

VẤN ĐỀ VÀ SỰ KIẾN

KỶ NIỆM NGÀY PHỤ NỮ VIỆT NAM 20-10

Ngày 20/10/1930, Hội Phụ nữ phản đế Việt Nam (nay là Hội Liên hiệp Phụ nữ Việt Nam) chính thức được thành lập. Để đánh dấu sự kiện quan trọng này, Đảng Cộng sản Việt Nam đã quyết định lấy ngày 20/10 hàng năm làm ngày truyền thống của tổ chức này, đồng thời cũng xem đây là ngày kỉ niệm và tôn vinh phụ nữ Việt Nam, lấy tên là Ngày Phụ nữ Việt Nam.

Từ khi ra đời, Hội Liên hiệp Phụ nữ Việt Nam đã tập hợp rộng rãi các tầng lớp phụ nữ đấu tranh giải phóng dân tộc, giải phóng giai cấp và giải phóng phụ nữ theo đường lối của Đảng. Đảng chỉ rõ: "Nếu giải phóng dân tộc, giải phóng giai cấp mà chưa giải phóng phụ nữ thì cách mạng mới chỉ là một nửa". Chủ tịch Hồ Chí Minh đã từng nói: "Giang sơn gấm vóc Việt Nam là do phụ nữ Việt Nam, trẻ cũng như già dệt thêu mà thêm tốt đẹp, rực rỡ".

Phụ nữ đã là một phần không thể thiếu góp vào thành công của cách mạng Việt Nam, trong hai cuộc kháng chiến chống Pháp và chống Mỹ. Trong công cuộc xây dựng đất nước, phụ nữ đã có những đóng góp quan trọng thúc đẩy sự phát triển của xã hội.

Qua 85 năm, Hội Liên hiệp phụ nữ

Việt Nam ngày càng lớn mạnh, người phụ nữ Việt Nam yêu nước ngày càng có tri thức, có sức khỏe, càng năng động, sáng tạo, có lối sống văn hoá, có lòng nhân hậu, quan tâm tới lợi ích xã hội và cộng đồng. Trong công cuộc đổi mới đất nước, những phẩm chất cao quý của người phụ nữ Việt Nam lại được tiếp tục khẳng định và phát huy mạnh mẽ. Các tầng lớp phụ nữ luôn đoàn kết, năng động, sáng tạo, tích cực thi đua, phấn đấu vươn lên đóng góp vào công cuộc xây dựng đất nước, đã xuất hiện nhiều gương phụ nữ tài năng, điển hình tiêu biểu với những cống hiến xuất sắc trong lãnh đạo quản lý, nghiên cứu khoa học, sản xuất kinh doanh, xoá đói giảm nghèo, xây dựng gia đình hạnh phúc...dưới sự lãnh đạo của Đảng, phụ nữ Việt Nam luôn phấn đấu và trưởng thành về mọi mặt, trình độ học vấn, kỹ năng nghề nghiệp, địa vị của phụ nữ trong gia đình và xã hội ngày càng được nâng lên, đời sống vật chất và tinh thần ngày càng được cải thiện...Đảng và Nhà nước luôn đánh giá cao những nỗ lực phấn đấu và đóng góp to lớn của phụ nữ trong xây dựng gia đình và trong công cuộc xây dựng đất nước. Họ xứng đáng là những con người được Bác Hồ tặng 8 chữ vàng "Anh hùng, bất khuất, trung hậu, đảm đang".

Tại Bà Rịa – Vũng Tàu Hội Liên hiệp Phụ nữ tỉnh cho biết, thực hiện theo Chỉ thị 03 của Bộ Chính trị toàn

tỉnh có 3.902 tổ phụ nữ tiết kiệm theo gương Bác Hồ với 141.408 người tham gia. Các tổ này đã vận động phụ nữ tiết kiệm chi phí sản xuất, chi tiêu hàng ngày, trong việc cưới, việc tang... nhằm tăng nguồn vốn giúp nhau phát triển sản xuất. Qua đó, các cấp hội phụ nữ đã vận động, quản lý hơn 54 tỷ đồng, giúp 25.764 lượt phụ nữ vay phát triển kinh tế.

Trong 5 năm qua (2010-2015), các phong trào thi đua yêu nước do các cấp Hội Phụ nữ phát động như “Phụ nữ tích cực học tập, lao động sáng tạo, xây dựng gia đình hạnh phúc”, “Phụ nữ tích cực học tập gắn với thực hiện Chỉ thị 03 của Bộ Chính trị về “Tiếp tục đẩy mạnh học tập và làm theo tấm gương đạo đức Hồ Chí Minh”, “Phụ nữ lao động sáng tạo, phát triển kinh tế”, “Tỉnh BR-VT cùng với cả nước chung sức xây dựng nông thôn mới” gắn với cuộc vận động “Xây dựng gia đình 5 không 3 sạch”... đã tạo nên khí thế thi đua sôi nổi.

(Tổng hợp)

ĐỔI MỚI KHUYẾN NÔNG TRONG TÁI CƠ CẤU NÔNG NGHIỆP

Thời gian qua, công tác khuyến nông chưa thực sự bám sát mục tiêu tái cơ cấu ngành nông nghiệp và xây dựng nông thôn mới. Do vậy, cần thiết phải đổi mới khuyến nông mà trọng tâm là đổi mới về cơ chế chính

sách, phương thức quản lý và tổ chức thực hiện để nâng cao hiệu quả công tác này.

Khuyến nông là hoạt động gắn liền với sản xuất của nông dân, ngư dân. Trong những năm qua, công tác khuyến nông đã có nhiều đóng góp tích cực trong lĩnh vực thông tin tuyên truyền, đào tạo, huấn luyện, hướng dẫn áp dụng tiến bộ khoa học công nghệ, thực hiện các mô hình trình diễn vào sản xuất nông - lâm - ngư nghiệp, góp phần phát triển kinh tế hộ gia đình, xóa đói giảm nghèo nâng cao đời sống cho nông dân, ngư dân ở các vùng ven biển, đồng bằng, trung du, miền núi.

Tuy nhiên hoạt động khuyến nông chưa thực sự bám sát các mục tiêu trong tái cơ cấu ngành nông nghiệp và xây dựng nông thôn mới. Tổ chức khuyến nông còn chậm trong việc phối hợp với các ngành liên quan với các cơ quan trong ngành nông nghiệp như viện nghiên cứu, các trường đào tạo, các phòng nông nghiệp, phòng kinh tế... ở cơ sở.

Khuyến nông mới tập trung hỗ trợ kinh tế hộ gia đình, các hộ nghèo, đồng bào dân tộc thiểu số mà chưa chú trọng đến các đối tượng nông hộ sản xuất hàng hóa, chủ trang trại, thương lái, các hợp tác xã sản xuất dịch vụ, các doanh nghiệp trên địa bàn để giải quyết đầu ra nông sản cho nông dân ...

Đề đổi mới hoạt động khuyến nông, đòi hỏi các ngành các cấp và

các đơn vị làm công tác khuyến nông nhận thức sâu sắc rằng khuyến nông là một mắt xích quan trọng trong việc thực hiện tái cơ cấu ngành nông nghiệp và xây dựng nông thôn mới. Vì vậy, đội ngũ cán bộ làm công tác khuyến nông từ Trung ương đến cơ sở phải được tăng cường kiến thức về khoa học công nghệ, kỹ thuật nghiệp vụ chuyên môn và kiến thức về quản lý kinh tế, nắm vững đường lối chính sách của Đảng và Nhà nước về công nghiệp hóa hiện đại hóa nông nghiệp, nông thôn.

Đồng thời cần sớm triển khai các mô hình khuyến nông liên kết theo chuỗi giá trị gắn sản xuất với tiêu thụ mà trước hết là đưa kết quả nghiên cứu ứng dụng khoa học công nghệ tiên tiến trong và ngoài nước vào sản xuất các sản phẩm nông nghiệp chủ lực (con giống, cây trồng, vật nuôi), cung ứng vật tư, chế biến bảo quản, tiêu thụ sản phẩm nhất là sản phẩm có giá trị gia tăng, có lợi thế cạnh tranh, có thị trường tiêu thụ, có chất lượng tốt và an toàn thực phẩm.

Ngoài ra, công tác khuyến nông cần tăng cường thông tin sát với thị trường, tổ chức huấn luyện đào tạo xây dựng thương hiệu, nhãn hiệu cho sản phẩm, giúp nông dân đẩy mạnh cơ giới hóa nông nghiệp, tiếp cận được với các nguồn vốn, các nhà đầu tư, các doanh nghiệp trong và ngoài nước...

Khuyến nông là đơn vị thuộc ngành nông nghiệp và phát triển

nông thôn tiếp cận thường xuyên và hoạt động gắn liền với sản xuất của nông dân, ngư dân, do đó có điều kiện chỉ đạo và tổ chức sản xuất.

Vì vậy để đổi mới khuyến nông, ngoài chức năng nhiệm vụ hiện có cần bổ sung nhiệm vụ của khuyến nông trong việc phối hợp tổ chức liên kết 4 nhà (nhà nông, nhà doanh nghiệp, nhà khoa học và Nhà nước), đồng thời, khuyến nông là lực lượng có điều kiện thuận lợi nhất làm cầu nối hỗ trợ gắn kết và điều chỉnh các mối quan hệ giữa các thành phần kinh tế (nông hộ gia đình, nông hộ sản xuất hàng hóa, thương lái, các hợp tác xã sản xuất và dịch vụ, các công ty xí nghiệp hoạt động trên địa bàn) tại các vùng sản xuất nông lâm ngư nghiệp tập trung.

Làm được những vấn đề trên chúng ta chắc chắn thu hút được nhiều nguồn vốn, trong đó có nguồn vốn xã hội hóa cho khuyến nông, góp phần quan trọng đẩy mạnh phát triển nông nghiệp, nông thôn đáp ứng được các nhiệm vụ mà Thủ tướng Chính phủ đã giao.

(Theo baocinhphu.vn)

TẬP HỢP PHÁT HUY SỨC MẠNH NÔNG DÂN

Ngày 02-10 tại trung tâm hội nghị Tỉnh, hơn 200 đại biểu đại diện cho 79 ngàn hội viên Hội Nông dân (HND) tỉnh tham dự chương trình họp mặt kỷ niệm 85 năm ngày thành lập HND Việt Nam (14-10-1930 –

14-10-2015) và đón nhận Huân chương Độc lập hạng Ba. Đây cũng là cuộc gặp gỡ, trao đổi, giao lưu giữa những nông dân sản xuất, kinh doanh (SX-KD) giỏi, hộ nông dân nghèo vượt khó tiêu biểu trong giai đoạn 2010-2015 trên địa bàn tỉnh.

Theo ông Võ Minh Giang, Phó Chủ tịch HND tỉnh, thực hiện sự chỉ đạo, hướng dẫn của Trung ương HND Việt Nam trong việc tổ chức thực hiện phong trào “Nông dân thi đua SX-KD giỏi, đoàn kết giúp nhau làm giàu và giảm nghèo bền vững”, hàng năm, các cấp Hội Nông dân trong tỉnh đã phát động phong trào với những tiêu chí, chỉ tiêu cụ thể. Từ đó định hướng cho quá trình tổ chức thực hiện phong trào của mỗi cấp HND và tuyên truyền vận động hội viên, nông dân đăng ký thi đua. Đồng thời, các cấp HND luôn chủ động tham mưu cho cấp ủy, tranh thủ sự hỗ trợ của chính quyền và các ngành trong quá trình thực hiện phong trào. HND tỉnh đã đề xuất và được UBND tỉnh ban hành quy định khen thưởng phong trào “Nông dân thi đua SX-KD giỏi, đoàn kết giúp nhau giảm nghèo và làm giàu” hàng năm và 5 năm.

Việc tổ chức sơ, tổng kết, đánh giá kết quả thực hiện phong trào “Nông dân thi đua SX-KD giỏi, đoàn kết giúp nhau làm giàu và giảm nghèo bền vững” cũng được tiến hành nghiêm túc. Hàng năm, cấp tỉnh, cấp huyện tổ chức sơ kết; 5 năm tổ chức

tổng kết phong trào vào dịp kỷ niệm ngày thành lập Hội. Các cơ sở Hội tổ chức tổng kết phong trào hàng năm gắn với hoạt động kỷ niệm ngày thành lập Hội hoặc hội nghị tổng kết công tác Hội cuối năm nhằm tổng kết, đánh giá kết quả thực hiện phong trào; đề ra phương hướng thực hiện trong thời gian tiếp theo, phổ biến, nhân rộng kinh nghiệm hay của những nông dân SX-KD giỏi, nông dân nghèo vượt khó; biểu dương, khen thưởng kịp thời những tập thể, cá nhân có thành tích xuất sắc.

Phát huy tinh thần tương thân, tương trợ trong nông dân, các cấp Hội Nông dân vận động hội viên, nông dân giúp đỡ lẫn nhau trong sản xuất và đời sống bằng cách giúp vốn, giống, vật tư, về kinh nghiệm sản xuất. 5 năm qua, có 6.989 hộ nông dân khá, giàu giúp tổng số tiền hơn 21 tỷ đồng, 15.398kg lúa giống, 13.695 cây giống, 9.385 con giống, hàng trăm tấn phân bón các loại và 32.490 ngày công, giúp 15.310 hộ nông dân vượt nghèo, trong đó có hộ vươn lên khá, góp phần rất lớn trong chương trình giảm tỷ lệ hộ nghèo của tỉnh.

(Theo baobariavungtau.com.vn)

CÔNG NGHIỆP VÀ ĐỜI SỐNG

**NHẬN BIẾT RAU, QUẢ SỮ
DỤNG CHẤT KÍCH THÍCH**

Vì lợi nhuận cùng việc kiểm soát thiếu chặt chẽ khiến một lượng lớn rau quả bày bán trên thị trường đã được phun, tiêm hay ướp nhiều hóa chất độc hại. Cục An toàn vệ sinh thực phẩm (Bộ Y tế) khuyến cáo, khi lựa chọn rau, quả cần chú ý đến màu sắc, hình dáng bên ngoài. Rau, quả khi mua phải còn nguyên vẹn, không dập nát. Rau có màu sắc tự nhiên, không úa, héo.

Rau muống

Để nhận biết rau muống sạch, người mua nên lưu ý:

Rau muống dùng nhiều chất kích thích sẽ có thân, lá to hơn bình thường, rau giòn, lá xanh đen, rất bóng và mượt. Khi rửa rau, nếu xuất hiện nhiều bong bóng nổi lên chứng tỏ rau chứa hóa chất độc hại.

Rau muống an toàn là rau có ngọn nhỏ, ngắt cuống có vết nhựa loãng, khi ăn rau rất giòn và ngon.

Các loại rau cải

Rau cải sạch thường có thân rắn, kích thước không đồng đều và lá xuất hiện nhiều đốm sẫm. Theo kinh nghiệm của người nông dân, rau cải là loại rau thu hút nhiều sâu bọ, rau không bị sâu là do tác dụng của phân đạm nitrat...

Các loại rau cải thân mỏng nước, thân mềm, lá xanh mượt, khi bẻ ngang phần gốc có nước từ thân tiết ra là rau dính hóa chất. Những loại rau này nếu để quá 12 giờ sẽ bị úng nâu đen.

Rau ngót

Rau ngót sạch thường có màu xanh lá mạ, có lá mỏng nhưng cứng và không đồng đều. Khi nấu canh, rau có mùi vị đặc trưng riêng, nước rau có màu xanh nhạt và trong.

Người tiêu dùng không nên mua rau ngót có lá to, dày đều hoặc lá xoắn lại bất thường. Đây đều là những dấu hiệu cho thấy rau được phục thuốc bảo vệ thực vật. Khi nấu lên rau sẽ có vị ngai ngái, nồng xen lẫn mùi hắc.

Rau mùng toi

Rau mùng toi an toàn thường có màu xanh hơi vàng chứ không xanh đậm. Thân rau rắn chắc, lá có phiến ngắn, dày và không bóng mượt, khi ăn rau có vị giòn. Ngược lại, rau mùng toi chứa hóa chất có lá óng, màu xanh đậm và có ngọn vươn dài.

Mướp đắng

Khi mua mướp đắng, nên chọn những quả nhỏ, thon dài, có nhiều gân li ti trên thân. Mướp đắng phình to, màu xanh đậm, mượt, da láng bóng có nhiều nguy cơ nhiễm chất hóa học và kích thích.

Cà chua

Những quả cà chua tươi, sạch sẽ có kích thước và màu sắc không đồng đều. Nguyên nhân do cùng một quả cà chua nhưng ở vị trí hấp thụ ánh nắng có thể khác nhau nên chỗ hồng, chỗ vàng. Những quả cà chua chín tự nhiên có màu vàng xen đỏ, bằng mắt thường có thể nhìn thấy nhũ lấm tẩm ở thịt quả.

Đặc biệt, cà chua chứa hóa chất sẽ

không cưỡng vì sử dụng chất bảo quản quá lâu.

Giá đỗ

Các nhà nghiên cứu về vệ sinh thực phẩm cho biết, chất được sử dụng nhiều nhất trong việc trồng giá đỗ là phân bón trộn thuốc trừ sâu và nước. Dung dịch này sẽ thúc đẩy cho mầm giá và tăng trưởng nhanh.

Đối với loại giá đỗ sạch có chiều dài ngắn bằng một nửa giá đỗ ngâm hóa chất. Lá giá đỗ mở ra có màu xanh hoặc vàng. Ngoài ra, giá đỗ sạch sẽ còi, sợi giá khó gãy và trông không được bắt mắt.

Giá đỗ ngâm chất kích thích sẽ to, tròn nhưng lại giòn, dễ bị đứt đoạn. Giá đỗ không có rễ hoặc nếu có thì rễ rất ngắn, phần lá có hai hạt mầm đóng chặt lại với nhau. Giá ngâm thuốc kích thích sẽ có màu trắng muốt khác với giá thông thường có màu trắng nhạt hoặc màu sẫm.

(Theo dantri.com.vn)

NHỮNG THÀNH PHẦN CÓ TRONG THỰC PHẨM GÂY HẠI VỚI SỰ SỐNG

Chất tạo màu, đường nhân tạo, bột ngọt... là những thành phần có trong thực phẩm gây hại nghiêm trọng đến sức khỏe.

Đường nhân tạo

Các chất làm ngọt nhân tạo có trong kẹo cao su, nước tăng lực, đồ ăn nhanh... cần phải cấm. Aspartame là chất ngọt tổng hợp gây tăng cân, bệnh tiểu đường tuyp 2 và hội chứng

chuyển hóa có hại cho sức khỏe.

Chất tạo màu

Metanil, Rhodamine, cromat chì là một vài màu sắc được bổ sung vào thực phẩm như kẹo và đồ ngọt. Khi tiêu thụ những đồ ăn này hàng ngày, chất tạo màu sẽ hưởng đến gan, thận và làm chậm tăng trưởng.

Paraben

Chất bảo quản này ngăn ngừa vi khuẩn và nấm phát triển trên thức ăn, đặc biệt trong thực phẩm như dưa chua, thịt chế biến và cá.

Chất bảo quản

Sodium benzoate là một trong rất nhiều chất bảo quản cấm sử dụng trong thực phẩm. Nó thường được tìm thấy trong dấm, mứt, các loại nước ép trái cây và ở một số loại thuốc. Chất bảo quản này sẽ ảnh hưởng đến thần kinh, não, trẻ em có thể bị tăng động.

Bột ngọt

Bột ngọt có hại cho cơ thể. Nếu tiêu thụ nhiều thực phẩm có thành phần này sẽ làm chậm chức năng thần kinh như trí nhớ và học tập. Nó cũng dẫn đến viêm gan và đau đầu.

Muối nhân tạo

Thực phẩm đóng gói thường có lượng muối cao vì nó đóng vai trò như một chất bảo quản tự nhiên. Quá nhiều muối nhân tạo này sẽ dẫn đến tăng huyết áp và bệnh tim.

(Theo vov.vn)

NGUY HIỂM ĐỒ CHƠI PHÁT SÁNG

Không rõ nguồn gốc, chất lượng, những món đồ chơi phát sáng đang được giới trẻ ưa thích và săn lùng tìm mua. Tuy nhiên, với những trẻ nhỏ bộ phận pin nhỏ để thấp sáng đèn bên có thể khiến trẻ ngạt thở, thậm chí tử vong nếu trẻ nuốt chúng.



Nhãn phát sáng

Đa dạng đồ chơi phát sáng

Trong dịp Tết Trung Thu những món đồ chơi phát sáng được bán khá phổ biến như que nhựa, vòng đeo tay, kính cho đèn đèn ngủ, thậm chí là cốc uống nước.

Nguy hiểm khi cho trẻ chơi

Những sản phẩm như cốc, mũ, ca, đèn ngủ, nhãn phát sáng 7 màu được nhiều bạn trẻ thích thú và mua với số lượng lớn, tất cả các sản phẩm này đều có xuất xứ từ Trung Quốc. Đa số người mua đều cho rằng thấy đẹp nên mua chứ không biết nguồn gốc, xuất xứ hay độc hại như thế nào.

Những chiếc nhãn nhấp nháy có bộ phận pin nhỏ để thấp sáng đèn bên trong. Giới chuyên môn lo ngại bộ phận nắp bảo vệ pin có thể dễ dàng vỡ, khiến pin rơi ra. Giới chức cảnh báo, nếu trẻ em nuốt pin, nó có thể khiến trẻ ngạt thở, chảy máu nội bộ

và thậm chí tử vong. Tuy nhiên tại Việt Nam, nhãn phát sáng lại được rất nhiều phụ huynh mua cho con em mình sử dụng vì món đồ chơi này đẹp, thu hút và được trẻ ưa thích.

Tình trạng trẻ nuốt phải phụ kiện của đồ chơi gây hóc, nget đường thở không phải là chuyện hiếm. Trong khi đó, trên thị trường hiện nay, đồ chơi trẻ em không được kiểm định chất lượng cũng như dán nhãn cảnh báo lại được bán rất phổ biến.

(Theo Vietq.vn)

NÔNG NGHIỆP VÀ NÔNG THÔN

CHĂM SÓC CÁ NUÔI TRONG GIAI ĐOẠN CHUYỂN MÙA

Trong các giai đoạn chuyển mùa, đối tượng nuôi thủy sản thường hay mắc bệnh, gây tổn thất cho người nuôi. Nguyên nhân do nhiệt độ nước thay đổi đột ngột làm cho cá sốc bỏ ăn, suy yếu, tạo điều kiện cho sinh vật gây bệnh phát triển, làm cho cá dễ bị bệnh; nước ao kém chất lượng do quản lý không đúng kỹ thuật hoặc nguồn nước cấp bị ô nhiễm hóa chất độc, vi khuẩn, vi rút; sau mỗi đợt nắng nóng xen kẽ là các đợt mưa dẫn đến nhiệt độ nước giảm, pH giảm, tạo chất phân hủy gây thiếu oxy tầng đáy, tạo khí độc H₂S, NH₃... làm cá nổi đầu, nếu không được xử lý kịp thời dẫn đến cá chết hàng loạt. Một số biện pháp phòng bệnh tổng

hợp cho cá:

- *Vệ sinh ao đảm sạch sẽ trước mỗi vụ nuôi:* Dọn sạch cỏ; vét bùn đáy ao; lấp các lỗ xung quanh bờ ao; bón vôi để tiêu diệt mầm bệnh, ổn định pH và diệt tạp.

- *Chọn loài cá nuôi phù hợp:* Hiện nay có rất nhiều loại cá nuôi. Để chọn được loài cá nuôi thích hợp, cần căn cứ vào điều kiện từng vùng sinh thái khác nhau, nhu cầu của thị trường và khả năng đầu tư của hộ chăn nuôi.

- *Chất lượng con giống:* Chọn giống tốt, không mang mầm bệnh, cá tương đối đều cỡ, màu sắc sáng đẹp, bơi lội nhanh nhẹn, phản ứng nhanh, không bị dị hình, trầy xước, nên mua giống ở những nơi uy tín... Trước khi thả giống cần tắm cá giống qua nước muối 2 - 3 % trong 5 - 10 phút để sát trùng.

- *Mật độ thả thích hợp:* Nên thả đúng mật độ tùy theo từng loài cá: Nhóm cá không có cơ quan hô hấp phụ (rô phi, mè hoa, trắm cỏ, chép...) thả với mật độ dưới 3 - 4 con/m²; nhóm cá có cơ quan hô hấp phụ (tra, trê, rô đồng...) thả với mật độ 5 - 10 con/m². Thả cá đúng mật độ để cá lớn nhanh lớn đều, ít bệnh, rút ngắn được thời gian nuôi.

- *Nuôi ghép:* Trong cùng một ao có thể nuôi ghép các loại cá với nhau để tận dụng không gian mặt nước và các loại thức ăn có trong ao vì mỗi một loại cá sống ở một tầng nước và sử dụng thức ăn khác nhau.

- *Chăm sóc đúng kỹ thuật, cho ăn theo 4 định:* Định lượng, định chất, định vị trí, định thời gian để đảm bảo cho cá khỏe mạnh, ít nhiễm bệnh. Nếu thức ăn là tằm cám nấu thì nên để vào sàng cho cá ăn để dễ quản lý được thức ăn.

Tranh thủ những ngày nắng ấm nhiệt độ trên 18⁰C cho cá ăn tích cực đủ về lượng, đảm bảo về chất, bổ sung Vitamin C để tăng cường sức đề kháng của cá, thường xuyên cấp nước mới vào ao để tăng cường oxy và không gian sống của cá. Định kỳ 2 tuần/lần dùng vôi bột té đều khắp mặt ao với lượng 2 - 3 kg/100m³ nước.

(Theo Khoa học phổ thông)

ĐÓT ROM RẠ: LỢI VÀ HẠI

Những mặt tốt của việc đốt rom rạ: Khi đốt rom rạ thì dễ làm đất hơn, phần tro rạ có chứa một số chất khoáng như Ca, Silic, kali, lân và một số chất vi lượng khác có thể cung cấp cho cây. Tro này có tính kiềm nên cũng có tác dụng tốt để trung hòa một phần độ chua của đất. Và lại, nếu làm đất vôi rồi gieo trồng ngay, thì thời kỳ cây con đang mọc, cũng đồng thời là thời kỳ rom rạ đang phân giải mạnh. Do đó, đốt rom rạ giảm được một phần của quá trình này. Nói giảm được một phần vì góc rạ ở dưới đất chiếm tỷ lệ khoảng 1/3 tổng số chất khô của rom rạ, góc rạ cũng bị phân giải và cũng sản sinh ra chất độc như vậy, nhưng khối lượng

sẽ ít đi.

Những mặt bất lợi của quá trình đốt rom rạ lại nhiều hơn: trong rom rạ có chứa đủ các chất dinh dưỡng, cứ 1 tấn rom rạ có khoảng 7 kg chất đạm, tương đương 15 kg phân urê, 1 - 1,5 kg lân (6 - 8 kg super lân), 25 - 27 kg phân kali, 65 - 70 kg silic và nhiều các chất trung và vi lượng khác... Chính vì thế, khi đốt thành than thì chất đạm bay hết, chất lân cũng bị biến đổi, còn lại kali, Ca và một số chất trung và vi lượng. Trên 85% chất xơ chứa trong rom rạ chỉ còn lại chất Carbon (than). Số lượng chất xơ này lại rất quan trọng, đó là chất hữu cơ, trong quá trình phân giải sẽ tạo thành chất mùn. Trong chất mùn có chứa các chất axit humic, axit fulvic, các humine là các chất dinh dưỡng rất tốt cho cây. Làm đất tơi xốp và cũng là thức ăn và nơi trú ngụ của các loại trùn đất, các vi sinh vật có lợi cho đất và cây. Giúp đất giữ ẩm, giữ nước để kháng hạn, kháng rét cho cây. Khi đốt rom rạ thì những mặt lợi này sẽ không còn.

(Theo NongNghiep.vn)

MỘT SỐ LƯU Ý KHI NUÔI BABA THƯƠNG PHẨM

Baba là loài động vật lưỡng cư, trong quá trình nuôi thương phẩm với mật độ dày, baba rất dễ đào thoát ra ngoài gây thiệt hại kinh tế cho người nuôi và phát sinh các loại bệnh như nhiễm nấm thủy mi, trùng bánh xe... dẫn đến baba bị ghê lở rất

khó điều trị. Một số lưu ý trong nuôi thương phẩm, xây dựng công trình nuôi và phương pháp phòng bệnh nhằm đem lại hiệu quả cao.

1. Cách phân biệt các loài baba.

Baba là loài động vật lưỡng cư thuộc lớp bò sát, bộ rùa, họ baba Tryonychidae. Trong họ baba có nhiều loài. Các loài thường gặp trên thị trường ba ba ở nước ta có ba ba hoa, baba gai, lẹp suối và cua đinh, cách phân biệt cụ thể:

- Baba hoa hay còn gọi là baba trơn có tên khoa học là *Trionyx sinensis*. Trong tự nhiên, phân bố chủ yếu ở các vùng nước ngọt thuộc đồng bằng Sông Hồng, loài này có trọng lượng vừa phải, trung bình khoảng từ 1-3kg/con. Để phân biệt với các loài baba khác, chúng ta dựa vào màu hoa vân trên bụng, baba hoa lúc nhỏ da bụng có khoảng 10 đốm màu đỏ, khi nuôi baba lớn lên, màu đỏ nhạt dần, khi đạt cỡ trên 1,2 kg thì gần như các đốm chuyển màu trắng, phải quan sát kỹ mới thấy rõ. Hiện baba hoa nuôi phổ biến ở khắp cả ba miền.

2. Tập tính sinh sống, sinh trưởng của baba:

Baba là động vật sống hoang dã, dễ thích nghi với điều kiện môi trường, chúng sống cả ở dưới nước và trên bờ, baba thở bằng phổi là chính nên thỉnh thoảng phải nhô lên mặt nước để lấy không khí, chúng có tập tính phơi nắng rất lâu nếu yên tĩnh, theo quan sát thì thường chúng

phơi cho đến khô căng da mới trở lại nước, tập tính trên giúp chúng loại bỏ một số loài vi khuẩn, nấm sống ký sinh trên cơ thể. Trong nuôi thương phẩm các loài hoang dã thì baba là loài dễ nuôi nhất, đặc biệt là môi trường khí hậu thuận lợi như ở các tỉnh Đông Nam bộ, Nam bộ nói chung, có nắng nóng quanh năm, nguồn cung thức ăn cũng khá dồi dào và thuận tiện, còn ở các tỉnh phía bắc thì gặp một số trở ngại lớn khi nuôi vì có mùa đông, vì vậy, người nuôi phải thiết kế thêm các khu tránh trú lạnh cho baba cả ở dưới nước và trên bờ và thời gian nuôi cũng dài hơn so với trong Nam.

Về tính ăn: Là loài ăn thức ăn động vật, qua quan sát thấy sau khi nở vài tiếng là chúng đã tìm mồi để ăn. Trong tự nhiên thức ăn lúc nhỏ của chúng là động vật phù du, trùng chỉ,... giai đoạn lớn hơn chúng ăn các loài cá, tép, cua, ốc, giun đất, xác động vật... Trong điều kiện nuôi thương phẩm, chúng ta nên tập cho baba ăn thức ăn công nghiệp từ nhỏ, định kỳ bổ sung các loại vitamin, khoáng và cũng nên cho ăn thêm một ít cá, ốc nhằm giúp cho baba tăng sức đề kháng.

Tính sinh sản: Thông thường baba nuôi sau khoảng 1 năm là chúng bắt cặp và giao phối, mùa đẻ trứng từ tháng 3 đến tháng 10 dương lịch, giai đoạn này chúng cắn nhau rất dữ dội, chúng đẻ trứng trên cạn trong các bãi đất, bãi cát mềm xốp,

trứng sau 50-60 ngày thì nở, trung bình con nặng 1,5kg cho khoảng 8-15 trứng, baba có thể đẻ từ 2-3 lứa/năm tùy vào chất lượng thức ăn và chăm sóc. Baba dưới 1 tuổi thường cho trứng ít có trống và kích thước nhỏ, tỷ lệ nở thành con thấp, chất lượng giống không cao. Vì vậy, các hộ gia đình có ý định nhân giống nhân tạo thì nên chọn loại lớn hơn 2kg/con và chỉ chọn con cái hoặc con đực rồi sau đó mua giống về cho bắt cặp, cho sinh sản nhân tạo thì mới cho giống tốt.

3. Chủ động phòng & trị bệnh cho baba và một số lưu ý.

Cách phòng bệnh tốt nhất là quản lý tốt nguồn nước, tránh không để nước bị ô nhiễm, quản lý tốt lượng thức ăn không để dư thừa, định kỳ bổ sung, phối trộn các chất khoáng, Vitamin vào thức ăn nhằm tăng cường sức đề kháng cho baba nuôi.

Thường xuyên theo dõi và kiểm tra baba nuôi, nếu thấy có dấu hiệu của ghẻ lở do cắn nhau thì cần có phương án điều trị ngay, nếu cần có thể tách riêng con bị bệnh để điều trị, vì vết thương hở sẽ là mồi cho nấm thủy mi, trùng bánh xe làm tổ trên mình baba, nếu nặng sẽ rất khó điều trị, dẫn đến lây lan ra cả ao, cách điều trị: Bôi Tetraxylin mỡ lên vết thương

Nhất thiết ao nuôi phải có khu phơi nắng cho baba, càng nắng càng tốt, khu phơi nắng thiết kế bằng cây tre loại to, kết thành bè nổi, có trụ

hao lượng baba lên phổi nhiều cùng lúc.

(Theo somnptnt.baria-vungtau.gov.vn)

KỸ THUẬT CHĂN NUÔI VỊT BIỂN (KỶ 1)

Vịt biển nuôi được ở điều kiện nước lợ, nước mặn rất tốt, thích hợp nuôi ở những tỉnh ven biển và vùng biển đảo.

1. Đặc điểm và khả năng sản xuất của vịt biển

Vịt biển mới nở có lông màu vàng nhạt, ở đầu và đuôi có phốt đen, vịt trưởng thành có màu lông cánh sẫm, cổ có khoang trắng, lông cánh màu xanh đen, mỏ và chân màu vàng nhạt, có con màu xám.

Vịt có thể nuôi theo các phương thức khác nhau. Đặc biệt vịt nuôi được ở điều kiện nước lợ, nước mặn rất tốt, thích hợp nuôi ở những tỉnh ven biển và vùng biển đảo.

2. Chuồng trại và thiết bị chăn nuôi

Đối với chăn nuôi nông hộ cần phải nuôi nhốt và làm chuồng nuôi độc lập với nhà ở.

Đối với chăn nuôi gia trại, trang trại với quy mô vừa và lớn, xây dựng chuồng trại biệt lập với khu dân cư, cách xa khu đô thị, đường giao thông, khu công nghiệp, trường học, bệnh viện. Khu chăn nuôi phải có tường rào bao quanh, nên quy hoạch có vành đai an toàn, không nuôi chung giữa các loài gia súc và gia cầm. Xây dựng chuồng trại phải phù

hợp cho từng giai đoạn của vịt: chuồng nuôi vịt con, chuồng nuôi vịt hậu bị, chuồng nuôi vịt sinh sản.

Chuồng trại cho vịt nên làm đơn giản nhưng phải thoáng mát về mùa hè, ấm về mùa đông, không bị mưa hắt, không bị nắng chiếu vào ổ đẻ. Có thể làm bằng lưới, tre, nứa, lá hoặc làm sàn trên ao hồ, trên bè (quây gọn).

Nếu mật độ nuôi cao sẽ làm giảm năng suất và tiểu khí hậu chuồng nuôi xấu. Nhưng nếu mật độ nuôi thấp sẽ không kinh tế khi sử dụng chuồng trại.

Độn chuồng bằng trấu, phân bò hoặc rơm rạ băm nhỏ nhưng không bị hôi mốc. Thường xuyên bổ sung độn chuồng làm cho độn chuồng khô, chuồng vịt ngăn sinh sản độn chuồng dày 10 - 15cm.

Các ô chuồng không nên quá rộng, mỗi ô tối đa 200 con vịt.

* Sân chơi: Diện tích sân chơi gấp 2 - 3 lần diện tích chuồng nuôi. Sân chơi dốc ra ngoài để thoát nước, dọc sân chơi nên có cây bóng mát để chắn gió và che nắng. Nếu vịt nuôi trên khô thì song song với chuồng là máng uống nước có tấm ngăn tránh vịt vào bơi. Nếu sử dụng mương bơi phải thường xuyên thay nước. Sân chơi bằng phẳng, không đọng nước. Có thể lát gạch hoặc bê tông.

Đối với nuôi thả trên vườn cây, nuôi trên ao, nuôi ở ruộng lúa phải có vây để quây vịt ngăn, không nên thả rông.

* Máng ăn, máng uống: Giai đoạn vịt con: Dùng máng tôn hoặc mẹt tre hoặc tấm nilông cho vịt ngan ăn. Có thể sử dụng máng ăn, máng uống bằng xây gạch và bê tông, vị trí máng uống ở ngoài sân chơi tránh ướt chuồng nuôi.

* Trang thiết bị: Thấp sáng và sưởi ấm cho vịt giai đoạn nhỏ bằng bóng điện, chụp sưởi, những nơi không có điện phải sử dụng đèn dầu hoặc bếp than...

Nuôi bán thâm canh phải chuẩn bị vây ràng, lưới hoặc cót để quây vịt.

Đến giai đoạn sinh sản phải chuẩn bị ổ đẻ cho vịt. Ổ đẻ có thể làm bằng gỗ kích thước 35 cm x 35 cm x 35 cm, hoặc làm bằng những sào tre lót rơm rạ hoặc quận tròn bằng rơm.

3. Chọn giống

Khi nuôi phải chọn đúng giống, đúng chủng loại. Không nên tận dụng những đàn thương phẩm để nuôi làm đàn bố mẹ sẽ ảnh hưởng xấu đến năng suất.

Tỷ lệ ghép đực/mái là 1/5 - 1/6, tỷ lệ chọn 80 - 90%.

+ *Chọn vịt lên sinh sản:* Tiến hành chọn trước khi vào đẻ là 2 tuần cũng căn cứ vào ngoại hình của giống và khối lượng đẻ chọn: khối lượng 2,4 - 2,7 kg/con.

Tỷ lệ ghép đực/mái là 1/6 - 1/7. Tỷ lệ chọn 90 - 95%.

Trong thời gian vịt sinh sản cần loại bỏ những con vịt mái quay lông quá sớm (bị rụng lông ở cánh, lông đuôi) hoặc những con có màu mỏ và

chân vàng hơn, những con vịt có màu lông đậm sẽ đẻ kém hơn.

4. Thức ăn

4.1. Loại thức ăn và chất lượng thức ăn:

Nguyên liệu thức ăn dùng cho vịt: Gạo, thóc, ngô, đỗ tương, tấm, cám, cá tép, cua, ốc, don, dất... bã bia, bã rượu, khoai, rau bèo... nếu thức ăn được nấu chín thì khả năng tiêu hoá và hấp thụ tốt hơn, vịt lớn nhanh và hiệu quả kinh tế hơn.

Lưu ý không được sử dụng thức ăn bị mốc và ôi chua. Thức ăn phải đảm bảo tiêu chuẩn chất lượng/kg phù hợp cho từng giống vịt và từng giai đoạn phát triển của vịt.

Thường xuyên kiểm tra chất lượng thức ăn trước khi cho vịt ăn.

Giai đoạn nuôi	Protein (%)	Năng lượng (kcal)
1 - 8 tuần tuổi	20 - 21	2850 - 2900
Giai đoạn nuôi hậu bị	14 - 14,5	2850 - 2900
Giai đoạn đẻ và đẻ	17 - 17,5	2650 - 2700

Tiêu chuẩn thức ăn cho vịt sinh sản

4.2. Lượng thức ăn:

Đối với vịt nuôi giống phải thực hiện chế độ ăn định lượng để khống chế khối lượng cơ thể theo tiêu chuẩn thì khả năng sinh sản sẽ đạt năng suất cao. (... còn tiếp)

(Theo khuyennongvn.gov.vn)

QUY TRÌNH NUÔI CÁ BIỂN LÔNG BÈ

Một số quy trình kỹ thuật nuôi, quản lý chăm sóc, chọn và thả giống

tại các vùng nuôi cá biển lồng bè người dân cần chú ý:

1. Về địa điểm nuôi: Bà con nên chú ý chọn khu vực gần cửa biển, nơi có nhiều động thực vật phù du và chọn nơi có các yếu tố như độ mặn, pH, hàm lượng oxy phù hợp, độ sâu phải bảo đảm đáy lồng cách đáy sông ít nhất là từ 2 - 3m. Tránh nơi sóng to, gió lớn có sóng cao trên 2m và tốc độ dòng chảy lớn vì như vậy có thể làm hỏng lồng nuôi, trôi dạt thức ăn, làm cho cá hoạt động yếu, gây ra chậm lớn và dễ sinh bệnh.

Ngoài ra, đối với các hộ nuôi mới cũng cần chú ý tránh xa những nơi gây ô nhiễm dầu, ô nhiễm chất thải công nghiệp, nước thải sinh hoạt và tàu bè qua lại nhiều, chọn những nơi nằm trong vùng quy hoạch của chính quyền địa phương, thuận lợi giao thông, dễ dàng vận chuyển.



Cá bớp nuôi lồng bè trên sông Chà Và – xã Long Sơn

2. Về chọn giống cá biển: Nên chọn mua giống ở những nơi có uy tín, có chứng nhận rõ ràng về nguồn gốc xuất xứ, kiểm dịch thủy sản, giống đã làm xét nghiệm các loại bệnh tại các cơ quan, đơn vị có chức năng xét nghiệm giống thủy sản

trước khi thả nuôi. Đối với cá bớp giống (Cá giò) thả đạt >12cm, trọng lượng khoảng từ 20 - 25g/con, chọn giống kích cỡ đồng đều, có màu sắc sáng đẹp, không dị tật, phản ứng tốt khi bắt lên khỏi mặt nước. Bà con nên thả cá vào buổi sáng lúc trời mát và nên tắm nước ngọt cho cá trước khi thả.

3. Quản lý chăm sóc cá nuôi:

Từ khi thả giống đến tháng thứ 2: Mật độ thả thích hợp ở giai đoạn này khoảng 1.000 - 1.500 con/lồng, kích cỡ khoảng từ 10 - 12 cm, trọng lượng khoảng từ 20 - 25g/con, giống nhỏ khoảng 2 - 5 cm thì kích cỡ mắt lưới tương ứng $2a = 0,5$ cm, còn với cá khoảng từ 6 - 15 cm, thì kích cỡ mắt lưới tương ứng $2a = 1,0$ cm, thức ăn thường là cá tươi, phải xay nhuyễn, chú ý san thưa lồng nuôi sau khi thả đến 2 tháng tuổi, nhằm kích thích sự tăng trưởng của cá lên mức tối đa.

Từ tháng thứ 2 đến tháng thứ 4: Mật độ thả trung bình khoảng 500 - 600 con/lồng, (từ 12 - 15 con/m²). Cá ở giai đoạn này có trọng lượng khoảng từ 1,5 - 2,5 kg/con. Kích cỡ mắt lưới tương ứng $2a = 2,0$ cm, giai đoạn này cá tiêu thụ thức ăn nhiều, nên sử dụng thức ăn công nghiệp viên nổi tỷ lệ có thể 50/50 cá tươi.

Từ tháng thứ 4 đến tháng thứ 6: Mật độ thả trung bình khoảng 300 - 500 con/lồng, (từ 7 - 13 con/m²). Cá ở giai đoạn này có trọng lượng khoảng từ 4,0 - 6,0 kg/con, cá hoạt động nhiều, chú ý quan sát khi cá ăn

nhằm điều chỉnh tăng giảm lượng thức ăn phù hợp.

Từ tháng thứ 6 đến khi thu hoạch: Giai đoạn này cá lớn, mật độ thả trung bình khoảng 100 – 200 con/lồng, (từ 2,5 – 5 con/m²). Kích cỡ cá nếu nuôi tốt thì thường có trọng lượng khoảng từ 7,0 - 10 kg/con. Người nuôi nên cố định giờ giấc cho cá ăn nhằm kích thích cá bắt mồi, giúp tiêu thụ thức ăn tốt và bớt công chăm sóc, cho cá ăn vào buổi sáng và buổi chiều lúc trời mát.

(Theo sonnptnt.baria-vungtao.gov.vn)

SỨC KHỎE CHO MỌI NGƯỜI

NHỮNG CHỨNG BỆNH THÔNG THƯỜNG CÓ THỂ GẶP KHI MANG THAI

Mang thai là niềm hạnh phúc với bất cứ cặp vợ chồng nào. Với những bà mẹ mang thai con đầu thì chắc chắn sẽ rất lo lắng và thắc mắc không biết mình sẽ có những thay đổi gì khi mang thai. Những chứng bệnh thông thường dưới đây giúp các mẹ khỏi thấy bất ngờ khi gặp phải trong quá trình mang thai.

1. Ốm nghén:

Đây là biểu hiện đầu tiên mà mẹ dễ dàng gặp phải sau khi cần thai. Các biểu hiện của ốm nghén như nôn, nôn khan, thèm ăn, chán ăn, sợ một mùi nào đó mà bình thường bạn không hề thấy sợ...tuy nhiên những

khó chịu này sẽ sớm qua đi sau 3 tháng thai kỳ và mẹ sẽ trở lại ăn uống bình thường mà giảm dần cảm giác sợ, buồn nôn và thèm ăn.

2. Choáng váng

Trong quá trình mang thai, cơ thể phải tập trung lượng máu nhiều hơn để nuôi dưỡng em bé nên lượng máu cần nhiều hơn, huyết áp luôn thấp hơn bình thường, điều này khiến bạn luôn cảm thấy choáng váng, hay mệt mỏi bất cứ lúc nào. Vì vậy bạn nên chậm rãi, từ từ ngồi dậy mỗi khi bước xuống giường hoặc bồn tắm. Nếu mệt bất thành linh, hãy ngồi hoặc nằm lên một chiếc gối mềm cho đến khi thấy thăng bằng hơn. Và không được để quá đói.

3. Đái rắt

Hiện tượng đái rắt (thường vào ban đêm) là điều dễ gặp của các chị em mới có thai trong vòng 3 tháng đầu của thai kỳ. Thực sự đây không phải là bệnh mà chỉ là hiện tượng sinh lý của người mới có thai của kỳ tam cá nguyệt đầu tiên. Khi có thai, tử cung to dần lên, đè trực tiếp vào phía sau bàng quang gây những kích thích khiến thai phụ luôn có cảm giác mót tiểu và tạo nên tình trạng đái rắt.

Không nên quá lo lắng bởi vì thường sau ba tháng trở đi, tử cung to lên, phát triển vượt ra khỏi lòng xương chậu và không trực tiếp đè vào bàng quang nữa, lúc đó hiện tượng này sẽ tự hết. Tuy thế, khi thai nghén đến tháng cuối, vào những ngày sắp sinh, do đầu thai nhi tụt

thấp xuống đè vào bàng quang, lúc đó tình trạng đái rất lại có thể xuất hiện. Nếu hiện tượng này kéo dài thì hãy nghĩ đến bệnh nhiễm trùng đường tiểu.

4. Són tiểu

Mẹ bầu đặc biệt ở 3 tháng cuối thai kỳ thường gặp phải tình trạng són tiểu. Bạn thường són tiểu một ít ra quần vào lúc vận động mạnh, ho, hắt hơi hoặc cười. Nguyên nhân là bởi các cơ sàn xương chậu khi mang thai rất yếu do vừa bị áp lực đè lên xương chậu và bàng quang vừa phải giãn ra để chuẩn bị cho quá trình sinh nở.

5. Đau lưng:

Do nội tiết tố thay đổi khiến cho các cơ, khớp lỏng lẻo hơn. Kích thước và cân nặng cơ thể đặc biệt là bụng tăng lên làm cho sức ép lên xương sống và xương chậu lớn hơn dễ gây lên hiện tượng đau lưng đặc biệt là vùng thắt lưng. Để giảm triệu chứng đau lưng mẹ bầu không nên làm việc quá sức, không nên đứng, ngồi lâu ở một tư thế, nằm nghiêng và luyện tập nhàn thường xuyên để các khớp và cơ được dẻo dai.

6. Chuột rút:

Đây là triệu chứng cơ bắp co thắt khiến bạn rất đau, thường xảy ra ở bắp chuối chân và bàn chân, đặc biệt là vào ban đêm. Bắt đầu cơn đau bằng triệu chứng căng chân duỗi đờ ra và các ngón chân quắp xuống. Theo nghiên cứu thì bệnh này xảy ra ở thai phụ thường là do cơ thể thiếu canxi.

7. Chứng táo bón

Kích thích tố progesterone trong quá trình mang thai sẽ làm chùng giãn các cơ ruột khiến nhu động ruột giảm đi và gây chứng táo bón. Bạn sẽ phải vất vả với việc đi tiêu phân khô, cứng và số lần đi ít hơn thường lệ.

8. Trĩ

Hệ quả từ việc táo bón lâu ngày rất dễ dẫn đến trĩ. Khi đi cầu, bạn sẽ cảm thấy ngứa, đau và thậm chí là chảy máu thì đó là biểu hiện của bệnh trĩ. Nguyên nhân là do đầu thai nhi đè lên các tĩnh mạch quanh hậu môn khiến chúng bị giãn nở. Bệnh thường biến mất ngay sau khi bé ra đời. Mẹ cần bổ sung chất xơ vào thực đơn, tránh để bị táo bón và đứng quá lâu.

(Theo babaucanbiet.com)

THỰC PHẨM TẠO LÁ CHẮN CHO TIM

Những thực phẩm giúp giảm nguy cơ mắc bệnh tim mạch.

1. Cá hồi

Chính hàm lượng cao axit béo omega-3 trong cá hồi có tác dụng bảo vệ tim. Nên ăn loại cá béo này hai lần mỗi tuần, theo tờ TOI dẫn lời chuyên gia Shree.

2. Quả việt quất

Giàu chất xơ và vitamin C, quả việt quất không thể thiếu trong danh sách các thực phẩm chống bệnh tim mạch.

3. Hạt óc chó

Ăn hạt óc chó mỗi tuần để giảm nguy cơ bị bệnh tim mạch. Hạt óc chó giàu chất béo a xít omega-3. Hạt óc chó còn chứa nhiều chất chống ô xy hóa có tác dụng bảo vệ tim

4. Bột yến mạch

Ăn bột yến mạch giúp bổ sung chất xơ cho cơ thể, từ đó giúp giảm cholesterol xấu LDL. Để giữ mức cholesterol trong kiểm soát, bạn nên ăn một chén rưỡi bột yến mạch đã được nấu chín. Bột yến mạch còn chứa beta-glucan, chất có tác dụng bảo vệ sức khỏe tim.

5. Sôcôla đen

Chứa nhiều flavanol, sôcôla đen có tác dụng giữ huyết áp trong tầm kiểm soát và chặn tình trạng máu vón cục. Sôcôla đen chứa nhiều chất chống ô xy hóa chặn cholesterol không lành mạnh tích tụ trong cơ thể, qua đó giảm nguy cơ mắc bệnh tim mạch.

(Theo thanhnien.com.vn)

CÁC LOẠI CÂY CÓ ÍCH CHỐNG MUỐI

Khi chúng ta bị muối chích, vết chích của chúng vừa ngứa lại có thể để lại sẹo, chưa kể có thể bị sốt xuất huyết nữa. Có một số cách xua muối cũng như giải quyết hậu quả vết cắn đơn giản sau đây

1. Tinh dầu

Tinh dầu được làm từ các loại cây như bạc hà, chè, bạch đàn hay nguyệt quế, tuyệt tưng có tác dụng chống muỗi vô cùng tốt.

Thấm ướt một miếng bông gòn

nhỏ bằng một trong các loại tinh dầu đã đề cập rồi đặt ở cửa sổ hay gần chỗ bạn ngủ.



Ngoài ra, thoa lên người hỗn hợp tinh dầu và kem dưỡng da cũng có tác dụng tránh muỗi lại gần!

2. Trồng cây trong nhà

Một số loại cây như bạc hà, hương thảo... có tác dụng đuổi muỗi khá hiệu quả khi bạn trồng chúng trong nhà. Mùi hương đặc biệt của các loại cây trên sẽ giúp cho muỗi sợ và không dám bay vo ve!

3. Chanh với đinh hương

Hương thơm dễ chịu của đinh hương quyện vào chanh cũng có thể khiến muỗi phải tránh xa. Bạn có thể tự chế một cách vô cùng đơn giản: chèn ít đinh hương vào các múi chanh và đặt chúng cạnh giường ngủ.

4. Cây vân sam (cây thông hình nón) và cây bách xù



Khi đốt các cành cây vên sam hay bách xù sẽ tạo ra mùi thơm đặc biệt xua đuổi đợc muỗi.

5. Cây thanh lương trà và anh đào dại

Chỉ cần chà xát lá cây thanh lương trà hoặc anh đào dại lên vùng da của bạn, muỗi chắc chắn sẽ không dám lại gần!

6. Tỏi và hành tây

Tỏi và hành tây là 2 nguyên liệu giúp bạn giảm ngứa khi bị muỗi đốt.

(Theo agriviet.com)

KINH TẾ & THÔNG TIN THỊ TRƯỜNG

MÔ HÌNH KINH TẾ MỞ HƯỚNG ĐI CHO PHỤ NỮ NGHÈO



Phụ nữ xã Láng Lớn (huyện Châu Đức) chăn nuôi bò dê ổn định kinh tế gia đình.

Với mong muốn hỗ trợ phụ nữ nghèo có điều kiện làm ăn, phát triển kinh tế gia đình, hàng năm, Hội LHPN tỉnh phối hợp với Ngân hàng Chính sách xã hội (NHCSXH) thực hiện ủy thác cho vay hộ nghèo bằng nguồn vốn ngân sách địa phương.

Việc làm thiết thực này đã giúp nhiều chị em phụ nữ có điều kiện tổ chức sản xuất, kinh doanh, làm ăn ổn định cuộc sống gia đình.

Trong thời gian qua, từ nguồn vốn của NHCSXH và sự tận tâm, giúp đỡ nhiệt tình của đội ngũ cán bộ Hội LHPN các cấp, đã giúp nhiều chị em hội viên phụ nữ vươn lên thoát nghèo bền vững, điển hình như trường hợp chị Trần Thị Thu Hồng, ở xã Xà Bang (huyện Châu Đức). Vốn không có nghề nghiệp, gia cảnh của chị Hồng khá khó khăn. Để hỗ trợ chị Hồng có “cần câu cơm”, nuôi các con ăn học, Hội LHPN xã Xà Bang đã tạo điều kiện để chị Hồng vay 15 triệu đồng từ NHCSXH để chăn nuôi. Qua tìm hiểu biết mô hình nuôi dê khá đơn giản, ít tốn kém và có lãi, chị Hồng quyết định đầu tư toàn bộ số tiền vay để mua giống dê về nuôi. Không có kiến thức chăn nuôi, không biết kỹ thuật phòng trừ bệnh, chị Hồng chủ động liên hệ với các chị em khác đã nuôi dê trước đó để học hỏi kinh nghiệm. Sau thời gian chịu khó làm ăn, vợ chồng chị Hồng đã có đồng ra đồng vào từ những đợt bán đàn dê đầu tiên. Đến nay, nuôi dê đã trở thành nguồn thu nhập chính của gia đình chị Hồng.

Nhằm hỗ trợ chị em phụ nữ, Hội Phụ nữ các cấp còn tổ chức các buổi tư vấn, tạo điều kiện để chị em chia sẻ kinh nghiệm chăn nuôi, trồng trọt..., cùng nhau làm ăn hiệu quả. Có thể kể đến các cách làm như: mô

hình nuôi rấn, chăn nuôi gà, nhận hàng may gia công...

Thông qua thực hiện ủy thác cho vay hộ nghèo bằng nguồn vốn từ NHCSXH, đến nay, các cấp Hội Phụ nữ đang quản lý 589 tổ vay vốn với tổng nguồn vốn hơn 4,1 tỷ đồng, giải quyết cho 21.299 chị em vay để phát triển kinh tế gia đình. Để sử dụng nguồn vốn có hiệu quả, Hội LHPN tỉnh chỉ đạo các cấp Hội thành lập tổ tiết kiệm và vay vốn theo hình thức bình xét công khai, đúng đối tượng. Các cấp Hội đã phối hợp với NHCSXH và Phòng LĐTBXH mở các lớp tập huấn nghiệp vụ công tác quản lý vốn ủy thác hộ nghèo cho 666 chị là cán bộ Hội và ban quản lý tổ vay vốn. Đồng thời tổ chức tập huấn cho 2.708 chị về sử dụng vốn đúng mục đích lồng ghép với chuyên giao kiến thức khoa học kỹ thuật trong trồng trọt, chăn nuôi... Hội PN cũng phối hợp tổ chức hướng dẫn trực tiếp cho 4.039 chị áp dụng khoa học kỹ thuật vào các hoạt động sản xuất, chăn nuôi, trồng trọt nhằm nâng cao năng suất lao động.

Hội Liên hiệp Phụ nữ thị trấn Đất Đỏ hiệu quả với mô hình “tiết kiệm phé liệu vì phụ nữ và trẻ em nghèo”. Được thành lập vào tháng 1/2015. Ban đầu, mô hình gặp nhiều khó khăn vì phần lớn hội viên phụ nữ và nhân dân cho rằng không rõ mục đích sử dụng... Nhưng với tinh thần trách nhiệm vì cộng đồng “lá lành đùm lá rách”, Hội vận động đến từng

hội viên, từng gia đình tham gia của mô hình”.

(Tổng hợp)

THÊM CƠ HỘI CHO GẠO VIỆT NAM

Gia hạn thời gian cho vay tạm trữ thóc gạo là một trong những giải pháp được Chính phủ triển khai nhằm thúc đẩy tăng trưởng xuất khẩu gạo những tháng cuối năm.



Cơ hội cho gạo Việt Nam vẫn rất lớn

Hỗ trợ doanh nghiệp và người trồng lúa

Thời gian cho vay mua tạm trữ thóc, gạo vụ đông xuân 2014-2015 theo Quyết định số 241/QĐ-TTg ngày 24/2/2015 của Thủ tướng Chính phủ đã được gia hạn đến hết ngày 31/10/2015 (không có hỗ trợ lãi suất) thay vì ngày 31/8/2015 như trước đó. Đây là một trong những giải pháp thúc đẩy tăng trưởng xuất khẩu gạo những tháng cuối năm được Chính phủ đưa ra, góp phần giữ ổn định giá lúa gạo trong nước, hỗ trợ nông dân tiêu thụ lúa gạo, yên tâm sản xuất.

Thông kê của Vụ Tín dụng các

ngành kinh tế (NHNN) cho thấy, đến hết tháng 8 doanh số cho vay chương trình tạm trữ 1 triệu tấn gạo năm 2015 đạt khoảng 8.318 tỷ đồng. Thực tế, các ngân hàng thương mại luôn chủ động nguồn tiền cho vay đối với hoạt động thu mua lúa gạo và xuất khẩu mặt hàng này chứ không chỉ tập trung cho vay tạm trữ. Ước tính đến giữa tháng 4/2015, các ngân hàng thương mại khu vực Đồng bằng sông Cửu Long đã cho vay thu mua lúa gạo khoảng 34.400 tỷ đồng, tăng 22,4% so với cùng kỳ.

Kỳ vọng vào hợp đồng lớn

Theo Hiệp hội Lương thực Việt Nam (VFA), từ tháng 1 đến hết tháng 8/2015, cả nước đã xuất khẩu được 3,818 triệu tấn gạo với trị giá FOB là 1,591 tỷ USD và trị giá CIF 1,641 tỷ USD. Năm 2015, Việt Nam dự kiến xuất khẩu 6,7 triệu tấn gạo, với con số đạt được 8 tháng qua thì 4 tháng cuối năm phải đảm bảo xuất được khoảng 2,9 triệu tấn, trung bình mỗi tháng là hơn 700.000 tấn.

Được biết, các doanh nghiệp xuất khẩu gạo trong nước đang chờ kết quả mở thầu 750.000 tấn gạo 25% tâm của Philippines. Với những ưu thế nhất định về giá, so với sản phẩm cùng loại của Thái Lan thì giá gạo Việt Nam đang thấp hơn khoảng 15 USD/tấn.

Dự báo của Bộ Nông nghiệp Mỹ (USDA) và Tổ chức Nông lương thế giới (FAO) cho biết, đến hết tháng 7 năm nay nguồn cung cấp mới mặt

hàng gạo ở hầu hết các nước châu Á sẽ bị hạn chế do qua vụ thu hoạch. Riêng Thái Lan, sản lượng gạo dự kiến giảm đến 2 triệu tấn do tình hình khô hạn ảnh hưởng đến gieo trồng. Trong khi đó, nhiều thị trường nhập khẩu gạo lớn như châu Phi, Tây Á và Philippines vẫn đang gia tăng nhu cầu nhập khẩu gạo. Vì thế, cơ hội cho gạo của Việt Nam vẫn là rất lớn nếu các doanh nghiệp biết khai thác tốt thị trường, chủ động trong đàm phán hợp đồng.

(Theo baocongthuong.com.vn)

VĂN HÓA-GIÁO DỤC

QUÀ TẶNG CHO NGÀY PHỤ NỮ 20/10

Ngày 20/10 là ngày tôn vinh những người phụ nữ Việt Nam, và không thể thiếu những món quà ý nghĩa dành tặng cho những người phụ nữ mà các bạn yêu thương quý mến nhất, những gợi ý về món quà để tặng người thân trong dịp này:

1. Hoa

Hoa là một món quà đầu tiên bạn nên nghĩ đến, đây sẽ là món quà phù hợp để bạn có thể tặng bà, mẹ, chị, em gái hay người yêu, vợ. Tùy theo người bạn tặng là ai để lựa chọn hoa cho phù hợp.

2. Khăn lụa

Trong những ngày gió lạnh thì một chiếc khăn lụa sẽ giúp các nàng cảm thấy ấm áp và hạnh phúc hơn rất

nhieu. Khăn lụa họa tiết hay khăn lụa trơn màu đều là những lựa chọn khá hợp lý.

3. Tranh gấm đá

Đây là loại tranh hiện đang là thú vui hay trào lưu mới của các chị em phụ nữ. Không phải tranh thành phẩm, mà đây là các bộ nguyên liệu để mọi người có thể tự làm nên 1 tác phẩm hoàn chỉnh. Cách làm đơn giản, thời gian hoàn thành nhanh, bức tranh đẹp và nhiều ý nghĩa...

5. Kẹp tóc

Cái tóc là vóc con người. Nên người phụ nữ nào cũng muốn có những chiếc kẹp tóc thật đẹp để làm đẹp cho mái tóc. Nếu tóc dài thì bạn thoải mái chọn các loại kẹp tóc: kẹp bấm, kẹp cài, kẹp mái hay kẹp càng cua. Nếu người phụ nữ của bạn tóc ngắn thì một chiếc cặp mái xinh xắn.

4. Mỹ phẩm

Một thỏi son, một cây kẻ mắt hay một hộp phấn trang điểm sẽ là món quà đúng điệu cho những người phụ nữ nhân ngày 20/10.

5. Các sản phẩm dưỡng tóc

Bên cạnh mỹ phẩm, những sản phẩm dưỡng tóc như kem ủ, tinh dầu dưỡng tóc là một lựa chọn tốt... Món quà 20-10 sẽ ý nghĩa và thiết thực hơn rất nhiều nếu bạn tặng những sản phẩm chăm sóc tóc cho những người phụ nữ thân thiết.

6. Cốc có trang trí đẹp, lạ mắt

Những chiếc cốc uống nước, cafe có hình ảnh độc đáo là món quà lý tưởng nếu bạn còn chưa tìm ra món

quà ưng ý.

7. Chậu cây cảnh bé xinh

Một trong những món quà thích hợp nhất để tặng nhân dịp lễ 20-10 này là những chậu cây nhỏ xinh có thể dùng để trang trí trên bàn làm việc. Một chậu cây cảnh bé xinh cùng một tấm thiệp với những lời chúc tốt đẹp sẽ khiến người phụ nữ thích thú.

8. Những cuốn sách hay

Những cuốn sách hay nhất vẫn là những quyển sách dạy nấu ăn, sách về bài học cuộc sống, làm đẹp...

(Tổng hợp)

CUỘC THI CA MÚA NHẠC CHUYÊN NGHIỆP TOÀN QUỐC ĐỢT 2 NĂM 2015: ĐAN XEN HẢI HOÀ GIỮA NHẠC CỤ DÂN TỘC VÀ HIỆN ĐẠI

Sau 10 ngày diễn ra sôi nổi, cuộc thi Ca múa nhạc chuyên nghiệp toàn quốc đợt 2 năm 2015 đã chính thức khép lại tại Trung tâm Văn hóa tỉnh (TP. Bà Rịa). Đoàn Ca múa nhạc BR-VT giành 2 HCV, 2 HCB tiết mục và giải Vàng chương trình



Một tiết mục của đoàn Ca múa nhạc tỉnh BR-VT tại cuộc thi.

Theo đánh giá của Ban Tổ chức, nét nổi bật của cuộc thi lần này là

chất dân tộc và chất hiện đại được đan xen hài hòa trong các tiết mục biểu diễn, thông qua các nhạc cụ dân tộc và hiện đại. Những tác phẩm tham gia cuộc thi xoay quanh những chủ đề mang đặc thù riêng của từng địa phương, với bố cục rõ ràng, thể hiện dấu ấn riêng. Trong đó, tiêu biểu như chủ đề “Đất biển” của đoàn Ca múa nhạc tỉnh BR-VT, “Cảm xúc linh thiêng-Biển trời sông núi” của Nhà hát ca múa kịch Lam Sơn (Thanh Hóa), “Vĩnh Phúc đất mẹ yêu thương” của đoàn Ca múa nhạc tỉnh Vĩnh Phúc... NSUT Nguyễn Văn Tám, Trưởng đoàn Ca múa nhạc tỉnh BR-VT chia sẻ: “Với vai trò là đơn vị chủ nhà, đoàn BR-VT đã dày công đầu tư, những bài ca, điệu múa đặc sắc, khắc họa bản sắc văn hóa, truyền thống cách mạng, tiềm năng, thế mạnh về biển của quê hương đến bạn bè. 3 tháng qua, các anh em nghệ sĩ của đoàn đã luyện tập rất miệt mài, lăn xả trên sân khấu, đổ nhiều mồ hôi nhằm cống hiến cho khán giả chương trình nghệ thuật rất xứng đáng, hoành tráng và ý nghĩa”.

Cuộc thi là một ngày hội lớn của sân khấu ca múa nhạc, mang đầy bản sắc vùng miền, Đây cũng là một cuộc đua tài của các nghệ sĩ và các nhà chỉ đạo nghệ thuật, các nhà đạo diễn. Cuộc “điểm binh” của các đoàn nghệ thuật chuyên nghiệp như thế này là thêm cơ hội để những người làm nghệ thuật nhìn nhận, đánh giá lại quá trình hoạt động của mỗi đơn

vị, mỗi cá nhân để sáng tạo thêm những sản phẩm nghệ thuật hay, đặc sắc. Thông qua chủ đề, nội dung, tư tưởng và chất lượng nghệ thuật trong nhiều chương trình, tiết mục đã chứng tỏ sự dày công kỹ lưỡng của các nghệ sĩ. Các chương trình bám sát thực tiễn, phản ánh sâu rộng hiệu quả nhiệm vụ chính trị của từng địa phương, từng đơn vị trong giai đoạn cách mạng mới hiện nay. Tất cả đã tạo nên một bức tranh đa sắc màu, ca ngợi tình yêu quê hương đất nước, niềm tin sắt son của các tầng lớp nhân dân đối với Đảng và Bác Hồ kính yêu, ý thức giữ gìn bản sắc văn hóa dân tộc cũng như tinh thần đoàn kết, nhân ái của cộng đồng các dân tộc Việt Nam.

(Theo baobariavungtau.com.vn)

CÔNG NGHỆ THÔNG TIN

VIỆT NAM ĐĂNG CẠI TỔ CHỨC CUỘC THI AN NINH THÔNG TIN TOÀN CẦU

WhiteHat Grand Prix - Global challenge 2015 sẽ là cuộc thi an ninh mạng có quy mô toàn cầu đầu tiên do Việt Nam tổ chức với giải Nhất trị giá 225 triệu đồng.

Trong cuộc họp báo được tổ chức sáng nay 23/9, Bkav, đơn vị tổ chức WhiteHat Grand Prix - Global challenge 2015 cho biết, cuộc thi năm nay sẽ là cuộc thi an ninh, an

toàn thông tin có quy mô toàn cầu đầu tiên do Việt Nam tổ chức.



Đại diện Bkav tại cuộc họp báo. Ảnh: T.L

Để chuẩn bị cho cuộc thi có quy mô lớn này, trước đó, tháng 7/2015, Bkav đã thử nghiệm mở rộng cuộc thi an ninh mạng hàng quý ra phạm vi toàn cầu thay vì ở cấp quốc gia như các năm trước đó. Cuộc thi hàng quý đã thu hút 200 đội thi đến từ các quốc gia Mỹ, Nga, Nhật...

Lần đầu được tổ chức tại Việt Nam, WhiteHat Grand Prix - Global challenge 2015 có chủ đề "Hello, VietNam". Đây không chỉ là dịp để các chuyên gia an ninh mạng trên thế giới tham gia đua tài mà còn là cơ hội tìm hiểu về đất nước và con người Việt Nam bởi mỗi phần thi đều gắn liền với các địa danh trên đất nước.

Theo thông tin từ Ban tổ chức, vòng đấu loại của WhiteHat Grand Prix - Global challenge 2015 sẽ chính thức được khởi động từ 24/10 và diễn ra liên tục trong vòng 24 giờ.

Trong vòng đấu loại trực tuyến này, các đội tham dự sẽ tham gia giải những câu hỏi thuộc chủ đề lỗ hổng

bảo mật, dịch ngược, khai thác lỗ hổng phần mềm, điều tra số và phá mã.

10 đội xuất sắc nhất từ các quốc gia trên thế giới được chọn từ cuộc thi vòng loại trực tuyến sẽ tham dự vòng chung kết đối đầu trực tiếp tại Hà Nội vào ngày 19/12 tới. Vòng chung kết giữa 10 đội được tổ chức theo hình thức đối đầu trực tiếp (tán công/phòng thủ).

Đây cũng là lần đầu tiên WhiteHat Grand Prix mở rộng quy mô ra toàn cầu và cho phép đội thi từ các nước khác đăng ký tham dự nên cơ cấu giải thưởng của cuộc thi cũng được mở rộng. Cụ thể, sẽ có 1 giải Nhất với trị giá tới 225 triệu đồng, 2 giải Nhì và 3 giải Ba với giá trị tiền thưởng lần lượt là 45 triệu và 22,5 triệu đồng.

(Theo ictnews.vn)

NHỮNG TÍNH HỮU ÍCH CHO NGƯỜI SỬ DỤNG TRÌNH DUYỆT CHROME

1. Tìm kiếm nhanh chóng:

Với Google Chrome, bạn có thể tìm kiếm thông tin trên các website mà không cần trực tiếp ghé thăm chúng. Chỉ cần gõ tên website lên thanh công cụ của Chrome và thế là bạn có thể tiết kiệm thời gian đến Google hay Wikipedia. Điều này có thể được áp dụng miễn là website đó nằm trong danh sách tìm kiếm của bạn (Search Engines).

Nếu website không nằm trong

danh sách này, hãy vào trang web mà bạn mong muốn, sau đó nhấn chuột vào thanh tìm kiếm, rồi chọn “Add as search engine” (Chọn làm danh sách tìm kiếm).

2. Di chuyển nhiều Tab cùng một lúc:

Chrome có thể di chuyển nhiều hơn một tab cùng một lúc. Hãy giữ phím Ctrl và nhấn vào các tab mà bạn muốn di chuyển. Đối với máy MacBook, sử dụng phím Command.

3. Thực hiện các phép tính:

Trên thanh công cụ ở Chrome chỉ cần gõ một phép toán cơ bản và kết quả gợi ý sẽ được đưa ra phía dưới và bạn thậm chí không cần ấn phím *Enter*.

4. Trình duyệt ảnh:

Google Chrome còn đóng vai trò như một trình duyệt ảnh đơn giản nơi mà bạn có thể phóng và xem một bức ảnh trực tiếp trên cửa sổ Chrome.

5. Kéo trang web lên và xuống:

Để kéo một trang web xuống, bạn chỉ cần đơn giản gõ phím cách (Space). Ngược lại, để kéo một trang web lên, bạn chỉ cần bấm kết hợp Shift và phím cách.

6. Mở một số trang nhất định khi vào Chrome:

Chắc hẳn bạn sẽ gặp trường hợp khi mà bạn phải đăng nhập vào các trang web giống nhau, mỗi lần bạn vào Chrome. Để làm điều này một cách thuận tiện, bạn có thể vào phần “*Settings*” (Cài đặt) trong Chrome,

sau đó tìm phần “*On Startup*” (Khi khởi động), rồi ấn vào lựa chọn “*Open a specific page or set of pages*” (Mở một trang cụ thể hoặc tập hợp các trang). Từ đó bạn có thể tạo lập danh sách bao gồm một hoặc nhiều website sẽ tự động hiện lên mỗi lần bạn ghé thăm Google Chrome.

7. Tự động tải về các file vào nơi mà bạn muốn:

Sau khi tải về các file từ trên Internet, bạn sẽ mất thời gian để tìm xem chúng được tải về ở phần nào của máy bạn. Để cải thiện điều này, bạn có thể điều chỉnh việc các file được tự động tải về đâu. Vào phần “*Settings*” (Cài đặt) trong Chrome, sau đó tìm phần “*Advanced Settings*” (Cài đặt nâng cao), rồi kéo xuống phần “*Downloads*” (Tải xuống). Từ đây có thể chọn lựa vị trí file sẽ được tải xuống hay yêu cầu Chrome hỏi bạn vị trí lưu từng tệp trước khi tải xuống.

8. Mở lại các tab mà bạn tình cờ đóng đi:

Chắc hẳn bạn đã gặp phải trường hợp khi mà bạn vô tình đóng đi một tab nào đó. Tuy nhiên bạn có thể phục hồi lại tab này, bằng việc bấm kết hợp *Ctrl-Shift-T*. Phím Ctrl được thay thế bằng phím Command trên MacBook. Bạn có thể tiếp tục thực hiện lệnh này nhiều lần.

9. Thu nhỏ và phóng to trang web:

Để thu nhỏ và phóng to một trang

web (hay còn gọi là Zoom In và Zoom Out), bạn có thể nhấn phím Ctrl khi dùng chuột kéo lên và xuống. Để thu về chế độ bình thường (100%), bạn có thể nhấn vào lựa chọn “Đặt lại về mặc định”.

10. Xóa dữ liệu duyệt web:

Để xóa đi các dữ liệu duyệt web, bao gồm URL, ảnh, mật khẩu và cookies, bạn có thể bấm kết hợp Ctrl-Shift-Delete. Từ đó cửa sổ “Clear browsing data” hay “Xóa dữ liệu duyệt web” sẽ xuất hiện.

11. Thêm một trang web vào mục ưa thích:

Để làm việc này một cách nhanh gọn, bạn chỉ cần ấn vào ngôi sao phía bên phải thanh công cụ Chrome, khi bạn đang ghé thăm một trang web nào đó. Ấn “Hoàn tất” và sau đó, mỗi lần bạn truy cập vào trang web này, ngôi sao sẽ biến thành màu vàng.

(Theo vforum.vn)

THÔNG TIN CHUYÊN GIA VÀ SẢN PHẨM CÔNG NGHỆ

NGHIÊN CỨU XỬ LÝ HIỆU QUẢ MÔI TRƯỜNG NUÔI TRỒNG THỦY SẢN

“Nghiên cứu ứng dụng công nghệ sản xuất và quy trình sử dụng chế phẩm xử lý môi trường, nuôi trồng thủy sản Neo-polymic phù hợp tại Quảng Trị” là đề tài hợp tác với các

ngành và địa phương do Viện hàn lâm khoa học công nghệ Việt Nam quản lý, PGS.TS. Nguyễn Thị Kim Cúc, Viện hóa sinh biển làm chủ nhiệm.

Các nhà khoa học đã nghiên cứu sử dụng các chủng vi khuẩn có hoạt tính sinh học được phân lập từ các hồ nuôi tôm của Quảng Trị và các hồ nuôi tôm tại một số địa phương khác của miền Trung, để tạo ra công thức chế phẩm vi sinh có khả năng cải thiện chất lượng nước trong ao nuôi, từ đó làm tăng khả năng sống sót của tôm và tăng sản lượng. Cụ thể là đã tuyển chọn và định danh đến loài bằng kỹ thuật giải trình tự gen 16S rRNA cho các chủng vi khuẩn có hoạt tính sinh học có tiềm năng ứng dụng trong thực tiễn. Các chủng có hoạt tính cao nhất được chọn cho lên men tạo chế phẩm. Nhóm nghiên cứu đã xác định các điều kiện lên men chìm và lên men rắn, cũng như cơ chất thích hợp cho từng loại lên men của các chủng sử dụng cho sản xuất chế phẩm Neo-Polymic. Sau một thời gian nghiên cứu, chế phẩm Neo-Polymic được sản xuất thành công và được xác định là an toàn, không nhiễm E. coli hoặc Salmonella sp. Thời gian bảo quản chế phẩm trong túi kềm ở điều kiện nhiệt độ thường là 8 tháng.

Sau khi nghiên cứu sản xuất thành công, chế phẩm Neo-Polymic được sử dụng thử nghiệm tại 3 mô hình thí điểm cho tôm thẻ chân trắng tại 3 địa

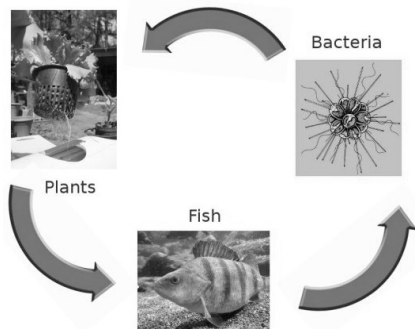
phương khác nhau của Quảng Trị là Gio Linh, Triệu Phong và Vĩnh Linh, với diện tích hồ nuôi từ 3.500 đến 5000 m². Kết quả phân tích nước hồ nuôi cho thấy các chỉ tiêu như pH, độ trong, độ kiềm, DO của các hồ có sử dụng chế phẩm Neo-Polymic dao động xung quanh mức độ tối ưu cho nuôi tôm thẻ chân trắng, trong khi các chỉ tiêu này trong các hồ đối chứng không sử dụng chế phẩm thấp hơn. Ngoài ra, khi sử dụng Neo-polymic, các hồ nuôi đều có tỷ lệ tôm sống khi thu hoạch lớn hơn, tôm phát triển tốt hơn và sản lượng tôm đều tăng cao hơn so với các hồ đối chứng.

(Theo khoa hoc phothong.com.vn)

HỆ THỐNG TRỒNG RAU SẠCH KẾT HỢP NUÔI CÁ TỰ ĐỘNG - AQUAPONICS

Aquaponics là hệ thống trồng rau tự động được thiết kế dựa trên sự kết hợp giữa nuôi cá và trồng rau thủy canh theo hướng hoàn toàn hữu cơ, thân thiện với môi trường.

Aquaponics System



Đây là hệ thống tuần hoàn khép kín độc đáo và hoàn hảo, kết hợp nuôi trồng thủy sản và thủy canh, mang lại lợi ích thiết thực: thay vì bổ sung phân bón và các hóa chất để trồng cây, Aquaponics sử dụng chất thải từ cá, nhờ sự chuyển hóa từ các loài vi sinh vật thành chất dinh dưỡng cần thiết và đầy đủ cho sự phát triển của cây. Ngược lại, Aquaponics dùng cây trồng làm sạch nước nuôi cá và trả lại cho bể cá thay vì phải xử lý rồi xả ra môi trường. Nước có thể tái sử dụng vô thời hạn, chỉ cần bổ sung lượng thất thoát do bay hơi.

Nguyên tắc hoạt động:

Thức ăn cho cá là đầu vào chính của hệ thống Aquaponics. Cá sử dụng thức ăn và bài tiết chất thải, với 50% ở dạng amoniac từ nước tiểu, phần còn lại là phân sẽ trải qua quá trình khoáng hóa. Trong quá trình dị dưỡng, vi khuẩn tiêu thụ chất thải của cá, các vật chất thực vật và thực phẩm thừa rồi chuyển đổi thành các hợp chất amoniac và các chất khác.

Yếu tố giữ vai trò cực kỳ quan trọng trong hệ thống Aquaponics là vi sinh vật. Vi khuẩn cho hệ thống Aquaponics sẽ tự phát triển và giúp hệ thống vận hành ổn định mà không cần bổ sung. Vi khuẩn phát triển mạnh trong các bể cạn trồng cây, giúp chuyển hóa chất thải từ bể nuôi cá thành dạng dinh dưỡng phù hợp cho cây trồng phát triển mà không cần phải cung cấp thêm phân bón.

Các loại vi khuẩn tham gia vào quá trình chuyển hóa chất thải từ cá thành chất dinh dưỡng cho cây trồng là Nitrosomonas chuyển hóa amoniac thành nitrit. Nitrit sau đó sẽ được chuyển hóa thành nitrate nhờ Nitrobacter, các loài thực vật sau đó có thể tiêu thụ nitrate để phát triển.

Aquaponics hoạt động khép kín, nước từ bồn nuôi cá sẽ được bơm lên các bồn trồng rau mỗi giờ một lần (15 phút) vào ban ngày, dinh dưỡng trong nước sẽ được rễ cây hấp thụ và nước sẽ theo các van xả chảy ngược về bồn nuôi cá, chu trình này được lặp lại liên tục bằng hệ thống tưới hện giờ tự động.

(Theo cesti.gov.vn)

SÁNG CHẾ MÁY "LỘT VỎ, TÁCH HẠT BẮP"

Giải pháp sáng tạo được Hội đồng khoa học đánh giá cao là chiếc máy "Lột vỏ, tách hạt bắp (ngô)". Sáng chế hữu ích này của anh Trần Công Nẻo ở huyện An Phú, tỉnh An Giang đạt giải Nhì trong Hội thi Sáng tạo khoa học kỹ thuật tỉnh An Giang vừa tổ chức vào tháng 8/2015.

Với mục đích thu gom cùi bắp tồn đọng do người dân có thói quen thả ra môi trường xung quanh, vừa làm mất vẻ mỹ quan, vừa gây mùi hôi thối. Sau khi nghiên cứu thực tiễn, cùi bắp có thể xay nhuyễn để trồng nấm linh chi ở một số nước Đông Nam Á. Do đó cần thiết phải có một công cụ giúp ích cho việc thu gom

cùi bắp một cách khoa học, nhanh chóng, tiện lợi. Chiếc máy "Lột vỏ, tách hạt bắp" ra đời đã giải quyết được vấn đề trên.

Qua nhiều lần cải tiến, máy "Lột vỏ, tách hạt bắp" đã hoàn chỉnh với công suất hoạt động 5 tấn/giờ, thay thế cho khoảng 10 công lao động. Như vậy, khi ứng dụng máy vào sản xuất sẽ góp phần tiết kiệm công lao động, thời gian, chi phí sản xuất, giảm thiểu ô nhiễm môi trường vì đã tận dụng được số lượng lớn cùi bắp trở thành nguyên liệu có ích để xuất khẩu sang Đài Loan, Hàn Quốc và một số nước Đông Nam Á khác.

Tính mới của chiếc máy là tách riêng biệt giữa cùi và hạt bắp sau khi khi được lột vỏ. Phần cùi bắp đổ về hướng bên trái chiếc máy, phần hạt đổ về phía bên phải của chiếc máy. Kết cấu của chiếc máy này được liên kết bởi các thiết bị bằng sắt, thép, cao su. Ưu điểm của máy "Lột vỏ, tách hạt bắp" là hoạt động nhanh chóng, ít hao nhiên liệu, tiết kiệm được thời gian, nhân công lao động. Hạt bắp sau khi được tách ra rất đẹp. Máy có thể di chuyển một cách dễ dàng ra đồng ruộng.

(Theo khuyennongvn.gov.vn)

HỎI – ĐÁP

Hỏi: Những chế độ thai sản mà phụ nữ có thai tham gia BHXH được hưởng

Đáp: Luật Bảo hiểm xã hội sửa đổi đã được Quốc hội khóa XIII thông qua tại Kỳ họp thứ Tám ngày 20/11/2014, gồm 09 Chương, 125 Điều. Trong đó có những nội dung chính:

Khi mang thai chị em phụ nữ có những chế độ ưu đãi để đảm bảo sức khỏe sau:

1. *Khám thai* (tính theo ngày làm việc, nếu ngày nghỉ trùng vào các ngày nghỉ hàng tuần, lễ, Tết thì không được tính hưởng trợ cấp):

- Được nghỉ tối đa 5 lần trong một thai kỳ.

- Mỗi lần khám: Nghỉ 1 ngày (hoặc 2 ngày nếu thai bệnh lý hoặc cơ sở y tế thuộc vùng sâu, vùng xa).

2. *Đối với trường hợp có thai bị sảy thai, nạo hút thai, thai chết lưu* (tính cả ngày nghỉ lễ, Tết, nghỉ hàng tuần) *người tham gia được nghỉ số ngày tùy theo tuổi thai*

3. *Trường hợp vì lý do thai không bình thường phải nghỉ việc để dưỡng thai* theo chỉ định của cơ sở khám chữa bệnh có thẩm quyền thì với lao động nữ có thời gian đóng BHXH từ đủ 12 tháng thì chỉ cần đảm bảo điều kiện đóng BHXH từ đủ 3 tháng trở lên trong thời gian 12 tháng trước khi sinh con (thay vì 6 tháng như quy định cũ) thì vẫn được hưởng chế độ thai sản đầy đủ.

Những chế độ sau khi sinh con

1. *Thời gian nghỉ sinh hưởng trợ cấp:*

- Nghỉ hưởng chế độ thai sản sau

khí sinh con là 6 tháng.

- Trường hợp sinh đôi trở lên, từ con thứ hai trở đi, cứ mỗi con người mẹ được nghỉ thêm 01 tháng.

2. *Mức hưởng:*

- Mức trợ cấp bằng 100% mức bình quân tiền lương, tiền công tháng đóng BHXH của 6 tháng liền kề trước khi nghỉ việc.

- Nếu đóng BHXH chưa đủ 6 tháng thì mức hưởng khi khám thai, sảy thai, nạo hút thai hoặc thai chết lưu, thực hiện KHH dân số là mức bình quân tiền lương, tiền công của các tháng đã đóng BHXH.

Thời gian nghỉ việc hưởng chế độ thai sản được tính là thời gian đóng BHXH, thời gian này người lao động và người sử dụng lao động không phải đóng BHXH.

3. *Trợ cấp một lần:* khi lao động nữ sinh con hoặc người lao động nhận nuôi con nuôi dưới 4 tháng tuổi: Bằng 2 tháng lương tối thiểu chung cho mỗi con.

4. *Lao động nữ đi làm trước khi hết thời hạn nghỉ sinh con:*

Lao động nữ có thể đi làm trước khi hết thời hạn nghỉ sinh con:

- Sau khi sinh con đã nghỉ ít nhất được 04 tháng;

- Có xác nhận của cơ sở khám chữa bệnh có thẩm quyền về việc đi làm sớm không có hại cho sức khỏe của người lao động và phải được người sử dụng lao động đồng ý.

Ngoài tiền lương, tiền công của những ngày làm việc do người sử

dụng lao động trả, lao động nữ vẫn tiếp tục được hưởng chế độ thai sản cho đến hết thời hạn theo quy định.

Đối với lao động nam có vợ sinh con: được nghỉ việc hưởng chế độ thai sản từ 5-14 ngày khi vợ sinh.

Trường hợp chỉ có cha tham gia BHXH, khi vợ sinh con thì cha được trợ cấp một lần bằng hai tháng tiền lương cơ sở cho mỗi con.

(Theo babaucanbiet.com)

Mẹo vặt: Phơi quần áo nhanh khô ngày mưa.

Thời tiết mưa, ẩm kéo dài khiến quần áo lâu khô và gây mùi khó chịu thậm chí làm vi khuẩn sinh sôi, phát triển. Dưới đây là những mẹo hay giúp bạn đọc biết cách làm quần áo nhanh khô nhất.

Phơi nơi thông thoáng

Nếu nhà có sân thượng hãy tận dụng diện tích đó, bởi ở vị trí cao, hút gió, quần áo sẽ nhanh khô. Nên dự phòng một chỗ phơi quần áo trong nhà để đề phòng trời mưa.

Nhúng quần áo vào nước nóng

Sau khi giặt quần áo xong, có thể nhúng vào nước nóng, nhiệt độ phù hợp là 60 độ C, vắt sạch nước và đem phơi ngay. (Lưu ý, không nhúng ở nhiệt độ quá cao, quần áo sẽ bị mục và dễ gây bong da). Nhờ hiệu quả bốc hơi của nước nóng sẽ rút ngắn thời gian làm khô quần áo.

Cuộn trong khăn lông khô

Sau khi vắt kỹ nước ở quần áo, hãy dùng một chiếc khăn lông cuộn quần

áo vào bên trong. Thực hiện công đoạn này nhiều lần trước khi đem ra phơi, quần áo của bạn sẽ nhanh khô. Tuy nhiên, cách này lại làm những chiếc khăn bông bị ẩm ướt thay cho quần áo ẩm ướt.

Sấy hoặc là ủi trước khi phơi

Một cách rất hiệu quả để giúp quần áo nhanh khô nhất trong trường hợp mưa, ẩm kéo dài là ủi hoặc là. Có thể làm khô quần áo bằng máy sấy hoặc bàn là. Đây là cách giúp bay hơi phần lớn lượng nước còn trong quần áo. Ngoài ra, quần áo sau khi là ủi sẽ được phẳng phiu và loại trừ các loại vi khuẩn gây hại khác.

Giữ quần áo kỹ

Giữ quần áo thật kỹ trước khi phơi sẽ giảm bớt nhăn khi khô và giúp khử bớt lượng nước thừa.

Phơi ngược

Đối với quần jeans hoặc quần tây vải dày, hãy phơi ngược cho phần thắt lưng và miệng túi xuống dưới để róc nước nhanh hơn. Cách làm này sẽ giúp quần khô nhanh hơn.

Một vài lưu ý khác khi phơi

Khi phơi, nên trải rộng hết mức diện tích quần áo để phơi nhanh khô hơn. Để quần áo nhanh khô, hãy phơi bằng móc, không nên gấp mà để quần áo rũ thẳng xuống. Khi phơi quần áo, hãy chừa khoảng hở để quần áo luôn được thông thoáng và mau khô. Đặc biệt, không nên hong quần áo bằng quạt, vì khiến hơn nước ngưng tụ nhiều hơn.

(Theo dantri.com.vn)