



Ứng cử viên Tổng thống của Đảng Cộng hòa, cựu Tổng thống Hoa Kỳ Donald Trump phát biểu trong cuộc vận động tranh cử tại Trung tâm Hội nghị Reno-Sparks vào ngày 17 tháng 12 năm 2023 ở Reno, Nevada. (Ảnh của Justin Sullivan/Getty Images)

DONALD TRUMP NGÃ HAY BAY?

Ngu Yên

Năm 2023 tiến vào những ngày cuối cùng, nó sẽ đi qua và không bao giờ trở lại. Lịch sử sẽ đi qua nhưng những việc làm của con người sẽ tồn tại với sự khôn ngoan và ngu ngốc của đa số.

Cụm từ 'con-người-đa-số' chỉ định ý muốn chung của đa số người. Và 'con-người-thiểu-số' dành phải tuân theo. Trò chơi dân chủ luôn luôn là con dao hai lưỡi có hiệu quả tùy thuộc sở thích của con người đa số. Sở thích? Một thứ tạo ra tốt lành hoặc khổ nạn. Đúng ra là cả hai, nhưng có một trong hai sẽ lớn hơn, đôi khi, lớn gấp bội phần. Nếu khổ nạn quá lớn thì cuộc sống chung sẽ thay đổi, có khi lâm vào mức tồi tệ. Chẳng hạn như trường hợp nước Đức dưới thời Hitler. Ý muốn của con người đa số đam mê nồng nhiệt ý muốn của Hitler. Cho ông ta cơ hội dẫn đầu một quốc gia quyền lực, tạo ra hiệu quả cuộc chiến thế giới thứ hai. Hậu quả tàn khốc đó do ai? Hitler? Đúng một phần. Phần lớn là do con-người-Đức-đa-số, thời đó, thiên

cận, tự hào cái tôi quá lớn, suy nghĩ và quyết định theo sở thích thiếu giá trị phẩm chất tồn tại.

Có hai lỗi chính để tồn tại: Cùng nhau chia xẻ để tồn tại hoặc giết chết người khác để mình tồn tại. Về sau, giết người để mình tồn tại là ý tưởng và hành động có từ thời thượng cổ một cách chính đáng, rồi kéo dài cho đến nay, tiềm ẩn dưới nhiều hình thức, chẳng hạn như chiến tranh Nga và Ukraine, Hamas và Do Thái, ... trong xã hội như vấn đề màu da, giới tính ... trong chính trị như sự thôn tính quyền lực giữa hai đảng ... vân vân. Về trước, cùng nhau tồn tại, thể hiện như chưa thể có tác dụng để đương cự với thú tính mà nhạc sĩ Phạm Duy đã hỏi: "Giết người đi thì ta ở với ai?"(*) Dù ông biện minh: "Kẻ thù ta đâu có phải là người?" (*) Nhưng câu trả lời thực tế vẫn là "Giết người đi để ta ở với ta."

(*Tâm ca Kẻ Thù Ta, Phạm Duy.)

Sống bằng sở thích và sống bởi lý trí hướng dẫn sở thích là hai loại người khác nhau. Hiệu quả của sống bằng sở thích không cần phải hữu lý hay phi lý. Ngược lại, sự suy nghĩ đòi hỏi đánh giá sự việc trên thang đo tiêu chuẩn đạo lý. Hai nguồn lực căn bản này ảnh hưởng mạnh mẽ đến "cái tôi." Cái tôi của "biết mình" và cái tôi của "không biết mình." Ai đã từng tìm hiểu triết học của Heidegger sẽ nhận ra cái tôi là một phần của Dasein mà nỗi sợ hãi có tác dụng toàn bộ trên hành động của con người. 'Khả năng sợ hãi gia tăng tỷ lệ thuận với những mối đe dọa' (Trích

Summary of Being and Time của Mike Sutton.)

Làm sao để biết được mình?

Tự suy gẫm về mình, trung thực nhìn vào tận gan ruột của bản thân, nhưng cách này khó, vì cái tôi ít khi muốn tự nhận, đúng hơn là thường xuyên giả lơ, sự xấu hoặc làm lỗi. Lối thứ hai là tự so sánh mình với người khác, cho dù chưa chắc đã biết thực sự họ tốt xấu ra sao, nhưng khi so sánh, tự nhiên, sẽ có ý nghĩ nhưng thành thực hơn về bản thân. Ý nghĩ đó bắt đầu bằng cụm chữ: "Tại sao tôi như vậy?"

"Tại sao tôi quá giống hoặc hơi giống ông Trump?"

Xem tiếp **NGÃ** trang A2

THẾ GIỚI BUỒN VUI QUA NHỮNG SỰ KIỆN 2023

Doãn Hưng



Chiến tranh Hamas- Israel gây hoang tàn, chết chóc tại Gaza. (Nguồn: Youtube)

Thế giới đang ở trong những ngày cuối năm 2023. Vừa mới hát Silent Night để đón mừng Giáng Sinh, nay chuẩn bị tiễn năm cũ với ca khúc bất tử Auld Lang Syne. Năm 2023 khép lại với nhiều chuyện vui lẫn chuyện buồn. Ở một thế giới chia rẽ như hiện nay, niềm vui của người này có thể là nỗi buồn của người khác. Vui hay buồn còn tùy theo quan điểm của cá nhân.

Chọn ra những sự kiện nào được xem là quan trọng đối với thế giới trong năm 2023 là khó, và cũng tùy thuộc vào quan điểm cá nhân. Hãy cùng điểm qua một số sự kiện đáng chú ý theo sự lựa chọn của hai trang mạng Council on Foreign Relations và Business Standard.

1- WHO chấm dứt tình trạng khẩn cấp toàn cầu về Covid-19.

Tổ Chức Y Tế Thế Giới (WHO) tuyên bố chấm dứt tình trạng khẩn cấp toàn cầu đối với COVID-19 vào ngày 5 tháng 5, hơn ba năm kể từ lần tuyên bố đại dịch đầu tiên. Chỉ mới sau ba năm, mà có vẻ như nhiều người Mỹ đã quên mất cơn đại dịch một thời làm đảo lộn cuộc sống của mình. Covid-19 biến những thành phố không bao giờ ngủ thành những thành phố ma, cướp đi sinh mạng của hơn một triệu người Mỹ. Tính trên toàn thế giới, WHO cho biết có gần bảy triệu người chết vì Covid tính đến Giáng Sinh 2023.

Theo dữ liệu của WHO, tỷ lệ tử vong do Covid đã giảm đáng kể, từ 100,000 người mỗi tuần (đỉnh điểm vào tháng 1 năm 2021) xuống chỉ còn hơn 3,500 người vào tuần lễ Giáng Sinh năm 2023. Điều này có được là nhờ việc tiêm chủng rộng rãi, phương pháp điều trị được cải thiện, và khả năng miễn dịch của người dân. Tuy nhiên, mối lo ngại đã gia tăng khi sự xuất hiện của biến thể JN.1 Covid, khiến các chính phủ trên thế giới phải tăng cường cảnh giác và thực hiện các biện pháp phòng ngừa.

2- Ấn Độ vượt Trung Quốc trở thành nước đông dân nhất thế giới.

Vào tháng 4, Liên Hợp Quốc công bố Ấn Độ đã vượt qua

Xem tiếp **BUỒN VUI** trang A3

MỘT SỐ TIẾN BỘ Y TẾ ĐÁNG CHÚ Ý NHẤT TRONG NĂM 2023



Các loại thuốc giảm cân đã thu hút nhiều sự chú ý vào năm 2023, nhưng những tiến bộ y tế trong các phương pháp điều trị các bệnh khác cũng rất đáng được chú ý.

Năm 2023 chứng kiến sự phát triển mạnh mẽ của nhiều phương pháp điều trị mới, như liệu pháp chỉnh sửa gen CRISPR đầu tiên, thuốc trị bệnh Alzheimer và vắc xin RSV... (Nguồn: pixabay.com)

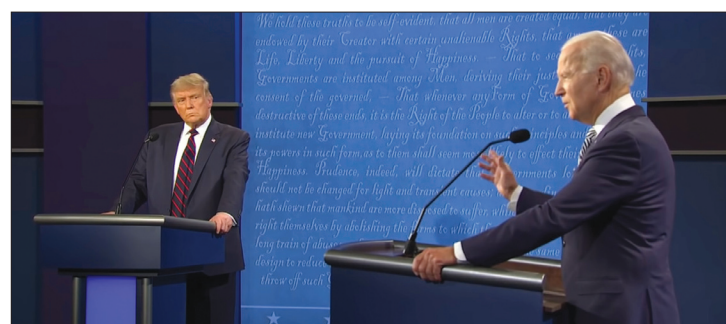
Chỉnh sửa gen CRISPR được bật đèn xanh

Ngày 8 tháng 12, Cơ Quan Kiểm Soát Thực-Dược phẩm Hoa Kỳ đã phê duyệt liệu pháp chỉnh sửa gen CRISPR/Cas9 đầu tiên trên thế giới. Phương pháp điều trị này được gọi là Casgevy, nhắm vào bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm (sickle cell), giúp cơ thể bệnh nhân tạo ra huyết sắc

Xem tiếp **TIỀN BỘ** trang A4

TRƯỚC THỜI CUỘC

SO SÁNH NỀN KINH TẾ HOA KỲ THỜI BIDEN VỚI THỜI TRUMP



Cả Trump và Biden đều tự hào khoe những đóng góp của họ cho nền kinh tế Hoa Kỳ trước cuộc bầu cử năm 2024. (Nguồn: Chụp lại từ YouTube)

Còn không tới một năm nữa là sẽ diễn ra cuộc bầu cử tổng thống, và các vấn đề kinh tế một lần nữa lại là mối quan tâm hàng đầu của cử tri ở Hoa Kỳ.

Bất chấp sự phục hồi nhanh chóng của nền kinh tế sau đại dịch, Tổng thống Biden vẫn gặp khó khăn trong việc thuyết phục người dân Hoa Kỳ rằng các chính sách của ông đang cải thiện tình hình tài chính của họ. Trong các cuộc thăm dò, đa số người dân Hoa Kỳ vẫn nói rằng họ tin tưởng vào cách lèo lái nền kinh tế của cựu tổng thống Donald Trump hơn là của Biden.

Thành tích kinh tế của cả hai tổng thống đều được xác định bởi đại dịch và những hậu quả kéo theo sau đó. Cuộc khủng hoảng Covid đã làm đảo lộn thị trường việc làm, gây ra lạm phát cao hàng thập niên và làm tăng thêm hàng ngàn tỷ đô la vào khoản nợ liên bang.

Nền kinh tế ngày nay đã khác rất nhiều so với năm 2017, thời Trump vừa nhậm chức. Nhưng dữ liệu cho thấy trải qua mỗi chính quyền đều lưu lại dấu ấn của mình: thời

Xem tiếp **SO SÁNH** trang A7

ĐIỀC SƯƠNG HƠN

Lê Đức Luận

Tác giả Lê Đức Luận lần đầu tham dự VVNM với bài "Ngắm ra mới thấy thêm". Tốt nghiệp Khóa 1 Trường ĐH/CTCT/Đà Lạt, trước năm 1975 ông là sĩ quan, làm việc trong Ủy Ban Bình Thư - Tổng Cục/CTCT/QL VNCH - Sài Gòn. Sau năm 1975 Ông bị "tập trung cải tạo" 7 năm. Sang Mỹ năm 1986. Tác giả vừa nhận giải Danh Dự năm 2023.

*

Lão Tư Li năm nay bước vào tuổi tám mươi. Đời lão lắm gian truân, nhưng cũng có nhiều may mắn. Sau ngày 30-4-1975, đời lão đã "tàn trong ngõ hẹp" - tưởng rằng lão đã bỏ thầy thuốc

rừng Việt Bắc trong những ngày bị lưu đày trong các trại "tập trung cải tạo" của cộng sản.

Nhưng lão đã trở về sau bảy năm lao lý.

Lão trở về với tám thân gây guộc, ngoài vợ và hai đứa con thơ, lão chẳng còn gì! Nhưng lão phải sống để đền đáp cái ân tình của người vợ thủy chung đã đợi chờ cho đến ngày lão ra tù, để cùng nàng nuôi dạy hai đứa con thơ. Lão đã trải qua những ngày cơ cực, bươn chải kiếm sống, nuôi con như những người cùng khổ nhất trong xã hội lúc bấy giờ.

Lão phải sống! Nhưng lão biết với cái lý lịch ba đời nhà lão - chẳng những lão sẽ khó nhọc suốt đời mà



Tác giả Lê Đức Luận (từ trái, người thứ hai) nhận giải Danh Dự tại Lễ Phát Giải Ra Mắt Sách VVNM 2023, Garden Grove, CA.

con cái lão rồi cũng chẳng ngóc đầu lên được dưới chế độ cộng sản.

Thời điểm ấy, nhiều người ở trong hoàn cảnh như lão, muốn thoát khỏi chế độ cộng sản để tìm cuộc sống tự do và tương lai cho con cháu. Phong trào vượt biên, vượt biển bùng phát. Sự kiện này đã thôi thúc lão

tìm đường vượt biên! Lão biết ra đi là "tìm sự sống trong cái chết." Nhưng lão liều! Thà chết còn hơn sống mà không có tự do. Lão vay mượn đó đây vừa đủ tiền cho lão và đứa con trai sáu tuổi ra đi.

Nhưng chuyện vượt biên

Xem tiếp **VIỆT** trang A7

VIẾT VỀ NƯỚC MỸ



Hình in trên cup, với hàng chữ: Never Surrender. Giá \$17.95

Tiếp **NGÃ** trang A1

Tại sao lại là ông Trump?
Tại sao không chọn tìm hiểu ông Biden, ông Putin, ông nổi bật nào đó, mà chọn ông Trump? Thưa bạn đọc, vì tôi muốn tự thú, tôi có nhiều tính tình và hành vi giống ông Trump.

Tại sao: ông Trump?

Cho đến nay, những thống kê cuối năm có thể tin cậy cho thấy số lượng con-người-đa-số cao hơn con-người-thiểu-số một ít. Con-người-đa-số đó đang ủng hộ ông Trump. Nghĩa là, có vẻ như, đa số đang thích tôi.

Và nhân vật này đang là một hiện tượng đặc sản, đang được con-người-Mỹ-đa-số ưa thích, có một số cuồng mê ông như trong quá khứ con người đa số đã điên say Hitler, Mao Trạch Đông, Hồ Chí Minh hoặc ngược lại như Gandhi, Martin Luther King, Nelson Mandela, vân vân.

Hậu quả của mỗi ông nêu trên đưa vào đời sống về sau khác nhau, có thứ tốt đẹp và có thứ khôn khéo. Nếu như ông Trump được ủng hộ táo bạo và thành công, chỉ huy Mỹ quốc bốn năm nữa, hoặc có thể hơn vì ông là người có tham vọng thay đổi hiến pháp, thì hiệu quả tốt đẹp hay khôn đốn?

yếu bóng vía nhìn thấy là kính nể ngay lập tức. Tôi tung hoành ở xóm trên, tạo ra một chút tiêu sừ còn đồ. Có vị trí của một đại ca trung cấp. Thực tế là do mồm miệng đỡ tay chân. Tôi nói giỏi. Thuyết phục giỏi. Và giỏi nhất là hăm dọa. Tôi mà hăm dọa một nhân vật nào thì cả nhà đưa đồ đều kính sợ, cho dù, tôi chẳng làm gì cả. Biết sử dụng lời nói một cách du côn thì tác dụng uy hiếp mạnh hơn luật pháp. Khả ra lửa. Vì vậy tôi có biệt danh là “Tiền Khủng Long”

Ở xóm dưới có đại ca du đảng khác, biệt danh “Đức Rắn.” Thăng này muốn đánh đấm ai, hạ gục ai, thì cứ im lặng đến gần, rồi bắt ngờ ra tay, như rắn cắn.

Các đàn em hai xóm đụng độ nhau dẫn đến việc hai đại ca gặp nhau để giải quyết vấn đề. Tranh giành quyền lực đại ca và quyền lợi có người cung phụng ăn nhậu “Cờ Tây”. Phe xóm dưới tấn thủ phía trong. Phe xóm trên đóng đô phía trước. Hai bên đều bình tĩnh uống bia, vì chai là vũ khí, uống nhiều chai cho đầy đủ đạn dược. Chưa bên nào tỏ vẻ muốn tấn công hoặc đối thoại. Không gian chờ đợi giây phút hỗn loạn sắp hiện hình. Đột nhiên, Đức Rắn

đứng dậy, cầm con dao bén cắt thịt chó, tự rạch vào tay trái từ cùi chỏ đến cườm tay, một đường dài, máu tung toé, rồi điềm nhiên ngồi xuống. Đám đàn em xé vải khăn bàn băng bó vết thương. Xóm trên không phản ứng, quá mức hăm dọa. Một người tự cắt tay mình như rọc giấy mà không tỏ vẻ đau đớn, thì cắt người khác không bao giờ chùn tay. Ghê thật. Một lát ngắn sau, xóm trên tự động đứng dậy ra về. Từ đó, đại ca xóm trên rời xa danh từ du đảng, trở thành một sinh viên trường luật từ tế, khôi hài và nhát gan.

Những người giống cá tính ông Trump, chia làm hai loại: Loại thứ nhất, càng giống càng mê. Thậm chí mê tín ông Trump hơn Giáo Hoàng, Tăng Thống, Bà Thanh Hải, vân vân... Gọi là nhóm Cuồng Trump. Nhóm mê ít hơn, gọi là Si Trump. Nhóm thấy người khác mê, mình mê theo, gọi là Vĩ Trump (tức là Đuôi Trump). Loại thứ hai, tuy biết mình giống Trump nhưng không theo sở thích mà theo lý trí, đánh giá đời sống theo giá trị của phẩm chất làm người, thì trở thành nhóm chống Trump. Tôi khởi đầu là Si Trump bây giờ là Nghịch Trump. Tôi vốn gan thỏ, nên dùng chữ nghịch cũng cảm thấy hơi sợ. Thôi thì nói cho nhẹ

nhàng, tôi không thích ông Trump.

Xét về mặt bên ngoài nhìn vào, ông Trump có thể chất cao lớn, xếp vào hạng đẹp trai những lúc ông cười. Lúc quạu thì vẻ đẹp biến mất, nét lửa thay thế vào. Thuộc vào hạng công tử, nhà giàu, có thể lực, có tiền bạc, điển hình một vị trí hiện sinh mà nhiều người ham muốn. Theo như cuốn sách “*Too Much and Never Enough*” của Mary Trump, cháu gái ông Trump và những lời kể lại của những bà con, người quen biết, kể cả những kẻ phục vụ cho ông, thì ông là một người được nuông chiều từ nhỏ đến lớn nên trở thành “không biết điều,” có lẽ, đúng hơn là “không cần biết điều.” Xem thường mọi quy luật vì vậy khi trưởng thành, theo đà đó, xem thường luật pháp. Chưa có vị tổng thống Hoa Kỳ nào mà giấu giếm, từ chối không trung ra bản khai thuế cuối năm như ông Trump. Chưa có nhà kinh doanh xứng đáng nào dám tự động tăng giá địa ốc, cơ sở, sản phẩm lên mức cao không thể tưởng so với giá trị thật. Phải chăng không sợ luật pháp là anh hùng?

Nói về mức độ nhan sắc ông Trump. Khi tôi trọn mắt, nhủu mày thì vợ con tôi sợ kinh khiếp. Có lẽ tôi không được đẹp trai như ông, nên khi ông tự công nhận mình là cái máy hôn, thì tôi thua xa. Có lẽ máy của tôi đã hư từ căn bản. Hôn nữa, ông còn tự hành động như máy bóp hạ bàn. Đàn ông nào không thích? Tôi cũng thích nhưng nghèo, không có tiền trả nếu bị kiện. Ông có thể mắng chửi người làm, người giúp việc, nhân viên, kể cả những người trong ban tham mưu, ban hành chánh, ban tranh cử, một cách quá độ. Đó là việc tôi không dám làm. Kể

cả lúc tôi làm tổng giám đốc của hai đài phát thanh Houston và Dallas, có khá nhiều nhân viên, nhưng lúc nào tôi cũng nhỏ nhẹ, vui vẻ vì bài học Đức Rắn. Ai có thể biết được lúc nào rắn sẽ cắn? Lo xa là tốt hơn.

Về tiết mục phụ nữ, tôi giống ông Trump. Khác một chút, là tôi không được đòi tượng mê lại, không có khả năng chu cấp nếu được đáp trả. Khác lớn hơn, chưa được gán gởi các thí sinh và hoa hậu thế giới. Đây cũng là một lý do ngấm ngấm khiến nhiều người ngưỡng mộ ông Trump. Phải chăng càng có nhiều mỹ nhân càng anh hùng?

Tôi thích nhất là nghe người quen, cuồng si vĩ Trump khen ngợi ông Trump là một anh hùng. Là một người dám nói, dám làm, không rụt rè như trí thức “gà phải cáo.” Xét như vậy là xét từ hành động, hành vi để đoán được tính tình; xét hình dạng, xét hành vi để kết luận về nhân cách là phương thức sai lầm. Sai ở chỗ đi từ ngành trở về gốc. Ngành thì nhiều, gốc chỉ có một. Đáng lẽ phải xét từ gốc ra đến ngành. Ngành chỉ để minh chứng cho gốc, không thể là gốc. Nếu có người hỏi: Con chó là gì? - Nghe nó sủa, đúng là chó. - Nếu con chó bị cắn, không phải chó hay sao? - Biết sủa cũng có thể là sói. - Nghe sủa? Có ai đó mở máy thu bằng tiếng sủa, còn con kia, đầu phải là chó, nhất là, thời đại điện tử tân tiến hôm nay, giá chó để hơn làm người.

Tôi xét thấy ông Trump cũng là loại “anh hùng đồ mồ hôi” như tôi.

Ông Trump có tài thuyết phục, bằng một cách hùng biện khác với đường lối học viện và chính đáng dựa trên cơ bản luận lý tiến đến hữu

Xem tiếp **NGÃ** trang A3



Hình chụp lại từ The Cut: Donald Trump Shares His Thoughts About Ladies' Skin. Của Rathelenn Hou.

Một Giải Pháp. Không Phức Tạp.



Nếu quý vị sống tại Quận Cam và có sự đài thọ Medicare và Medi-Cal, quý vị có thể nhận được chương trình **OneCare** do CalOptima Health cung cấp với **zero** tiền lệ phí hàng tháng, **zero** tiền khấu trừ, **zero** tiền phụ phí và nhiều hơn nữa.



Xin gọi **1-877-412-2734** hoặc vào trang mạng **caloptima.org/OneCare**

Nếu quý vị có sự đài thọ Medicare và Medi-Cal, xin tìm hiểu thêm về chương trình **OneCare!**

OneCare (HMO D-SNP), Chương trình Medicare Medi-Cal, là một Chương trình Medicare Advantage có hợp đồng với Medicare. Việc ghi danh gia nhập OneCare tùy thuộc vào việc gia hạn hợp đồng. OneCare tuân thủ luật dân quyền hiện hành của liên bang và không phân biệt đối xử dựa trên chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, độ tuổi, khuyết tật hoặc giới tính. Xin liên lạc đường dây miễn phí của văn phòng Dịch Vụ OneCare ở số **1-877-412-2734 (TTY 711)**, 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần. Xin vào trang mạng của chúng tôi tại **www.caloptima.org/OneCare**.

H5433_23AD013TV_M

CalOptima Health, A Public Agency

Tiếp VIẾT trang A7
 chồng lão sẽ không còn phân ly.
 Lão tin vào định mệnh. Cho nên đời lão đã trải qua nhiều thử thách và cảnh ngộ đau thương, lão cam chịu... ít khi than thở. Trải nghiệm cuộc đời, lão “ngộ” được cái lẽ vô thường trong kiếp nhân sinh. Lão cũng thắm nhuần câu chuyện “Tái ông thất mã” - trong cái rủi có cái may. Cho nên, khi gặp may mắn, lão không tự mãn; lúc xui rủi lão không tuyệt vọng. Những người quen biết, đặt cho lão cái tên là Tư Li.
 Những khi cơ khổ, lão nhớ đến mấy câu thơ trong bài Vịnh Cảnh Nghèo của cụ Nguyễn Công Trứ: “...Cơ thường đông hết hẳn sang xuân/ Trời đầu riêng khó cho ta mãi/ Vinh nhục dù ai cũng một lần.” để nuôi

hy vọng.
 Những năm sau 1975, nhiều người ở miền Nam, không thể sống nổi dưới chế độ hà khắc của cộng sản - phải trốn chạy bằng mọi cách - bắt chấp hiểm nguy! Nhiều thảm cảnh đã xảy ra trên biển cả làm động lòng lương tâm nhân loại. Do vậy, nhiều nước chấp nhận cho định cư những người có thân nhân nước ngoài bảo lãnh qua chương trình ODP (ra đi có trật tự) để giảm bớt những đau thương. Sau đó có thêm chương trình HO đã cứu vớt nhiều gia đình cựu quân nhân QL/VNCH thoát cảnh lâm than.
 Lương tâm và tình nhân loại đã đem đến cho gia đình lão niềm hy vọng.
 Một ngày đẹp trời gia đình lão xách va-li lên phi cơ về miền đất hứa. Lúc ngồi đợi máy bay ở phi trường Tân Sơn Nhất, lão còn lo sợ công an đến bắt quay về. Đến khi phi cơ cất cánh lão mới an lòng - đời lão từ đây coi như hết con bị cực.
 Qua khung cửa sổ hẹp của máy bay, lão nhìn xuống thành phố Sài Gòn - những đường phố lướt qua dưới ánh nắng ban mai trong trẻo, rồi những sông rạch uốn lượn, dấu mình trong các làng mạc ven đô, rồi lặn vào các khu rừng thấp... rồi dần dần lộ ra trên những cánh đồng lúa trải dài như những nét kẻ màu trắng trên

tấm thảm nhung xanh. Máy bay nghiêng cánh, lên cao - Sài Gòn nhỏ dần, rồi chỉ còn chấm đen. Mất hút! Bây giờ, chung quanh là trời xanh lồng lộng. Bên dưới là biển cả bao la. Lão thấy lòng se thắt!
 Bao nhiêu năm, bị đọa đày trên quê hương khôn khổ ấy, lão muốn trốn chạy. Giờ đây, trên đường lưu vong ly biệt - căn nhà cũ, con đường xưa, lũy tre nơi thôn làng quê ngoại, cùng với những kỷ niệm thân thương thời thơ ấu, phút chốc hiện ra, khiến lão rung rung... Hình ảnh quê hương khó có thể phai mờ trong ký ức.
 Đến nơi đất khách, quê người, cũng như bao nhiêu gia đình tỵ nạn khác, gia đình lão được hội nhập vào xã hội văn minh Hoa Kỳ, nhờ sự giúp đỡ tận tình của người dân bản xứ. Đôi khi lão tự hỏi: “Tại sao những người cùng tổ tiên, nòi giống lại tìm cách đọa đày nhau, còn ở đây với những người xa lạ, nhưng họ lại cứu mạng gia đình lão với tất cả tấm lòng nhân ái và hào sảng?”
 Mấy mươi năm sống trên nước Mỹ, con cái lão được học hành tử tế, thành đạt. Lão có việc làm, được sống trong tự do, no ấm... Đến năm sáu mươi hai tuổi, lão xin về hưu sớm để an hưởng tuổi già. Lão nghĩ theo quan niệm xưa: “sáu

mươi năm cuộc đời” - bây giờ đến tuổi sáu hai, lão cho như vậy đã đủ cho một đời người. Nhưng tuổi thọ của con người ngày nay tăng lên - tám mươi chưa phải là già. Nhiều người đã ví von như thế khiến lão an lòng, vui sống...
 Được sống đến tám mươi tuổi, lão bảo đó là “bonus” trời cho, nhưng lão không tránh khỏi tiền trính “Sinh, Lão, Bệnh, Tử”. Năm bảy mươi tuổi, thính giác bị lão hóa - lão bắt đầu mang bệnh điếc!
 Nhưng lão lì, không mang máy trợ thính, chấp nhận bệnh điếc như một ân sủng. Lão lý luận: “Già phải mang bệnh - điếc là bệnh dễ chịu nhất để bớt nghe những chuyện thị phi - cho tâm hồn thanh thản...
 Lão nhớ, hồi ở trại tù K1/Tân Lập - Vĩnh Phú, các niên trưởng, mang cấp bậc Trung tá, Đại tá, đa số đều mang bệnh điếc. Điếc già, điếc thiệt... không ai biết được. Nhưng “điếc” mang lại sự an toàn. An toàn là thế này: Các đàn em khi gặp lại các niên trưởng thường ri tai to nhỏ, toàn những chuyện “giật gân, phản động”. Bọn “ăn ten” thấy vậy báo cáo với cán bộ. Thế là các “cụ” bị kêu lên làm việc, khai báo những gì đã nghe. Sự thật, chỉ là những tin đồn... nhưng các “cụ” phải khai, và phải nói sao

cho khéo để đỡ đòn cho đàn em. Thế thì mệt quá! Thời thì cứ già điếc (có cụ điếc thiệt) để các đàn em khi gặp phải chào to, nói lớn... mà nói lớn thì đầu dám tiết lộ những chuyện bí mật phản động. Thế là quý cụ yên tâm.
 Khi lão điếc ở mức độ 50%, Lão bớt nghe chuyện đời thị phi, rồi rằm. Ở nhà, những lúc đang say mê xem phim, hay đọc chuyện, vợ kêu rửa chén, lật rau, lão không nghe, bà vợ bực mình cảm rằm... rồi làm hết mọi thứ. Lão cứ ung dung... Nhưng “thái quá thì bất cập!” Càng già bệnh điếc càng gia tăng, khiến lão ngỡ ngàng như người ở “cõi trên”. Vợ con thấy vậy, khuyên lão nên đeo máy trợ thính, nhưng lão “lì” không chịu mang. Con gái lão giải thích: “Những người bị điếc mà không đeo trợ thính, lâu ngày sẽ sinh ra bệnh mất trí nhớ (alzheimer).”
 Trong đời, lão sợ nhất là bị bệnh đột quỵ (stroke), thứ hai là bệnh lú lẫn (alzheimer). Cho nên lão nghe theo lời khuyên của con gái, ra Costco mua một cái máy trợ thính.
 Từ ngày mang máy trợ thính, lão sinh bệnh mất ngủ.
 Mỗi lần nghe những tên bình luận thời sự lếu láo trên Radio, TV, You Tube, thiếu khách quan hay nghe

những người lảm chuyên khoác lác, khoe khoang... lão bực mình.
 Ở nhà, mỗi khi bà vợ già cảm rằm điều gì lão nghe hết đầu đuôi... Thực ra, lão chẳng làm điều gì nên tội, chỉ có việc: mặc quần hay quần kéo zipper, làm bà xấu hổ; bày biện lung tung làm bà mất công dọn dẹp; mỗi lần đi đâu bà phải tìm chìa khóa xe, cái gì cho lão... Chừng ấy chuyện mà vợ lão cứ cảm rằm - lão không giận và coi đó như cách “mắng yêu của tuổi già”. Nhưng mỗi lần cảm rằm, bà vợ thường nói câu kết: “chẳng được tích sự gì.” Khiến lão giận! Trong đời, lão ghét nhất những ai chế lão “vô tích sự”. Mắng thế nào cũng không làm lão tức bằng chê lão “chẳng được tích sự gì”.
 Khi chưa có máy trợ thính, lão nghe tiếng được, tiếng mất - chuyện đời coi như gió thoảng, mây trôi... lão không bận tâm, chấp nhứt. Đêm về lão ngon giấc. Nay có cái máy trợ thính, lão nghe rõ sự đời làm chuyện thị phi... Lão bực mình những chuyện bao đồng, rồi giận luôn bà vợ già hay chê lão “vô tích sự”... Khiến lão nhiều đêm mất ngủ!
 Thế là, lão tuyên bố: “Điếc sướng hơn!”

Lê Đức Luận

Mua báo, đọc báo là góp phần bảo vệ phẩm giá của chữ Việt, người Việt.

Hơn 120,000 độc giả mỗi ngày.
 Hơn 1,500,000 hits mỗi tháng.
 Quảng cáo hữu hiệu trên vietbao.com tại 85 nước toàn cầu Liên lạc Web@vietbao.com 714-988-5388

Kiến Thức Tổng Quát về Ngành Thẩm Mỹ
 Cựu Giáo Sư Trương Ngọc Bảo Xuân
Dạy Thi
Lý Thuyết và Thực Hành Nghề Tóc, Da, Móng Tay
 Gửi ngân phiếu mua sách tới:
Bảo Xuân & Ngọc Anh
 11121 Mac Murray St.
 Garden Grove, CA 92841
Giá 25 Đô La
 KIẾN THỨC TỔNG QUÁT VỀ NGÀNH THẨM MỸ
 TRƯƠNG NGỌC BẢO XUÂN

LÊ VĂN BA S.S.I.
 Chuyên Nghiệp Xã Hội - Pháp Lý - Di Trú - Khai Thuế
CÓ SỰ CỘNG TÁC CỦA NHIỀU LUẬT SƯ VIỆT MỸ
 Văn Phòng Chuyên Nghiệp Từ 1990 tại Một Địa Chỉ
 9361 Bolsa Ave #201 Westminster CA 92663
714. 531-2934
714. 775-6436
 CÓ GIÁ NÂNG ĐỠ CHO NGƯỜI GẶP KHÓ KHĂN
CHUYÊN LO BỒI THƯỜNG TẠI NAN
 • Luật sư phí hợp lý.
 • Tiền bồi thường cao nhất.
 • Không bảo hiểm cũng trực tiếp với văn phòng gặp.
 • Sẵn sàng tranh tụng tại tòa.
 • Nhanh chóng và thành tín.
CHUYÊN NGHIỆP SSI - SSA - PI
 • Thiết lập hồ sơ mới.
 • Khiếu nại hồ sơ cũ.
 • Tư vấn hồ sơ y khoa.
 • Đại diện ra Tòa hành chính.
 • Hàng ngàn hồ sơ có kết quả mỹ mãn.
 • Xin gia hạn SSI, Medical, Medicare.
 • Xin mọi thứ trợ cấp xã hội.
CHUYÊN NGHIỆP KHAI THUẾ
 • Income Tax cá nhân và công ty thường mại định kỳ.
 • Giữ sổ sách lương bổng...
DỊCH VỤ PHÁP LÝ
 • Kế hôn nhanh không thứ máu.
 • Ly dị gấp không ra tòa.
 • Notary Public và tất cả dịch vụ pháp lý khác.
 • Di trú: Bảo lãnh cha mẹ, anh em, vợ chồng, fiancée.

Hội Từ Bi Phụng Sự Kính mời Quý Vị đến tham dự buổi
PHÁP HỘI MANDALA QUÁN ÂM
Đem tới an bình nội tại, giải nghiệp, cứu độ vong linh
THỨ BẢY & CHỦ NHẬT 6-7 THÁNG 1 NĂM 2024
ANAHEIM CONVENTION CENTER
800 W. KATELLA AVE., ANAHEIM, CA 92802
 Chương Trình Đặc Biệt:
 • Thuyết Pháp và Thiền Tập
 • Tam Bộ Nhất Bái Cầu Nguyện Thế Giới An Lành
 • Thế Dục Thân Khỏe Tâm An
 • Khóa Tu Xuất Gia Vị Tha & Bồ Tát Tại Gia Hộ Pháp (12 ngày: 12/28/23-1/8/24)
 • Mandala Quán Âm (Chủ Nhật 1/7/24)
 THAM DỰ MIỄN PHÍ.
 PHỤC VỤ ĂN TRƯA VÀ CHIỀU
 ĐIỆM THỌAI: 714.625.8966
 GHI DANH: PHAPHOIQUANAM.COM


EAGLE BRAND
 c.1916
MEDICATED ROLL ON
 Relief of aches and pains
NEW FORMAT
 Stainless steel rollerball for easy application

 www.eaglebrand.com.sg
 Made in Singapore
 Other Available Products:
 Eagle Brand Medicated Oil, Aromatic Medicated Oil, Refresh Medicated Oil, Dầu Khuyết Diệp Eucalyptus Oil, Eagle Balm, Muscular Balm, Muscle Rub
 Authorized Distributor
Empire International
 IMPORTER AND DISTRIBUTOR OF SPECIALTY FOODS AND CONNECTIONS
 1351 E. Chief Privado, Ontario, CA 91761, USA
 (909) 923 8588 sales@empire-international.com

CỘNG ĐOÀN GIÁO XỨ SAINT BARBARA ĐẠI LỄ CHÚA GIÁNG SINH



Santa Ana, Orange County (Thanh Huy) – Tại nhà thờ Giáo xứ Saint Barbara, 730 S. Euclid St, Santa Ana, CA 92704 đã tổ chức Lễ Vọng Giáng Sinh vào lúc 3 giờ chiều Chủ Nhật 24 tháng 12 năm 2023 với sự tham dự của gần hai ngàn giáo dân.

Trước thánh lễ, ca đoàn thiếu nhi mang tên “Ca đoàn Chúa Hải Đồng” hát một số bài thánh ca Giáng Sinh nổi tiếng. Sau đó, Linh mục Joseph Trịnh Ngọc Danh (Phó xứ) Chủ tế, linh mục Paul Vũ Duy Hòa (Phó xứ) và cha khách Hoàng Cao Thăng rước tượng Chúa Hải Đồng lên cung thánh cử hành thánh lễ.

Sau khi đặt tượng Chúa Hải Đồng vào máng cỏ đơn sơ trước cung thánh, Linh mục chủ tế xông hương và lên bàn thờ bắt đầu thánh lễ. Sau hai bài Thánh Thư, Linh mục chủ tế công bố Bài Tin Mừng của thánh Luca nói về việc sứ thần truyền tin cho Đức Mẹ chịu thai bởi quyền năng Chúa Thánh Thần. Cha Trịnh Ngọc Danh giảng bằng hai thứ tiếng Anh-Việt. Sau khi khai triển bài Tin Mừng,



Hình trên, từ trái qua phải: 1- Ca đoàn Chúa Hải Đồng hát thánh ca. 2-LM Trịnh Ngọc Danh chủ tế và hai linh mục đồng tế thánh lễ Giáng Sinh. Hình dưới, từ trái qua phải: 3- LM Trịnh Ngọc Danh xông hương trước máng cỏ đơn sơ trong thánh đường. 4- Máng cỏ phía ngoài nhà thờ Saint Barbara.

cha chủ tế nhắc nhở giáo dân hãy luôn thảo hiếu với cha mẹ. Nếu ở xa cha mẹ không thăm nom, chăm sóc cha mẹ được thì ít ra thỉnh thoảng cũng về thăm cha mẹ, đừng như anh nọ, bỏ xa mẹ lâu năm không về thăm, mùa Giáng Sinh năm đó, anh đi mua một chiếc áo ấm mà mẹ anh từng ao ước, anh gói chiếc áo vào hộp quà mang về biếu mẹ. Anh về đến nhà gõ cửa, bà mẹ

yêu ớt chậm rãi bước ra mở cửa, anh con trai đưa gói quà cho mẹ nói “Đây là chiếc áo lạnh mẹ mong ước”. Bà mẹ cầm hộp quà vứt xuống đất nói: “Con về là mẹ mừng lắm rồi, mẹ không cần cái gì hết, bao nhiêu năm nay mẹ chỉ cần con về thăm mẹ một lần”. Người con trai cảm động, từ đó thỉnh thoảng anh về thăm mẹ và không bao lâu sau mẹ anh từ già cõi đời,

nên khi cha mẹ còn sống, hãy trân quý cha mẹ đừng làm cho cha mẹ buồn lòng, nhất là những dịp như Lễ Giáng Sinh này.

Ca đoàn Chúa Hải Đồng gồm các em Thiếu Nhi Thánh Thể hát thánh ca trong thánh lễ, và đọc các bài đọc cũng như Lời nguyện giáo dân.

Sau bài giảng, thánh lễ tiếp tục cho đến khi kết thúc. Trước khi ban phép

lành của Chúa cho mọi người, Linh mục chủ tế chúc mọi người một Mùa Lễ Giáng Sinh được tràn đầy hồng ân của Thiên Chúa, sống thánh thiện và yêu thương như lời Thiên Sứ hát mừng Chúa Cứu Thế ra đời:

“Vinh danh Thiên Chúa trên Trời, Bình an dưới thế cho người thiện tâm”. Và Linh mục chủ tế đã giao tay ban phép lành của Chúa cho

mọi người.

Sau Thánh Lễ lúc 3 giờ chiều, giáo xứ còn tiếp tục cử hành các Thánh Lễ Vọng Giáng Sinh vào lúc 6 giờ 30 và 8 giờ tối.

Thánh lễ Giáng Sinh vào ngày 25.12.2023 tại giáo xứ Saint Barbara sẽ có các Thánh lễ Giáng Sinh vào lúc 6 giờ 30 AM, 8:00AM, 11:00AM, 4:00PM và 5:30 PM trong thánh đường và hội trường./



Giờ đây có thể nhận bảo hiểm sức khỏe chất lượng cho \$10/tháng

Covered California là dịch vụ miễn phí từ tiểu bang đã giúp hàng triệu người như bạn nhận được và thanh toán bảo hiểm sức khỏe, và chúng tôi cung ứng:

- Hỗ trợ tài chính để giảm chi phí bảo hiểm sức khỏe
- Thêm nhiều hỗ trợ để giảm khoản đồng thanh toán và khấu trừ
- Các chương trình từ những công ty uy tín bao gồm khám bác sĩ, thuốc theo toa, cấp cứu, còn được chăm sóc phòng ngừa miễn phí



Ghi danh trước ngày 31 tháng 12 để được bảo hiểm bắt đầu ngày 1 tháng 1. Đường dây nóng nói tiếng Việt: 855.708.4586 CoveredCA.com/Vietnamese

Thẳng đến bảo hiểm sức khỏe



LEXUS

DECEMBER

TO

REMEMBER

SALES EVENT

KẾT THÚC 2 THÁNG MỘT



NX F SPORT

RX F SPORT

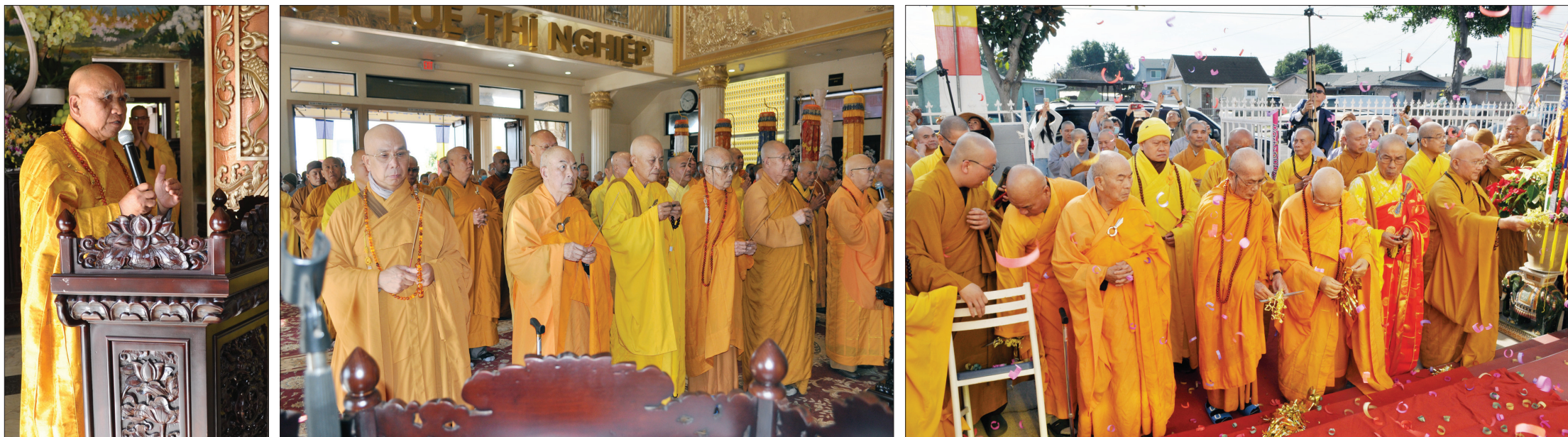
ES F SPORT

**BẠN SẼ CẦN
CÂY THÔNG LỚN HƠN**

Có những món quà không ngừng trao tặng. Hãy tìm món quà của bạn tại đợt khuyến mãi December to Remember Sales Event. Từ nay đến ngày 2 tháng Một. Thất nơ tùy ý.



TỔ ĐÌNH HUỆ QUANG LONG TRỌNG TỔ CHỨC LỄ HIỆP KỶ, TƯỞNG NIỆM ÂN SỰ, LẠC THÀNH THIÊN ĐƯỜNG HUỆ QUANG



Hình từ trái qua phải: 1- HT. Thích Minh Mẫn Viện Chủ, Trưởng Ban Tổ Chức chào mừng cảm ơn. 2- Quang Cảnh Lễ Hiệp Kỳ. 3- Cát băng lạc thành Thiên Đường Huệ Quang.

Santa Ana (Thanh Huy) – Tổ Đình Chùa Huệ Quang do Hòa Thượng Thích Minh Mẫn khai sơn, viện chủ đã long trọng tổ chức Lễ Hiệp Kỳ, Tưởng Niệm Ân Sư, và lễ lạc thành khai trương Thiên Đường Huệ Quang.

Theo thông lệ, hằng năm vào ngày 25 tháng 12, (ngày lễ Giáng Sinh) Tổ Đình Chùa Huệ Quang đều long trọng tổ chức Lễ Hiệp Kỳ, được coi như ngày Giỗ Tổ của chùa Huệ Quang để tưởng niệm công đức cao dày của chư vị Tổ Sư, Ân Sư và những người đã có công xây dựng chùa Huệ Quang, đặc biệt cũng để tưởng nhớ và cầu nguyện cho cố Viện Phó Thích Thiện Chí và song thân của Hòa Thượng Viện Chủ được vãng sanh về miền Cực Lạc.

Tại Chánh Điện Chùa Huệ Quang vào lúc 9 giờ sáng Chủ Nhật, ngày 25 tháng 12 năm 2022, khoảng 200 Chư Tôn Giáo Phạm, Chư Tôn Đức Tăng Ni và hàng trăm đồng hương Phật tử tham dự lễ tưởng niệm và hỷ kỵ.

Buổi lễ dưới sự chứng minh của Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Chơn Thành, Thượng Thủ Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Trên Thế Giới cùng quý HT Thích Phước Thuận, HT.Thích Trí Tuệ, HT.Thích Thông Hải, HT.Thích Thiện Long, HT.Thích Minh Hải, HT.Thích Bửu Lợi, HT Thích Minh Trí, HT Thích Giác Pháp, HT Thích Quảng Mẫn, HT.Thích Viên Huy, HT Thích Tâm Thành, HT. Thích Minh Đài, HT. Thích Giác Ngôn, HT. Thích Từ Hạnh... Cùng quý chư Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, cùng quý Sư Bà, quý Ni Sư, Sư Cô, đến từ các chùa và tự viện tại Miền Nam California.

Điều hợp chương trình buổi lễ do Đại Đức Thích Đức Trí.

Mở đầu buổi lễ, Ban nghi lễ đạo tràng của Huệ Quang cung thỉnh chư tôn



Chư Tôn Đức chụp hình để lưu niệm.

đức quang lâm đài tưởng niệm cầu nguyện, sau đó vào chánh điện niệm hương bạch Phật, sau khi niệm hương bạch Phật, cung thỉnh chư tôn đức trở lại trai đường để chuẩn bị cho lễ lạc thành Thiên Đường Huệ Quang, để có phương tiện tu học cho Phật tử càng ngày càng đông nên HT. Viện chủ đã mua lại khu nhà thờ làm Thiên Đường, nhân ngày lễ hiệp kỳ HT. Viện Chủ cung thỉnh chư tôn đức Tăng Ni cắt băng khai trương thiên đường cùng nhất tâm sái tịnh chú nguyện cho Thiên Đường vừa mới thành lập, Thiên Đường trước đây là khu nhà thờ đã được HT. Viện Chủ mua lại để làm Thiên Đường Huệ Quang.

Tại Thiên Đường HT. Thích Minh Mẫn Trưởng ban tổ chức đã nói: “Trải

dài 40 năm trôi qua, được sự thương mến cũng như sự gia tâm cầu nguyện, nhờ vào đàn na thí chủ nên hôm nay quý ngài cùng quang lâm khu đất mới, nhờ vào duyên lành nên khu này đã trở thành một nơi tu học của Tổ Đình Huệ Quang. Công lao của quý ngài đã gia tâm hộ niệm chúng con xin cúi đầu tạ ơn...”

Sau lễ sái tịnh cắt băng khai trương thiên đường, ban nghi lễ cung thỉnh chư tôn đức trở về trước tiền đình chùa Huệ Quang chụp hình lưu niệm.

Sau đó trở vào chánh điện làm lễ hiệp kỳ. Trước khi vào lễ Hiệp Kỳ chính thức, HT Thích Minh Mẫn, Viện chủ Chùa Huệ Quang ngỏ lời chào mừng và cảm ơn sự tham dự của Chư tôn Giáo Phạm, chư tôn đức Tăng Ni, quý vị quan khách và đồng

hương Phật tử, HT Minh Mẫn đã lần lượt nhắc lại kỷ niệm những ngày đầu mới đến Hoa Kỳ, nhắc lại những vị Thầy đã trải qua nhiều gian khổ để bảo lãnh tăng chúng có được cuộc sống tại Hoa Kỳ, trong đó có Cố HT Thích Tâm Châu, Thích Thiện Ân, Thích Mãn Giác, Thích Thanh Các, Thích Giác Nhiên, Pháp Sư Thích Giác Đức... HT tiếp: “Qua những thăng trầm, gian khổ trên biển cả, trong rừng sâu để có một cộng đồng người Việt trên khắp năm châu như ngày hôm nay dưới sự tự do, dân chủ, chúng ta phải đổi bằng máu và nước mắt, chúng ta phải luôn luôn nhớ ơn những bậc tôn sư. Chúng ta phải cảm ơn đất nước Hoa Kỳ. Sau 48 năm chúng ta phải nhắc đến những vị như: Cố HT Minh Thông, Hạnh Đạo, Trí

Chơn, Từ Vân và gần đây nhất là Cố HT Thích Quảng Thanh...” HT nói: “Chúng tôi ước mong và muốn lấy ngày này hằng năm để làm ngày hội Phật Giáo Việt Nam toàn thế giới nói chung và Orange County nói riêng để tưởng niệm tất cả các vị ân sư.

Đặc biệt HT. Viện Chủ cũng đã dành một phút để tưởng niệm Cố Hòa Thượng Thích Tuệ Sỹ, một bậc thầy, một nhân tài lỗi lạc của Phật Giáo đã hiến trọn đời mình cho đạo pháp và dân tộc vừa mới viên tịch.

Sau lời cảm tạ của Hòa Thượng Viện chủ, tiếp theo là lời Đạo Từ của quý Hòa Thượng: Thích Phước Thuận, Thích Trí Tuệ, Thích Minh Hải... Những vị này đã nhắc lại những khó khăn của bước đầu thành lập những ngôi chùa tại Hoa Kỳ

và tán thán công đức vô lượng của HT, Thích Minh Mẫn Viện Chủ Tổ Đình Huệ Quang, lúc nào cũng không ngừng phát triển cơ sở để có điều kiện thuận lợi cho Phật tử tu học.

Cuối cùng quý HT. ca ngợi Hòa Thượng Viện Chủ Tổ Đình Huệ Quang, hằng năm đã tổ chức những buổi lễ đầy đủ ý nghĩa theo đúng nghi thức lễ tưởng niệm ân sư.

Sau những lời đạo từ, tiếp theo là nghi thức lễ Hiệp Kỳ bắt đầu. Chấm dứt buổi lễ, ban nghi lễ cung thỉnh chư tôn đức Tăng, Ni quang lâm trai đường tham dự lễ cúng dường trai tăng và thọ trai.

Chùa Huệ Quang tọa lạc tại số 4918 W. Westminster Ave., Santa Ana.

Cần liên lạc với chùa Huệ Quang xin gọi điện thoại (714) 530-9249./

TIỆM VÀNG VÀ HỘT XOÀN

JEAN'S JEWELRY
KIMTHU JEWELRY

G.I.A. DIAMOND CENTER

TRUNG TÂM SẢN XUẤT VÀNG LÁ

9200 Bolsa Ave., #112 và 114C, Westminster, CA 92683

Chúng tôi có 2 cửa hàng dưới lầu Thương Xá Phước Lộc Thọ

Điện thoại (714) 698-1699 và (714) 657-7866

- * Bán đủ loại Hột Xoàn có G.I.A. Certificate.
- * Làm Vàng nguyên chất.
- * Bán sỉ và gửi hàng đi các tiểu bang.
- * Mua bán Vàng 24K, 18K, Hột Xoàn, Cẩm Thạch.
- * Vô trắng Hongkong & Platinum.
- * Nhấn Cưới cho Cô Dâu và Chú Rể.
- * Diamond Appraisal.
- * Nhận đặt làm đủ kiểu Nữ Trang Việt- Miền Lào.
- * Có thợ lâu năm kinh nghiệm nhận Hột Xoàn.
- * Sửa chút ít không tính tiền công.
- * Sửa chữa Nữ Trang chờ lấy ngay.
- * Cần mua Hột Xoàn Có Certificate G.I.A với giá cao.

“TÍCH CỐ PHÒNG CƠ
TÍCH Y PHÒNG HẠN
TÍCH VÀNG PHÒNG THÂN”
“ĐỂ DÀNH LỬA GẠO
KHÔNG SỢ ĐÓI
ĐỂ DÀNH THUỐC MEN
KHÔNG SỢ BỆNH
ĐỂ DÀNH VÀNG & HỘT XOÀN

Hộт xoàn giấy của tiệm Jean's.	
3.0 LY VVS 1-F	\$139
4.0 LY VVS 1-F	\$439
5.0 LY VVS 1 F	\$1,499
6.0 LY VVS 1 F	\$3,999
1 CARAT VVS 1 F	\$5,999
1.5 CARATS VVS 1 F	\$10,999
2 CARATS VVS 1 F	\$20,999

Hộт Xoàn Bán lại trừ 10%
Đổi hộт lớn hơn trừ 10%
Bảo đảm tối đa 3 năm
Chùi rửa đánh bóng không tính tiền

* Price subject to change according to market value
* Vàng & Hộт Xoàn cũ, hư bể cũng mua.

Jean's Jewelry trân trọng kính mời

CHỌN MẶT GỖ VÀNG
CHỌN TIỆM MUA XOÀN
XIN CHỌN TIỆM VÀNG JEAN

ĐẶC BIỆT
Hộт Xoàn GIA ON SALE
mỗi thứ 1 hộт
Ai tới trước thì bán trước
Lệ tay thì còn, chậm tay thì hết
Bớt từ 20% - 40% Hộт Xoàn GIA

AI CẦN TIỀN MUỐN BÁN VÀNG & HỘT XOÀN JEAN'S JEWELRY MUA LẠI GIÁ THẬT CAO.

Cám ơn quý khách thương yêu mua xoàn 5 ly trở lên, chúng tôi bán trả góp một năm không tính tiền lãi.

NHỮNG ĐIỀU QUAN TRỌNG CẦN NHỚ ĐỂ BẢO VỆ SỨC KHỎE MÙA LỄ

Số ca nhiễm vi rút hợp bào hô hấp (RSV) gia tăng, bệnh cúm đang lây lan rộng rãi và số lượng bệnh nhân phải vào bệnh viện cấp cứu ngày càng tăng. Tốt nhất là nên thực hiện các biện pháp phòng ngừa để bảo vệ bản thân, khách khứa và gia đình quý vị.

Theo một cuộc khảo sát của tổ chức vô vụ lợi KFF (trước đây gọi là Kaiser Family Foundation), một nửa người dân Hoa Kỳ dự định thực hiện các biện pháp bảo vệ sức khỏe trong mùa lễ này. Một số lo lắng về nguy cơ mắc bệnh của chính mình; những người khác muốn bảo vệ người thân vì các loại bệnh hô hấp rất dễ lây truyền.

Tiêm chủng là cách bảo vệ tốt nhất

Năm nay, lần đầu tiên có sẵn vắc xin dành cho những người dễ mắc bệnh đối với cả ba loại bệnh hô hấp đang lưu hành.

RSV đã lây lan trong nhiều thập niên; trước đại dịch, số trẻ sơ sinh chết vì bệnh này cao gấp 5 lần so với bệnh cúm, và nhiều người trên 65 tuổi phải vào bệnh viện. Tuy nhiên, căn bệnh này thường không được chú ý cho đến khi nó bùng phát thành một mùa bệnh nguy hiểm ở Hoa Kỳ vào năm 2022.

Cơ Quan Kiểm Soát Thực-Dược Phẩm Hoa Kỳ hiện đã chuẩn thuận vắc xin chống RSV ở người cao niên từ 60 tuổi trở lên và phụ nữ mang thai. Một loại

vắc xin kháng thể đơn dòng cũng có sẵn cho tất cả trẻ sơ sinh và trẻ dưới hai tuổi.

Theo CDC, vắc xin cúm đã có sẵn trong nhiều năm, nhưng số người đi tiêm trong năm nay vẫn còn ít; tính đến đầu tháng 12, chỉ có 39% người Hoa Kỳ được tiêm chủng. Trong khi đó, chỉ 16% chọn loại vắc xin ngừa Covid-19 mới nhất, với chỉ 1/3 thuộc nhóm người cao niên có nguy cơ cao.

Tin tốt là: Vẫn còn kịp để tiêm bất kỳ loại vắc xin nào trong số này để bảo vệ bản thân trong kỳ nghỉ lễ, quý vị có thể tiêm hai hoặc thậm chí cả ba liều tiêm cùng một lúc.

Những điều cơ bản nhưng vẫn quan trọng

Trong thời đại dịch COVID, các biện pháp công nghệ cao như phòng áp suất âm, bộ lọc không khí HEPA và khẩu trang N95 đã làm lu mờ những lời khuyên cơ bản như rửa tay. Dù vậy, không nên lơ là những điều cơ bản này.

Năm ngoái, các nhà nghiên cứu đã báo cáo rằng mỗi lần rửa tay bằng xà phòng, quý vị sẽ giảm 3% khả năng nhiễm vi-rút đường hô hấp đang lưu hành. Rửa tay cũng giúp giảm khả năng lây lan vì khuẩn sau khi quý vị tiếp xúc với các bề mặt thông thường như tay nắm cửa và công tắc đèn.

Các khoa học gia cho biết việc lau chùi bề mặt định kỳ bằng thuốc tẩy hoặc hydro

peroxide cũng giảm thiểu hiệu quả vi khuẩn lây nhiễm. Đầu tiên, hãy nhớ lau sạch các bề mặt bằng nước và chất tẩy rửa. Virus mạnh cần tiếp xúc với chất tẩy rửa một phút trở lên mới bị tiêu diệt, nên đừng lau sạch quá sớm. Khi tổ chức các lễ hội lễ, việc mở cửa sổ cũng hữu ích, nếu thời tiết cho phép.

Nên giữ khoảng cách với người khác khi có thể. Trong giai đoạn đầu của đại dịch COVID, mọi người được khuyến cáo giữ khoảng cách ít nhất 6 feet (khoảng 1.8 mét) với người khác, khái niệm này được gọi là “giãn cách xã hội.” Sáu feet là khoảng cách xấp xỉ mà các giọt bắn chứa virus khi ai đó hít thở hoặc ho có thể di chuyển trước khi rơi xuống mặt đất.

Các chuyên gia y tế công cộng phát hiện rằng, giống như bệnh cúm, COVID cũng được phát tán dưới dạng các giọt bắn nhỏ hơn và di chuyển khoảng cách xa hơn nhiều. Và người nhiễm bệnh không cần phải ho hay hắt hơi thì mới lây nhiễm; họ chỉ thờ bình thường cũng đã có thể lây truyền virus. Vì vậy, giữ khoảng cách sẽ giúp quý vị giảm bớt nguy cơ bị nhiễm vi khuẩn, đặc biệt khi ai đó ho hoặc hắt hơi.

Có nên đeo khẩu trang?

Có đeo khẩu trang hay không là quyết định của mỗi cá nhân, dựa trên mức độ rủi ro và khả năng chịu rủi ro của mỗi người. Cuộc



Một mùa lễ nữa lại đến. Và cũng một lần nữa, các loại virus gây bệnh hô hấp nguy hiểm đang hăm he đe dọa đến kế hoạch của mọi người cho kỳ lễ. (Nguồn: pixabay.com)

khảo sát của KFF cho thấy gần 1/3 người dân dự định sẽ đeo khẩu trang ở những nơi đông người trong mùa nghỉ lễ này. Phương pháp này có hiệu quả: Khẩu trang N95 có thể bảo vệ chúng ta khỏi nhiều bệnh lây qua đường hô hấp. Chúng cũng bảo vệ người khác bằng cách giảm tới 90% lượng giọt bắn chúng ta thải vào không khí.

Những người có nguy cơ cao mắc bệnh nghiêm trọng do nhiễm trùng đường hô hấp, chẳng hạn như những người đang dùng thuốc ức chế miễn dịch hoặc những người có bệnh phổi nặng, đã đeo khẩu trang từ nhiều năm nay.

Khi đi du lịch, quý vị nên đeo khẩu trang ở sân bay và

trên máy bay cho đến khi máy bay cất cánh; hệ thống lọc không khí chất lượng cao của máy bay sẽ ngăn chặn vi khuẩn lây lan nên sau khi máy bay cất cánh quý vị có thể tháo khẩu trang.

Đối với việc xét nghiệm kháng nguyên COVID tại nhà trước khi tụ tập, thực hiện hai xét nghiệm cách nhau 48 giờ chỉ phát hiện được 39% người mắc bệnh nếu họ không có triệu chứng. Dù tỷ lệ khá thấp nhưng nếu quý vị dự định tiếp đón khách khứa thuộc nhóm có nguy cơ cao hơn, quý vị cũng nên cân nhắc việc này.

Quý vị nên xét nghiệm khi có các triệu chứng, vì 92% số người có triệu chứng

được xác định dương tính khi làm xét nghiệm hai lần cách nhau 48 giờ. Chính phủ liên bang sẽ cung cấp 8 bộ kit xét nghiệm miễn phí, gửi qua đường bưu điện. Nếu quý vị đã nhận 4 bộ vào đầu mùa thu này, quý vị sẽ được nhận đợt thứ hai.

Trước thời đại dịch COVID, nhiều người khá lơ là đối với các loại virus gây bệnh hô hấp, vì nghĩ rằng làm gì làm cũng khó mà ngăn chặn được. Rất nhiều người bắt chước các triệu chứng mà vẫn đi làm hoặc đi dự tiệc. Hy vọng rằng tình hình hiện nay sẽ khác./

Nguồn: "Don't risk your holiday plans: The basics still matter for COVID and flu" được đăng trên trang nationalgeographic.com.

Covered California Công Bố

SỐ GHI DANH TĂNG TRƯỚC KHI THỜI HẠN 31 THÁNG MƯỜI HAI GẦN KÈ

SACRAMENTO, Calif. — Với thời hạn ghi danh quan trọng gần kề vào ngày 31 tháng 12, Covered California đã đưa ra thông báo hiện đã có 161,670 người tiêu dùng ghi danh bảo hiểm năm 2024 tính đến ngày 16 tháng 12 trong đợt ghi danh mở rộng kỳ này, đánh dấu mức tăng 18 phần trăm so với cùng thời kỳ năm ngoái và là mức ghi danh cao nhất trong cùng thời kỳ trong bốn năm qua.

Cho đến nay, 1,571,559 người dân California khác cũng đã gia hạn bảo hiểm của họ.

“Mức ghi danh tăng trưởng mạnh mẽ mà chúng tôi chứng kiến cho đến nay đã cho thấy người dân California đặt ưu tiên bảo hiểm chăm sóc sức khỏe với giá cả phải chăng lên hàng đầu,” Giám đốc Điều hành Covered California Jessica Altman cho biết. “California đã nỗ lực giúp cho bảo hiểm y tế có giá cả phải chăng hơn cho nhiều người hơn và điều quan trọng là những người chưa có bảo hiểm trong tiểu bang phải tìm hiểu các lựa chọn của họ trước cuối năm và ghi danh kịp thời.”

Với hạn chót ghi danh cho thời kỳ đầu ngày 31 tháng

12 đang gần kề, Covered California kêu gọi người tiêu dùng hãy ghi danh ngay bây giờ để họ có thể được bảo hiểm chăm sóc sức khỏe của mình bắt đầu vào ngày 1 tháng 1.

Khả Năng Chi Trả Tăng Cao Với Hầu Hết Trợ Giúp Tài Chính Được Cung Cấp Năm 2024

Trong năm 2024, Covered California sẽ cung cấp nhiều trợ giúp tài chính hơn bao giờ hết cho người dân California. Dựa trên các khoản trợ cấp hiện có của liên bang để giúp thanh toán phí bảo hiểm y tế, Covered California đang cung cấp một chương trình mới giúp giảm chi phí tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho người tiêu dùng bằng cách giảm chi phí tự chi trả khi họ sử dụng dịch vụ chăm sóc y tế, bao gồm việc loại bỏ các khoản khấu trừ trong cả ba chương trình bảo hiểm Bạc giảm chi phí đồng trả.

Chương trình giảm chi phí đồng trả mới áp dụng cho các chi phí tự chi trả sẽ dành cho cho người dân California có thu nhập lên tới 250% mức nghèo liên bang, hoặc \$33,975 cho những người ghi danh độc

thân và \$69,375 cho gia đình bốn người. Hiện tại, 650,000 người ghi danh Covered California hiện tại đủ điều kiện để tận dụng chương trình này và hơn 80,000 người ghi danh mới đã đủ điều kiện để tiết kiệm chi phí và nhận được nhiều lợi ích phong phú hơn.

Gần 90 phần trăm trong số hơn 1.6 triệu người ghi danh của Covered California nhận được trợ giúp tài chính và hiện tại, 2/3 số người ghi danh đủ điều kiện nhận bảo hiểm y tế với mức phí \$10 trở xuống mỗi tháng và gần một nửa có thể nhận được chương trình bảo hiểm toàn diện Bạc với mức giá đó.

Ghi Danh Bảo Hiểm Để Dành

Người tiêu dùng có thể tìm hiểu thêm về các lựa chọn của mình bằng cách truy cập CoveredCA.com, nơi họ có thể dễ dàng tìm hiểu xem mình có đủ điều kiện nhận trợ giúp tài chính hay không và xem các lựa chọn bảo hiểm trong khu vực của họ. Những người muốn tìm hiểu thêm về các lựa chọn bảo hiểm của họ cũng có thể:

- Nhận hỗ trợ miễn phí và bảo mật qua điện thoại,

bằng nhiều ngôn ngữ, từ một trong hơn 14,000 chuyên gia được chứng nhận và các tổ chức cộng đồng trên toàn tiểu bang, trợ giúp miễn phí, bảo mật bằng bất kỳ ngôn ngữ nào thích hợp.

- Nhận điện thoại từ chuyên gia ghi danh được chứng nhận giúp ghi danh miễn phí.

- Gọi Covered California tại (800) 300-1506.

“Hệ thống chăm sóc sức khỏe có thể phức tạp khi tìm hiểu, nhưng dù quý vị điền đơn ghi danh qua CoveredCA.com hay liên lạc với một trong các đại lý ghi danh hợp tác với chúng tôi từ hơn 14,000 đại lý để được giúp đỡ bằng tiếng Việt, chúng tôi có thể hỗ trợ quý vị tìm được bảo hiểm

sức khỏe,” Altman nói. “Hãy cho bản thân và gia đình sự an tâm trong những ngày nghỉ lễ khi được bảo hiểm chăm sóc sức khỏe.”

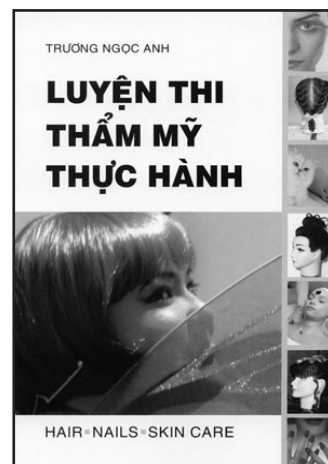
Người tiêu dùng phải chọn chương trình bảo hiểm sức khỏe hạn chót ngày 31 tháng Mười Hai để được bảo hiểm toàn năm 2024.

Sơ Lược về Covered California

Covered California là thị trường bảo hiểm y tế của tiểu bang, nơi người dân California có thể tìm được bảo hiểm chất lượng cao, giá phải chăng từ các công ty bảo hiểm hàng đầu. Covered California là nơi duy nhất mà những cá nhân đủ điều kiện có thể nhận được hỗ trợ tài chính theo thang đối chiếu để giảm chi

phi bảo hiểm. Sau đó, người tiêu dùng có thể so sánh các chương trình bảo hiểm y tế và chọn chương trình phù hợp nhất với nhu cầu sức khỏe và ngân sách của họ. Tùy thuộc vào thu nhập của họ, một số người tiêu dùng có thể đủ điều kiện tham gia chương trình Medi-Cal chi phí thấp hoặc miễn phí.

Covered California là một cơ quan độc lập của chính phủ tiểu bang có nhiệm vụ làm cho thị trường bảo hiểm y tế hoạt động hiệu quả cho người tiêu dùng California, được giám sát bởi một hội đồng gồm năm thành viên do Thống đốc và Cơ quan lập pháp bổ nhiệm. Để biết thêm thông tin về Covered California, vui lòng truy cập www.CoveredCA.com



LUYỆN THI THẨM MỸ THỰC HÀNH HAIR & NAILS & SKIN CARE

Tác giả

Ngọc Anh

GIÁ: \$18

Gửi ngân phiếu mua sách: Bảo Xuân & Ngọc Anh

11121 Mac Murray St.
Garden Grove, CA 92841

TRẺ KHỎE ĐẸP

714.722.5769
MAIN LINE 24 HRS SERVICE
WWW.TREKHOEDEPUSA.COM
9750 BOLSA AVE, WESTMINSTER, CA 92683

MILA D'OPIZ - Kem Tế Bào Gốc của Thụy Sĩ
TỐT NHẤT - Đạt Giải OSCAR 2014 ở Âu Châu

Không cần Botox
Không cần Giải Phẫu
(Trẻ hóa Da. Sân Chắc Da. Trị Nám, Tàn nhang)
MỊN MÀNG - TƯƠI SÁNG
Ngay trong 2 tuần đầu quý vị dùng

KHI NƯỚC MẮT NGỪNG CHẢY XUÔI

KC Nguyễn

Không biết “Cầm nang sống cho người cao tuổi” phổ biến tới đâu nhưng ít nhất đã có vài lần “3 quên-4 có-5 không” thăm viếng hộp thư email của tôi. 3 điều cần quên thì tôi quên bằng rồi nhưng hai lời khuyên “không chăm cháu, chỉ thăm cháu” và “không ở cùng, nên ở gần” đã làm tôi mỉm cười và chú ý.

Không ở cùng, vì hai thế hệ được đào tạo trong bối cảnh xã hội khác nhau, có quan niệm sống và lối sống khác nhau. Sự khác biệt lớn lao này, khi bị bó chặt trong một không gian nhỏ bé, có thể làm ngay cả quan hệ mật thiết nhất bị xây xước. Một số cha mẹ già ở Việt Nam, vì lý do tài chánh hoặc sức khỏe phải sống chung với con cái, đã kinh nghiệm điều này. Bị cho là cô hủ, kém hiểu biết, đôi khi họ cảm thấy chỉ có chọn lựa đau lòng giữa ‘cán rắng’ hay ‘cán lưỡi’.

Nhưng tại sao không chăm cháu? Không phải truyền thống xưa nay là ông bà, dù ở chung hay không, đều dự phần vào việc chăm sóc cháu để chia sẻ gánh nặng với con và thiết lập mối liên hệ ngọt ngào với cháu hay sao?

Tiểu là câu hỏi này không thể đặt ra với tất cả gia đình. Nhưng mặt khác, lại mừng cho cụ (?) vì nếu có danh thì cụ sẽ bị điếc con rầy: Những cụ ông cụ bà hào hứng thực hiện phương châm “không chăm cháu” đang bị kêu rêu, lên án là lười biếng và ích kỷ!

Trên website Reddit, một ông bố trẻ đã hỏi “Người Mỹ thuộc thế hệ Baby Boomers (sinh từ năm 1946 đến 1964) có phải là ông bà ích kỷ và lười biếng hay tôi chỉ là người xui xẻo nhất?”

Anh nói mẹ anh sống cách gia đình anh chỉ 10 phút, nhưng thuyết phục bà dành thời gian cho cháu gái 2 tuổi rất là khó khăn. Bà luôn nói “Đề mẹ coi lịch đã.” hay “chắc thứ ba mẹ rảnh vài giờ.” Và khi trông cháu, bà không bao giờ cho cháu ăn hoặc đưa cháu ra ngoài. Trong khi đó, cha mẹ vợ anh, không phải là người Mỹ, thường xuyên năn nỉ vợ chồng anh đưa con gái qua và để nghỉ chăm sóc cô bé trong vài tuần hoặc thậm chí là một vài tháng!”

Cũng trên trang web này, một người khác nói dứt khoát “Ông bà thế hệ Boomers là vô dụng.” Cha mẹ anh đã nói thẳng thừng giờ họ chỉ sống cho họ vì đã lo cho con cái đủ rồi! *

Những lời ta thán trên không phải là các trường hợp cá biệt. Mới đây, theo website Business Insider, thế hệ Millennial (sinh từ năm 1981 đến 1996) cảm thấy bị bỏ rơi và buồn giận cha mẹ. Vì sao? Vì các ông bà này chọn đi du lịch hơn là ở nhà giúp coi sóc, dưỡng dục cháu.*

Chủ trương ‘mua trải nghiệm hơn là vật dụng’, giới trẻ thường đi ta khắp nơi trước khi lập gia đình. Thế nhưng Baby Boomers lại là thế hệ chi tiền cho việc du lịch và đi ăn nhà hàng nhiều hơn hết, theo phân tích của Bank of America. Bởi vậy, họ đã không bị nói oan. Vấn đề đặt ra, do đó, là có gì sai trái khi cha mẹ theo tiếng gọi.. đôi chân, ‘bỏ rơi’ cháu con như vậy?

Sai trái lắm, quý Millennials sẽ giải thích với một cái liếc chán chường hoặc tiếng thờ dài.

Boomers luôn được sự giúp đỡ tận tình của cha mẹ.

Đi nghỉ hè hay vui bạn, họ cứ tự nhiên giao cháu cho ông bà. Cháu còn có nhiều kỷ niệm với ông bà hơn vì ông bà không đi đâu cả, chỉ ở nhà thường thức cháu. Tại sao khi trở thành ông bà, Boomers lại không tiếp tục truyền thống này? Nhận mà chẳng cho đi, nếu không là lười biếng, ích kỷ thì là gì đây?

Không những thế, Boomers đã may mắn về nhiều mặt khác. Đời sống dễ dàng, một người đi làm cũng có thể sống giấc mơ Mỹ quốc - căn nhà khang trang với hàng rào trắng. Học không phải vay nợ cả trăm ngàn. So với cha mẹ mình, thì Millennials có vô vàn thử thách. Nợ nần. Công việc khó tìm, lương thấp. Tiền giữ trẻ cao. Sở hữu một căn nhà có khi ngoài tầm tay. Chưa kể đến các lo âu về thiên tai địa họa vì môi trường đã bị Boomers làm cho tệ hại! A, thử thách này không phải là lý do để yêu cầu/đòi hỏi dịch vụ giữ trẻ miễn phí, nhưng nó là một yếu tố làm cho đời sống Millennials thêm căng thẳng. Càng căng thẳng, càng cần được giúp đỡ. Thế mà cha mẹ lại bỏ rơi thì không phiền lòng sao cho được!

Trước sự chỉ trích này, không biết tác giả Cầm nang có chống chế nào nghe chung, ông bà Boomers không tha thiết với nhiệm vụ chăm cháu ‘cao quý’ như các thế hệ đi trước vì họ thấy đã đến lúc cần sống cho chính mình.

Nhận sinh thất thập nhiều vô kể, nhưng thời gian gói chưa mỗi, chân chưa chùn còn có bao nhiêu? Millennials thường lập gia

đình trẻ. Khi Boomers được họ cho lên chức thì bóng đã xế tà. Không đi du lịch thì bao giờ mới học được.. dám bày chực sàng khò? Làm việc cực nhọc suốt đời, làm gì có chuyện ‘công việc-cuộc sống cân bằng’! Chờ bầy con trong xe van xấu xí, làm gì có SUV! Có tài sản nhiều là nhờ dành dụm, nhờ không tiêu tiền vào cà phê Starbucks, vào avocado toast. Và nhờ không ai bảo chửi được.. đất đai nên nhà cửa tăng giá vùn vụt nữa. Tài sản nhiều, thời gian ít. Không tận hưởng để chết trong quê mùa, hồi tiếc hay sao?

Thêm nữa, con cái đời nay tự giáo dục mình. Thế hệ nào cũng thấy thế hệ đi trước là kém hiểu biết hơn họ. Nhận định này không có gì quá đáng vì xã hội ngày càng tiến bộ, ít nhất về mặt kỹ thuật, khoa học, y tế. Nhưng hình như quý con cái Millennials đặc biệt thông minh! Họ thu thập mọi kiến thức cần cho cuộc sống và sự phát triển cá nhân từ trường học hay internet. Những hiểu biết, trải nghiệm của cha mẹ Boomers theo họ là củ kỹ, lỗi thời, đôi khi phản khoa học. Khi nhờ cha mẹ trông con mình, họ luôn đưa ra cách giữ trẻ mà cha mẹ cần theo. Không còn nhiều sức lực ở tuổi sáu, bảy mươi, Boomers đã thấy việc coi giữ cháu là một mối ròi. Phải tuân theo ‘luật lệ’ càng làm cho ông bà thấy đi du lịch vui và thoải mái hơn chăm cháu.

Những người Việt lớn tuổi ở Bắc Mỹ trước đây chỉ lo bươn chải nuôi con. Có thỉnh thoảng về Việt Nam thì cũng chỉ để thăm người thân còn lại. Trong thập



Hình: Bà và cháu ngày đầu xuân.

niên này, nhất là sau dịch Covid, du lịch mới trở thành một cách hưởng đời của họ. Dù vậy, trung thành với niềm tin nước mắt chảy xuôi, họ luôn giúp khi con cái nhờ trông cháu hay..trông chó. Hy sinh cho con cả đời rồi, tiếp tục làm gì là lạ? Có lẽ vì vậy mà quý ông bà Việt nam này chưa bị con cái than phiền, hờn giận. Có lẽ vì vậy mà Cầm nang vẫn được gửi đi bốn phương tám hướng. Cho đến ngày truyền thống con cháu muốn là ..trời muốn bị xuống cấp và xét lại!

Đời người như một cuộn giấy trong nhà tắm, càng ngày càng thấy mau hết. Không biết ai đã nghĩ ra sự so sánh quá chính xác dù không mấy nên thơ này. Mới đó mà một tháng, một năm, người già hay kêu lên trong tháng thốt. Nghĩ đến mình, sử dụng những mong manh còn lại một cách khôn ngoan không là ích kỷ, không là lười biếng. Châu Âu, châu Úc đang chờ.

Việt Báo Online đang chờ. Sống những ngày còn lại đây niềm vui, thành thoi mà năng động, là nhu cầu chính đáng.

Nhu cầu đó là chính đáng, phần thưởng đó là xứng đáng. Nhưng có phải niềm vui chỉ tìm thấy trong những cuộc vui chơi, những chuyện du lịch không? Cuộc sống có ý nghĩa không bao giờ hạn hẹp như vậy. Cho đi là một cách đem lại niềm vui lâu dài. Giúp người khi người hoạn nạn. Giúp con khi con bơ vơ. Nhưng có lẽ nước mắt không nên mãi mãi chảy xuôi. Giữ chúng lại khi món quà chỉ được nhận với điều kiện nhất khe hay coi đó là tiền trả nợ./

KC Nguyễn

Việt Báo Online vietbao.com danh mục để tìm quảng cáo hữu hiệu tin tức cập nhật



Family Fun Dental

15671 Brookhurst St., Westminster, CA 92683
(714) 891-4444

Family FUN Dental

vừa mới khai trương văn phòng mới tại
15671 Brookhurst St., Westminster, CA 92683

Hân hạnh được tiếp đón quý vị với sự hợp tác của những Bác Sĩ:

- * **Bác sĩ Nguyễn Lan Hương Olivia:**
Nha khoa Thẩm mỹ cho Người Lớn và Trẻ Em
Đặc biệt: Veneers và Zirconias.
- * **Bác sĩ Trần Quốc Hưng Jordan:**
Nha khoa tổng quát cho Người Lớn & Trẻ Em và Nhổ răng khôn.
- * **Bác sĩ Đỗ Hiền Caroline:**
Răng giả các loại, lấy gân máu.
- * **Bác sĩ Lê Huy:**
Implant và Nhổ răng khôn.



Dr. Trần Quốc Hưng Jordan • Dr. Olivia Lan Hương Nguyễn • Dr. Đỗ Hiền Caroline



NHÀ SÁCH TỰ LỰC

www.tuluc.com

Toll free:

1-888-204-7749



TRUNG TÂM PHÁT HÀNH

CUNG CẤP SÁCH BÁO, CDs, DVDs, BLUE-RAYS, PHIM ẢNH CHO THƯ VIỆN, TRƯỜNG HỌC TRÊN TOÀN THẾ GIỚI

ĐẶC BIỆT: FREE SHIPPING TRONG NƯỚC MỸ ORDER SÁCH TRÊN \$100.00

PHÂN PHỐI CÁC SẢN PHẨM DƯỢC THẢO



TRÀ DINH DƯỠNG ASHITABA

BỘT DINH DƯỠNG 36 ENERGY BOOSTER

BẢO VỆ TIM MẠCH

PHỤC HỒI SỨC KHỎE/ CHỐNG LÃO HÓA





CAIAPO



CBD



CÁC SẢN PHẨM DƯỠNG DA

FACEBOOK: [Tu Luc Bookstore](#)

YOUTUBE: [Tu Luc Bookstore](#)



14318 Brookhurst St, Garden Grove, CA 92843

Tell: (714) 531 5290

Email: buybooks@tuluc.com | Website : www.tuluc.com

FDA CHUẨN THUẬN PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ CHỈNH SỬA GEN CRISPR ĐẦU TIÊN Ở HOA KỲ

11 năm trước, các khoa học gia Jennifer Doudna và Emmanuelle Charpentier lần đầu tiên mô tả một phương pháp mới để chỉnh sửa gen, được gọi là CRISPR, trong một bài báo khoa học. Phát hiện mới rất quan trọng và đã giúp cho hai khoa học gia đoạt giải Nobel Hóa học năm 2020: nó có thể thay đổi cách điều trị các căn bệnh di truyền. Vào ngày 8 tháng 12 năm 2023, Cơ Quan Kiểm Soát Thực-Dược Phẩm Hoa Kỳ (FDA) đã chính thức chuẩn thuận phương pháp điều trị đầu tiên dựa trên công nghệ này ở Hoa Kỳ.

Trong lĩnh vực y học, tốc độ như vậy là vô cùng nhanh chóng. Doudna, giáo sư hóa học, sinh học phân tử và tế bào tại University of California, Berkeley, cho biết: “Thật không thể tin được. Thú vị thay khi thấy liệu pháp này đang được triển khai ở người nhanh chóng, và thật sự là an toàn và hiệu quả.”

Anh đã phê duyệt phương pháp điều trị CRISPR, được gọi là exa-cel (tên thương hiệu: Casgevy), của Vertex Pharmaceuticals và CRISPR Therapeutics (do Charpentier đồng sáng lập), để điều trị cho những người mắc bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm (sickle cell disease) và bệnh thalassemia beta. Những người mắc các bệnh này bẩm sinh có các tế bào máu bất thường về mặt di truyền. Trong trường hợp bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm, các đột biến trong gen mã hóa huyết sắc tố có thể khiến các tế bào máu hình thành hình lưỡi liềm thay vì hình cầu, và làm tắc nghẽn các mạch máu nhỏ, gây ra các cơn đau đớn nguy hiểm và tăng nguy cơ đột quy. Bệnh nhân mắc bệnh beta thalassemia bị thiếu máu nghiêm trọng đến mức có thể gây tổn thương các cơ quan. Cả hai bệnh này đều cần phải truyền máu theo chu kỳ và suốt đời. CRISPR có thể giúp làm tăng số lượng tế bào máu khỏe mạnh ở cả hai nhóm bệnh nhân. FDA đã chuẩn thuận exa-cel để điều trị bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm và sẽ ra quyết định về việc điều trị bệnh thalassemia beta vào tháng 3 năm 2024.

Cơ quan cũng phê duyệt một liệu pháp gen truyền thống khác cho căn bệnh này: lovo-cel (tên thương hiệu: Lyfgenia) từ bluebird bio, mang đến cho các bệnh nhân bị hồng cầu hình lưỡi liềm hai cách điều trị mạnh mẽ mới để kiểm soát những cơn đau đớn gây hại đặc trưng của bệnh.

Exa-cel và lovo-cel hoạt động như thế nào?

CRISPR là phương pháp điều trị lý tưởng cho những căn bệnh này vì nó liên quan đến việc chỉnh sửa các gene đột biến qua một lần điều trị duy nhất để chữa trị chức năng. Bác sĩ sẽ trích xuất tế bào gốc của máu (blood stem cells), tạo ra toàn bộ quần thể máu và tế bào miễn dịch của cơ thể, trước tiên là từ tủy xương của người đó, sau đó thu thập chúng từ máu và phát triển những tế bào này trong phòng thí nghiệm. Sau đó, họ chỉnh sửa gene trong các tế bào để tăng cường sản xuất huyết sắc tố thai nhi (fetal hemoglobin), loại huyết sắc tố có khả năng vận chuyển nhiều oxy hơn huyết sắc tố trưởng thành nhưng thường biến mất sau khi sinh.

Các nhà nghiên cứu đã tìm cách tăng nồng độ huyết sắc tố của bào thai sau khi biết được rằng khoảng 10% mọi người tiếp tục sản xuất huyết sắc tố thai nhi một cách tự nhiên trong suốt cuộc đời sau khi trưởng thành và vẫn khỏe mạnh. Trong số đó, những người mắc bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm dường như có biểu hiện nhẹ hơn. Lý thuyết đặt ra là việc tăng lượng huyết sắc tố thai nhi trong máu có thể giúp các tế bào máu khỏe mạnh chiếm ưu thế so với các phiên bản bị lưỡi liềm và giảm đáng kể khả năng các tế bào hình lưỡi liềm liên kết với nhau và làm tắc nghẽn các mạch máu nhỏ. Điều đó đã trở thành nền tảng của exa-cel.

Exa-cel thực hiện điều này bằng cách sử dụng CRISPR để nhắm mục tiêu vào gen tắt huyết sắc tố thai nhi.

Trong khi đó, Lovo-cel sử dụng một loại virus, đã được sửa đổi sao cho không thể gây bệnh, để đưa vào một gen mới tạo ra huyết sắc tố bất chức phiên bản khỏe mạnh, có thêm tính năng chống các tế bào lưỡi liềm gắn kết lại với nhau. Rich Colvin, giám đốc y khoa của bluebird cho biết, các tế bào hình lưỡi liềm có khuynh hướng hình thành các chuỗi dài và cứng, có thể làm tắc nghẽn mạch máu và gây đau đớn, nhưng huyết sắc tố của lovo-cel sẽ “phá vỡ chuỗi khiến cho chúng không thể tạo thành các chuỗi dài nữa.” Kết quả cuối cùng là bệnh nhân có nhiều tế bào máu khỏe mạnh hơn, không bị hình thành chuỗi tế bào lưỡi liềm, ít dẫn tới tắc nghẽn gây đau đớn hơn.

Quyết định của FDA

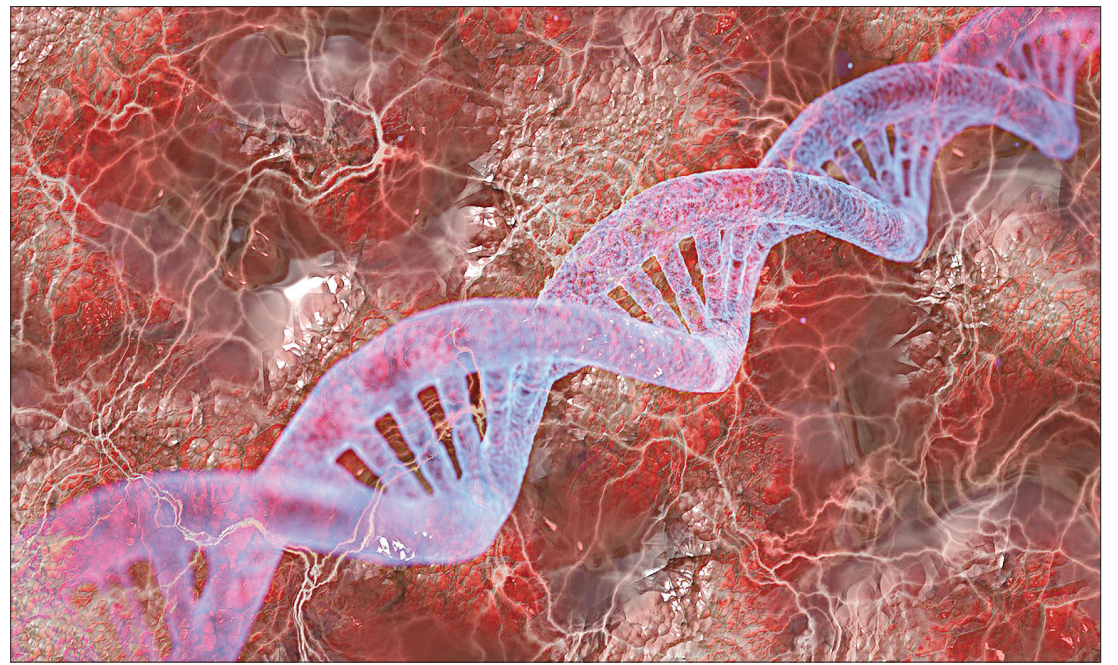
Khi đưa ra quyết định về exa-cel, FDA đã xem xét một nghiên cứu trên 31 bệnh nhân mắc bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm đã trải qua nhiều lần bị tắc nghẽn mạch máu. Sau khi được điều trị exa-cel, 29 người không còn bị những cơn đau như vậy trong một năm. Mặc dù vẫn chưa rõ tác dụng sẽ kéo dài bao lâu, nhưng các chuyên gia hy vọng rằng những kết quả ban đầu này có thể giúp bệnh nhân không còn phải túc trực trong bệnh viện suốt với những cơn đau đớn. Đối với lovo-cel, cơ quan này đã xem xét một nghiên cứu gồm 32 bệnh nhân; 28 người không còn bị cơn đau nào trong suốt thời gian nghiên cứu kéo dài hai năm.

FDA cũng xem xét các hiệu ứng phụ có thể xảy ra. Trong trường hợp của CRISPR, hiệu ứng phụ nguy hiểm nhất là chỉnh sửa ngoài mục tiêu, trong đó CRISPR làm thay đổi các gen sai mục tiêu hoặc sửa đổi các gen có thể khiến tế bào bắt đầu phân chia vượt tầm kiểm soát phát triển thành khối u. Cho đến nay, những bệnh nhân được điều trị bằng phương pháp này đều chưa gặp phải những hiệu ứng phụ nghiêm trọng như vậy hoặc các hiệu ứng phụ nghiêm trọng khác.

Còn với lovo-cel, một trong những lo ngại lớn nhất là gene tạo ra huyết sắc tố khỏe mạnh được chèn vào; Colvin cho biết các nghiên cứu tính đến nay cho thấy gene này được chèn vào tới ba lần trong một tế bào duy nhất, điều này dường như không khiến tế bào bắt đầu phân chia bất thường. Nhưng “chỉ có thời gian mới có thể cho chúng ta biết các sửa đổi gene hay mang tới lợi hại hay nhiều hơn,” bác sĩ Markus Mapara, giám đốc chương trình cấy ghép tủy xương và liệu pháp tế bào dành cho người lớn tại New York - Presbyterian/Columbia cho biết. FDA đã yêu cầu cả hai công ty theo dõi bệnh nhân trong 15 năm để ghi lại bất kỳ tác động dài hạn tiềm ẩn nào của các liệu pháp, bao gồm cả bệnh ung thư.

Điều trị một lần, nhưng hành trình rất gian nan

Dù cả hai liệu pháp đều có thể thay đổi cuộc sống, quá trình điều trị là một hành trình vất vả và suốt nhiều tháng. Cả hai thủ tục đều bao gồm gần một năm làm các kiểm tra, xét nghiệm và thủ tục, bao gồm một cuộc



FDA mới đây đã chuẩn thuận cho hai liệu pháp gen dựa trên tế bào để điều trị bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm. Đây cũng là liệu pháp đầu tiên được phê duyệt sử dụng công nghệ chỉnh sửa gen CRISPR, đánh dấu sự tiên bộ quan trọng trong lĩnh vực y học. (Nguồn: pixabay.com)

cấy ghép tủy xương xâm lấn. Để đủ điều kiện cho một trong hai liệu pháp, bệnh nhân cần phải trên 12 tuổi và đã từng bị tắc nghẽn nhiều lần do bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm.

Bước đầu tiên là một loạt các đợt truyền máu trao đổi, trong đó một số tế bào hình lưỡi liềm được thay thế bằng các tế bào khỏe mạnh. Thủ tục ngoại trú này diễn ra trong vòng ba đến bốn tháng, tạm thời sẽ làm giảm tình trạng viêm và nguy cơ tắc nghẽn và các cơn đau dây vô trước khi điều trị.

Khi mức độ tế bào hình lưỡi liềm giảm xuống đủ thấp, bệnh nhân phải vào bệnh viện để bác sĩ có thể thu thập đủ tế bào gốc từ tủy xương của họ, rồi mang đi chỉnh sửa bằng CRISPR hoặc sửa đổi để tạo ra huyết sắc tố khỏe mạnh, sau đó đưa trở lại vào cơ thể bệnh nhân. Bởi vì tủy xương ở bệnh nhân hồng cầu hình lưỡi liềm không khỏe mạnh như ở người bình thường, nên có thể phải mất vài chu kỳ thu thập và một số bệnh nhân thậm chí có thể không sản xuất đủ tủy để đủ điều kiện điều trị.

Nếu các bác sĩ có thể thu hồi đủ tế bào gốc, chúng sẽ được chuyển đến phòng thí nghiệm của Vertex và bluebird, nơi các khoa học gia thực hiện chỉnh sửa CRISPR, quá trình này có thể mất từ 8 đến 12 tuần, hoặc liệu pháp gene để các tế bào có thể bắt đầu sản xuất huyết sắc tố khỏe mạnh.

Sau khi CRISPR hoặc tế bào điều trị gen đã sẵn sàng, bệnh nhân sẽ được hóa trị liều cao để loại bỏ tủy xương hiện có và nhường chỗ cho các tế bào mới đã qua chỉnh sửa, sau đó sẽ tạo ra một quần thể máu và tế bào miễn dịch khỏe mạnh. Phân hóa trị này có thể là phần khó khăn nhất trong

toàn bộ quy trình – thậm chí còn khó khăn và có thể độc hại hơn cả exa-cel hoặc lovo-cel. Nó cũng có thể đau đớn tột cùng.

Ba đến bốn ngày sau hóa trị, bệnh nhân sẽ được truyền CRISPR hoặc tế bào chỉnh sửa gene. Sau đó, bệnh nhân phải nằm trong bệnh viện thêm 4 đến 6 tuần nữa để các bác sĩ theo dõi tình trạng và đánh giá tốc độ sinh sôi của các tế bào máu khỏe mạnh.

Thấp lên niềm hy vọng mới

Dù thủ tục có gian nan đến đâu, chúng đều có thể đáng giá với hầu hết bệnh nhân, vì họ sẽ được giải thoát khỏi những cơn đau đớn và thậm chí còn có khả năng khỏi bệnh. Trong các bệnh nhân tham gia thử nghiệm CRISPR của Bhatia, bà nói rằng khoảng một nửa tế bào huyết sắc tố của họ trở nên khỏe mạnh và một nửa vẫn bị lưỡi liềm – nhưng bảy nhiều đã đủ để họ có thể ra khỏi bệnh viện và đi học, đi làm trở lại.

Azar cho biết, các phương pháp điều trị này mang đến những lựa chọn mới cho những bệnh nhân vốn chẳng có nhiều quyền lựa chọn. Hydroxyurea, một loại thuốc được sử dụng để điều trị một số bệnh ung thư, là loại thuốc hiệu quả duy nhất để điều trị bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm; nhưng bệnh nhân phải dùng thuốc hàng ngày để kiểm soát các cơn đau đơn. Cũng có thể cấy ghép tủy xương để thay thế tế bào hình lưỡi liềm bằng tế bào khỏe mạnh, nhưng bệnh nhân sẽ được người hiến tủy phù hợp với bệnh nhân, mà điều này là rất khó. Phù hợp nhất là từ những người có quan hệ họ hàng – nhưng cũng chỉ có 25% khả năng anh chị em là người phù hợp, và vì bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm là

do di truyền nên càng ít có khả năng để tìm được một người hiến tặng là anh chị em khỏe mạnh. Việc cấy ghép từ những người hiến tặng không có quan hệ họ hàng sẽ có hiệu quả thấp hơn nhiều.

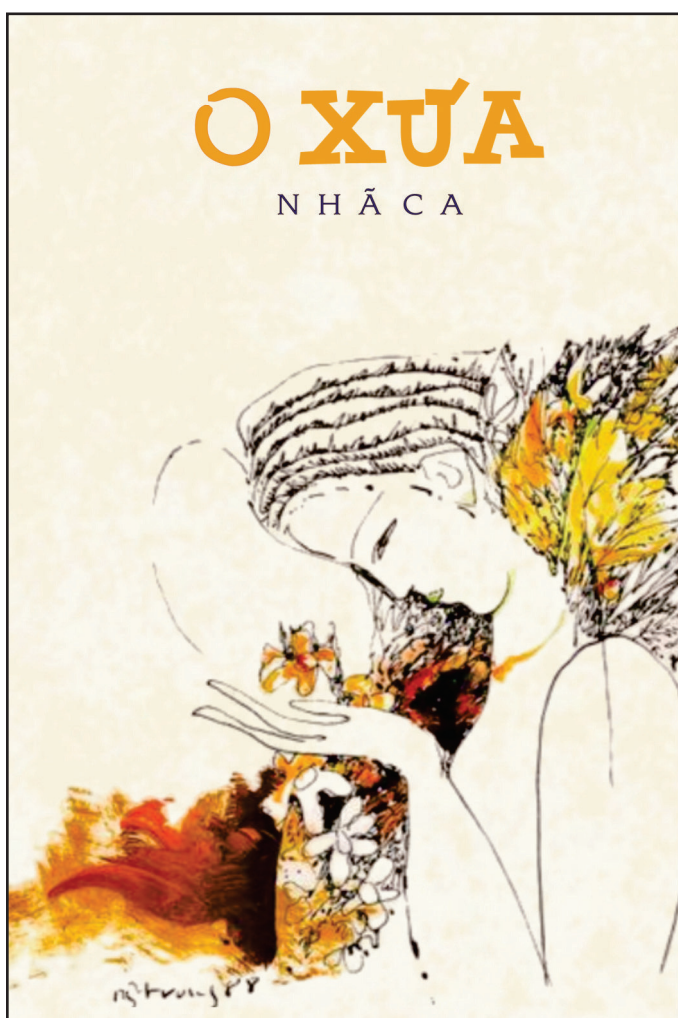
Hầu hết các bác sĩ chuyên trị bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm đều tin rằng đối với nhiều bệnh nhân, cả hai phương pháp điều trị đều có tác dụng tốt như nhau trong thời gian ngắn. Một phương pháp điều trị có thể chữa khỏi bệnh hồng cầu hình lưỡi liềm cũng có thể giúp bệnh nhân tránh được những tổn thương dài hạn cho các cơ quan do căn bệnh gây ra.

Bệnh nhân được điều trị càng sớm thì càng có cơ hội tiếp tục cuộc sống với các cơ quan còn khỏe mạnh. Thí dụ, các tế bào hình lưỡi liềm có thể làm tổn thương xương và “khi mô đã chết, nó sẽ không thể phục hồi được.” Nên liệu pháp điều trị mới mang đến niềm hy vọng mới cho các bệnh nhân, cho họ có cơ hội điều trị bệnh tình trước khi các cơ quan trong cơ thể bị tổn thương nghiêm trọng./

VB/Cung Đỗ biên dịch

Nguồn: “FDA Approves First CRISPR Treatment in U.S.” được đăng trên trang Time.com.

Việt Báo Online phục vụ bạn Bất cứ giờ nào vietbao.com trình bày trang nhã danh mục dễ tìm quảng cáo hữu hiệu tin tức cập nhật trăm ngàn trang bài Viết Về Nước Mỹ Kinh tế - Kỹ thuật Sinh hoạt cộng đồng Thời Trang-Thẩm Mỹ Thiếu Nhi, gia đình Weekend, Thương mại Thời sự - Điện ảnh



“Chùm hoa khế đã ở trong tay ông. Lạ thay, cùng lúc đó, ông bỗng thấy mặt ông đang dụi vào mặt đất. Đất. Phải, đó là chỗ của ông. Ông nghe tiếng bà dặn: Khi nào hoa khế nở, ông nhớ hái một chùm đem về dưới cho tui. Bàn tay vẫn thận trọng nắm chặt chùm hoa, ông tiếp tục thì thầm: Tui hái cho bà. Tui hái cho bà. Chùm hoa tím ngắt... mờ dần trong mắt ông...”

Trích “Thương Chùm Hoa Khế”, trang 140.

O XƯA

Sách dày 300 trang
Giá sách: \$20
Gọi : 714 894 2500

Tuyển tập truyện ngắn Nhã Ca viết ở hải ngoại, Việt Báo Foundation xuất bản và phát hành. Sách dày 300 trang, gồm 13 truyện ngắn, lần đầu tiên ra mắt độc giả.

Sách hiện có trên mạng amazon.com, vào gõ chữ “Nhã Ca; O Xưa” để tìm mua sách.

Độc giả có thể gọi **Việt Báo** đặt sách, **714-894-2500** hay e-mail về hangnguyen@vietbao.com.

SINH VIÊN QUỐC TẾ ĐÃ QUAY TRỞ LẠI CÁC TRƯỜNG ĐẠI HỌC MỸ



Lê Minh Hải.

(Robert Mullins International) Một nghiên cứu mới cho thấy sinh viên quốc tế ở Mỹ đã tăng 12% trong năm học 2022-23, mức tăng lớn nhất trong hơn 40 năm. Hơn 1 triệu sinh viên đến từ nước ngoài, nhiều nhất kể từ năm học 2019-20 khi đại dịch

Covid bắt đầu. Số sinh viên đến từ Ấn Độ tăng 35%.

Mỹ vẫn là điểm đến yêu thích của sinh viên quốc tế muốn đi du học. Điều này đã đúng trong hơn một thế kỷ. Ngày nay, hầu hết sinh viên nước ngoài đến học các chương trình sau đại học, thường là về khoa học, công nghệ và kinh doanh. Sinh viên đến từ Trung Quốc vẫn chiếm nhiều sinh viên nước ngoài nhất ở Mỹ với 290,000. Phần lớn sự gia tăng số lượng sinh viên nước ngoài trong năm ngoái là để học các chương trình toán và khoa học máy tính.

Sinh viên quốc tế đóng một vai trò quan trọng trong nền giáo dục đại học Hoa Kỳ. Họ quan trọng cho sự

trao đổi toàn cầu và cũng quan trọng cho doanh thu. Sinh viên quốc tế thường phải trả mức học phí cao hơn, điều đó có nghĩa là họ đang trợ cấp học đại học cho sinh viên Mỹ.

Sinh viên Việt Nam hiện là nhóm sinh viên nước ngoài lớn thứ năm tại Hoa Kỳ. Có 20,713 sinh viên Việt Nam học tập tại Hoa Kỳ trong năm học 2021-2022.

Những sinh viên Trung Quốc được 'đào tạo từ trường' trước khi vào du học Anh quốc. Trước khi vào Anh, sinh viên Trung Quốc được Đảng Cộng sản Trung Quốc "đào tạo về tư tưởng". Hơn 600 công dân Trung Quốc đang theo học tại các trường đại học tại

Vương quốc Anh theo chương trình học bổng cần được các quan chức Trung Quốc "xem xét hệ tư tưởng chính trị của các ứng viên". Trước khi sang Anh, các sinh viên được giáo dục tư tưởng, chính trị và lòng yêu nước. Học bổng chủ yếu dành cho các nghiên cứu sinh tiến sĩ về khoa học và công nghệ và được cấp tại một số trường đại học tốt nhất nước Anh bao gồm Oxford, Cambridge, Imperial College và King's College London.

Công dân Trung Quốc có thể bị loại bỏ ra khỏi các khóa học và trở về Trung Quốc nếu họ không tuân thủ hệ tư tưởng nghiêm ngặt, hoặc không hành động vì lợi ích của chính phủ Trung

Quốc.

Những ứng viên thành công cho các học bổng này được kỳ vọng sẽ "thực hiện triệt để Tư tưởng Tập Cận Bình về Chủ nghĩa xã hội đặc sắc của Trung Quốc trong thời đại mới" và để "phục vụ chiến lược quốc gia".

Ở Đức, chương trình học bổng này đã bị đình chỉ, nhằm "giảm nguy cơ gián điệp công nghiệp".

Một quan chức ở Anh cũng cho rằng có những mối nguy hiểm về an ninh nghiên cứu đối với các trường đại học Anh tiếp nhận những học giả này.

Hơn một phần ba chi phí của những học bổng này được chi trả bởi quân đội Trung Quốc hoặc những

người bị Mỹ cấm. Các nhà thử nghiệm tên lửa siêu thanh, nhà sản xuất máy bay phản lực quân sự, và nhà điều hành vệ tinh quân sự của Trung Quốc đều là những người hỗ trợ tài chính cho các học bổng này.

Đại sứ quán Trung Quốc tại London được yêu cầu bình luận về những học bổng này, nhưng họ đã không trả lời.

Quý độc giả muốn có thêm tin tức cập nhật, xin liên lạc với một văn phòng Robert Mullins International gần nhất: Westminster: (714) 890-9933, San Jose (408) 294-3888, Sacramento (916) 393-3388 Email: info@rmiodp.com Hoặc www.facebook.com/rmiodp

CALIFORNIA: ĐÃ CẤM BÁN THUỐC LÁ ĐIỆN TỬ CÓ HƯƠNG VỊ NHƯNG CHÚNG VẪN ĐƯỢC BÁN NHAN NHẢN TRÊN INTERNET

Dù lệnh cấm đã được công bố rộng rãi và có hiệu lực, người dân California – kể cả trẻ vị thành niên – vẫn có thể mua thuốc lá điện tử có hương vị trên mạng. Điều này được chỉ ra qua một nghiên cứu mới được xuất bản trên JAMA Network Open.

Vào ngày 21 tháng 12 năm 2022, California ban hành Senate Bill 793 của Thượng viện, cấm bán hầu hết các sản phẩm thuốc lá có hương vị (flavored tobacco), bao gồm cả thuốc lá điện tử (e-cigarettes), cho mọi người ở mọi lứa tuổi. Shisha, các loại xì gà cao cấp và thuốc lá không khói (loose-leaf tobacco) được miễn khỏi luật này.

Lệnh cấm được thúc đẩy chủ yếu bởi mong muốn

giảm tiêu thụ thuốc lá trong giới trẻ – vốn rất dễ bị thu hút bởi hương vị của thuốc lá điện tử, chẳng hạn như xoài và kem.

Kể từ năm 2021, nhóm nghiên cứu đã thu thập dữ liệu về ngành thuốc lá. Là một phần của dự án, nhóm cũng đã nghiên cứu xem liệu trẻ vị thành niên có thể mua trái phép các loại thuốc lá điện tử có hương vị trên mạng hay không.

Trước và sau khi SB 793 được thông qua, các thành viên của nhóm nghiên cứu đồng ý là trẻ vị thành niên dưới 21 tuổi đang tìm mua các sản phẩm thuốc lá điện tử có hương vị từ 26 trang web bán hàng ở California.

Một "nỗ lực mua hàng" xảy ra khi một nhà nghiên cứu có thể thêm sản phẩm

thuốc lá điện tử có hương vị vào giỏ hàng, qua mặt hệ thống xác minh độ tuổi – nếu có – và cung cấp thông tin thẻ tín dụng của họ.

Trước khi có SB 793, tỷ lệ mua hàng thành công của nhóm nghiên cứu là 52%. Sau khi SB 793 có hiệu lực, tỷ lệ thành công lại tăng lên gần 61%.

Điều này có ý nghĩa gì?

Việc thanh thiếu niên sử dụng thuốc lá điện tử là một mối lo ngại đối với sức khỏe cộng đồng, vì những sản phẩm này có sức hút đặc biệt đối với giới trẻ. Chất nicotine trong thuốc lá điện tử có thể ảnh hưởng đến sự phát triển trí não của thanh thiếu niên. Ngoài ra, những làn khói thuốc có thể chứa các hóa chất gây ung



Dù SB 793 của California được cho là sẽ cấm bán hầu hết các sản phẩm thuốc lá có hương vị cho thanh thiếu niên, chúng vẫn được bán nhan nhản ở trên các cửa hàng trực tuyến. (Nguồn: pixabay.com)

thư và kim loại nặng như niken, thiếc và chì.

Hơn nữa, các sản phẩm thuốc lá có hương vị vốn sẽ gây khó khăn cho việc cai nicotin.

Nghiên cứu cho thấy lệnh cấm thuốc lá có hương vị của Cơ Quan Kiểm Soát Thực-Dược Phẩm Hoa Kỳ năm 2009 đã làm giảm việc sử dụng thuốc lá ở thanh thiếu niên. Đó là lý do tại sao California tiên phong trong các chính sách kiểm soát thuốc lá tiên bộ – không chỉ với SB 793, mà còn thông qua các lệnh cấm bán thuốc lá ở hàng chục thành phố của California. Nhưng nếu các cửa hàng trực tuyến coi thường hoặc không biết về những luật này, giới trẻ vẫn có thể dễ dàng tiếp cận với các sản phẩm thuốc lá có hương vị.

Hiện vẫn chưa rõ lý do tại sao thuốc lá điện tử có hương vị vẫn được bán nhan nhản trên các cửa hàng bán lẻ trực tuyến ở

California. Có thể các nhà cung cấp đang coi thường luật mới, không biết gì về luật đó hoặc cho rằng luật mới không áp dụng cho bán hàng trực tuyến.

Tuy nhiên, nghiên cứu cũng có một số hạn chế. Thứ nhất, quy trình nghiên cứu của họ được phát triển trong thời kỳ đại dịch COVID-19. Với sự an toàn là ưu tiên hàng đầu, nhóm nghiên cứu tránh giao tiếp trực tiếp. Điều này có nghĩa là họ không nhận được gói hàng thuốc lá điện tử từ nhân viên giao hàng.

Nhóm đã ngừng nỗ lực mua hàng trực tuyến sau khi đặt hàng xong, nên họ không thể kiểm tra xem tuổi tác có được xác minh khi giao hàng hay không và tính toán tỷ lệ mua thực tế. Tuy nhiên, trong nghiên cứu, chỉ có bốn trang web có cho biết sẽ tiến hành xác minh độ tuổi khi giao hàng.

Dù có những hạn chế này, những phát hiện mới vẫn

cần được các cơ quan nhà nước quan tâm để thực thi lệnh cấm đối với các sản phẩm thuốc lá điện tử có hương vị ở California.


Những nghiên cứu khác

Một nhóm nghiên cứu khác đã thu thập tỷ lệ tìm kiếm hàng tuần trên Google liên quan đến mua sắm trực tuyến các sản phẩm thuốc lá và thuốc lá điện tử ở California từ tháng 1 năm 2018 đến tháng 5 năm 2023. Họ phát hiện rằng các truy vấn mua sắm cao hơn 194% so với dự kiến đối với thuốc lá thường và cao hơn 162% so với dự kiến đối với thuốc lá điện tử – điều này cho thấy người tiêu dùng đang tìm kiếm trên Google chỗ bán các sản phẩm bị cấm./

Nguồn: "California banned sales of flavored e-cigarettes in 2022 – but a new study finds online stores are still selling them, even to kids" được đăng trên trang TheConversation.com.

We protect it. You live it.

Chúng tôi bảo vệ nó.
Bạn sống nó.




Tommy Le, Agent
Insurance Lic#: 0L82567
17929 Magnolia Street
Fountain Valley, CA 92708
Bus: 714-841-5350
M-F 9am - 5pm Sat 10am - 2pm
Evenings by Appointments
24/7 Customer Service
Quý vị có thể liên lạc với chúng tôi bằng tiếng Việt

I'm here to help life go right" – so you can enjoy it, while I help protect it. Let's talk about your life insurance options.

CALL ME TODAY.

714-841-5350

Không có gì có thể thay thế bạn, nhưng bảo hiểm nhân thọ có thể giúp thay thế thu nhập của bạn.



State Farm Life Insurance Company (Not licensed in MA, NY or WI)
State Farm Life and Accident Assurance Company (Licensed in NY and WI)
Bloomington, IL

1601487



INVEST FOR FUTURE GENERATIONS

ROBERT MULLINS INTERNATIONAL

IMMIGRATION SERVICES NETWORK

www.rmiodp.com | info@rmiodp.com

BẢO LÃNH ĐỂ ĐẦU TƯ CHO THẾ HỆ TƯƠNG LAI

BẢO LÃNH TẠI ROBERT MULLINS INTERNATIONAL, RMI-RANG MI HỒ SƠ CỦA QUÝ VỊ ĐƯỢC BẢO ĐẢM ĐẾN KẾT QUẢ SAU CÙNG.

CHUNG TÔI CHUYÊN PHỤ TRÁCH CÁC DỊCH VỤ BẢO LÃNH ĐỊNH CƯ HOẶC TAM THỜI: DU HỌC, THAM QUAN, TÒN GIÁO, VIỆC LÀM, ĐIỀU CHỈNH TÌNH TRẠNG LƯU TRỮ, NHẬP TỊCH.

- EB-5 ĐẦU TƯ TRỰC TIẾP HOẶC HỖN VỐN KINH DOANH, HAY GIÁN TIẾP VỚI DỰ ÁN ĐA DỤNG TẠI KHU PHỐ HAN LOS ANGELES
- L-1A/EB-1C CHIẾU KHẨN DOANH NHÂN LIÊN CÔNG TY GIỮA VIỆT NAM VÀ HOA KỲ
- EB-3 TUYỂN DỤNG NHÂN VIÊN CÓ HAY KHÔNG CÓ NĂNG KHIẾU, NHẬN VIỆC LÀM VÀ QUYỀN LỢI ĐỊNH CƯ



RMI ARE NOT LAWYERS AND CANT GIVE LEGAL ADVICE
RMI KHÔNG PHẢI LUẬT SƯ VÀ KHÔNG CÓ VẤN PHÁP LÝ

9070 BOLSA AVE
WESTMINSTER, CA 92683
TEL | 1.714.890.9923
FAX | 1.714.894.0550
(trong khu Hà Nội Plaza)

779 STORY RD, STE 70
SAN JOSE, CA 95122
TEL | 1.408.294.3888
FAX | 1.408.294.8084
(phía trước Wal-Mart)

6930 65TH ST, STE 105
SACRAMENTO, CA 95823
TEL | 1.916.393.3388
FAX | 1.916.393.7788
(cạnh Bảo Long)

RANG MI
47 PHUNG KHACH KHOAN
P. DA KAO, Q.1
TEL | 848.3914.7638
FAX | 848.3914.7640

AZIPOS

YOUR PHONE, YOUR POS, YOUR RESTAURANT

DIỆN THOẠI

MÁY TÍNH BẢNG / IPAD

MÁY TÍNH ĐỂ BÀN

LAPTOP

Mọi thiết bị kết nối Internet đều có thể trở thành máy POS.
Khách hàng đặt món dễ dàng.

714-716-1819
Gọi hoặc quét mã QR/Code để biết thêm thông tin.

Thông tin hàng được gửi thẳng đến quầy thu ngân

Đặt hàng ở bất cứ đâu

BÊN NGOÀI
Khách hàng truy cập **App** hoặc vào website **your-restaurant.com** ở bất cứ nơi đâu, khi nào: nhà, văn phòng... để đăng đặt món và tùy chọn theo sở thích với thiết bị có kết nối Internet.

BÊN TRONG
Để đăng chọn món trên điện thoại và thanh toán ngay tại bàn.

THANH TOÁN ĐA DẠNG
Apple Pay / Google Pay / NFC / EMV...
Visa/Master Card / Chờ phiếu / Tiền mặt
Để đăng thanh toán

NHÀ BẾP
Chuyển từ món đang theo yêu cầu khách hàng

MÁY IN
Mỗi món là 1 phiếu in, in sẵn từ máy POS để phục vụ nhân viên

Giải pháp quản lý bán hàng chuyên nghiệp, phần mềm **POS** theo ngành nghề

NHÀ HÀNG

QUÁN ĂN

QUÁN CÀ PHÊ

QUÁN NƯỚC

FOOD TO GO

AZIPOS tự tin là giải pháp quản lý **A tới Z** cho nhà hàng, quán ăn, tiệm nước, bán mang đi... từ đặt hàng cho tới hoàn tất, chỉ cảm chạm là xong. Mọi thiết bị kết nối Internet đều có thể trở thành **máy POS**: điện thoại, máy tính bảng, iPad, laptop, máy tính để bàn... Tất cả trên nền tảng kỹ thuật số để đáp ứng nhu cầu sử dụng linh hoạt của thời đại.

Một chương trình POS tốt cần có những tính năng:

- ☑ Giao diện thân thiện
- ☑ Hoạt động được trên nền tảng di động mobile, iPad...
- ☑ Luôn sẵn sàng mọi lúc, mọi nơi
- ☑ Dễ quản trị
- ☑ Cập nhật nhanh chóng để đáp ứng nhu cầu phát sinh thực tế

714-716-1819 <https://azipos.com>
17451 Nichols Ln STE A., Huntington Beach, CA 92647

PECHANGA RESORT CASINO

NGÀY 24 THÁNG 2, 2024 • 8PM

THE WYNNERS FAREWELL WITH LOVE CONCERT

GIÁ VÉ BẮT ĐẦU TỪ \$98
TRÌNH DIỄN LIVE TẠI PECHANGA SUMMIT
Đường Dây Nóng Mua Vé: 626.632.1994 hay online tại 99concerts.com
Muốn biết thêm chi tiết, xin gọi 888.810.8871 hay online tại pechanga.com.

877.711.2WIN • PECHANGA.COM
Nằm thuận tiện cạnh FWY I-15 trong thung lũng Temecula Valley
Xứ Rượu Nho Miền Nam California
45000 Pechanga Parkway, Temecula, CA 92592

Ban Quản Lý dành toàn quyền. Phải từ 21 tuổi trở lên mới được đánh bài.
Đường Dây Giúp Đỡ Bệnh Đam Mê Cờ Bạc 1.800.GAMBLER.

nhân vật được đóng bởi diễn viên có thù lao

Phúc Lợi Toàn Vẹn Hơn để Quản Lý Toàn Diện Tình Trạng Mạn Tính

Chương trình Total+ (HMO) của Clever Care, với sự chăm sóc toàn diện cho các nhu cầu y tế về tình trạng mạn tính của quý vị!

Khi nói đến sức khỏe, chúng tôi hiểu rằng trí tuệ phương Đông đóng một vai trò quan trọng trong việc chăm sóc sức khỏe của quý vị, đặc biệt đối với những người mắc các bệnh mạn tính. Chương trình Medicare Total+ của Clever Care là một chương trình đặc biệt dành cho bệnh mạn tính (C-SNP) kết hợp Đông-Tây Y. Các quyền lợi bao gồm chăm cứu, thảo dược bổ sung, khoản trợ cấp hàng tạp hóa, theo dõi sức khỏe từ xa và thậm chí cả những bữa ăn giao tại nhà thuận tiện để có một cuộc sống hàng ngày an nhiên. Giờ đây, quý vị có thể đón nhận không chỉ những gì quý vị cần mà còn cả những gì quý vị muốn, giúp quý vị đạt được một lối sống lành mạnh, toàn diện.

\$1,200 mỗi năm cho hàng tạp hóa

Lên đến **\$2,500** mỗi năm cho chăm cứu

Lên đến **\$2,300** mỗi năm cho nha khoa PPO

Lên đến **\$1,100** mỗi năm cho thảo dược bổ sung + OTC + thể dục

Hãy đến tham gia cùng Clever Care tại các sự kiện sau đây

Trung tâm Cộng đồng Clever Care	9600 Bolsa Ave., Suite D và I, Westminster
• Nhảy cùng nhóm	Ngày 29 tháng 12 10:00 a.m. - 11:00 a.m.
• Thể dục Khí công Hoàng Hạc	Ngày 29 tháng 12 04:00 p.m. - 05:00 p.m.

Hãy nhanh tay và gọi chúng tôi hôm nay **833-388-8852** (TTY: 711)
Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều

Clever Care Health Plan, Inc. là một HMO và HMO C-SNP có hợp đồng với Medicare. Việc ghi danh tham gia tùy thuộc vào sự gia hạn hợp đồng. Vui lòng liên lạc Dịch Vụ Hội Viên tại (833) 388-8168 (TTY:711) từ 8 giờ sáng đến 8 giờ tối, bảy ngày một tuần, từ ngày 1 tháng 10 đến ngày 31 tháng 3, và từ 8 giờ sáng đến 8 giờ tối, các ngày trong tuần, từ ngày 1 tháng 4 đến ngày 30 tháng 9. Để sắp xếp hỗ trợ cho những người có các nhu cầu đặc biệt tại các cuộc họp vui lòng gọi (833) 388-8168 (TTY:711). *Các quyền lợi là một phần của chương trình bổ sung đặc biệt dành cho người mắc bệnh mạn tính. Không phải tất cả các hội viên đều đủ điều kiện. Chương trình này là một chương trình đặc biệt dành cho bệnh mạn tính (C-SNP). Khả năng ghi danh của quý vị sẽ dựa trên việc xác minh rằng quý vị mắc bệnh mạn tính đủ tiêu chuẩn. Không phải tất cả các hội viên đều đủ điều kiện.
H7607_24_CM1440_M Accepted 10022023

A10688-P-CSNP-VI (10/23)