

VẤN ĐỀ VÀ SỰ KIỆN

BR-VT VỚI NHIỀU HOẠT ĐỘNG CHÀO MỪNG NGÀY NHÀ GIÁO VIỆT NAM 20-11

Việc tổ chức Ngày Quốc tế Hiến chương các nhà giáo 20-11 hằng năm đã sớm trở thành ngày hội truyền thống của cả nước. Điều này hoàn toàn phù hợp với truyền thống tốt đẹp của dân tộc ta, một dân tộc có mấy nghìn năm văn hiến và có truyền thống hiếu học, tôn sư trọng đạo “Nhất tự vi sư, bán tự vi sư”.

Nhân kỷ niệm ngày Nhà giáo Việt Nam 20 tháng 11, hòa chung không khí chuẩn bị ngày lễ của thầy cô, nhiều trường từ mầm non đến cao đẳng, đại học trong Tỉnh đã lên kế hoạch cho ngày kỷ niệm ngày Nhà giáo Việt Nam 20/11/2014 với nội dung như hội thao, biểu diễn văn nghệ ...



Nguồn gốc của ngày 20/11

Năm 1949, tại một hội nghị ở Warszawa (thủ đô của Ba Lan), Liên hiệp quốc tế các công đoàn giáo dục đã ra bản “Hiến chương các nhà giáo” gồm 15 chương với nội dung chủ yếu là đấu tranh chống nền giáo

dục tư sản, phong kiến, xây dựng nền giáo dục trong đó bảo vệ những quyền lợi của nghề dạy học và nhà giáo, đề cao trách nhiệm và vị trí của nghề dạy học và nhà giáo.

Công đoàn giáo dục Việt Nam, là thành viên của FISE từ năm 1953, đã quyết định, trong cuộc họp của FISE từ ngày 26 đến 30 tháng 8 năm 1957 tại Warszawa, lấy ngày 20-11 năm 1958 là ngày “Quốc tế hiến chương các nhà giáo”. Ngày này lần đầu tiên được tổ chức trên toàn miền Bắc Việt Nam năm 1958. Những năm sau đó, ngày lễ này được tổ chức ở các vùng ở miền Nam Việt Nam.

Khi Việt Nam thống nhất, ngày này đã trở thành ngày truyền thống của ngành giáo dục Việt Nam. Vào ngày 28 tháng 9 năm 1982, Hội đồng Bộ trưởng (nay là Chính phủ) đã ban hành quyết định số 167-HĐBT thiết lập ngày 20 tháng 11 là ngày Nhà giáo Việt Nam.

Tại tỉnh BR-VT, tuy chưa đến ngày 20/11 nhưng nhiều đơn vị và trường học trong toàn Tỉnh đã lên kế hoạch cho ngày lễ chào mừng 20/11 năm nay. Sở Giáo dục – Đào tạo của Tỉnh đã lên kế hoạch tổ chức Hội thao chào mừng ngày nhà giáo Việt Nam 20/11 dành cho cán bộ, giáo viên, công nhân viên trong toàn ngành Giáo dục và Đào tạo tỉnh BR-VT, năm học 2014 – 2015, đây là hoạt động thiết thực lập thành tích chào mừng ngày Nhà giáo Việt Nam. Hội thao được tổ chức trong khoảng

thời gian từ 07/11 đến 16/11 với các nội dung thi cầu lông, bóng bàn, bóng chuyền, đây là dịp để cán bộ, giáo viên, công nhân viên rèn luyện sức khỏe và giao lưu học hỏi xây dựng nếp sống văn hóa lành mạnh, vui vẻ, .. trong nhà trường, hoàn thành tốt nhiệm vụ giáo dục trong toàn ngành. Căn cứ vào kế hoạch của Sở Giáo dục và Đào tạo, phòng giáo dục thành phố và huyện trong Tỉnh cũng đã triển khai chương trình hội thao tại địa phương thành phố và các huyện và tổ chức vào cuối tháng 10/2014 để chuẩn bị cho Hội thi trong ngành giáo dục toàn Tỉnh.

Ngoài tổ chức hội thao, một số trường tổ chức biểu diễn văn nghệ như ca hát, đóng kịch, thi đấu bóng đá...do các học sinh trong trường tổ chức để chào mừng các thầy cô.



Tại các trường mầm non không khí chào mừng ngày nhà giáo Việt Nam cũng được chuẩn bị với các tiết mục hát, đóng kịch, của các em nhỏ .. tuy những tiết mục của các em nhỏ không được hoàn chỉnh nhưng với sự ngây ngô, dễ thương trong các tiết mục biểu diễn và chứa đựng tình

cảm, sự biết ơn của học sinh sẽ mang lại xúc động đến với thầy cô.

Cũng với hoạt động của thầy cô giáo đang còn công tác tại trường thì hoạt động để chào mừng ngày nhà giáo của Hội Cựu giáo chức (những thầy cô giáo đã về hưu) tại các phường xã, thành phố cũng được lên kế hoạch tổ chức trong ngày 19 và 20/11 với các nội dung như tọa đàm, đọc thơ, hát, .. và tặng những món quà lưu niệm cho thầy cô. Đây là hoạt động hết sức thiết thực cho những người lớn tuổi đã từng hoạt động trong ngành giáo dục, giúp thầy cô tuy đã nghỉ dạy nhưng vẫn cảm thấy được tình cảm chân thành của những học trò cũ dành cho mình.

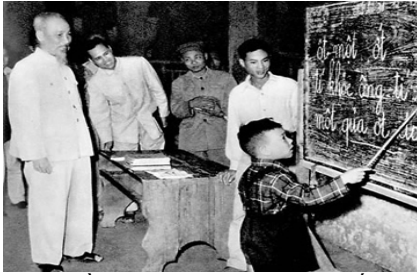
(Tổng hợp)

BÁC HỒ VỚI SỰ NGHIỆP TRỒNG NGƯỜI

Bác Hồ đặc biệt quan tâm đến sự nghiệp “trồng người”. Qua những bức thư Bác gửi giáo viên, học sinh, chúng ta thấy tư tưởng của Bác về giáo dục vẫn mang tính thời sự, là kim chỉ nam cho công cuộc đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo hiện nay.

Đề động viên các em học sinh bước vào năm học mới, tháng 9/1945, Bác Hồ đã viết “Thư gửi cho các học sinh”. Với tình cảm hết sức thân ái, tâm tình, Người chỉ bảo cho các em thấy được cái may mắn và vinh dự khi được hưởng một nền giáo dục mới, với mục đích hết sức

tốt đẹp là đào tạo nên những người công dân có đức, có tài. “Ngày nay các em được cái may mắn hơn cha anh là được hấp thụ một nền giáo dục của một nước độc lập, một nền giáo dục nó sẽ đào tạo các em nên những người công dân hữu ích cho nước Việt Nam, một nền giáo dục làm phát triển hoàn toàn những năng lực sẵn có của các em”.



Bác Hồ luôn đặc biệt quan tâm đến sự nghiệp trồng người (Ảnh tư liệu)

Bác không quên nhắc nhở các học sinh hiểu rõ nguồn cội: “Các em được hưởng sự may mắn đó là nhờ sự hi sinh của biết bao đồng bào các em. Vậy các em nghĩ sao? Các em phải làm thế nào để đền bù lại công bao của người khác đã không tiếc thân và tiếc của để giành độc lập cho nước nhà”.

Không chỉ vậy, Bác khích lệ học sinh chăm chỉ học tập để làm rạng danh nước nhà. Bác viết: “Non sông Việt Nam có trở nên tươi đẹp hay không, dân tộc Việt Nam có bước tới đài vinh quang để sánh vai với các cường quốc năm châu được hay không, chính là nhờ một phần lớn ở công học tập của các cháu”. Lời dạy

của Bác đã thấm sâu vào lớp lớp thế hệ trẻ; là nguồn cổ vũ, gửi gắm trọn niềm tin của Người vào thế hệ trẻ. Và Bức thư Bác viết đã trở thành chân lý của thời đại.

Ngày 31/10/1955, Bác Hồ có “Thư gửi giáo viên, học sinh, cán bộ thanh niên và nhi đồng” nhân dịp các trường bước vào năm học mới. Trong phần đầu thư, Bác viết: “Trong năm học vừa qua, từ khi miền Bắc hoàn toàn giải phóng, các thầy giáo và cán bộ đã cố gắng nhiều. Các cháu học trò đã có những tiến bộ khá. Nhà trường đồng đức vui vẻ. Đó là một thành tích đáng mừng. Nhưng đó mới là bước đầu”.

Bác định hướng rõ mục tiêu: “Trường học của chúng ta là trường học của chế độ dân chủ nhân dân, nhằm mục đích đào tạo những công dân và cán bộ tốt, những người chủ tương lai tốt của nước nhà. Về mọi mặt, trường học của chúng ta phải hơn hẳn trường học của thực dân và phong kiến. Muốn được như thế thì thầy giáo, học trò và cán bộ phải cố gắng hơn nữa để tiến bộ hơn nữa”.

Không nói những lời giáo điều, Bác giao nhiệm vụ cụ thể: “Trước hết phải ra sức tẩy sạch ảnh hưởng giáo dục nô dịch của thực dân còn sót lại, như: Thái độ thờ ơ đối với xã hội, xa rời đời sống lao động và đấu tranh của nhân dân. Và cần xây dựng tư tưởng: dạy và học để phục vụ Tổ quốc, phục vụ nhân dân. Nhà trường phải gắn liền với thực tế của nước

nhà, với đời sống của nhân dân. Thầy giáo và học trò, tùy hoàn cảnh và khả năng, cần tham gia những công tác xã hội, ích nước lợi dân”.

Có thể thấy, ngay từ những năm 1955, trong hoàn cảnh đất nước cực kỳ khó khăn, Bác Hồ đã tấy chay tư tưởng học để lấy bằng cấp, dạy học theo lối nhồi sọ. Điều quan trọng mà Bác muốn gửi gắm là phải xây dựng một nền giáo dục dạy và học để phục vụ Tổ quốc, phục vụ nhân dân. Nhà trường phải gắn liền với thực tế của nước nhà, với đời sống của nhân dân.

Những điều Bác Hồ mong muốn với ngành Giáo dục bình dị, mà lớn lao, cụ thể. Nhiệm vụ Bác giao cho tưởng như “đơn giản” nhưng để hoàn thành tốt cũng không dễ dàng gì.

Ngày 15/10/1968, Bác Hồ gửi bức thư cuối cùng cho ngành Giáo dục. Những điều Bác Hồ viết trong “Thư gửi các cán bộ, cô giáo, thầy giáo, công nhân viên, học sinh, sinh viên nhân dịp đầu năm học mới” vẫn mang ý nghĩa vô cùng sâu sắc đối với sự nghiệp giáo dục, đào tạo của nhà trường.

Tình cảm sâu nặng, chân tình của Bác Hồ với các thầy giáo, cô giáo, công nhân viên, học sinh, sinh viên và những lời khen đối với ngành Giáo dục không chỉ khơi dậy lòng yêu nghề, niềm tự hào đối với nghề, tinh thần trách nhiệm của các thầy giáo, cô giáo mà còn khơi dậy ý thức học tập của học sinh, sinh viên trong những năm tháng ác liệt.

Đề cao sứ mệnh của thầy cô giáo, trong thư Bác viết: “Nhiệm vụ của cô giáo, thầy giáo là rất quan trọng và rất vẻ vang”. Theo Bác, người thầy giáo có vai trò hết sức quan trọng đối với học sinh và xã hội: “Học trò tốt hay xấu là do thầy giáo, cô giáo tốt hay xấu. Các cô, các chú phải nhận rõ trách nhiệm của mình.... Giáo viên phải chú ý cả tài cả đức, tài là văn hóa, chuyên môn, đức là chính trị. Muốn cho học sinh có đức thì giáo viên phải có đức. Ví như bảo học trò phải dậy sớm mà giáo viên thì trưa mới dậy. Cho nên thầy giáo, cô giáo phải gương mẫu nhất là đối với trẻ con. Trách nhiệm đó rất là vẻ vang, quan trọng”.

Hiện nay, giáo dục và đào tạo nước ta đang có bước phát triển mạnh mẽ về số lượng, nhưng vẫn còn nhiều hạn chế về chất lượng, chưa theo kịp với công cuộc đổi mới của đất nước và hội nhập quốc tế. Qua các bức thư gửi thầy cô giáo, học sinh đã thấy rõ tầm nhìn của một vĩ nhân về giáo dục. Những tư tưởng, triết lý giáo dục của Người vẫn mang tính thời sự, đặc biệt trong tiến trình Đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo theo Nghị quyết Trung ương 8 (khóa XI) đang được cả hệ thống chính trị triển khai thực hiện.

(Tổng hợp)

THUỐC BẢO QUẢN RAU CỦ QUẢ: MỖI ĐE DỌA LỚN CHO SỨC KHỎE CỦA CON NGƯỜI

Các loại trái cây, rau củ quả có trên thị trường nước ta hiện nay rất phong phú. Người tiêu dùng cũng không chỉ được thưởng thức cây mùa nào thức ấy như trước kia nữa mà còn có thể mua nhiều loại trái mùa rất sẵn.... Điều làm người tiêu dùng lo lắng là những sản phẩm trái mùa này không phải do trồng cây trái mùa sản xuất ra mà do các nhà kinh doanh tạo nên bằng biện pháp bảo quản trái cây bằng hoá chất độc hại rẻ tiền!

Với cách làm này trái cây có thể giữ lâu khác thường, có những loại để từ mùa hè hoặc đầu thu đến tết âm lịch vẫn đem ra bán được giá cao vì là của trái mùa.



Nhiều người tiêu dùng đã nghi ngờ và lo lắng thấy nhiều loại trái cây như lê, táo, cam, quýt...mua về để cả tháng trời vẫn tươi nguyên. Có những quả cà chua rất đẹp mã, để ngoài trời rất lâu vẫn đỏ bóng, trong khi đó nếu mua cà chua của những người nông dân ra chợ bán 3-4 ngày đã thối hỏng.

Theo các nhà chuyên môn, trái cây bình thường không thể để được lâu như vậy. Chúng thường bị hỏng

nhanh bởi hai lí do: Trước hết do quá trình hô hấp, trong trái cây vẫn diễn ra quá trình tự chín rồi tự thối rữa. Thứ hai là khi đã hái khỏi cành trái cây sẽ bị vi sinh vật xâm nhập theo nóm, đây quá trình thối rữa diễn ra nhanh hơn. Cũng vì vậy trước đây người ta thường bôi vôi vào nóm trái cây để ngăn không cho vi sinh vật xâm nhập, nhưng đến nay người ta dùng hoá chất.

Nên thận trọng khi chọn mua trái cây nhất là của ngoại không rõ nguồn gốc.

Các loại trái cây không nguồn gốc bày bán trên thị trường rất phong phú. Nếu căn cứ vào những lời giới thiệu, nào là táo New Zeland, nho Mỹ, xoài Ấn Độ, cam quýt Thái Lan, lê Trung Quốc.v.v. người tiêu dùng rất dễ mắc lừa mua về để thưởng thức của lạ nước ngoài.

Có nhiều hoá chất đang được người ta dùng để bảo quản trái cây. Được sử dụng phổ biến nhất hiện nay là đất đèn và một số hoá chất độc hại khác. Hóa chất được nói đến nhiều là chất chống nấm dùng trong xây dựng rẻ tiền. Trái cây sau khi được nhúng vào dung dịch này, các vi sinh vật bám vào sẽ bị chết ngay nên giữ được vẻ tươi đẹp rất lâu. Có nơi người ta còn dùng cả chất 2,4 D là một loại thuốc diệt cỏ để tắm ướp bảo quản trái cây. Đây là một hoá chất độc, dùng liều lượng cao có tác dụng diệt cỏ, dùng nồng độ thấp có tác dụng kích thích làm cho trái cây

tăng kích thước rất nhanh. Ngoài ra còn có tác dụng làm chậm quá trình lão hoá, giúp cho trái cây tươi lâu.

Theo giới chuyên môn, các loại hóa chất này có tác dụng vừa chống mốc vừa bảo quản hàng hóa lâu bị hư hại. Hóa chất này có gốc clo, peroxit rất độc hại cho người sử dụng vì nó không mùi, không vị, không màu nên rất khó phát hiện. Những loại hóa chất này thâm thấu rất mạnh vào bên trong củ quả. Tiến sĩ Phạm Thành Quân, Phó Khoa Công nghệ Hóa học Đại học Bách khoa TP HCM, cho biết các chất trên “bị” đưa vào củ quả ngoài tính chất diệt côn trùng, diệt tất cả vi khuẩn (kể cả vi khuẩn có lợi) nên ngăn chặn được quá trình chuyển hóa các tế bào, các vitamin bị chậm chuyển hóa cũng như chống oxy hóa làm củ quả tươi lâu.

Thông tin từ Cục An toàn Vệ sinh Thực phẩm cho thấy tại một số địa phương ở các tỉnh phía Bắc, nhất là vùng giáp biên giới, người ta còn sử dụng cả chất 2,4D (thuốc diệt cỏ) để tẩm ướp củ quả nhằm mục đích bảo quản được lâu. Theo tiến sĩ Lê Quang Hưng, Trưởng Bộ môn Cây công nghiệp Đại học Nông Lâm TP HCM, chất 2,4D nếu sử dụng liều lượng cao sẽ có công dụng diệt cỏ. Sử dụng nồng độ thấp sẽ trở thành chất kích thích cực mạnh làm cho củ quả tăng kích thước nhanh bất thường. Ngoài ra, còn có công dụng làm chậm quá trình lão hóa, tươi lâu

cũng như giữ được màu sắc củ quả khá tốt. Nó còn diệt cả côn trùng, vi khuẩn... nên bị giới kinh doanh trái cây lợi dụng.



Việc phân biệt trái cây tự nhiên với những loại bảo quản bằng hoá chất rất khó, không thể thực hiện được bằng mắt thường. Các biện pháp để đề phòng như rửa kỹ bằng nước sạch hoặc ngâm nước muối cũng không có tác dụng, vì có thể hoá chất độc hại đã ngấm sâu vào ruột trái cây.

Để đảm bảo an toàn, các nhà chuyên môn khuyên người tiêu dùng nên thận trọng khi mua trái cây. Nên chọn mua những loại có dáng vẻ tự nhiên và cảnh giác với những loại nom quá bóng bẩy, đẹp mã, nên mua ở những cửa hàng uy tín

Đối với cam quýt, nên chọn những quả còn cả cuống và lá. Tốt nhất nên lay thử nhẹ cuống xem có đúng cuống thật hay được dính bằng keo.

Nên ăn những trái cây trong nước và không nên mua những hoa quả trái mùa nếu không biết rõ chúng được bảo quản bằng phương pháp gì, có an toàn không?

(Tổng hợp)

CÔNG NGHIỆP VÀ ĐỜI SỐNG

ĐẠI HỌC BR-VT: NHIỀU GIẢI PHÁP CÓ TÍNH ỨNG DỤNG CAO TRONG CÔNG TÁC GIÁO DỤC

Sở Khoa học và Công nghệ (KH&CN) phối hợp với Trường ĐH Bà Rịa - Vũng Tàu (BR-VT) tổ chức cuộc thi ý tưởng khoa học và công nghệ tại Trường Đại học BR-VT năm 2014. Đây là cuộc thi thực hiện theo ý kiến chỉ đạo của Ủy ban Nhân dân tỉnh về việc tổ chức Cuộc thi Ý tưởng KH&CN tỉnh BR-VT lần thứ I-2014, tiếp nối sau sự thành công của Cuộc thi Ý tưởng KH&CN tỉnh BR-VT tại Sở KH&CN, lễ trao giải thưởng đã được tổ chức vào cuối tháng 9/2014 vừa qua.



Cuộc thi được phát động từ tháng 4 đến tháng 8/2014, dành cho các đối tượng là cán bộ, giảng viên, nhân viên và sinh viên của Trường ĐH BR-VT. Sau 4 tháng phát động, Ban tổ chức đã nhận được 123 hồ sơ gửi về dự thi, trong đó có 68 giải pháp của cán bộ, giảng viên và 55 giải pháp của sinh viên. Trong quá trình

chấm thi, Hội đồng giám khảo đã chọn được 20 giải pháp có tính mới, khả năng áp dụng và hiệu quả tốt để trao giải, trong đó có 1 giải nhất, 2 giải nhì, 3 giải ba và 14 giải khuyến khích. Ý tưởng: “Dùng các phần mềm điều khiển trong công nghiệp để mô phỏng thay thế 04 Phòng thực hành Điều khiển và Tự động hoá” của nhóm TS. Nguyễn Phan Cường-Giảng viên khoa Điện – Điện tử và ThS. Nguyễn Minh Trung – Phòng Đào tạo đạt giải nhất cuộc thi. Hai giải nhì là các ý tưởng: “Tăng cường tuyển sinh trực tuyến để mở rộng quy mô tuyển sinh cho Trường Đại học BR-VT” của tác giả ThS. Ngô Mạnh Lâm - Giảng viên khoa Kinh tế và ý tưởng “Ứng dụng Lysozyme kết hợp với Nisin và edta làm màng bao kháng khuẩn để bảo quản thực phẩm” của nhóm tác giả ThS. Phạm Thị Hữu Hạnh và KS. Chu Thị Hà – Giảng viên khoa Hoá và Công nghệ thực phẩm. 03 giải ba được trao cho các ý tưởng: “Đưa môn học “Kỹ năng mềm” vào chương trình giảng dạy cho sinh viên đại học - cao đẳng của Trường” của TS. Võ Thị Thu Hồng - Giảng viên khoa Kinh tế; “Phân lập, xây dựng quy trình sản xuất và sử dụng sinh khối *Trichoderma* trong việc phòng trừ một số nấm bệnh gây hại trên trên cây tiêu” của KS. Nguyễn Văn Tới – Giảng viên khoa Hoá và Công nghệ thực phẩm; “Thiết kế thiết bị cắt vỏ cacao” của nhóm sinh viên Ngô Lê

Huyền Mi, Hồ Xuân Hiệp; Nguyễn Thị Hiếu, Lớp DH11H2- Khoa Hoá và Công nghệ thực phẩm.

Theo Ban tổ chức, những ý tưởng đoạt giải lần này đều thể hiện được sự đổi mới, sáng tạo nhằm nâng cao chất lượng giảng dạy, học tập và quá trình quản lý trong nhà trường, chuyên giao những kiến thức được đào tạo trong trường vào thực tiễn sản xuất, kinh doanh. Nhiều giải pháp được các tác giả đề xuất đã được trường Đại học BR-VT triển khai áp dụng ngay hoặc có kế hoạch triển khai thực hiện trong nhà trường trong thời gian tới.

Các giải pháp được đánh giá có tính khả thi như giải pháp “Dùng phần mềm điều khiển trong công nghiệp để mô phỏng thay thế 04 phòng thực hành điều khiển và tự động hoá”; giúp cho sinh viên ngành điện, điện tử được thực hành, làm quen trên hệ thống phần mềm điều khiển của hệ thống sản xuất công nghiệp, giúp sinh viên khi ra trường sẽ tiếp cận ngay được với thực tế ngành sản xuất công nghiệp, có trình độ công nghệ tự động hoá cao. Giải pháp này trước mắt đáp ứng nhu cầu thực hành cho sinh viên khoa điện - điện tử dựa trên cơ sở mô phỏng thay thế cho bốn phòng thí nghiệm thực hành. Bên cạnh đó giải pháp “Tăng cường tuyển sinh trực tuyến để mở rộng quy mô tuyển sinh cho trường đại học BR-VT” được thiết lập trên cơ sở tối ưu hoá nội dung của

website bv.u.edu.vn, chọn các từ khoá về tuyển sinh nhằm đưa trang tuyển sinh của Trường vào một trong những топ đứng đầu kết quả hiển thị trong google nhằm tăng lượng truy cập lượng người có nhu cầu tìm hiểu thông tin về tuyển sinh trong những thời gian cao điểm.

Nhiều ý tưởng KH&CN đoạt giải không chỉ có ý nghĩa trong phạm vi phục vụ trong đào tạo, quản lý trong các trường đại học mà còn có tính mới, tính thực tiễn cao trên phạm vi toàn quốc. Đơn cử là giải pháp “Ứng dụng Lysozyme kết hợp với nisin và Edta làm màng bao kháng khuẩn để bảo quản thực phẩm” đã đưa ra được giải pháp bảo quản thực phẩm như thịt và các sản phẩm từ thịt an toàn, rẻ tiền, dễ áp dụng. Hay giải pháp “Phân lập, xây dựng quy trình sản xuất và sử dụng sinh khối Trichoderma trong việc phòng trừ một số nấm bệnh gây hại trên cây tiêu” được hình thành trên cơ sở, sử dụng giải pháp sinh học, dùng sinh khối nấm Trichoderma nhằm phòng trừ một số bệnh hại trên cây trồng, đặc biệt là cây tiêu. Giải pháp giúp cho người nông dân phòng trừ bệnh cây tiêu thao tác đơn giản, chi phí đầu tư thấp, không gây độc hại, ô nhiễm môi trường phù hợp với xu thế phát triển nông nghiệp bền vững trong giai đoạn hiện nay. Ngoài ra còn rất nhiều giải pháp có ý nghĩa thực tiễn đối với phát triển các đặc trưng của địa phương như các giải

pháp chế biến các sản phẩm từ Cacao: hệ thống ép bơ ca cao, sản xuất rượi vang Cacao, kẹo dẻo Cacao... Bên cạnh những giải pháp của các cán bộ, giảng viên trường Đại học BR-VT, một số giải pháp của các sinh viên đoạt giải cũng mang lại một hàm lượng KH&CN tương đối cao. Cuộc thi từng bước giúp sinh viên tiếp cận với phong trào nghiên cứu khoa học, củng cố lý thuyết gắn liền với thực tiễn. Giải pháp “Thiết bị cắt vỏ cacao” của nhóm tác giả sinh viên đoạt giải ba cuộc thi đã sáng tạo ra thiết bị cắt vỏ cacao cho năng suất ổn định, kích thước xác định và hạn chế được lượng nhầy trong sản phẩm sau cắt, dễ dàng tháo lắp vệ sinh. Giải pháp này không những nâng cao năng suất mà còn giúp tận dụng được nguồn nguyên liệu, bảo vệ môi trường trong quá trình chế biến.

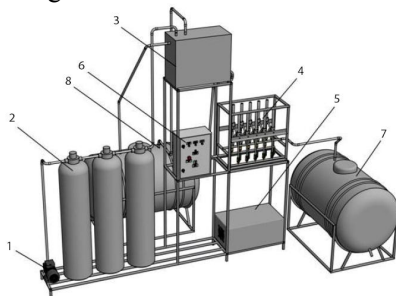
Cuộc thi ý tưởng Khoa học và công nghệ tại trường Đại học BR-VT, đã tạo sân chơi lành mạnh cho cán bộ giáo viên trong trường nâng cao nghiệp vụ chuyên môn và giao lưu học hỏi kinh nghiệm lẫn nhau, các giải pháp của giáo viên cũng như sinh viên đưa ra có ý nghĩa thiết thực trong công tác giảng dạy, học tập tại trường. Cuộc thi ý tưởng Khoa học và công nghệ là một sân chơi bổ ích và cần được phát huy không chỉ tại các trường và cần phát huy trong các ngành, các cấp của Tỉnh.

(Tổng hợp)

XỬ LÝ NƯỚC UỐNG CHO CỘNG ĐỒNG BẰNG CÔNG NGHỆ PLASMA

Công nghệ xử lý nước bằng plasma tạo ra gốc tự do có lực oxy hóa rất mạnh để xử lý các tạp chất hữu cơ và vô cơ trong nước; nước không bị chuyển màu theo thời gian.

Khác với Nhật, Singapore, Đức... nước máy ở hầu hết các nước trong khu vực như Indonesia, Malaysia, Philipine và Việt Nam đều không thể uống trực tiếp vì nguy cơ nhiễm khuẩn ColiForm, Ecoli và các loại tạp chất rất cao, có thể do công nghệ xử lý, nguồn nước và hệ thống đường ống cũ kỹ. Hiện nay tốt nhất vẫn là sử dụng nguồn nước máy vì đã qua xử lý loại bỏ tương đối an toàn các chất độc hại, nhưng để uống được thì vẫn phải qua đun nấu mất thời gian và tốn kém.



Ứng dụng công nghệ plasma là giải pháp của Phòng Nghiên cứu Năng lượng và Môi trường - Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật TP.HCM nhằm xử lý và cung cấp nước uống sạch tự động, đạt tiêu chuẩn y tế phục vụ nơi công cộng như trường

học, bệnh viện, ký túc xá. Quy trình gồm các bước như sau:

Hệ thống xử lý nước để uống có lưu lượng 5m³/ngày, phục vụ 2.500 người. Mô hình trình diễn có hai trạm lấy nước tự động trong khuôn viên trường học hay công ty, trạm thứ nhất là cột nước có 3 vòi rót tự động 0,5 lít và trạm thứ hai là cột nước có 2 vòi lấy nước tự động 20 lít. Tùy yêu cầu cụ thể, số lượng trạm và vòi nước sẽ được thiết kế cho phù hợp. Nước máy được đưa trực tiếp vào hệ thống xử lý plasma, lọc rồi đưa vào bình lưu trữ và hệ thống chiết rót tự động dựa trên công nghệ RFID. Chi phí xử lý plasma chỉ khoảng 50 đồng/lít. Hệ thống được đánh giá an toàn theo TCVN, đạt tiêu chuẩn QCVN 6-1: 2010/BYT. Hơn nữa, hệ thống không dùng chai như nước đóng chai nên thân thiện với môi trường đồng thời giảm chi phí xử lý, vận hành, bảo dưỡng đơn giản.

Công nghệ plasma tạo ra gốc tự do có lực oxy hóa rất mạnh, đồng thời tạo ra hiện tượng sóng xung kích (shockwaves), tia cực tím (UV) và hiện tượng phá vỡ lên kết hóa học (vòng benzen) bởi các va chạm mạnh của các hạt mang điện (electron và ion). Nhờ nguyên lý này, công nghệ plasma phá vỡ các thành phần hóa học độc hại và diệt virus trong nước uống mà không cần dùng hóa chất. Các tạp chất bị đốt trực tiếp trong môi trường plasma nên nước sau khi xử lý không bị chuyển màu theo thời

gian. Plasma được tạo ra trực tiếp trong môi trường nước nên quá trình xử lý nhanh và hiệu quả.

(Theo cesti)

THIẾT BỊ CHỐNG TRỘM THÔNG MINH

Ở cách xa cả nghìn km, người dùng thiết bị bảo vệ của nông dân Nguyễn Văn Thanh vẫn phát hiện tài sản của mình đang bị bọn trộm lăm le phá khóa.

Học vẫn mới lớp 8, chàng trai ở xã Lộc Châu, thành phố Bảo Lộc, Lâm Đồng, đã sáng chế thành công “*thiết bị chống trộm được kết nối với điện thoại cá nhân*”.



Mục tiêu cần bảo vệ là ngôi nhà, Thanh cung cấp một phần mềm do anh tự sáng chế, có thể gắn bất cứ nơi đâu trong nhà. Khi trộm cạy cửa hay phá khóa nhà, lập tức hệ thống phát ra cảnh báo bằng cách tự động gọi tới điện thoại di động của chủ nhà dù chủ nhà đang ở xa hàng nghìn cây số. Vì thiết bị này thông qua sóng điện thoại nên chỉ cần chủ nhà đang ở nơi có sóng điện thoại thì hệ thống sẽ phát huy tác dụng. Đặc biệt

tại địa điểm bọn trộm đang đột nhập không hề phát ra bất cứ âm thanh hay tín hiệu nào.

Thiết bị này dùng hai chiếc sim điện thoại và được mã hóa với nhau. Một chiếc là số máy của gia chủ, chiếc còn lại cài đặt trong phần mềm thiết bị được gắn tại địa điểm cần bảo vệ. Phức tạp nhất trong quá trình thực hiện, nghiên cứu, sáng chế là sử dụng sim công cộng (sim rác) nhưng khi điều khiển lại mang tính cá nhân tuyệt đối. Một khi có kẻ trộm đột nhập, lập tức chiếc sim được cài đặt trong phần mềm sẽ điện báo vào sim điện thoại của chủ tài sản.

Ở thiết bị chống trộm cho xe máy, Thanh còn hiện đại thêm bằng cách cài đặt 2 chế độ báo ở hai mức độ khác nhau. Một chế độ là có thể dắt xe nhưng không thể nổ máy. Chế độ này thích hợp khi gửi xe tại nơi công cộng, cho phép người trông giữ xe có thể sắp xếp xe trong bãi giữ cho gọn gàng, ngay ngắn để dễ kiểm soát nhưng không thể khởi động máy của xe. Ở chế độ thứ hai chiếc xe máy có thể được bảo vệ tuyệt đối là không thể dắt xe cũng như khởi động máy.

(Theo khoa hoc.com)

NÔNG NGHIỆP VÀ NÔNG THÔN

CÁCH CHĂM SÓC ĐÈ GÀ ĐÈ TRỨNG ĐỀU, CHẤT LƯỢNG CAO

Theo các chuyên gia ngành gia cầm, để nuôi gà đẻ trứng đạt năng suất trứng cao, chất lượng tốt, cho hiệu quả cao người chăn nuôi cần quan tâm một số yếu tố cơ bản sau đây



- Cần chọn giống gà tốt, phù hợp với mục đích nuôi đẻ trứng thương phẩm hay lấy trứng cho ấp để bán gà giống. Chọn những con mái khỏe mạnh, có khả năng đẻ khỏe.

Khi mua giống gà sinh sản nên mua tăng thêm 50% số con để trong thời gian nuôi hậu bị loại bỏ những con không đạt tiêu chuẩn. Nên loại bỏ những gà mái hậu bị 2 lần lúc 3 và 5 tháng tuổi.

- Chăm sóc đẻ gà đủ tuổi đến trên 6 tháng tuổi mới vỗ đẻ, cho uống đủ nước pha chất điện giải những ngày nắng nóng. Cho uống vitamin ADE thường xuyên và trộn thêm vỏ sò, bột xương xay nhỏ vào cám cho gà ăn giúp cho gà đẻ khỏe, trứng to, vỏ dày và sáng.

Nên bố trí ổ đẻ thấp cách nền chuồng 30-40cm. Không nên đặt ổ đẻ giáp mái tôn, phòng gà nằm đẻ bị chết nóng khi gặp nhiệt độ cao. Những ngày rét đậm, rét hại, nhiệt độ ngoài trời dưới 13 độ C cũng cần

quây bạt kín quanh chuồng, thấp bóng điện tròn sưởi ấm cho gà.

Nhiều người còn có kinh nghiệm ngâm lúa mộng cho gà đẻ ăn thêm giúp cho gà tiêu hóa dễ hơn, kích thích gà đẻ khỏe hơn.

- Nếu gà đang đẻ bình thường mà ngừng đẻ mặc dù vẫn ăn uống, phát triển bình thường, bỗng nhiên sắc mào đỏ tươi hơn bình thường, trứng đẻ ra xù xì, có thể do gà bị bệnh viêm phế quản truyền nhiễm, bà con nên nhỏ hoặc tiêm lại vắc-xin IB chủng H52.

(Theo nongnghiep.vn)

TRỒNG THIÊN LÝ THU LỢI NHUẬN CAO

Thiên lý rất dễ trồng, chỉ cần một góc vườn, có sân hoặc ao, tiến hành làm giàn để cây leo, cho thu hoạch hoa quanh năm.



Thấy hiệu quả nông dân đã chuyển sang trồng quy mô lớn ở các chân ruộng...

Cây thiên lý rất dễ tính và không cần nhiều thời gian chăm sóc, cũng không cần kỹ thuật cầu kỳ như các cây trồng khác, chỉ cần đầu tư trồng

một lần là khai thác được liên tục nhiều năm. Mỗi năm sau khi thu hoạch xong, vào mùa đông cây trút lá chỉ cần đốn tia cành, sửa sang lại giàn, bố trí các cành cho đều là ổn.

Để có được nhiều hoa trên giàn, hoa to, chất lượng tốt thì người trồng cần quan tâm bổ sung ngay từ đầu năm một lượng phân chuồng mục (5 - 7 kg/hốc) kèm các chất tạo xốp như mùn mục, trấu, rơm kết hợp với một lượng NPK (0,02 - 0,03 kg/hốc) phủ quanh gốc rồi đổ đất che...

Đến khi cây bò kín giàn và đâm nụ thì bổ sung định kỳ cho cây 1 tháng/lần bằng các loại phân như nước giải gia súc và NPK 16-16-8 với lượng khoảng 0,5 - 1 kg/hốc. Nếu có phân chuồng mục 5 - 6 kg/hốc thay thế thì càng tốt, kết hợp với tia bỏ các cành rậm rạp đè chông lên nhau để hạn chế rệp hại sau này.

Ngoài ra, thời kỳ thu hoạch hoa nên định kỳ bổ sung thêm phân bón lá vi lượng (1 tuần/lần) để giúp cây bền lâu, hoa to, chất lượng tốt hơn và vệ sinh tia bỏ các cành già cỗi, lá úa trên giàn cho thông thoáng...

Cây thiên lý có nhiều lá, hoa trên giàn nên rất cần nước nhất là thời kỳ cho thu hoạch hoa. Vì vậy, nước tưới rất quan trọng nhằm nâng cao năng suất. Muốn hoa to, nhiều hoa trên giàn người trồng cần duy trì liên tục đồng luống hay chân ụ mức nước ngang mắt cá chân để cây đủ nước.

Khi gặp thời tiết nắng nóng nên tưới theo phương pháp phun mưa để

hoa khô héo, hạn chế rệp hại tốt hơn. Trung bình 1 tuần tưới nước cho cây từ 1 -2 lần. Thiên lý thường cho thu hoạch từ tháng 4 đến tháng 10 dương lịch hàng năm. Nếu chăm sóc tốt sẽ hái 2 - 3 lần hoa/tuần được khoảng 10 - 13 kg/lần/sào.

(Theo nongnghiep.vn)

TRỒNG ĐẬU QUE TRÊN ĐẤT CÁT

Đậu que có thể trồng trên nhiều loại đất khác nhau, nhưng thích hợp nhất là đất thịt pha cát, nhiều mùn, thoát nước tốt.



Ông Nguyễn Văn Lý, 57 tuổi, ngụ tại quận Cái Răng, TP Cần Thơ là nông dân có nhiều kinh nghiệm trồng đậu que trên đất cát.

Anh Lý cho biết, đậu có thời gian sinh trưởng ngắn và có thể trồng quanh năm, mùa mưa có năng suất thấp, mùa nắng thì cao hơn. Đậu que từ lúc trồng đến khi thu hoạch từ 50 - 55 ngày. Nên thu khi vỏ trái xanh nõn, bình quân đậu que cho trái kéo dài khoảng 1 tháng. Muốn trồng đậu que hiệu quả cần chọn nơi đất cao ráo, tiêu thoát nước tốt.

Trước khi trồng, cần cày bừa kỹ, sâu, tơi xốp, làm sạch cỏ dại và tàn dư vụ trước để tiêu diệt nguồn sâu, nhộng, trứng của các loài sâu. Sau khi cày, phơi đất 15-20 ngày để diệt mầm cỏ dại trong đất, nhộng sâu các loại. Lên luống rộng 0,6- 0,8m, cao 25-30cm, mương rộng 0,4-0,5m.

Sử dụng màng phủ nông nghiệp có thể hạn chế được rệp truyền vi-rút cho cây, cỏ dại, giúp ổn định nhiệt độ đất, thúc đẩy cây phát triển; vào mùa khô có thể giữ được độ ẩm của đất, giảm lượng nước bốc hơi; khi trời mưa tránh cho đất bị xói mòn gây tổn thương bộ rễ và phân bị rửa trôi; tăng hiệu quả sử dụng phân bón. Trải bạt lên luống, đục lỗ với đường kính 3-5cm, khoảng cách lỗ 20-25cm.

(Theo khoa hoc phothong)

KINH NGHIỆM XỬ LÝ RONG PHÁT TRIỂN DƯỚI ĐÁY AO NUÔI TÔM

Rong đáy phát triển trong ao nuôi tôm sẽ gây nên tình trạng thiếu oxy, biến động các yếu tố môi trường..., từ đó ảnh hưởng xấu đến tôm nuôi trong ao. Tuy nhiên, việc xử lý rong phát triển dưới đáy ao nuôi tôm là không đơn giản và nếu xử lý không đúng cách cũng khiến tôm nuôi bị sốc, yếu dẫn đến phát bệnh.

Trong những ao nuôi tôm ít cải tạo, cải tạo không triệt để hay ao ô nhiễm do chứa nhiều chất hữu cơ cũng thường gặp tình trạng rong đáy

phát triển. Nguyên nhân dẫn đến tình trạng này là do mực nước ao nuôi quá thấp (dưới 0,8 m), tảo tàn làm cho nước ao trong khiến ánh sáng chiếu xuống nền đáy ao tạo điều kiện cho rong đáy phát triển mạnh.



Để tránh tình trạng rong đáy phát triển trong ao nuôi tôm cần giữ mực nước cao trên 1m bằng cách bổ sung nước đã xử lý trong ao lắng, cải tạo ao nuôi kỹ trước vụ nuôi mới. Sau khi lấy nước, diệt tạp và diệt khuẩn nước ao cần dùng phân vô cơ, phân hữu cơ hoặc hỗn hợp cám gạo - bột cá theo một tỷ lệ nhất định để gây màu nước giúp tảo phát triển sao cho độ trong nằm trong khoảng 30-40cm để giúp các yếu tố môi trường luôn ổn định.

Trong trường hợp ao nuôi tôm đã có rong đáy phát triển thì không nên dùng các loại hóa chất như Sulphat đồng (CuSO_4), BKC, Formol... để diệt rong như cách bà con nông dân thường làm. Bởi nếu dùng các loại hóa chất này diệt tảo chỉ có hiệu quả ngay lúc đó nhưng rong vẫn tiếp tục phát triển sau này. Hơn nữa, khi dùng hóa chất thì rong sẽ chết hàng

loạt, bị phân hủy trong ao gây thối nước, từ đó ảnh hưởng đến sức khỏe tôm nuôi nếu không có biện pháp xử lý tốt.

Trường hợp phải cải tạo ao nuôi tôm cũ đã xuất hiện rong đáy trong vụ nuôi trước nhưng không thể phơi ao do thiếu nắng thì có thể ngăn chặn rong phát triển bằng cách lấy nước vào ao khoảng 5-10 cm rồi đánh BKC liều lượng 1ppm, hoặc Formol liều 5 ppm để diệt rong, sau 3 ngày xả bỏ nước đáy ao và tạt vôi nóng (CaO) khắp ao với liều 200-300kg/ha.

(Theo khoa hoc phothong)

SỨC KHỎE CHO MỌI NGƯỜI

YẾU TỐ NGUY CƠ NGHỀ NGHIỆP ẢNH HƯỞNG ĐẾN GIỌNG NÓI CỦA GIÁO VIÊN

Giáo viên là nghề bắt buộc phải nói nhiều và nói nhiều kéo dài có thể gây tổn thương họng, thanh quản dẫn đến khàn hay mất giọng.

Giọng nói đối với nghề giáo viên là rất quan trọng, khi giọng nói bị thay đổi sẽ ảnh hưởng đến công việc. Người giáo viên cần phải đặc biệt quan tâm đến việc chăm sóc giọng nói của mình.

Một số yếu tố nguy cơ nghề nghiệp ảnh hưởng đến giọng nói.

- Tính chất công việc đòi hỏi phải nói nhiều: Nói để giảng bài, giải

thích cho học sinh, quản lý học sinh trong lớp...

Các biểu hiện khi có vấn đề về giọng nói

- Nói không được thoải mái, thay đổi ngữ điệu giọng nói, nói ngắt quãng;

- Khi nói hay bị ngắt quãng, không nói được to và kéo dài

- Giảm không thay đổi được ngữ điệu của giọng nói

- Cảm giác khô đau, vướng, khó chịu trong miệng, họng, nhất là khi phải nói to.

- Khó nuốt, có thể ho hoặc nghẹn khi nuốt

- Đau các cơ vùng cổ họng, có thể kèm theo đau tai;

- Cảm giác khó phát âm, khàn giọng, khàn tiếng, mất tiếng

Giảm các yếu tố nguy cơ nghề nghiệp.

- Bố trí thời gian làm việc nghỉ ngơi hợp lý, giảm tối đa số tiết giảng trong ngày

- Cải thiện môi trường làm việc, giảm tối đa mức âm nền.

- Giảm các yếu tố căng thẳng gây stress, tránh cáu giận, ức chế không cần thiết.

- Hạn chế phải nói to và nói nhiều:

+ Sử dụng micro và các thiết bị nghe nhìn khi giảng.

+ Nên hạ thấp giọng hơn khi cần yêu cầu học sinh tập trung hoặc có thể sử dụng các ký hiệu thay thế như âm thanh (vỗ tay), tín hiệu thị giác (giờ tay)...

Hãy đợi cho lớp học giữ trật tự trước khi nói

(Theo khambenhnghe)

CHIẾN DỊCH TIÊM VẮC XIN SỞI-RUBELLA ĐẠT HIỆU QUẢ AN TOÀN Ở BR-VT

Cục Y tế Dự phòng (Bộ Y tế) cho biết chiến dịch triển khai trên quy mô nhỏ đợt tiêm vắc xin sởi-Rubella cho trẻ em từ 1 đến 14 tuổi đã diễn ra an toàn.

Để tổ chức chiến dịch đạt mục tiêu đề ra và đảm bảo an toàn. Bộ Y tế đã tiến hành tiêm quy mô nhỏ để rút kinh nghiệm về tổ chức triển khai tại 4 tỉnh tại huyện Cơ Kuin (tỉnh Đắk Lắk), thành phố Vũng Tàu (tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu), huyện Thanh Sơn tỉnh Phú Thọ, huyện Phú Vang (tỉnh Thừa Thiên Huế) bắt đầu từ ngày 15/9.



Cũng trong thời gian qua, một số tỉnh cũng đã triển khai tiêm đợt đầu. Đến thời điểm ngày 2/10, đã có 458.772 trẻ được tiêm vắc xin sởi-Rubella tại 15/63 tỉnh.

Các điểm tiêm chủng vắc xin đều thực hiện đầy đủ quy trình an toàn

tiêm chủng, gồm khám sàng lọc, tiêm chủng, tư vấn và theo dõi sau tiêm chủng.

Sau tiêm chủng chỉ có một tỷ lệ rất thấp trẻ có biểu hiện sốt nhẹ và đã hết sốt trong thời gian ngắn, nguyên nhân trẻ sốt có thể do trùng lặp với các nguyên nhân gây sốt khác. Kết quả theo dõi cho thấy vắc xin sởi-rubella là vắc xin an toàn.

Lãnh đạo Ủy ban nhân dân đã trực tiếp đi kiểm tra công tác tiêm chủng trên địa bàn. Sau đợt tiêm quy mô nhỏ này Bộ Y tế sẽ rút kinh nghiệm tổ chức chiến dịch tiêm chủng rộng lớn an toàn, hiệu quả và đạt tỷ lệ cao.

Chiến dịch sẽ tiêm cho khoảng 23 triệu trẻ em từ 1 đến 14 tuổi trên toàn quốc. Mục tiêu của chiến dịch là đạt trên 95% trẻ 1-14 tuổi được tiêm vắc xin sởi-Rubella và đảm bảo chất lượng, an toàn chủng tiêm chủng theo quy định của Bộ Y tế.

(Theo vietnamplus)

6 DẤU HIỆU GIÚP BẠN NHẬN BIẾT SỚM BỆNH UNG THƯ VÒM HỌNG

Một số căn bệnh ung thư là rất khó khăn để nhận ra và thường mọi người chỉ biết sau khi ung thư đến giai đoạn phát triển, trong đó có cả ung thư vòm họng.

Mặc dù nguyên nhân của bệnh này chưa được xác định rõ ràng, nhưng một số yếu tố sau đây được coi là có thể làm tăng nguy cơ mắc ung thư vòm họng:

- Thường xuyên tiếp xúc với khói, bụi, môi trường kém thông khí, hoá chất (đặc biệt là các hydrocacbon thơm), ăn nhiều cá muối và các thức ăn lên men (dưa, trứng, các loại củ)...

- Uống nhiều rượu bia, hút nhiều thuốc lá, do di truyền, do tuổi tác.



Các dấu hiệu của ung thư vòm họng có thể khó xác định trong giai đoạn đầu của bệnh. Nhiều triệu chứng liên quan với bệnh ung thư cổ họng cũng giống như đau hoặc viêm họng thông thường.

Dưới đây là những dấu hiệu sớm của ung thư vòm họng mà bạn không được bỏ qua.

1. Khó nuốt

Khó khăn trong việc nuốt vào là một trong những dấu hiệu sớm của ung thư vòm họng. Có thể có một khối u phát triển trong cổ họng của bạn. Nếu bạn cảm thấy sự tăng trưởng của khối u trong cổ họng, khối u sẽ ngăn chặn thực phẩm đi qua cổ họng của bạn.

2. Bề mặt thanh quản thô ráp

Bạn cảm thấy có một bề mặt thô ráp trong cổ họng của bạn? Cảm giác khó chịu này là rất khó để bỏ qua. Nếu bạn đã bắt đầu phát triển bệnh

ung thư vòm họng, bạn sẽ tiếp tục cảm thấy dấu hiệu này.

3. Thay đổi trong giọng nói

Nếu bệnh phát triển xung quanh các dây thanh âm, nó sẽ dẫn đến giọng nói của bạn bị thay đổi. Hãy tham khảo ý kiến bác sỹ, ngay khi bạn nhận thấy bất kỳ dấu hiệu của sự thay đổi trong âm thanh từ giọng của mình.

4. Ho kéo dài

Nếu bạn bị ho dai dẳng và khi khỏi, giọng bạn bị khàn đi, bạn nên chú ý đến dấu hiệu này. Đây là một trong những dấu hiệu sớm của ung thư vòm họng. Nếu bạn bỏ qua những triệu chứng này, bạn có nguy cơ phát triển ung thư.

5. Chảy máu cam

Một trong những dấu hiệu để chẩn đoán nguy cơ ung thư vòm họng là chảy nước mũi một bên và có kèm theo máu. Tuy nhiên, nhiều người thường có thói quen nuốt nước mũi và nhổ ra đường miệng nên có thể dẫn đến chẩn đoán nhầm.

6. Nổi hạch ở cổ

Do vòm họng có cấu trúc mô bạch huyết phong phú nên khi có sự xuất hiện của tế bào ung thư thì chúng sẽ nhanh chóng lây lan khắp vùng cổ. Khi các tế bào ung thư phát triển, nó sẽ dẫn đến các hạch cứng ở cổ dù không có cảm giác đau đớn.

(Theo tchdkh)

NGUY CƠ TIỀM ẨN TỪ SỮA TƯƠI CHƯA TIỆT TRÙNG

Nhiều người dùng thích mua sữa tươi chưa tiệt trùng từ các trang trại để uống hơn là sữa tươi tiệt trùng đóng hộp vì lo ngại hóa chất bảo quản trong quá trình đóng gói. Nhưng thực sự sữa tươi chưa tiệt trùng có tốt hay không?



Theo thông tin từ trang Food Safety News, Mỹ mới đây đã đưa ra cảnh báo cho người dân về sự nguy hiểm khi sử dụng sữa tươi chưa tiệt trùng và các sản phẩm liên quan vì khả năng tồn tại của khuẩn E.coli trong đó.

Trẻ em thường mắc phải hội chứng HUS và bệnh thận do nhiễm khuẩn E.coli do trẻ uống sữa tươi chưa tiệt trùng và mắc bệnh trong một thời gian ngắn. Hội chứng HUS xảy ra khi cơ thể bị nhiễm trùng trong hệ thống tiêu hóa, dẫn đến việc sản xuất ra độc tố phá hủy các tế bào hồng cầu và gây tổn thương cho thận.

HUS thường xảy ra do sự nhiễm trùng đường tiêu hóa với vi khuẩn E.coli. Vi khuẩn E.coli được biết đến là loại vi khuẩn sống kí sinh trong đường ruột của người và động vật, là nguyên nhân gây ra các bệnh tiêu chảy, rối loạn máu và suy thận.

Sữa không tiệt trùng khá nguy hiểm vì nó không trải qua một quá trình diệt khuẩn trước khi sử dụng, có nghĩa là nó có thể chứa các tác nhân gây bệnh như khuẩn E.coli. Sức khỏe sẽ bị ảnh hưởng nếu sử dụng sữa chưa tiệt trùng vì khả năng nhiễm khuẩn E. coli hoặc các vi khuẩn khác là rất lớn. Chúng có thể gây bệnh rất nghiêm trọng cho người lớn và nguy cơ nhiễm bệnh cho trẻ em còn cao hơn nhiều lần.

(Theo Vietq)

KINH TẾ & THÔNG TIN THỊ TRƯỜNG

ĐỀ TRÁI CÂY VIỆT VƯỜN XA

Một thông tin khiến nông dân nước ta rất phấn khởi: Sản phẩm quả vải và nhãn Việt Nam đã được Bộ Nông nghiệp Mỹ cho phép nhập khẩu vào thị trường Mỹ. Vậy là sau thanh long và chôm chôm, quả vải và nhãn đã được nhập khẩu vào một thị trường giàu tiềm năng.

Vải thiều và nhãn vốn là những loại trái cây nổi tiếng ngon ngọt Chính vì sự mở rộng ồ ạt, thiếu quy hoạch, chưa quan tâm đến chất lượng, không tính đến thị trường nên những năm qua, quả vải và nhãn đã liên tiếp rơi vào cảnh “được mùa mất giá”, khó tiêu thụ hoặc hầu hết chỉ tiêu thụ với giá rẻ, ở những thị trường để tính như Trung Quốc. Nay Bộ Nông nghiệp Mỹ cho phép nhập

khẩu vải, nhãn Việt Nam vào Mỹ đã mở ra cánh cửa mới cho 2 loại trái cây này.

Để được nhập khẩu vào Mỹ, sản phẩm phải đảm bảo độ an toàn tuyệt đối vì thị trường Mỹ rất khó tính. Quả vải và nhãn phải được trồng ở vùng đăng ký và được Cục Bảo vệ thực vật theo dõi, đảm bảo không có mầm bệnh. Trước khi xuất khẩu, nông sản nước ta phải được chiếu xạ chống ký sinh trùng; mỗi lô hàng phải có chứng chỉ về an toàn thực phẩm của cơ quan chức năng Việt Nam và chứng chỉ nguồn gốc xuất xứ... mới được phép xuất khẩu sang Mỹ. Các loại vải, nhãn cũng phải chịu các quy định ngặt nghèo liên quan đến dư lượng thuốc bảo vệ thực vật. Do vậy, điều quan trọng nhất lúc này chính là xây dựng chỉ dẫn địa lý cho quả vải, nhãn; thực hiện tiêu chuẩn thực hành nông nghiệp tốt (GAP) trong trồng trọt, đóng gói và xuất khẩu; xây dựng chuỗi ứng, sản xuất và xuất khẩu sạch để gây dựng niềm tin, giữ vững thị trường.

Ở BR-VT, nhãn xoàng com vàng là một sản phẩm nổi tiếng với diện tích trồng hơn 700ha, tập trung chủ yếu ở huyện Tân Thành, huyện Xuyên Mộc và TP.Vũng Tàu. Là vùng trồng nhãn xoàng lâu đời, người nông dân có nhiều kinh nghiệm, nhưng việc áp dụng kỹ thuật mới, xây dựng thương hiệu gắn liền với các tiêu chuẩn sản xuất an toàn chưa được thực hiện đồng bộ. Vì

vậy, sức cạnh tranh của nhãn xoàng com vàng BR-VT chưa cao và phần lớn sản phẩm chỉ tiêu thụ nội địa. Nay, với việc vải thiều, nhãn Việt Nam được nhập vào thị trường Mỹ sẽ là một cơ hội lớn cho nhãn xoàng com vàng BR-VT. Tuy nhiên, để nhãn xoàng com vàng BR-VT xuất ngoại, ngành nông nghiệp cần đặt ra bài toán về sự thay đổi trong quy hoạch và cách thức tổ chức sản xuất, chế biến theo tiêu chuẩn VietGap... Có như vậy sản phẩm nhãn xoàng com vàng (và xa hơn nữa là các loại trái cây như măng cầu ta, quýt, bưởi da xanh...) của BR-VT có cơ hội vươn ra nước ngoài.

(Theo baobariavungtau)

KHÓ KHĂN TRONG KIỂM SOÁT RAU QUẢ TRÊN THỊ TRƯỜNG

Sự việc hàng trăm tấn trái cây và rau củ quả nhập khẩu từ Trung Quốc vào Việt Nam và được đưa đi tiêu thụ tại các tỉnh thành trong cả nước gần đây, đã làm dấy lên nỗi lo sợ vốn đã luôn thường trực trong mỗi người tiêu dùng.

Theo kinh nghiệm của những người bán trái cây lâu năm, trái cây Trung Quốc do dùng nhiều chất kích thích và tẩm hóa chất nên có cùng một kích cỡ, có độ láng bóng nhiều, thời gian lưu trữ lâu, từ 3-7 ngày ở nhiệt độ bình thường.

Nhiều người tiêu dùng biết rõ điều này, tuy nhiên, họ không còn sự lựa

chọn nào khác. Khi được hỏi, đa số các tiêu thương đều trả lời một cách chủ quan, về việc: rõ hay không rõ nguồn gốc của những mặt hàng trái cây mà họ đang bày bán.



Tiêu thương thấy người khác bán thì mình cũng bán theo, chứ mình không biết hàng xuất xứ ở đâu.

Rõ ràng là nếu người bán còn không phân biệt nổi, và thậm chí là không quan tâm đến nguồn gốc, xuất xứ của những mặt hàng này, thì người tiêu dùng cũng chỉ còn biết trông chờ vào sự vào cuộc của các cơ quan quản lý chức năng mà thôi. Thế nhưng, không ít bất cập khiến cho sự vào cuộc của các cơ quan này gặp nhiều khó khăn.

Một trong những mặt hàng khiến người tiêu dùng khá e dè, đó là táo. Bởi, theo tổng cục hải quan, năm 2013, táo là sản phẩm được nhập số lượng lớn, đến 23,8 triệu USD. Trong đó, táo Trung Quốc chiếm 75% với số lượng là 53.000 tấn.

Riêng đầu tháng 8 năm nay, số lượng táo nhập khẩu Trung Quốc chiếm 57% tổng lượng táo nhập

khẩu. Tuy nhiên, nếu ai cũng khăng định sạp trái cây mình không bán táo Trung Quốc, vậy loại táo này nhập về đã tiêu thụ ở đâu và như thế nào là câu hỏi lớn đối với cơ quan chức năng và người tiêu dùng.

Quan trọng nhất, vẫn là sự phối hợp, nâng cao trách nhiệm của mỗi cá nhân, mỗi đơn vị trong sự kiểm soát nguồn hàng, có lẽ là một giải pháp cần thiết trong thời điểm này.

(Theo Vietq)

CHUẨN BỊ HÀNG HÓA, BÌNH ỔN THỊ TRƯỜNG PHỤC VỤ TẾT

UBND tỉnh đã ra chỉ thị về việc chuẩn bị hàng hóa, bình ổn thị trường phục vụ Tết Nguyên đán Ất Mùi 2015 trên địa bàn tỉnh.

Theo đó, UBND tỉnh yêu cầu giám đốc các sở, thủ trưởng các ban, ngành và chủ tịch UBND các huyện, thành phố tiếp tục tập trung tháo gỡ những khó khăn, vướng mắc nhằm thúc đẩy hoạt động sản xuất, kinh doanh, bảo đảm cung ứng đủ và ổn định hàng hóa, dịch vụ cho nhu cầu thị trường trên địa bàn. Sở Công thương theo dõi sát diễn biến thị trường, cung cầu hàng hóa nhất là các mặt hàng thiết yếu như: gạo, xăng, dầu, đường, sữa, thực phẩm, thuốc chữa bệnh... để chủ động có phương án hoặc đề xuất UBND tỉnh có biện pháp ứng phó kịp thời nhằm ổn định thị trường trước, trong và sau Tết Nguyên đán Ất Mùi năm

2015. Bên cạnh đó, UBND tỉnh còn yêu cầu các ngành chức năng kiểm tra, giám sát chặt chẽ việc cung ứng điện, có phương án dự phòng để bảo đảm đủ điện cho sản xuất, sinh hoạt của nhân dân trong dịp cuối năm và Tết Nguyên đán; Chú trọng công tác bảo vệ an toàn PCCN tại các nơi công cộng, khu dân cư, khu vui chơi, các khu buôn bán tập trung, các chợ và TTTM. Sở Tài Chính phối hợp với các sở, ngành liên quan, UBND các huyện, thành phố trong việc kiểm tra chấp hành pháp luật về giá; thực hiện nghiêm các quy định về điều chỉnh giá, đăng ký, kê khai, niêm yết giá, trợ cước, trợ giá, công khai thông tin về giá. Sở NN&PTNT phối hợp với UBND các huyện và thành phố đẩy mạnh triển khai kế hoạch sản xuất nhằm cung ứng sản phẩm nông nghiệp phục vụ nhu cầu trên địa bàn tỉnh.

UBND tỉnh cũng đề nghị các tổ chức đại diện của DN: VCCI chi nhánh Vũng Tàu, Hội Xây dựng, Hiệp hội DNNVV, Hiệp hội xuất khẩu, Hội doanh nhân trẻ, Hội doanh nhân CCB, Liên minh HTX, Hiệp hội Du lịch phối hợp với các sở, ngành, UBND các huyện, thành phố vận động và khuyến khích DN thuộc mọi thành phần kinh tế đóng trên địa bàn tỉnh chủ động, tích cực sản xuất, kinh doanh, xem xét hạ giá thành sản phẩm; không tham gia buôn lậu, gian lận thương mại, hàng gian, hàng giả.

(Theo baobariavungtau)

VĂN HÓA-GIÁO DỤC

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO PHỐI HỢP VỚI MICROSOFT VIỆT NAM TRAO GIẢI CUỘC THI “GIÁO VIÊN SÁNG TẠO TRÊN NỀN TẢNG CÔNG NGHỆ THÔNG TIN 2014”

Ngày 3.10.2014, Bộ Giáo dục và Đào tạo phối hợp cùng Microsoft Việt Nam tổ chức Lễ trao giải cuộc thi “Giáo viên sáng tạo trên nền tảng công nghệ thông tin năm 2014”



Buổi lễ nhằm tôn vinh những giáo viên tiên phong trong việc đổi mới và có những sáng tạo trong việc tích hợp công nghệ thông tin một cách hiệu quả vào công tác giảng dạy và học tập với mục tiêu nâng cao chất lượng dạy và học. Tham dự Lễ trao giải có sự hiện diện của Lãnh đạo Bộ Giáo dục và Đào tạo; đại diện lãnh đạo Văn phòng Bộ; Cục Nhà giáo và cán bộ quản lý cơ sở giáo dục; lãnh đạo Microsoft Việt Nam cùng đông đảo giáo viên và học sinh.

Được phát động từ tháng 5.2014 dành cho giáo viên tại các cơ sở giáo dục phổ thông trên phạm vi toàn

quốc, cuộc thi “Giáo viên sáng tạo trên nền tảng công nghệ thông tin năm 2014” đã được triển khai thành công tốt đẹp và nhận được sự hưởng ứng của cộng đồng giáo viên từ các vùng miền trên khắp cả nước với tổng cộng gần 600 bài dự thi được gửi về. Ngoài mục đích khuyến khích giáo viên vận dụng công nghệ thông tin nhằm đổi mới hình thức tổ chức, phương pháp giảng dạy và cách kiểm tra, đánh giá kết quả giáo dục; tăng cường khả năng tự học, tự nghiên cứu và đặc biệt, cuộc thi còn tạo ra cơ hội lớn để các nhà giáo công bố sản phẩm và chia sẻ kinh nghiệm nghề nghiệp trong ứng dụng công nghệ thông tin của bản thân.

Cuộc thi là nơi để các giáo viên thể hiện và chia sẻ về những sáng tạo trong lao động nghề nghiệp của mình để góp phần nâng cao chất lượng giáo dục đào tạo. Đồng thời, khuyến khích các giáo viên trong các cơ sở giáo dục phổ thông vận dụng công nghệ thông tin vào đổi mới hình thức tổ chức, phương pháp và kiểm tra, đánh giá kết quả giáo dục, dạy học; tăng cường khả năng tự học, tự nghiên cứu và tạo cơ hội để các nhà giáo công bố sản phẩm và chia sẻ kinh nghiệm nghề nghiệp trong ứng dụng công nghệ thông tin của bản thân cho các giáo viên ở các cơ sở giáo dục phổ thông trên toàn quốc.

Sáng tạo vốn được coi là nền tảng và cơ sở cho sự đổi mới. Cuộc thi đã được khởi động từ niềm tin và ý thức

hướng tới những đổi mới trong giáo dục, là nơi tôn vinh những ý tưởng mới và kinh nghiệm giảng dạy có sự tích hợp của công nghệ thông tin nhằm mang đến những tiết học hiệu quả và thú vị.

Cũng nhân buổi Lễ phát thưởng, Microsoft Việt Nam và Bộ Giáo dục và Đào tạo thông báo và khuyến khích các giáo viên trên toàn quốc tham gia MIE Expert. Đây là cuộc thi nhằm tôn vinh các nhà giáo dục có tầm nhìn sâu rộng trên toàn cầu, những người đang sử dụng công nghệ vào dạy học một cách hiệu quả, nhằm mang lại môi trường học tập và kết quả tốt hơn cho học sinh.

(Theo tchdkh)

SAU 13 NĂM KỲ THI ĐẠI HỌC CÓ THÊM NHIỀU TỔ HỢP MÔN MỚI

Năm 2015 là năm đầu tiên các trường được chủ động chọn môn học tùy ý để xét tuyển thí sinh trúng tuyển vào trường mình sau 13 năm liên tục, từ khi thực hiện kỳ thi đại học theo hình thức ba chung, Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định "cứng" các tổ hợp môn theo khối thi.

Ngay sau khi Bộ có chủ trương này, các trường đại học đã tích cực xây dựng các khối thi mới phù hợp với đặc thù đào tạo của trường. Các khối này đều gồm 3 môn.

Theo đó, bên cạnh 5 khối thi A, B, C, D và A1, mùa tuyển sinh năm 2015, các trường đại học dùng nhiều

tổ hợp môn thi mới để xét tuyển như toán – hóa - tiếng Anh, toán - lý - tiếng Anh, văn - sử - tiếng Anh, toán - hóa - văn, toán - sinh -văn...

DANH MỤC CÁC MÔN CẦN THIẾT ĐỂ XÉT TUYỂN SINH BẠCH HẠNG NĂM 2015 CỦA TRƯỜNG ĐH CẦN THƠ:

Tên ngành học	Mã Ngành	Khối năm 2014	Môn thi TS 2015
Giáo dục Tiểu học	D140202	A, D	Toán và chọn 2 trong 4 môn: Lý, Hóa, Ngoại văn, Ngoại Ngữ
Giáo dục Công dân	D140204	C	Ngữ văn, chọn 2 trong 3 môn: Sử, Địa, Tiếng Anh
Giáo dục Thể chất	D140206	T	Toán, Năng khiếu, chọn 1 trong 2 môn: Sinh, Hóa
Sư phạm Toán học	D140209	A, A	Toán, chọn 2 trong 4 môn: Lý, Hóa, Sinh, Ngoại Ngữ
Sư phạm Văn lý	D140211	A, A	Toán, Lý và chọn 1 trong 3 môn: Hóa, Sinh, Ngoại Ngữ
Sư phạm Hóa học	D140212	A, B	Toán, Hóa, chọn 1 trong 3 môn: Lý, Sinh, Ngoại Ngữ
Sư phạm Sinh học	D140213	B	Toán, Sinh, Hóa
Sư phạm Ngữ văn	D140217	C	Ngữ văn, chọn 2 trong 3 môn: Sử, Địa, Ngoại Ngữ
Sư phạm Lịch sử	D140218	C	Ngữ văn, Sử, chọn 1 trong 2 môn: Địa, Ngoại Ngữ
Sư phạm Địa lý	D140219	C	Ngữ văn, Địa, chọn 1 trong 3 môn: Sử, Toán, Ngoại Ngữ
Sư phạm Tiếng Anh	D140231	D	Ngữ văn, Tiếng Anh, chọn 1 trong 3 môn: Toán, Sử, Địa
Sư phạm Tiếng Pháp	D140233	D, D	Toán, Ngữ văn, Ngoại Ngữ Ngữ văn, chọn 2 trong 4 môn: Toán

Trường có lượng khối thi phong phú nhất tính đến thời điểm này phải kể đến Đại học Cần Thơ với hàng chục cách thức tổ hợp môn để xét tuyển khác nhau. Các tổ hợp môn thi được trường quy định gồm một hoặc hai môn bắt buộc toán hoặc văn, kết hợp với một hoặc hai môn do thí sinh tự chọn trong nhóm từ hai đến bốn môn khác. Theo đó, mỗi ngành học sẽ có từ 3 đến 6 tổ hợp môn để xét tuyển thay vì chỉ từ một đến hai khối thi như các năm trước.

Cụ thể, năm 2014, ngành Giáo dục Tiểu học tuyển thí sinh các khối A, D1 nhưng năm 2015 ngành này có 6 nhóm môn học khác nhau gồm môn toán và hai trong số bốn môn lý, hóa, văn, ngoại ngữ. Ngành Sư phạm Ngữ văn năm 2014 chỉ tuyển khối C nhưng năm 2015 tuyển theo 3 nhóm môn học gồm môn văn và hai trong số các môn sử, địa, ngoại ngữ....

Trước đó, việc Bộ Giáo dục và Đào tạo chủ trương bỏ tuyển sinh đại học theo khối, chuyển sang tuyển sinh đại học theo môn và cho phép các trường được tự chủ hoàn toàn việc tổ hợp các môn để phù hợp với đặc thù đào tạo của trường đã khiến học sinh khá... hoang mang.

Bộ Giáo dục và Đào tạo đã có công văn gửi các trường đại học, cao đẳng, trong đó Bộ khuyến khích các trường giữ ổn định các khối thi để tránh thiệt thòi cho học sinh.

(Theo Vietnamplus)

ĐIỀU CHỈNH THỜI GIAN TỔ CHỨC KỲ THI TỐT NGHIỆP THPT NĂM HỌC 2014 – 2015

UBND tỉnh vừa có văn bản gửi Sở GD-ĐT về việc điều chỉnh thời gian tổ chức các kỳ thi trong năm học 2014-2015.



Theo đó, kỳ thi tốt nghiệp THPT năm học 2014-2015 (kỳ thi THPT quốc gia) được tổ chức vào các ngày 9,10,11 và 12-6-2015 theo Quyết định số 3538 của Bộ GD-ĐT về việc phê duyệt phương án thi tốt nghiệp THPT và tuyển sinh ĐH-CĐ từ năm 2015; kỳ thi tuyển sinh lớp 10

Trường THPT Chuyên Lê Quý Đôn năm học 2015-2016 sẽ diễn ra vào 2 ngày 30 và 31-5-2015.

(Theo baobariavungtau)

CÔNG NGHỆ THÔNG TIN

CÁCH THỰC HIỆN CHUYỂN ĐỔI PDF SANG WORD, IMAGES, TEXT

PDF là định dạng văn bản có chế độ bảo mật rất cao vì vậy những văn bản dạng này thường rất khó khăn trong việc chỉnh sửa và sao chép nội dung bên trong.

Nhiều người đã chọn giải pháp khá "thủ công" là ngồi gõ lại những nội dung bên trong, việc làm này vừa mất nhiều thời gian vừa có hiệu quả không cao nếu file PDF quá dài.

Bước 1: Vào trang chuyển đổi <http://pdftoword.com>

Bước 2: Tại đây bạn click vào Browse... để mở File PDF cần chuyển đổi

Bước 3: Sau khi chọn xong file PDF cần chuyển đổi, Chọn định dạng đầu ra

- Có định dạng đầu ra là: .doc, Images, Text.

- Nếu bạn Click vào Get result compressed by Zip thì file đầu ra của bạn sẽ được nén trong file .Zip

- Trong ví dụ này tôi chọn định dạng đầu ra là .doc và không tích vào Get result compressed by Zip

- Sau đó click chọn Convert

1. Select PDF: < 5 Mb



Bước 4: Sau khi click vào Convert, một cửa sổ yêu cầu bạn lưu file. Bạn Click Save File, sau đó Click OK

Chú ý: Quá trình thực hiện chuyển đổi nhanh hay chậm phụ thuộc vào File PDF của bạn nhiều hay ít (cả text và dung lượng)

(Theo thuthuat.vn)

BẢO MẬT DỮ LIỆU CÁ NHÂN

Trong cuộc sống kỹ thuật số ngày nay mọi dữ liệu cá nhân đều được số hóa và lưu trữ trong máy tính. Dữ liệu này bao gồm các tài liệu cá nhân, tài liệu công việc, và nhiều dữ liệu quan trọng khác.

Dữ liệu có thể bị lộ ra ngoài vì những lý do như khi bạn lỡ đánh mất usb, thẻ nhớ, laptop...hoặc dữ liệu

của bạn bị đánh cắp khi kẻ xấu lợi dụng sơ hở cài vào máy tính của bạn virus, malware, trojan và các phần mềm gián điệp khác. Trong trường hợp mất mát xảy ra, dữ liệu của bạn có thể bị phát tán và sử dụng vào mục đích xấu. Một số giải pháp bảo vệ dữ liệu cá nhân cơ bản

Mật Khẩu Của Bạn Phải Là Duy Nhất Và Đảm Bảo Tính Chất Chẽ

Bạn phải tạo cho mình một mật khẩu an toàn nên có cả chữ, số và các ký tự. Hoặc bạn có thể tạo các mật khẩu như lấy chữ cái đầu tiên của mỗi từ trong câu và sử dụng từ viết tắt đó là mật khẩu.

Không Nên Sử Dụng Một Mật Khẩu Chung Cho Nhiều Dịch Vụ

Việc bạn sử dụng cùng một thuật ngữ cho tất cả các mật khẩu có thể khiến các tài khoản cũng như dữ liệu của bạn bị đánh cắp. Điều này có nghĩa nếu hacker lấy được một mật khẩu, hắn sẽ có tất cả các mật khẩu của bạn.

Cho Phép Xác Thực Hai Bước

Có nhiều dịch vụ cung cấp tính năng xác thực hai yếu tố cho việc đăng nhập vào tài khoản. Thay vì chỉ nhập tên người dùng và mật khẩu, trang web sẽ nhắc bạn nhập mã được gửi đến điện thoại thông minh của bạn để xác minh danh tính.

Cập Nhật Phần Mềm Thường Xuyên

Vì các bản update sẽ giúp bạn tăng cường tính bảo mật. Các hãng lớn như: Apple, Google, và Microsoft

thường cung cấp các bản vá lỗi bảo mật trong bản cập nhật phần mềm mới nhất của họ.

Đọc Kỹ Các Điều Khoản Trước Khi Cài Đặt Ứng Dụng

Có khá nhiều ứng dụng yêu cầu một danh sách dài các điều khoản và điều đó không có nghĩa là tất cả đều có ý đồ xấu. Tuy nhiên, điều quan trọng là bạn phải nhận thức được các loại thông tin mà ứng dụng của bạn truy cập trong đó có thể bao gồm địa chỉ liên lạc, vị trí, và thậm chí cả camera.

Kiểm Tra Nhà Xuất Bản Ứng Dụng Trước Khi Bạn Tiến Hành Cài Đặt

Có khá nhiều cá ứng dụng lừa đảo để lấy các thông tin cá nhân của bạn.

Không Cắm Ổ Đĩa Cứng Và Ổ Cứng Di Động Lạ Vào Máy Tính

Không nên cắm các thiết bị ngoại vi lạ vào máy tính vì có thể chứa các mã độc với máy tính.

Chắc Chắn Rằng Trang Web Bạn Đang Truy Cập Phải An Toàn Mới Nhập Thông Tin Cá Nhân

Tránh khai báo thông tin cá nhân và số tài khoản cho các website lạ .

Không Gửi Dữ Liệu Cá Nhân Qua Email

Vì việc gửi các thông tin quan trọng như số thẻ tín dụng hoặc tài khoản ngân hàng qua email có thể khiến bạn rơi vào nguy hiểm khi chúng bị các hacker chặn hoặc bị ảnh hưởng trong các cuộc tấn công không gian mạng.

Lưu Ý Với Các Trò Chơi Trực Tuyến

Các tin tặc rất hay sử dụng email hoặc website lừa đảo, chúng cài đặt phần mềm độc hại vào máy tính của bạn. Các thiết kế của chúng giống như một email hoặc trang web bình thường để khiến người truy cập tin và bàn giao các thông tin cá nhân.

Không Nên Đăng Nhập Vào Các Tài Khoản Quan Trọng Trên Máy Tính Công Cộng

Khi người dùng sử dụng máy tính ở những nơi công cộng nên chắc chắn rằng xóa sạch lịch sử trình duyệt khi đã sử dụng xong.

Sao Lưu Các Tập Tin Cá Nhân Để Tránh Bị Mất

Nên giữ một bản sao của tất cả các tập tin quan trọng trên dịch vụ lưu trữ đám mây và một số loại ổ đĩa cứng. Vì nếu không may tập tin bị tấn công hoặc bị hư hỏng, bạn vẫn sẽ có bản sao lưu để sử dụng.

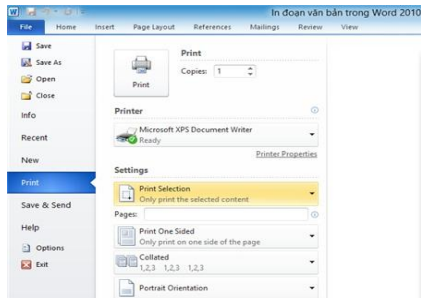
(Theo thuthuat.vn)

MẸO IN ÁN TIẾT KIỆM CHO WORD VÀ EXCEL 2010

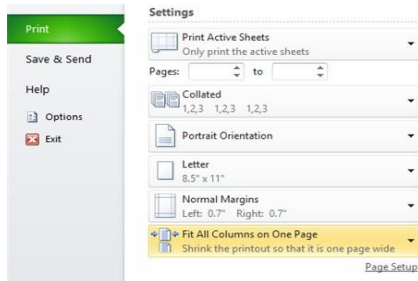
Trong Word 2010, bạn có thể chọn in đoạn văn bản cần thiết để tiết kiệm chi phí in ấn thông qua tùy chọn có sẵn, thay vì in toàn bộ trang như mặc định.

Thao tác thực hiện khá đơn giản, bạn bôi chọn đoạn văn bản muốn in rồi vào menu *File* > chọn *Print* (hay nhấn tổ hợp phím *Ctrl + P*). Trong trang thiết lập hiện ra, bạn nhấn

chuột vào hộp trống dưới trường *Settings* chọn *Print Selection* và đánh dấu luôn mục *Print Markup*. Xong, nhấn *Print*.



- **In tất cả các cột Excel trên một trang giấy:** Khi in file Excel có nhiều cột trong Excel 2010, bạn hoàn toàn có thể thiết lập để co giãn chiều rộng các cột sao cho khớp với trang giấy. Vào menu *File > chọn Print*, trên trang thiết lập mở ra, bạn nhấn chuột vào hộp tùy chọn cuối cùng dưới trường *Settings* chọn *Fit All Columns on One Page*. Sau cùng nhấn *Print* để in.



(Theo echip)

**THÔNG TIN CHUYÊN
GIA VÀ SẢN PHẨM
CÔNG NGHỆ**

MÁY CHẾ BIẾN RÁC, GÓP PHẦN CẢI THIỆN MÔI TRƯỜNG NÔNG THÔN

Bài toán đặt ra là phần lớn các hộ chưa có thói quen phân loại rác sinh hoạt, làm sao xử lý, tái chế rác thải thập cẩm, giảm khí thải ra môi trường. Tìm hiểu công nghệ xử lý rác hiện có, Nguyên thấy yếu điểm là còn lạm dụng nhiệt để xử lý rác, chất thải, làm gia tăng khí thải ra môi trường.



Máy xử lý rác sử dụng bộ dao có 18 lưỡi dao chính bố trí ở bốn tầng băm gắn vào trục quay (có thể xoay thuận chiều hoặc ngược chiều kim đồng hồ) và 16 lưỡi dao gắn vào thành máy. Khi vận hành công nghệ này có thể xử lý, phân loại rác bằng động cơ, ít phải dùng nhiệt đốt rác. Tiếng lành đồn đến tai các đối tác đang tìm công nghệ xử lý rác ít gây ô nhiễm môi trường, có khả năng tái sử dụng thành phẩm rác sau xử lý.

Các máy xử lý rác vừa nêu phù hợp với khối lượng rác thải của một xã và có thể nâng công suất chế biến 60 m³ rác thải/7 giờ hoạt động. Nhà sáng chế Ngô Thái Nguyên đã đăng ký quyền sở hữu trí tuệ đối với

“Công nghệ HUD và máy xử lý rác”. Công nghệ xử lý rác thải này thân thiện môi trường, phù hợp với nông thôn Việt Nam, có thể ứng dụng rộng rãi trong xây dựng nông thôn mới.

(Theo khoa hoc phothong)

NGHIÊN CỨU LAI TẠO THÀNH CÔNG GIỐNG CÀ CHUA VC10

Các nhà khoa học thuộc Viện Cây lương thực và Cây thực phẩm (Viện Khoa học nông nghiệp Việt Nam) đã nghiên cứu lai tạo thành công giống cà chua VC10, góp phần đáp ứng nhu cầu trong nước và xuất khẩu.



Giống cà chua VC10 có các đặc điểm chính sau: quả có dạng tròn cao (chỉ số dạng quả $I = 1,0-1,2$), thịt quả dày, khi chín vỏ quả có màu đỏ thẫm, khối lượng quả trung bình 80-90 gam/quả, năng suất trung bình đạt 60-65 tấn/ha (vụ thu đông) và 70-75 tấn/ha (vụ đông). Đặc biệt, cà chua VC10 có khả năng chống chịu bệnh virus xoăn vàng lá, héo xanh vi khuẩn trên đồng ruộng.

(Theo tchdkh)

HỎI - ĐÁP

Hỏi: Hiện tôi đang công tác tại trường THCS xã vùng II, xã tôi được Thủ Tướng phê duyệt danh sách xã đặc biệt khó khăn... vào diện đầu tư 135. Xin cho hỏi các chế độ tôi được hưởng như thế nào?

Đáp: Căn cứ Nghị định Số 116/2010/NĐ-CP Về chính sách đối với cán bộ, công chức, viên chức và người hưởng lương trong lực lượng vũ trang công tác ở vùng có điều kiện kinh tế - xã hội đặc biệt khó khăn; căn cứ Nghị định số 19/2013 Sửa đổi, bổ sung một số điều của Nghị định số 61/2006/NĐ-CP ngày 20//2006 của Chính phủ về chính sách đối với nhà giáo, cán bộ quản lý giáo dục công tác ở trường chuyên biệt, ở vùng có điều kiện kinh tế - xã hội đặc biệt khó khăn thì chế độ phụ cấp thu hút và trợ cấp lần đầu được quy định như sau:

- Về mức trợ cấp thu hút:

1. Cán bộ, công chức, viên chức và người hưởng lương trong lực lượng vũ trang quy định công tác ở vùng có điều kiện kinh tế - xã hội đặc biệt khó khăn được hưởng phụ cấp thu hút bằng 70% tiền lương tháng hiện hưởng, bao gồm: mức lương chức vụ, ngạch, bậc hoặc cấp hàm và phụ cấp chức vụ lãnh đạo, phụ cấp thâm niên vượt khung, nếu có.

2. Thời gian hưởng phụ cấp thu hút là thời gian thực tế làm việc ở

vùng có điều kiện kinh tế - xã hội đặc biệt khó khăn và không quá 5 năm.

- Về mức trợ cấp lần đầu:

1. Nhà giáo, cán bộ quản lý giáo dục khi được luân chuyển đến công tác ở vùng có điều kiện kinh tế - xã hội đặc biệt khó khăn được hưởng trợ cấp lần đầu bằng 10 tháng lương tối thiểu chung cho một người tại thời điểm nhận công tác, luân chuyển ghi trong quyết định luân chuyển, Ủy ban nhân dân cấp huyện của địa phương có trách nhiệm tiếp nhận, giải quyết trợ cấp lần đầu và chỗ ở cho nhà giáo, cán bộ quản lý giáo dục được chuyển đến địa phương.

- Ngoài ra, giáo viên còn được hưởng trợ cấp tiền mua và vận chuyển nước ngọt và sạch; Thanh toán tiền tàu xe; Trợ cấp tham quan, học tập, bồi dưỡng chuyên môn, nghiệp vụ.

(Theo VGP)

Meo vặt: *Làm sao để giữ giọng nói*

Những bước dưới đây sẽ giúp giữ gìn giọng nói khỏe mạnh, đặc biệt với những người phải sử dụng giọng nói nhiều.

Một số biện pháp dự phòng để bảo vệ giọng nói

- **Điều chỉnh giọng nói khi giảng**

+ Nói từ từ trước khi công việc đòi hỏi bạn phải nói nhiều.

+ Thư giãn thả lỏng vai, cổ; thỉnh thoảng hít một hơi thật sâu.

+ Khi nói hãy chú ý đến tư thế: Tay nên buông xuôi thoải mái khi nói.

+ Tránh phải hét to: Hãy biết rằng giọng của trẻ em thường cao hơn người lớn, do vậy không cần thiết phải hét to hơn giọng của chúng.

+ Tránh ho nhiều bằng cách uống một ngụm nước nhỏ hay cố gắng nuốt. Nếu không chịu được, hãy ho một cách nhẹ nhàng nhất có thể.

+ Không nên nói thì thầm vì nó khiến bạn khó khăn khi muốn nói to.

+ Hãy hát thầm nếu giọng của bạn bị khàn, mệt mỏi hoặc đau họng.

+ Hãy nghỉ dạy nếu bạn được chẩn đoán là viêm thanh quản.

+ Chú ý điều chỉnh giọng nói trong thời gian đang điều trị viêm họng.

+ Hãy đi khám ngay khi có các biểu hiện viêm họng, thanh quản và có thay đổi về giọng nói.

- **Chú ý chế độ ăn uống, nghỉ ngơi**

+ Uống nhiều nước (2 lít/ngày) hoặc nước ép trái cây, lượng nước uống chia làm nhiều lần trong ngày.

+ Cố gắng hạn chế các loại gia vị, không hút thuốc, uống rượu.

+ Tránh ăn uống các đồ quá nóng vì nó có thể gây ra khô và mất lớp nhầy ở họng.

+ Thu xếp để có thời gian nghỉ ngơi, thư giãn, thể dục thể thao.

+ Giữ cho cổ họng ẩm như nhai kẹo cao su, súc miệng bằng nước muối.

(Theo khambenhngheghiep)