VẤN ĐỀ VÀ SỰ KIỆN

CHỈ THỊ VỀ VIỆC TỔ CHỨC VUI XUÂN, ĐÓN TẾT TÂN SỬU 2021

Để chuẩn bị tốt các điều kiện phục vụ nhân dân đón mừng năm mới 2021, Ủy viên Bộ Chính trị, Thường trực Ban Bí thư Trần Quốc Vượng vừa ký ban hành Chỉ thị số 48-CT/TW về việc tổ chức vui xuân, đón Tết Nguyên đán Tân Sửu.

Ban Bí thư yêu cầu, tổ chức đón Tết lành mạnh, an toàn, tiết kiệm, tạo khí thế phấn khởi ngay từ năm đầu thực hiện Nghị quyết Đại hội XIII của Đảng và nghị quyết đại hội đảng bộ các cấp, hướng tới tổ chức thành công cuộc bầu cử đại biểu Quốc hội khoá XV và đại biểu Hội đồng nhân dân các cấp nhiệm kỳ 2021 – 2026.

Ban Bí thư yêu cầu các cấp uỷ, tổ chức đảng, chính quyền, Mặt trận Tổ quốc và các đoàn thể chính trị - xã hội các cấp tập trung lãnh đạo, chỉ đạo và tổ chức thực hiện tốt một số nhiệm vụ trọng tâm sau:

Thực hiện nghiêm túc các quy định về phòng, chống dịch Covid-19, tuyệt đối không chủ quan, mất cảnh giác với các nguy cơ dịch bệnh; đề cao trách nhiệm người đứng đầu, sẵn sàng ứng phó, chỉ đạo quyết liệt, đồng bộ, hiệu quả các biện pháp phòng, chống dịch Covid-19 trong các tổ chức, cơ quan, đơn vị, địa phương, doanh nghiệp và cộng đồng. Đồng thời, đẩy mạnh các hoạt động sản xuất, kinh doanh, phát triển kinh tế - xã hội, bảo đảm quốc phòng, an ninh, phấn đấu đạt mức cao nhất các mục tiêu, chỉ tiêu chương trình, kế hoạch năm 2021.

Các tổ chức, cơ quan, đơn vị, địa phương có kế hoạch cụ thể, bố trí cán bộ, nhân viên thực hiện nghiêm chế độ trực tết, xử lý, giải quyết kịp thời, hiệu quả mọi công việc, tình huống phát sinh, thực hiện nghiêm chế độ thông tin, báo cáo trong dịp nghỉ Tết; không để ảnh hưởng đến đời sống và hoạt động sản xuất, kinh doanh của nhân dân và doanh nghiệp.

Phát huy truyền thống văn hoá đoàn kết, "tương thân,

tương ái" của dân tộc, quan tâm thực hiện tốt các chính sách an sinh xã hội, chăm lo đời sống vật chất và tinh thần của nhân dân trong dịp Tết, bảo đảm mọi nhà, mọi người đều được vui xuân, đón Tết. Đặc biệt, quan tâm chăm lo các gia đình chính sách, người có công với cách mạng, người có hoàn cảnh khó khăn; hộ nghèo, đồng bào vùng bị thiệt hại do thiên tai, dịch bệnh, vùng sâu, vùng xa, biên giới, hải đảo, vùng dân tộc thiểu số, miền núi; công nhân, người lao động làm việc tại các khu công nghiệp, khu chế xuất, cụm công nghiệp...

Thực hiện tốt công tác quản lý và tổ chức lễ hội theo đúng tinh thần Chỉ thị số 41 của Ban Bí thư khoá XI, bảo đảm các hoạt động văn hoá, thể thao, vui xuân, kỷ niệm ngày truyền thống, hội nghị tổng kết năm, tết trồng cây… thiết thực, an toàn, tiết kiệm, phù hợp với nếp sống văn minh, truyền thống văn hoá tốt đẹp của dân tộc và phong tục, tập quán của từng địa phương, gắn với việc thực hiện nghiêm các quy định về phòng, chống dịch Covid-19. Việc tổ chức bắn pháo hoa chào mừng năm mới 2021 và Tết Nguyên đán Tân Sửu phải phù hợp với điều kiện, khả năng của từng địa phương, bảo đảm tiết kiệm, tuyệt đối an toàn và không sử dụng ngân sách nhà nước.

Tiếp tục thực hiện nghiêm Quy định số 08 của Ban Chấp hành Trung ương Đảng khoá XII về trách nhiệm nêu gương của cán bộ, đảng viên, trước hết là Uỷ viên Bộ Chính trị, Uỷ viên Ban Bí thư, Uỷ viên Ban Chấp hành Trung ương. Không tổ chức đi thăm, chúc Tết cấp trên và lãnh đạo các cấp; nghiêm cấm biếu, tặng quà Tết cho lãnh đạo các cấp dưới mọi hình thức; không đi lễ chùa, lễ hội nếu không được phân công; không sử dụng ngân sách nhà nước, phương tiện, tài sản công trái quy định vào các hoạt động lễ hội, vui chơi...

Tăng cường công tác dự báo và quản lý thị trường, ổn định giá cả, bảo đảm cân đối cung - cầu hàng hoá, dịch vụ, đáp ứng kịp thời nhu cầu tiêu dùng của nhân dân trước, trong và sau Tết; phát hiện, xử lý nghiêm, kịp thời mọi hành vi gian lận thương mại, sản xuất, kinh doanh hàng giả, hàng kém chất lượng, đầu cơ, tích trữ, đẩy giá hàng hoá tăng cao bất thường để thu lợi bất chính….

Chú trọng công tác quốc phòng, an ninh. Nắm chắc tình hình, giữ vững an ninh chính trị,

trật tự, an toàn xã hội. Chủ động phòng ngừa, phát hiện sớm, sẵn sàng phương án ngăn chặn, xử lý hiệu quả các tình huống phức tạp xảy ra, không để bị động, bất ngờ; bảo vệ vững chắc độc lập, chủ quyền, thống nhất, toàn vẹn lãnh thổ của Tổ quốc.

Tăng cường các biện pháp phòng, chống tội phạm, vi phạm pháp luật và tệ nạn xã hội; bảo vệ tuyệt đối an toàn các mục tiêu, công trình trọng điểm, các sự kiện chính trị, đối ngoại, văn hoá - xã hội của đất nước. Tăng cường công tác tuần tra, kiểm soát, bảo đảm trật tự, an toàn giao thông; phòng, chống cháy, nổ. Thực hiện nghiêm các quy định về sản xuất, nhập khẩu, tàng trữ, vận chuyển, buôn bán, sử dụng pháo nổ.

Ban Bí thư yêu cầu: Các cấp uỷ, tổ chức đảng, chính quyền, Mặt trận Tổ quốc, các đoàn thể chính trị - xã hội nghiêm túc quán triệt và tổ chức triển khai thực hiện có hiệu quả Chỉ thị này, góp phần thực hiện thắng lợi nghị quyết đại hội đảng bộ các cấp và Nghị quyết Đại hội Đảng lần thứ XIII;

Ban Tuyên giáo Trung ương chủ trì, phối hợp với Bộ Thông tin và Truyền thông, Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch và các cơ quan liên quan chỉ đạo, hướng dẫn, tăng cường tuyên truyền trên các phương tiện thông tin đại chúng về những thành tựu của đất nước, các hoạt động mừng Đảng, mừng Xuân, hoạt động văn hoá, thể thao, lễ hội trong dịp Tết; chủ động đấu tranh phản bác các luận điệu sai trái, thù địch, làm thất bại các âm mưu phá hoại của các loại đối tượng;

Văn phòng Trung ương Đảng chủ trì, phối hợp với các cơ quan liên quan nắm tình hình triển khai thực hiện và báo cáo Ban Bí thư về kết quả thực hiện Chỉ thị.

(Theo TN&MT)

TỈNH BÀ RỊA – VŨNG TÀU: NHIỀU CHƯƠNG TRÌNH ĐẶC SẮC CHÀO ĐÓN NĂM MỚI 2021

Chiều 12/11, ông Trần Văn Tuấn, Phó Chủ tịch UBND tỉnh đã chủ trì cuộc họp nghe Sở VH-TT báo cáo kế hoạch tổ chức các hoạt động chào đón Tết Dương lịch 2021 và Nguyên đán Tân Sửu.

Theo dự thảo kế hoạch, hoạt động chào đón Tết Dương lịch gồm các chương trình như: Lễ hội ẩm thực chào đón năm mới 2021 diễn ra tại TP. Vũng Tàu vào ngày 24/12/2020 – 01/01/2021;

chương trình nghệ thuật "Bà Rịa-Vũng Tàu - Dấu ấn 2020" diễn ra đêm 31/12/2020 tại công viên Bãi Trước TP.Vũng Tàu. Với Tết Nguyên đán Tân Sửu sẽ diễn ra hàng loạt các hoạt động đón xuân như: Hội hoa xuân, các chương trình nghệ thuật chào đón giao thừa, chào đón năm mới; các hoạt động báo chí, triển lãm ảnh mừng Đảng – mừng Xuân; bắn pháo hoa; các hoạt động thể thao… Ngoài ra, trước thềm Tết Nguyên đán Tân Sửu, UBND tỉnh, các địa phương và các sở, ngành dự kiến sẽ tổ chức nhiều đoàn thăm, tặng quà các gia đình chính sách, chúc thọ người cao tuổi và viếng Nghĩa trang liệt sĩ.

Theo đó, chiều 13/11, ông Hoàng Vũ Thảnh, Quyền Chủ tịch UBND TP. Vũng Tàu chủ trì cuộc họp với Công ty CP Ngôi Sao Biển về các hoạt động chào mừng năm mới 2021.

Theo đó, các chương trình chào năm mới dự kiến sẽ diễn ra từ ngày 24/12/2020 đến 02/01/2021.

Lễ hội "Món ngon phố biển Vũng Tàu 2020" dự kiến diễn ra từ ngày 24/12/2020 đến hết ngày 2/1/2021 trên các tuyến đường: Trưng Trắc, Trưng Nhị, Công viên Bãi Trước, Nhà truyền thống cách mạng. Lễ hội gồm các hoạt động: Tổ chức 158 gian hàng ẩm thực mang đậm hương vị phố biển và đặc sản của các vùng miền và 28 gian hàng giới thiệu, quảng bá du lịch, DN tiêu biểu, quà lưu niệm. Các chương trình văn nghệ phục vụ du khách tham quan và thưởng thức ẩm thực trong thời gian diễn ra sự kiện được tổ chức tại sân khấu chính đặt tại Công viên Bãi Trước. Ngoài ra, còn có các cuộc thi ẩm thực trong khuôn khổ lễ hội.

Chương trình "Coundown - Lễ hội chào đón năm mới 2021" sẽ diễn ra từ 31/12/2020 đến 01/01/2021 tại lòng đường Quang Trung. Kết luận cuộc họp, ông Hoàng Vũ Thảnh thống nhất chủ trương thực hiện các hoạt động chào mừng năm mới 2021, đồng thời yêu cầu Công ty CP Ngôi Sao Biển phối hợp với các phòng, ban của TP. Vũng Tàu nghiên cứu thiết kế hoàn chỉnh, có điểm nhấn, tạo sức hút khách du lịch và người dân địa phương.

(TH)

BẢO ĐẢM CÂN ĐỐI CUNG CẦU HÀNG HÓA, BÌNH ỔN THỊ TRƯỜNG, GIÁ CẢ DỊP CUỐI NĂM VÀ TẾT NGUYÊN ĐÁN

Chiều ngày 10/12, Bộ Nông nghiệp và Phát triển nông thôn (NN-PTNT) đã có buổi làm việc với Bộ Công Thương về công tác bảo đảm cân đối cung cầu hàng hóa, góp phần ổn định thị trường, giá cả dịp cuối năm 2020 và Tết Nguyên đán Tân Sửu 2021. Trưởng Đoàn làm việc của Bộ Công Thương là Thứ trưởng Đỗ Thắng Hải và các đại diện của các đơn vị trực thuộc Bộ Công Thương (Vụ Thị trường trong nước, Tổng cục Quản lý thị trường, Cục Xuất nhập khẩu, Cục Xúc tiến thương mại), đại diện Ngân hàng Nhà nước, Bộ Tài chính. Về phía Bộ NNN-PTNT, tiếp đoàn có Thứ trưởng Lê Minh Hoan cùng đại diện các đơn vị trực thuộc bộ gồm Cục Chế biến và Phát triển thị trường nông sản, Tổng cục Thủy sản, Cục Chăn nuôi, Cục Thú y, Cục Bảo vệ thực vật.

Tại buổi làm việc, ông Trần Quốc Toản - Cục trưởng Cục Chế biến và Phát triển thị trường Nông sản (Bộ NN&PTNT) - cho biết, cân đối về cung sản xuất ngành nông nghiệp có thể đảm bảo cho nhu cầu lương thực, thực phẩm cho Tết Tân Sửu 2021, cũng như quý I/2021.

Ông Trần Quốc Toản cho hay, dự kiến từ nay đến hết năm 2020, các dịp Tết Dương lịch, Tết Nguyên đán Tân Sửu 2021, nhu cầu tiêu thụ sản phẩm chăn nuôi nhất là thịt, trứng sẽ tăng lên từ 5-10% so với bình quân (nhu cầu thịt các loại khoảng 250-350 nghìn tấn/tháng, khoảng 1-1,7 tỉ trứng gia cầm; với việc duy trì ổn định đàn gia súc, gia cầm, tình hình tái đàn lợn đạt kết quả tốt và tình hình dịch bệnh được kiểm soát chặt chẽ, về cơ bản thị trường sẽ ổn định, cân đối cung - cầu đảm bảo không bị thiếu hụt thực phẩm. Tuy nhiên, do hậu quả của đợt bão, lũ vừa qua có thể việc phục hồi đàn vật nuôi tại một số địa phương gặp khó khăn và triển khai chậm, việc vận chuyển giữa các khu vùng, các khu vực cũng gặp khó khăn nhất định nên có thể thiếu phục vụ một số nơi còn có thể bị chia cắt, cô lập trong một số thời điểm nhất định.

Đối với sản phẩm thủy sản, về sản xuất, tổng sản lượng năm 2020 đạt khoảng 8,4 triệu tấn, tăng 4,1% so với năm 2019 và đạt 98,2% so với kế hoạch đề ra. Sản lượng tôm ước đạt khoảng 910 nghìn tấn, tăng 10,38% so với năm 2019; sản lượng cá tra ước đạt 1,5 triệu tấn, tương đương năm 2019.

Ở khâu phân phối, ông Trần Duy Đông - Vụ trưởng Vụ Thị trường trong nước (Bộ Công Thương) cho biết, dịp cuối năm và Tết Nguyên đán 2021, Bộ Công Thương nhận định sức mua trên thị trường sẽ tăng từ 15-20%, trong đó tập trung vào các mặt hàng lương thực, thực phẩm. Sức mua tăng do niềm tin của người tiêu dùng vào sự ổn định kinh tế vĩ mô khá tốt, cùng với thu nhập của người dân thời điểm cuối năm tăng. Theo ông Trần Duy Đông, nhu cầu tiêu dùng của người dân về hàng hóa thiết yếu sẽ bắt đầu tăng cao vào 30, 31/1/2021 (rơi vào những ngày cuối tuần và là ngày 18, 19 tháng Chạp âm lịch) và vào ngày 6, 7/2/2021 (25, 26 tháng Chạp âm lịch), các nhà sản xuất, kinh doanh cần lưu ý trong việc chuẩn bị nguồn hàng.

Về giá cả, do nguồn hàng đã được các doanh nghiệp chủ động lên kế hoạch chuẩn bị cùng với các chương trình chuẩn bị Tết khá chu đáo sẽ đáp ứng tốt nhu cầu của người dân.

Tại cuộc họp giữa Bộ NN-PTNT và Bộ Công thương ngày 10/12, Thứ trưởng Bộ NN-PTNT Lê Minh Hoan và Thứ trưởng Bộ Công thương Đỗ Thắng Hải cùng đánh giá nguồn lương thực, thực phẩm dịp cuối năm, nhất là phục vụ dịp Tết Nguyên đán Tân Sửu 2021 về cơ bản sẽ được đảm bảo, không có nhiều vấn đề lớn.

Tuy nhiên, với diễn biến bất thường của thiên tai, dịch bệnh trong chăn nuôi, trồng trọt, cũng như diễn biến dịch bệnh Covid-19 trên người luôn tiềm ẩn những bất thường, vẫn cần có những giải pháp chuẩn bị, dự phòng nhằm đảm bảo bình ổn giá cả và nguồn cung lương thực, thực phẩm dịp cuối năm, không để xảy ra tình trạng khan hiếm, tăng giá, sốt giá... Thứ trưởng Bộ Công Thương Đỗ Thắng Hải đề nghị phía Bộ NN&PTNT thường xuyên rà soát, đánh giá số liệu thực tế nguồn cung các mặt hàng thiết yếu. Đồng thời, đề nghị Bộ chỉ đạo các Sở NN&PTNT các tỉnh thành trên toàn quốc phối hợp chặt chẽ với Sở Công Thương và các Sở, ban, ngành có liên quan để tổ chức các hoạt động kết nối tiêu thụ giữa các cơ sở sản xuất và áp dụng thực hành sản xuất tốt, chứng nhận sản phẩm đủ điều kiện an toàn thực phẩm đối với các cơ sở sản xuất kinh doanh, phân phối thực phẩm sạch. Tổ chức các hội chợ thực phẩm nông lâm thủy sản an toàn dịp giáp Tết để cung cấp đến với

người dân, người tiêu dùng các sản phẩm thực phẩm sạch, an toàn.

(Theo mard.gov.vn)

CÔNG NGHỆ VÀ ĐỜI SỐNG

AN TOÀN THỰC PHẨM DỊP TẾT

Các địa phương trong cả nước đang mở đợt cao điểm kiểm tra thị trường nhằm bảo đảm vệ sinh an toàn thực phẩm (VSATTP) trong dịp Tết Dương lịch và Tết Nguyên đán Tân Sửu 2021.

Quản lý thị trường các tỉnh, thành phố phối hợp với lực lượng chức năng đang tập trung kiểm tra các sản phẩm tiêu thụ nhiều và có nguy cơ mất an toàn cao, các chợ truyền thống, cơ sở chế biến thực phẩm; ngăn chặn hành vi buôn lậu, găm hàng, gian lận thương mại, sản xuất, buôn bán hàng giả, hàng cấm, hàng kém chất lượng.

Tại BR-VT, những ngày đầu tháng 12/2020, Sở Công thương đã phối hợp với cơ quan chức năng tiến hành kiểm tra các chợ truyền thống, cơ sở sản xuất, lấy mẫu xét nghiệm tiêu chí đánh giá ô nhiễm về vi sinh, hóa học để cảnh báo sớm tới cộng đồng. Cùng với việc xây dựng kế hoạch dự trữ hàng hóa, bảo đảm cân đối cung cầu, không để xảy ra tình trạng khan hàng, sốt giá trên địa bàn tỉnh, Sở Công thương cũng khuyến cáo người dân nâng cao nhận thức, chủ động bảo vệ mình bằng việc chọn mua những mặt hàng có nguồn gốc xuất xứ, nhãn mác rõ ràng. Những nỗ lực của lực lượng chức năng đã tạo chuyển biến tích cực trong ý thức và hành động của người sản xuất, kinh doanh thực phẩm lẫn người tiêu dùng về vấn đề VSATTP. Đặc biệt, tại các chợ truyền thống, nhận thức của người dân và tiểu thương về VSATTP đã được nâng lên.

Công tác kiểm tra, siết chặt VSATTP chắc chắn sẽ còn "đến hẹn lại lên" trong thời gian tới khi mà thị trường dịp Tết còn tiềm ẩn nhiều nguy cơ, ảnh hưởng đến sức khỏe của người tiêu dùng. Lợi dụng nhu cầu tiêu thụ dịp cuối năm tăng cao, không ít cơ sở chế biến, kinh doanh thực phẩm đã đưa ra những loại thực phẩm không rõ nguồn gốc, thực phẩm có chất phụ gia, chất bảo quản không đúng quy định trong danh mục cho phép. Nếu không có sự kiểm tra, xử lý mạnh tay của các lực lượng chức năng, thị trường Tết sẽ "bát nháo", mất an toàn bởi

các hoạt động sản xuất, kinh doanh, vận chuyển thực phẩm không rõ nguồn gốc, không đảm bảo chất lượng đó.

Có một thực tế là, công tác kiểm tra, bảo đảm VSATTP dịp Tết ở nhiều địa phương vẫn còn nhiều bất cập. Lãnh đạo Sở Công thương, Quản lý thị trường nhiều địa phương thừa nhận việc thiếu trang thiết bị kiểm tra, xét nghiệm nhanh đã ảnh hưởng không nhỏ đến việc xác định chất lượng nguồn hàng, nhất là các mặt hàng thực phẩm tươi sống, thịt gia súc, gia cầm, thực phẩm chế biến, thủy hải sản… Bên cạnh đó, việc xử lý các hành vi vi phạm VSATTP ở không ít địa phương vẫn còn có sự nương tay.

Để thị trường dịp Tết không còn những loại thực phẩm có nguy cơ mất VSATTP, ảnh hưởng tới sức khỏe cộng đồng, công tác kiểm tra, kiểm nghiệm, hậu kiểm, giám sát chất lượng, an toàn thực phẩm tại các địa phương phải được tiến hành cả định kỳ và đột xuất, không riêng mỗi dịp Tết hay trong tháng ra quân cao điểm. Về lâu dài, một biện pháp cần được các lực lượng chuyên ngành bắt tay thực hiện, đó là tổ chức tốt mối liên kết từ sản xuất đến tiêu dùng. Lúc ấy, thị trường sẽ có những sản phẩm có nguồn gốc xuất xứ rõ ràng, vừa bảo đảm được VSATTP.

(Theo baobariavungtau.com.vn)

CAO ĐIỂM BẢO ĐẢM TRẬT TỰ AN TOÀN GIAO THÔNG TẾT 2021

Thực hiện chỉ đạo của Thủ tướng Chính phủ và Bộ trưởng Bộ Công an, Cục Cảnh sát giao thông vừa ban hành kế hoạch mở đợt cao điểm bảo đảm trật tự an toàn giao thông - trật tự xã hội năm 2021.

Theo đó, trong cao điểm giao thông Tết từ ngày 15/12/2020 - 28/2/2021, Cảnh sát giao thông toàn quốc sẽ tăng cường lực lượng tuần tra, kiểm soát, tập trung tấn công, trấn áp tội phạm trên phạm vi toàn quốc, nhằm bảo đảm trật tự an toàn giao thông, phòng ngừa và làm giảm tai nạn, ùn tắc trên các tuyến giao thông; bảo vệ tuyệt đối an toàn Đại hội Đảng, đảm bảo các hoạt động giao thông vận tải, nhu cầu vui chơi, lễ hội của nhân dân trong dịp Tết Dương lịch, Tết Nguyên đán Tân Sửu 2021.

Trọng tâm của đợt cao điểm này là bảo đảm trật tự an toàn giao thông đường bộ, đường sắt và đường thủy phục vụ việc đi lại,

vui chơi, lễ hội, vận tải hành khách, hàng hóa của nhân dân trong dịp Tết dương lịch, Tết nguyên đán Tân Sửu và các Lễ hội đầu Xuân 2021, phòng ngừa, làm giảm tai nạn giao thông, ùn tắc giao thông; ngăn chặn kịp thời và xử lý nghiêm các vụ tụ tập gây rối trật tự công cộng, đua xe trái phép...

Ảnh minh họa.

Cụ thể, trên lĩnh vực giao thông đường bộ, Cảnh sát giao thông tập trung lực lượng tuần tra kiểm soát, xử lý nghiêm các hành vi vi phạm về nồng độ cồn, ma túy, chạy quá tốc độ, đi không đúng phần đường, làn đường; tránh, vượt, dừng, đỗ không đúng quy định; chở hàng quá tải, quá khổ, quá số người quy định; đón, trả khách không đúng nơi quy định… Xe ô tô chở khách, ô tô vận tải container và xe mô tô là những đối tượng tập trung kiểm soát, xử lý.

Trên lĩnh vực giao thông đường sắt, Cảnh sát giao thông bố trí lực lượng phối hợp với chính quyền, Công an các đơn vị địa phương và ngành đường sắt tổ chức kiểm tra, xử lý vi phạm hành chính về trật tự an toàn giao thông đường sắt; kiểm tra việc chấp hành các quy định của pháp luật về bảo đảm trật tự an toàn giao thông đường sắt tại các đường ngang phức tạp về an toàn giao thông, đường ngang không có cảnh giới…

Trên lĩnh vực giao thông đường thủy nội địa, vào khoảng thời gian trước Tết nguyên đán, Cảnh sát đường thủy tập trung vào các đối tượng kinh doanh hàng hóa, các hoạt động khai thác tài nguyên khoáng sản, hoạt động vận tải hành khách ngang sông, theo tuyến cố định ở các tuyến vận tải trọng điểm như sông Hồng, sông Đuống, sông Lam, sông Sài Gòn, sông Tiền, sông Hậu….

Thông qua hoạt động tuần tra kiểm soát, lực lượng Cảnh sát giao thông chủ động nắm chắc tình hình, phân tích, đánh giá, dự báo tình hình hoạt động của các đối tượng có hành vi vi phạm pháp luật trên các tuyến giao thông. Kịp thời phát hiện, bắt giữ tội phạm như cướp, cướp giật, buôn bán, vận chuyển ma túy,

pháo nổ, vũ khí trái phép tập trung tại các tuyến đường bộ từ các tỉnh biên giới phía Bắc về Hà Nội; tuyến biên giới Tây Nam về TPHCM; tuyến biên giới Việt-Lào; tuyến đường sắt Thống Nhất, Hà Nội - Lạng Sơn, Hà Nội – Lào Cai.

Trong kế hoạch, Cục Cảnh sát giao thông cũng yêu cầu Cảnh sát giao thông Công an các đơn vị, địa phương cần nắm chắc tình hình, lịch trình di chuyển và các nơi diễn ra hoạt động bên lề của các đoàn Lãnh đạo Đảng, Nhà nước, đoàn đại biểu dự Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ XIII đi qua, để kịp thời, chủ động bảo đảm trật tự an toàn giao thông phục vụ Đại hội.

Trong khi thực hiện nhiệm vụ tuần tra kiểm soát, xử lý vi phạm, tiếp xúc với người dân, cán bộ chiến sĩ trong lực lượng Cảnh sát giao thông phải đảm bảo an toàn trong phòng, chống dịch COVID-19 theo khuyến cáo của ngành Y tế.

Tại tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu: Ngày 14/12, Công an tỉnh đã ra quân đợt cao điểm tấn công, trấn áp các loại tội phạm, bảo đảm an ninh trật tự (ANTT) Đại hội Đại biểu toàn quốc lần thứ XIII của Đảng và Tết Nguyên đán Tân Sửu. Đợt cao điểm kéo dài từ ngày 15/12/2020 đến hết ngày 28/2/2021.

Tham dự lễ ra quân có bà Nguyễn Thị Yến, Phó Bí thư Thường trực Tỉnh ủy, Trưởng Đoàn ĐBQH tỉnh; ông Trần Văn Tuấn, Phó Chủ tịch UBND tỉnh, Trưởng BCĐ 138 tỉnh cùng đại diện lãnh đạo các sở, ban ngành và hơn 200 cán bộ, chiến sĩ các đơn vị nghiệp vụ, công an địa phương trên địa bàn tỉnh.

Trong đợt cao điểm này, lực lượng nghiệp vụ công an các đơn vị, huyện, thành phố, thị xã sẽ đẩy mạnh công tác đấu tranh trấn áp các loại tội phạm hình sự, đặc biệt là tội phạm trộm cắp, cướp giật tài sản, xâm hại tình dục trẻ em, tội phạm liên quan đến "tín dụng đen", tội phạm có sử dụng vũ khí, vật liệu nổ, hung khí gây án, tội phạm ma túy, tội phạm truy nã, khai thác khoáng sản trái phép... Đồng thời, lực lượng công an cũng chủ động phát hiện, ngăn chặn hoạt động của các đối tượng chính trị, đối tượng chống đối, cực đoan; tăng cường tuần tra, kiểm soát bảo đảm trật tự an toàn giao thông trên các tuyến đường bộ và đường thủy nội địa; ngăn chặn không để xảy ra các hiện tượng tụ tập gây rối trật tự an toàn

giao thông, tổ chức đua xe trái phép.

Ngoài ra, trong đợt cao điểm này, Công an tỉnh đặt mục tiêu phấn đấu tỷ lệ điều tra khám phá các vụ án đạt từ 80% trở lên. Trong đó, tỷ lệ điều tra án rất nghiêm trọng và đặc biệt nghiêm trọng đạt từ 90% trở lên.

(Theo thanhuytphcm.vn)

TĂNG CƯỜNG CÔNG TÁC PCCC MÙA KHÔ, TẾT NGUYÊN ĐÁN TÂN SỬU VÀ BẢO ĐẢM AN TOÀN PCCC VÀ CỨU NẠN CỨU HỘ TRONG NĂM 2021

Thực hiện công văn số 12595/UBND-VP ngày 13/11/2020 của UBND tỉnh v/v tăng cường công tác bảo đảm an toàn phòng cháy, chữa cháy mùa khô, Tết Nguyên đán Tân Sửu và các biện pháp bảo đảm công tác phòng cháy, chữa cháy và cứu nạn cứu hộ và cứu nạn cứu hộ (PCCC&CNCH) trong năm 2021, Sở Khoa học và Công nghệ có ý kiến chỉ đạo các phòng và đơn vị như sau:

1. Thủ trưởng các phòng, đơn vị, các đoàn thể cơ quan quan tâm tăng cường phối hợp trong công tác PCCC & CNCH, tổ chức tuyên truyền, quán triệt công chức, viên chức và người lao động trực thuộc nghiêm túc thực hiện đúng các quy định pháp luật về PCCC. Tập trung rà soát, kiểm tra toàn bộ hệ thống điện tại trụ sở, phòng làm việc, nhà kho, xưởng, phòng máy, thiết bị, nhằm kịp thời phát hiện, khắc phục, phòng ngừa sự cố chập điện, cháy, nổ. Nghiêm cấm các hành vi câu móc, đấu nối điện trái phép và không an toàn, tàng trữ hóa chất, vật liệu dễ cháy nổ trong trụ sở cơ quan.

2. Các đơn vị tiếp tục rà soát bổ sung, kiện toàn các Đội phòng cháy chữa cháy tại chỗ; hoàn thiện Phương án PCCC của từng Cụm cơ quan; rà soát bổ sung trang thiết bị PCCC đảm bảo sẵn sàng triển khai khi có tình huống xảy ra; có kế hoạch cử lực lượng phòng cháy chữa cháy tại chỗ tham gia huấn luyện PCCC khi có yêu cầu.

3. Ban CHQS sở tăng cường phối hợp với thủ trưởng các đơn vị chỉ đạo lực lượng, nòng cốt là lực lượng tự vệ, sẵn sàng phối hợp với các lực lượng chức năng thực hiện tốt công tác PCCC & CNCH, nhất là công tác PCCC trong dịp Tết Nguyên đán Tân Sửu và các dịp cao điểm lễ, hội trong năm 2021.

4. Văn phòng Sở giúp Giám đốc Sở tổ chức kiểm tra công tác PCCC trong toàn sở, kịp thời báo cáo UBND tỉnh, Cảnh sát PCCC tỉnh về kết quả thực hiện.

(Theo VP Sở KH&CN)

NÔNG NGHIỆP VÀ NÔNG THÔN

HÌNH ẢNH CON TRÂU QUA THI CA

Con trâu đã xuất hiện trong kho tàng văn học dân gian: ca dao, đồng dao, tục ngữ, câu đố, nhiều truyện cổ tích và huyền thoại...

Từ thời thượng cổ người Việt sống về nông nghiệp, biết lấy nước sông để canh tác, những cánh đồng lúa bùn lầy, không thể dùng bò hay ngựa để cày ruộng, chỉ trâu giúp cho nông dân kéo cày bừa ở ruộng nước. Trâu không thể thiếu trong việc canh tác của nhà nông, trâu là đầu cơ nghiệp nên, tình cảm qua thi ca con trâu thường được nhắc đến:

Lao xao gà gáy rạng ngày
Vai vác cái cày, tay dắt con trâu
Bước chân xuống cánh đồng sâu
Mắt nhắm mắt mở, đuổi trâu ra cày
Trâu ơi ta bảo trâu này
Trâu ra ngoài ruộng trâu cày với ta
Cấy cày nối nghiệp nông gia,
Ta đây trâu đấy ai mà quản công
Bao giờ cây lúa còn bông
Thì còn ngọn cỏ ngoài đồng trâu ăn.

Vốn sẵn có tình thương đối với gia súc, người nông phu đã nói với con trâu khi dắt trâu ra đồng

Trâu ơi ta bảo trâu này
Trâu ăn cho bẻo trâu cày cho sâu
Ở đời khôn khéo chi đâu
Chẳng qua cũng chỉ hơn nhau chữ cần.

Người nông dân đã đặt địa vị con trâu ngang với sinh hoạt trên cánh đồng, xưa và nay con trâu là một tài sản trong gia đình nông dân nghèo:

Trên đồng cạn, dưới đồng sâu
Chồng cày vợ cấy, con trâu đi bừa
Rạng ngày vác cuốc ra đồng

Tay cầm mồi lửa, tay dòng thừng trâu

Ruộng dầm nước cỏ bùn sâu

Suốt ngày cùng với con trâu cày bừa

Việc làm chẳng quản nắng mưa

Cơm ăn đắp đổi muối dưa tháng ngày.

Con trâu còn gắn liền với tuổi thơ của trẻ em nông thôn tắm trâu, cưỡi trâu, ra đến miền quê chúng ta thấy hình ảnh quen thuộc của những chú bé mục đồng chăn trâu "Ai bảo chăn trâu là khổ, chăn trâu sướng lắm chứ", qua ca dao còn có chuyện thằng Bờm và thằng Cuội chăn trâu:

Thằng Cuội ngồi gốc cây đa

Bỏ trâu ăn lúa, gọi cha ời ời

Cha còn cắt cỏ bên trời

Mẹ còn cưỡi ngựa đi chơi cầu vồng

Thằng Bườm có cái quạt mo

Phú ông xin đổi ba bò chín trâu...

Người nông thân mật giúp đỡ lẫn nhau, bà con hàng xóm trở thành gắn bó, liên kết chặt chẽ với nhau, họ cảm thấy cuộc sống thoải mái, thân thương với môi trường sinh hoạt đầy ắp tình người, tình xóm giềng, nghĩa đồng hương. Đời sống nông nghiệp quanh năm vất vả, nên nhà nông thường ăn Tết lâu hơn thành thị, họ chọn tháng tư để đi mua bò trâu lo cho việc cày cấy:

Tháng giêng là tháng ăn chơi

Tháng hai trồng đậu, trồng khoai, trồng cà

Tháng ba thì đậu đã già

Ta đi ta hái về nhà phơi khô

Tháng tư đi tậu trâu bò

Để ta sắm sửa làm mùa tháng năm....

Dân tộc thiểu số có những lễ hội đâm trâu tế Thần, Tết trâu, xem trâu là Thần linh... Đồ Sơn cũng có ngày hội truyền thống chọi trâu:

Dù ai buôn đâu bán đâu

Mồng mười tháng tám chọi trâu thì về

Dù ai buôn bán trăm nghề

Mồng mười tháng tám trở về chọi trâu.

(Sưu tầm)

LÀNG HOA KIM DINH HỐI HẢ XUỐNG GIỐNG VỤ HOA TẾT

Tranh thủ thời tiết thuận lợi, bà con nông dân làng hoa Kim Dinh, TP. Bà Rịa hối hả xuống giống, chuẩn bị phục vụ thị trường Tết Nguyên đán năm 2021.

Chuẩn bị cho thị trường Tết 2021, gia đình ông Nguyễn Văn

Nam, khu phố Kim Sơn, phường Kim Dinh xuống giống khoảng 3.000 chậu hoa các loại. Từ đầu tháng 8 âm lịch, 2.000 chậu cúc đại đóa kích thước 1m đã ươm giống thành công, cây sinh trưởng tốt. Đây là giống hoa khó trồng và dài ngày nhất trong các loại hoa bán Tết với thời gian trồng kéo dài gần 6 tháng. Do đó, các chậu hoa này được chăm sóc kỹ lưỡng.

Vườn hồng của gia đình ông Lê Đức Hãn (KP. Hải Dinh, phường Kim Dinh, TP. Bà Rịa) đang phát triển tốt.

Với kinh nghiệm hơn 30 năm trồng hoa, ông Nam cho hay, năm nay thời điểm xuống giống khá thuận lợi, mưa ít, nắng nhiều, đây là thời tiết lý tưởng nhất để cây hoa sinh trưởng và phát triển tốt, ra bông đúng dịp Tết. Năm ngoái, với 3.000 chậu hoa lớn nhỏ các loại, gia đình ông thu lãi hơn 200 triệu đồng.

Nắm bắt được nhu cầu thị trường, bên cạnh các loại hoa truyền thống như cúc, vạn thọ, lay ơn, năm nay nông dân trồng hoa trên địa bàn phường Kim Dinh còn trồng số lượng lớn hoa ly và nhiều loại hoa cao cấp khác như hồng ngoại, lan… Ông Lưu Ngọc Hiếu, Chủ tịch Hội Nông dân phường Kim Dinh cho biết: phường Kim Dinh có gần 60 hộ trồng hoa phục vụ Tết Nguyên đán với diện tích khoảng 22ha, hiện cơ bản đã xuống giống xong đợt I các loại hoa dài ngày.

Năm nay, mặc dù thời tiết khá thuận lợi, tuy nhiên do ảnh hưởng của dịch bệnh COVID-19, khiến nguồn giống hoa từ Đà Lạt không ổn định nên một số hộ gặp khó khăn trong việc tìm giống hoa phù hợp. Ngoài ra, mỗi vụ hoa từ lúc làm đất đến khi xuống giống, người trồng hoa phải miệt mài bám vườn đến 6 tháng. Do đó, để vụ hoa Tết bội thu, Hội Nông dân đã phối hợp với các đơn vị liên quan tổ chức các lớp tập huấn về kỹ thuật trồng, chăm sóc hoa, hướng dẫn bà con lựa chọn và xuống giống thời điểm phù hợp, tránh sâu bệnh. "Về lâu dài, Hội Nông dân phường Kim Dinh cũng đang phối hợp cùng Hội Nông dân tỉnh khảo sát để triển khai hỗ trợ người trồng hoa đầu tư thiết bị tưới nước tự động, nhà màng để phát triển theo hướng bền vững nghề trồng hoa tại Kim Dinh",

ông Lưu Ngọc Hiếu nói.

(baobariavungtau.com.vn)

CÁCH CHĂM SÓC HOA HỒNG NỞ ĐÚNG TẾT

Hoa hồng là loài hoa ưa nước, tuy nhiên chúng lại rất sợ bị úng nước. Vì vậy, bạn cần cải tạo đất trồng tơi xốp có khả năng thoát nước tốt để giúp rễ cây khỏe mạnh, không bị úng nước làm thối rễ.

Bí quyết để hồng phát triển khỏe mạnh cho sai hoa là ở việc bón phân. Bạn cần thường xuyên bổ sung dinh dưỡng cho cây bằng những loại phân hữu cơ trên thị trường hiện nay như những loại phân bò, phân gà, phân dê dạng viên nén đóng bao đều rất tốt cho hoa hồng. Ngoài ra còn các loại phân pha loãng với nước dùng để tưới gốc dưỡng bộ rễ. Hay phun lá để bổ sung nhanh các khoáng chất cho cây khi thiếu hụt.

Bí quyết để hồng nở hoa đúng tết ở việc cắt tỉa đúng thời điểm. Chu kỳ sinh trưởng của hoa hồng từ 25 đến 35 ngày sau khi cắt tỉa sẽ cho ra hoa đợt mới tùy từng loài. Với loài có hoa nở càng lâu tàn thì thời gian ra hoa tiếp theo càng tăng. Vì vậy, bạn cứ căn chỉnh vào đúng dịp tết thì cắt tỉa cây.

Trước khi cắt tỉa, bạn nên bón phân N-P-K hoặc phân hữu cơ quanh gốc trước 3 ngày. Sau khi cắt tỉa sau 4 ngày nếu có thời gian bạn phun phân dưỡng rễ, dưỡng chồi 1 lần, cách 4 – 5 ngày phun 1 lần cho đến khi chồi đỏ bắt đầu lên. Để có hoa to bạn phun kali sau khi lên chồi.

Với miền bắc sẽ bước vào giai đoạn mùa đông vì vậy thời gian ra hoa sẽ chậm hơn và hoa nở lâu tàn hơn. Bạn thực hiện tỉa cây vào tuần thứ 2 của tháng 12 (từ 7-14/12) thì khả năng thành công sẽ cao. Với miền trung và miền nam nắng nóng, bạn thực hiện cắt tỉa vào cuối tháng 12 (từ 23-29/12).

Bạn chú ý kĩ thuật cắt tỉa: cắt hết những cành tăm, lá già, cành yếu chết, những chồi mới, những bông, nụ đang có, cắt thoáng gốc giúp cây đâm nhiều chồi đỏ và mập cho ra nhiều hoa và bông to. Đừng quên bón phân bổ sung khoáng chất đa, trung và vi lượng cho cây.

(Theo greenmore.vn)

RÚT NGẮN THỜI GIAN NUÔI CUA LỘT BẰNG CHIẾT XUẤT THỐNG ĐỎ

Do cua lột là sản phẩm có giá trị kinh tế cao (gấp 3 – 4 lần so với cua thịt), nhiều cơ sở nuôi đã

tiến hành sản xuất cua lột nhân tạo bằng cách cắt mắt và xử lý chitosan. Phương pháp này có chi phí thấp nhưng tỉ lệ cua lột vỏ không cao.

Ecdysteroid là hormon được phát hiện đầu tiên ở côn trùng, nó kích thích quá trình lột xác và biến thái của côn trùng. Tuy nhiên, ecdysteroid cũng có trong động vật giáp xác như tôm, cua. Ở cua, hormon này đóng vai trò rất quan trọng trong quá trình lột xác, nó hoạt hóa quá trình trao đổi chất, tổng hợp các protein, chitin và các thành phần của vỏ, kích thích tôm lột xác, giúp cua tăng trưởng, giảm bị thương và tăng khả năng miễn dịch. Ecdysteroid còn có trong rất nhiều loài thực vật, với hàm lượng cao hơn hẳn so với trong côn trùng và giáp xác. Ở Việt Nam, những nghiên cứu về tách chiết ecdysteroid rất ít (mới có từ nhộng tằm, dâu tằm và phân tằm), chưa có nghiên cứu tách chiết ecdysteroid từ thông đỏ được công bố.

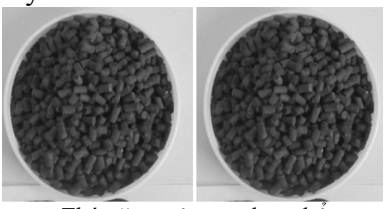
Cây thông đỏ lá dài. Ảnh: Internet.

Từ những lợi ích của ecdysteroid, cùng nhu cầu thực tế đặt ra, Trung tâm Sâm và Dược liệu TPHCM đã thực hiện đề tài "Tách chiết hợp chất Ecdysteroid từ thông đỏ (Taxus wallichiana) và thử nghiệm khả năng gây lột xác trên cua". Đề tài đã được Sở KH&CN TPHCM nghiệm thu năm 2019.

ThS Bùi Thế Vinh, Chủ nhiệm đề tài, cho biết, ở nước ta có điều kiện thuận lợi là nguồn nguyên liệu thực vật chứa ecdysteroid rất nhiều và dễ kiếm. Tuy nhiên, vấn đề chiết tách đòi hỏi quy trình, thiết bị khá đắt và tốn kém. Việc chọn lựa chiết tách ecdysteroid từ thông đỏ cũng nhằm tận dụng phần dịch thải trong quá trình chiết tách các hợp chất chính (10 - DAB và taxol) từ cây thông đỏ để sản xuất dược phẩm chữa ung thư do Công ty Vimedimex và Trung tâm Sâm và dược liệu TPHCM thực hiện.

Trong quy trình này, lá thông đỏ (do Trung tâm Trồng và chế biến cây thuốc Đà Lạt cung cấp) được rửa sạch, phơi khô, xay nhỏ, làm ẩm nguyên liệu bằng MeOH (methanol) và để trương nở hoàn toàn trong 1 giờ. Sau đó đem cô quay dưới áp suất thấp, thu được cao MeOH lỏng từ lá thông đỏ.

Cao MeOH được hòa tan trong nước, lắc phân đoạn với dichlomethane (DCM). Phần cao DCM dùng để chiết tách taxol và 10-DAB. Phần dịch thải sau khi lắc phân đoạn để chiết tách hai hợp chất trên được đem cô quay dưới áp suất thấp để thu cao chứa ecdysteroid.



Thức ăn nuôi cua được bổ sungecdysteroid. Ảnh: NNC

Tiến hành nuôi thí nghiệm trên cua (trọng lượng cua nuôi ban đầu từ 40 – 50gr/con) cho thấy, cua được nuôi với thức ăn cám 45% đạm, bổ sung thêm ecdysteroid (10 ppm) có thời gian lột xác diễn ra sớm hơn, bắt đầu lột từ ngày nuôi thứ 16, tập trung và đồng loạt vào khoảng 20 ngày; trong khi cua nuôi với thức ăn thường lột xác vào khoảng từ ngày 22 đến ngày 24. Tỉ lệ cua sống và lột xác trong suốt giai đoạn nuôi thí nghiệm cao hơn so với khi cho ăn các loại thức ăn viên 45% đạm thông thường và cá tạp.

Theo nhóm tác giả, kết quả đề tài có thể áp dụng cho các cơ sở sản xuất thức ăn viên bổ sung ecdysteroid cho cua hoặc các đối tượng giáp xác khác. Việc sử dụng sản phẩm giúp rút ngắn thời gian nuôi, kích thích cua lột xác hàng loạt, tiết kiệm chi phí.

Nhóm tác giả cũng cho biết sẵn sàng chuyển giao toàn bộ quy trình cho doanh nghiệp để sản xuất, cung cấp ra thị trường 2 loại sản phẩm là chế phẩm dạng dung dịch cung cấp cho hộ dân và sản phẩm thức ăn dạng cốm đã bổ sung ecdysteroid.

(Theo khoahocphattrien.vn)

SỨC KHỎE CHO MỌI NGƯỜI

9 LỜI KHUYÊN ĐỂ GIỮ SỨC KHỎE TRONG DỊP TẾT

Để giữ gìn sức khỏe của mình, bạn hãy tham khảo các lời khuyên sau đây.

1. Không uống quá nhiều rượu

Tốt nhất chỉ nên uống chút sâm-panh hoặc rượu vang khai vị để kích thích tiêu hóa. Nên uống nhiều nước để tạo điều kiện cho quá trình lọc các chất cặn bã trong cơ thể. Muốn uống rượu không bị say, hãy uống một thìa dầu ô-liu trước đó. Nó có tác dụng hạn chế quá trình ngấm rượu quá nhanh vào máu. Tuyệt đối không được uống rượu khi đói, vì khi đó

rượu sẽ kích thích lớp màng dạ dày.

2. Theo cách của người xưa

Những bữa cỗ quá no sẽ làm bạn khó tiêu, đầy bụng. Hãy làm theo cách sau: uống nước hãm của hoa cúc cam, hoa artiso, húng tây, thì là sẽ giúp đẩy nhanh quá trình tiêu hóa thức ăn. Bạn có thể dùng một chiếc khăn bông gập làm bốn, nhúng vào nước nóng rồi vắt khô để đắp lên lồng ngực. Nếu có túi chườm càng tốt. Chườm nóng trong nửa giờ, bạn sẽ thấy dễ chịu ngay.

3. Không hoạt động quá nhiều

Trạng thái thần kinh căng thẳng, dễ bị kích thích gây ảnh hưởng xấu đến quá trình tiêu hóa với các triệu chứng: co thắt, nôn mửa, trướng bụng. Nếu bạn có ý định làm cỗ mời khách đêm Giao thừa hoặc trong ngày Tết, hãy phân bổ công việc hợp lý để các thành viên trong gia đình giúp bạn một tay. Không nên đãi các món quá cầu kỳ. Trước khi tiếp khách, dành 10 phút để nằm nghỉ, hít thở sâu và thư giãn cơ bắp.

4. Chọn trang phục thích hợp

Trong những ngày này, nên chọn trang phục bạn cảm thấy mặc thoải mái, dễ chịu nhất. Không nên mặc đồ bó hoặc thắt lưng quá chật. Cẩn thận những cú sốc thời tiết dễ gây cảm đột ngột. Nên mang theo áo ấm dự phòng.

5. Chọn thực đơn đãi khách

Bạn muốn mời khách ăn cơm, nên chọn thực đơn cân bằng giữa lượng rau và thịt để dễ tiêu hóa.

6. Ăn nhẹ vào mấy ngày trước Tết

Nếu bạn có ý định đãi khách vào đêm Tất niên, trước đó mấy hôm nên để dạ dày… thư giãn. Tránh uống rượu, ăn thức ăn có nhiều chất béo hay ăn các món sốt. Bữa trưa ngày 30 Tết, nên ăn nhẹ để chuẩn bị cho dạ dày phải làm việc nhiều vào bữa tối.

7. Nghỉ ngơi

Để tránh đầy bụng, khó tiêu do ăn uống quá nhiều trong ngày Tết, bạn hãy dành thời gian nghỉ ngơi lấy lại sức. Nên đi ngủ đúng giờ, đủ giấc. Để tránh cơn buồn ngủ đến không đúng lúc, trước khi đi chơi, bạn dùng một tách cà phê hoặc uống một cốc nước pha viên vitamin C sủi.

8. Tập thể dục hàng ngày

Không nên lấy cớ ngày Tết ngủ muộn để bỏ tập thể dục buổi sáng. Bạn muốn cho bộ máy tiêu hóa làm việc tốt hãy tham khảo bài tập đơn giản sau:

- Xoa vào bụng theo chiều kim đồng hồ. Ban đầu ấn nhẹ, sau mạnh dần. Chú ý không làm quá

đau.

- Một số động tác Yoga cũng giúp tiêu hóa tốt: đứng, chân rộng bằng vai, nghiêng người về phía trước, hai tay chống đùi, cơ bụng co lại.

9. Lấy lại sức

Nên nghỉ ngơi và ăn nhẹ. Nên ăn nhiều canh rau, sữa chua và những thực phẩm dễ tiêu.

DS. Quang Huy.

(Theo SK&ĐS)

MÙA LẠNH, LÀM ẤM CƠ THỂ VỚI CỦ GỪNG

Vào mùa lạnh, thời tiết thay đổi đột ngột. Hôm trước nóng, hôm sau lạnh, làm cho những người già yếu, trẻ em, phụ nữ khốn khổ vì cảm lạnh. Có thể dùng củ gừng chữa một số bệnh thông thường mùa lạnh như sau:

- Trúng phong: đưa ngay nạn nhân vào chỗ kín gió, nới lỏng dây lưng, dây áo, đắp mền ấm. Cho uống nước ép gừng tươi 30 ml hoặc dùng muỗng cà phê đổ từng ít nước gừng vào miệng. Bã gừng xát vào lòng bàn tay, bàn chân (lấy củ gừng tươi to khoảng 50 - 60 g, rửa sạch cạo vỏ, giã nát, thêm 20 ml nước sôi nguội vào, vắt cho kiệt nước để uống, bã để đắp, xát).

- Thổ tả do cảm lạnh: đau bụng, đi ngoài. Nôn ra mật xanh, người mệt lả… Cho uống 30 ml nước ép gừng lùi (nướng củ gừng tươi khoảng 50 - 60 g vừa chín, cạo sạch vỏ, giã nát, thêm 20 ml nước sôi nguội, vắt lấy nước).

- Đau bụng do cảm lạnh: đắp củ gừng nướng (khoảng 50 g), lót giấy mỏng phía dưới rốn (quá huyệt đan điền) băng giữ gừng hoặc nhai 15 g gừng nướng.

- Cảm lạnh thông thường (ngoại cảm phong hàn), nước mũi trong chảy ròng: gừng tươi 10 g lát mỏng, lá tía tô tươi 30 g, phòng phong 10 g. Sắc nước 2 lần lấy 1 chén thuốc. Chia làm 2 lần uống trong ngày.

Hoặc ăn cháo giải cảm: gừng sống xắt chỉ 10 g, tía tô rửa sạch xắt nhỏ 40 g, hành tăm xắt nhỏ 15 g. Tất cả cho vào chén to. Trứng gà tươi 1 quả, bỏ vỏ, đặt lên trên. Cháo loãng đang sôi đội lên cho trứng chín. Đảo đều, ăn nóng, mỗi ngày 1 lần.

- Phòng chống cảm lạnh: người yếu, người già khi cần tắm, gội hoặc ra ngoài khi trời lạnh

nên phòng chống cảm lạnh bằng cách cắt một lát gừng tươi cạo sạch vỏ (khoảng 15 g) cho vào miệng nhấm nhẹ cho tiết chất cay rồi mới vào phòng tắm gội hoặc ra ngoài trời. Khi tắm gội xong, mặc quần áo ấm, nhai nốt gừng đang ngậm (có khi nấc lên) sẽ đuổi lạnh và làm cho cơ thể thích nghi với môi trường.

- Dị ứng do ăn hải sản (sứa, sá sùng, tôm, cua, cá biển...): gừng tươi lát mỏng 20 g, tía tô xắt nhỏ 50 g. Cho một chén nước vào sắc sôi trong 15 phút. Lấy nước 1 cho bệnh nhân uống, rồi sắc tiếp nước 2 với 1/2 chén nước cho bệnh nhân uống tiếp 2 giờ sau.

- Ăn uống chậm tiêu, ậm ạch: gừng nướng cạo sạch vỏ 15 g, nhai nuốt cả bã. Ngày 1 lần.

Lưu ý: cần thận trọng với bệnh nhân là phụ nữ mang thai, bệnh tiểu đường, tim mạch: không dùng gừng liều cao, nhiều ngày. Không dùng mọi chế phẩm có gừng cùng lúc với Coumarin, Aspirin. Không dùng gừng tươi cho những người đang chảy máu. Không dùng gừng cho người bị cảm nắng, người ra nhiều mồ hôi, sốt cao không ớn rét.

(Theo KHPT)

LOẠI RAU XANH CÓ KHẢ NĂNG "DỌN DẸP" MỠ THỪA TRONG GAN

Gan nhiễm mỡ là một vấn đề sức khỏe phổ biến hiện nay. Đó là tình trạng lượng chất béo tích lũy trong gan vượt quá 5% trọng lượng của gan hoặc có hơn 5% số tế bào gan chứa các hạt mỡ. Gan nhiễm mỡ là một căn bệnh mang tính thời đại rõ rệt.

Mới đây các nhà khoa học đến từ Viện nghiên cứu A&M AgriLife (Mỹ) đã phát hiện khả năng cải thiện tình trạng gan nhiễm mỡ và phòng chống căn bệnh này của hợp chất dị vòng chứa nitơ có tên gọi là Indole. Đây là một dẫn xuất của amino axit tryptophan có nhiều trong các loại rau họ cải như: bắp cải, cải xoăn, súp lơ, cải brussels (còn gọi là cải bi xen)…Gan nhiễm mỡ hiện là một bài toán khó với y học hiện đại bởi chưa tìm ra thuốc điều trị triệt để. Mọi biện pháp hiện nay chủ yếu xoay quanh việc hạn chế các nguyên nhân gây gan nhiễm mỡ, nhất là việc cân đối chế độ ăn uống và tập thể dục thường xuyên.

Nghiên cứu chỉ ra, việc thay đổi chế độ ăn uống và bổ sung các loại rau họ cải có thể giúp ngăn ngừa gan nhiễm mỡ và cải thiện sức khỏe cá nhân.

Ngoài ra, các nhà khoa học tại Viện Karolinska ở Thụy Điển cũng đã công bố một nghiên cứu mới. Trong đó nhóm tác giả chỉ ra rằng, nitrat vô cơ - một hợp chất xuất hiện tự nhiên trong rau xanh, đặc biệt là rau họ cải, có thể làm giảm sự tích tụ chất béo trong gan.

(Theo KTNT)

KINH TẾ & THÔNG TIN THỊ TRƯỜNG

KINH TẾ VIỆT NAM 2020: NHIỀU "TRÁI NGỌT" TRONG NĂM ĐẠI DỊCH

Dịch bệnh, thiên tai hoành hành khiến Tổng sản phẩm nội địa (GDP) năm nay thấp nhất trong nhiều năm, nhưng càng trong gai góc, càng thu nhiều trái ngọt. Trái ngọt ở đây như khẳng định của tờ *Thời báo tài chính* đó là Việt Nam đạt được mức tăng trưởng tích cực nhất trong bối cảnh kinh tế toàn cầu lao dốc. Việt Nam có thể là quốc gia duy nhất có tăng trưởng kinh tế dương ở khu vực Đông Nam Á, theo dự báo của Quỹ Tiền tệ Quốc tế (IMF).

Vượt lên trên tất cả những kết quả đó, năm 2020 là năm thành công nhất nhiệm kỳ 2016 - 2020 về tinh thần, ý chí vươn lên trong mọi khó khăn, thử thách. Hiện, nông sản Việt Nam đã có mặt tại 200 nước và vùng lãnh thổ, trong đó một số mặt hàng chiếm thị phần khá lớn trên thị trường thế giới như: gạo, cà phê, hồ tiêu, hạt điều, tôm, cá tra… Tăng trưởng chung của ngành nông nghiệp cả năm ước đạt khoảng 2,6% (cao hơn mức 2,01% của năm 2019).

Việt Nam và những cuộc đua vào tốp đầu thế giới: Kỳ tích gạo

Một năm đối mặt với thiên tai hoành hành và dịch bệnh dữ dằn nhất trong 100 năm qua, nông nghiệp Việt Nam vẫn giữ vững đà tăng trưởng. Dự kiến trong năm nay, xuất khẩu gạo sẽ vượt mốc 6,6 triệu tấn, vượt qua Thái Lan. Gạo xuất khẩu được giá, thu nhập của nông dân trồng lúa được cải thiện.

EVFTA mang đến cho Việt Nam một lợi thế đặc biệt

Cùng với hạt gạo, con cá tra và con tôm cũng đóng góp tích cực vào tăng trưởng xuất khẩu. Tháng 8, tháng đầu tiên khi Hiệp định

Thương mại tự do Việt Nam - EU (EVFTA) có hiệu lực, xuất khẩu thủy sản sang châu Âu chỉ tăng 1%, đến tháng 10 tăng 20%, tháng 11 tăng 30% và dự kiến tháng 12 tăng 15%. Tương tự, xuất khẩu của Việt Nam sang châu Âu đã tăng lên đáng kể cũng cho thấy một thực tế là Việt Nam đã tận dụng tốt các cơ hội do Hiệp định Thương mại tự do Việt Nam - EU mang lại.

Kỳ tích FDI và vị thế trong 12 quốc gia thành công nhất thế giới

Bất chấp những tác động tiêu cực và nặng nề của dịch bệnh COVID-19, Việt Nam vẫn thu hút được 23,5 tỷ USD vốn đầu tư nước ngoài (FDI), tính đến thời điểm cuối tháng 10 năm nay.

Công ty Inventec chuyên lắp ráp tai nghe AirPods đang chuẩn bị xây nhà máy tại Việt Nam. Sớm hơn, Foxconn - nhà sản xuất thiết bị điện tử lớn nhất thế giới, chuyên sản xuất iPhone, iPad - cũng đã kịp xây dựng nhà máy tại Việt Nam và Ấn Độ.

Các nhà đầu tư châu Âu cũng đang nhìn Việt Nam như một trung tâm sản xuất của khu vực, một địa điểm đầu tư hấp dẫn. Bằng chứng là các nhà đầu tư châu Âu đã đăng ký trên 1,4 tỷ USD, một con số khá tích cực trong bối cảnh đại dịch COVID-19.

EKVFTA khởi đầu lộ trình mới

Mới đây, việc Việt Nam và Anh vừa kết thúc đàm phán Hiệp định Thương mại tự do Vương quốc Anh - Việt Nam (UKVFTA) và hướng tới ký kết hiệp định này, các tờ báo chuyên viết về kinh tế cho rằng, đây cũng là một tín hiệu lạc quan.

Trong bối cảnh Anh rời EU (Brexit), các ưu đãi mang lại từ Hiệp định Thương mại tự do Việt Nam - EU sẽ không được áp dụng tại Anh thì kết quả đàm phán giữa hai nước sẽ tránh được gián đoạn các hoạt động thương mại do hệ quả của Brexit.

Đây là thời của tư duy lại, thiết kế lại và xây dựng lại

Việc Việt Nam ký kết nhiều Hiệp định Thương mại mang tầm chiến lược như CPTPP, Hiệp định Thương mại tự do Việt Nam - EU (EVFTA), gần đây là Hiệp định Đối tác kinh tế toàn diện khu vực (RCEP) và dự kiến sắp tới sẽ là Hiệp định Thương mại tự do Vương quốc Anh - Việt Nam (UKVFTA) có nghĩa là Việt Nam gần như đã hợp tác với tất cả các đối tác trên toàn cầu.

Tiến trình hội nhập của Việt Nam ngày càng sâu rộng. Việt

Nam là đối tác tin cậy của rất nhiều nước lớn. Tuy nhiên, để tận dụng được các cơ hội, thể chế vẫn được xác định là một đột phá chiến lược trong những năm tới. Khác với những năm trước đây, trọng tâm của đổi mới thể chế là cải cách thủ tục hành chính, cải thiện môi trường kinh doanh, trọng tâm đột phá tới đây là đổi mới thể chế phân bổ nguồn lực.

Hoạt động của một công xưởng tại Việt Nam. (Ảnh: Bloomberg)

Kiên định với mục tiêu ổn định vĩ mô

Việt Nam đã nỗ lực cải thiện môi trường đầu tư. Chính phủ đã cam kết sẽ "tạo ra môi trường đầu tư tốt nhất", minh bạch và thuận lợi. Với việc vaccine COVID-19 bắt đầu được sử dụng tại một số nước, kỳ vọng đại dịch sẽ sớm được kiểm soát, mở đường cho thương mại toàn cầu phục hồi. Với một góc nhìn lạc quan, một số tổ chức dự báo kinh tế Việt Nam tiếp tục phục hồi, thậm chí có thể tăng trưởng cao trong năm 2021.

(Theo vtv.vn)

BỆNH NHÂN TRÁI TUYẾN SẼ ĐƯỢC THANH TOÁN 100% CHI PHÍ ĐIỀU TRỊ NỘI TRÚ TRÊN CẢ NƯỚC

Từ đầu năm sau, người có thẻ BHYT tự đi khám chữa bệnh không đúng tuyến tại các bệnh viện tuyến tỉnh sẽ được thanh toán 100% chi phí điều trị nội trú trên phạm vi cả nước.

Đây là một trong những chính sách về bảo hiểm y tế (BHYT) tạo điều kiện cho mọi người bệnh, đặc biệt là những người không thể đến khám chữa bệnh đúng tuyến.

Theo đó, bệnh viện tuyến tỉnh hay tuyến Trung ương chỉ điều trị nội trú phù hợp với tình trạng bệnh lý của người có thẻ BHYT; phù hợp với phạm vi chuyên môn và số giường bệnh nội trú được phê duyệt.

Bộ Y tế cũng yêu cầu các bệnh viện phải tăng cường năng lực điều trị, không để bệnh nhân từ bệnh viện tuyến dưới vượt lên tuyến trên khám chữa bệnh, gây ra tình trạng quá tải.

(Theo vtv.vn)

VĂN HÓA-GIÁO DỤC

CHƯƠNG TRÌNH CHÀO XUÂN 2021 VỚI CHỦ ĐỀ

"LÀNG VÀ NHỮNG SẮC HOA"

Làng văn hóa - du lịch các dân tộc Việt Nam (Đồng Mô, Sơn Tây, Hà Nội) sẽ diễn ra nhiều hoạt động độc đáo chào đón năm mới 2021 với chủ đề "Làng và những sắc hoa" từ ngày 01/12/2020 đến 03/01/2021.

Chương trình có sự tham gia của hơn 100 đồng bào thuộc 16 dân tộc (Nùng, Tày, Dao, Mông, Mường, Thái, Khơ Mú, Ơ Đu, Tà Ôi, Ba Na, Xơ Đăng...) và 12 tỉnh, thành phố trong cả nước; Nhà hát múa rối Việt Nam…

Điểm nhấn trong chuỗi sự kiện tháng 12 "Làng và những sắc hoa" tại Làng văn hóa - du lịch các dân tộc Việt Nam là "Phiên chợ vùng cao chào xuân 2021", tái hiện không gian văn hóa đậm sắc màu các dân tộc vùng cao Điện Biên, Lai Châu, Bắc Kạn cùng vui gặp gỡ nhìn lại một năm đã qua và niềm hân hoan đón chào năm mới 2021 tại "ngôi nhà chung" của đồng bào các dân tộc. Không gian chợ vùng cao là sự kết hợp giữa không gian đồng bào xuống chợ, vui chơi gắn với các hoạt động dân ca, dân vũ, trò chơi dân gian, ẩm thực… với sự tham gia của các dân tộc Mông, Hà Nhì...

Phần trưng bày tranh "Phiên chợ ngày xuân" và một số hoạt động bổ trợ khác sẽ giới thiệu với khách tham quan những bức ảnh về vẻ đẹp của vùng đất, con người các địa phương và một số ảnh không gian văn hóa đã tổ chức tại Làng văn hóa - du lịch các dân tộc Việt Nam.

Cũng tại phiên chợ vùng cao, du khách còn được trải nghiệm một số hoạt động đặc sắc khác là: Trình diễn nghệ thuật múa khèn - Di sản văn hóa phi vật thể quốc gia của dân tộc Mông tỉnh Bắc Kạn; Trình diễn nghề thủ công truyền thống như nghề thêu và trang trí hoa văn trên vải của nhóm Dao đỏ tỉnh Bắc Kạn, thêu khăn piêu của các thiếu nữ dân tộc Thái tỉnh Sơn La, hay nét đẹp của các nghề đan lát truyền thống của các dân tộc đến từ Lai Châu, Bắc Kạn, Điện Biên...

Tại không gian "Ngôi nhà chung", đồng bào dân tộc Lự đến từ tỉnh Lai Châu sẽ tái hiện Lễ hội Căm Mường, đồng bào dân tộc Hà Nhì đến từ tỉnh Điện Biên sẽ tái hiện Tết Khù sự và đồng bào dân tộc Xê Đăng đến từ tỉnh Kon Tum sẽ tái hiện nghi thức On rô pơ rông (uống rượu mừng năm mới) độc đáo của dân tộc mình.

(Theo KHPTO)

TẾT SỬ GIỀ PÀ CỦA NGƯỜI BỐ Y VI TRUYỀN THUYẾT VỀ TRÂU THẦN

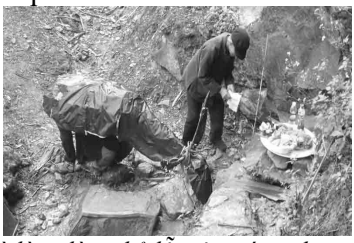
Tết Sử Giề Pà, còn có các tên gọi khác như Tết 8/4, Lễ Tạ ơn trâu thần, được tổ chức vào ngày mồng 8 tháng 4 âm lịch. Đây là một trong những lễ hội lớn trong năm của người Bố Y, huyện Mường Khương, tỉnh Lào Cai, hình thành qua truyền thuyết về ngày trâu thần đã dẫn họ tìm được nguồn nước, vượt qua nạn hạn hán lịch sử.

Theo truyền thuyết, thời xa xưa, Nhà Trời đưa một con trâu trắng xuống hạ giới giúp dân tìm ra nguồn nước. Sự xuất hiện của con trâu còn là dấu mốc thể hiện bước chuyển quan trọng từ phương thức sản xuất chọc lỗ, tra hạt sang sử dụng loài vật này làm sức kéo của người Bố Y.

Mâm lễ cúng chung của thôn gồm chiếc đầu trâu được nặn bằng xôi bảy màu, trứng nhuộm phẩm đỏ, gà luộc nguyên con, rượu, chè, hương, tiền. (Ảnh: PL)

Tết Sử Giề Pà độc đáo với mâm lễ vật cúng chung của làng là chiếc đầu trâu được nặn bằng xôi bảy màu, có đôi sừng dài tượng trưng cho con trâu trưởng thành khỏe mạnh, thêm trứng nhuộm phẩm đỏ, gà luộc nguyên con, rượu, chè, hương, tiền...

Tết chỉ diễn ra một ngày, nhưng trước đó, các gia đình đã thực hiện các bước chuẩn bị rất công phu. Người đàn ông trong nhà lựa chọn những mẻ thóc nếp ngon nhất, phơi và giã để làm nguyên liệu nấu xôi bảy màu. Phụ nữ thì đảm đương việc tìm nguyên liệu để nhuộm màu cho xôi và trứng gà. Các nguyên liệu dùng để nhuộm màu đều là các loại thảo dược được kiếm trong rừng hoặc trồng trong vườn nhà. Việc chuẩn bị trứng gà cũng được những người phụ nữ trong gia đình chăm lo chu đáo. Họ chọn những quả trứng gà ngon, gom lại để dành đến ngày mồng 8 tháng 4 làm quà cho trẻ em.



Già làng làm chủ lễ mâm cúng chung tại ngôi miếu nơi đầu nguồn nước của thôn để tạ ơn trâu thần (Ảnh: PL)

Ngày đón Tết, mỗi gia đình cử một đại diện là nam giới có sức khỏe tốt, mang cuốc, xẻng, dao lên đầu nguồn sửa sang lại nguồn nước, ống dẫn nước, phát quang đường dẫn nước về thôn. Thanh niên được huy động sửa sang lại đường vào thôn, phát quang cỏ cây ven đường cho khang trang, sạch sẽ để đón Tết. Buổi tối trước ngày Tết, phụ nữ lấy cây nhuộm màu đun lấy nước để ngâm gạo nếp. Quá trình ngâm qua một đêm làm cho gạo nếp ngấm màu, có độ dẻo, ngon và thơm lâu. Cũng vào đêm trước Tết, khách từ xa tới, già, trẻ, trai, gái trong thôn tổ chức hát giao duyên đối đáp. Nội dung những câu hát nói về sự tích, ý nghĩa của Tết 8/4 và thăm hỏi nhau về một năm lao động sản xuất, về tình yêu đôi lứa.

Vào ngày tết Sử Giề Pà, các gia đình trong làng đều dậy từ rất sớm. Phụ nữ đồ xôi và luộc trứng để nhuộm màu; đàn ông sắp xếp lại những đồ vật đã được chuẩn bị từ trước để dâng cúng.

Trước khi mang lễ lên cúng ở đầu nguồn nước, người Bố Y phải tạ con trâu trong nhà bằng cách nắm xôi cuộn vào cỏ để cho trâu ăn trước. Gia đình có bao nhiêu con trâu thì cuộn bấy nhiêu nắm xôi để tỏ lòng biết ơn con vật quý của gia đình.

Già làng làm chủ lễ mâm cúng chung tại ngôi miếu nơi đầu nguồn nước của thôn để tạ ơn trâu thần. Mâm lễ chung do mọi nhà trong thôn cùng đóng góp là một cách thể hiện tính cố kết cộng đồng và tinh thần đoàn kết của người Bố Y.

Ngày Tết, thanh niên trong thôn tập trung chơi các trò chơi dân gian như đánh đu, đánh còn, đánh quay và các trò chơi đồng dao. Do người Bố Y sinh sống ở vùng miền núi, địa hình dốc cao, nên địa điểm vui chơi chủ yếu được tổ chức trong các thửa ruộng bậc thang gần nhà. Ngoài các trò chơi dân gian, còn có các hoạt động nghệ thuật dân gian khác như: hát đối đáp, giao duyên, hát ống… Hát ống dành cho những đôi nam, nữ lần đầu mới gặp gỡ nhưng còn e thẹn, không dám cất lời hát trước mặt, mà phải mượn ống hát để thổ lộ tâm giao. Khi đôi nam nữ đã hợp ý thông qua ống hát thì họ mới gặp nhau.

Tết Sử Giề Pà được coi là Tết cầu tài, cầu lộc, cầu may đến với bản làng người Bố Y, để các thành viên dành sự chăm sóc đặc biệt và bày tỏ lòng cảm ơn đến con trâu của gia đình.

(Theo ĐCSVN)

CÔNG NGHỆ THÔNG TIN

PHỔ CẬP INTERNET TOÀN DÂN ĐỂ THÚC ĐẨY CHUYỂN ĐỔI SỐ

Nhân kỷ niệm 23 năm Việt Nam chính thức hoà mạng internet toàn cầu (1997-2020), ngày 16/12, Hiệp hội Internet Việt Nam tổ chức Hội thảo và Triển lãm Ngày Internet Việt Nam 2020 với chủ đề "Hiện thực hoá khát vọng chuyển đổi số của Việt Nam".

Ngày Internet Việt Nam năm nay tập trung thảo luận các chủ đề về điện toán đám mây, công nghệ 5G, công nghệ mã nguồn mở và công nghệ "Make in Việt Nam", hướng tới các giải pháp để chuyển đổi số thành công.

Internet được coi là nền tảng đầu tiên cho việc phát triển hệ sinh thái số đã xuất hiện ở Việt Nam cách đây 23 năm. Trong giai đoạn mới, việc xây dựng một hệ sinh thái số đang đặt nhiều vấn đề như bảo vệ dữ liệu, tạo dữ liệu lớn, đảm bảo an toàn an ninh mạng, hướng tới xây dựng môi trường internet lành mạnh, an toàn, phục vụ cho sự phát triển của toàn xã hội. Do đó, Chương trình Chuyển đổi số quốc gia đến năm 2025 định hướng đến năm 2030 đã xác định rõ 3 trụ cột là "Chính phủ số, Kinh tế số và Xã hội số" với quan điểm là đẩy nhanh tiến trình chuyển đổi số trong từng ngành, lĩnh vực, địa phương, tạo cơ hội để nâng cao thứ hạng quốc gia.

Thứ trưởng Bộ Thông tin và Truyền thông Nguyễn Huy Dũng phát biểu. Ảnh: Minh Quyết/TTXVN.

Ông Nguyễn Huy Dũng, Thứ trưởng Bộ Thông tin và Truyền thông cho biết, năm 2020 là năm khởi động chuyển đổi số quốc gia. Công nghệ số phát triển cho phép đưa toàn bộ hoạt động lên không gian mạng thay vì chỉ số hóa tài liệu, hay là số hóa một vài quy trình như trước đây. Cuộc dịch chuyển này diễn ra với tốc độ nhanh, tạo ra tác động lớn trên cả ba trụ cột. Muốn phát triển đất nước, Việt Nam phải nhanh chóng nắm bắt thời cơ, thực hiện công cuộc chuyển đổi số nhanh, mạnh và rộng hơn nữa, cơ quan Nhà nước, doanh nghiệp và cả cộng đồng phải cùng chung tay

nhau hành động.

Chủ tịch Hiệp hội Internet Việt Nam Vũ Hoàng Liên chia sẻ, hiện nay, Việt Nam được đánh giá là một trong 20 nước sử dụng internet nhiều nhất. Với xu hướng internet trở thành một hệ sinh thái của chuyển đổi số, các chương trình, mục tiêu của Ngày Internet Việt Nam 2020 góp phần giúp các đơn vị hiện thực hóa khát vọng chuyển đổi số.

Theo báo cáo của Liên hợp quốc, chỉ số phát triển Chính phủ điện tử của Việt Nam được tính điểm là 0,66, cao hơn mức trung bình của khu vực châu Á cũng như thế giới. Việt Nam đang xếp thứ 86 về chỉ số Chính phủ số vào năm 2019, tăng 2 bậc so với năm 2018 và đang đứng thứ 6 trong khu vực Đông Nam Á. Năm 2020, trụ cột kinh tế số của Việt Nam đạt được một số kết quả khả quan với mức doanh số 14 tỷ USD, tăng trưởng 16%, gần như cao nhất khu vực Đông Nam Á.

Riêng về xã hội số, Việt Nam chỉ đang ở mức tăng trưởng trung bình ở Đông Nam Á, theo chia sẻ của ông Nguyễn Trọng Đường, Phó Cục trưởng Cục Tin học hoá, Bộ Thông tin và Truyền thông (trong năm 2020, Việt Nam chỉ tăng được 12 điểm với thang điểm 100, theo đánh giá của tổ chức toàn cầu GSMA Inteligent).

Để thúc đẩy quá trình chuyển đổi số, Việt Nam cần mở rộng hơn nữa khả năng tiếp cận internet theo tinh thần internet cho tất cả mọi người, hướng tới phổ cập internet toàn dân. Bên cạnh đó là việc chú trọng phát triển hạ tầng số quốc gia đáp ứng các yêu cầu mới về bùng nổ thiết bị thông minh kết nối internet vạn vật (IoT) và giao tiếp máy - máy; phát triển hệ sinh thái các nền tảng số đáp ứng nhu cầu của người dân, mở rộng không gian mạng quốc gia thông qua mở rộng phạm vi hoạt động của các nền tảng số "Make in Viet Nam". Việt Nam cần nhiều hơn nữa các nền tảng số "Make in Viet Nam", làm chủ hạ tầng số quốc gia, không gian mạng quốc gia, bảo vệ chủ quyền số quốc gia và an toàn, an ninh mạng cho mọi hoạt động của cá nhân, doanh nghiệp và tổ chức trên không gian mạng.

(Theo baotintuc.vn)

2020: NĂM CỦA CHIẾN LƯỢC CHUYỂN ĐỔI SỐ QUỐC GIA

Không chỉ còn là chiến lược, chuyển đổi số đã lan tỏa ngày càng sâu rộng trong đời sống xã

hội Việt Nam.

Tại cuốn sách "Cường quốc trong tương lai", tác giả Hamada Kazuyuki đã đưa ra dự đoán, Việt Nam sẽ nằm trong top 20 nền kinh tế hàng đầu thế giới vào năm 2030.

Dự đoán này đến từ nhiều nguyên nhân khác nhau. Tuy nhiên, điều làm tác giả - một người Nhật - cảm thấy ấn tượng chính là nội lực và khát khao của các doanh nghiệp công nghệ số Việt Nam.

Sự phát triển của ngành công nghệ thông tin và truyền thông (ICT) vì thế được dự báo sẽ là một động lực quan trọng để đưa Việt Nam trở thành cường quốc.

Vẫn còn 10 năm nữa để kiểm chứng dự đoán của tác giả. Thế nhưng, Việt Nam đang cho thấy khát vọng ngày càng lớn để trở thành một quốc gia hùng cường thịnh vượng.

Công nghệ số là con đường duy nhất có thể đưa Việt Nam đến được mục tiêu. Chuyển đổi số chính là bước đầu tiên để hiện thực hóa khát vọng đó.

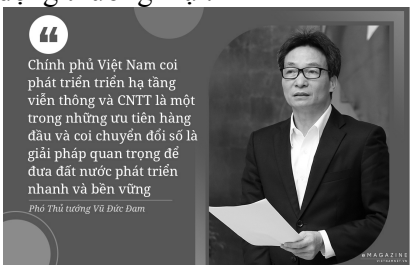
1. Cú huých trăm năm cho chuyển đổi số quốc gia

Chuyển đổi số là cách để thế giới vượt qua đại dịch. Thông điệp này đã được không chỉ Việt Nam mà còn nhiều quốc gia trên thế giới khẳng định tại Hội nghị và Triển lãm Thế giới số (ITU Digital World 2020).

Công nghệ thông tin (CNTT) đang ngày càng chứng tỏ vai trò trong việc giúp thế giới ứng phó với đại dịch. Nhờ hạ tầng CNTT mà thế giới vẫn có thể vận hành, dòng chảy kinh tế, xã hội không bị gián đoạn.

Trong bối cảnh đại dịch, Internet trở thành công cụ hiệu quả nhất, đảm bảo cho sự kết nối của người dân, bất chấp việc giãn cách xã hội.

Covid-19 được ví như "cú huých trăm năm cho chuyển đổi số quốc gia", mang đến cơ hội thúc đẩy CNTT, số hóa các hoạt động sản xuất, dịch vụ và hoạt động thương mại.



Với nước ta, 2020 là một năm quan trọng của ngành ICT Việt Nam. Tháng 6 vừa qua, Thủ tướng Chính phủ đã ký quyết định phê duyệt Chương trình Quốc gia về Chuyển đổi số, chính

thức khởi động chương trình chuyển đổi số quốc gia như một cuộc cách mạng toàn dân và toàn diện.

2. Make in Vietnam: Nền tảng cho chiến lược chuyển đổi số quốc gia

Trong năm qua, Bộ TT&TT đã hiện thực và cụ thể hóa hơn nữa thông điệp "Make in Vietnam". Đây là slogan được tạo ra với mục đích thúc đẩy ngành công nghiệp ICT trong nước. Thuật ngữ này nhằm truyền tải chiến lược, lời hiệu triệu và sự chuyển dịch hướng phát triển của các doanh nghiệp công nghệ số Việt Nam.

Nhờ "Make in Vietnam", nước ta đã trở thành một trong những quốc gia hiếm hoi trên thế giới triển khai thử nghiệm thương mại dịch vụ 5G bằng thiết bị tự sản xuất. Cũng nhờ có tinh thần này, Việt Nam đã chủ động trong việc nghiên cứu, phát triển ứng dụng Bluezone - góp phần vào công cuộc phòng chống đại dịch Covid-19.

Việt Nam giờ đây đã có tới 4 nền tảng mạng xã hội trên 1 triệu thành viên. Trong đó, Zalo hiện là mạng xã hội nội địa lớn nhất Việt Nam với khoảng 60 triệu người dùng, tiếp theo sau là Mocha, Gapo, Lotus.

Với ngành bưu chính, sự xuất hiện của mã bưu chính quốc gia VPostcode sẽ mang hạ tầng địa chỉ số về tới tận các hộ gia đình, từ đó khơi thông dòng chảy của nền kinh tế số và thương mại điện tử.

Hạ tầng số với các sản phẩm và nền tảng số "Make in Vietnam" đã sẵn sàng cho kinh tế số, xã hội số.

Thông qua chiến lược "Make in Vietnam", Việt Nam sẽ cải thiện được chất lượng tăng trưởng, xây dựng nền kinh tế tự chủ và tham gia sâu hơn vào chuỗi giá trị toàn cầu.

3. Y tế chuyển mình nhờ khám chữa bệnh

Vào tháng 9, Bộ Y tế đã khánh thành hơn 1.000 điểm cầu khám chữa bệnh từ xa. Hoạt động này là một phần của Đề án Khám, chữa bệnh từ xa giai đoạn 2020 – 2025.

Nền tảng khám chữa bệnh từ xa của Việt Nam có chất lượng tương đương các nước phát triển. Nhờ nền tảng này, các bác sĩ tuyến dưới có thể tiếp cận công nghệ mới nhanh hơn.

Nhờ có Telehealth, bác sĩ tuyến trên không phải vượt quãng đường hàng trăm kilomet và bác

sĩ tuyến huyện cũng có thể tự xử lý được các ca bệnh khó.

Hệ thống telehealth được kỳ vọng sẽ phát triển hơn nữa khi 5G chính thức được thương mại hóa tại Việt Nam.

Bên cạnh hệ thống Telehealth, ngành y tế cũng đã công bố nền tảng tư vấn sức khỏe online thông qua ứng dụng VOV BACSI24. Nền tảng này giúp người dân có thể liên hệ mọi lúc, mọi nơi với các bác sĩ thuộc nhiều chuyên khoa khác nhau thông qua môi trường mạng.

Điều này đặc biệt có ý nghĩa khi đại dịch Covid-19 chưa có dấu hiệu suy giảm trên toàn cầu.

4. Ngành giáo dục Việt Nam phổ cập học trực tuyến

Học trực tuyến (hay E-learning) đã ra đời và trở thành một xu hướng tất yếu trên thế giới cũng như ở Việt Nam. Điều này càng diễn ra nhanh hơn trong bối cảnh đại dịch Covid-19.

Học trực tuyến giúp tiết kiệm chi phí, thời gian, làm tăng hứng thú học tập nhờ sự xuất hiện các bài giảng trực quan, sinh động… Quan trọng hơn cả, các nền tảng học trực tuyến đã giúp hàng triệu học sinh, sinh viên Việt Nam vẫn có thể duy trì việc học tập bình thường.

Gần 50% trường đại học tại Việt Nam đã tổ chức dạy học trực tuyến trong mùa dịch. Ở những vùng khó khăn, nhiều thầy cô đã quay video bài giảng gửi lên YouTube, Zalo, Facebook và các ứng dụng khác nhằm tạo cơ hội học tập cho học sinh.

Sự phát triển của các mô hình học tập trực tuyến tại Việt Nam thậm chí còn được ghi nhận bởi các tổ chức uy tín trên toàn cầu.

Cùng với chiến lược chuyển đổi số quốc gia, Việt Nam đang ấp ủ trong mình nhiều tham vọng để hiện thực hóa mục tiêu trở thành một nước công nghiệp, phát triển theo hướng hiện đại nhờ công nghệ số.

(Theo ictnews.vietnamnet.vn)

THÔNG TIN CHUYÊN GIA VÀ SẢN PHẨM CÔNG NGHỆ

NHỮNG MÓN QUÀ CÔNG NGHỆ ĐỘC ĐÁO CHO MÙA GIÁNG SINH

Những món đồ công nghệ

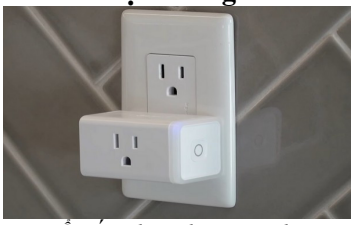
dưới đây có thể là lựa chọn không hề tồi dành cho các tín đồ công nghệ ở mùa Christmas và Boxing Day năm nay.

Kính râm nghe nhạc

Thay vì mua một chiếc tai nghe không dây dễ rơi, kính râm có chức năng nghe nhạc là một sản phẩm công nghệ hiện đại, bắt đầu xuất hiện nhiều trên thị trường thời gian gần đây. Người tiêu dùng có thể thoải mái lựa chọn các loại kính râm nghe nhạc trong khoảng giá từ vài trăm đến dưới 4 triệu đồng, vẫn rẻ hơn cả một cặp AirPods Pro.

Kính râm thông minh tích hợp nhiều tính năng cơ bản của một chiếc tai nghe không dây.

Ổ cắm điện thông minh



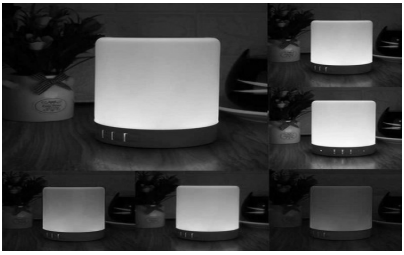
Ổ cắm điện thông minh.

Ổ cắm điện thông minh, hoạt động bằng cách cắm đè lên ổ điện thông thường trong gia đình. Người dùng từ đây có thể ra lệnh bằng giọng nói hoặc sử dụng app trên điện thoại. Từ đó, các thiết bị điện như đèn ngủ, máy pha cafe, quạt cây có thể được điều khiển từ xa hoàn toàn thông minh.

Tuy nhiên với sản phẩm ổ cắm điện, người tiêu dùng Việt Nam cần lưu ý tham khảo các loại điện áp, dòng điện, giắc cắm và chấu của nước ngoài có phù hợp với ổ điện của gia đình hay không, trước khi đặt mua qua mạng.

Loa bluetooth phát sáng

Loa bluetooth là một sản phẩm đã khá phổ biến trong các chuyến đi dã ngoại hay sử dụng tại văn phòng. Nhưng thay vì dùng các sản phẩm thiết kế đơn điệu theo truyền thống, một chiếc loa bluetooth phát sáng chắc chắn sẽ đem lại không khí Giáng sinh ngập tràn màu sắc và tươi vui hơn rất nhiều.



Loa bluetooth phát sáng là một sản phẩm khá đa dụng.

Với những loại loa này, người dùng nên chú ý đến số lượng màu sắc, thời lượng pin, các cổng kết nối USB hoặc khe cắm thẻ nhớ (nếu có).

Hộp đựng diệt khuẩn

Mùa Covid-19 làm dấy lên những lo ngại về sự lây lan dịch bệnh thông qua tiếp xúc gần. Một trong số các thiết bị có thể tiềm ẩn nhiều nguy cơ lây bệnh là smartphone, do tần suất sử dụng thường xuyên dễ trở thành nơi trú ngụ của vi khuẩn. Từ thực trạng này, một số startup công nghệ đã bắt tay nghiên cứu và cho ra đời hộp đựng thông minh với khả năng diệt khuẩn cho điện thoại.

Hộp đựng diệt khuẩn có thể dùng để làm sạch tai nghe, chìa khóa nếu diện tích cho phép.

Trong quá trình hoạt động, hộp đựng sẽ tạo tia UV để tiêu diệt vi khuẩn, virus và các mầm bệnh khác bám trên điện thoại. Ngoài ra, hộp đựng còn tích hợp khả năng sạc không dây và tạo mùi hương.

Sạc đa năng

Ngày nay, không khó để bắt gặp một người có tới hai chiếc điện thoại, đồng hồ thông minh, tai nghe không dây, laptop các loại nhưng chỉ có một cục pin dự phòng. Nhu cầu sạc điện cho các thiết bị thông minh chưa bao giờ là cần thiết đến thế khi có quá nhiều dây dợ, củ sạc cần dùng.

Sạc đa năng giúp người dùng không phải cắm đủ loại dây nhợ

Trước nhu cầu đó, nhiều nhà sản xuất đã cho ra đời các thiết bị sạc đa năng, đế sạc thông minh 3 trong 1… Tiện lợi của các thiết bị này là có thể sạc cho nhiều thiết bị thông minh cùng lúc, tương thích với các chuẩn kết nối USB khác nhau.

Tuy nhiên, người mua cần tìm hiểu kỹ về thông số điện áp đầu vào/đầu ra của sản phẩm, các cổng kết nối hỗ trợ, tránh việc vào điện nhưng không lên sạc.

Cốc giữ nhiệt

Bình giữ nhiệt là một sản phẩm quá phổ biến và không hề

xa lạ với người tiêu dùng. Thế nhưng trong các cuộc họp quan trọng với đối tác, việc sử dụng một chiếc bình giữ nhiệt to bự dường như không phù hợp cho lắm.

Đế của cốc giữ nhiệt có thể dùng cho sạc điện thoại (nếu tương thích).

Chính vì thế, sản phẩm cốc giữ nhiệt đã ra đời với thiết kế không khác gì một chiếc cốc nước có quai thông thường. Tuy nhiên, phần đế của cốc tích hợp chức năng sạc không dây để đun nóng cốc (cũng có thể dùng để sạc cho điện thoại), giữ cho nhiệt độ luôn ở mức 60 độ C dưới điều kiện không đậy nắp trong 90 phút.

(Theo ictnews.vietnamnet.vn)

HỆ THỐNG PHAO NỔI CHO DỰ ÁN ĐIỆN MẶT TRỜI

Trong các dự án điện mặt trời nổi, hệ thống phao nổi đỡ các tấm pin và hệ thống phụ trợ chiếm tỷ trọng khoảng 40% giá trị thiết bị dự án. Hệ thống phao nổi này trong nước chưa sản xuất được mà phải nhập khẩu từ nước ngoài.

Trước nhu cầu đó, các nhà khoa học thuộc Viện Nghiên cứu Cơ khí (Bộ Công Thương) đã nghiên cứu, làm chủ công nghệ thiết kế, chế tạo thành công hệ thống phao nổi, neo cho các dự án điện mặt trời nổi. Hệ thống phao nổi, neo do Viện thiết kế và chế tạo được neo giữ nhờ hệ thống cáp neo chuyên dụng, đảm bảo thích nghi với mọi điều kiện thời tiết trên lòng hồ…

Hiện tại, hệ thống thiết bị đang được ứng dụng rất hiệu quả tại Dự án Nhà máy điện mặt trời nổi hồ Đa Mi, với tổng diện tích mặt bằng 56,65 ha, tổng công suất thiết kế 47,5 MWp, sản lượng điện khoảng 70 triệu kWh/năm.

Thông tin chi tiết xin liên hệ: Nguyễn Hà An - Viện Nghiên cứu Cơ khí. Số 4 Phạm Văn Đồng, phường Mai Dịch, quận Cầu giấy, Hà Nội. Tel: 024.37647350/37644444; Email: narime@narime.gov.vn

(Theo vjst.vn)

HỎI – ĐÁP

Hỏi: *Xin cho hỏi Cách làm giò bò cho món ăn ngày Tết?*

Trả lời: Chuẩn bị nguyên liệu

Bắp bò ngon 700 gam.

Da heo 300 gam.

Mộc nhĩ.

Hành tây 1 củ, gừng một nhánh nhỏ.

Gia vị gồm: nước mắm, bột ngọt, bột canh, hạt tiêu, đường trắng, dầu ăn.

Dụng cụ bao gồm:

Khuôn gói giò.

Lá chuối: Chọn lá chuối bản to, hơ qua lửa để khi gói không bị rách. Lấy phần lá mềm rửa sạch lá.

Dây lạt

Làm giò bò trong khuôn gói giò sẽ đẹp mắt và chắc thịt hơn

Các bước tiến hành

Bước 1:

Bắp bò và da heo được rửa sạch. Cho một nồi nước sạch lên bếp, gừng thái lát mỏng thả vào nồi. Sau khi đun sôi nước thì cho gân bò và da heo vào luộc trong khoảng 10 phút thì tắt bếp.

Mộc nhĩ trần qua nước sôi cho tới khi nở ra hết thì vớt ra, bỏ phần đuôi trắng cứng rồi thái nhỏ.

Bước 2:

Dùng một thau nước sạch thả đá vào cho nước lạnh thì vớt bắp bò và da heo vào ngâm cho tới khi nguội hẳn.

Bước 3:

Thái bắp bò thành những lát mỏng đều nhau. Da heo thì thái sợi dài. Đem bắp bò cùng da heo, mộc nhĩ vào chung với nhau rồi đi ướp.

Thêm nước mắm, bột ngọt, bột canh, đường, tiêu ướp trong 30-35 phút. Nếu không thích đường hoặc hạt tiêu thì có thể không cho.

Bước 4:

Cho một chút dầu ăn vào chảo để nóng thì thêm phần nguyên liệu đã được ngấm đều gia vị vào. Để lửa vừa phải, không quá to.

Đảo đều tay, nêm nếm gia vị vừa ăn, cho tới khi nguyên liệu chín, phần da heo bám vào thành chảo thì tắt bếp.

Bước 5:

Lót một lớp lá chuối vào trong lòng khuôn gói. Cho toàn bộ nguyên liệu vừa xào xong vào khuôn giò đã được chuẩn bị sẵn.

Ép chặt giò lại khoảng 5-6 tiếng cho tới khi giò nguội là được.

Dùng dây lạt gói vào để bảo quản.

(Theo giodadieu.com)

Mẹo vặt: *Các mẹo vặt ngày Tết:*

1. Cách giữ hoa tươi lâu

Để giữ hoa chơi Tết được lâu, bạn có thể cho một ít rượu hoặc bia vào bình nước cắm hoa. Chất cồn trong rượu có thể khử trùng, tiêu diệt vi khuẩn trong lọ hoa đồng thời bổ sung một số thành phần dinh dưỡng khác làm hoa tươi lâu..

Cho vào lọ cắm một ít nước chè nguội.

Nghiền nát viên aspirin cho vào nửa lít nước, lắc cho tan, cắm hoa vào nước này.

2. Bí quyết luộc gà cúng

Cho hành tím đã nướng sơ vào nồi luộc gà, hành sẽ làm thơm nước luộc.

Cho gà vào lúc nước nguội để da gà không bị nứt vỡ. Sau đó luộc gà trong nước sôi lăn tăn không sủi bọt.

Để tạo cho gà có màu vàng óng, trông ngon mắt, bạn vớt ra khỏi nước sôi và ngâm ngay vào thau nước sạch, lạnh. Ngâm đến khi nào thịt gà nguội hẳn mới nhấc ra để giữ màu da không bị sậm xuống. Sau đó, để thịt ráo nước một chút, dùng mỡ gà đã thắng quệt một lớp lên da, da gà sẽ có màu vàng bóng và căng mượt.

3. Khử mùi hôi tủ lạnh

Muốn khử mùi hôi ở tủ lạnh, bạn có thể thái lát chanh mỏng, đặt ở các tầng tủ lạnh, mùi hôi sẽ bị hút hết.

Lấy 500g quýt tươi rửa sạch, lau khô và đặt nhiều nơi trong tủ lạnh.

4. Rán nem giòn

Trước khi rán để đĩa nem vào tủ lạnh khoảng 15-20 phút cho nem khô sau đó hãy rán.

Cách 1: Trước khi bỏ nhân vào lá nem, hãy phết lên một ít bia hoặc giấm sau đó mới đổ nhân vào cuốn. Cách này đảm bảo ăn giòn và màu nem lên đều đẹp.

Cách 2: Rán ngập dầu (nên dùng chảo sâu lòng, hoặc nồi nhỏ thì sẽ tiết kiệm dầu hơn). Khi cho dầu vào chảo thì cho thêm vài giọt nước cốt chanh. Tiếp theo đun dầu sôi và rán như bình thường. Nếu cho nước cốt chanh vào ngay từ đầu thì lúc rán không bị bắn, và vỏ nem rất giòn.

Cách 3: Rán hai lửa. Lửa 1 rán lửa nhỏ, nem chín tới, gắp ra để nguội. Lửa 2 rán lửa lớn, cho nem vào, vàng mặt vớt ra ngay.

Cách 4: Rán hai lửa. Lửa 1 rán lửa nhỏ, nem chín tới, gắp ra để nguội. Lửa 2 rán lửa lớn, cho nem vào, vàng mặt vớt ra ngay.

(Theo khoahoc.tv)