

## VẤN ĐỀ VÀ SỰ KIỆN

### CÁCH MẠNG THÁNG TÁM: CUỘC HỒI SINH VĨ ĐẠI CỦA DÂN TỘC

Cách mạng Tháng Tám năm 1945 thắng lợi và sự ra đời của Nhà nước Việt Nam Dân chủ Cộng hòa, “là một cuộc thay đổi cực kỳ to lớn trong lịch sử của nước ta”, đã đập tan xiềng xích đô hộ hơn 80 năm của thực dân Pháp, đánh đuổi bọn quân phiệt Nhật Bản ra khỏi đất nước, lật đổ chế độ phong kiến mấy mươi thế kỷ, đưa đất nước ta bước vào một kỷ nguyên mới - kỷ nguyên độc lập dân tộc và xây dựng chủ nghĩa xã hội. Cách mạng Tháng Tám cũng chính là cuộc hồi sinh vĩ đại của dân tộc dưới sự lãnh đạo sáng suốt, tài tình của Chủ tịch Hồ Chí Minh và Đảng Cộng sản Việt Nam.



Thắng lợi của Cách mạng Tháng Tám năm 1945 đã làm nên cuộc hồi sinh của nền độc lập, tự

chủ, tự cường của dân tộc. Đó là một nền độc lập, tự chủ vô cùng quý giá của dân tộc giành được sau đêm trường nô lệ đau thương và tủi nhục. Khát vọng độc lập, tự do truyền cảm hứng, đến cả Bảo Đại - vị vua cuối cùng của chế độ phong kiến, khi ông nói rằng: “dân một nước độc lập hơn làm vua một nước nô lệ”. Nếu kể từ ngày 1-9-1858 khi thực dân Pháp nổ súng mở đầu cuộc xâm lược tại Đà Nẵng, đến ngày 2-9-1945, khi Chủ tịch Hồ Chí Minh đọc Tuyên ngôn độc lập tại Quảng trường Ba Đình, đất nước ta đã trải qua 87 năm dưới ách đô hộ của thực dân Pháp. Đó là quãng thời gian nước ta bị nước ngoài đô hộ dài nhất kể từ năm 938, khi Ngô Quyền đánh thắng quân xâm lược Nam Hán, khôi phục nền độc lập. Nước đã mất, tên nước không còn trên bản đồ thế giới, lẫn vào địa danh “xứ Đông Dương thuộc Pháp”. Tổ quốc bị chia thành ba miền với ba chế độ chính trị khác nhau để thực dân dễ bề cai trị. Những vị vua yêu nước, có ý thức tự cường thì bị đàn áp, lưu đày; triều đình phong kiến còn lại chỉ như thú bù nhìn. Các cuộc khởi nghĩa, đấu tranh đòi độc lập, quyền tự chủ cho đất nước đều bị dim trong bể máu. Người dân một

cổ hai trùng, sống đời nô lệ, đói rách lầm than, oằn lưng, tối mặt với sưu cao, thuế nặng, lao dịch, phu phen. Nhà chí sĩ Phan Bội Châu, đã “bầm gan, tím ruột” mà gọi thời kỳ đó là “Mấy mươi năm như nuốc lầm than”. Chính hoàn cảnh lịch sử ấy đã khẳng định tầm vóc vĩ đại, giá trị vô cùng to lớn của cuộc hồi sinh nền độc lập, tự do của dân tộc mà Cách mạng Tháng Tám đã mang lại.

Cách mạng Tháng Tám thắng lợi đã trả lại cho nước Việt Nam nền tự do, độc lập mà dân tộc ta có quyền được hưởng, mở ra một thời kỳ mới - thời kỳ “Toàn thể dân Việt Nam quyết đem tất cả tinh thần và lực lượng, tính mệnh và của cải để giữ vững quyền tự do và độc lập ấy”, lập nên những chiến công vĩ đại, lừng lẫy năm châu. Không chỉ đối với Việt Nam, Cách mạng Tháng Tám còn mở ra thời cơ, điều kiện cho các nước láng giềng Lào, Cam-puchia đấu tranh giành lấy độc lập, tự do và khẳng định con đường phát triển tự chủ, tự cường cho dân tộc mình.

*Cách mạng Tháng Tám năm 1945 là cuộc hồi sinh của tinh thần yêu nước quật khởi gắn với sức mạnh đại đoàn kết toàn dân tộc. Trong hơn 80 năm đô hộ của*

thực dân Pháp, hàng loạt cuộc khởi nghĩa, phong trào đấu tranh cứu nước đã nổ ra trên khắp mọi miền của đất nước, với tinh thần “Đầu dám thay đầu, chân nói chân!”. Đó là cuộc kháng Pháp của Hoàng Diệu, Nguyễn Tri Phương..., những cuộc khởi nghĩa của Trương Định, Nguyễn Trung Trực, Phan Đình Phùng, Hoàng Hoa Thám, Nguyễn Thái Học... các phong trào Cần Vương, Đông Du... Đó là những phong trào đấu tranh, những cuộc khởi nghĩa xuất phát từ tinh thần yêu nước bất khuất, khát vọng cứu nước, cứu dân cháy bỏng. Tiếc rằng, tất cả các cuộc đấu tranh kháng Pháp đó đã không kết hợp được tinh thần yêu nước với sức mạnh của nhân dân, của đại đoàn kết toàn dân tộc. Do đó, mỗi phong trào, mỗi cuộc khởi nghĩa trở thành một ốc đảo trong vòng vây sức mạnh của kẻ thù, nên thất bại hầu như đã được báo trước.

Chỉ có dưới sự lãnh đạo của Chủ tịch Hồ Chí Minh và Đảng Cộng sản Việt Nam, Cách mạng Tháng Tám mới làm sống lại sức mạnh như “sức nước” của nhân dân trong cuộc kháng chiến chống quân Minh của Lê Lợi, tinh thần Hội nghị Diên Hồng trong cuộc chiến chống quân Nguyên dưới

triều nhà Trần. Đảng đã tổ chức Mặt trận dân tộc thống nhất, đoàn kết toàn dân, thực hiện chính sách “tôn giáo tự do, lương giáo đoàn kết”, các dân tộc bình đẳng, giúp đỡ lẫn nhau, biến tinh thần yêu nước, tự cường dân tộc thành sức mạnh dồi dào, lập biển, đấu tranh vì mục tiêu độc lập của đất nước, tự do và hạnh phúc của nhân dân. Chính vì sức mạnh ấy mà chỉ với 5.000 đảng viên, Đảng Cộng sản Việt Nam đã lãnh đạo cả dân tộc làm nên thắng lợi của Cách mạng Tháng Tám, tạo ra bước ngoặt to lớn trong lịch sử của dân tộc. Sức mạnh đó sẽ còn được phát huy, trở thành một động lực mạnh mẽ cho những chiến công vĩ đại trong các cuộc kháng chiến chống xâm lược, bảo vệ biên giới, lãnh thổ đất nước, cũng như trong công cuộc đổi mới, xây dựng và phát triển đất nước hiện nay.

*Cách mạng Tháng Tám thắng lợi là khởi đầu cho cuộc hồi sinh của văn hóa dân tộc.* Theo lẽ tự nhiên, “Văn hóa phải soi đường cho quốc dân đi”. Để thống trị dân tộc Việt Nam, thực dân Pháp thực hiện các chính sách ngu dân, ru ngủ thanh niên, cản trở dẫn đến thủ tiêu các giá trị văn hóa truyền thống, khuyến khích truyền bá

các giá trị văn hóa mất gốc, ngoại lai. Đó chính là âm mưu để chặn đường phát triển của dân tộc. Chúng xây nhà tù nhiều hơn trường học, thẳng tay đàn áp khốc liệt bất cứ hành vi hay người dân nào có biểu hiện yêu nước, chống áp bức, bảo vệ nhân dân và nền văn hóa dân tộc. Chúng dùng thuốc phiện, rượu cồn, nhà thổ để làm suy yếu giống nòi, mai một các truyền thống tốt đẹp của dân tộc. Tuyệt đại bộ phận dân số mù chữ, không được học hành. Báo chí yêu nước bị cấm, người làm báo yêu nước bị bỏ tù, báo chí công dân bị kiểm duyệt gắt gao... Cách mạng Tháng Tám thắng lợi đã khởi đầu cho công cuộc khôi phục “nền văn hiến đã lâu”, hồi sinh những “phong tục”, giá trị bản sắc, xây dựng và phát triển nền văn hóa của đất nước theo phương châm “dân tộc, khoa học, đại chúng”. Nhà nước dân chủ nhân dân đặt ra nhiệm vụ “diệt giặc đói”, ngang hàng với “diệt giặc dốt”, mở mang giáo dục, nâng cao dân trí. Nền văn học - nghệ thuật ra đời trong đấu tranh cách mạng không ngừng trưởng thành, kết hợp những tinh hoa từ trong nguồn mạch dân tộc với những giá trị của thời đại, phản ánh thực tiễn cách mạng phong

phú, đa dạng, vì cuộc sống của con người và mục đích nhân văn của chế độ. Hệ thống báo chí, truyền thông của đất nước phát triển nhanh chóng, bắt nhịp với những tiến bộ khoa học - công nghệ của nhân loại. Từ cuộc hồi sinh bởi Cách mạng Tháng Tám, một nền văn hóa Việt Nam không chỉ khẳng định những thành tựu phát triển to lớn, ngày càng “tiên tiến, đậm đà bản sắc dân tộc”, mà còn không ngừng giao lưu, hội nhập với các dân tộc bạn bè, tỏa sáng trên trường quốc tế.

Theo chỉ dẫn của Chủ tịch Hồ Chí Minh, “Muốn cứu nước và giải phóng dân tộc không có con đường nào khác con đường cách mạng vô sản”, song muốn giữ vững được độc lập dân tộc, mang lại cuộc sống tự do, ấm no, hạnh phúc cho nhân dân thì phải xây dựng chủ nghĩa xã hội, Đảng ta trước sau như một, đề ra và thực hiện nhất quán đường lối: *độc lập dân tộc gắn liền với chủ nghĩa xã hội*. Theo đường lối của Đảng, toàn bộ mục tiêu của cách mạng, lý tưởng phấn đấu của Đảng là độc lập cho dân tộc, tự do, hạnh phúc cho nhân dân và chủ nghĩa xã hội là con đường, điều kiện để thực hiện mục tiêu, lý tưởng đó. Để đạt được mục tiêu giành độc

lập cho dân tộc, ngay từ khi mới thành lập, Đảng ta đã thực hiện chính sách đoàn kết rộng rãi toàn dân tộc, liên kết tất cả các giai cấp, tầng lớp nhân dân yêu nước, không phân biệt tôn giáo, tộc người, dưới ngọn cờ cách mạng, đấu tranh vì độc lập cho dân tộc, tự do, hạnh phúc cho nhân dân.

Đã 75 năm trôi qua nhưng tầm vóc, ý nghĩa cùng những bài học kinh nghiệm quý báu của Cách mạng Tháng Tám năm 1945 vẫn còn nguyên giá trị và tiếp tục tỏa sáng trong sự nghiệp cách mạng của đất nước. Đó là cuộc hồi sinh vĩ đại của dân tộc, mở ra một thời đại phát triển rực rỡ của đất nước với những chiến công oanh liệt như chiến thắng Điện Biên Phủ, đại thắng mùa xuân 1975, với những thành tựu có tính lịch sử của công cuộc đổi mới, xây dựng và phát triển đất nước, tạo dựng nên “cơ đồ, tiềm lực, vị thế và uy tín” chưa bao giờ có của Tổ quốc Việt Nam hôm nay.

*(Theo GS, TS TẠ NGỌC TẤN  
Phó Chủ tịch Hội đồng Lý luận  
Trung ương)*

**KỶ NIỆM 75 NĂM CÁCH  
MẠNG THÁNG TÁM  
(19/8/1945 - 19/8/2020) VÀ  
QUỐC KHÁNH NƯỚC CỘNG**

## HOÀ XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM

Ngày 3/2/1930, Đảng Cộng sản Việt Nam ra đời và nắm lấy ngọn cờ lãnh đạo cách mạng Việt Nam. Bằng chính cương lĩnh, đường lối, phương pháp cách mạng đúng đắn của mình, dù trong điều kiện hoạt động bí mật, nửa bí mật, nửa công khai Đảng vẫn tuyên truyền, vận động và lôi cuốn được đông đảo quần chúng và tổ chức thành lực lượng hùng hậu cho cách mạng. Trải qua muôn vàn thử thách trong máu lửa đấu tranh, với các cao trào cách mạng như Xô Viết Nghệ - Tĩnh năm 1930.

Ở trong nước, trải qua các cuộc diễn tập, đến năm 1945, phong trào cách mạng dâng cao. Tình hình quốc tế, trong nước có nhiều thuận lợi đòi hỏi Đảng ta phải có những quyết sách sáng suốt nhằm đẩy mạnh công tác chuẩn bị khởi nghĩa giành chính quyền.

Ngày 09/3/1945, Hội nghị Ban Thường vụ Trung ương mở rộng quyết định phát động cao trào cách mạng làm tiền đề cho tổng khởi nghĩa, thay đổi các hình thức tuyên truyền, cổ động, tổ chức và đấu tranh cho thích hợp. Tháng 3/1945, Trung ương Đảng

ra Chỉ thị “Nhật - Pháp bắn nhau và hành động của chúng ta”. Tháng 4/1945, Trung ương triệu tập Hội nghị quân sự cách mạng Bắc Kỳ, quyết định nhiều vấn đề quan trọng, thống nhất các lực lượng vũ trang thành Việt Nam giải phóng quân. Ngày 16/4/1945, Tổng bộ Việt Minh ra Chỉ thị tổ chức các Ủy ban Dân tộc giải phóng các cấp và chuẩn bị thành lập Ủy ban giải phóng dân tộc Việt Nam, tức Chính phủ lâm thời cách mạng Việt Nam.

Từ tháng 4/1945 trở đi, cao trào kháng Nhật cứu nước diễn ra mạnh mẽ, phong phú về nội dung và hình thức. Đầu tháng 5/1945, Bác Hồ từ Cao Bằng về Tuyên Quang, chọn Tân Trào làm căn cứ chỉ đạo cách mạng cả nước và chuẩn bị Đại hội quốc dân. Ngày 4/6/1945, Khu giải phóng Việt Bắc được thành lập, đặt dưới sự lãnh đạo của Ủy ban chỉ huy lâm thời, trở thành căn cứ địa của cả nước. Tháng 8/1945, Hội nghị đại biểu toàn quốc của Đảng họp tại Tân Trào (Tuyên Quang) khẳng định: “Cơ hội rất tốt cho ta giành độc lập đã tới” và quyết định phát động toàn dân khởi nghĩa giành chính quyền từ tay phát xít Nhật và tay sai trước khi quân Đồng minh vào Đông

Dương; đề ra ba nguyên tắc bảo đảm tổng khởi nghĩa thắng lợi, đó là: tập trung, thống nhất, kịp thời. 23 giờ ngày 13/8/1945, Ủy ban Khởi nghĩa ra Quân lệnh số 1 hiệu triệu toàn dân tổng khởi nghĩa. Ngày 16/8/1945, Đại hội Quốc dân họp tại Tân trào thông qua “10 chính sách lớn của Việt Minh”; thông qua “Lệnh tổng khởi nghĩa”; quy định quốc kỳ, quốc ca; thành lập Ủy ban Dân tộc giải phóng Trung ương, tức Chính phủ Lâm thời do đồng chí Hồ Chí Minh làm Chủ tịch. Chủ tịch Hồ Chí Minh gửi thư kêu gọi nhân dân cả nước tổng khởi nghĩa, trong đó chỉ rõ: “Giờ quyết định cho vận mệnh dân tộc ta đã đến. Toàn quốc đồng bào hãy đứng dậy đem sức ta mà tự giải phóng cho ta”.

Dưới sự lãnh đạo của Đảng và Chủ tịch Hồ Chí Minh, nhân dân cả nước đồng loạt vùng dậy, tiến hành tổng khởi nghĩa, giành chính quyền. Từ ngày 14 đến ngày 18/8, cuộc tổng khởi nghĩa nổ ra giành được thắng lợi ở nông thôn đồng bằng Bắc Bộ, đại bộ phận miền Trung, một phần miền Nam và ở các thị xã: Bắc Giang, Hải Dương, Hà Tĩnh, Hội An, Quảng Nam... Ngày 19/8, khởi nghĩa giành chính quyền

thắng lợi ở Hà Nội. Ngày 23/8, khởi nghĩa thắng lợi ở Huế và ở Bắc Cạn, Hòa Bình, Hải Phòng, Hà Đông, Quảng Bình, Quảng Trị, Bình Định, Gia Lai, Bạc Liêu... Ngày 25/8, khởi nghĩa thắng lợi ở Sài Gòn - Gia Định, Kon Tum, Sóc Trăng, Vĩnh Long, Trà Vinh, Biên Hòa, Tây Ninh, Bến Tre... Ở Côn Đảo, Đảng bộ nhà tù đã lãnh đạo các chiến sĩ cách mạng bị giam cầm nổi dậy giành chính quyền.

Chỉ trong vòng 15 ngày cuối tháng 8/1945, cuộc tổng khởi nghĩa đã giành thắng lợi hoàn toàn, chính quyền trong cả nước về tay nhân dân.

Ngày 02/9/1945, tại Quảng trường Ba Đình (Hà Nội) lịch sử, trước cuộc mít tinh của gần một triệu đồng bào, Chủ tịch Hồ Chí Minh thay mặt Chính phủ Lâm thời trịnh trọng đọc bản Tuyên ngôn Độc lập, tuyên bố trước quốc dân và thế giới: Nước Việt Nam Dân chủ Cộng hòa ra đời (nay là Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam). Từ đó, ngày 02/9 là Ngày Quốc khánh của nước ta.

Trong không khí đó, vào thời điểm này tại tỉnh Bà Rịa, sau khi đặt ách cai trị, thực dân Pháp đã ra sức khai thác, bóc lột, đời sống

nhân dân cực kỳ khốn khổ. Phong trào yêu nước chống Pháp tại Bà Rịa, Vũng Tàu diễn ra sôi nổi qua các thời kỳ lịch sử. Sự thất bại của người Pháp kéo theo sự phá sản của hàng loạt đồn điền, công xưởng, nhà thầu, nhà nghỉ, làm hàng vạn người thất nghiệp. Suo cao, thuế nặng, thất nghiệp, hàng tiêu dùng khan hiếm, đời sống nhân dân điêu đứng chưa từng thấy. Tuy nhiên, trước sự thất bại thảm hại của thực dân Pháp sau 80 năm đô hộ làm cho quần chúng nhân dân ở Bà Rịa vô cùng phấn khởi. Tinh thần dân tộc trở dậy mạnh mẽ, không chỉ trong các tầng lớp công nông mà ngay cả trong trí thức, công chức, tiểu chủ và binh lính.

Lợi dụng Nhật hất cẳng Pháp, tháng 6/1945 nhiều cán bộ vượt ngục đã trở về, cùng các đảng viên bám trụ xây dựng lại phong trào. Chi bộ Bà Rịa được thành lập tại Long Mỹ, đã kịp thời chỉ đạo phát triển lực lượng Thanh niên Tiền phong với khẩu hiệu “Gia nhập Thanh niên Tiền phong là yêu nước” có sức cổ vũ, thôi thúc các tầng lớp nhân dân sôi nổi tham gia.

Trong vòng ba tháng, lực lượng Thanh niên Tiền phong ở Bà Rịa phát triển lên tới 5.000

người, tập hợp hầu hết các tầng lớp nhân dân. Ở Vũng Tàu, đội Thanh niên Tiền phong Bến Đá đổi tên là Đội cảm tử quân.

Ngày 23/8/1945, Chi bộ Bà Rịa họp mở rộng tại Long Điền, quyết định sử dụng lực lượng Thanh niên Tiền phong và đồng bào toàn tỉnh về Bà Rịa giành chính quyền vào sáng 25/8/1945.

Sáng 28/8/1945, hơn 4000 đồng bào Vũng Tàu tập trung tại sân vận động Lam Sơn mừng chính quyền ở Vũng Tàu được thành lập.

Trước sức mạnh đoàn kết của tù nhân, vào những ngày cuối Tháng Tám 1945, Đảng ủy Côn Đảo tổ chức lực lượng vũ trang cách mạng gọi là Đoàn phòng thủ Côn Lôn do đồng chí Phạm Hùng, Bí thư Đảo Ủy làm Đoàn trưởng. Với 300 đội viên, 50 khẩu súng trường, súng lục tước được của binh lính và giám thị. Một số đồng chí từng là du kích Bắc Sơn và số binh lính bảo an được cảm hoá làm công tác huấn luyện quân sự. Ban Tuyên huấn Đảo ủy biên soạn Chương trình Việt Minh, Chương trình quân sự và chính trị cơ bản để huấn luyện cho toàn thể tù chính trị Côn Đảo trước khi về đất liền.

Đêm 25/8/1945, Xứ ủy Nam

Kỳ quyết định giải phóng Nhà tù Côn Đảo và rước tù chính trị từ Côn Đảo trở về. Sau những nỗ lực, đêm 23/9/1945, tàu Phú Quốc cùng 25 chiếc ghe bầu đưa 1.800 tù chính trị về Sóc Trăng an toàn. Đoàn tù chính trị đặt chân lên đất liền cũng là lúc thực dân Pháp nổ súng ở Sài Gòn, mở đầu cuộc chiến tranh xâm lược nước ta một lần nữa. Chưa được hưởng trọn một ngày độc lập thật sự, những người tù chính trị Côn Đảo đã lao vào cuộc kháng chiến chống thực dân Pháp xâm lược. Toàn thể tù chính trị Côn Đảo biểu lộ quyết tâm kháng chiến và giao cho đồng chí Lê Văn Lương (nguyên là Đào ủy viên) thảo bức điện gửi Ban chấp hành Trung ương Đảng xin tình nguyện ở lại tham gia cuộc kháng chiến chống Pháp ở Nam Bộ.

Kế thừa và phát huy truyền thống tốt đẹp của dân tộc, Đảng bộ và Nhân dân **tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu** đã và đang nỗ lực phấn đấu xây dựng tỉnh trở thành tỉnh mạnh về công nghiệp, cảng biển, dịch vụ hậu cần cảng và du lịch.

Năm 2019 vừa qua, trong bối cảnh kinh tế thế giới và trong nước tiếp tục gặp nhiều khó khăn, thách thức, nhưng với tinh

thần đoàn kết, nhất trí và quyết tâm cao của Đảng bộ, chính quyền, Nhân dân và cộng đồng doanh nghiệp, tình hình kinh tế xã hội của tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu tiếp tục chuyển biến tích cực, kết quả đạt được khá toàn diện trên tất cả các lĩnh vực. Cụ thể:

Kinh tế tiếp tục duy trì mức tăng trưởng tích cực, đạt 7,65%, luôn kiên trì mục tiêu thu hút đầu tư có chọn lọc, đảm bảo sự phát triển bền vững của tỉnh. Các ngành và lĩnh vực kinh tế tiếp tục giữ mức tăng trưởng khá và tăng, vượt mức chỉ tiêu kế hoạch đề ra. Công tác xúc tiến, kêu gọi đầu tư có chuyển biến tích cực. Tổng vốn đầu tư phát triển toàn xã hội là 51.285 tỷ đồng, tăng 6,8%. Tổng thu ngân sách đạt 82.676,4 tỷ đồng, đạt 111,1% dự toán. Tổng chi ngân sách khoảng 18.640,7 tỷ đồng, đạt 100,5% dự toán. Năm 2019, toàn tỉnh thành lập mới 1.252 doanh nghiệp và 10 Hợp tác xã; các chính sách hỗ trợ doanh nghiệp, hợp tác xã được triển khai đầy đủ theo quy định.

Sản xuất công nghiệp trừ đầu khí tăng trưởng vượt kế hoạch, đạt 9,12%, đạt mức cao nhất từ đầu nhiệm kỳ đến nay. Hạ tầng kỹ thuật các khu công nghiệp tiếp



tục được đầu tư, cải thiện với công nghệ tiên tiến; khai thác cảng biển có những chuyên biến tích cực, tăng trưởng vượt kế hoạch đề ra. Doanh thu dịch vụ cảng tăng 4,8%, tổng khối lượng hàng hóa qua cảng tăng 4,82%; các hoạt động quảng bá hình ảnh, thương hiệu, xúc tiến đầu tư, tổ chức sự kiện du lịch... được quan tâm triển khai với nhiều giải pháp hữu hiệu. Trong năm tỉnh đón 3,71 triệu lượt khách lưu trú tăng 19,7%, trong đó khách quốc tế tăng 17,92%; sản xuất nông nghiệp phát triển ổn định, nhiều đề án, kế hoạch, chương trình phát triển nông nghiệp theo hướng ứng dụng công nghệ cao được triển khai thực hiện. Các chương trình xây dựng nông thôn mới được khẩn trương tiến hành và đạt hiệu quả cao, năm 2019 có 07 xã đạt chuẩn nông thôn mới, nâng tổng số xã đạt chuẩn nông thôn mới lên 34/45 xã. Chất lượng cuộc sống và thu nhập của người dân khu vực nông thôn ngày càng được quan tâm.

Cùng với đầu tư phát triển kinh tế, trong năm qua tỉnh đã tiếp tục tập trung xác định và đề ra các giải pháp thực hiện mục tiêu chăm lo phát triển con người. Các hoạt động giáo dục, đào tạo,

y tế, văn hóa xã hội, khoa học công nghệ được tập trung thực hiện và có chuyên biến rõ nét. Tổ chức và hoàn thành tốt kỳ thi tốt nghiệp THPT quốc gia năm 2019. Chất lượng khám chữa bệnh tiếp tục được nâng lên, tỷ lệ số bác sĩ/vạn dân đạt 8,2% (*Nghị quyết Đại hội VI là 8,5% số bác sĩ/vạn dân*);\_việc ứng dụng công nghệ thông tin vào hoạt động quản lý nhà nước và phục vụ cho nhu cầu phát triển kinh tế - xã hội được tích cực triển khai; chính sách đối với người có công tiếp tục được quan tâm; công tác giảm nghèo, bảo trợ xã hội, giải quyết việc làm tiếp tục được thực hiện tốt. Công tác phòng chống tham nhũng, giải quyết khiếu nại tố cáo được quan tâm chỉ đạo, triển khai thực hiện; Quốc phòng an ninh được giữ, trật tự an toàn xã hội được bảo đảm ổn định.

Công tác xây dựng Đảng được đổi mới theo hướng cụ thể, sát thực tiễn. Việc học tập, tuyên truyền và triển khai thực hiện các chỉ thị, nghị quyết của Trung ương và của tỉnh ngày càng nâng cao chất lượng, hiệu quả; việc học tập và làm theo tư tưởng, đạo đức, phong cách Hồ Chí Minh ngày càng lan toả và đi vào thực chất; các hoạt động truyền thông

về tỉnh; đấu tranh, phản bác những thông tin xấu, độc trên mạng xã hội; nghiên cứu học tập lý luận chính trị; tuyên truyền các ngày lễ lớn, sự kiện quan trọng của Trung ương và của tỉnh. được quan tâm chỉ đạo thực hiện và đạt được nhiều kết quả tích cực; công tác đào tạo, bồi dưỡng, luân chuyển, điều động cán bộ và việc triển khai thực hiện Nghị quyết của Ban Chấp hành Trung ương Đảng khóa XII về tinh giảm biên chế, sắp xếp tổ chức bộ máy, xây dựng đội ngũ cán bộ chiến lược được tiến hành nghiêm túc, đúng lộ trình; Công tác kiểm tra, giám sát của cấp ủy, ủy ban kiểm tra các cấp được thực hiện nghiêm túc, đúng chương trình đề ra; công tác giải quyết khiếu nại kỷ luật đảng được thực hiện tốt.

Trong 6 tháng đầu năm 2020, tuy dịch bệnh Covid-19 không xảy ra trực tiếp trên địa bàn tỉnh, nhưng đã gây tác động ảnh hưởng lớn đến tình hình kinh tế - xã hội trên địa bàn tỉnh. Thực hiện các chỉ thị của Thủ tướng Chính phủ về phòng, chống dịch Covid-19, tỉnh đã triển khai quyết liệt các biện pháp cần thiết, thực hiện giãn các xã hội,... kết quả phòng chống dịch bệnh đã đạt kết quả tích cực. Tuy nhiên, do ảnh

hưởng của dịch bệnh và thực hiện các biện pháp phòng chống dịch, các ngành kinh tế của tỉnh chịu nhiều ảnh hưởng, tốc độ tăng trưởng chậm lại đáng kể, những ngành bị ảnh hưởng nhiều nhất là du lịch, xuất khẩu nông sản, thủy sản, dịch vụ vận tải, cảng biển và một số nhóm ngành công nghiệp may mặc, giấy da. Hầu hết các lĩnh vực văn hóa - xã hội cũng chịu nhiều tác động, phải điều chỉnh kế hoạch đề ứng phó với dịch bệnh; đời sống sinh hoạt của Nhân dân ít nhiều bị xáo trộn. Trong điều kiện đó, tình hình kinh tế - xã hội vẫn có một số điểm sáng nổi bật như: So với cùng kỳ, giá trị sản xuất các ngành công nghiệp, nông nghiệp vẫn tăng trưởng tăng 16%; đăng ký doanh nghiệp vẫn tăng cao: Tổng vốn đăng ký doanh nghiệp thành lập mới tăng 40,83% so cùng kỳ; số doanh nghiệp bổ sung tăng vốn tăng 250% so cùng kỳ, vốn đăng ký bổ sung tăng 57,9% so cùng kỳ.

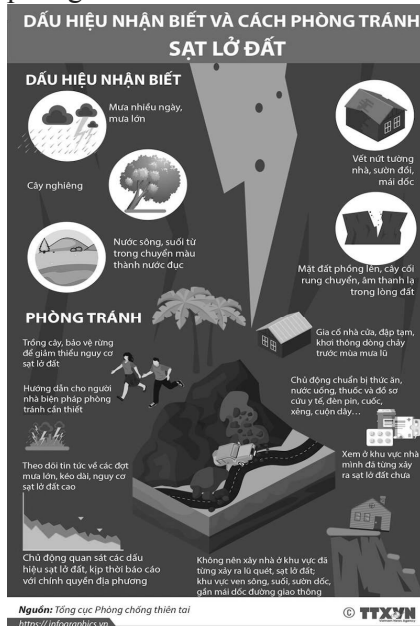
*(Theo Đề cương tuyên truyền của Ban Tuyên giáo Tỉnh ủy)*

**CÔNG NGHỆ  
VÀ ĐỜI SỐNG**

**SẠT LỖ ĐÁT: DẤU HIỆU**

## NHẬN BIẾT VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH

Bão, mưa lũ thường gây ra những trận sạt lở đất kinh hoàng, đặc biệt ở các khu vực miền núi hay ven sông, suối gây thiệt hại lớn về tài sản và con người. Vì vậy người dân cần nâng cao đề phòng.



(Theo vietnamplus.vn)

## MUỖNG CHỐNG RUNG HỖ TRỢ BỆNH NHÂN MẮC CHỨNG RUN TAY

Nhóm sinh viên Đặng Hải Ninh, Phạm Hoàng Thái, Phạm Văn Thắng, Nguyễn Đức Kiên, với sự hướng dẫn của giảng viên

TS. Nguyễn Ngọc Linh, Trường đại học công nghệ, đã “Nghiên cứu thiết kế và chế tạo thử nghiệm muỗng chống rung hỗ trợ bệnh nhân mắc chứng run tay”.

Theo nhóm nghiên cứu, Parkinson và run tay là căn bệnh phổ biến tại thời điểm ngày nay và ở mọi độ tuổi. Nó làm con người gặp phải nhiều khó khăn khi ăn uống, diễn hình như mất vệ sinh do đồ ăn rơi vãi hay thời gian ăn của họ bị kéo dài.

Dựa vào tình trạng đó, nhóm đã nảy ra ý tưởng chế tạo ra muỗng chống rung sử dụng mạng PID neural network (PIDNN) để điều khiển và cân bằng chiếc muỗng. Ngoài ra, nhóm còn tạo thêm một ứng dụng trên điện thoại để giúp cho bác sĩ và người bệnh dễ dàng theo dõi tình trạng căn bệnh của họ.

Để hỗ trợ bác sĩ trong việc theo dõi và phỏng đoán căn bệnh, nhóm cũng đang nghiên cứu và thử nghiệm thuật toán Decision tree dựa vào dữ liệu đã được chẩn đoán của bác sĩ.

Nhóm nghiên cứu đã áp dụng nghiên cứu lý thuyết và mô phỏng kiểm thử bộ điều khiển sử dụng matlab; lập trình triển khai bộ điều khiển trên vi điều khiển và thiết kế, lắp ráp thân vỏ và đánh

giá khả năng hoạt động. Sử dụng cảm biến gia tốc ở bên trong chiếc mũ để đo đạc lại mức độ rung của tay, và dựa vào đó, nhóm nghiên cứu sử dụng mạng PIDNN để điều khiển và cân bằng lại chiếc mũ khi người dùng sử dụng.

(Theo KHPTO)

## **TĂNG CƯỜNG BẢO ĐẢM AN TOÀN THỰC PHẨM TẾT TRUNG THU NĂM 2020**

Cục An toàn thực phẩm (Bộ Y tế) vừa ban hành văn bản yêu cầu tăng cường bảo đảm an toàn thực phẩm Tết Trung thu năm 2020.

Để bảo đảm an toàn thực phẩm, phòng ngừa ngộ độc thực phẩm, bảo vệ quyền lợi và sức khỏe người tiêu dùng, Cục trưởng Cục An toàn thực phẩm - Tổ trưởng Tổ công tác giúp việc Ban chỉ đạo liên ngành Trung ương về An toàn thực phẩm đề nghị các đồng chí Chánh Văn phòng Ủy ban nhân dân, Giám đốc Sở Y tế các tỉnh/thành phố trực thuộc Trung ương, Trưởng ban Ban Quản lý An toàn thực phẩm các tỉnh/thành phố Hồ Chí Minh, Đà Nẵng, Bắc Ninh triển khai các biện pháp bảo đảm an toàn thực phẩm cụ thể như sau:

Phối hợp với Sở Công

Thương, Sở Nông nghiệp và Phát triển nông thôn triển khai hoạt động thanh tra, kiểm tra việc chấp hành các quy định của pháp luật về an toàn thực phẩm của các cơ sở sản xuất, chế biến, kinh doanh thực phẩm trên địa bàn, tập trung ưu tiên các cơ sở sản xuất, kinh doanh bánh kẹo, nước giải khát, thực phẩm truyền thống sản xuất tại các làng nghề, cơ sở nhỏ lẻ; cơ sở kinh doanh dịch vụ ăn uống, thức ăn đường phố... Xử lý nghiêm các hành vi vi phạm và công khai tên cơ sở, địa chỉ, loại sản phẩm vi phạm trên các phương tiện thông tin đại chúng, nếu có dấu hiệu hình sự đề nghị chuyển cơ quan công an để xử lý nghiêm theo quy định của pháp luật.

Chủ động phối hợp với các cơ quan truyền thông tăng cường công tác thông tin, giáo dục và truyền thông về an toàn thực phẩm trong dịp Tết Trung thu. Nội dung tuyên truyền cho các đối tượng như sau: Đối với cơ sở sản xuất, kinh doanh thực phẩm: Thực hiện quy định pháp luật về an toàn thực phẩm quy định điều kiện cơ sở, trang thiết bị dụng cụ, yêu cầu về kiến thức, thực hành của người trực tiếp tham gia sản xuất, quy định về nguồn gốc

nguyên liệu thực phẩm, quy định về đăng ký bản công bố, tự công bố sản phẩm, sử dụng phẩm màu, hương liệu, phụ gia, bao bì thực phẩm, ghi nhãn sản phẩm. Đối với người tiêu dùng: Hướng dẫn việc lựa chọn, chế biến, bảo quản và sử dụng thực phẩm an toàn.



Ảnh minh họa.

Bên cạnh đó, thực hiện nghiêm Chỉ thị số 17/CT-TTg ngày 13/4/2020 của Thủ tướng Chính phủ về việc tiếp tục tăng cường trách nhiệm quản lý nhà nước về an toàn thực phẩm trong tình hình mới.

Chỉ đạo/phối hợp với các đơn vị y tế trên địa bàn chuẩn bị sẵn sàng các phương án, lực lượng thường trực, phương tiện, vật tư, hóa chất; tăng cường công tác đào tạo, tập huấn cho lực lượng chuyên môn trong việc khám, cấp cứu và điều trị, điều tra, xử lý để kịp thời khắc phục, giảm thiểu ảnh hưởng khi có vụ ngộ độc thực phẩm xảy ra trên địa bàn.

Cục An toàn thực phẩm

khuyến cáo, khi lựa chọn và sử dụng bánh Trung thu để bảo đảm an toàn thực phẩm, người tiêu dùng cần chú ý một số tiêu chí. Cụ thể, sản phẩm phải có nguồn gốc rõ ràng: Có tên của nhà sản xuất, địa chỉ nơi sản xuất, có hướng dẫn sử dụng, bảo quản...; Sản phẩm phải ghi ngày sản xuất, thời hạn sử dụng và còn hạn sử dụng;

(Theo VietQ.vn)

## NÔNG NGHIỆP VÀ NÔNG THÔN

### NGÀNH CHĂN NUÔI ĐỨNG TRƯỚC NHỮNG ‘CƠN SÓNG’ MỚI

Từ ngày 1-8, với việc tham gia Hiệp định Thương mại tự do châu Âu - Việt Nam (EVFTA), ngành chăn nuôi có thêm cơ hội nhưng cũng đối mặt với những “làn sóng” mới trên thị trường, trước hết là sự cạnh tranh quyết liệt về giá khi các sản phẩm từ châu Âu nhập khẩu vào Việt Nam. Nếu các doanh nghiệp, hợp tác xã không tập trung đầu tư công nghệ, liên kết chuỗi để giảm giá thành, nâng cao chất lượng sản phẩm thì chuyện thua ngay trên “sân nhà” là hoàn toàn có thể.

Tham gia EVFTA, châu Âu sẽ

xóa bỏ ngay lập tức 72% số dòng thuế nhập khẩu sản phẩm chăn nuôi từ Việt Nam và Việt Nam cũng phải xóa bỏ ngay lập tức 31,82% số dòng thuế nhập khẩu sản phẩm chăn nuôi; những dòng thuế khác áp dụng hạn ngạch, giảm về 0% sau một lộ trình...



*Các trang trại chăn nuôi cần đầu tư công nghệ, sản xuất theo chuỗi để cạnh tranh với sản phẩm thịt nhập khẩu.*

Nhận định việc tham gia EVFTA có thêm cơ hội phát triển nhưng trước mắt ngành chăn nuôi trong nước sẽ chịu sức ép rất lớn, Viện trưởng Viện Chính sách và Chiến lược phát triển nông nghiệp nông thôn (Bộ Nông nghiệp và Phát triển nông thôn) Trần Công Thắng lấy ví dụ: Mặt hàng thịt lợn nhập khẩu từ thị trường châu Âu đang chịu thuế 15-27% và theo lộ trình 10 năm sẽ giảm về 0%. Điều này tác động rất lớn đến các hộ chăn nuôi, nếu không có giải pháp phù hợp, chắc chắn sẽ có cuộc cạnh tranh khốc liệt về giá. Bởi thực tế, giá bán lẻ thịt lợn của Việt Nam đang cao hơn 20-

25% so với thịt lợn đông lạnh nhập khẩu. Giá mua tại công trang trại cao hơn 40-60% so với các nước có nền chăn nuôi phát triển.

Ở thời điểm hiện tại, không chỉ hệ thống nhà hàng, khách sạn, bếp ăn tập thể, một lượng lớn người tiêu dùng đã quay sang sử dụng thịt lợn đông lạnh nhập khẩu, vì giá rẻ và bảo đảm an toàn thực phẩm.

Thực tế đang đòi hỏi ngành chăn nuôi phải thay đổi phương thức sản xuất để tự đứng vững trước những “con sóng” thị trường. Theo Phó Cục trưởng Nguyễn Văn Trọng, ngành chăn nuôi sẽ tổ chức lại sản xuất theo các chuỗi liên kết từ cung cấp đầu vào cho sản xuất đến giết mổ, sơ chế, chế biến, lưu thông, tiêu thụ sản phẩm. Và, mỗi địa phương, cần tạo ra những sản phẩm chăn nuôi mang tính bản địa để cạnh tranh với sản phẩm của các nước; đồng thời, tháo gỡ khó khăn, bắt cập về đất đai, đầu tư cơ sở hạ tầng để thu hút các doanh nghiệp có tiềm năng, tạo ra vùng chăn nuôi tập trung, quy mô lớn... Việc này không những góp phần giảm giá thành mà còn kiểm soát được chất lượng sản phẩm, đáp ứng đòi hỏi ngày càng cao của

người tiêu dùng và nâng cao sức cạnh tranh trên thị trường trong và ngoài nước.

Trong khi đó, ông Nguyễn Văn Thanh, Giám đốc Hợp tác xã chăn nuôi dịch vụ Hòa Mỹ (huyện Ứng Hòa) cho rằng, các bộ, ngành cần hoàn thiện chính sách liên kết sản xuất theo chuỗi và Nhà nước cần hỗ trợ cho các bên tham gia chuỗi liên kết. Mặt khác, các hợp tác xã, doanh nghiệp cần thúc đẩy đầu tư khoa học công nghệ vào sản xuất khép kín từ con giống, tới chăm sóc, chế biến sản phẩm; xây dựng tem, nhãn mác để giảm giá thành sản phẩm.

*(Theo vietlinh.vn)*

## HƯỚNG ĐI MỚI CHO HỒ TIÊU VIỆT NAM

Đẩy mạnh ứng dụng khoa học kỹ thuật, chuẩn hóa quy trình canh tác, liên kết sản xuất hồ tiêu theo hướng nông nghiệp sạch là hướng đi tất yếu để phát triển cây tiêu bền vững ở Việt Nam.

Trong 2 tháng trở lại đây, giá hồ tiêu trong nước liên tục tăng, báo hiệu sự khởi sắc. Đây là tín hiệu đáng mừng cho ngành hồ tiêu nói chung và nông dân sản xuất hồ tiêu nói riêng. Tuy nhiên, các chuyên gia ngành hồ tiêu cho rằng, để giữ được giá hồ tiêu ổn

định, tránh cung vượt cầu, các doanh nghiệp chế biến và xuất khẩu hồ tiêu phải đa dạng sản phẩm tiêu chế biến.

Theo số liệu của Bộ Nông nghiệp và Phát triển nông thôn, sản lượng hồ tiêu của Việt Nam chiếm khoảng một nửa sản lượng hồ tiêu của toàn cầu.

Tính đến cuối tháng 4, vụ thu hoạch hạt tiêu năm 2020 của Việt Nam đã đạt trên 50% với sản lượng ước đạt 250.000 tấn, tòn kho năm 2019 chuyển sang khoảng 90.000 tấn. Do đó, nguồn cung năm 2020 ước đạt khoảng 350.000 tấn.



*Thu hoạch tiêu. (Nguồn: TTXVN).*

Ông Nguyễn Nam Hải, Chủ tịch Hiệp hội Hồ tiêu Việt Nam cho biết, thời gian gần đây, giá tiêu liên tục tăng mạnh, chạm mức 50.000 đồng/kg. So với hồi đầu tháng, giá tiêu hiện tăng từ 10.500 - 11.000 đồng/kg lên 48.500 - 50.000 đồng/kg.

Ông Hải phân tích, có ba nguyên nhân chính dẫn đến giá

tiêu tăng mạnh trong thời gian qua. Đầu tiên, tại Trung Quốc, lệnh giãn cách xã hội đã nói lỏng dần, do đó, nhu cầu hồ tiêu đang dần phục hồi trở lại. Nguyên nhân thứ hai, thời điểm sau tết, một số doanh nghiệp ký hợp đồng bán tiêu giao trong thời điểm tháng 5, do đó hiện tại nguồn cung bị thiếu tạm thời. Cuối cùng, chính là người dân thấy giá tăng nên giảm hàng và hạn chế bán ra để chờ giá tăng hơn nữa. Điều này khiến nguồn cung ở các doanh nghiệp vốn đã thấp nay còn khan hiếm hơn.

Theo Bộ Công Thương, nhu cầu thu mua hạt tiêu của các doanh nghiệp tăng mạnh, trong khi người dân hạn chế bán ra khiến giá hạt tiêu tăng. Xu hướng này được dự báo sẽ tiếp tục diễn ra trong thời gian tới do lượng hàng xuất khẩu sang thị trường Trung Quốc ổn định.

Bên cạnh đó, nhu cầu sử dụng hồ tiêu trên thế giới tăng cao trong thời điểm các tháng 5, 6, 7/2020 cũng góp phần đẩy giá tiêu đi lên.

Theo thống kê của Hải quan Việt Nam, tính đến giữa tháng 7/2020, xuất khẩu hồ tiêu Việt Nam ước đạt 182.000 tấn, kim ngạch xuất khẩu đạt 385 triệu

USD.

Trong bối cảnh hiện nay, Hiệp hội hồ tiêu Việt Nam khuyến cáo, các doanh nghiệp xuất khẩu tập trung khai thác hiệu quả khu vực đã dỡ bỏ lệnh phong tỏa, thị trường các nước châu Á như: Trung Quốc, Hàn Quốc, Nhật Bản. Đồng thời, đẩy mạnh tiêu thụ nội địa bằng các sản phẩm chế biến có giá trị gia tăng cao.

Bộ Nông nghiệp và Phát triển nông thôn cho biết, 95% hạt tiêu của Việt Nam dùng cho xuất khẩu, còn lại 5% tiêu thụ ở nội địa. Trong sản lượng hạt tiêu xuất khẩu sang các thị trường quốc tế, đã bao gồm sản phẩm tiêu chế biến của các doanh nghiệp chế biến, xuất khẩu.

Sản phẩm hồ tiêu chế biến chủ yếu bao gồm: tiêu đen, tiêu trắng, tiêu nghiền bột; ngoài ra còn có các sản phẩm có số lượng ít như: tiêu đỏ, tiêu xanh, tiêu đỏ ngâm nước muối. Tuy nhiên, cơ cấu sản phẩm hồ tiêu chế biến chưa hợp lý, tiêu trắng (tiêu sọ) có giá trị gia tăng cao chỉ chiếm 10 – 15% tổng sản lượng.

Do đó, giải pháp dài hơi cho vấn đề này là phải quy hoạch lại vùng sản xuất, sau đó đẩy mạnh ứng dụng khoa học kỹ thuật, chuẩn hóa quy trình canh tác, liên



kết sản xuất hồ tiêu theo hướng nông nghiệp sạch. Đây là hướng đi tất yếu để phát triển cây tiêu bền vững, ông Nguyễn Nam Hải nhấn mạnh.

(*Theo vaas.org.vn*)

## NUÔI CUA XANH GHÉP TÔM SÚ

Nuôi cua kết hợp với tôm sú là mô hình hiệu quả và an toàn hơn. Vì hình thức nuôi này giúp cải thiện đáng kể môi trường ao nuôi, hạn chế dịch bệnh, giảm chi phí đầu tư và sức lao động.

### Chọn ao nuôi

Ao nuôi thích hợp để nuôi ghép cua và tôm sú có diện tích từ 0,3 - 1 ha, đáy ao là bùn cát có độ lún 10 - 15 cm, độ mặn thích hợp từ 15 - 25‰. Ao nên có 1 - 2 cống cấp và thoát nước. Độ sâu nước thích hợp từ 0,8 - 1,5 m. Các chỉ tiêu thủy hóa: pH = 8,0 - 8,5, nhiệt độ nước 26 - 30°C, NH<sub>3</sub>-N, NO<sub>2</sub>, H<sub>2</sub>S < 0,02 mg/lít, ôxy hòa tan 6 mg/lít.

**Vị trí:** Chọn ao nuôi ở vùng trung triều hoặc hạ triều để thuận lợi cho việc cấp và thoát nước, giao thông đi lại, cung cấp thức ăn và tiêu thụ sản phẩm dễ dàng.

**Chuẩn bị:** Với những ao nuôi thuận lợi nên tháo cạn nước để phơi đáy ao, bón vôi với để diệt

tạp chất còn tồn đọng của vụ trước, hạn chế mầm bệnh cho vụ tới. Tùy theo độ pH của đất và nước, nên bón vôi với liều lượng 1.000 - 1.500 kg/ha. Với ao nuôi thường khó tháo cạn nước để phơi đáy ao diệt tạp, cần tiến hành tẩy dọn ao bằng cách dùng saponin với liều lượng 10 - 15 g/m<sup>3</sup>, thời gian xử lý 24 - 36 giờ. Đồng thời, vẫn bón vôi để khử chua và diệt tạp trong đáy ao.



*Ảnh minh họa.*

Đề cua không bò ra ngoài, dùng lưới có mắt lưới khoảng 1 cm với kích thước 0,5x0,7 m chắn quanh bờ ao, đặt lưới chắn nghiêng vào trong lòng ao góc 45<sup>0</sup> nhằm đảm bảo cua trong ao không thể bò qua được. Tại các cống cấp và thoát nước, dùng lưới có kích thước mắt 2 mm để chắn vào miệng cống nhằm bảo vệ không cho địch hại xâm nhập vào ao nuôi.

Ao nuôi nên duy trì mực nước sâu 0,8 - 1 m trong 2 tháng đầu sau đó tăng dần nước đạt 1 - 1,4

m vào các tháng tiếp theo. (Còn tiếp)

(Theo Thủy sản Việt Nam)

## LƯU Ý KHI CHĂM SÓC NHÂN TIÊU DA BÒ GIAI ĐOẠN XỬ LÝ RA HOA

Nhân tiêu da bò là cây trồng dễ tính và cho năng suất cao, tuy nhiên từ năm 2015 trở lại đây, cây nhân tiêu da bò đã bị đối tượng nhện lông nhung (Eriophyes dimocarpi) tấn công và trở thành dịch bệnh nguy hiểm (bệnh chổi rỗng) trên cây trồng này. Chính vì thế, nhiều nhà vườn đã chán nản và đốn bỏ thay vào đó bằng những cây trồng khác có giá trị kinh tế hơn.

Tuy nhiên, mặc dù hiện nay các vườn nhân còn lại vẫn có bệnh chổi rỗng tấn công, nhưng một số vườn vẫn cho ra hoa với tỷ lệ từ 70% thậm chí có vườn lên đến 90%.

Với đặc tính ra hoa trên ngọn, bên cạnh áp dụng đúng kỹ thuật xử lý ra hoa và chế độ dinh dưỡng đầy đủ cho cây thì việc quản lý tốt coi đọt cuối cùng để chuẩn bị xử lý ra hoa là vấn đề quyết định đến tỷ lệ ra hoa của cây nhân tiêu da bò.

### 1. Trước khi xử lý ra hoa

Khi coi đọt chuẩn bị để xử lý

ra hoa vừa nhú khoảng 1cm (tùy tình trạng sinh trưởng của cây mà quyết định xử lý ra hoa ở coi đọt thứ 2 hoặc thứ 3): tiến hành phun các loại thuốc phòng trừ nhện và phun lặp lại sau 7 ngày để quản lý tốt coi đọt này, đảm bảo coi đọt không bị nhiễm bệnh chổi rỗng.

Song song với việc quản lý nhện lông nhung thì nhà vườn phải tiến hành bổ sung phân bón lá có hàm lượng lân cao như MKP (0-52-34) hoặc NPK (10 – 60 – 10) kết hợp với việc bón gốc các loại phân bón có chứa hàm lượng lân cao (DAP) để tăng khả năng phân hóa mầm hoa giúp cây ra hoa mạnh hơn.

Lưu ý khi phun thuốc:

- Nên sử dụng những loại thuốc đặc trị nhện, thuốc ít độc, thuốc sinh học và nên luân phiên thuốc có hoạt chất khác nhau để giảm tính kháng thuốc của nhện.

- Nên phun thuốc đúng liều lượng thuốc và lượng nước trên đơn vị diện tích, không cần tăng liều, không nên phối trộn nhiều loại thuốc với nhau.

- Nên dùng vòi phun với cần phun dài phun đều tán cây, đảm bảo thuốc tiếp xúc được với nhện ở 2 mặt lá.

### 2. Xử lý ra hoa

Khi coi đọt chuẩn bị xử lý ra

hoa chuyển sang màu xanh lá lưa (lá non có màu xanh đọt chuối): tiến hành xử lý thuốc kích thích ra hoa nhân bằng thuốc  $KClO_3$  (Chlorat kali) với liều lượng khuyến cáo ghi trên bao bì. Sau khi tưới thuốc xong cần tưới nước liên tục 3 ngày để hóa chất có thể tan hoàn toàn.

Khoảng 7 đến 10 ngày sau khi tưới thuốc kích thích ra hoa thì tiến hành khoan cành từ 5 – 10 mm, chú ý mỗi cây nên chừa 1- 2 nhánh thờ, kết hợp với việc siết nước mương vườn cạn.

Khoảng 25 – 30 ngày sau khi khoan cành thì hoa bắt đầu nhú. (Còn tiếp).

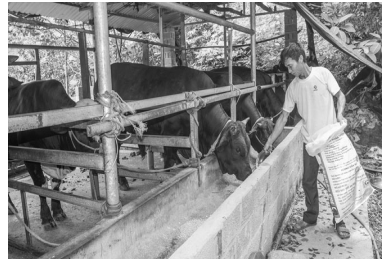
(Theo [khuynhngon.gov.vn](http://khuynhngon.gov.vn))

## **NUÔI BÒ BBB – HƯỚNG ĐI HỨA HẸN ĐEM LẠI HIỆU QUẢ KINH TẾ CAO**

Mô hình nuôi bò 3B của ông Chu Văn Tiến ở xóm Đồng Ruộng, (Tràng Xá, Võ Nhai).

Bò BBB (hay còn gọi là bò 3B) được thí điểm nuôi trên địa bàn Võ Nhai (tỉnh Thái Nguyên) từ năm 2017. Mỗi con bò có thể cho lợi nhuận tới 30 triệu đồng sau từ 15-18 tháng nuôi nhốt. Với hiệu quả như vậy, nhiều hộ nông dân ở xã Tràng Xá (Võ Nhai) đã chuyển sang nuôi giống bò này.

Bò 3B có nguồn gốc từ Bỉ, là giống bò thịt cao sản với trọng lượng con trưởng thành có thể đạt tới khoảng 1 tấn thịt hơi. Năm 2019, nhận thấy địa phương có nhiều điều kiện phù hợp với chăn nuôi bò 3B, Hội Nông dân xã Tràng Xá đã phối hợp tổ chức cho nông dân đi tham quan, học tập nuôi bò 3B tại một số mô hình tiêu biểu.



Theo các hộ chăn nuôi, dù phải đầu tư khá cao, khoảng trên 20 triệu đồng cho một con giống trọng lượng gần 100kg nhưng đây là giống bò sinh trưởng tốt và phù hợp với điều kiện của người dân Tràng Xá. Giống bò này nuôi nhốt chuồng nên không cần nhiều nhân công lao động, thức ăn là cỏ voi và các loại cám chăn nuôi thông dụng nên rất dễ nuôi. Ông Chu Văn Tiến, chủ hộ nuôi bò giống 3B ở xóm Đồng Ruộng chia sẻ: Bên cạnh nguồn thức ăn chính là cám và cỏ voi, gia đình tôi còn tận dụng thêm nông sản có sẵn hoặc phế phẩm như ngô, bã

đậu, quả bí... để cho bò ăn. Dự kiến, lứa bò đầu tiên của gia đình tôi sẽ được xuất bán vào đầu năm 2021 với trọng lượng đạt khoảng trên 6 tạ/con và thu về khoảng gần 300 triệu đồng tiền lãi.

Cũng theo ông Tiến, nuôi bò 3B cần đầu tư chăm sóc nhiều hơn khi vỗ béo. Trong giai đoạn này, bình quân mỗi ngày một con bò lai 3B ăn hết khoảng 30kg thức ăn thô xanh và 3kg thức ăn tinh giàu năng lượng. Bên cạnh đó, điều kiện vệ sinh thú y cũng cần được chú trọng, bò 3B phải được tiêm phòng đầy đủ để phòng ngừa một số loại bệnh như lở mồm long móng, tụ huyết trùng...

Theo ông Hoàng Văn Trường, Chủ tịch Hội Nông dân xã Trảng Xá cho biết: Bò 3B thịt đang đứng đầu về năng suất, chất lượng so với các giống bò nuôi thịt khác ở nước ta, nên người nuôi không phải lo đầu vào và đầu ra tiêu thụ. Nhiều thương lái trong và ngoài tỉnh sẵn sàng cung cấp giống và thu mua bò thương phẩm tận nhà. Tuy nhiên, do vốn đầu tư nuôi bò 3B đòi hỏi khá lớn nên chúng tôi bước đầu khuyến khích các hộ có kinh tế khá chặn nuôi quy mô nhỏ và phát triển quy mô qua mỗi năm; đồng thời tăng cường các hoạt động hỗ trợ kết nối để người

nông dân đặc biệt là các hộ nghèo có thể tiếp cận được với nguồn vốn ưu đãi từ các ngân hàng để đầu tư nuôi bò 3B thoát nghèo, vươn lên làm giàu.

(Theo vietlinh.vn)

## SỨC KHỎE CHO MỌI NGƯỜI

### HIỂU BIẾT RỦI RO BỊ NHIỄM SARS-COV-2 VÀ CÁCH PHÒNG CHỐNG

Để chủ động phòng chống bệnh viêm đường hô hấp cấp do Covid-19, Bộ y tế nước ta đã khuyến cáo người dân và cộng đồng chủ động thực hiện tốt một số biện pháp. Trong đó, về cá nhân thì có biện pháp thông thường như:

Không đi du lịch đến các vùng có dịch bệnh; tránh mua bán, tiếp xúc với các loại động vật nuôi hoặc hoang dã; chỉ sử dụng các thực phẩm đã được nấu chín; giữ ấm cơ thể, tăng cường sức khỏe bằng ăn uống, nghỉ ngơi, sinh hoạt hợp lý, luyện tập thể thao... Đặc biệt, có biện pháp sử dụng khẩu trang đúng cách khi cần thiết và rửa tay thường xuyên với nước sạch và xà phòng.

Thang xếp hạng cấp độ rủi ro, từ 1 đến 9, mà một người bình

thường có thể bị lây nhiễm SARS-CoV-2, đã được đánh giá bởi các chuyên gia thuộc Đoàn đặc nhiệm Covid-19, Hiệp hội y tế bang Texas, Hoa Kỳ như sau:

### **Cấp độ rủi ro bị lây nhiễm SARS-CoV-2**

#### ***Rủi ro cao***

- Đi đến nơi thờ phượng (chùa, nhà thờ...) có hơn 500 người (cấp độ 9).

- Đi đến sân vận động thi đấu bóng đá... (cấp độ 9).

- Đi nhậu quán bar (cấp độ 9).

- Đi tập thể dục ở các phòng gym (cấp độ 8).

- Đi ăn nhà hàng buffet (cấp độ 8).

#### ***Rủi ro trung bình đến cao***

- Ôm hôn hoặc bắt tay chào (cấp độ 7).

- Chơi bóng rổ, bóng bầu dục (cấp độ 7).

- Đi lại bằng đường hàng không (cấp độ 7).

- Đi tiệm cắt tóc, gội đầu (cấp độ 7).

#### ***Rủi ro trung bình***

- Thăm họ hàng, người thân, bạn bè (cấp độ 6).

- Làm việc một tuần lễ ở văn phòng (cấp độ 6).

- Gửi con đi nhà trẻ, trường học, trại hè (cấp độ 6).

- Đi mua sắm trong các siêu

thị (cấp độ 5).

- Tụ tập người quen, tiệc món thịt nướng (barbecue) vườn sau nhà (cấp độ 5).

- Đi tắm biển (cấp độ 5).

- Dự ăn tối nhà người bạn (cấp độ 5).

#### ***Rủi ro thấp đến trung bình***

- Đi ăn nhà hàng (ăn ở bàn 3, 4 người) (cấp độ 4).

- Ngồi chờ trong phòng khám bác sĩ (cấp độ 4).

- Đi chợ mua thực phẩm (cấp độ 3).

- Ra ngoài đi dạo, chạy bộ, đạp xe, đánh golf (cấp độ 3).

#### ***Rủi ro thấp***

- Đổ xăng, lấy đồ nhà hàng mang về nhà (take-out), đi cắm trại (cấp độ 2).

- Mở thùng thư, mở thư lấy từ thùng thư đó (cấp độ 1).

Trên đây là cấp độ rủi ro được đánh giá ở Mỹ. Chúng ta xem để tham khảo, tự đánh giá cho mình.

#### **Khuyến cáo:**

Để phòng, chống dịch COVID Bộ Y tế đề nghị người dân thực hiện tốt các điểm sau đây:

1. Hạn chế đến nơi công cộng, nơi tập trung đông người.

2. Đeo khẩu trang khi ra ngoài, giữ khoảng cách tiếp xúc tốt nhất 2m.

3. Thường xuyên rửa tay bằng

xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn.

4. Không đưa tay lên mắt, mũi, miệng, thường xuyên súc họng bằng nước muối hoặc dung dịch sát khuẩn.

5. Vệ sinh thông thoáng nhà cửa, lau rửa các bề mặt tiếp xúc.

6. Thực hiện khai báo y tế, cập nhật tình hình sức khỏe hàng ngày, giữ liên hệ với cơ sở y tế gần nhất.

Liên hệ ngay với đường dây nóng Bộ Y tế: 1900.9095 để được tư vấn; cài đặt ứng dụng Bluezone để được cảnh báo nguy cơ lây nhiễm COVID-19:

<http://www.bluezone.gov.vn>

**PHÒNG, CHỐNG DỊCH COVID-19**  
**BỘ Y TẾ KHUYẾN CÁO THỰC HIỆN**

- 1** Hạn chế đến nơi công cộng, nơi tập trung đông người
- 2** Đeo khẩu trang khi ra ngoài, giữ khoảng cách tiếp xúc tối thiểu 2m
- 3** Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng hoặc dung dịch sát khuẩn
- 4** Không đưa tay lên mắt, mũi, miệng, thường xuyên súc họng bằng nước muối hoặc dung dịch sát khuẩn
- 5** Vệ sinh thông thoáng nhà cửa, lau rửa các bề mặt tiếp xúc
- 6** Thực hiện khai báo y tế, cập nhật tình hình sức khỏe hàng ngày, giữ liên hệ với cơ sở y tế gần nhất

Liên hệ ngay với đường dây nóng Bộ Y tế **1900.9095** để được tư vấn

<https://www.bluezone.gov.vn>  
Cài đặt ứng dụng Bluezone để được cảnh báo nguy cơ lây nhiễm COVID-19

Cảm ơn Bạn đã chung tay phòng, chống dịch COVID-19

(Theo KHPTO)

## CỦ CẢI TRẮNG TRỊ TỨC NGỰC DO KHÓI THAN

Khói than, đặc biệt là khói than đá nếu hít phải sẽ ảnh hưởng tới hệ hô hấp. Khi bị ngộ độc khí than sẽ cảm thấy ngực lúc nào cũng như có cái gì đè nặng xuống, hơi thở như bị hụt, làm việc một lúc là mệt lả, phải ngồi nghỉ rồi mới có thể tiếp tục lại được.

Nếu không may bị ngộ độc khí than, hãy dùng 200g củ cải trắng, nấu lấy nước uống trong ngày. Kinh nghiệm thực tiễn cho thấy, uống nước củ cải trắng đỡ khát hơn so với uống nước thường. Sau uống được khoảng 1/2 giờ thì ngực bớt tức và bớt khó thở hơn. Cứ uống như vậy một tháng liên tục, chứng khó thở, tức ngực sẽ dần hết.

Củ cải trắng tên khoa học là *Raphanus sativus* L. thuộc họ Cải (Brassicaceae). Đông y gọi là la bặc. Đây là loại cây có rễ củ màu trắng, vị nồng cay, dạng trụ tròn dài, lá chụm ở đất, có khía sâu gần đến gân chính. Hoa trắng hoặc đỏ, 6 nhụy, 4 dài, 2 ngắn. Quả hình trụ, màu nâu đỏ hoặc đen. Theo Đông y, củ cải trắng có vị hơi cay, đắng, tính bình, không độc. Có tác dụng làm long đờm, tiêu viêm, tiêu tích, lợi niệu.

(Theo KH&DS)

## **TĂNG CƯỜNG MIỄN DỊCH CƠ THỂ THÔNG QUA DINH DƯỠNG**

Virus Conona chủng mới 2019, còn được gọi là COVID-19, đã khiến cả thế giới sững sốt với tính chất lây nhiễm và tỷ lệ tử vong cao. Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), có thể mất tới 18 tháng để tìm ra vaccine COVID-19. Trong trường hợp chưa có vaccine như hiện tại, chúng ta chỉ còn cách áp dụng các biện pháp phòng ngừa thực tế, như vệ sinh đúng cách, đeo khẩu trang khi cần thiết hoặc tránh tiếp xúc với nhiều người. Giúp cơ thể của chúng ta khỏe mạnh để hệ thống miễn dịch hoạt động tốt cũng là một cách rất hữu ích.

Phần lớn nhất của sức khỏe hệ thống miễn dịch - khoảng 70% - nằm gần hệ thống tiêu hóa, Kiểm soát lượng thức ăn và cách cơ thể sử dụng nguồn dinh dưỡng như thế nào. Do đó, điều quan trọng là chúng ta nên có một chế độ ăn uống cân bằng các vitamin, khoáng chất và chất dinh dưỡng phù hợp đồng thời duy trì một lối sống lành mạnh.

***Bốn nhóm chất dinh dưỡng thiết yếu giúp cá nhân tăng cường hệ miễn dịch:***

### **1. Protein**

Còn được gọi là các khối xây dựng cơ bản của cơ thể, protein cho phép cơ thể sản xuất các kháng thể mà nó cần để chống lại sự xâm nhập của virus và vi khuẩn. Để đảm bảo rằng chúng ta có đủ lượng protein trong chế độ ăn uống, chúng ta có thể ăn thực phẩm giàu protein lành mạnh hơn như cá, thịt gia cầm, thịt nạc, thực phẩm làm từ đậu nành và các sản phẩm từ sữa ít béo.

### **2. Vitamin và Dưỡng chất thực vật**

Vitamin A và C, cũng như dưỡng chất thực vật phytonutrients, là những yếu tố quan trọng giúp hỗ trợ sức khỏe hệ miễn dịch. Vitamin C là một trong những hoạt chất hỗ trợ tăng cường sức đề kháng nhiều nhất, Vitamin C kích thích cơ thể chúng ta sản xuất kháng thể chống lại bệnh tật. Vì cơ thể không thể tự tổng hợp hoặc dự trữ nên chúng ta cần bổ sung đủ lượng Vitamin C trong chế độ dinh dưỡng hằng ngày. Vitamin A hỗ trợ sức khỏe cho làn da, các mô trong hệ tiêu hóa và hệ hô hấp được khỏe mạnh.

Phytonutrients – dưỡng chất thực vật, được tìm thấy trong rau và trái cây, có thể giúp làm giảm sự mất cân bằng oxy hóa trong cơ

thể chúng ta, đó là yếu tố tác động làm suy yếu khả năng chống lại bệnh tật.

### 3. Probiotics và prebiotics

Hệ thống tiêu hóa đóng vai trò rất quan trọng để hỗ trợ chức năng miễn dịch.



Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng men vi sinh, còn được gọi là lợi khuẩn, giúp duy trì hệ tiêu hóa khỏe mạnh và prebiotic, là loại chất xơ mà không thể tiêu hóa, nhưng là nguồn thức ăn cho lợi khuẩn đường ruột.

### 4. Axit béo omega-3

Các axit béo omega-3, chẳng hạn như DHA và EPA, là các loại chất béo tốt và thiết yếu, có thể tìm thấy trong thực phẩm như hạt chia và các chất bổ sung như dầu cá. Axit béo omega-3 có thể tăng cường chức năng của các tế bào trong hệ miễn dịch, vì vậy có vai trò quan trọng trong cả 2 cơ chế, gồm cơ chế miễn dịch bẩm sinh giúp ngăn ngừa các bệnh xâm nhập vào cơ thể và cơ chế cơ chế miễn dịch thích ứng chống lại nhiễm trùng.

Dinh dưỡng không thể thay thế tính hiệu quả của bất kỳ một loại thuốc nào và không ngăn nhiễm bệnh do COVID-19 hoặc các bệnh khác tấn công cơ thể bạn. Tuy nhiên, việc duy trì một hệ miễn dịch mạnh mẽ là điều mà tất cả những người khỏe mạnh có thể làm.

(Theo SK&ĐS)

## KINH TẾ & THÔNG TIN THỊ TRƯỜNG

### DOANH NGHIỆP SẼ BẮT BUỘC PHẢI SỬ DỤNG HÓA ĐƠN ĐIỆN TỬ

Theo Luật Quản lý thuế số 38/2019/QH14 vừa được Quốc hội thông qua, từ ngày 01/07/2022, các doanh nghiệp bắt buộc phải sử dụng hóa đơn điện tử (HDDT). Đây được đánh giá là chính sách quyết liệt, tăng cường tính minh bạch và giúp cơ quan thuế theo dõi, giám sát các hoạt động kinh tế... Đặc biệt, về phía doanh nghiệp, việc sử dụng HDDT sẽ mang đến nhiều lợi ích cốt lõi, từ tiết kiệm chi phí đến đổi mới cách thức vận hành.

### Tiết kiệm thời gian và chi phí

Để sử dụng hóa đơn giấy truyền thống, doanh nghiệp sẽ



phải đầu tư nhiều khoản chi phí như in ấn, vận chuyển, lưu trữ hóa đơn... Theo số liệu khảo sát của Tổng cục Thuế, chi phí cao nhất mà doanh nghiệp sử dụng hóa đơn tự in là khoảng 2.500 đồng/tờ hóa đơn. Chi phí cao nhất đặt in hóa đơn là 2.000 đồng/tờ hóa đơn.

Trong khi đó, một HĐĐT chỉ có giá từ khoảng 300đ. Chưa kể, doanh nghiệp sẽ không tốn chi phí vận chuyển hay lưu trữ. Như vậy ước tính, loại hóa đơn này sẽ giúp doanh nghiệp tiết kiệm 80% chi phí so với hóa đơn giấy.

Sau vài cú click chuột, bên mua hàng sẽ nhận được hóa đơn tại bất kì nơi nào, chỉ cần có kết nối Internet.

### **Ngăn chặn tình trạng làm giả hóa đơn**

Đối với HĐĐT, cơ quan thuế sẽ sử dụng một mã xác thực riêng. Cụ thể, người bán sẽ lập hóa đơn, ký điện tử rồi gửi lên hệ thống của cơ quan thuế. Sau đó, cơ quan này sẽ cấp một mã số duy nhất và gắn lên HĐĐT đó. Vì vậy, đây là loại hóa đơn không thể làm giả.

Doanh nghiệp cũng có thể dễ dàng kiểm tra nguồn gốc hóa đơn thông qua mã số trên bằng cách truy cập website của Nhà cung cấp dịch vụ hóa đơn điện tử để đối chiếu, kiểm tra.

### **Giảm thủ tục hành chính**

Một trong những đầu việc chiếm nhiều thời gian và công sức tại các doanh nghiệp đó thực hiện báo cáo tình hình sử dụng hóa đơn mỗi quý. Tuy nhiên, với HĐĐT, doanh nghiệp không cần phải lập báo cáo trên bởi mọi thông tin đều được Tổng cục Thuế lưu trữ qua hệ thống phần mềm.

Giải pháp này cho phép khách hàng kết nối nhanh chóng với các phần mềm có sẵn của doanh nghiệp như phần mềm bán hàng, phần mềm kế toán. Nhờ vậy, quá trình xuất hóa đơn diễn ra nhanh chóng, thuận tiện. Đồng thời, doanh nghiệp có thể thống kê, báo cáo, xuất dữ liệu ra các chương trình khai thuế như HTKK, TVAN,... từ đó tiết kiệm đáng kể thời gian lập tờ khai thuế.

*(Theo vnmedia.vn)*

### **HƯỚNG DẪN DOANH NGHIỆP XUẤT KHẨU THỰC HIỆN QUY TẮC XUẤT XỨ HÀNG HÓA TRONG EVFTA**

Cục Xuất nhập khẩu (Bộ Công Thương) vừa có công văn số 812/XNK-XXHH gửi các hiệp hội, ngành hàng và thương nhân xuất khẩu để hướng dẫn về chứng từ chứng nhận xuất xứ nhằm hỗ

trợ thương nhân xuất khẩu hàng hóa tận dụng ưu đãi Hiệp định thương mại tự do Việt Nam-EU (EVFTA).



*Bộ Công Thương hướng dẫn doanh nghiệp xuất khẩu thực hiện quy tắc xuất xứ hàng hóa trong EVFTA.*

Công văn này là bước kế tiếp nhằm triển khai Thông tư số 11/2020/TT-BCT quy định về quy tắc xuất xứ hàng hóa trong EVFTA mà Bộ Công Thương ban hành ngày 15/6 và có hiệu lực vào ngày 1/8, cùng thời điểm Hiệp định EVFTA có hiệu lực.

Cục Xuất nhập khẩu nêu rõ, đối với lô hàng xuất khẩu của Việt Nam có trị giá không quá 6.000 Euro, căn cứ điểm b khoản 2 Điều 19 Thông tư số 11/2020/TT-BCT, bất kỳ nhà xuất khẩu nào cũng được phép tự chứng nhận xuất xứ.

Việc tự chứng nhận xuất xứ được thực hiện theo quy định tại Điều 25 Thông tư số 11/2020/TT-BCT. Sau khi thực hiện tự chứng nhận xuất xứ, thương nhân có trách nhiệm báo cáo, đăng tải

chúng từ tự chứng nhận xuất xứ hàng hóa và chứng từ liên quan đến lô hàng xuất khẩu do thương nhân tự chứng nhận xuất xứ trên [www.ecosys.gov.vn](http://www.ecosys.gov.vn) theo quy định tại khoản 7 Điều 25 Thông tư này.

Đối với các lô hàng xuất khẩu có trị giá trên 6.000 Euro, nhà xuất khẩu phải có Giấy chứng nhận xuất xứ hàng hóa (C/O) mẫu EUR.1 do cơ quan, tổ chức được Bộ Công Thương ủy quyền cấp. Quy trình khai báo và chứng nhận C/O mẫu EUR.1 thực hiện tương tự các mẫu C/O hiện hành.

Đối với hàng hóa xuất khẩu sang Vương quốc Anh, các thương nhân xuất khẩu chỉ kê khai C/O mẫu EUR.1 hoặc phát hành chứng từ tự chứng nhận xuất xứ đến hết ngày 31/12/2020.

Quy tắc xuất xứ là yếu tố quan trọng hàng đầu để giúp doanh nghiệp nhận ưu đãi từ EVFTA. Bộ Công Thương đang nỗ lực tạo mọi thuận lợi cho doanh nghiệp trong việc chứng nhận xuất xứ hàng hóa.

Từ ngày 1/8/2020, một số sản phẩm thủy sản của Việt Nam như: Tôm hùm, hào, mực, bào ngư hiện có mức thuế nhập khẩu lên đến 16 - 22% khi xuất khẩu vào thị trường EU được giảm còn 0%.

Tuy nhiên, để được hưởng mức thuế này, sản phẩm phải được chứng minh nguồn gốc xuất xứ.

Cụ thể, tiêu chí xuất xứ đối với thủy sản nguyên liệu và thủy sản chế biến trong Hiệp định Thương mại tự do Việt Nam – EU (EVFTA) là xuất xứ thuần túy. Tức là thủy sản phải được sinh ra hoặc lớn lên tại một nước thành viên thuộc Hiệp định EVFTA. Bên cạnh đó, Việt Nam được phép sử dụng mực và bạch tuộc nguyên liệu từ các nước ASEAN (quy tắc cộng gộp) để sản xuất mực và bạch tuộc chế biến xuất khẩu sang EU.

Thủy sản là một trong những mặt hàng được đánh giá là hưởng lợi lớn khi EVFTA có hiệu lực. Tuy nhiên, việc chứng minh nguồn gốc xuất xứ với doanh nghiệp là không đơn giản. Ông Phan Văn Chính – Cục trưởng Cục Xuất nhập khẩu - Bộ Công Thương nhấn mạnh, quy định về quy tắc xuất xứ trong Hiệp định EVFTA không phải là mới hoàn toàn đối với các doanh nghiệp Việt Nam vì quy tắc xuất xứ trong Hiệp định EVFTA được xây dựng và đàm phán dựa trên quy tắc xuất xứ trong GSP, là cơ chế ưu đãi mà EU dành cho Việt Nam nhiều năm nay.

Quy tắc xuất xứ trong Hiệp định EVFTA không hoàn toàn mới nhưng tương đối phức tạp. Chính vì vậy, để tận dụng tốt cơ hội mà Hiệp định mang lại, doanh nghiệp Việt Nam cần có sự chuẩn bị kỹ lưỡng để thực thi khi Hiệp định EVFTA có hiệu lực từ 1/8.

*(Theo VietQ.vn)*

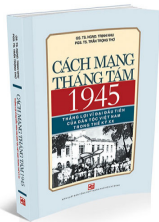
## VĂN HÓA-GIÁO DỤC

### **RA MẮT CUỐN SÁCH "CÁCH MẠNG THÁNG TÁM 1945 – THẮNG LỢI VĨ ĐẠI ĐẦU TIÊN CỦA DÂN TỘC VIỆT NAM TRONG THẾ KỶ XX"**

Nhân Kỷ niệm 75 năm Ngày Cách mạng Tháng Tám thành công (19-8-1945 - 19-8-2020), Nhà xuất bản Tổng hợp TP Hồ Chí Minh đã ra mắt độc giả tác phẩm: "Cách mạng Tháng Tám 1945 - thắng lợi vĩ đại đầu tiên của dân tộc Việt Nam trong thế kỷ XX" của hai tác giả: GS, TS NGND Trịnh Nhu và PGS, TS Trần Trọng Thơ.

Tác phẩm gồm 6 chương với những nội dung chính: Chương 1- Vận mệnh dân tộc nguy vong dưới ách thống trị Pháp – Nhật và chủ trương “thay đổi chiến lược”

của Đảng Cộng sản Đông Dương; Chương 2 - Khơi dậy và quy tụ các nguồn lực dân tộc phục vụ nhiệm vụ cứu quốc; Chương 3 - Đấu tranh chính trị chuyển lên kết hợp với đấu tranh vũ trang; Chương 4 - “Kháng Nhật cứu nước”; Chương 5 - Toàn quốc tổng khởi nghĩa “đem sức ta mà tự giải phóng cho ta”; Chương 6 - Cách mạng Tháng Tám sự kiểm nghiệm giá trị lý luận cách mạng giải phóng dân tộc của Đảng Cộng sản Việt Nam tầm vóc và bài học kinh nghiệm.



Bên cạnh việc nhấn mạnh những thành công vô cùng lớn lao của Cách mạng Tháng Tám, nhóm biên soạn cũng phản ánh và luận giải rõ những hạn chế về quan điểm tiến hành cách mạng, về công tác xây dựng Đảng ở một số cấp bộ; chỉ rõ những khuyết điểm trong đấu tranh chống khủng bố và lãnh đạo khởi nghĩa ở một số địa phương.

*(Theo nhandan.com.vn)*

## CHIẾU PHIM MIỄN PHÍ

## NHÂN DỊP CÁCH MẠNG THÁNG TÁM VÀ QUỐC KHÁNH 2/9 NĂM 2020

Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch giao Cục Điện ảnh chủ trì tổ chức đợt phim kỷ niệm 75 năm Cách mạng Tháng Tám (19/8/1945 - 19/8/2020) và Quốc khánh (2/9/1945 - 2/9/2020) miễn phí trên phạm vi cả nước.

Theo đó, 5 bộ phim được chọn chiếu trong đợt này được gồm: "Người lính thầm lặng" (Công ty cổ phần Phim truyện I); phim tài liệu "Làng xây đảo", "Ký ức Long Châu" (Công ty TNHH MTV Hãng Phim tài liệu và khoa học T.U), "Quê lụa Tân Châu" (Công ty CP Phim Giải Phóng) và phim hoạt hình "Tắc kè phá án" (Công ty CP Hãng Phim hoạt hình Việt Nam).



*Phim tài liệu Làng xây đảo được chiếu miễn phí trong đợt kỷ niệm này. Ảnh: VTV.*

TTXVN cũng cho biết, Cục Điện ảnh có trách nhiệm tổ chức in các bộ phim được chọn chiếu

bằng file HD vào ổ cứng, hoặc in ra đĩa DVD để gửi tới các đơn vị điện ảnh tại các địa phương để trình chiếu phục vụ công chúng trong thời gian diễn ra đợt phim kỷ niệm.

Trước những diễn biến phức tạp của dịch COVID-19, quyết định của Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch nêu rõ, việc tổ chức đợt phim chỉ được thực hiện tại các địa phương khi tình hình dịch bệnh đã được kiểm soát an toàn và phải tuân thủ theo các quy định về phòng, chống dịch bệnh do Bộ Y tế ban hành. Trong trường hợp không tổ chức đợt phim, các đơn vị điện ảnh ở các địa phương sẽ sử dụng các bộ phim này trong những tuần phim, đợt phim tiếp theo.

(Theo baodansinh.vn)

## **CUỘC THI ẢNH VIỆT NAM 2020: “LAN TỎA SỰ QUAN TÂM, CHIA SẺ TÂM NHÌN VỀ ĐA DẠNG VĂN HÓA”**

Tổ chức giáo dục, khoa học và văn hóa Liên hợp quốc (UNESCO) tại Việt Nam phối hợp với Đại sứ quán Đức tại Hà Nội tổ chức Cuộc thi ảnh Việt Nam 2020 “Lan tỏa sự quan tâm, chia sẻ tâm nhìn về đa dạng văn hóa”, với mong muốn đưa vẻ đẹp

của di sản văn hóa và sáng tạo văn hóa Việt Nam đến với cộng đồng.

Các cá nhân tham gia gửi ảnh dự thi (tối đa mỗi người gửi 5 ảnh). Những bức ảnh dự thi được chụp ở Việt Nam thuộc những chủ đề: Phong cảnh của di sản và di tích; Chuyên giao và kế thừa văn hóa qua các thế hệ; Nghệ thuật và sáng tạo; Sự hòa hợp của con người và thiên nhiên.

Ảnh tham gia dự thi được chụp sau ngày 1/1/2019, có thể là ảnh màu hoặc đen trắng, được chụp bằng các thiết bị chuyên nghiệp, máy dân dụng, máy phim hoặc bằng điện thoại đã quét sang định dạng kỹ thuật số. Những bức ảnh dự thi chưa từng được gửi tham gia bất kỳ cuộc thi ảnh nào.

UNESCO nhận ảnh tham gia dự thi tới hết ngày chủ nhật 1/11/2020. Bất kỳ hình ảnh nào gửi sau thời gian nêu trên sẽ không đủ điều kiện tham gia dự thi. Kết quả thí sinh thắng cuộc sẽ được thông báo trước ngày 15/11/2020.

Những cá nhân có tác phẩm hình ảnh được UNESCO lựa chọn dựa trên đánh giá của ban giám khảo sẽ có cơ hội nhận được những vinh danh và giải thưởng giá trị: 3 giải thưởng cao nhất

tương đương với 1.000 USD cho mỗi giải. Giấy chứng nhận danh dự từ UNESCO dành cho 20 người thắng cuộc.

Những tác phẩm hình ảnh đẹp nhất do UNESCO lựa chọn, sẽ được trưng bày tại các sự kiện quan trọng, điển hình một trong số đó là Liên hoan thiết kế và sáng tạo Việt Nam 2020.

Những tác phẩm thắng cuộc sẽ có cơ hội xuất hiện trong những ấn phẩm, sự kiện của UNESCO với ghi danh đầy đủ thông tin tác giả.

*(Theo KHPTO)*

### **HỌC SINH NGHỈ HÈ 3 THÁNG TRONG NĂM HỌC 2020-2021**

Bộ GD&ĐT vừa ban hành Khung kế hoạch năm học 2020-2021 cho các bậc giáo dục mầm non, phổ thông và thường xuyên.

Theo đó, Bộ quy định thời gian tựu trường sớm nhất vào ngày 1/9, tổ chức khai giảng vào ngày 5/9.

Thời gian kết thúc học kỳ I trước ngày 16/1/2021, hoàn thành kế hoạch giáo dục học kỳ II trước ngày 25/5/2021, kết thúc năm học trước ngày 31/5/2021.

Thực hiện xét công nhận hoàn thành chương trình tiểu học và xét

công nhận tốt nghiệp THCS trước ngày 15/6/2021. Hoàn thành tuyển sinh vào lớp 10 trước ngày 31/7/2021.

Riêng việc thi tốt nghiệp THPT, thi học sinh giỏi quốc gia và thi khoa học kỹ thuật cấp quốc gia thực hiện theo hướng dẫn của Bộ.

Bộ GD&ĐT yêu cầu các địa phương xây dựng kế hoạch đảm bảo số tuần thực học của bậc mầm non, giáo dục phổ thông ít nhất 35 tuần, trong đó học kỳ I ít nhất 18 tuần và học kỳ II ít nhất 17 tuần.

Đối với bậc giáo dục thường xuyên, thời gian thực học ít nhất 32 tuần, mỗi học kỳ ít nhất 16 tuần thực học.

Riêng thời gian nghỉ lễ, Tết thực hiện theo Luật Lao động và các văn bản hướng dẫn hàng năm.

Như vậy bậc THCS, THPT chính thức còn 35 tuần thực học, giảm 2 tuần so với trước đây (37 tuần).

Cùng với đó, kế hoạch thời gian năm học phải phù hợp với đặc điểm, điều kiện thực tiễn của địa phương.

Thời gian nghỉ phép năm của giáo viên được thực hiện trong thời gian nghỉ hè hoặc có thể được bố trí xen kẽ vào thời gian

khác trong năm để phù hợp với đặc điểm cụ thể và kế hoạch thời gian năm học của địa phương.

(Theo [chinhphu.vn](http://chinhphu.vn))

## CÔNG NGHỆ THÔNG TIN

### TOÀN DÂN CÀI ỨNG DỤNG BLUEZONE ĐỂ PHÒNG, CHỐNG DỊCH COVID-19

Để bảo vệ cộng đồng trước đại dịch Covid-19, đưa cuộc sống trở lại bình thường. Bộ Thông tin và Truyền thông, Bộ Y tế dưới sự chỉ đạo của Thủ tướng Chính phủ đã triển khai “Ứng dụng phát hiện tiếp xúc gần Bluezone” trên smartphone.

Bluezone là ứng dụng cảnh báo nếu bạn đã tiếp xúc gần với người nhiễm Covid-19, giảm thiểu các nguy cơ lây lan trong cộng đồng, giúp mọi người trở lại cuộc sống bình thường.



Ảnh minh họa.

Khi có một ca nhiễm bệnh, lịch sử tiếp xúc trong ứng dụng cho biết bạn đã từng tiếp xúc với

người này hay chưa nếu cả hai đều dùng Bluezone. Vì vậy, càng nhiều người cài đặt Bluezone thì hiệu quả bảo vệ càng cao.

Kết luận cuộc họp trực tuyến với các tỉnh, thành về phòng, chống dịch Covid-19 vào chiều tối 2-8, Thủ tướng Nguyễn Xuân Phúc đề nghị người dân cài đặt ứng dụng Bluezone - ứng dụng hỗ trợ phát hiện truy vết nhanh những người có nguy cơ lây nhiễm. Thủ tướng giao Bộ Thông tin và Truyền thông chủ trì, hướng dẫn phối hợp với Bộ Y tế, UBND các tỉnh thành triển khai nhanh nhất việc này.

Bộ trưởng Thông tin và Truyền thông Nguyễn Mạnh Hùng đánh giá, đây là phần mềm truy vết hiệu quả nhất hiện nay. Phần mềm này kết hợp với phần mềm khai báo khác đang hoạt động ở Việt Nam sẽ trở thành hệ sinh thái với độ truy vết rất cao.

Việt Nam có khoảng 75-80 triệu người trưởng thành đang dùng điện thoại di động, nếu khoảng 60% số người (tương đương 45-50 triệu người) cài đặt Bluezone thì phần mềm sẽ hiệu quả.

Để nhận được các cảnh báo từ Bluezone, việc đầu tiên cần làm là tải về và cài đặt ứng dụng này.

Link tải Bluezone trên Android:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mic.bluezone>

Link tải Bluezone trên iOS:

<https://apps.apple.com/vn/app/bluezone/id1508062685>

Sau khi cài đặt, người dùng cần cấp quyền cho ứng dụng Bluezone truy cập vào bộ nhớ và kết nối Bluetooth để nhận được cảnh báo từ ứng dụng.

*(Theo nhandan.com.vn)*

## **PHÁT ĐỘNG GIẢI THƯỞNG “SẢN PHẨM CÔNG NGHỆ SỐ MAKE IN VIET NAM” NĂM 2020**

Giải thưởng “Sản phẩm công nghệ số Make in Viet Nam” năm 2020 là một hoạt động nhằm cụ thể hóa Chỉ thị số 01/CT-TTg của Thủ tướng Chính phủ ngày 14/01/2020 về thúc đẩy phát triển doanh nghiệp công nghệ số Việt Nam và là một hoạt động nằm trong Diễn đàn quốc gia phát triển doanh nghiệp công nghệ số Việt Nam sẽ được tổ chức thường niên.

Giải thưởng được tổ chức nhằm thúc đẩy, khuyến khích doanh nghiệp công nghệ số nghiên cứu, sáng tạo các sản phẩm công nghệ số, giải các bài

toán Việt Nam; tôn vinh các sản phẩm công nghệ số xuất sắc có giá trị thực tế góp phần phát triển chính phủ số, kinh tế số, xã hội số, kiến tạo quốc gia số; hỗ trợ quảng bá cho các sản phẩm công nghệ số Make in Viet Nam tới đông đảo doanh nghiệp và người dân Việt Nam. Các sản phẩm tham dự Giải thưởng sẽ được đánh giá công khai, minh bạch theo 02 tiêu chí chung: Thiết kế, sáng tạo tại Việt Nam; Giải các bài toán Việt Nam.

Giải thưởng được trao cho 5 hạng mục: Giải thưởng Nền tảng số xuất sắc; Giải thưởng Sản phẩm số xuất sắc; Giải thưởng Giải pháp số xuất sắc; Giải thưởng Thu hẹp khoảng cách số (Thành thị - Nông thôn, Người yếu thế, Hạn chế mặt trái của công nghệ số) và Giải thưởng Sản phẩm số tiềm năng.

Đối tượng tham gia là các doanh nghiệp thuộc mọi thành phần kinh tế, đăng ký kinh doanh theo quy định của pháp luật Việt Nam, có các sản phẩm công nghệ số được thiết kế, sáng tạo tại Việt Nam, đã được đưa vào ứng dụng thực tế để giải các bài toán Việt Nam.

Thời gian nộp hồ sơ tham gia giải thưởng từ ngày 20/8 -



20/10/2020 thông qua hình thức online tại địa chỉ [makeinvietnam.mic.gov.vn](http://makeinvietnam.mic.gov.vn).

Hội đồng Giám khảo của Giải thưởng “Sản phẩm công nghệ số Make in Viet Nam” năm 2020 bao gồm các chuyên gia trong lĩnh vực công nghệ số, các nhà khoa học, đại diện các quỹ đầu tư và các nhà báo ICT có uy tín, có nhiều kinh nghiệm, do Tiến sỹ Mai Liêm Trực - nguyên Thứ trưởng Bộ Bưu chính Viễn thông làm Chủ tịch Hội đồng.

Các sản phẩm, giải pháp công nghệ số đoạt giải sẽ được nhận Cúp, Giấy chứng nhận đạt Giải thưởng; được phép quảng bá, tuyên truyền về các sản phẩm, dịch vụ và thành tích của mình trên các phương tiện thông tin đại chúng, được đại diện cho ngành CNTT-TT tham gia các cuộc thi và Giải thưởng chuyên ngành cấp quốc gia và quốc tế khác.

Được quảng bá sản phẩm, giải pháp công nghệ số trên phương tiện thông tin đại chúng của Bộ Thông tin và Truyền thông; được giới thiệu với các Quỹ đầu tư; được giới thiệu sản phẩm công nghệ số đoạt giải đến các cơ quan nhà nước tham khảo lựa chọn nhằm phục vụ ứng dụng CNTT; có thể tham gia trong quá trình

nghiên cứu xây dựng các chính sách thúc đẩy phát triển ứng dụng công nghệ số.

Được quyền khai thác thương mại bộ nhận diện thương hiệu Make in Viet Nam đi cùng sản phẩm, giải pháp công nghệ số; được công nhận danh hiệu trong các hoạt động kinh doanh, tiếp thị; được Bộ Thông tin và Truyền thông tư vấn hỗ trợ thương mại hóa sản phẩm.

*(Theo vnmedia.vn)*

## THÔNG TIN CHUYÊN GIA VÀ SẢN PHẨM CÔNG NGHỆ

### MAP: GIẢI PHÁP TĂNG THỜI GIAN BẢO QUẢN NÔNG SẢN

Sản phẩm bao bì của Công ty trách nhiệm hữu hạn Công nghệ và Dịch vụ thương mại Lạc Trung, ngoài tính năng tự hủy còn có tính chất bao gói khí quyển biến đổi (MAP). Tính năng này nhằm đáp ứng nhu cầu bảo quản các loại rau, quả tươi lâu hơn, có thể tăng đến 25 - 30% thời gian bảo quản so với túi phân hủy sinh học thông thường.

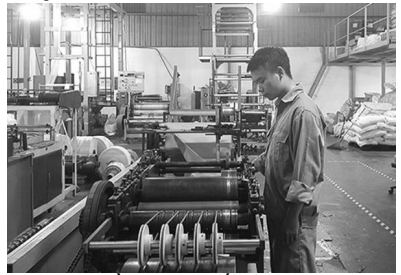
Tại Việt Nam, tổn thất sau thu hoạch nông sản chiếm khoảng 25% đối với các loại quả và hơn

30% với rau, 15 - 20% với các loại lương thực khác. Với tỷ lệ tổn thất này, mỗi năm chúng ta mất khoảng 6.318 tỷ đồng. Trong khi đó, việc sử dụng sản phẩm MAP không chỉ giảm tỷ lệ hư hỏng của sản phẩm sau thu hoạch, nâng cao giá trị hàng hóa, giảm thiểu ô nhiễm môi trường, mà còn có đóng góp quan trọng trong chuỗi vận chuyển, phân phối, cung cấp rau, quả phục vụ nội tiêu và xuất khẩu.

Xuất phát từ thực tế đó, Bộ Công Thương đã giao cho Công ty TNHH Công nghệ và Dịch vụ thương mại Lạc Trung - doanh nghiệp hoạt động trong lĩnh vực sản xuất, kinh doanh và ứng dụng sản phẩm vật liệu mới vào các lĩnh vực của đời sống - chủ trì thực hiện Dự án "Hoàn thiện dây chuyền sản xuất và nâng cao chất lượng bao gói khí quyển biến đổi phục vụ bảo quản nông sản, thực phẩm". Ưu điểm của công nghệ là sử dụng nguồn nguyên liệu có sẵn trong nước, giá rẻ; chủ động công nghệ, thiết bị; sản phẩm có giá thành cạnh tranh so với sản phẩm nhập ngoại cùng chỉ tiêu chất lượng...

Đây cũng lần đầu tiên ở Việt Nam đã xây dựng được dây chuyền công nghệ và thiết bị hoàn

chỉnh, đồng bộ sản xuất MAP công suất 400 tấn/năm trên cơ sở màng PE chứa các phụ gia silica, zeolite và màng PE đục vi lỗ để bảo quản rau, quả sau thu hoạch. Sản phẩm của dự án đáp ứng quy chuẩn kỹ thuật quốc gia về an toàn vệ sinh thực phẩm QCVN12-1:2011/BYT. Màng MAP do dự án sản xuất đã được đăng ký nhãn hiệu Green MAP và có chất lượng tương đương màng MAP CE44 của Viện Công nghệ thực phẩm Hàn Quốc.



*Dây chuyền sản xuất túi MAP của Công ty TNHH Công nghệ và Dịch vụ thương mại Lạc Trung.*

Đồng thời, đã hoàn thiện quy trình công nghệ bảo quản 10 loại rau, quả bằng bao gói MAP, với thời gian bảo quản kéo dài hơn 2 - 3 lần so với bảo quản tự nhiên; tổn thất sau bảo quản <10%, rau quả sau bảo quản vẫn đạt tiêu chuẩn vệ sinh an toàn thực phẩm.

*(Theo vista.gov.vn)*

**XỬ LÝ BỌT TRONG AO**

## TÔM

Ao tôm xuất hiện nhiều bọt trắng lâu tan khi quạt là do nước ao có nhiều chất cặn lơ lửng như xác tảo tàn, chất hữu cơ từ thức ăn dư thừa, tảo, vi khuẩn dạng sợi, hạt đất và các hạt rắn lơ lửng khác. Bọt có thể màu trắng, vàng nâu nhạt, xanh tảo tùy thuộc vào tác nhân gây ra bọt.



Hình minh họa. Nguồn: Internet.

**Xử lý:** Khi có bọt trắng xuất hiện nhiều trong ao, cần nhanh chóng xử lý để giảm ảnh hưởng đến sức khỏe của tôm.

- Khi bọt nổi dày lúc quạt tạt vào bờ thì cần vớt bọt khỏi ao.

- Vớt váng tảo tàn nổi trên mặt ao

- Thay nước một phần nếu có thể

- Đặt nhá, vó kiểm tra tôm và căn chỉnh và giảm lượng thức ăn liên tiếp trong 2 - 3 ngày nếu xác định được tảo tàn nhiều và tôm giảm ăn..

- Tăng cường chạy và oxy đáy để cung cấp đủ ôxy hòa tan, tối thiểu trên 4 ppm

- Rải vôi ở các khu vực có quy tụ chất thải, bùn đáy ao, nhất là khi pH nước ao thấp, duy trì pH trong khoảng 7,5 - 8,3

- Sử dụng vi sinh xử lý đáy và nước

- Sử dụng vitamin, khoáng trộn thức ăn

Để phòng ngừa ao tôm có nhiều bọt trắng xuất hiện, cần đồng thời áp dụng các biện pháp:

- Theo dõi các chỉ tiêu môi trường: pH, oxy, kiềm

- Tính toán kỹ thức ăn, tránh dư thừa

- Sử dụng vi sinh định kỳ

- Sử dụng vitamin, khoáng trộn thức ăn

- Xem xét áp dụng các biện pháp xi phông đáy, rải vôi khi có chất thải tích tụ.

(Theo vietlinh.vn)

## HỎI – ĐÁP

**Hỏi:** Xin cho hỏi làm gì khi chân bị bốc mùi?

**Trả lời:** Cách chữa hôi chân từ nguyên liệu tự nhiên

### 1. Kết hợp gừng, muối và nước ấm

Cách thực hiện: chuẩn bị 2 lít nước ấm nóng trong thau vừa, cho vào 2 muống cà phê muối, vài lát

gừng đập giập, khuấy đều rồi để chân vào ngâm thư giãn trong 30 phút mỗi ngày trước khi đi ngủ.

### 2. Lá trà xanh

Trà xanh với đặc tính mát có tác dụng thải độc, khử mùi hiệu quả nhờ vào hương thơm thoang thoảng, nhẹ nhàng.

Vò nát lá trà xanh sau đó đun sôi với nước. Dùng chính nước đó, có pha thêm chút nước lạnh vào để ngâm chân, lấy lá trà xanh chà khắp lòng bàn chân, kẽ ngón, móng chân để loại bỏ hết các vi khuẩn bám trụ trên da.

### 3. Chanh tươi

Cắt vài lát chanh, chà nhẹ nhàng từ kẽ chân đến ngón chân và khắp lòng bàn chân. Để trong 15 phút cho chanh thấm đều khắp da. Sau đó, rửa lại bằng nước sạch bình thường, nếu muốn cảm giác sạch hơn có thể rửa với xà phòng.



### 4. Phèn chua

Đầu tiên, bạn cần phi rồi nghiền phèn chua thành bột rồi thoa đều lên bàn chân. Chú ý các

kẽ ngón và móng vì đây là nơi rất dễ dễ vi khuẩn sinh sôi, nảy nở. Sau 10 phút, rửa chân lại bình thường, dùng khăn lau khô. Bột phèn chua góp phần giúp chân khô ráo, khử mùi và thoáng, không còn bị bí nữa.

### 5. Giấm

Hòa tan 20 ml giấm gạo hay giấm con vào 2 lít nước ấm. Cho chân vào ngâm trong khoảng 20 phút, mỗi ngày một lần, chỉ khoảng 1 tuần bạn sẽ thấy được hiệu quả bất ngờ.

### 6. Củ cải trắng

1 củ cải trắng, gọt vỏ, rửa sạch, cắt lát vừa rồi cho vào đun sôi với 1 lít nước, 1 muỗng cà phê muối. Chế nước củ cải ra thau, pha thêm 1,5 lít nước lạnh và ngâm chân 30 phút trước khi đi ngủ mỗi ngày.

### 7. Lá sung

Vò một nắm lá sung khoảng 10 đến 15 lá rồi cho vào nồi nước đun sôi sau đó đổ ra thau, thêm nước để tạo độ ấm nóng vừa phải, rồi ngâm chân 30 phút, một ngày thực hiện 2 đến 3 lần. Hiệu quả sẽ thấy rõ sau 3 - 4 ngày thực hiện.

Nên rửa chân sau khi đã mang giày một thời gian, dùng khăn lau khô ngay để chân thoáng mát, giảm mùi.

(Theo KHPTO)