

VẤN ĐỀ VÀ SỰ KIỆN

CHUYỂN ĐỔI SỐ LÀ GÌ VÀ QUAN TRỌNG NHƯ THỂ NÀO TRONG THỜI ĐẠI NGÀY NAY?

Chuyển đổi số là một trong những mục tiêu được quan tâm hàng đầu của các doanh nghiệp công nghệ tại Việt Nam. Chính phủ Việt Nam cũng đặc biệt quan tâm đến vấn đề chuyển đổi số trong cuộc cách mạng công nghiệp 4.0 và giao cho Bộ Thông tin & Truyền thông xây dựng Đề án Chuyển đổi số quốc gia và trình Đề án cho Thủ tướng ngay trong năm 2019.

Chuyển đổi số là gì?

Khó có được một định nghĩa rõ ràng và cụ thể về chuyển đổi số, bởi vì quá trình áp dụng chuyển đổi số sẽ có sự khác biệt ở từng lĩnh vực khác nhau.



Tuy nhiên, để có thể định nghĩa một cách ngắn gọn và dễ hiểu thì chuyển đổi số (Digital Transformation trong tiếng Anh)

là sự tích hợp các công nghệ kỹ thuật số vào tất cả các lĩnh vực của một doanh nghiệp, tận dụng các công nghệ để thay đổi căn bản cách thức vận hành, mô hình kinh doanh và cung cấp các giá trị mới cho khách hàng của doanh nghiệp đó cũng như tăng tốc các hoạt động kinh doanh. Chuyển đổi số cũng là một sự thay đổi về văn hóa của các doanh nghiệp, đòi hỏi các doanh nghiệp phải liên tục thay đổi, thử nghiệm cái mới và thoải mái chấp nhận các thất bại.

Tại Việt Nam, khái niệm “Chuyển đổi số” thường được hiểu theo nghĩa là quá trình thay đổi từ mô hình doanh nghiệp truyền thống sang doanh nghiệp số bằng cách áp dụng công nghệ mới như dữ liệu lớn (Big Data), Internet cho vạn vật (IoT), điện toán đám mây (Cloud)... nhằm thay đổi phương thức điều hành, lãnh đạo, quy trình làm việc, văn hóa công ty.

Không chỉ có vai trò quan trọng tại các doanh nghiệp mà chuyển đổi số còn đóng vai trò quan trọng trong các lĩnh vực khác của xã hội như chính phủ, truyền thông đại chúng, y học, khoa học...

“Chuyển đổi số” (Digital Transformation) có thể dễ bị

nhằm lẫn với khái niệm “Số hóa” (Digitizing). Để phân biệt hai khái niệm này, có thể hiểu rằng “Số hóa” là quá trình hiện đại hóa, chuyển đổi các hệ thống thường sang hệ thống kỹ thuật số (chẳng hạn như chuyển từ tài liệu dạng giấy sang các file mềm trên máy tính, số hóa truyền hình chuyển từ phát sóng analog sang phát sóng kỹ thuật số...); trong khi đó, “Chuyển đổi số” là khai thác các dữ liệu có được từ quá trình số hóa, rồi áp dụng các công nghệ để phân tích, biến đổi các dữ liệu đó và tạo ra các giá trị mới hơn. Có thể xem “Số hóa” như 1 phần của quá trình “Chuyển đổi số”.

Những lợi ích dễ nhận biết nhất của chuyển đổi số đối với doanh nghiệp đó là cắt giảm chi phí vận hành, tiếp cận được nhiều khách hàng hơn trong thời gian dài hơn, lãnh đạo ra quyết định nhanh chóng và chính xác hơn nhờ hệ thống báo cáo thông suốt kịp thời, tối ưu hóa được năng suất làm việc của nhân viên... những điều này giúp tăng hiệu quả hoạt động và tính cạnh tranh của tổ chức, doanh nghiệp được nâng cao.

Nhìn chung, theo các chuyên gia phân tích và nghiên cứu thị trường thì 5 mục đích cuối cùng

mà các doanh nghiệp chuyển đổi số hướng đến bao gồm: Tăng tốc độ ra thị trường; Tăng cường vị trí cạnh tranh trên thị trường; Thúc đẩy tăng trưởng doanh thu; Tăng năng suất của nhân viên; Mở rộng khả năng thu hút và giữ chân khách hàng

Chuyển đổi số đang ngày một thay đổi nhận thức của những nhà lãnh đạo, những người có khả năng quyết định hướng đi và khả năng chuyển đổi thành công của tổ chức. Bộ máy chính quyền của nhiều quốc gia sau khi nhận ra tầm quan trọng của chuyển đổi số trong việc gia tăng hiệu quả hoạt động và đảm bảo an ninh quốc gia, đã lập tức bước vào một “cuộc đua” mới trong việc áp dụng chuyển đổi số.

Tốc độ chuyển đổi số tại các khu vực và quốc gia là khác nhau, tùy thuộc vào mức độ phát triển công nghệ và tốc độ chuyển đổi mô hình doanh nghiệp. Trong đó khu vực châu Âu được đánh giá là khu vực có tốc độ chuyển đổi số nhanh nhất, tiếp đến là Mỹ và quốc gia tại châu Á.

Tại Việt Nam, các mô hình chuyển đổi số cũng đang tạo ra những dịch vụ có ích cho người dân và tận dụng một cách hiệu quả nguồn lực nhân rồi của xã

hội. Tuy nhiên, họ cũng tạo ra những mâu thuẫn, thay đổi cơ bản với mô hình kinh doanh truyền thống. Thế mạnh công nghệ mới đang giúp cho các doanh nghiệp khởi nghiệp giành lợi thế trên các lĩnh vực công nghiệp truyền thống. Xu thế này tạo ra những thay đổi quan trọng trong chuỗi giá trị các ngành công nghiệp cũng như chuỗi cung ứng toàn cầu. Trong bối cảnh của nền kinh tế số hiện nay, đòi hỏi các tổ chức, doanh nghiệp và mô hình truyền thống phải có sự thay đổi mạnh mẽ để tiếp tục tồn tại và phát triển.

Với dân số 96 triệu người và là nền kinh tế có tốc độ tăng trưởng nhanh nhất nhì khu vực, dân số trẻ năng động và có khả năng tiếp cận công nghệ cao nhanh chóng, các chuyên gia đánh giá Việt Nam có tiềm năng rất lớn trong việc chuyển đổi số. Đây là những cơ hội mạnh mẽ để các doanh nghiệp Việt Nam tạo ra sự đột phá trên thị trường nhờ vào chuyển đổi số.

(nhuthanh.thanhhoa.gov.vn)

XÂY DỰNG CHÍNH QUYỀN SỐ TẠI CÁC ĐỊA PHƯƠNG VÙNG ĐÔNG NAM BỘ

Thời gian qua, nhiều địa

phương vùng Đông Nam Bộ đã đẩy mạnh phát triển chính quyền điện tử (CQĐT), ứng dụng công nghệ thông tin (CNTT) nhằm đưa lại những tiện ích tốt nhất cho người dân, doanh nghiệp (DN). Bằng các giải pháp thiết thực, hiệu quả, phù hợp thực tế, nhiều tỉnh, thành phố đang hướng đến xây dựng chính quyền số (CQS), nền tảng để thực hiện thành công “Chương trình Chuyển đổi số quốc gia đến năm 2025, định hướng đến năm 2030” đã được Thủ tướng Chính phủ phê duyệt tại Quyết định số 749/QĐ-TTg, ngày 3-6-2020.

Bài 1: Đáp ứng tốt hơn nhu cầu của người dân, doanh nghiệp

Để phát triển CQĐT, thời gian qua, các địa phương vùng Đông Nam Bộ đã áp dụng nhiều giải pháp hiệu quả trong công tác quản lý, điều hành, phục vụ tốt hơn nhu cầu của người dân, DN. Thực tế cho thấy, những bước đi, cách làm thật sự vì dân, thêm điều kiện thuận lợi cho DN phát triển, đã tạo sự đồng thuận sâu rộng trong xã hội, góp phần thúc đẩy KT-XH địa phương phát triển.

Thích ứng, phù hợp thực tế

Ứng dụng các giải pháp của CQĐT trong bối cảnh dịch Covid-

19 diễn biến phức tạp, quý I-2021, UBND tỉnh Bình Dương tổ chức nhiều hội thảo trực tuyến xúc tiến đầu tư đến Nhật Bản, châu Âu, Trung Quốc, Thái-lan... với hàng nghìn DN tham gia tại các điểm cầu ở các nước để tìm hiểu, quyết định đầu tư. Nhờ vậy, tính từ đầu năm đến ngày 15-3, tỉnh Bình Dương đã thu hút thêm gần 410 triệu USD vốn đầu tư nước ngoài (FDI), nâng nguồn lực FDI tại tỉnh lên 3.955 dự án, với tổng vốn đăng ký 35,8 tỷ USD.

Cùng với Bình Dương, tỉnh Bình Phước cũng đã chủ động xúc tiến đầu tư bằng hình thức trực tuyến tới nhà đầu tư nước ngoài khi dịch Covid-19 diễn biến phức tạp và cũng đạt nhiều kết quả tích cực. Chủ tịch UBND tỉnh Bình Phước Trần Tuệ Hiền cho biết, việc xúc tiến đầu tư trực tuyến đã giúp tỉnh thu hút được 24 dự án, với tổng vốn đầu tư 417 triệu USD trong quý I-2021, nâng nguồn vốn FDI tại tỉnh lên 297 dự án, với tổng vốn đầu tư gần 3,3 tỷ USD từ nhiều quốc gia và vùng lãnh thổ trên thế giới.

Từ tháng 4 năm nay, tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu vận hành hệ thống ca-me-ra giám sát thông minh trên quốc lộ 51 và nhiều tuyến đường trên địa bàn tỉnh.

Thông qua hệ thống ca-me-ra giám sát này, lực lượng chức năng sẽ xử lý các phương tiện vi phạm giao thông, nhằm góp phần bảo đảm trật tự an toàn giao thông trên các tuyến đường huyết mạch. Đại tá Lê Văn Ninh, Trưởng phòng Cảnh sát Giao thông đường bộ Công an tỉnh cho biết: Xác định tuyến quốc lộ 51 là điểm “nóng” về tai nạn giao thông, Công an tỉnh vừa triển khai lắp đặt 89 ca-me-ra giám sát suốt dọc đoạn từ phường 12, TP Vũng Tàu đến thị xã Phú Mỹ. Hệ thống ca-me-ra này có thể cùng lúc giám sát sáu làn xe, ghi rõ bằng hình ảnh biển số xe vi phạm không chỉ vào ban ngày, ban đêm, mà cả trong điều kiện thời tiết xấu để giúp cơ quan công an “phạt nóng” tại chỗ, hoặc “phạt nguội” các phương tiện vi phạm.

Mới đây, UBND quận Tân Phú (TP Hồ Chí Minh) đã thiết lập và cho chạy thử nghiệm phần mềm Tân Phú trực tuyến. Tải phần mềm này về máy tính hay điện thoại thông minh, người dân có thể theo dõi những tin tức, sự kiện, văn bản pháp luật, thủ tục hành chính (TTHC) mới nhất liên quan người dân trên địa bàn. Trong phần mềm còn có phần tiếp nhận phản ánh của người dân về

trật tự đô thị. Khi tiếp nhận thông tin, ngay trong ngày, chính quyền quận sẽ tìm phương án xử lý và phản hồi tiến độ giải quyết. Người dân cũng có thể lấy số thứ tự tại nhà khi thực hiện các TTHC hay khảo sát sự hài lòng thông qua phần mềm Tân Phú trực tuyến. Lãnh đạo quận Tân Phú mong muốn đây sẽ là kênh “đối thoại”, xử lý công việc chính của chính quyền với người dân.

Nhờ sớm tập trung đầu tư các giải pháp phát triển CQĐT, ngành giáo dục tỉnh Đồng Nai đã chủ động ứng phó tốt tình hình dịch Covid-19 diễn biến phức tạp. Ngay từ tháng 3-2020, Đồng Nai là địa phương đầu tiên của cả nước thay đổi hình thức học tập từ trực tiếp sang trực tuyến qua truyền hình với sự hỗ trợ của hệ thống VNPT e-Learning. Hiện, đã có hơn 530 trường học khai báo và sử dụng hiệu quả hệ thống học trực tuyến này...

Đồng hành cùng người dân, doanh nghiệp

Tại Sở Tài nguyên và Môi trường (TN và MT) tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu, nhiều ứng dụng công nghệ hiện đại đã tiết kiệm đáng kể thời gian thực hiện các TTHC của người dân, DN; nâng cao năng suất, hiệu quả làm việc của cán

bộ, công chức. Giám đốc Trung tâm CNTT (Sở TN&MT tỉnh) Phạm Huỳnh Quang Hiếu cho biết, Sở đã hoàn thành xây dựng sổ tay quản lý đất đai chạy trên cả hai hệ điều hành Android và iOS, triển khai đến phòng TN&MT cấp huyện, UBND các cấp để truy cập cơ sở dữ liệu đất đai phục vụ công tác quản lý ở địa phương. Hoàn thành ứng dụng quản lý đất công, tổ chức xây dựng cơ sở dữ liệu cho 7.571 khu đất, với tổng diện tích hơn 11.104 ha và thực hiện công bố dữ liệu đến công dân và DN trên internet; ứng dụng công bố các khu đất dự kiến đấu giá năm 2020 dưới dạng WebGIS, có thông tin vệ tinh giúp người dân và DN có điều kiện tiếp cận thông tin đấu giá đất. Đồng thời, triển khai thí điểm một số thủ tục cấp Giấy chứng nhận quyền sử dụng đất tại TP Bà Rịa...

Nhiều giải pháp phát triển CQĐT cũng đã được tỉnh Bình Dương áp dụng. Từ tháng 9-2019, UBND tỉnh đã công bố triển khai thí điểm hệ thống phòng họp không giấy VNPT e-Cabinet. Theo UBND tỉnh, việc triển khai và vận dụng hiệu quả hệ thống phòng họp không giấy đã góp phần phát triển CQĐT, hướng tới CQS, giúp tỉnh sớm đạt mục tiêu

giảm ít nhất 30% thời gian các phiên họp và giảm tối đa sử dụng văn bản giấy trong các phiên họp của UBND tỉnh.

Nhiều địa phương vùng Đông Nam Bộ đang đẩy mạnh phát triển CQĐT, hướng tới CQS, tập trung cải cách ngay trong chính nội bộ các cơ quan nhà nước và cải cách trong việc cung cấp dịch vụ công tới người dân, DN. Đến cuối năm 2020, TP Hồ Chí Minh đã triển khai gần 1.300 dịch vụ công trực tuyến mức độ 3 và mức độ 4, chiếm hơn 40% tổng số dịch vụ công được cung cấp. Ứng dụng công nghệ 4.0 vào giải quyết TTHC, tỷ lệ giải quyết hồ sơ đúng hạn hơn 99%. Tân Phú là một trong những quận thuộc TP Hồ Chí Minh thực hiện tốt quá trình này.

Lợi ích từ CQĐT mang lại cho người dân và DN là rất lớn. Chính quyền thật sự đồng hành cùng người dân, DN. Các cơ quan quản lý nhà nước cung cấp thông tin, dịch vụ nhanh hơn, thuận tiện hơn thông qua các dịch vụ công trực tuyến; tiết kiệm thời gian, chi phí trong quá trình nộp hồ sơ, nhận kết quả. Thông qua việc thực hiện các TTHC trên môi trường điện tử đã góp phần giảm tiêu cực, phiền hà cho người dân

và DN. Vì vậy, CQĐT luôn nhận được sự quan tâm, đồng thuận và ủng hộ tích cực của người dân và DN. (Còn tiếp)

(Theo nhandan.vn)

ĐẨY MẠNH CHUYỂN ĐỔI SỐ ĐỂ TẠO LỢI THẾ CẠNH TRANH QUỐC GIA

Sáng 9/9, Hội thảo quốc gia về Chính phủ điện tử (CPĐT) năm 2021 đã được tổ chức trực tuyến với chủ đề: "Giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động dịch vụ công trực tuyến, phát triển chính phủ số giai đoạn 2021-2025 và giải pháp phát triển đô thị thông minh, thương mại điện tử góp phần thúc đẩy kinh tế số". Hội thảo được tổ chức dưới sự bảo trợ của VPCP, Bộ TT&TT.

Hội thảo được tổ chức trong bối cảnh hệ thống CPĐT và cung cấp dịch vụ công trực tuyến tại Việt Nam có sự phát triển vượt bậc. Trong lĩnh vực cung cấp dịch vụ công trực tuyến, sau hơn một năm triển khai, công dịch vụ công đã tích hợp hơn 2.900 TTHC của 21 bộ, ngành và 63 tỉnh, thành phố, hơn 57 triệu hồ sơ được xử lý, tiết kiệm ngân sách khoảng 8.000 tỷ đồng mỗi năm.

Theo báo cáo của LHQ, năm 2020, thứ hạng phát triển CPĐT

của Việt Nam đã tăng 2 bậc, lên vị trí thứ 86/193 quốc gia, vùng lãnh thổ. Tuy nhiên, so với các nước trong khu vực Đông Nam Á, Việt Nam vẫn giữ nguyên vị trí thứ 6 trong thứ hạng phát triển CPĐT. Điều này khiến cho lợi thế cạnh tranh của Việt Nam trong thu hút đầu tư, phát triển đất nước chưa thực sự bứt phá.

Theo nhiều chuyên gia, trong giai đoạn tới, để nâng cao năng lực cạnh tranh trong khu vực, Việt Nam cần nỗ lực hơn nữa trong việc nâng cao hiệu quả CPĐT, đồng thời tập trung vào các lĩnh vực nhiều tiềm năng, như đô thị thông minh, thương mại điện tử - 2 lĩnh vực được kỳ vọng sẽ góp phần thiết thực trong việc ổn định tình hình kinh tế, xã hội giai đoạn hậu dịch COVID-19.

Về lĩnh vực đô thị thông minh, hiện có 38/63 tỉnh, thành phố đã và đang triển khai đề án Đô thị thông minh. Việt Nam đã chủ động tiếp cận và định hướng phát triển đô thị thông minh khá sớm, bắt nhịp với các quốc gia trên thế giới; tích cực triển khai thực hiện chuyển đổi số; hạ tầng thông tin đã cơ bản được phủ sóng 4G; khả năng tiếp cận các dịch vụ về công nghệ thông tin và tỷ lệ sử dụng các thiết bị di động ở mức khá

cao so với thế giới.

Trao đổi tại hội thảo về định hướng phát triển Công Dịch vụ công - thúc đẩy hình thành chính phủ số, ông Ngô Hải Phan, Cục trưởng Cục Kiểm soát TTHC (VPCP) cho biết, thực hiện Nghị định số 61/2018/NĐ-CP và Nghị định số 45/2020/NĐ-CP, Hệ thống thông tin điện tử giải quyết TTHC đã được hình thành theo hướng đồng bộ, thống nhất từ Trung ương đến địa phương, làm cơ sở hỗ trợ, thúc đẩy việc giải quyết TTHC trên môi trường điện tử, cung cấp dịch vụ công trực tuyến mức độ 3 và 4.



Hội nghị tổ chức vinh danh 18 lãnh đạo chuyển đổi số tiêu biểu khối cơ quan Chính phủ.

Mục tiêu cuối cùng của chuyển đổi số chính là phục vụ, nâng cao chất lượng cuộc sống của con người. Đối với giải quyết TTHC thì việc nâng cao chất lượng phục vụ, mức độ hài lòng là thước đo đánh giá kết quả của chuyển đổi số. Việc này đòi hỏi có sự tham gia, chung tay của cả

hệ thống chính trị, cá nhân, tổ chức để thực hiện tốt mục tiêu xây dựng chính phủ liêm chính, phục vụ.

Tại hội thảo, BTC đã tổ chức lễ vinh danh theo hình thức trực tuyến cho 18 lãnh đạo chuyên đổi số tiêu biểu khối cơ quan Chính phủ.

(Theo chinhphu.vn)

CÔNG NGHỆ VÀ ĐỜI SỐNG

THI ĐUA THỰC HIỆN THĂNG LỢI NHIỆM VỤ PHÁT TRIỂN KINH TẾ - XÃ HỘI HÀNG NĂM VÀ KẾ HOẠCH 5 NĂM (2021 - 2025) THEO NGHỊ QUYẾT ĐẠI HỘI ĐẠI BIỂU TOÀN QUỐC LẦN THỨ XIII CỦA ĐẢNG

Theo Kế hoạch số 125/KH-UBND ngày 23/8/2021 của UBND tỉnh về triển khai thực hiện Chỉ thị số 19/CT-TTg ngày 16/7/2021 của Thủ tướng Chính phủ về việc phát động thi đua thực hiện thăng lợi nhiệm vụ phát triển kinh tế - xã hội hàng năm và Kế hoạch 5 năm (2021 - 2025) theo Nghị quyết Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XIII của Đảng.

Nhằm tổ chức thực hiện thăng lợi nhiệm vụ phát triển kinh tế -

xã hội hàng năm và Kế hoạch 5 năm (2021 - 2025) theo Nghị quyết Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XIII của Đảng, ngày 20/9/2021 Sở Khoa học và Công nghệ (KH&CN) ban hành kế hoạch số 36/KH-SKHCN.TĐKT với mục đích tổ chức quán triệt và triển khai Chỉ thị số 19/CT-TTg ngày 16/7/2021 của Thủ tướng Chính phủ (sau đây gọi tắt là Chỉ thị 19/CT-TTg), Kế hoạch số 125/KH-UBND ngày 23/8/2021 của UBND tỉnh (sau đây gọi tắt là Kế hoạch 125/KH-UBND) đến toàn thể công chức, viên chức, người lao động thuộc Sở nhằm tạo sự chuyển biến mạnh mẽ, nâng cao nhận thức, hành động và tổ chức để thực hiện có hiệu quả các phong trào thi đua yêu nước, làm cho các phong trào thi đua thực sự trở thành động lực to lớn, góp phần thực hiện thăng lợi Nghị quyết Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XIII của Đảng, Nghị quyết Đại hội Đảng bộ tỉnh lần thứ VII, Nghị quyết Đại hội Đảng bộ Khối CQDN lần thứ V và Nghị quyết Đại hội Đảng bộ Sở KH&CN nhiệm kỳ 2020 - 2025.

Phát huy sức mạnh tổng hợp của cả hệ thống chính trị ngành khoa học và công nghệ trong việc tham gia phong trào thi đua yêu

nước. Tiếp tục phát huy vai trò, trách nhiệm của cấp ủy Đảng, chính quyền, các đoàn thể (Công đoàn và Chi đoàn thanh niên), nhất là trách nhiệm của người đứng đầu cơ quan, phòng, ban, đơn vị, đoàn thể trong việc lãnh đạo, chỉ đạo, phối hợp tổ chức các phong trào thi đua, góp phần hoàn thành thắng lợi nhiệm vụ chính trị của từng cơ quan, đơn vị, đoàn thể nói riêng, của toàn ngành nói chung.

Kế hoạch gồm 06 nội dung sau:

- Công tác tổ chức quán triệt, triển khai, lãnh đạo, chỉ đạo và triển khai thực hiện Chỉ thị số 19/CT-TTg, Kế hoạch số 125/KH-UBND.

- Đổi mới nội dung, hình thức thi đua thiết thực, hiệu quả.

- Đẩy mạnh tuyên truyền các phong trào thi đua yêu nước, phát hiện, bồi dưỡng, nhân rộng các gương điển hình tiên tiến.

- Nâng cao chất lượng công tác khen thưởng.

- Nâng cao chất lượng hoạt động của Hội đồng Thi đua - Khen thưởng và công chức, viên chức làm công tác thi đua, khen thưởng.

- Tổ chức hưởng ứng, triển khai thực hiện phong trào thi đua

đặc biệt: “*Cả nước đoàn kết, chung sức, đồng lòng thi đua phòng, chống và chiến thắng đại dịch COVID-19*”.

(Theo 36/KH-SKHCN.TĐKT)

BÍ QUYẾT MUA SẮM AN TOÀN, TIẾT LỢI, TIẾT KIỆM MÙA DỊCH

Đại dịch Covid-19 kéo dài, thói quen mua sắm thông minh, tiết kiệm và an toàn đã dần được hình thành.

Chọn hàng hóa đa năng: Hàng hóa đa năng sẽ là lựa chọn lý tưởng giúp bạn thắt chặt chi tiêu khi vừa tiết kiệm diện tích, vừa giảm thiểu chi phí mua sắm. Trước khi cho một mặt hàng nào đó vào giỏ hàng, bạn hãy tự hỏi món đồ đó có thực sự cần thiết hay không và có thể sử dụng được bao nhiêu chức năng.

Săn sale đúng cách: Để tránh lãng phí, bạn nên lên danh sách những món cần mua, tham khảo đánh giá trên các nhóm, cộng đồng. Cuối cùng, bạn đừng quên đặt hẹn cho lịch săn sale.

So sánh giá trước khi mua: Để tránh bị ma trận giảm giá làm rối trí, bạn cần tích cực theo dõi, so sánh mức giá sản phẩm đó trước và sau khi giảm giá, trên nhiều cửa hàng khác nhau.

Tận dụng ưu đãi: Thanh toán không dùng tiền mặt lên ngôi đồng nghĩa với việc mua sắm trực tuyến ngày càng được ưa chuộng. Kịp thời bắt trend nhu cầu này, các ngân hàng đối tác của JCB đồng loạt khuyến khích khách hàng mở và chi tiêu bằng thẻ JCB để nhận ưu đãi đến 500.000 đồng tại Tiki, Lazada, AEON Vietnam, Grab, Điện Máy Xanh.

Áp dụng voucher tối đa: Nếu những voucher nhỏ đã đủ mang đến sự hào hứng, thì thông tin JCB tung loạt voucher hàng thật, giá thật đến 30 triệu đồng khiến cộng đồng mạng quan tâm. Hàng loạt voucher trị giá từ 500.000 đồng, 2 triệu đồng, 5 triệu đồng, 10 triệu đồng đến 30 triệu đồng được JCB dành tặng người tiêu dùng Việt qua chương trình ưu đãi "Lướt JCB, đón vận may, quà về tay".

Đặt giới hạn chi tiêu: Bạn cần phân loại chi tiêu từ đâu và quyết định vấn đề tài chính nào cần ưu tiên. Nếu sống xa nhà, bạn sẽ cần chi nhiều cho hóa đơn thuê trọ; nếu thường xuyên công tác xa thì chi phí đi lại cần quan tâm hàng đầu. Hoặc nếu nội trợ là công việc chủ yếu của bạn, thì mức tiền để đi chợ hàng ngày. Bạn cũng nên có một ngân sách phù hợp cho

bản thân tùy mức độ ưu tiên. Việc rà soát và đánh giá ngân sách sẽ giữ mức chi trong vòng giới hạn, đồng thời giúp bạn điều chỉnh, cải thiện ngân sách hợp lý hơn ở tháng sau.

Thanh lý bớt đồ đạc: Dịch bệnh diễn tiến phức tạp khiến nhiều công ty cho phép nhân viên làm việc tại nhà hoặc nghỉ luân phiên. Tận dụng thời gian rảnh rỗi, bạn có thể dọn dẹp nhà cửa, tủ đồ và lọc ra những món đồ không cần dùng đến để thanh lý. Cách làm này vừa dọn dẹp đồ dư thừa trong nhà, lại giúp bạn có "vốn" cho đợt mua sắm tiếp theo.

(Theo nld.com.vn)

NÔNG NGHIỆP VÀ NÔNG THÔN

CHUYỂN ĐỔI SỐ NÔNG NGHIỆP: CƠ HỘI ĐỂ BỨT PHÁ

Theo Bộ trưởng Ngoại giao Bùi Thanh Sơn, Chính phủ Việt Nam đã sớm xác định tầm quan trọng của ngành nông nghiệp và coi đây là cơ hội bứt phá của nền kinh tế Việt Nam. Một trong những định hướng phát triển của đất nước giai đoạn 2021-2030 là phát triển nông nghiệp trên nền

tăng chuyển đổi số, gắn kết hài hòa hiệu quả thị trường trong nước và quốc tế. Để đưa Việt Nam trở thành nước công nghiệp theo hướng hiện đại, chúng ta phải chuyển đổi số thành công, trong đó nông nghiệp là lĩnh vực được ưu tiên trong chương trình chuyển đổi số quốc gia.

Nông nghiệp còn là cơ sở giúp bảo đảm hệ thống chính trị và bảo đảm môi trường sinh thái tự nhiên. Trong những năm qua, nông nghiệp Việt Nam đã trở thành ngành sản xuất chủ lực của đất nước. Tuy nhiên, trong thời gian tới, với yêu cầu của thị trường ngày càng cao, nông nghiệp Việt Nam phải có khả năng thích ứng và sức cạnh tranh cao. Đại dịch Covid-19 cũng đã chứng minh việc đưa công nghệ thông minh vào nông nghiệp giúp bảo đảm sự ổn định, thông suốt, đồng thời giúp phát triển kinh tế sau đại dịch.

Trong thời gian tới, để chuẩn bị sự bứt phá kinh tế sau Covid-19, Bộ Ngoại giao sẽ phối hợp với các Bộ, ngành nhằm đưa Việt Nam tiếp cận các xu thế mới của thế giới, tiếp tục đề xuất các sáng kiến, đóng góp vào sự phát triển kinh tế quốc gia nói chung và ngành nông nghiệp nói riêng.

Mục tiêu được đặt ra là người nông dân sản xuất nông sản chất lượng, với chi phí thấp nhất nhưng bán ra được giá cao nhất. Chuyển đổi số nhằm phát triển nông nghiệp số chính là một trong những chìa khoá để thực hiện thành công mục tiêu này.



Chuyển đổi số nhằm phát triển nông nghiệp giúp nông dân sản xuất nông sản chất lượng, với chi phí thấp nhất nhưng bán ra được giá cao nhất.

Trong Chương trình Chuyển đổi số Quốc gia cũng đã đề ra một số định hướng trong lĩnh vực nông nghiệp đó là:

Phát triển nông nghiệp công nghệ cao theo hướng chú trọng nông nghiệp thông minh, nông nghiệp chính xác, tăng tỷ trọng của nông nghiệp công nghệ số trong nền kinh tế.

Thực hiện chuyển đổi số trong nông nghiệp phải dựa trên nền tảng dữ liệu. Tập trung xây dựng các hệ thống dữ liệu lớn của ngành về đất đai, cây trồng, vật nuôi, thủy sản.

Ứng dụng công nghệ số để tự động hóa các quy trình sản xuất, kinh doanh; quản lý, giám sát nguồn gốc, chuỗi cung ứng sản phẩm, bảo đảm nhanh chóng, minh bạch, chính xác, an toàn, vệ sinh thực phẩm. Triển khai sáng kiến "Mỗi nông dân là một thương nhân, mỗi hợp tác xã là một doanh nghiệp ứng dụng công nghệ số".

Thực hiện chuyển đổi số mạnh mẽ trong công tác quản lý để có các chính sách, điều hành kịp thời phát triển nông nghiệp như dự báo, cảnh báo thị trường, quản lý quy hoạch.

(Theo kinhhtenongthon.vn)

GIẢI PHÁP CÔNG NGHỆ TRONG CHẾ BIẾN THỦY SẢN

Toàn cầu có gần 70 triệu tấn thủy sản được chế biến ở dạng fillet, đông lạnh, đóng hộp hoặc ngâm tẩm, trong đó tỷ lệ phụ phẩm và phế phẩm trong nước thải chiếm 50 – 65%. Thu hồi và chế biến phế phụ phẩm là giải pháp tiết kiệm nguồn tài nguyên và góp phần bảo vệ môi trường. Giải pháp được nhiều quốc gia lựa chọn đó là ứng dụng công nghệ số, một trong những nhân tố mang lại thành công và hiệu quả

trong việc bảo quản sản phẩm sau chế biến.



Giải pháp về công nghệ trong chế biến, bảo quản thủy sản được giới thiệu tại VietShirmp 2021 Ảnh: Vũ Mua.

Về xử lý phụ phẩm trong chế biến thủy sản: Những thành tựu ứng dụng thông qua các Patent Mỹ và các nước EU có trình độ khoa học công nghệ tiên tiến cho thấy, trong việc thu hồi protein, lipid từ phụ phẩm (da, xương, thịt mỡ vụn, nội tạng của cá và vỏ, đầu tôm...) và phế phẩm (máu, mỡ vụn...) trong nước thải chế biến thủy sản với hiệu suất đạt 98 – 99%.

Về công nghệ bảo quản thủy sản, đáng chú ý là công nghệ bảo quản sản phẩm khô và đông lạnh.

Xu hướng phát triển công nghệ chế biến lạnh và lạnh đông hiện nay: Các dây chuyền thiết bị sơ chế thủy sản tiên đồng theo hướng nâng cao mức và tỷ trọng cơ giới hóa – tự động hóa. Về công nghệ cấp đông nhanh, đổi mới công nghệ theo hướng có tính

năng vượt trội về tốc độ cấp đông và khả năng ứng dụng cho các sản phẩm có độ dày, dạng khối.

Giải pháp thúc đẩy phát triển công nghệ bảo quản, chế biến thủy sản, theo Viện Cơ điện Nông nghiệp và Công nghệ sau thu hoạch, cần hỗ trợ và phát triển theo xu hướng của cuộc cách mạng công nghiệp 4.0, công nghệ phải được tích hợp thông qua phần mềm ứng dụng để tối ưu hóa quá trình sản xuất. Trong khi, tại Việt Nam lĩnh vực gia công phần mềm, nhiều năm qua được quốc tế đánh giá là một trong những quốc gia hàng đầu châu Á (Software Development Hub). Theo Báo cáo chỉ số GSLI của tổ chức AT Kearney 2019, Việt Nam xếp thứ 5 trên 50 quốc gia có nền tảng tốt về dịch vụ công nghệ thông tin. Những chỉ số này cho phép chúng ta có thể kỳ vọng Việt Nam trở thành một trung tâm phát triển phần mềm và đổi mới sáng tạo của khu vực Đông Nam Á. Do vậy, Nhà nước cần hỗ trợ đầu tư phát triển cơ sở hạ tầng đồng bộ với quy hoạch vùng sản xuất

(Theo thuysanvietnam.com.vn)

GIẢI PHÁP NUÔI CUA BIỂN TUẦN HOÀN TRÊN CẠN

Nhóm nghiên cứu do ThS Lê Ngọc Hạnh, Viện Nghiên cứu Nuôi trồng Thủy sản 2 đã hoàn thiện quy trình nuôi cua biển bằng hệ thống tuần hoàn (RAS). Giải pháp này được kỳ vọng sẽ góp phần nâng cao năng suất, bảo vệ môi trường, phát triển bền vững, có thể ứng dụng để nuôi nhiều đối tượng thủy sản có giá trị kinh tế cao.

Những năm gần đây, người nuôi cua biển truyền thống phải đối mặt với nhiều khó khăn từ môi trường, dịch bệnh và chất lượng sản phẩm không ổn định. Nuôi cua biển trên cạn bằng hệ thống tuần hoàn giúp kiểm soát tốt điều kiện nuôi như kiểm soát pH, biên độ dao động nhiệt độ, hạn chế mầm bệnh xâm nhập đồng thời tiết kiệm nước do được xử lý để tái sử dụng hoàn toàn, không xả thải ra môi trường. Giải pháp này có thể thực hiện được trong các khu vực đô thị hoặc những nơi hạn chế về nguồn nước và nguồn hải sản tươi sống tại chỗ.

Để xây dựng được mô hình nuôi cua trong nhà bằng hệ thống tuần hoàn, nhóm đã nghiên cứu và xây dựng thành công hệ thống tuần hoàn hoàn chỉnh. Trong đó, hơn 90% trang thiết bị của hệ

thống được nghiên cứu và sản xuất trong nước. Năng suất nuôi đạt được 60 con/m² cao gấp 20 – 30 lần so với phương pháp nuôi truyền thống (2 – 3 con/m²).

Hệ thống nuôi cua trong nhà bao gồm: Hệ thống hộp nuôi cua; thiết bị lọc cơ học để loại bỏ chất thải rắn, thức ăn dư thừa, bùn cặn; thiết bị lọc sinh học để giảm thiểu độc tố ammonia; thiết bị khử khí CO₂ trong nước; thiết bị bổ sung và kiểm soát oxy; thiết bị diệt khuẩn bằng tia UV; hệ thống giám sát chung cho cả quy trình nuôi.

Hệ thống dùng lưới lọc để xử lý nước thải đầu vào giúp lọc chất thải trước khi lọc sinh học. Hệ thống tuần hoàn không dùng bất cứ hóa chất nào nhằm bảo vệ vi sinh cho chu trình lọc sinh học. Hệ thống này là thành phần quan trọng nhất trong hệ thống tuần hoàn. Bằng việc ứng dụng vi sinh nhằm giải phóng các loại chất thải hòa tan dạng nitơ như amoni, nitrit và nitrat.

Hộp nuôi cua được làm bằng chất liệu nhựa tái chế, được sản xuất trong nước. Hộp có kích thước chuẩn 60 x 40 x 17 cm. Máy tách thải tự động được thiết kế dạng trống lọc, có khả năng loại bỏ chất thải với kích thước ≤

80 µm.

Máy diệt khuẩn nhằm khống chế sự phát triển của các loại vi khuẩn cũng như mầm bệnh trong hệ thống nuôi tuần hoàn. Việc sử dụng đèn diệt khuẩn UV là giải pháp tối ưu với khả năng diệt khuẩn lên tới 99,9% ở bước sóng ngắn từ 265 – 275 nm.

Toàn bộ hệ thống này không phải sử dụng các loại hóa chất xử lý môi trường gây ảnh hưởng đến sức khỏe của đối tượng nuôi cũng như sức khỏe con người. Nhờ cơ chế sinh học và tái tuần hoàn nước nên hệ thống có thể lắp đặt ở nhiều khu vực không gần nguồn nước biển hoặc nước biển hạn chế.

Việc tận dụng diện tích nuôi tối đa, các hộp nuôi được xếp tầng lên nhau, cua được nuôi và thu hoạch liên tục, chất lượng sản phẩm có thể kiểm soát một cách dễ dàng trước khi xuất bán. Bên cạnh đó, sử dụng công nghệ tuần hoàn (RAS) đã góp phần rất lớn cho việc bảo vệ môi trường và sự phát triển bền vững cho lĩnh vực thủy sản. Đây là phương thức sản xuất mang tính kỹ thuật cao, chính xác và ổn định, đáp ứng trong điều kiện nuôi trong đô thị và vùng ven đô mà các nước tiên tiến đang nghiên cứu, ứng dụng.

Hiện, mô hình này được rất nhiều khách hàng quan tâm và áp dụng ở nhiều nơi như Vũng Tàu, Đồng Nai, Hải Phòng và sắp tới sẽ triển khai ở nhiều tỉnh khác trong cả nước.

(Theo thuysanvietnam.com.vn)

RÚT NGẮN QUY TRÌNH NUÔI LUÂN TRÙNG

PGS.TS Nguyễn Ngọc Phước và TS. Lê Văn Bảo Duy (Khoa Thủy sản, trường Đại học Nông Lâm, Đại học Huế) đã phát triển thành công quy trình nuôi luân trùng làm thức ăn trong thời gian ngắn mà vẫn đảm bảo chất dinh dưỡng, từ đó mở ra hướng phát triển mới cho ngành nuôi cá biển có cỡ miệng nhỏ ở Việt Nam hiện nay.

Theo PGS.TS Nguyễn Ngọc Phước, có hai vấn đề ở đây: thứ nhất, đường ruột trong giai đoạn ấu trùng thường thiếu một số loại enzyme tiêu hóa như lipaza, proteaza nên cá phải lấy enzyme từ thức ăn bên ngoài; thứ hai, cá khoảng từ 3 đến 5 ngày tuổi thường có cỡ miệng rất nhỏ, nên người nuôi buộc phải tìm nguồn thức ăn đủ nhỏ để phù hợp với kích cỡ miệng của cá mà vẫn đầy đủ thành phần dinh dưỡng để chúng có thể tiêu hóa được.



Luân trùng dưới góc nhìn của kính hiển vi. Ảnh: biochain

Trong quá trình tìm hiểu, PGS.TS Nguyễn Ngọc Phước nhận ra rằng bài toán lớn nhất trong quá trình nuôi luân trùng mà nhóm nghiên cứu cần giải quyết, đó là làm sao nuôi sinh khối không bị tạp nhiễm, và đảm bảo luân trùng phát triển tốt. “Vi khuẩn có ích có thể là câu trả lời”, ông nói, “chúng sẽ giúp chúng tôi rút ngắn thời gian nuôi và hạn chế dịch bệnh trong quá trình nuôi luân trùng”.

Cụ thể, nhóm nghiên cứu của ông đã pha trộn tảo với 5 chủng vi khuẩn có lợi - những biến chủng được lưu giữ trong ống nghiệm và cung cấp bởi Phòng thí nghiệm Bệnh học thủy sản - Khoa Thủy sản, trường ĐH Nông lâm Huế, theo tỷ lệ 55% tảo *Nannochloropsis oculata*, 15% tảo *Chlorella vulgaris*, 5% vi khuẩn *Lactobacillus plantarum* BHTS10, 5% vi khuẩn *L. brevis* BHTS2, 5% vi khuẩn *Pediococcus*

acidilactici BHTS12, 5% vi khuẩn P. pentosaceus BHTS4, 5% vi khuẩn L. fermentum BHTS6 và 5% vi khuẩn Bacillus subtilis BHTS3.

Từ công thức thức ăn này, ông cũng đưa ra một quy trình nhân giống gồm bốn bước: nhân giống khởi động, nhân giống cấp một, nhân giống cấp hai, nhân giống sản xuất và thu thành phẩm.

Trước tiên, ở bước nhân giống, ông bổ sung 50ml luân trùng Proales similis giống với mật độ 200.000 cá thể/lít vào 1 lít nước biển có độ mặn 25‰ trong điều kiện sục khí duy trì lượng oxy hòa tan trên 6mg/mL, thức ăn được cấp làm 6 lần/ngày với tổng lượng bao gồm 5ml/l thức ăn cho luân trùng, 20mg/l nấm men bánh mì và hằng ngày thay mới 20% thể tích nước biển sạch có độ mặn 25‰ cho đến khi mật độ luân trùng đạt 500.000 cá thể/lít.

Sau đó, nhóm nghiên cứu chuyển sang bước nhân giống cấp một bằng việc cấy chuyển 1 lít môi trường nuôi thu từ bước nhân giống khởi động sang bể nuôi chứa 10 lít nước biển với điều kiện tương tự, nhưng tổng lượng thức ăn được cấp là 10ml/l, 30mg/l nấm men bánh mì. “Chúng tôi tiếp tục nuôi cho đến

khi mật độ luân trùng đạt 500.000 cá thể/lít”, PGS.TS Phước mô tả.

Sang bước nhân giống cấp hai, nhóm cấy chuyển 10 lít môi trường nuôi thu từ bước nhân giống cấp một sang bể nuôi chứa 80 lít nước biển, thức ăn được cấp làm 6 lần/ngày với tổng lượng bao gồm 15ml/l thức ăn cho luân trùng, 40mg/l nấm men bánh mì, và cũng nuôi cho đến khi mật độ luân trùng đủ tiêu chuẩn 500.000 cá thể/lít.

Bước cuối cùng, nhân giống sản xuất và thu thành phẩm, nhóm nghiên cứu đã chuyển 80 lít môi trường nuôi thu được từ bước nhân giống cấp hai sang bể nuôi chứa 300 lít nước biển, tăng tổng lượng thức ăn lên 20 ml/l thức ăn, 50 mg/l nấm men bánh mì và hằng ngày thay mới 30% thể tích.

“Từ khi bắt đầu đến lúc thu thành phẩm mất khoảng 6 đến 8 ngày - ngắn hơn hẳn so với 11 đến 14 ngày theo quy trình cũ. Việc rút ngắn thời gian nuôi luân trùng đã giúp giảm tỷ lệ tạp nhiễm vi khuẩn và ký sinh trùng”, PGS.TS Nguyễn Ngọc Phước cho biết. “Thêm vào đó, theo quy trình cũ, người nuôi chỉ mới nuôi được trong thể tích nhỏ - dưới 30 lít, nhưng với quy trình này có thể nuôi sinh khối đạt 500.000 luân

trùng/L ở thể tích lớn 300 lít đáp ứng được nhu cầu thức ăn cho ấu trùng cá biển trong sản xuất giống”.

Với những ưu điểm và tiềm năng như vậy, Quy trình nuôi luân trùng *Proales similis* làm thức ăn cho ấu trùng cá biển của PGS.TS Nguyễn Ngọc Phước và TS. Lê Văn Bảo Duy đã được Cục Sở hữu trí tuệ cấp bằng độc quyền giải pháp hữu ích số 2-2021-00018 được công bố vào ngày 25/6/2021.

(Theo khoahocphattrien.vn)

KHOAI LANG LÊN MEN: THÀNH PHẦN THỨC ĂN THỦY SẢN BỀN VỮNG

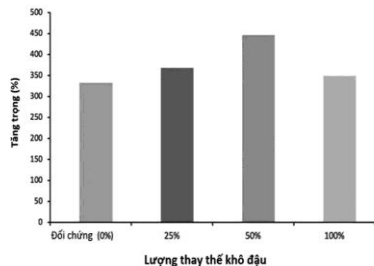
Sản phẩm sinh khối khoai lang lên men có tên gọi ProEnk, chứa 20% sinh khối phụ phẩm khoai lang, do Công ty Plentex Philippines Inc, Đại học Visayas, Đại học Nông nghiệp Tarlac kết hợp sản xuất bằng quy trình cải tiến. Để khẳng định giá trị dinh dưỡng của ProEnk với các vật nuôi thủy sản, nhóm chuyên gia đã tiến hành nhiều thử nghiệm cho ăn trên tôm thẻ chân trắng (TTCT), cá măng và cá rô phi. Ở thử nghiệm trên TTCT, các khẩu phần ăn được xây dựng theo cơ chế tăng tỷ lệ bổ sung khô đậu (0

– 100%) theo công thức isonitrogenous và isocaloric. Ở thử nghiệm với cá măng và cá rô phi, các khẩu phần công thức chứa ProEnk tăng dần, cùng đó giảm dần bột cá và khô đậu, từ đó xác định lượng bổ sung ProEnk tối đa trong khẩu phần ăn của các loại cá này.

Kết quả trên tôm

Các kết quả thử nghiệm trên TTCT chỉ ra rằng, ProEnk có thể thay thế hoàn toàn khô đậu trong các khẩu phần ăn của tôm mà không ảnh hưởng đến hiệu suất tăng trưởng tổng thể. Hơn nữa, các kết quả này cũng khẳng định dù có thay thế 50% khô đậu, thì tăng trưởng và hệ số chuyển đổi thức ăn (FCR) của tôm vẫn được cải thiện (Hình 1).

Ngoài ra, hàm lượng axit béo omega-3 trong thịt tôm ăn bổ sung ProEnk cũng cao hơn hẳn nhóm đối chứng.



Hình 1

Tăng trưởng và thành phần

axit béo trong thịt tôm được cải thiện cũng nhờ lượng virus Vibrio trong nhóm tôm ăn bổ sung ProEnk thấp hơn khi thay thế 50% khô đậu bằng ProEnk. Điều này chứng tỏ, ProEnk đã kích thích hoạt tính miễn dịch đường ruột. Thành phần thức ăn này chứa hàm lượng tốt các axit béo chuỗi ngắn và trung bình vốn đóng vai trò kích hoạt đáp ứng miễn dịch đường ruột và kháng khuẩn mạnh mẽ. (Còn tiếp)

(Theo thuysanvietnam.com.vn)

SỨC KHỎE CHO MỌI NGƯỜI

CHUYỂN ĐỔI SỐ Y TẾ CẦN SỰ VÀO CUỘC MẠNH MẼ CỦA CÁC DOANH NGHIỆP

Phát biểu tại Hội nghị chuyển đổi số y tế quốc gia, Bộ trưởng Bộ Y tế Nguyễn Thanh Long cho biết công cuộc chuyển đổi số của ngành y tế bước đầu đã ghi nhận nhiều kết quả đáng khích lệ như: 100% thủ tục hành chính thực hiện dịch vụ công trực tuyến cấp độ 4, 100% văn bản tại Bộ Y tế đã được xử lý điện tử và áp dụng chữ ký số. Bước đầu công khai trên 62.000 dực phẩm, hơn 17.000 trang thiết bị, vật tư y tế, hơn 93.000 kết quả đầu thầu, trên

1.400 cơ sở y tế công khai giá dịch vụ y tế.

Tuy nhiên, con đường chuyển đổi số toàn diện ngành Y tế phía trước còn rất dài và nhiều khó khăn, cần thêm nhiều nguồn lực công nghệ, đặc biệt là công nghệ AI. Trong khi đó, số lượng các doanh nghiệp công nghệ trong lĩnh vực y tế chưa có nhiều do đây là lĩnh vực đòi hỏi kiến thức chuyên sâu, khó tiếp cận và thay đổi thói quen người dùng. Trong khi đó, hành lang pháp lý về thu nhận, phân tích và chia sẻ cơ sở dữ liệu vẫn còn chưa rõ ràng.

Ở một góc nhìn khác, Việt Nam cũng có nhiều thuận lợi và tiềm năng cho các doanh nghiệp công nghệ trong y tế. Đó là sự quyết tâm chuyển đổi số của Chính phủ, sự đa dạng về nhu cầu chăm sóc sức khỏe của gần 100 triệu dân, với hạ tầng thông tin internet, đám mây ổn định và chi dùng cho y tế đang tăng lên nhanh chóng. Việc giải quyết bài toán cho thị trường Việt Nam cũng sẽ là tiền đề để doanh nghiệp có thể mở rộng ra các nước khác trên thế giới.

Hiện nay, trong lĩnh vực công nghệ thông tin y tế, những tên tuổi lớn chủ yếu là các tập đoàn có nguồn lực mạnh về nhân lực

và tài chính như VinGroup, Viettel Solutions, VNPT, FPT Healthcare, ...

Viettel Solutions là công ty cung cấp giải pháp chuyển đổi số đa ngành. Trong lĩnh vực y tế, Viettel đã phối hợp với hơn 1.000 bệnh viện khánh thành trung tâm Telehealth và đang hỗ trợ nhiều bệnh viện khác phát triển nền tảng này.

Tập đoàn FPT cũng là một doanh nghiệp có tiếng trong thị trường công nghệ y tế. FPT đã cho ra mắt nhiều sản phẩm mới nhằm đáp ứng nhu cầu của ngành y tế trong kỷ nguyên số, trong đó có phần mềm FPT.eHospital đáp ứng yêu cầu phát triển bệnh viện thông minh.

Tập đoàn VinGroup trong 10 năm qua đã liên tục đầu tư vào ngành y tế với hệ thống bệnh viện đa khoa quốc tế và viện nghiên cứu Vinmec, Viện Khoa học Sức khỏe trực thuộc trường Đại học VinUni, hay thông qua các quỹ đào tạo, học bổng đào tạo thạc sĩ, tiến sĩ ngành Khoa học sự sống. Từ năm 2019, khi thực hiện chuyển đổi thành tập đoàn công nghiệp - công nghệ, hướng đến làm chủ các quy trình, chuỗi giá trị, Vingroup đã mở rộng đầu tư vào y tế số.

VinBrain, thành lập ngày 25/04/2019 là công ty con đầu tiên của Vingroup nhập cuộc và có sản phẩm DrAidTM – phần mềm trợ lý bác sĩ ứng dụng trí tuệ nhân tạo ra mắt thị trường vào 14/06/2020, trở thành công ty công nghệ đầu tiên ở Việt Nam ra mắt một sản phẩm AI cho y tế hoàn chỉnh.

DrAidTM - là sản phẩm AI đầu tiên tại Việt Nam hỗ trợ bác sĩ chẩn đoán các dấu hiệu bệnh lý Tim – Phổi – Xương dựa trên hình ảnh X-quang ngực thẳng. Sản phẩm đã được triển khai tới nhiều bệnh viện, phòng khám trên toàn quốc, giúp các bác sĩ đẩy nhanh tốc độ và hạn chế sai sót trong chẩn đoán bệnh, mang đến những thay đổi tích cực cho bệnh nhân, đồng thời giúp đẩy mạnh công cuộc chuyển đổi số trong y tế.

DrAidTM hiện có khả năng chẩn đoán 19 dấu hiệu bệnh lý Tim – Phổi – Xương với độ chính xác trên 88%;

Theo Bộ trưởng Bộ Y tế Nguyễn Thanh Long "Cách mạng 4.0 không còn là điều lạ lẫm, xa vời mà đang hiện hữu. Trong tương lai không xa, 1 cái chip gắn trên da sẽ đồng bộ với hồ sơ sức khỏe mỗi cá nhân, bác sĩ biết tình

trạng bệnh nhân, "mỗi người dân có 1 bác sĩ", đây là mục tiêu mà chỉ có ứng dụng trí tuệ nhân tạo mới làm được".

Sự vào cuộc của nhiều hơn nữa các doanh nghiệp công nghệ trong y tế sẽ đóng vai trò quan trọng trong quá trình chuyển đổi số y tế, đáp lại kì vọng của Thủ tướng, nâng cao chất lượng và tầm vóc nền y tế của nước ta.

(Theo dangcongsan.vn)

NHỮNG LƯU Ý KHI SỬ DỤNG THIẾT BỊ ĐO SPO2

Máy đo SpO2 là thiết bị đo độ bão hòa ô-xy trong máu, kết hợp đo nhịp tim thông qua đầu ngón tay. Thiết bị nhỏ gọn này hỗ trợ theo dõi và kiểm tra các chỉ số sức khỏe, giúp bệnh nhân COVID-19 nhanh chóng phát hiện tình trạng thiếu ô-xy trong máu ngay cả khi cơ thể đang bình thường.



Việc sử dụng thiết bị đo SpO2 khá đơn giản nhưng cũng cần lưu

ý vì có thể xảy ra sai số trong quá trình thực hiện. Dưới đây là hướng dẫn của ThS. BS Đặng Thanh Tuấn, Tổ Đặc nhiệm Hồi sức hô hấp về cách sử dụng thiết bị này.

+ Chỉ số SpO2:

- Độ bão hòa ô-xy trong máu bình thường là 98-100%

- Người bệnh mắc COVID-19 khi có chỉ số SpO2 <94% sẽ được chỉ định thở ô-xy

+ Các bước sử dụng thiết bị đo SpO2:

- Xoa ấm bàn tay trước khi kẹp thiết bị đo SpO2

- Để cố định bàn tay lên trên mặt bàn

- Khi đo cố gắng không cử động trong vòng 1 phút để kết quả được chính xác hơn

Yếu tố ảnh hưởng tới độ chính xác của máy đo SpO2:

- Người bệnh bị lạnh, huyết áp thấp

- Người bệnh cử động nhiều.

- Đo ở môi trường có ánh sáng chiếu trực tiếp

- Người được đo SpO2 có sơn móng tay.

(Theo KHPTO)

MÓN ĂN, BÀI THUỐC DỪNG CHO NGƯỜI VIÊM MŨI DỊ ỨNG

Viêm mũi dị ứng được y học cổ truyền bàn đến từ rất sớm thuộc chứng tỵ cừu (chảy nước mũi), tỵ tắc (ngạt mũi).

Nguyên nhân chủ yếu là do phong tà gây nên trên cơ sở hệ miễn dịch suy yếu vì nhiều lý do khác nhau.

1. Ngừa viêm mũi dị ứng, tắc mũi, hắt hơi, chảy nước mũi, dễ đổ mồ hôi, thể chất hư nhược, mệt mỏi...

Thành phần: Chim bồ câu 1 con, hoàng kỳ 60g, tân di 9g, bạch truật 9g, đại táo 12g, gừng tươi và gia vị vừa đủ.

Cách dùng: Chim bồ câu làm thịt, bỏ ruột, chặt miếng. Tân di gói trong túi vải. Đại táo bỏ hạt. Các vị thuốc còn lại rửa sạch thái phiến. Tất cả cho vào nồi hầm kỹ chừng 60 phút, chế thêm gia vị, ăn thịt chim, uống nước thuốc.

Công dụng: Bổ khí ích biểu, thông mũi.

2. Ngừa viêm mũi dị ứng, đau đầu, đau cổ gáy, hắt hơi, sổ mũi, ngạt mũi

Thành phần: Đầu cá 2 cái (chùng 150g), tân di 12g, tế tân 3g, bạch chỉ 12g, gừng tươi 15g.

Cách dùng: Đầu cá bỏ mang làm sạch, tân di gói vào túi vải, tế tân và bạch chỉ rửa sạch, gừng tươi thái chỉ. Tất cả cho vào nồi,

đổ vừa nước, ninh kỹ trong 2 giờ rồi chế thêm gia vị, ăn đầu cá uống nước canh trong ngày.

Công dụng: Khử phong tán hàn, thông mũi.

3. Ngừa viêm mũi dị ứng, ngạt mũi, hắt hơi, chảy nước mũi, miệng khô họng khát, cảm giác sốt nóng về chiều, đại tiện táo, tiểu tiện sền dờ...

Thành phần: Éch 2-3 con, tây dương sâm 15g, bách bộ 30g, ma hoàng 3g.

Cách dùng: Tây dương sâm thái phiến, éch làm sạch bỏ nội tạng, bách bộ và ma hoàng rửa sạch. Tất cả cho vào nồi, đổ vừa nước, hầm kỹ chừng 2 giờ rồi cho thêm gia vị, chia ăn vài lần trong ngày.

Công dụng: Dưỡng phế âm, thông tị khiếu.

4. Ngừa viêm mũi dị ứng với biểu hiện chảy nước mũi trong, hắt hơi nhiều, ngạt mũi

Thành phần: Thịt bò 90g, tỏi tươi 60g, rau thơm tươi 15g, gạo tẻ 60g, gia vị vừa đủ.

Cách dùng: Thịt bò rửa sạch thái miếng, tỏi bóc vỏ đập giập, rau thơm thái nhỏ. Gạo tẻ vo sạch cho vào nồi ninh thành cháo, khi chín cho thịt bò và tỏi vào đun sôi một lát là được, bỏ rau thơm và chế đủ gia vị, ăn

nóng trong ngày.

Công dụng: Khu phong trừ hàn, giảm xuất tiết, thông mũi.

(Theo SKDS)

KINH TẾ & THÔNG TIN THỊ TRƯỜNG

ĐẨY MẠNH CHUYỂN ĐỔI SỐ, PHÁT TRIỂN KINH TẾ SỐ

Chủ trương đẩy mạnh chuyển đổi số, phát triển kinh tế số là một trong những biểu hiện cụ thể thể hiện ý chí, khát vọng phát triển đất nước. Đây chính là mục tiêu, ý nghĩa của việc đẩy mạnh chuyển đổi số, phát triển kinh tế số ở nước ta; là lý do để Đại hội XIII của Đảng vừa qua đặc biệt nhấn mạnh chủ trương chuyển đổi số, phát triển kinh tế số trong các văn kiện Đại hội.

Trong thời gian tới, để thực hiện có kết quả các chủ trương, nhiệm vụ về chuyển đổi số, phát triển kinh tế số trong văn kiện Đại hội XIII của Đảng, cần tập trung giải quyết một số nội dung sau:

Thứ nhất, chuyển đổi và nâng cao nhận thức về chuyển đổi số, phát triển kinh tế số trong toàn xã hội

Đẩy mạnh công tác quảng bá,

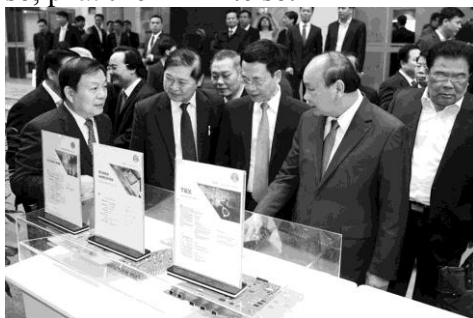
tuyên truyền, vận động trong toàn xã hội, trên các phương tiện thông tin đại chúng, ở các cấp, các ngành, các cơ quan, đơn vị về ý nghĩa, tầm quan trọng, về nội dung chuyển đổi số để tạo được sự chuyển đổi mạnh mẽ về nhận thức, nâng cao nhận thức, hiểu biết về chuyển đổi số trong mọi thành viên xã hội... Sự thiếu hiểu biết, thiếu chuẩn bị, thiếu sẵn sàng của các thành viên, các tổ chức xã hội sẽ là trở ngại cho chuyển đổi số, phát triển kinh tế số. Bởi vậy, việc chuyển đổi nhận thức, nâng cao nhận thức, hiểu biết về công nghệ số, chuyển đổi số trong các thành viên xã hội để mỗi thành viên xã hội có sự chuẩn bị về tâm lý, về điều kiện, kỹ năng cần thiết để có thể chủ động, tích cực tham gia, có thể thích ứng với chuyển đổi số là yêu cầu đầu tiên, rất quan trọng để thực hiện thắng lợi việc chuyển đổi số, phát triển kinh tế số của đất nước...

Thứ hai, xây dựng, hoàn thiện thể chế tạo khung khổ pháp luật, điều kiện thuận lợi, tạo động lực đẩy mạnh việc chuyển đổi số, phát triển kinh tế số

Rà soát, nghiên cứu, sửa đổi bổ sung hệ thống văn bản quy định pháp luật về công nghệ

thông tin và truyền thông, về doanh nghiệp, đầu tư, kinh doanh theo hướng khuyến khích, thúc đẩy đổi mới sáng tạo, phát triển sản phẩm, giải pháp, dịch vụ, mô hình kinh doanh mới dựa trên công nghệ số, Internet và không gian mạng.

Xây dựng cơ chế quản lý phù hợp với môi trường kinh doanh số, đáp ứng yêu cầu quản lý, điều chỉnh các mối quan hệ mới phát sinh trong quá trình chuyển đổi số, phát triển kinh tế số.



Thủ tướng Nguyễn Xuân Phúc thăm nơi trưng bày sản phẩm 5G của Viettel. Ảnh VGP

Xây dựng hành lang pháp lý cho định danh số và xác thực điện tử quốc gia; thiết lập khung danh tính số quốc gia. Hoàn thiện luật pháp, chính sách về xây dựng, quản lý và kết nối, khai thác các cơ sở dữ liệu; luật pháp, chính sách về bảo vệ quyền sở hữu trí tuệ cho các công nghệ mới, sản phẩm mới; luật pháp, chính sách

tài chính, tiền tệ nhằm khuyến khích, huy động các nguồn lực xã hội vào các hoạt động nghiên cứu phát triển, ứng dụng công nghệ số vào sản xuất kinh doanh và quản lý sản xuất kinh doanh, ...

Thứ ba, xây dựng, phát triển hạ tầng số

Phát triển hệ thống hạ tầng số quốc gia đồng bộ, rộng khắp tới mọi vùng, miền, địa phương, mọi doanh nghiệp, cơ quan, tổ chức, mọi hộ gia đình; đảm bảo đáp ứng yêu cầu kết nối, lưu trữ, xử lý dữ liệu, thông tin, các chức năng về giám sát, bảo đảm an ninh, an toàn mạng. Xây dựng, phát triển hạ tầng băng thông rộng chất lượng cao trên toàn quốc, nhất là ở các thành phố lớn, các trung tâm công nghiệp, dịch vụ, văn hóa, khoa học công nghệ, giáo dục đào tạo. Nâng cấp mạng di động 4G, phát triển mạng di động 5G. Mở rộng kết nối Internet trong nước, kết nối Internet khu vực và quốc tế; chuyển đổi toàn bộ mạng Internet Việt Nam sang ứng dụng giao thức Internet thế hệ mới. Phát triển hạ tầng kết nối Internet vạn vật, triển khai việc tích hợp cảm biến và ứng dụng công nghệ số vào hệ thống hạ tầng giao thông, điện, nước, quản lý đô thị. Xây dựng và phát triển

đồng bộ hệ thống cơ sở dữ liệu quốc gia kết nối đồng bộ, thống nhất; hình thành hệ thống dữ liệu tin cậy, ổn định của Nhà nước, các cấp, các ngành, các địa phương và doanh nghiệp. Xây dựng hệ hồng điện toán có năng lực đủ mạnh để xử lý, phân tích dữ liệu. Xây dựng hệ thống hạ tầng thanh toán số quốc gia đồng bộ, thống nhất để thúc đẩy việc thanh toán không dùng tiền mặt, đáp ứng yêu cầu thanh toán của người dân và doanh nghiệp;...

Thứ tư, thúc đẩy chuyển đổi số trong các doanh nghiệp, phát triển các nền tảng số trong các ngành, lĩnh vực kinh tế

Phát triển, phát huy vai trò của các doanh nghiệp công nghệ thông tin đã khẳng định được thương hiệu đi đầu trong nghiên cứu, phát triển, làm chủ công nghệ số và phối hợp, hỗ trợ các doanh nghiệp trong các ngành, lĩnh vực kinh tế truyền thống, nhất là các doanh nghiệp nhỏ và vừa, chuyển đổi số, phát triển kinh tế số. Tạo lập môi trường thuận lợi, khuyến khích, hỗ trợ các doanh nghiệp khởi nghiệp đổi mới, sáng tạo về công nghệ số và ứng dụng công nghệ số để tạo ra các sản phẩm, dịch vụ mới trong các ngành, lĩnh vực kinh tế - xã

hội. Khuyến khích, hỗ trợ các doanh nghiệp chuyển từ gia công, lắp ráp sang thiết kế, chế tạo sản phẩm trên cơ sở nghiên cứu phát triển, làm chủ công nghệ, nhất là công nghệ số trong sản xuất và quản lý sản xuất, sản xuất thông minh, cung cấp cấp sản phẩm, dịch vụ trên nền tảng công nghệ số...

Thứ năm, phát triển, nâng cao tiềm lực khoa học công nghệ, chất lượng nguồn nhân lực, năng lực đổi mới sáng tạo quốc gia

Đổi mới cơ chế, chính sách quản lý khoa học công nghệ, khuyến khích, huy động mạnh mẽ các nguồn lực đầu tư cho nghiên cứu phát triển, ứng dụng tiên bộ khoa học công nghệ. Tăng mức đầu tư nhà nước và nâng cao hiệu quả đầu tư cho hoạt động nghiên cứu khoa học công nghệ trên cơ sở áp dụng mô hình quản trị mới theo thông lệ tốt của thế giới. Cơ cấu lại toàn diện hệ thống các cơ sở nghiên cứu khoa học và công nghệ công lập. Xây dựng các trung tâm đổi mới sáng tạo quốc gia, tập trung vào các công nghệ lõi của Cách mạng công nghệ lần thứ, nhất là công nghệ số theo hướng lấy doanh nghiệp làm trung tâm, các trường đại học, viện nghiên cứu là các chủ thể

nghiên cứu, chuyển giao công nghệ mạnh...

Đây mạnh đổi mới nội dung, chương trình giáo dục đào tạo theo hướng phát triển tư duy sáng tạo, thích ứng với môi trường khoa học công nghệ phát triển, thay đổi hết sức nhanh chóng; đưa vào chương trình giáo dục phổ thông các nội dung kỹ năng số. Đổi mới cách dạy và học trên cơ sở áp dụng công nghệ số, khuyến khích các mô hình giáo dục đào tạo mới dựa trên nền tảng số. Có cơ chế khuyến khích đối với các tổ chức, doanh nghiệp tham gia vào quá trình đào tạo về công nghệ số, phát triển và nâng cao chất lượng nguồn nhân lực đáp ứng yêu cầu ngày càng lớn, càng cao chuyển đổi số, phát triển kinh tế số của đất nước.... Thực hiện lộ trình phổ cập kỹ năng số, kỹ năng bảo đảm an toàn, an ninh thông tin cho người dân, nâng cao nhận thức, xây dựng văn hóa số trong cộng đồng.

(Theo tuyengiao.vn)

THỨC ĐẨY CHUYỂN ĐỔI SỐ KHU VỰC KINH TẾ TẬP THỂ

Chuyển đổi số trong lĩnh vực kinh tế tập thể, hợp tác xã (HTX) giúp nâng cao hiệu quả và minh

bạch hóa môi trường sản xuất, kinh doanh, tạo động lực thúc đẩy kinh tế hộ phát triển bền vững.

Theo thống kê, cả nước hiện có khoảng 26.000 HTX, tỷ lệ HTX hoạt động hiệu quả chiếm khoảng 54%. Riêng với Hà Nội, tỷ lệ này vào khoảng 65%. Đóng góp vào thành quả trên, có một phần quan trọng của việc ứng dụng khoa học kỹ thuật vào thực tiễn sản xuất - kinh doanh, trong đó có khía cạnh chuyển đổi số.

Mặc dù vậy, nghiên cứu mới đây của Trung tâm Khoa học công nghệ và môi trường (thuộc Liên minh HTX Việt Nam) cho thấy, quá trình chuyển đổi số diễn ra khá chậm trong khu vực kinh tế tập thể. Khảo sát 422 HTX tại 21 tỉnh, TP thuộc 7 vùng kinh tế hoạt động trong lĩnh vực thủ công mỹ nghệ mới đây cho thấy, chỉ có 45% tổng số HTX có ứng dụng công nghệ thông tin vào quy trình sản xuất - kinh doanh. Thực tế hiện nay, tại Hà Nội nói riêng, cả nước nói chung, các HTX đang cố gắng để từng bước chuyển đổi số trong công tác quản lý, điều hành hoạt động sản xuất. Đơn cử như: Tự trị động, truy xuất nguồn gốc nông sản, thực phẩm, phun thuốc bảo vệ thực vật bằng máy bay không người lái, thương mại

điện tử... Nhưng tất cả mới dừng ở bước đầu, ứng dụng công nghệ giản đơn.

Nhiều chuyên gia cho rằng, nguyên nhân khiến chuyển đổi số trong khu vực kinh tế tập thể, HTX còn hạn chế là bởi nguồn lực tài chính đầu tư vào đổi mới, ứng dụng khoa học, kỹ thuật còn thấp. Nhưng rào cản lớn hơn là trình độ chưa đáp ứng yêu cầu của một bộ phận cán bộ quản lý HTX cũng như năng lực khai thác thông tin, mức độ sẵn sàng ứng dụng và tiếp nhận đổi mới khoa học, kỹ thuật còn hạn chế. Để thúc đẩy quá trình chuyển đổi số trong các tổ chức, doanh nghiệp và khu vực kinh tế tập thể, hợp tác xã, Thủ tướng Chính phủ đã ban hành Quyết định số 749/QĐ-TTg phê duyệt Chương trình chuyển đổi số Quốc gia đến năm 2025, định hướng đến năm 2030.

Trên cơ sở Quyết định trên, thời gian qua, hệ thống Liên minh HTX Việt Nam đã phối hợp với các bộ ngành, địa phương huy động các nguồn lực từ Chương trình để triển khai các giải pháp thúc đẩy chuyển đổi số. Đề án ứng dụng công nghệ thông tin trong quản lý, điều hành hoạt động của các HTX cũng đang

được triển khai đến Liên minh HTX các tỉnh, TP.

Để đạt được mục tiêu chuyển đổi số trong khu vực kinh tế tập thể, Liên minh HTX Việt Nam đề nghị UBND các tỉnh, TP tập trung huy động nguồn lực để hỗ trợ các HTX. Tổ chức học hỏi mô hình ứng dụng khoa học, kỹ thuật tiên tiến vào sản xuất - kinh doanh. Đồng thời, khuyến khích huy động nguồn lực xã hội hóa để đổi mới công nghệ, thúc đẩy quá trình chuyển đổi số trong các HTX.

(Theo KINHTEDOI)

VĂN HÓA - GIÁO DỤC

CHUYỂN ĐỔI SỐ VÀ GIÁO DỤC ĐẠI HỌC: KHI THÁCH THỨC LÀ CƠ HỘI

Ngày 10/9/2021, Viện Quốc tế Pháp ngữ (IFI), Đại học Quốc gia Hà Nội (ĐHQGHN) phối hợp cùng Đại học Kỹ thuật Ostrava (CH Séc), Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2, Trường Đại học Hạ Long, Viện Chính sách và Quản lý (Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, ĐHQGHN) đồng tổ chức hội thảo trực tuyến quốc tế “Chuyển đổi số và giáo dục đại

học: khi thách thức là cơ hội”.

Cuộc cách mạng công nghiệp lần thứ tư, trong đó chuyển đổi số đóng vai trò trung tâm, đang tác động sâu sắc đến mọi mặt của đời sống kinh tế - xã hội toàn nhân loại. Vì thế, giáo dục đại học phải thay đổi căn bản để đáp ứng yêu cầu của thời đại. Đại dịch Covid-19 được xem là một yếu tố làm tăng tốc quá trình chuyển đổi này. Đại dịch Covid-19 đã có tác động chưa từng có đối với giáo dục đại học trên toàn thế giới trong hai năm qua (các trường đại học buộc phải đóng cửa, việc dạy và học chuyển sang hình thức trực tuyến, giáo viên và sinh viên phải chuyển đổi và thích ứng với việc sử dụng công nghệ...).

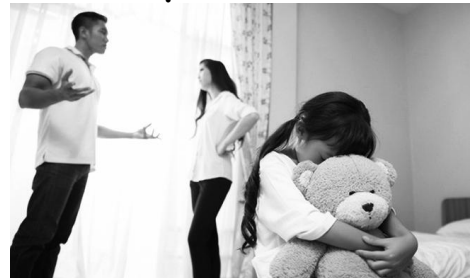
Phát biểu khai mạc hội thảo, Viện trưởng IFI Ngô Tự Lập cho biết, cuộc cách mạng công nghiệp lần thứ tư, trong đó chuyển đổi số đóng vai trò trung tâm đang tác động sâu sắc đến mọi mặt của đời sống kinh tế - xã hội toàn nhân loại. Vì thế, giáo dục đại học phải thay đổi căn bản để đáp ứng yêu cầu của thời đại.

Tại phiên thảo luận, hội thảo nhận được nhiều ý kiến trao đổi và phản hồi tích cực từ các

chuyên gia về thực trạng chuyển đổi số của giáo dục đại học trong nước cũng như trên thế giới. Hội thảo đã mang đến những góc nhìn và những kết nối mới có giá trị, từ đó hình thành những ý tưởng giúp các cơ sở đào tạo trong cả nước từng bước chuyển đổi số trong nhà trường, tiến tới trở thành đại học thông minh. Có thể khẳng định, hội thảo là dịp để các nhà quản lý, nhà khoa học, nhà giáo, doanh nghiệp phát triển công nghệ... cùng nhận diện những thách thức và cơ hội của giáo dục đại học trong thời đại số, góp phần đưa ra những đề xuất về chính sách phát triển giáo dục đại học tại Việt Nam.

(Theo vjst.vn)

TÁC HẠI KHÔN LƯỜNG KHI CHA MẸ ĐÁNH, CẢI NHAU TRƯỚC MẶT CON



*Cha mẹ đánh, cãi nhau trước mặt con
cái khiến trẻ bị tổn thương nghiêm
trọng. Ảnh minh họa*

Hầu hết các bậc cha mẹ đều nhận thức được rằng không nên đánh, cãi nhau, đặc biệt là trước mặt con cái. Nhưng khi nảy sinh mâu thuẫn, theo bản năng, họ rất khó có thể kiềm chế cảm xúc để giải quyết vấn đề một cách êm thấm, trong hòa bình.

Cha mẹ cãi vã, đánh nhau thì con trẻ là người tổn thương nhất

Theo bà Nguyễn Phương Linh - Viện trưởng Viện Nghiên cứu quản lý phát triển bền vững (MSD):

Việc bố mẹ cãi vã, đánh nhau trước mặt trẻ em được xem như một hình thức bạo lực gia đình và chắc chắn điều này ảnh hưởng rất nghiêm trọng tới trẻ em.

Thứ nhất, việc bố mẹ đánh, cãi nhau sẽ để lại những tổn thương tâm lý đối với trẻ. Trong suy nghĩ của trẻ em, gia đình vốn dĩ là mái ấm, là nơi bình yên, việc phải chứng kiến bố mẹ đánh, cãi nhau sẽ phá vỡ niềm tin tốt đẹp này của trẻ. Khi bức tức, chúng ta rất khó kiểm soát lời nói và hành động của mình. Những hành vi bạo lực, những lời nói tiêu cực của bố mẹ dành cho nhau ít nhiều sẽ tạo ra nỗi sợ hãi, bất an ở trẻ, thậm chí ghi vào trong trí nhớ, kí ức của trẻ, gây ra những tổn thương tâm lý lâu dài. Có những tổn thương

tâm lý ở trẻ phải mất rất nhiều thời gian để chữa lành, và cũng có những vết thương sẽ theo trẻ đến tận khi trưởng thành.

Thứ hai, mâu thuẫn có thể là không tránh khỏi nhưng cách giải quyết vấn đề bằng bạo lực là hoàn toàn không phù hợp trong môi trường gia đình. Việc thường xuyên chứng kiến cảnh cha mẹ đánh mắng, cãi vã để giải quyết mâu thuẫn sẽ khiến trẻ tin rằng sử dụng bạo lực, chửi mắng là cách để giải quyết vấn đề hoặc để đạt được điều mình muốn. Trẻ sẽ học theo những hành động, lời nói của bố mẹ, dẫn đến việc trẻ sẽ sử dụng bạo lực hoặc những lời lẽ không phù hợp trong cách ứng xử để giải quyết vấn đề với những người xung quanh.

Thứ ba, sự bất hòa giữa bố mẹ sẽ tác động tiêu cực tới môi trường gia đình, giữa bố mẹ với nhau và giữa bố mẹ với các con. Bố mẹ thường xuyên đánh nhau, cãi vã sẽ rất khó để tìm được tiếng nói chung trong việc nuôi dạy, chăm sóc con cái; đồng thời khiến trẻ thu mình lại, ít trò chuyện, tương tác với bố mẹ hơn.

Ngoài ra, bố mẹ thường xuyên đánh, cãi nhau cũng sẽ có xu hướng sử dụng các hình thức đánh, mắng, phạt, so sánh,... đối

với con cái, điều này sẽ tăng thêm những tổn thương không chỉ ở tâm lý mà còn cả thể chất ở trẻ em.

(*Theo baodansinh.vn*)

CÔNG NGHỆ THÔNG TIN

HỘI THI THIẾT BỊ ĐÀO TẠO TỰ LÀM TOÀN QUỐC LẦN THỨ VII, NĂM 2022 TẠI TỈNH BÀ RỊA – VŨNG TÀU

Theo công văn số 3652/LĐT BXH-TCGDNN ngày 22/8/2019 của Bộ Lao động – Thương binh và Xã hội về việc đăng cai tổ chức Hội thi thiết bị đào tạo tự làm toàn quốc lần thứ VII, năm 2022 và triển khai thực hiện Công văn số 9032/UBND-VP ngày 10/9/2019 của UBND tỉnh về việc đăng cai tổ chức Hội thi thiết bị đào tạo tự làm toàn quốc lần thứ VII, năm 2022 và Công văn số 6508/UBND-VP ngày 09/6/2021 của UBND tỉnh Chuẩn bị phối hợp triển khai tổ chức Hội thi thiết bị đào tạo tự làm toàn quốc lần thứ VII, năm 2022. Trên cơ sở đề nghị của Tổng cục Giáo dục nghề nghiệp - Bộ Lao động – Thương binh và Xã hội tại Công văn số 764/TCGDNN-CSVC ngày

20/4/2021 về việc phối hợp triển khai tổ chức Hội thi thiết bị đào tạo tự làm toàn quốc lần thứ VII, năm 2022, ngày 1/9/2021, UBND tỉnh ban hành Kế hoạch 131/KH-UBND về phối hợp tổ chức Hội thi thiết bị đào tạo tự làm toàn quốc lần thứ VII, năm 2022 tại tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu Hội thi nhằm xây dựng phong trào thi đua sáng tạo khoa học – kỹ thuật thành phong trào rộng lớn khắp cả nước cũng như trong từng cơ sở GDNN; qua đó nhằm phát huy tiềm năng trí tuệ, sự sáng tạo của đội ngũ cán bộ, nhà giáo, học sinh, sinh viên các cơ sở GDNN trong và ngoài tỉnh trong việc thiết kế, chế tạo thiết bị đào tạo góp phần nâng cao chất lượng GDNN.

Hội thi là cơ hội để các địa phương và các cơ sở GDNN trong cả nước trao đổi, học hỏi lẫn nhau về kinh nghiệm nghiên cứu, thiết kế, chế tạo thiết bị đào tạo có chất lượng cao, phù hợp với chương trình đào tạo và điều kiện thực tế của cơ sở.

Thông qua Hội thi là dịp để giới thiệu về tiềm năng, thế mạnh, các giá trị văn hóa du lịch đặc sắc, các danh lam, thắng cảnh của tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu, góp phần quảng bá hình ảnh và con người

Bà Rịa-Vũng Tàu đến với cả nước.

Với quy mô cấp quốc gia, Hội thi dự kiến diễn ra trong 01 tuần vào khoảng tháng 9-10/2022; địa điểm: Trường Cao đẳng Kỹ thuật Công nghệ Bà Rịa – Vũng Tàu (đường 3/2, phường 11, TP. Vũng Tàu).

Thành phần tham dự:

a) Lãnh đạo Trung ương và lãnh đạo các tỉnh, thành phố trực thuộc Trung ương (do Bộ Lao động – Thương binh và Xã hội mời); Lãnh đạo Thường trực Tỉnh ủy, HĐND tỉnh, UBND tỉnh Bà Rịa – Vũng Tàu; Đoàn dự thi của các tỉnh, thành phố trực thuộc trung ương; Các cơ quan thông tấn, báo chí và truyền hình trung ương.

b) Lãnh đạo địa phương (do Ban tổ chức địa phương đăng cai mời): Đại diện lãnh đạo Văn phòng Đoàn Đại biểu Quốc hội và Hội đồng Nhân dân tỉnh, Văn phòng Ủy ban Nhân dân tỉnh; Đại diện lãnh đạo các Sở, ban, ngành; UBND TP. Vũng Tàu; các tổ chức chính trị - xã hội, tổ chức xã hội nghề nghiệp địa phương; Đại diện lãnh đạo các cơ sở GDNN trên địa bàn; Các cơ quan thông tấn, báo chí và truyền hình địa phương.

Nội dung Hội thi: Thực hiện theo nội dung của Kế hoạch Hội thi thiết bị đào tạo tự làm toàn quốc lần thứ VII, năm 2022 do Bộ Lao động – Thương binh và Xã hội đã ban hành....

(Theo KH 131/KH-UBND)

KÊNH TRỰC TUYẾN HỖ TRỢ GIÁO DỤC TIỂU HỌC: GÓP PHẦN VÀO QUÁ TRÌNH CHUYỂN ĐỔI SỐ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

Ngày 15/9/2021, Đại học Quốc gia Hà Nội (ĐHQGHN) đã tổ chức Lễ ra mắt Kênh trực tuyến hỗ trợ giáo dục tiểu học. Đây là hệ thống hỗ trợ công tác dạy - học trực tuyến và trực tiếp cho giáo viên, phụ huynh và học sinh tiểu học vùng sâu, vùng xa, vùng khó khăn nói riêng và các địa phương cả nước nói chung với sự hỗ trợ nền tảng công nghệ thông tin của Tập đoàn Bru chính Viễn thông Việt Nam (VNPT), ĐHQGHN chịu trách nhiệm xây dựng nội dung chuyên môn.

Buổi lễ được tổ chức bằng hình thức trực tuyến trên nền tảng Zoom tại điểm cầu ĐHQGHN và điểm cầu trực tuyến các địa phương trên toàn quốc. Tham dự buổi lễ tại điểm cầu ĐHQGHN có GS.TS Nguyễn Thị Doan -

Nguyên Ủy viên Trung ương Đảng, Nguyên Phó Chủ tịch nước, Chủ tịch Hội Khuyến học Việt Nam; ông Ngô Diên Hy - Phó Tổng Giám đốc VNPT; ông Vũ Minh Đức - Cục trưởng Cục Nhà giáo và Cán bộ quản lý giáo dục, Bộ Giáo dục và Đào tạo; Ban Giám đốc ĐHQGHN, đại diện lãnh đạo Văn phòng, các ban chức năng và các đơn vị của ĐHQGHN; đại diện lãnh đạo UBND, sở giáo dục và đào tạo các tỉnh, thành phố tại điểm cầu trực tuyến ở các địa phương.

ĐHQGHN giao Trường Đại học Giáo dục là đơn vị đầu mối phụ trách nội dung chuyên môn của Kênh và kết nối với mạng lưới các cơ sở giáo dục. Sau khi ra mắt, Kênh trực tuyến hỗ trợ giáo dục tiểu học sẽ hoạt động thường xuyên, liên tục tại địa chỉ: <http://hotrotieuhoc.vnu.edu.vn>, ngay cả khi đại dịch Covid-19 được kiểm soát. Kênh hoạt động phi lợi nhuận và sẽ hỗ trợ trực tiếp, tương tác tức thời về giáo dục tiểu học cho giáo viên, học sinh, cán bộ quản lý, cha mẹ học sinh và cộng đồng, phù hợp với cấp tiểu học, theo chương trình giáo dục phổ thông mới, thông qua nhiều hoạt động khác nhau.

Tại Lễ ra mắt Kênh trực tuyến

hỗ trợ giáo dục tiểu học, ĐHQGHN chung tay cùng cả nước ủng hộ 1 tỷ đồng cho Quỹ "Sống và máy tính cho em" do Thủ tướng Chính phủ Phạm Minh Chính phát động nhằm góp phần giúp các học sinh nghèo, học sinh vùng khó khăn có điều kiện tiếp cận giáo dục một cách bình đẳng.

(Theo vjst.vn)

CẬP NHẬT CÁC THÔNG TIN MŨI TIÊM VACCINE TRÊN CÔNG THÔNG TIN TIÊM CHỦNG

Trước thông tin một số tỉnh, thành phố sẽ cấp thẻ xanh Covid cho người dân đủ điều kiện đi làm trở lại trong điều kiện đảm bảo phòng chống dịch Covid-19, nhiều người dân đã kiểm tra chứng nhận tiêm vaccine ngừa Covid (Màn hình màu xanh hoặc vàng đính mã QR-Code) trên Công thông tin tiêm chủng quốc gia, hoặc trong ứng dụng 'Sổ sức khỏe điện tử'.

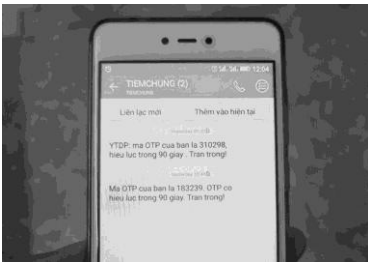
Tuy nhiên, nhiều người đã nhận được thông tin không như mong muốn, như chưa cập nhật mũi tiêm 1, hoặc 2, hoặc cả hai; hoặc sai thông tin cá nhân của người đã tiêm vaccine ngừa Covid-19... Người dân có thể gửi yêu cầu điều chỉnh các thông tin

liên quan.

Hiện nay, việc điều chỉnh thông tin chỉ thực hiện được trên trang web Cổng thông tin tiêm chủng quốc gia ở địa chỉ tiemchungcovid19.gov.vn, bấm nút màu vàng có hàng chữ ‘Phản ánh thông tin’.

Sau đó, người dân nhập đầy đủ các thông tin vào các ô trống có dấu sao (*) màu đỏ, tức là có thể bỏ qua ô ‘Địa chỉ hiện tại’ và ô ‘Số lô’ mà không cần điền thông tin vào.

Ngoài ra, người dân cần chọn rõ 1 trong 3 lựa chọn theo đúng với thực tế đã tiêm. Đó là: Tôi đã tiêm mũi 1 nhưng chưa có chứng nhận tiêm, Tôi đã tiêm mũi 2 nhưng chỉ có chứng nhận tiêm mũi 1, Tôi đã tiêm cả 2 mũi nhưng chưa có chứng nhận tiêm mũi 1 và mũi 2.



Riêng ô ‘Địa điểm tiêm’ là một danh sách lựa chọn rất dài nên có thể sẽ khiến bạn mất nhiều thời gian để tìm. Thay vào đó, bạn có thể gõ một vài từ có liên

quan đến nơi đã tiêm, như tên bệnh viện (ví dụ: gõ Hùng Vương để thấy tất cả các cơ sở y tế có chữ Hùng Vương, từ đó chọn đúng nơi đã tiêm). Trong trường hợp vẫn không tìm thấy nơi đã tiêm, bạn chọn ‘Khác’.

Đối với các ô ‘Ngày sinh’, bạn gõ chính xác với ký tự ngăn cách là dấu gạch chéo (/). Ngoài ra, bạn cũng có thể chọn ngày, tháng, năm sinh trong bảng lịch thay cho việc gõ: bạn bấm vào biểu tượng tờ lịch ở cuối ô ‘Ngày sinh’, rồi bấm ô Năm để chọn năm sinh, rồi chọn tiếp tháng sinh và ngày sinh hiện ra sau đó.

Ở phần ‘Đính kèm thông tin chứng nhận tiêm chủng’, bạn cần chụp hình giấy xác nhận đã tiêm nhưng chưa được cập nhật (có thể chỉ là mũi 1, mũi 2, hoặc cả 2 mũi) bằng điện thoại, rồi gửi vào máy tính đang thực hiện gửi yêu cầu điều chỉnh thông tin (bạn có thể gửi từ smartphone, hoặc qua email, Zalo, tin nhắn Facebook, hay Bluetooth... để lấy trên máy tính).

Khi đã có hình chụp giấy chứng nhận mũi tiêm trong máy tính, bạn bấm chuột vào nút bấm mũi tên màu trắng trên hình đám mây màu xanh để chọn lần lượt từng hình; tối đa chỉ chọn được 2

hình đối với trường hợp cả 2 mũi tiêm đều chưa được hệ thống cập nhật.

Sau đó, bạn nhập 4 chữ số thấy được ở sau ô ‘Mã xác nhận’ vào ô này. Nếu không thấy rõ 4 chữ số, bạn hãy bấm nút 2 mũi tên để thấy 4 chữ số khác.

Cuối cùng, bạn bấm nút ‘Gửi phản hồi’. Khi đó, bạn có thể sẽ gặp 1 trong 3 trường hợp:

Một là, thông báo ‘Sai mã bảo mật’ hoặc một ô thông tin nào đó chưa được điền (còn bỏ trống) hiện ra. Bạn hãy kiểm tra rồi nhập lại, rồi bấm lại nút ‘Gửi phản hồi’.

Hai là, thông báo ‘Hệ thống đang quá tải’ hiện ra. Với thông báo này, bạn chờ vài phút sau, rồi bấm nút 2 mũi tên ở ô ‘Mã xác nhận’, rồi nhập lại 4 chữ vào ô đó, rồi bấm nút ‘Gửi phản hồi’. Còn nếu bạn bấm lại nút ‘Gửi phản hồi’ sau vài phút chờ mà không nhập lại 4 chữ số vào ô mã xác nhận thì sẽ thấy thông báo ‘Sai mã xác nhận’. Trong những ngày qua, số người truy cập vào trang web này và gửi yêu cầu điều chỉnh thông tin tiêm vaccine ngừa Covid-19 quá nhiều nên hệ thống có thể thường hiện ra thông báo ‘Hệ thống đang quá tải’.

Ba là, thông báo chờ nhập 6

chữ số hiện ra. Khi đó, bạn kiểm tra điện thoại dùng số đã điền ở ô ‘Số điện thoại’ để xem tin nhắn OTP có 6 chữ số được gửi từ “TiemChung”, rồi nhập 6 chữ số đó vào 6 ô trống, rồi bấm nút ‘Gửi ở thông báo’.

Nếu bạn thực hiện đúng và gửi hình ảnh chụp giấy chứng nhận tiêm vaccine ngừa Covid-19 rõ nét thì việc cập nhật chỉ mất khoảng từ 1 - 2 ngày.

(Theo KHPTO)

THÔNG TIN CHUYÊN GIA VÀ SẢN PHẨM CÔNG NGHỆ

ROBOT NHỎ CHĂM SÓC CÂY TRỒNG THEO HƯỚNG BẦY ĐÀN

Để có thể tự động hóa hoàn toàn công việc canh tác trên cánh đồng, Nhà phát minh và kỹ sư David Dorhout từ Des Moines, Iowa đã phát triển hệ thống robot chăm sóc cây trồng theo hướng bầy đàn, ứng dụng Trí tuệ Nhân tạo (AI) có thể độc lập hoạt động và giao tiếp với nhau.

Gieo hạt, bón phân, trồng trọt, diệt cỏ, thu hoạch... hàng chục chiếc máy nông nghiệp thông minh có thể thực hiện toàn bộ công việc trên một cánh đồng

hoàn toàn độc lập.

Kỹ sư David Dorhout phát minh ra Agrirobot sáu chân “Prospero”. Máy trồng và chăm sóc cây tự động siêu nhỏ này chỉ lớn hơn quả bóng rổ một chút nhưng có thể thực hiện những điều kỳ diệu. Những chi nhôm nhỏ của robot dễ dàng cơ động trên mọi bề mặt cánh đồng. Trên cánh đồng, khi phát hiện không gian trống, robot sẽ khoan một lỗ xuống đất và đặt một hạt giống. Tiếp theo, Prospero đánh dấu vị trí bằng một bình xịt và lại tiếp tục di chuyển theo lộ trình được lập trình trong vùng canh tác.

Theo ý tưởng của Dorhout, một bầy robot nông nghiệp nhỏ sẽ làm việc trên cánh đồng và giao tiếp với nhau tương tự như kiến. Những robot của Dorhout sử dụng tín hiệu hồng ngoại để dẫn dắt bầy đàn đến khu vực canh tác, gieo hạt hoặc chăm sóc cây trồng.



Nhà phát minh, kỹ sư David Dorhout từ Des Moines, Iowa với một robot gieo trồng, chăm sóc ngô.

Tùy thuộc vào yêu cầu công việc, những mô-đun khác nhau như cảm biến, thiết bị phun hoặc máy thao tác có thể được hoán đổi dễ dàng. Viện nghiên cứu ở Wageningen cũng phát triển một hệ thống cảm biến tinh vi: Những camera đặc biệt tạo ra hình ảnh ba chiều về môi trường xung quanh, cho phép robot phân biệt trái cây với lá cây.

Bên cạnh những mô-đun máy thao tác đã được kiểm chứng và thử nghiệm, một số mô-đun đặc biệt khác cũng đang được nghiên cứu chế tạo như cảm biến xác định độ chín của nho bằng ánh sáng huỳnh quang. Nhờ công cụ này, robot có thể thu hoạch trong vườn nho và vườn cây ăn quả.

Ngoài việc tăng năng suất và giảm chi phí nuôi trồng, robot khiến nhà nông hiểu rõ hơn về sự phát triển của cây trồng và tình trạng thực địa. Một robot canh tác có thể đi đến hàng trăm địa điểm lấy mẫu mỗi ngày, tự động thu thập và lưu trữ dữ liệu quan trọng: tốc độ tăng trưởng cây trồng, tình trạng dinh dưỡng, thời tiết, chỉ số diện tích lá và có thể thực hiện những phép đo hằng ngày

(Theokhoahocdoisong.vn)

KHAI THÁC MẬT DỪA

NƯỚC TẠO RA NHIỀU SẢN PHẨM CÓ GIÁ TRỊ

Dự án "Mật dừa nước và sản phẩm có giá trị từ dừa nước" do kỹ sư Phan Minh Tiến chủ trì đã đạt giải nhì cuộc thi "Dự án khởi nghiệp sáng tạo thanh niên nông thôn 2019", do Trung tâm Nghiên cứu kinh doanh và hỗ trợ doanh nghiệp kết hợp cùng Ban Thanh niên nông thôn Trung ương Đoàn tổ chức.



Nhiều sản phẩm từ mật dừa nước.

Anh Phan Minh Tiến cho biết một buồng dừa nước bán cho các vừa chỉ khoảng 20.000 đồng, trong khi mật dừa nước tạo ra giá trị gấp 20 lần. Tuy nhiên, để lấy được mật cần phải biết cách "mát-xa" ngay cuống buồng dừa nên anh đã đứng ra hướng dẫn cho người dân cách lấy mật dừa nước. Do bán được mật dừa nước với giá cao nên nhiều người không còn ý định chặt bỏ loại cây này mà cố công chăm sóc, giữ gìn để có thêm nguồn thu nhập.

Kỹ sư Phan Minh Tiến tốt nghiệp Khoa Công nghệ hóa Trường Đại học Bách khoa TP HCM, nhờ có kiến thức ngành hóa nên anh đã tạo sản phẩm hoàn toàn thiên nhiên từ mật dừa nước, không có chất bảo quản, rất tốt cho sức khỏe. Sản phẩm có chỉ số đường thấp phù hợp cho người ăn kiêng, tiểu đường và nhiều khoáng chất, vitamin, hợp chất chống oxy hóa.

Hiện tại, hai mặt hàng chủ lực mang nhãn hiệu "Dừa nước ông Sáu" là mật dừa nước tinh chất (dùng để uống như nước giải khát) và mật dừa nước cô đặc (thay thế đường) của kỹ sư Phan Minh Tiến đã có mặt tại nhiều siêu thị, cửa hàng, sàn thương mại điện tử.

(Theo nld.com.vn)

THUỐC THẢO MỘC TRỪ ỐC BƯƠU VÀNG

TICTACK 13,2 BR được sản xuất từ nguồn thảo mộc trong nước, có hiệu quả cao trừ ốc bươu vàng, ít độc với cá và môi trường.

Chi tiết liên hệ: Viện Bảo vệ thực vật

Đông Ngạc, Từ Liêm, Hà Nội.

ĐT: 024 38362394/024 37520621.

(Theo vaas.vn)

HỎI – ĐÁP

Hỏi: *Xin cho hỏi làm sao để tiết kiệm chi phí thực phẩm khi ngân sách eo hẹp?*

Trả lời: Bạn vẫn sẽ có được bữa ăn đủ chất cho gia đình mà vẫn tiết kiệm được chi phí mua thức ăn khi túi tiền eo hẹp.

1. Nấu nước dùng rồi chia nhỏ trữ trong tủ đông, có thể lấy ra bất cứ khi nào cần mà không cần phải mua các sản phẩm bán sẵn.

3. Cắt bỏ hoàn toàn ăn ngoài, bạn sẽ mất một chút thời gian để chuẩn bị bữa ăn nhưng lại tiết kiệm được khá nhiều tiền.

4. Đi siêu thị trực tuyến bạn sẽ biết rõ mình có bao nhiêu đồ trong giỏ hàng và số tiền phải trả ngay lập tức, từ đó dễ dàng điều chỉnh, thêm bớt để phù hợp với ngân sách.

5. Mua sắm số lượng lớn với những mặt hàng phù hợp, có thể bảo quản được lâu.

6. Bạn có thể sử dụng thẻ tín dụng khi đi siêu thị để nhận lại phần thưởng, xây dựng điểm tín dụng tốt.

7. Luôn mang theo một chai nước có thể tái sử dụng giúp bạn không phải tốn tiền cho nước đóng chai.

8. Lập kế hoạch bữa ăn trước khi mua sắm. Việc làm này giúp đưa tất cả đồ ăn thừa còn trong tủ lạnh vào thực đơn, bạn sẽ chỉ mua thêm những thứ mình cần, tránh lãng phí thực phẩm.

9. Lưu trữ thực phẩm trong tủ lạnh một cách khôn ngoan bằng cách di chuyển món đồ cũ ra trước, đặt những thứ mới mua có hạn sử dụng lâu hơn vào phía sau. Tránh được tình trạng chúng hết hạn phải bỏ đi.

10. Chỉ nấu những gì bạn cần, chuẩn bị lượng ăn phù hợp để luôn sử dụng hết.

11. Nếu vẫn còn thừa đồ ăn thì bạn nên đông lạnh chúng, nhớ ghi chú rõ ngày tháng trước khi cho vào tủ đông.

12. Đông lạnh đồ uống thừa là việc bạn hoàn toàn có thể làm để giảm tiền chi tiêu. Cà phê, sữa, nước trái cây uống không hết, bạn hãy trữ chúng vào khay rồi đông lạnh, lúc cần sử dụng thì lấy ra đợi đá tan là được.

13. Bạn đừng bỏ đi rác thải nhà bếp, chẳng hạn như vỏ trứng, bã cà phê, vỏ trái cây, cuống rau già. Hãy biến chúng thành nguyên liệu bổ dưỡng cho rau và cây trồng rất tốt, lại không phải chi tiền mua phân bón

(Theo vietnamnet.vn)