắt giữ 7 nghi phạm để phục vụ công tác điều tra.

Đây là vụ nổ súng thứ hai tại tuyến phố này chỉ trong hơn 24 giờ qua. Trước đó, vào rạng sáng 2/7 theo giờ địa phương, cũng trên phố Nieuwe Binnenweg, một người đàn ông đã bị bắn vào cổ và chân.

Nạn nhân được đưa đến bệnh viện trong tình trạng nguy kịch. Đến nay, cảnh sát vẫn chưa thông báo về bất kỳ vụ bắt giữ nào liên quan đến vụ việc này.



TIN THẾ GIỚI

Mỹ cắt giảm viện trợ, tỷ lệ trẻ em suy dinh dưỡng tại Nepal ở mức báo động

(VNE) - Những thành quả đạt được sau hơn 20 năm nỗ lực giảm tỷ lệ tử vong ở trẻ em tại Nepal đang đứng trước nguy cơ bị đảo ngược sau khi Cơ quan Phát triển Quốc tế Mỹ (USAID) ngừng tài trợ cho các chương trình dinh dưỡng tại quốc gia Nam Á này.

Theo kết quả cuộc khảo sát lớn nhất từ trước đến nay đối với trẻ em dưới 5 tuổi do chính phủ Nepal thực hiện, tình trạng suy dinh dưỡng ở trẻ em tại nước này đang ở mức “đáng báo động”.

Cụ thể, chính phủ Nepal đã triển khai chương trình sàng lọc trong tháng 5 vừa qua, với hơn một triệu trẻ em từ 6 tháng đến 5 tuổi đã được cân, đo chiều cao. Kết quả cho thấy 7,8% trẻ bị suy dinh dưỡng thể gầy còm, 1,6% bị suy dinh dưỡng cấp tính nặng và 17,4% trẻ thiếu cân.

Đáng chú ý, tại tỉnh Madhesh, giáp biên giới Ấn Độ, tỷ lệ trẻ suy dinh dưỡng thể gầy còm lên tới 12,3%, vượt ngưỡng 10% mà Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) xếp vào mức cao và cần can thiệp khẩn cấp. Tỷ lệ trẻ thiếu cân tại địa phương này cũng lên tới 24,2%.



Trẻ em ở Nepal

Các số liệu được công bố chỉ hơn một năm sau khi Cơ quan Phát triển Quốc tế Mỹ (USAID) chấm dứt tài trợ cho các chương trình dinh dưỡng tại Nepal. Theo các chuyên gia y tế, trẻ em suy dinh dưỡng có nguy cơ tử vong cao gấp 12 lần so với trẻ bình thường và kết quả khảo sát cho thấy Nepal đang đối mặt với tỷ lệ suy dinh dưỡng cấp tính ở mức đáng lo ngại. Nhiều lo ngại cho rằng, những thành quả trong hơn 20 năm qua về giảm tử vong trẻ em đang đứng trước nguy cơ đổ vỡ.

Nepal từng được đánh giá là một trong những quốc gia thành công nhất trong việc cải thiện sức khỏe trẻ em, khi tỷ lệ tử vong ở trẻ dưới 5 tuổi giảm khoảng 72% trong giai đoạn 1996-2022. Tuy nhiên, các chuyên gia cho rằng đà tiến bộ này đang chững lại do nguồn lực dành cho các chương trình dinh dưỡng sụt giảm.

Theo kế hoạch trước đây, Tổ chức phi chính phủ Helen Keller International của Mỹ tại Nepal có thể nhận 72 triệu USD từ Cơ quan Phát triển Quốc tế Mỹ trong giai đoạn 2025-2030 để triển khai các chương trình dinh dưỡng tại 48 quận, phục vụ gần 9 triệu người. Sau khi nguồn tài trợ bị

cắt, tổ chức này chỉ huy động được gần 5 triệu USD từ các nhà tài trợ khác, đủ để hỗ trợ khoảng 223.000 người tại 9 quận.

Dù chính phủ Nepal vẫn duy trì nguồn cung thực phẩm điều trị suy dinh dưỡng (RUTF), song nhiều hoạt động tiếp cận cộng đồng như phát hiện sớm, theo dõi và đưa trẻ đến điều trị đã bị gián đoạn do thiếu kinh phí. Theo UNICEF, hiện chỉ khoảng 35% trẻ dưới 5 tuổi bị suy dinh dưỡng thể gầy còm tại Nepal được tiếp cận điều trị.

Ngoài việc thiếu nguồn viện trợ, các chuyên gia cho rằng giá lương thực tăng cao, hạn chế về nước sạch, bất bình đẳng giới và khả năng tiếp cận dịch vụ y tế đang khiến cuộc chiến chống suy dinh dưỡng tại Nepal trở nên khó khăn hơn.

NATO sắp công bố hợp đồng quốc phòng trị giá hàng tỷ USD

(VN+) - Tổng thư ký Tổ chức Hiệp ước Bắc Đại Tây Dương (NATO) Mark Rutte vừa thông báo liên minh sẽ công bố các hợp đồng quốc phòng mới trị giá hàng chục tỷ USD tại Hội nghị thượng đỉnh diễn ra ở Ankara vào tháng 7.

Phát biểu tại Hội đồng Đại Tây Dương, ông Rutte nhấn mạnh sự trỗi dậy của một “cuộc cách mạng công nghiệp quốc phòng”. Các tập đoàn hàng đầu như Lockheed Martin, Boeing và Northrop Grumman, cùng nhiều công ty công nghệ mới, đang đẩy mạnh sản xuất để đáp ứng nhu cầu an ninh cấp bách.

“Chúng tôi sẽ công bố các hợp đồng mới trị giá hàng chục tỷ USD, và khi các ngành công nghiệp của chúng ta từ Arlington (Mỹ) đến Ankara (Thổ Nhĩ Kỳ) hợp lực và đẩy mạnh nguồn cung, kết quả không chỉ là cải thiện an ninh. Chúng ta đang trong giai đoạn đầu của một cuộc cách mạng công nghiệp quốc phòng, điều này sẽ giúp tăng trưởng kinh tế và hỗ trợ hàng trăm nghìn việc làm ở cả hai bờ Đại Tây Dương”, Tổng thư ký NATO cho hay.

Ông Rutte cũng xác nhận Tổng thống Ukraine Volodymyr Zelensky sẽ tham dự hội nghị tại Ankara. Đây là thông điệp mạnh mẽ gửi tới Nga về cam kết bền bỉ của liên minh.

Tổng thư ký NATO cho biết: “Tổng thống Zelensky sẽ tham gia cùng chúng ta tại Ankara và tôi mong muốn chứng minh cho ông ấy cũng như toàn thể người dân Ukraine thấy rằng sự hỗ trợ của chúng ta là bền bỉ, đồng thời nhắc nhở Tổng thống Putin rằng chúng ta sẽ không đi đâu cả”.

Chuyến thăm Mỹ của ông Rutte diễn ra trong bối cảnh NATO đối mặt với căng thẳng liên quan đến cuộc chiến tại Iran và lo ngại về khả năng Mỹ rút quân khỏi châu Âu. Ngoài ra, Tổng thư ký cũng làm rõ những tranh cãi về vai trò của Italy trong hoạt động quân sự của Mỹ. Ông khẳng định Italy đang thực hiện nghiêm túc các thỏa thuận song phương, nhưng không vượt quá phạm vi cam kết kỹ thuật và hậu cần.

Dù Tổng thống Mỹ Donald Trump từng hoài nghi về vai trò của NATO, ông Rutte bày tỏ tin

tương liên minh đang ngày càng gắn kết và mạnh mẽ hơn trước những thách thức an ninh hiện nay. Hội nghị thượng đỉnh vào ngày 7-8/7 tới đây được kỳ vọng sẽ là dấu mốc quan trọng để định hình lại tương lai và sự thống nhất của liên minh quân sự lớn nhất thế giới này.

Mỹ-EU đối mặt bất đồng mới liên quan quy định phát thải methane

(VN+) - Liên minh châu Âu (EU) khẳng định khối này sẽ không chịu sức ép từ Mỹ và các nước xuất khẩu khí tự nhiên hóa lỏng (LNG) khác trong việc sửa đổi các quy định nhằm kiểm soát phát thải methane.

Bộ trưởng Năng lượng Mỹ Chris Wright cảnh báo Liên minh châu Âu (EU) rằng nguồn cung khí đốt của Mỹ có thể chuyển sang các thị trường khác nếu khối này không nới lỏng các quy định liên quan đến khí methane, một loại khí nhà kính có khả năng gây nóng lên toàn cầu mạnh hơn khí Co2. Phát biểu bên lề một hội nghị tại New York, ông Wright cho biết nếu EU không cải cách đáng kể quy định hiện hành, châu Âu sẽ phải đối mặt với những tác động nghiêm trọng không cần thiết. Ông nói: “Đây không phải là vấn đề leo thang căng thẳng. Năng lượng của chúng tôi vẫn sẽ được tiêu thụ, nhưng sẽ chảy đến những nơi khác”.

Tuyên bố của ông được đưa ra sau khi Ủy viên Năng lượng Liên minh châu Âu (EU) Dan Jorgensen khẳng định khối này sẽ không chịu sức ép từ Mỹ và các nước xuất khẩu khí tự nhiên hóa lỏng (LNG) khác trong việc sửa đổi các quy định nhằm kiểm soát phát thải methane.

Trước đó, Mỹ đã cảnh báo EU rằng các quy định quá phức tạp cùng nguy cơ bị phạt có thể ảnh hưởng tiêu cực đến hoạt động thương mại. Các bộ trưởng năng lượng EU dự kiến sẽ thảo luận về quy định này tại cuộc họp ở Luxembourg.

EU ngày càng phụ thuộc vào nguồn cung năng lượng từ Mỹ trong nỗ lực thay thế khí đốt của Nga sau khi xung đột tại Ukraine bùng phát năm 2022. Tuy nhiên, việc cắt giảm phát thải methane cũng là một trong những trụ cột quan trọng trong chiến lược khí hậu của khu vực.

Sự khác biệt trong chính sách khí hậu giữa EU và Mỹ, trong bối cảnh Washington cam kết tăng sản lượng nhiên liệu hóa thạch, đang trở thành một điểm gây căng thẳng giữa hai bên.

Bên cạnh đó, việc theo dõi phát thải methane tại Mỹ cũng gặp nhiều khó khăn do hệ thống khai thác trải rộng trên nhiều khu vực sản xuất khác nhau.

Các nhà xuất khẩu cho rằng nguy cơ bị xử phạt khi không đáp ứng quy định của EU đang làm chậm quá trình ký kết các hợp đồng mới.

Lập trường của ông Wright khác biệt rõ rệt so với chính quyền cựu Tổng thống Mỹ Joe Biden. Năm 2021, Mỹ và EU từng cùng khởi động sáng kiến “Cam kết Toàn cầu về Khí methane”, đặt mục tiêu cắt giảm ít nhất 30% lượng phát thải methane vào năm 2030 so với mức của năm 2020.



Trung Tâm Dịch Vụ

PACIFIC

KHAI THUẾ & KẾ TOÁN

- * Khai thuế lợi tức cá nhân, cơ sở thương mại.
- * Lập hồ sơ mua bán, giữ sổ sách cho các cơ sở thương mại.
- * Thay mặt thân chủ giải quyết các hồ sơ khó khăn & rắc rối với sở thuế.
- * Xin giảm thuế nhà.
- * Lấy thuế tối đa, hợp pháp, chính xác.

XIN TRỢ CẤP AN SINH XÃ HỘI

- * Medical, Food Stamp, Chip (Bảo đảm được chấp thuận).
- * SSI - SSA - Trợ cấp tiền bệnh, tàn tật, tiền hưu (có chuyên viên đưa đón đại diện thân chủ trong cuộc phỏng vấn).
- * Khiếu nại xin tăng tiền SSI và Food Stamp (bảo đảm được mức tối đa).

DI TRÚ & NHẬP TỊCH

- * Hồ sơ bảo lãnh cha mẹ, vợ chồng, con cái, hôn phu, hôn thê.
- * Xin quốc tịch, thẻ xanh, giấy đi làm.
- * Theo dõi hồ sơ di trú còn dở dang hay gặp khó khăn.

11360 Bellaire Blvd Ste 820 Houston, TX 77072

(khu Tượng Đài Chiến Sĩ)

Phone: 281-530-4000

Cell: 832-640-5006

KẾT QUẢ - TẬN TÂM - NHANH CHÓNG

THIM HING

Sandwich

10905 Bellaire Blvd. & 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
- * Xiu 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 Hoàn Thánh

THIM HING Kính mời

LUCKY J

STARTING **MAY 1**

We will offer **\$10 /HR CASHBACK FOR PLAYING POKER**

10H MIN/40H MAX • COLLECTED WEEKLY

COMPLIMENTARY **FOOD & DRINKS**

ALCOHOL AVAILABLE **21+** MEMBER ONLY

PLAY MORE. EARN MORE. LUCKY J.

LUCKY J *Social Club*

REFER A FRIEND

GET **\$50 FOR YOU**

GET **\$25 FOR YOUR FRIEND**

AFTER THEY PLAY FOR AN HOUR.

MORE FRIENDS MORE FUN | MORE REWARDS MORE VALUE | MORE PLAY MORE WINS

POKER (LUCKY J)

OMAHA (4 CARDS PLO) - TEXAS HOLD'EM (2 CARDS) - BOMB POT (5 CARDS PLO)

BAD BEAT JACKPOT: HOLD'EM \$80K, MINI HOLD'EM \$7K, PLO \$26.5K, BOMB POT \$2.3K. TĂNG LÊN MỖI NGÀY

ĐẶC BIỆT POKER LUCKY J CÓ BÀN BOMB POT 5 CARD CHỈ TỐN \$5 ĐỂ CHƠI, KHÔNG TÍNH TIỀN GIỜ

ĐỒ ĂN VÀ NƯỚC UỐNG MIỄN PHÍ CHƠI POKER (KHÔNG TÍNH TIỀN GIỜ)

KHÁCH CHƠI POKER ĐƯỢC HOÀN LẠI \$10/GIỜ TỐI THIỂU 10 GIỜ - TỐI ĐA 40 GIỜ.

WEEKLY TOURNAMENT SCHEDULE

THỨ HAI: \$2K GTD BOM POT @6:30PM, BUY IN \$20

THỨ BA: \$2.5K POT LIMIT OMAHA 5 @6:30PM, BUY IN \$20

THỨ TƯ: \$3K BOM POT @6:30PM, BUY IN \$40

THỨ NĂM: \$3.5K GTD POT LIMIT OMAHA 5 @6:30PM, BUY IN \$40

THỨ SÁU: 4K GTD BOM POT @6:30PM, BUY IN \$60

NGƯỜI LẦN ĐẦU TIÊN TỚI CHƠI POKER MUỐN BIẾT CHƯƠNG TRÌNH KHUYẾN MÃI ĐẶC BIỆT TIỀN THƯỞNG XIN LIÊN LẠC ANH DANG 346-631-1779.

LUCKY J 9371 Richmond Ave., Houston, TX 77063
info@luckyjsocialclub.com | (713) 434-6161
LuckyJSocialClub.com

POKER ATLAS @LUCKYJSOCALCLUB

Đồ uống nào giúp giảm axit uric một cách tự nhiên?

Nồng độ axit uric cao trong máu (hay tăng axit uric máu) có thể dẫn đến viêm đau khớp, bệnh gout...

Axit uric là sản phẩm chuyển hóa tự nhiên khi cơ thể phân hủy một số loại thực phẩm nhất định. Khi có quá nhiều axit uric, sẽ gây lắng đọng vào các khớp gây viêm ở những vị trí cụ thể, cũng như đau cấp tính, khiến việc đi lại trở nên khó khăn. Đây là một loại viêm khớp (hay còn gọi là bệnh gout).

Dưới đây là một số loại đồ uống giúp kiểm soát nồng độ axit uric:

1. Nước chanh giúp giảm axit uric

Một số nghiên cứu đã chứng minh rằng, việc tăng cường bổ sung vitamin C sẽ giúp loại bỏ axit uric dư thừa ra khỏi máu một cách dễ dàng. Chanh giàu vitamin C có tác dụng hỗ trợ hòa tan axit uric. Ngoài chanh, các thực phẩm giàu vitamin C như ổi, cam cũng là lựa chọn rất tốt để giảm nồng độ axit uric trong cơ thể.

Các chuyên gia cho biết, ngay cả những người có nồng độ axit uric bình thường cũng có thể được hưởng lợi từ việc uống nước chanh để cân bằng axit trong máu.

2. Giấm táo

Giấm táo đã được sử dụng như một liệu pháp thay thế trong nhiều thập kỷ cho nhiều vấn đề sức khỏe và có lợi cho người bị tăng axit uric máu.

Được làm từ táo lên men, giấm táo là một lựa chọn dùng khi có quá nhiều axit uric tích tụ trong máu. Thành phần chính trong giấm táo là axit malic, không chỉ hỗ trợ phân hủy axit uric mà còn đào thải axit uric ra khỏi cơ thể. Mỗi ngày, hãy thêm một thìa giấm táo hữu cơ vào cốc nước rồi uống.

3. Sữa nghệ

Sữa nghệ giúp chống viêm và kiểm soát nồng độ axit uric cao. Curcumin là chất hóa học hoạt động mạnh nhất trong nghệ, chịu trách nhiệm cho khả năng chống viêm mạnh mẽ và kiểm soát nồng độ axit uric cao. Curcumin tan trong chất béo, nên cần phải dùng curcumin cùng với chất béo hoặc lipid kết hợp với hạt tiêu đen để cơ thể hấp thụ hiệu quả.

4. Nước ép dưa chuột

Uống nước ép dưa chuột với một chút chanh có thể giúp giải độc gan, thận và làm giảm nồng độ axit uric trong máu. Điều này là do sự hiện diện của kali và photpho giúp giải độc thận và tăng cường chức năng thận. Dưa chuột chứa 90% là nước, giúp đào thải độc tố, bao gồm cả axit uric.

5. Nước ép cà rốt

Uống nước ép cà rốt tươi với một chút nước cốt chanh có thể giúp kiểm soát nồng độ axit uric cao. Điều này là do nước ép cà rốt có chất chống

oxy hóa, vitamin A, chất xơ, beta carotene, khoáng chất giúp giảm tổn thương do axit uric cao gây ra.

Ngoài ra, thêm nước cốt chanh vào thức uống này làm gia tăng lợi ích. Chanh cũng chứa nhiều chất chống oxy hóa, vitamin C giúp tăng cường khả năng miễn dịch và tái tạo tế bào một cách tự nhiên.

6. Nước ép dưa hấu

Dưa hấu không chỉ là món ăn bổ dưỡng mà còn là vũ khí chống lại axit uric cao. Loại quả này chủ yếu là nước, giúp thận đào thải axit uric dư thừa hiệu quả. Xay hoặc ép dưa hấu rồi uống vừa cung cấp nước cho cơ thể, vừa giúp kiểm soát nồng độ axit uric.

7. Trà gừng

Uống trà gừng hàng ngày có thể giúp giảm nồng độ axit uric. Điều này là do đặc tính chống viêm và chữa lành của gừng. Hơn nữa, chất chống oxy hóa và khoáng chất trong gừng có thể giúp giảm đau khớp đồng thời giảm đau nhức cơ thể một cách tự nhiên.

Đun sôi một vài lát gừng tươi trong nước, thêm một ít mật ong và thưởng thức.

8. Trà xanh

Trà xanh chứa nhiều chất chống oxy hóa, giúp tăng cường khả năng miễn dịch. Các hợp chất hoạt tính sinh học trong loại trà này còn giúp giảm axit uric một cách tự nhiên (loại bỏ axit uric dư thừa). Uống trà xanh thường xuyên còn mang lại nhiều lợi ích khác cho cơ thể. ■



TD Advisor, P.C.

Certified Public Accountant

6918 Corporate Dr, Ste A15, Houston, TX 77036
Tel: 281.799.4967 / Fax: 281.530.8845
 Email: tudotax@yahoo.com



Tu D. Do, CPA



At TD Advisor, Quality Service and Confidentiality are the Keys to Our Success in Building Strong and Long - Term Client Relationships.

Having IRS Problems or Delinquent Tax Returns
 Please Call TD Advisor, P.C.

We Offer Clients Experience in the Specified Tax Needs of a Variety of Industries including Construction, Financial Services, Health Care, Manufacturing, Retail & Distribution, Professional Services and Real Estate.

- * Bookkeeping & Payroll Services
- * Tax Planning & Return Preparation for Federal & States
- * Taxing Authority Representation
- * Buying or Selling a Business Consultation
- * Type of Business entity Selection (LLC, S. Corporation, LP & etc...)
- * Personal Financial Statements
- * Estate Planning
- * Quickbooks Accounting System Set up, Review & Training

The CPA You Trust

A Member of AICPA and Texas Society of Certified Public Accountants

Tiết lộ bất ngờ về tuổi thọ qua tốc độ mọc của móng tay

Nếu bạn đang tự hỏi mình sẽ sống được bao lâu, câu trả lời có thể nằm ngay trong tầm tay bạn. Theo một bác sĩ chuyên khoa tuổi thọ, móng tay có thể cho biết bạn đang lão hóa tốt như thế nào.

Theo Giáo sư - Tiến sĩ David Sinclair, chuyên gia di truyền học tại Trường Y Harvard (Mỹ), móng tay thực sự là dấu hiệu rõ ràng về độ tuổi sinh học của bạn.

"Tốc độ mọc móng tay là một chỉ báo thực sự tốt về việc bạn đang lão hóa hay không lão hóa. Mỗi khi phải cắt móng tay, tôi lại nghĩ 'Mình đã cắt móng tay bao lâu rồi?'" Tiến sĩ Sinclair nói.

TS Sinclair đã trích dẫn một báo cáo, trong đó các nhà nghiên cứu gắn các thước dây nhỏ vào 271 cá nhân và theo dõi sự phát triển của móng tay của họ trong nhiều năm. Họ phát hiện ra rằng tốc độ phát triển của móng tay giảm khoảng 0,5% mỗi năm bắt đầu từ tuổi 30.

Điều này cho thấy tốc độ phát triển của móng có thể đóng vai trò là một chỉ báo đơn giản, không xâm lấn về quá trình lão hóa sinh học. Quá trình lão hóa sinh học được định nghĩa là mức độ "già" của cơ thể dựa trên hiệu quả của các tế bào và mô, trái ngược với tuổi theo niên đại của bạn, biểu thị số năm bạn đã sống.

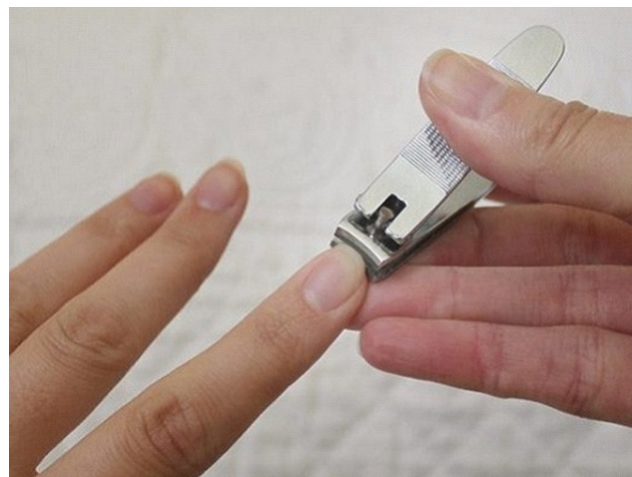
Nếu bạn thấy mình cần cắt móng tay thường xuyên hơn những người cùng tuổi, thì đó có thể là dấu hiệu cho thấy bạn đang có tuổi sinh

học tốt.

Theo New York Post, móng tay mọc chậm hơn và trở nên giòn hơn hoặc có màu vàng khi bạn già đi là điều tự nhiên. Tuy nhiên, trong một số trường hợp, những thay đổi ở móng tay có thể là dấu hiệu của một vấn đề sức khỏe tiềm ẩn.

Ví dụ, móng tay màu trắng hoặc nhợt nhạt có thể báo hiệu tình trạng thiếu máu, bệnh gan, suy tim hoặc suy dinh dưỡng. Móng tay màu vàng có thể báo hiệu nhiễm nấm, tiểu đường hoặc bệnh tuyến giáp.

Mặc dù các đường gờ dọc là dấu hiệu phổ biến của lão hóa, nhưng móng tay có đường gờ cũng có thể do thiếu hụt dinh dưỡng hoặc các bệnh tự miễn như viêm khớp dạng thấp. Tình trạng móng tay cong và dày có thể chỉ ra bệnh phổi, bệnh viêm ruột, bệnh tim mạch hoặc các vấn đề về gan.



Tốc độ mọc của móng tay có thể là một chỉ

báo về tuổi thọ của bạn

Tốc độ phát triển của móng có thể chỉ ra tình trạng lão hóa, nhưng nếu móng tay yếu và dễ gãy hơn, có thể có những nguyên nhân khác.

Tiến sĩ - Bác sĩ Mary Stevenson, chuyên gia phẫu thuật da liễu tại NYU Langone, cho biết, có nhiều yếu tố có thể dẫn đến móng tay giòn, dễ bị sứt mẻ. Một trong số đó là không nạp đủ protein trong chế độ ăn uống, điều này sẽ dẫn đến ít keratin hơn, loại protein tạo nên móng tay của chúng ta. Thiếu hụt dinh dưỡng vitamin B và sắt cũng có thể gây hại.

Rửa tay, sử dụng các vật liệu làm sạch có tính mài mòn như xà phòng rửa chén, chất tẩy rửa, bị chấn thương ở nền móng cũng có thể làm móng tay yếu đi.

Bác sĩ cũng cảnh báo không nên cắt lớp biểu bì trong khi làm móng.

"Chúng ta cần lớp biểu bì. Việc loại bỏ chúng sẽ tách lớp niêm phong mà chúng tạo ra với móng tay của chúng ta để ngăn chặn những thứ như vi khuẩn và nấm xâm nhập", BS Mary nói.

Theo bà để móng tay "thở" hoặc không làm móng không phải là điều cần thiết để có móng tay khỏe mạnh. Quá nhiều acetone hoặc chất mài mòn có thể loại bỏ bằng cách làm mỏng móng và ngâm acetone, làm móng không đúng cách có thể làm móng tay yếu đi.

Bà khuyên dùng biotin và sắt để làm móng chắc khỏe và dài hơn, nhưng lưu ý rằng phải mất nhiều tháng bổ sung mới thấy được sự khác biệt. ■

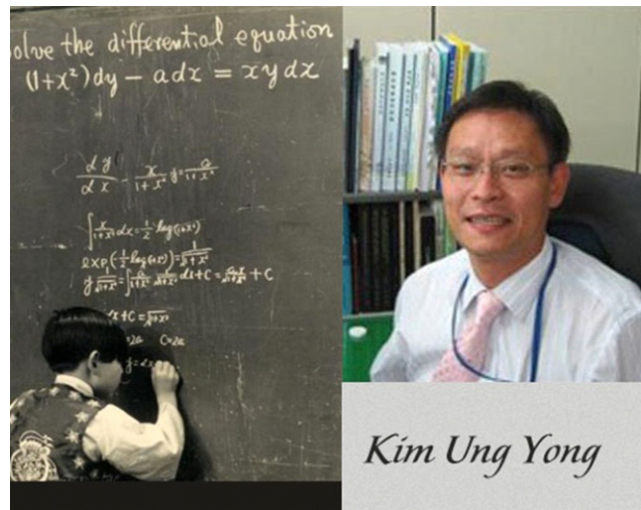


SỬ TÂM & TÌM HIỂU

Những đứa trẻ phi thường nhất thế giới

3 tuổi kiếm được 1.000 euro một bài hát, 2 tuổi mở được phòng tranh của riêng mình, 15 tuổi lấy bằng tiến sĩ về vật lý... ai có thể làm được hơn họ?

1. Kim Ung Yong – 4 tuổi vào đại học, 15 tuổi lấy bằng tiến sĩ, chỉ số thông minh cao nhất thế giới



Kim Ung-yong sinh ngày 7/3/1963, được coi là thần đồng của Hàn Quốc. Theo sách kỷ lục thế giới Guinness, ông được 210 điểm IQ. Mới 5 tháng tuổi ông đã biết đi và nói, 7 tháng tuổi biết viết và chơi cờ. Ông bắt đầu học tích phân khi mới 3 tuổi. Ông có thể đọc và viết tiếng Nhật, Hàn Quốc, Đức và tiếng Anh trước sinh nhật lần thứ 4. Năm 1967 khi mới 4 tuổi ông đã giải được các bài toán phức tạp về vi phân và tích phân trên truyền hình Nhật Bản đồng thời nói thành thạo 4 thứ tiếng Đức, Anh, Nhật, Hàn.

Kim Ung-yong là sinh viên khách mời của đại học Hán Dương từ khi 3 tuổi cho đến năm lên 6. Năm lên 7, ông được NASA mời sang Mỹ. Ông đã hoàn thành chương trình đại học và cuối cùng lấy được bằng tiến sĩ về Vật lý của Đại học bang Colorado trước khi 15 tuổi. Năm 1974, khi đang học đại học, ông đã bắt đầu công việc nghiên cứu tại NASA và tiếp tục làm việc ở đó cho đến khi quay lại Hàn Quốc năm 1978.

Tại Hàn Quốc, bằng tiến sĩ về Vật lý và các kinh nghiệm làm việc của ông tại NASA bị coi là vô dụng và ông phải bắt đầu học lại. Ông quyết định chuyển từ Vật lý sang ngành Công trình học dân dụng và sau đó đã lấy được bằng tiến sĩ trong ngành này. Kim được tạo cơ hội học tập tại các trường danh giá nhất Hàn Quốc nhưng cuối cùng đã chọn theo học một trường của tỉnh.

Gạt bỏ áp lực, ông tập trung học tập và tốt nghiệp. Kim Ung Yong thừa nhận đây là quãng thời gian hạnh phúc nhất kể từ khi sinh ra. Sau khi trở thành cử nhân, ông làm việc tại Viện Nghiên cứu Đất đai và Môi trường.

Từ năm 2007, Kim làm việc tại phòng phát triển kinh doanh đại học Chungbuk. Sau đó, ông xuất bản rất nhiều bài báo khoa học đóng góp cho sự phát triển của Hàn Quốc.

Năm 2014, Kim Ung Yong trở thành giáo sư của Đại học Shinhan tại tỉnh Gyeonggi ở tuổi 52. Đến nay ông vẫn tham gia cố vấn trong lĩnh vực giáo dục tại Hàn Quốc. Đặc biệt, ông đưa ra nhiều lời khuyên dành cho cha mẹ về việc giáo dục con cái sao cho phù hợp, không nên đặt nặng áp lực khiến con cái tổn thương.

Nhìn lại câu chuyện của Kim Ung Yong, nhiều người mới ngộ ra rằng không phải cứ là thần đồng thì sẽ hạnh phúc. Chính ông cũng tâm sự: “Mọi người hy vọng tôi trở thành chính trị gia xuất sắc hay nhà kinh tế đại tài, nhưng tôi không nghĩ quyết định của mình là sự thất bại. Tôi thành công và hạnh phúc trong cuộc sống hiện tại”.

Bố mẹ ông đều là giáo sư đại học và cùng sinh vào một thời điểm: 11h00 ngày 23 tháng 5 năm 1934.

2. Gregory Smith – được đề cử giải Nobel Hòa Bình năm 12 tuổi

Cậu bé có vinh dự được đề cử giải Nobel Hòa bình năm 12 tuổi. Gregory Smith sinh năm 1990 tại Mỹ, là một đứa trẻ phi thường. Cậu bé biết đọc vào năm 2 tuổi và đi học đại học lúc lên 10. Cậu tốt nghiệp đại học năm 13 tuổi với rất nhiều bằng danh dự, và hiện giờ đang theo học bốn bằng tiến sĩ tại viện đại học Virginia.

Lúc chín tuổi, Smith sáng lập hội International Youth Advocates (ủng hộ giới trẻ quốc tế), một đoàn thể cổ động hòa bình và bất bạo động; từ đó cậu được đề cử bốn lần cho giải Nobel Hòa Bình. Gregory Smith đã từng diện kiến các tổng thống Bill Clinton và Mikhail Gorbachev, gặp gỡ những nhân vật đã từng nhận giải Nobel Hòa Bình và những nhà lãnh đạo khác, đã đến trước Hội đồng An ninh Liên Hiệp Quốc và là người đại diện cho CCF (Christian Children's Fund), đến hội kiến trong một phiên họp đặc biệt tại Liên Hiệp Quốc bàn về quyền lợi của trẻ em.

Trong số những thành quả rực rỡ nhất của Gregory là mở các trường Hòa bình tại nước Kenya đang bị chiến tranh tàn phá, và thư viện công cộng đầu tiên tại nước Rwanda.

3. Akrit Jaswal – nhà phẫu thuật 7 tuổi

Sinh ngày 23/4/1993, Akrit Jaswal đã nổi danh trên toàn thế giới với tài năng phẫu thuật thiên phú của mình. Vào năm 7 tuổi, mặc dù chưa từng được tiếp cận với bất cứ một khóa học nào về y học, cậu đã được toàn thế giới biết đến nhờ ca phẫu thuật tách ngón tay cho một bé gái 8 tuổi có các ngón tay bị dính chặt nhau sau một tai nạn bỏng.

Từ lúc lên 4, cậu đã đặc biệt thích đọc những loại sách như Thuật mổ xẻ của Gray, phương pháp gây mê, bệnh ung thư và nhiều chuyên đề khác liên quan đến y học.

Trong cuộc kiểm tra về chỉ số IQ, Akrit đạt 146 điểm. Bác sĩ thần đồng này cũng được gọi bằng cái tên “cậu bé thông minh nhất thế giới”.

Năm 11 tuổi, Akrit được nhận vào trường ĐH Punjab của Ấn Độ, từ đó chú bé có khuôn mặt búng ra sữa ấy trở thành sinh viên trẻ nhất nước. Danh tiếng của Akrit càng được thổi bay đi xa. Cùng thời điểm này, chuyên gia phẫu thuật nhỏ

tuổi được mời đến trường ĐH Imperial của thủ đô Anh quốc, London, để trao đổi với các nhà khoa học về những ý tưởng tinh giản hóa chương trình y học cơ bản. Akrit đã mạnh dạn nói rằng mình có hàng triệu ý tưởng cho y học, nhưng cái mà vị bác sĩ thần đồng này đang tập trung là phát triển một phương pháp chữa trị ung thư.

4. Cleopatra Stratan: ca sĩ nhí 3 tuổi kiếm 1.000 euro với mỗi bài hát

Cô bé Cleopatra Stratan, người Moldavia, lên 3 tuổi, đã trở thành ca sĩ thành công trẻ tuổi nhất thế giới sau khi biểu diễn suốt 2 giờ với 28 bài hát tại nhà hát Bucharest, Romania.

Buổi biểu diễn có 400 khán giả và người đệm nhạc cho Cleopatra Stratan là cha cô bé, ca sĩ hàng đầu Moldavia, Pavel Stratan. Cleopatra cũng trở thành nghệ sĩ đầu tiên trình diễn nhạc sống trên sân khấu trước đám đông khán giả ở tuổi lên 3.

Trong suốt buổi trình diễn, Cleopatra Stratan đã giới thiệu các bài hát trong album đầu tiên “Tuổi lên 3”, gồm các bài hát nổi tiếng như “Mama”, “Ghita”. Cô bé đã bán được 150.000 đĩa trong vòng 4 tháng và lập kỷ lục thế giới về Ca sĩ trẻ tuổi nhất ra đĩa hát. Ngoài ra Cleopatra cũng lập kỷ lục ca sĩ trẻ được trả catse cao nhất.

Cleopatra cũng gặt hái được nhiều thành công trong âm nhạc, hồi tháng 5-2007, cô bé đã giành 3 giải thưởng MTV Romania. Riêng với “Ghita” - bài hát nổi tiếng được ưa thích nhất Romania đã đem lại cho Cleopatra giải Nghệ sĩ mới xuất sắc nhất.

5. Aelita Andre: họa sĩ nhí 2 tuổi triển lãm tranh ở 1 gallery nổi tiếng

Bé gái Aelita Andre chưa thể tự buộc dây giày nhưng bé lại là nhân vật chính trong nhiều triển lãm tranh nổi tiếng trên khắp thế giới. Aelita, 3 tuổi, gây xôn xao khi bé xuất hiện trên tạp chí The Age. Lúc đó mới chỉ 2 tuổi, nhưng nghệ sĩ Australia tí hon này đã có triển lãm tranh trong một gallery ở đường Brunswick, Fitzroy. Phản ứng dư luận khi đó không tích cực vì cho rằng bố mẹ cô bé đã thao túng và lợi dụng con.

Tuy nhiên, gia đình Aelita phớt lờ những lời bình luận và vẫn khuyến khích con gái theo đuổi ước mơ. Theo bố của bé, tất cả những gì họ làm là để động viên con, họ gom các tác phẩm cô bé vẽ trên vải, quần áo. Mọi thứ cô bé làm đều độc đáo và đó là lý do tại sao tác phẩm của bé lại được đánh giá rất cao. Bố mẹ Aelita cũng khẳng định rằng, số tiền cô bé kiếm được đều được gửi vào quỹ để họa sĩ nhỏ bé này sử dụng khi trưởng thành.

Theo Oddity, với 32 bức tranh đã được bán, giá của mỗi bức đã lên đến 26.000 USD, Aelita giờ đang có một tài khoản đáng kể.

6. Saul Aaron Kripke: được Harvard mời về làm việc khi vẫn còn đang học trung học

Saul Aaron Kripke được xem là nhà triết học đương thời vĩ đại nhất ngày nay. Là con trai trong một gia đình Do Thái, Saul Aaron Kripke sinh năm 1940 ở New York và lớn lên ở Omaha. Lúc học lớp 4, ông đã thông thạo môn đại số, khi kết thúc trung học cơ sở Saul đã nắm vững môn đại

SỬ TÂM & TÌM HIỂU



số và các phép toán vi phân, tích phân đồng thời bắt đầu tìm hiểu về triết học. Lúc đang học trung học, ông viết một số bài luận mà về sau này đã làm thay đổi sự nghiên cứu logic một.

Một trong số những bài luận này đã gây được sự chú ý của khoa toán của đại học Harvard. Sau đó ông nhận được một lá thư từ Harvard đề nghị ông về làm việc ở đây. Thư trả lời của ông – lúc đó còn là một học sinh trung học – từ chối với lý do, “Mẹ cháu bảo cháu nên học hết trung học và thi vào đại học đã”. Sau khi hoàn tất trung học, Saul đã chọn chính trường Harvard để theo học tiếp.

Saul Kripke đã được trao tặng giải thưởng Schock Prize – một giải thưởng triết học có giá trị tương đương với giải Nobel. Ngày nay, ông được xem là nhà triết học đương thời vĩ đại nhất của thế giới. ■

Sophia - Nàng công chúa Nga "cự phách": Đua xe, bay lượn, cứu người

Sophia Dolgorukova là công chúa Nga, hậu duệ của Catherine Đại đế, nhưng cô còn là phi công, y tá, tài xế taxi và là một nữ anh hùng.

Công chúa Sophia Dolgorukova

Vào cuối những năm 1920 ở Paris, có rất nhiều người Nga di cư tài năng sinh sống ở thành phố này, bao gồm cả nhiều nhà quý tộc. Nơi đất khách quê người, họ phải kiếm sống bằng cách nào đó. Và người ta có thể vô tình đi taxi với nhà văn Gaito Gazdanov hoặc thậm chí là công chúa Nga “bằng xương bằng thịt” - Sophia Dolgorukova, người có tổ tiên là Catherine Đại đế.

Dòng máu hoàng gia

Công chúa Sophia Dolgorukova có dòng máu Romanov trong huyết quản. Bà ngoại của cô, Nadezhda Polovtsova (1843-1908), là con ngoài giá thú của Đại công tước Mikhail Pavlovich (1798-1849). Và cha của Sophia, Bá tước Alexey Bobrinskiy (1852-1927), là chắt của Bá tước Alexey Bobrinsky, con ngoài giá thú của Catherine Đại đế.

Cha của Sophia là một người giàu có, có tầm ảnh hưởng, thành viên của Thượng viện và cũng là một nhà khảo cổ học nổi tiếng. Mẹ của cô cũng không kém phần nổi bật - Nadezhda Bobrinskaya, tên khai sinh là Polovtsova (1865-1920), là một trong những nhà thiên văn học đầu tiên của Nga.

Sinh ra trong một gia đình như vậy, không khó hiểu khi Sophia đã thích khoa học ngay từ khi còn nhỏ. Năm 1907-1912, bà theo học tại viện Y tế Phụ nữ St.Petersburg, cơ sở giáo dục đầu tiên ở châu Âu cho phép phụ nữ có thể học y tế ở bậc cao hơn. Năm 1913, bà tình nguyện làm y tá dã chiến trong chiến tranh Balkan lần thứ hai và đã được đích thân vua Peter I của Serbia (1844-1921) trao thưởng vì những đóng góp tận tụy.

Cùng lúc đó, vào năm 1907, Sophia Bobrinskaya trở thành trợ lý xuất thân quý tộc tại

Tòa án Hoàng gia Nga. Cùng năm, bà kết hôn với Hoàng tử Pyotr Dolgorukov (1883-1925), một quân nhân.

Cuộc hôn nhân của họ không hạnh phúc và mặc dù có với nhau một cô con gái, cuối cùng họ ly hôn vào năm 1913. Ngay cả trong những năm đầu tiên bên nhau, Sophia đã dành nhiều thời gian cho việc học và ở bệnh viện. Bà không thích Tòa án Hoàng gia với những thủ tục tại đó.



Công chúa Sophia Dolgorukova tham dự giải đua xe quốc tế cúp Hoàng đế Nicholas II

“Cách hành xử của Sophia vượt xa những gì người khác nghĩ về một phụ nữ trẻ. Bà ấy không quan tâm đến việc xuất hiện tại tòa trong những bộ váy đẹp. Bà luôn ăn mặc giản dị, mặc váy dài và áo blouse. Bà ấy học lái xe và nói chung là rất tự do, điều này không bình thường đối với một phụ nữ có địa vị xã hội như vậy”, Sofka Zinovieff (sinh năm 1961), tác giả người Anh và là chít gái của Sophia Dolgorukova, nói về Sophia.

Y tá, phi công, tài xế

Người đời không biết Sophia học lái xe ở đâu, nhưng ở tuổi 23 (năm 1910), bà là người phụ nữ duy nhất tham gia Giải đua xe quốc tế cúp Hoàng đế Nicholas II lần đầu tiên với chặng đường từ Tsarskoye Selo (một dinh thự của Hoàng gia gần St.Petersburg) đến Kiev và quay lại, tổng cộng 3.200 km. Cuộc đua được đưa tin rộng rãi trên báo chí châu Âu.

“Cuộc đua có khoảng 50 đội đến từ Nga, Đức, Pháp và Anh. Sophia Dolgorukova là “người phụ nữ duy nhất tham gia cuộc đua và tự mình lái xe trên mọi chặng đường, cũng như là tâm điểm chú ý của mọi người”, Thông đốc Moscow Vladimir Dzunkovsky viết.

Sophia lái chiếc Delaunay-Belleville công suất 19 mã lực và gần như vượt qua vạch đích, nhưng trên đường trở về, một chiếc xe khác đã làm hỏng bộ tản nhiệt ô tô nên bà không thể hoàn thành cuộc đua.

Tuy nhiên, tờ báo Russkoye Slovo vẫn ca ngợi “sự xuất hiện của công chúa đã nhận được sự chào đón nồng nhiệt từ đám đông. Chiếc xe của vận động viên dũng cảm - nữ tay đua đầu tiên của Nga - được phủ đầy hoa...”

Nhưng, Sophia vẫn muốn khai phá thêm

nhiều giới hạn của bản thân. Vào năm 1912, bà hoàn thành khóa học lái máy bay dưới sự chỉ dẫn của Louis Blériot, một phi công người Pháp, người đầu tiên thực hiện chuyến bay qua eo biển Manche. Năm 1914, Sophia nhận được giấy phép bay của Nga và trở thành một trong những nữ phi công đầu tiên ở Nga.

Khi Thế chiến I bắt đầu, Sophia đã đề nghị ghi danh trong hàng không quân sự, nhưng yêu cầu của bà bị từ chối và công chúa Dolgorukova ra chiến trường với tư cách là một y tá.

Lúc đầu, Sophia hoạt động gần Warsaw và sau đó ở Iran. Nhưng từ năm 1917, Alexander Kerensky, Chủ tịch Chính phủ lâm thời, cho phép phụ nữ Nga được phục vụ trong quân đội, Dolgorukova đã gia nhập Quân đoàn Không lực 26 và được cho là đã thực hiện một vài nhiệm vụ chiến đấu.

Nhưng sau khi Đế quốc Nga tan rã, Sophia phải rời bỏ đất nước. Vào thời điểm đó, bà được biết đến với cái tên Công chúa Volkonskaya.

Công chúa ngồi sau tay lái

Sau những năm tháng ở Nga, công chúa Sophia Dolgorukova đến Paris và từng làm tài xế taxi.

Năm 1918, trong cuộc cách mạng ở Nga, Sophia kết hôn với một hoàng tử khác - Peter Volkonsky (1872-1957). Sophia và Peter rời Moscow đến St.Petersburg. Họ nghèo đến mức phải bán những chiếc chăn đắt tiền của Pháp và những cuốn sách cổ mà Sophia lấy từ nhà cũ. Cuối cùng, vào năm 34 tuổi, Sophia rời nước Nga Xô Viết để qua Estonia.

Lái xe taxi chỉ là một trong những nghề đã hỗ trợ Sophia và chồng bà trong những năm họ sống ở Pháp. Mặc dù Hoàng tử Volkonsky không phù hợp với các công việc thường ngày nhưng ông vẫn làm thư ký và thông dịch viên.

Sophia qua đời tại Paris vào năm 1949. Georgy Ivanov, một nhà thơ di cư người Nga, đã viết về bà: “Ở bất kỳ quốc gia nào, trí óc, tài năng văn chương, tinh thần độc tôn và nghị lực của Sophia Volkonskaya quá cố sẽ khiến mọi người chú ý đến bà ấy”. ■

Vui Cười

* Cuốn dải phân cách

Tại một phiên tòa diễn ra cuộc tranh luận vi phạm luật lệ giao thông vì say rượu.

Viên luật sư biện hộ cãi:

- Tôi nhất trí là thân chủ của tôi đã quỳ trên xa lộ nhưng đây đâu phải là bằng chứng về việc ông ta đang say rượu?

Thẩm phán đáp:

- Đúng thế, đây không phải là bằng chứng, nhưng việc bị cáo định cuốn dải phân cách lại thì có được xem là một bằng chứng quá sức rõ ràng hay không?!?!



SỬ TÂM & TÌM HIỂU

Hòn đảo nơi người dân hầu hết đều bị mù màu: Mọi chuyện bắt đầu vào năm 1775

Lý do kỳ lạ khiến hầu hết cư dân nơi đây mang chung một căn bệnh đã trở thành đề tài nghiên cứu cho các nhà khoa học.

Nằm biệt lập giữa đại dương mênh mông thuộc Micronesia, rạn san hô Pingelap không chỉ là một thiên đường nhiệt đới mà còn là một "phòng thí nghiệm di truyền" tự nhiên kỳ lạ nhất thế giới. Tại đây, một phần lớn cư dân sống trong một thế giới hoàn toàn không có màu sắc - một thực tế bắt nguồn từ một thảm kịch thiên nhiên trong quá khứ.

Nút thắt cổ chai di truyền: Di sản từ một thảm họa

Mọi chuyện bắt đầu vào năm 1775, khi cơn bão Lengkieki tàn khốc quét qua hòn đảo, tiêu diệt gần như toàn bộ dân cư. Chỉ còn khoảng 20 người sống sót sau thảm họa và nạn đói tiếp diễn. Trong số những người may mắn đó có vị vua (Nanmwarki) tên là Mwanenised.

Ông vô tình mang trong mình một gen lặn hiếm gặp gây ra chứng mù màu hoàn toàn (Achromatopsia). Vì hòn đảo bị cô lập và quần thể người sống sót quá nhỏ, sự giao phối cận huyết trong các thế hệ sau đã khiến gen này bùng phát mạnh mẽ. Đây là hiện tượng mà khoa học gọi là "hiệu ứng người sáng lập" (founder effect). Ngày nay, tỷ lệ người mắc chứng này tại Pingelap cao gấp hàng ngàn lần so với mức trung bình của thế giới.

Achromatopsia: Khi sắc màu chỉ là khái niệm

Những người mắc chứng bệnh này tại địa phương gọi là "maskun" (nghĩa là "không nhìn thấy"). Đối với họ, thế giới không có đỏ, cam, vàng, lục, lam, chàm hay tím. Tất cả chỉ là những sắc độ khác nhau của xám, đen và trắng.

Về mặt khoa học, Achromatopsia xảy ra khi các tế bào hình nón trong võng mạc - bộ phận chịu trách nhiệm tiếp nhận màu sắc và hoạt động trong ánh sáng mạnh - bị hỏng hoàn toàn. Điều này dẫn đến hai hệ quả trái ngược:

- Nỗi đau dưới ánh mặt trời: Vào ban ngày, người bệnh bị chứng sợ ánh sáng (photophobia) trầm trọng. Ánh nắng rực rỡ của vùng xích đạo đối với họ là một màn trắng xóa đau đớn, khiến họ hầu như không thể mở mắt và bị hạn chế tầm nhìn đáng kể.

- Thị giác của những "thần đêm": Ngược lại, vì tế bào hình nón không hoạt động, các tế bào hình que (chuyên trách thị giác trong bóng tối) của họ trở nên cực kỳ nhạy bén. Khi màn đêm buông xuống, họ có thể nhìn thấy những chi tiết nhỏ nhất, những chuyển động tinh vi của cá dưới nước hay sự rung động của lá cây mà người bình thường chỉ thấy một màu đen kịt. Điều này biến họ thành những thợ săn đêm huyền thoại trên đảo.

Góc nhìn nghệ thuật: Màu sắc là một

loại cảm giác

Nhiếp ảnh gia người Bỉ Sanne De Wilde đã dành thời gian nghiên cứu và thực hiện dự án hình ảnh tại đây để cố gắng mô phỏng thế giới của người Pingelap. Một phát hiện thú vị là dù về mặt sinh học họ mù màu, nhưng một số người vẫn khẳng định họ "cảm nhận" được những biến thể nhỏ của màu đỏ hoặc xanh.

Điều này gợi ý rằng não bộ con người có khả năng bù trừ kinh ngạc. Họ có thể phân biệt các vật thể dựa trên độ bóng, cấu trúc bề mặt hoặc cách ánh sáng phản chiếu. Đối với một người sống trong thế giới đen trắng, "màu sắc" không còn là một sắc thái, mà là một loại năng lượng hoặc độ rực rỡ khác nhau của ánh sáng.

Sự thích nghi và văn hóa

Tại Pingelap, mù màu không bị coi là một khiếm khuyết đáng sợ mà là một phần bản sắc của cộng đồng. Người dân đã học cách chung sống với nó: họ làm việc nhiều hơn khi hoàng hôn xuống và nghỉ ngơi khi nắng gắt. Câu chuyện về Pingelap là một minh chứng mạnh mẽ cho sự kiên cường của con người - nơi một cộng đồng đã biến sự nghiệt ngã của di truyền thành một cách nhìn thế giới độc đáo, nhắc nhở chúng ta rằng thực tế mà chúng ta nhìn thấy vốn dĩ chỉ là một trong vô vàn cách mà bộ não có thể diễn giải về thế giới.

Hòn đảo này vẫn tiếp tục là điểm đến thu hút các nhà thần kinh học và di truyền học, không chỉ để nghiên cứu về bệnh lý, mà còn để thấu hiểu sâu hơn về ranh giới của nhận thức con người. ■

Vô tình ngã xuống bể bơi, người đàn ông tình dục bỗng dựng trở thành thiên tài

Trước đó, anh là một người bình thường, còn đang đối mặt nguy cơ thất nghiệp.

Trong thế giới y khoa, có những sự kiện hy hữu đến mức xóa nhòa ranh giới giữa khoa học và phép màu. Câu chuyện của Derek Amato chính là một minh chứng như thế: từ một người không biết một nốt nhạc bẽ bối, anh bỗng chốc trở thành nghệ sĩ piano bậc thầy chỉ sau một cú va chạm kinh hoàng ở bể bơi.

Tai nạn thay đổi số phận

Derek Amato khi đó là một người đàn ông 39 tuổi, đang tham gia một bữa tiệc cùng bạn bè tại Denver, Mỹ. Trong một khoảnh khắc bất cẩn, Derek nhảy xuống bể bơi nhưng đánh giá sai độ sâu. Anh đập đầu mạnh vào đáy bể, gây ra một cú chấn động não nghiêm trọng.

Hậu quả của vụ tai nạn ban đầu rất tồi tệ: Derek bị mất 35% thính lực, thường xuyên chịu đựng những cơn đau đầu dữ dội và trí nhớ bị suy giảm. Tuy nhiên, khi những vết thương thể chất bắt đầu lành lại, một "lỗi hệ thống" kỳ diệu đã xuất hiện bên trong bộ não của anh.

Khả năng thiên bẩm từ hư không

Chỉ vài ngày sau khi xuất viện, Derek ghé thăm nhà một người bạn có đặt chiếc đàn piano. Dù

trước đây chưa từng học nhạc, thậm chí không hề có hứng thú với nhạc cụ, nhưng khi nhìn thấy những phím đàn, anh cảm thấy một luồng xung điện mạnh mẽ chạy dọc cơ thể.



Derek Amato

Derek ngồi xuống và bắt đầu chơi nhạc. Đôi tay anh lướt trên phím đàn với sự điệu nghệ của một người đã khổ luyện hàng chục năm. Anh có thể sáng tác những bản nhạc phức tạp, hòa quyện giữa phong cách cổ điển và hiện đại một cách chuẩn xác.

Derek chia sẻ rằng anh không chơi đàn theo cách thông thường. Trong tâm trí anh, âm nhạc hiện lên dưới dạng những cấu trúc hình khối trắng và đen chuyển động không ngừng từ trái sang phải. Anh chỉ đơn giản là để các ngón tay "đuôi theo" những ký hiệu thị giác đó để tạo ra âm thanh.

Góc nhìn khoa học về "Hội chứng bác học mắc phải"

Các chuyên gia thần kinh học hàng đầu đã bắt tay vào nghiên cứu trường hợp của Derek Amato và xác nhận anh mắc một hội chứng cực kỳ hiếm gặp: Hội chứng bác học mắc phải (Acquired Savant Syndrome).

Theo Tiến sĩ Darold Treffert, khi não trái bị tổn thương nghiêm trọng, não phải sẽ tự động bù trừ bằng cách kích hoạt những khả năng tiềm ẩn mà trước đó bị bộ não "khóa" lại để tập trung cho các chức năng logic và ngôn ngữ. Cú ngã đã vô tình mở ra cánh cửa dẫn đến vùng xử lý âm nhạc vượt trội vốn luôn tồn tại trong tiềm thức của Derek.

Hiện nay, trên thế giới chỉ ghi nhận khoảng chưa đầy 50 trường hợp mắc hội chứng tương tự. Có người bỗng thành thiên tài toán học, người khác lại có khả năng hội họa phi thường sau một chấn thương vùng đầu.

Cái giá của món quà trời ban

Dù trở nên nổi tiếng và có thể kiếm tiền từ việc biểu diễn, cuộc sống của một thiên tài "bất đắc dĩ" không hề dễ dàng. Derek luôn phải đeo kính râm vì đôi mắt trở nên cực kỳ nhạy cảm với ánh sáng. Anh thường xuyên bị kiệt sức vì bộ não liên tục "phát" ra những bản nhạc ngay cả khi anh đang ngủ.

Dẫu vậy, Derek Amato vẫn lựa chọn sống chung với những tác dụng phụ đó để duy trì món quà mà anh gọi là "phước lành từ một tai họa". Câu chuyện của anh đã truyền cảm hứng cho hàng triệu người về sức mạnh ẩn giấu và những bí ẩn chưa có lời giải của bộ não con người. Đôi khi, sự hoàn hảo lại nảy nở từ chính những vết nứt của thương tổn. ■



Cảnh báo núi Phú Sĩ ngủ say 300 năm sắp tỉnh giấc

Mỗi nguy hiểm tiềm ẩn từ việc núi Phú Sĩ phun trào một lần nữa thu hút sự chú ý lớn. Ông Toshiiji Fujii, chuyên gia núi lửa học kiêm cựu Viện trưởng Viện Nghiên cứu Động đất thuộc Đại học Tokyo, chỉ ra rằng dựa trên lịch sử phun trào, núi Phú Sĩ từng có tần suất phun trào trung bình khoảng 30 năm một lần.

Tuy nhiên, kể từ sau đại phun trào Hōei vào năm 1707, ngọn núi này đã im lặng suốt hơn 300 năm qua. "Có thể nói, hiện tại núi Phú Sĩ có thể phun trào bất cứ lúc nào". Một khi thảm họa quy mô lớn xảy ra, tro núi lửa có nguy cơ làm tê liệt mạng lưới giao thông và mạch máu kinh tế của toàn bộ vùng thủ đô.

Theo truyền thông Nhật Bản, dù núi Phú Sĩ nổi tiếng với cảnh quan hùng vĩ và thu hút lượng lớn khách du lịch leo núi mỗi năm, về bản chất đây vẫn là một ngọn núi lửa đang hoạt động.

Giáo sư danh dự Đại học Tokyo kiêm Viện trưởng Viện Khoa học Núi Phú Sĩ tỉnh Yamanashi, ông Toshiiji Fujii, cho biết các nghiên cứu địa chất dài hạn cho thấy núi Phú Sĩ đã ghi nhận khoảng 180 hoạt động phun trào từ 5.600 năm trước cho đến nay, tương đương "trung bình khoảng 30 năm sẽ phun trào một lần".

Ông chỉ ra rằng lần đại phun trào gần nhất diễn ra vào năm 1707 (đại phun trào Hōei), nhưng suốt hơn 300 năm sau đó không hề có thêm hoạt động núi lửa nào. Do đó, xét theo chu kỳ, ngọn núi này có khả năng đã bước vào giai đoạn có thể phun trào bất cứ lúc nào. Ông nhấn mạnh rằng nhiều ngọn núi lửa hoạt động trên thế giới từng ngủ yên hơn một thế kỷ vẫn có thể bùng phát dữ dội, và núi Phú Sĩ cũng không ngoại lệ.

Với công nghệ hiện đại, việc dự đoán thời điểm phun trào của núi Phú Sĩ vẫn gặp nhiều khó khăn. Ông Fujii thừa nhận rằng dù lịch sử quan trắc hiện đại của núi Phú Sĩ đã kéo dài hơn 100 năm, nhưng trong suốt thời gian đó không hề có lần phun trào nào, khiến giới khoa học rất khó đưa ra cảnh báo chính xác dựa trên các dấu hiệu tiên đề. Ông cho biết các hình thái phun trào khác nhau bao gồm dòng chảy magma, lượng tro núi lửa và vị trí miệng núi lửa đều có thể khác nhau: "Phải đợi đến khi nó phun trào thì mới biết chuyện gì sẽ xảy ra".

Những gì có thể xảy ra

Đối với những tác động có tính sát thương được quan tâm nhất, ông Fujii cảnh báo rằng một khi xảy ra sự kiện có quy mô tương đương với đại phun trào Hōei, tro núi lửa sẽ giáng một đòn toàn diện vào vùng thủ đô Nhật Bản. Nếu cột tro bụi cao vượt quá 10.000m, tro núi lửa sẽ theo gió Tây ôn đới lan rộng đến khu vực Kanto, gây ra tình trạng mưa tro trên diện rộng.

Ông chỉ ra thêm rằng xã hội hiện đại phụ thuộc rất lớn vào hệ thống giao thông và điện lực, do đó thiệt hại sẽ vượt xa thời kỳ Edo. Hệ thống

đường sắt, đường bộ và hàng không có nguy cơ bị tê liệt hoàn toàn. "Mạng lưới logistics và chuỗi cung ứng của Nhật Bản có thể bị vô hiệu hóa hoàn toàn, thậm chí gây ảnh hưởng đến nền kinh tế toàn cầu!".

Ông Fujii đã lấy núi lửa Sakurajima làm ví dụ để chỉ ra sự khác biệt. Ông cho biết dù Sakurajima phun trào thường xuyên nhưng lượng tro của mỗi lần là rất nhỏ, khu vực thành phố Kagoshima thậm chí chỉ ghi nhận lớp tro dày chưa đến 0,1 milimét, và tổng lượng tro phun trào cả năm chỉ khoảng 5 triệu tấn.

Trong khi đó, trận đại phun trào Hōei năm 1707 của núi Phú Sĩ kéo dài suốt 16 ngày với tổng lượng tro núi lửa lên tới khoảng 1,7 tỷ tấn. "Khoảng cách về quy mô lên tới hàng trăm lần, kinh nghiệm từ Sakurajima gần như không thể áp dụng".

Vào ngày 24-10-2023, tro núi lửa phun trào từ miệng núi lửa Sakurajima, kèm theo tiếng sấm núi lửa và tro bụi đã phun trào trong khoảng một giờ đồng hồ.

Ông cũng nhắc nhở rằng bản chất của tro núi lửa khác với tro bụi thông thường, thành phần của nó gần giống với bột đá và mảnh vỡ thủy tinh với thành phần chính là silicon dioxide, có độ cứng cao và sắc nhọn. Nếu con người hít phải có thể gây ra tác động tiêu cực đến phổi, còn nếu bay vào mắt sẽ gây đau đớn và tổn thương.

Về cơ sở hạ tầng, ông Fujii chỉ ra tro núi lửa có thể gây mất điện và hỏng hóc thiết bị. Ví dụ, sau khi tro núi lửa bao phủ các thiết bị cách điện của trạm biến áp, nếu gặp mưa có thể dẫn điện và gây ra hiện tượng đoản mạch. Ông dẫn chứng vụ phun trào núi lửa Aso vào năm 2016, thời điểm đó cũng đã xảy ra tình trạng mất điện.

Đối mặt với thảm họa có thể xảy ra, ông Fujii nhấn mạnh cần phải thiết lập trước các cơ chế ứng phó. Ông kiến nghị ngay cả trong thời gian có mưa tro, vẫn cần duy trì hoạt động của các tuyến đường chính, chẳng hạn như sử dụng máy móc hạng nặng để dọn sạch tro núi lửa, ít nhất là duy trì lưu thông một làn đường để tránh tình trạng giao thông bị gián đoạn hoàn toàn.

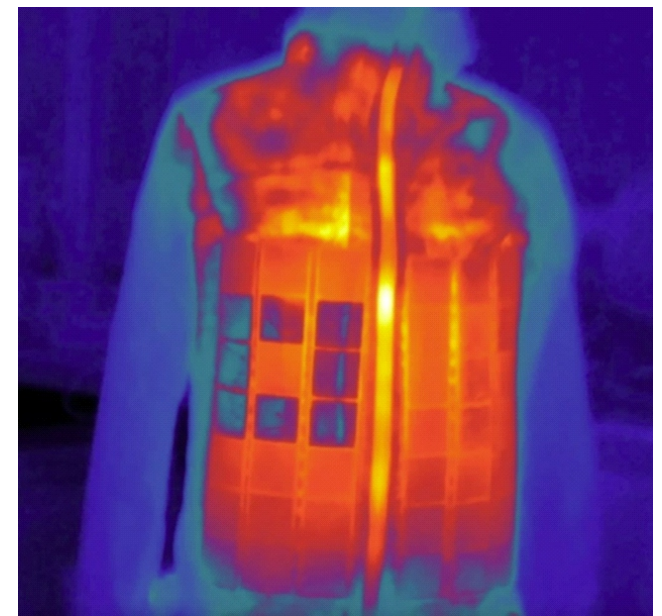
Vào năm 2025, Nội các Nhật Bản đã đưa ra mô phỏng nếu núi Phú Sĩ xảy ra hoạt động núi lửa có quy mô tương đương đại phun trào Hōei, tro núi lửa có thể bay đến khu vực Kanto trong vòng 3 giờ sau khi phun trào. Trong vòng 24 giờ, lớp tro bụi dày gây ảnh hưởng đến giao thông sẽ xuất hiện, vùng thủ đô sẽ phải đối mặt với những tác động nghiêm trọng đến đời sống và kinh tế. ■

Các nhà khoa học Anh tiết lộ phát minh gây sốc: Áo tàng hình

Một chiếc áo tàng hình theo kiểu Harry Potter sẽ sớm có mặt trên thị trường, theo tiết lộ từ nhóm nghiên cứu phối hợp giữa Công ty Vollebak và Đại học Manchester - Anh.

Theo Daily Mail, áo tàng hình này là một chiếc áo ngụy trang nhiệt. Nó không thể khiến bạn tàng hình trong ánh sáng ban ngày, nhưng trước "mắt thần" của camera cảm biến nhiệt hồng ngoại thì có.

"Đó là một chiếc áo khoác có thể lập trình được bằng máy tính, giúp chúng ta tiến một bước gần hơn đến việc biến chiếc áo tàng hình từ khoa học viễn tưởng thành hiện thực" - Daily Mail trích dẫn tuyên bố từ Vollebak.



Chiếc áo tàng hình với vài mảnh đang được điều chỉnh để lạnh đi và tàng hình trước camera tầm nhiệt

Nhóm nghiên cứu, với sự phối hợp của Đại học Manchester, dự kiến rằng sẽ cho sản phẩm cuối cùng "lên kệ" trong vòng 5 - 10 năm nữa.

Nguyên mẫu của chiếc "áo khoác ngụy trang nhiệt" này gồm 42 miếng graphene, mỗi miếng gồm 100 lớp graphene. Graphene là dạng tấm phẳng mỏng làm bằng 1 lớp nguyên tử carbon liên kết tạo thành một dàn tinh thể hình tổ ong. Như vậy mỗi mảnh áo khoác này sẽ là một cấu trúc chắc chắn của 100 lớp graphene, nhưng vẫn đủ nhẹ nhàng 100 lớp nguyên tử thật ra vẫn rất mỏng.

Những miếng dán này có thể được kiểm soát riêng lẻ bằng hệ thống dây bằng vàng và đồng chạy đến từng miếng graphene. Hiệu điện thế ép các ion giữa các lớp graphene - và càng đẩy nhiều ion, bức xạ nhiệt được phát ra càng ít và nó trở nên càng lạnh, tức càng vô hình trước các thiết bị tầm nhiệt.

Theo các nhà khoa học, phát minh này một lần nữa chứng minh sự thần kỳ của vật liệu graphene, không chỉ hứa hẹn cách mạng hóa công nghệ bán dẫn, cảm biến mà còn có thể dẫn đến những đột phá trong nghiên cứu vật lý lượng tử cơ bản.

Graphene được kỳ vọng một ngày nào đó nó có thể được sử dụng để chế tạo các vật liệu dẫn điện trong suốt, cảm biến y sinh và thậm chí là máy bay cực nhẹ, nhưng mạnh, của tương lai. Tuy mỏng manh nhưng thực chất các ống nano carbon - graphene mạnh hơn kết cấu của thép tới 200 lần. ■



SỬ TÂM & TÌM HIỂU

Người đàn ông mắc bệnh hiểm đỏi đời nhờ mang danh "xấu nhất thế giới"

Godfrey Baguma, 63 tuổi, nói biệt danh "xấu nhất thế giới" đã giúp ông tìm lại sự tự tin, mở ra bước ngoặt trong cuộc sống.

Godfrey Baguma, người Uganda, tham gia cuộc thi Mr. Ugly (Người đàn ông xấu nhất) tại quốc gia này và giành chiến thắng. Sau đó, ông được truyền thông trong và ngoài nước gọi là "người đàn ông xấu nhất thế giới" hoặc "người xấu nhất thế giới", và biệt danh này dần trở nên phổ biến.

Thay vì coi đó là sự sỉ nhục, Godfrey xem danh hiệu là dấu mốc giúp mình chấp nhận ngoại hình khác biệt sau nhiều năm sống cùng căn bệnh di truyền hiểm gặp. "Tôi nghĩ đây chính là con người mình. Tôi đi được đến hôm nay, nghĩa là mình vẫn có giá trị theo cách riêng", ông chia sẻ.



Hội chứng người hóa đá khiến khuôn mặt Godfrey Baguma biến dạng

Baguma mắc bệnh xơ hóa cốt hóa tiến triển (Fibrodysplasia Ossificans Progressiva - FOP), còn gọi là "hội chứng người hóa đá". Đây là một trong những bệnh di truyền hiểm nhất thế giới, với tỷ lệ khoảng một ca trên một triệu người.

Căn bệnh khiến cơ, gân, dây chằng và các mô liên kết dần bị thay thế bằng xương. Quá trình này thường bắt đầu từ cổ và vai rồi lan xuống các chi, khiến khả năng vận động ngày càng hạn chế. Theo thời gian, nếu xương phát triển quanh hàm hoặc miệng, người bệnh có thể gặp khó khăn trong việc ăn uống và nói chuyện. Khi xương bao quanh lồng ngực, chức năng hô hấp cũng bị ảnh hưởng.

Điều đáng lo ngại là ngay cả những chấn thương nhỏ như té ngã, phẫu thuật, tiêm vaccine, gây tê nha khoa hoặc một số bệnh nhiễm virus cũng có thể kích thích cơ thể hình thành thêm xương mới, khiến bệnh tiến triển nhanh hơn. Người bệnh cũng thường bị sưng đau do xương mới chèn ép hệ bạch huyết.

Dù thường bị trêu chọc, ông vẫn muốn truyền cảm hứng thay đổi cuộc đời cho người khác

Baguma cho biết ông bắt đầu nhận thấy điều bất thường từ năm 10 tuổi, khi vùng má xuất

hiện những chỗ sưng lạ. Tuy nhiên, phải đến khi trưởng thành, ông mới được chẩn đoán chính xác sau khi bác sĩ tại Bệnh viện Mbarara, Uganda, thực hiện chụp cộng hưởng từ (MRI).

Lớn lên trong một ngôi làng nhỏ, Baguma thường xuyên bị trêu chọc và gọi bằng những biệt danh mang tính miệt thị. Ông cho biết mình từng bị gọi là "khí đốt" hay "đầu chó".

Theo thời gian, ông học cách chấp nhận điều đó thay vì để những lời chế giễu chi phối cuộc sống. Không để bệnh tật quyết định tương lai, Baguma theo đuổi nhiều lĩnh vực nghệ thuật như ca hát, hài kịch và diễn thuyết truyền cảm hứng. Ông thường chia sẻ câu chuyện của mình để khuyến khích mọi người vượt qua mặc cảm và định kiến về ngoại hình.

Trong chương trình Most Extreme Humans, ông còn giới thiệu đây tự tin: "Tôi là người đàn ông xấu xí nhất thế giới! Cả thế giới!". Cuộc sống của ông cũng có một cái kết viên mãn khi tìm được người bạn đời là Namande Kate. Hai người có sáu con chung, ngoài hai người con từ mối quan hệ trước của Baguma. Ông từng nói với vợ: "Tôi không lựa chọn ngoại hình của mình. Nếu em cảm thấy tôi là gánh nặng, em có thể rời đi".

Tuy nhiên, Kate quyết định ở lại. Cô từng chia sẻ rằng điều khiến cô yêu chồng không phải vẻ ngoài mà là trái tim nhân hậu. "Tôi biết anh ấy không đẹp trai, nhưng anh ấy là một người tốt. Tôi chỉ mong mọi người nhìn thấy con người anh ấy như tôi đã thấy", cô nói.

Hiện chưa có phương pháp chữa khỏi FOP. Năm 2023, Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm Mỹ (FDA) đã phê duyệt loại thuốc đầu tiên giúp làm chậm quá trình hình thành xương mới ở người bệnh. Ngoài ra, bệnh nhân có thể được điều trị bằng corticosteroid để giảm đau, giảm viêm, dùng kháng sinh khi có nguy cơ nhiễm trùng đường hô hấp và sử dụng giày hoặc nẹp chuyên dụng để hỗ trợ đi lại.

Xuất hiện trong chương trình Most Extreme Humans, Baguma cho biết ông không muốn được nhớ đến chỉ vì căn bệnh hiểm hay ngoại hình khác biệt, mà là cách mình đã sống, vượt qua nghịch cảnh và truyền động lực cho người khác. ■

Bí ẩn sự "biến mất" của thị trấn ma gây ám ảnh hậu thế

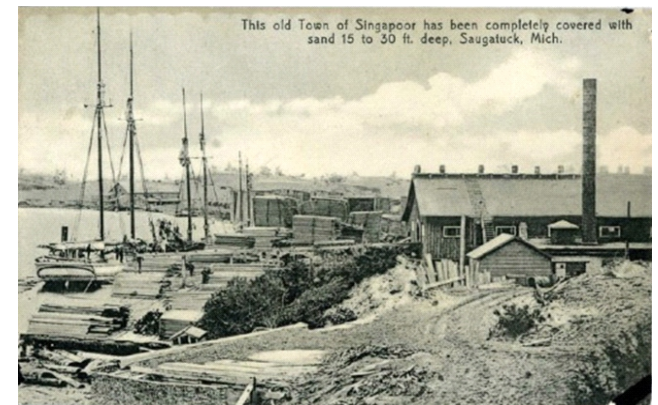
Những gì còn sót lại ở thị trấn ấy khiến người ta ám ảnh. Giấc mộng giàu sang của người dân nơi đây cuối cùng chỉ là cát bụi.

Singapore không chỉ là tên của đất nước nhỏ bé ở Đông Nam Á mà là tên của thị trấn ma nổi tiếng ở Mỹ. Singapore từng là một thị trấn từng rất phồn vinh ở bang Michigan nhưng đã bị chôn vùi dưới những cồn cát... và không để lại dấu vết gì.

Vào những năm 1800, thị trấn Singapore là trung tâm sản xuất gỗ và đóng tàu khá lớn bên bờ sông Kalamazoo, thuộc bang Michigan. Người dân và công nhân xưởng cưa khai thác gỗ từ cây

thông trắng ở phía tây bang Michigan, sau đó vận chuyển đến Chicago và Milwaukee.

Những người đầu tiên xây dựng Singapore nuôi mộng lớn cho thị trấn của mình. Họ tham vọng đưa Singapore trở thành khu đô thị sầm uất, phồn thịnh và hiện đại nhất tại bang Michigan. Ban đầu việc sản xuất và buôn bán gỗ mang lại nguồn lợi lớn. Từ nguồn thu này, họ đầu tư vào những lĩnh vực khác. Thời kỳ đỉnh cao, thị trấn có hai khách sạn, ba nhà máy, các cửa hàng tiện lợi cũng như trường học đầu tiên ở bang Michigan.



Thị trấn Singapore thời phồn thịnh

Tuy nhiên, thiên nhiên không chiều lòng người. Khai thác gỗ quá mức đã dẫn đến các thảm họa thiên nhiên. Năm 1842, một trận bão tuyết nghiêm trọng kéo dài 40 ngày đã tàn phá gần như toàn bộ thị trấn. Nhờ vào lượng thực phẩm tích trữ, người dân nơi đây sống sót sau thảm họa kinh hoàng.

Thế nhưng, mọi chuyện chưa dừng lại ở đó. Năm 1871, một thảm họa khác ập đến. Hàng loạt đám cháy liên tục bùng phát trong khu vực khiến hoạt động buôn bán gỗ lụi tàn, nhiều ngôi nhà bị phá hủy. Thảm họa này khiến cho người dân mất việc làm. Mất đi nguồn thu nhập khiến họ phải bỏ xứ và thị trấn gần như bị bỏ hoang. Các thảm họa thiên nhiên không tự nhiên mà có. Nó là hậu quả của tham vọng làm giàu không có điểm dừng. Điều này đã khiến thị trấn Singapore bị bào mòn bởi bão cát và rồi bị chôn vùi mãi mãi dưới những cồn cát hoang vu.

Ngày nay, người ta vẫn đang tìm kiếm những gì còn sót lại của thị trấn Singapore. Tuy nhiên, những thứ bên dưới cồn cát vẫn là một điều bí ẩn. Trong những năm qua, tùy thuộc vào mực nước tại hồ, một số bến tàu và nền móng công trình cũ đã lộ ra. Ngoại trừ một tấm biển nhỏ bị che khuất bởi cỏ dại, ghi "Singapore nằm ở đây", không có dấu hiệu nào cho thấy khu vực này từng là một thị trấn với ngành buôn bán gỗ lừng danh.

Michelle Church, một nghiên cứu sinh tại đại học bang Michigan, người đang viết luận án về Singapore, cho biết: "Việc khai thác gỗ quá mức và nạn phá rừng đã tàn phá hệ thực vật nơi đây. Nó khiến cho quá trình sa mạc hóa diễn ra nhanh hơn, bào mòn và chôn lấp thị trấn". Nhiều khách du lịch đã đến khám phá thị trấn ma nổi tiếng này. Nhưng, những gì họ nhận được chỉ là sự mơ hồ, bí ẩn: "Thực sự chúng tôi không thể tin được đã từng có một thị trấn bị chôn vùi dưới cồn cát này". ■

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



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.

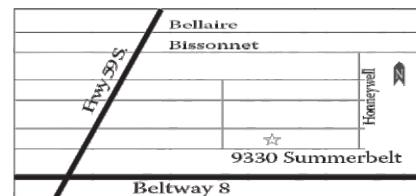
Chúng tôi cung cấp nhanh chóng, chất lượng cao và mỹ thuật vừa lòng khách hàng.

Chúng tôi cũng cung cấp Dịch Vụ Bảo Trì sau khi quý khách đã mua hàng của bốn hiệu - luôn cả lắp ráp và sửa chữa.

Hầu hết các sản phẩm của bốn hiệu đều được chấp thuận bởi State Health Department.

XUỞNG 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

*** Sửa chữa COMPUTER**

- Diệt VIRUS - Bảo vệ thông tin cá nhân

- Networking

*** WEBSITE design cho cá nhân, cơ sở thương mại, eCommerce**



FREE ESTIMATE

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



THANH VAN HOSPITAL
COSMETIC SURGERY

BỆNH VIỆN THẨM MỸ THANH VÂN

CHUYÊN KHOA PHẪU THUẬT THẨM MỸ

PHẪU THUẬT THẨM MỸ TOÀN DIỆN

*NÂNG NGỰC *CẮT MÍ MẮT

*HÚT MỠ *CĂNG DA *NÂNG MŨI

ÁP DỤNG KỸ THUẬT HIỆN ĐẠI
ĐƯỜNG NÉT TỰ NHIÊN

KINH NGHIỆM HƠN

30 NĂM

TRONG NGÀNH THẨM MỸ VIỆT NAM

TIẾN SĨ - BÁC SĨ NGUYỄN THANH VÂN

BÁC SĨ ĐỖ THỊ THU VÂN

NHA KHOA THẨM MỸ

RĂNG SỨ THẨM MỸ - CẤY GHÉP IMPLANT
ĐIỀU TRỊ TỔNG QUÁT

KHOA DA LIỄU - THẨM MỸ NỘI KHOA

CĂNG DA MẶT BẰNG CHỈ COLLAGEN
THERMAGE - FILLER - BOTOX



Hotline: (+84.28) 39 10 10 10

Số GP: 69/BYT-GPHĐ

33 G - H Nguyễn Bình Khiêm, P.Đa Kao, Q.1, TP.HCM

<https://thanhvanhospital.com/>

benhvienthanhvan@bvtv.vn