

www.VietLifestyles.com

VIET

Issue 112 | May 2020

LIFE STYLE

YOUR LIFE • YOUR STYLES • YOUR MAGAZINE

ARIZONA | CALIFORNIA | TEXAS

FLORIDA | GEORGIA

Fun
Activities
With Kids
During
Pandemic

CÁCH TRÁNH
LÂY NHIỄM
COVID-19?

AZ&
Sắc Lệnh
Giới Nghiêm

GIÁ ỦNG HỘ \$5.99

Thưa
THẬT SỰ
MUỐN GÌ?

NÊN
ĐI DẦU
TRONG
MÙA HÈ
NÀY?

CHUYÊN
BUỒN
THỜI
COVI

COVID-19 DRIVE THRU TESTING



IT'S FREE!



WITH PROVIDER TELEHEALTH CONSULTANT

CHỦ NHẬT, NGÀY 7 & 14 THÁNG 6 | TỪ 8AM - 2PM

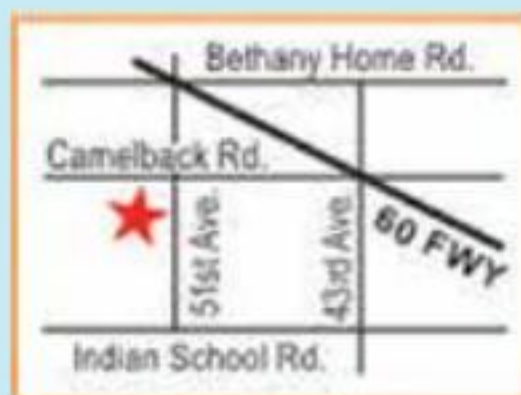
HÃY GỌI ĐỂ LÀM HẸN: 623-240-1110 | 855-420-6361

HOẶC QUÝ VỊ CŨNG CÓ THỂ ĐẾN TRONG KHOẢNG THỜI GIAN TRÊN ĐỂ ĐƯỢC XÉT NGHIỆM.

WEST VALLEY LOCATIONS

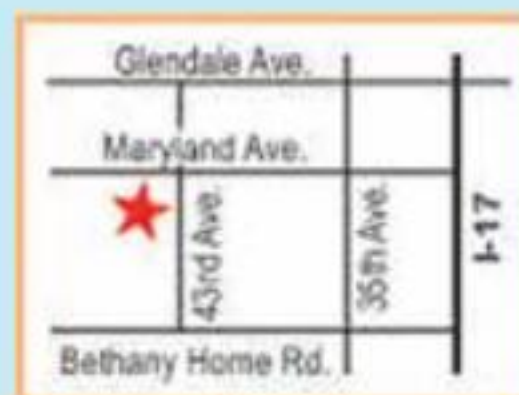
NHU LAI TEMPLE

4842 N. 51ST AVE
PHOENIX, AZ 85031



ST. LOUIS THE KING CHURCH

4331 W. MARYLAND AVE.
GLENDALE, AZ 85301



EAST VALLEY LOCATION

AZ INTERNATIONAL MARKETPLACE

1920 W. BROADWAY RD.
MESA, AZ 85202



HOÀN TOÀN MIỄN PHÍ, QUÝ VỊ SẼ KHÔNG PHẢI TRẢ BẤT CỨ LỆ PHÍ NÀO!



HÃY MANG THEO:

1. Thẻ ID hoặc Bằng Lái Xe có hình và địa chỉ
2. Điện Thoại Cầm Tay: Để tiện việc liên lạc báo kết quả
3. Thẻ Bảo Hiểm Sức Khỏe: Nếu bạn có bảo hiểm, nếu không cũng không sao, bạn sẽ không phải trả bất cứ một lệ phí nào
4. Đeo Khẩu Trang: để bảo vệ sức khỏe cho bạn và những người xung quanh.

SPONSORED BY SIPMD



• **COVID-19 ANTIBODY TEST:** Sẽ có kết quả tại chỗ trong vòng 5 phút

• **COVID-19 SWAB TEST:** Sẽ thông báo kết quả qua phone sau khi nhận được từ phòng certified lab.



BẢO HIỂM

SỨC KHỎE VÀ NHÂN THỌ

HIẾU LUƠNG
Lic#0102573

CHARLES LUƠNG
LIC#1105454

**CHUYÊN BÁN BẢO HIỂM CỦA CÁC CÔNG TY HÀNG ĐẦU NHƯ
NATIONAL LIFE, TRANSAMERICA, NATIONWIDE, PACIFIC LIFE VÀ VOYA**

CHUYÊN GIA BẢO HIỂM NHÂN THỌ: QUA ĐỜI SỚM, BỊ ĐAU ỐM, SỐNG QUẢ LÂU

- Chương trình lâu dài hoặc ngắn hạn
- Bảo vệ tài sản và gia đình
- Lấy tiền trong lúc bị bệnh lâu dài (LTC)
- Chúng tôi cung cấp các loại bảo hiểm nhân thọ có thể tích lũy dần thành tiền mặt mà không bị đánh thuế và không bị đóng phạt trong trường hợp rút tiền mặt và có lợi ích khi khai thuế.

CHUYÊN GIA BẢO HIỂM SỨC KHỎE VÀ NHA KHOA

- Có nhiều chương trình bảo hiểm sức khỏe tự do khác nhau để quý vị tham khảo và lựa chọn (PPO Network).
- Có chương trình sức khỏe cho cá nhân hay nhóm
- Có quyền lựa chọn bác sĩ và bệnh viện toàn nước Mỹ
- Có bán bảo hiểm phụ trợ để giúp trả tiền deductibles cao cũng như tai nạn xe cộ, bệnh nghiêm trọng, bệnh ung thư.

Copyright © 2015 Hieu Luong

ĐẶC BIỆT CHÚNG TÔI BÁN BẢO HIỂM DU LỊCH CÁC NƠI TRÊN THẾ GIỚI COVERAGE UP TO \$2 TRIỆU, NO DEDUCTIBLE

Chúng tôi nhận bán bảo hiểm sức khỏe cho du học sinh và khách du lịch ngắn hạn hay dài hạn trong suốt thời gian ở Mỹ.

**Chuyên Gia Bảo Hiểm
TOLL FREE 714-882-0941**

Xin gọi hoặc text để lấy hẹn
hieuluong@ltfusa.com
www.ltfusa.com



BẢO HIỂM NHÂN THỌ, BẢO HIỂM CHĂM SÓC DÀI HẠN, KẾ HOẠCH TÀI CHÍNH, KẾ HOẠCH TIẾT KIỆM CHO ĐẠI HỌC

11022 S. 51ST STREET, SUITE 105, PHOENIX, AZ 85044



ACHIEVE IT ENJOY IT PRESERVE IT

HIẾU LUƠNG

VINCENT DEL FRANCO

CHARLES LUƠNG

Concerned About...

- Having Enough For Retirement
- Cost Of A Major Critical Illness
- Rising Cost Of Tuition For Children

We Provide:

- Tax-Free Roth IRA's • Tax Deferred 401k/IRA Rollovers From Previous Companies • Term And Cash Value Life Insurance With Living Benefits • College Fund Planning
- Tax Planning Strategies



LIFETIME FINANCIAL
LLC
ILLUMINATING YOUR FINANCIAL FUTURE

Total free: **714-882-0941**

11022 S. 51st Street, Ste 105, Phoenix, AZ 85044
www.ltfusa.com

BIG 5 NAIL SUPPLY

**Chúng tôi có nhận
Shipping và Delivery.**

**Free Masks For Those Cannot Afford It
(Everyday 12pm-pm while supply lasts)**



3 layers 4 layers masks 50 pcs/ box



Washable Microbial Materials
2-layers nano silver fabric mask
buy 4 get 1 free

**ACETONE, ALCOHOL
DISPOSABLE KITS
AVAILABLE**



Salon face shield
buy 4 get 1 free



Hand sanitizers
8oz, 16oz, Gallon size

452 E. Southern Ave., Mesa, AZ 85204

(Trong khu Food City, góc đường Southern Ave & Mesa Dr., cách Mekong khoảng 5 miles)

website: www.Big5NailSupply.Com

Tel: 602-584-3088

Mở cửa 7 ngày trong tuần, từ 11AM- 8PM

Mùa dịch Covid-19, chúng tôi có bán những sản phẩm bảo vệ sức khỏe như sau:

- Có bán 3 loại khẩu trang vải giặt được
- Salon Face Shield; Mua 4 cái được tặng 1
- Hand Sanitizers 8 oz, Mua 10 cái được tặng 1
- Găng tay latex. Nitril có đủ sizes.

Các sản phẩm Acetone, Alcohol, Disposable Kits. Dip Powders... cùng nhiều mặt hàng cho ngành Nails, giá đặc biệt cho quý khách



GLOVES LATEX NITRIL ALL SIZES AVAILABLE



SNEEZE GUARD SIZE 30" & 36"

**AZ INTERNATIONAL
MARKETPLACE**
新世界超級市場

1920 W. Broadway Rd.,
Mesa, AZ 85202
(602) 633-6296
Open 7 days a week: 9AM - 9PM

WE CARRY DAISO PRODUCTS AT AZ INTERNATIONAL MARKETPLACE - PLEASE VISIT DAISO PRODUCTS AISLES



Tel. (480) 833-0095
Fax. (480) 733-0400

66 S. Dobson Rd., Suite 132, Mesa, AZ 85201 | Hours: 9:00 AM - 9:00 PM



**SPECIAL WEEKLY SALE:
FRESH MEATS
LIVE SEAFOOD
FRESH PRODUCTS**

**GREAT
PRICES!**

• Bán đầy đủ các loại thực phẩm Á Đông và các mặt hàng gia dụng. Đặc biệt: trái cây, rau cải, thịt cá, hải sản...

• Rau quả được bảo quản, sạch, và lâu năm.
Hàng về mới mỗi ngày!

We reserve the right to correct all printed errors. We reserve the right to limit the quantities

CHEN AZ 480-226-5284

NHẬN CHUYỂN TIỀN & HÀNG HÓA VỀ VIỆT NAM, GIAO TẬN NHÀ

ĐẠI LÝ ANH MINH CHUYỂN TIỀN

Đảm bảo giao tận nhà trong vòng 24 tiếng đồng hồ.

Lệ phí gửi tiền về Việt Nam Sài Gòn:

- Trên \$1,000: \$1.50/cho \$100
 - Dưới \$1,000: \$2.00/ cho \$100
- Các Tỉnh:
- Trên \$400: \$2.50/cho \$100
 - Dưới \$400: \$3.00/ cho \$100

CHEN AZ CARGO

Chuyển hàng về Việt Nam

- Sài Gòn: \$3.50/lb
- Các Tỉnh: \$4.50/lb



ĐẠI LÝ BÁN CÁC SẢN PHẨM DƯỢC THẢO CỦA BÁC SĨ PHẠM HOÀNG TRUNG, ĐỒNG TRÙNG HẠ THẢO CORDYCEPS 950, SỮA ENSURE, SỮA ENTRUST, SURE MEAL, DẦU GIÓ XANH, DẦU GỘI ĐẦU GIÚP MỌC TÓC, V.V.

PHỤC VỤ TẬN TÂM, UY TÍN, TRÁCH NHIỆM
1920 W. BROADWAY RD.,
MESA, AZ 85202

(Bên trong Chợ AZ International Marketplace)
ĐẶC BIỆT CÓ BÁN CHẢ CÁ -
EMAIL: CHENONG63@GMAIL.COM



Register now for Summer & Fall

Make it happen online at Maricopa

 **MARICOPA**
COMMUNITY COLLEGES
enroll-maricopa.com



10 COLLEGES | CERTIFICATE AND DEGREE PROGRAMS | UNIVERSITY TRANSFER | AFFORDABLE TUITION

The Maricopa County Community College District does not discriminate on the basis of race, color, national origin, sex, disability or age in its programs or activities. For Title IX/504 concerns, call the following number to reach the appointed coordinator: (480) 731-8499. For additional information, as well as a listing of all coordinators within the Maricopa College system, visit www.maricopa.edu/non-discrimination.

VĂN PHÒNG LUẬT SƯ

CLIFFORD LEVENSON

TRÊN 20 NĂM KINH NGHIỆM TRONG NGÀNH LUẬT SƯ



CLIFFORD LEVENSON
Attorney, Luật Sư
P: (602) 258-8989 (24/7)
Fax: 602-544-1900

CHUYÊN VỀ TAI NẠN XE CỘ
DÙ CÓ HAY KHÔNG CÓ BẢO HIỂM,
CHÚNG TÔI SẼ GIÚP CHO QUÝ VỊ
TRONG NHỮNG TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP

**CHỈ NHẬN THÙ LAO
KHI ĐƯỢC BỒI THƯỜNG**

602.544.2222



QUANG TRƯƠNG
Phụ Tá Pháp Lý
602-363-3700
Gọi bất cứ lúc nào

- SAY RƯỢU LÁI XE (D.U.I)
- LUẬT THƯƠNG MẠI & ĐỊA ỐC
- TAI NẠN CÁ NHÂN (PERSONAL INJURY)
- GIA ĐÌNH (FAMILY LAW)
- PHÁ SẢN (BANKRUPTCY)
- DI CHỨC (ESTATE PLANNING)
- DI TRÚ (IMMIGRATION)
- HÌNH SỰ (CRIMINAL LAW)

Khi gặp tai nạn xe cộ, quý thân chủ không cần phải lo lắng, hay gọi cho văn phòng chúng tôi để được giúp đỡ từ A-Z:

- Giới thiệu thân chủ đến các bác sĩ chuyên môn
- Liên lạc Công ty bảo hiểm để đòi bồi thường chi phí nhà thương cho thân chủ
- Xin lại bằng lái xe từ DMV nếu bị tịch thu
- Đặc biệt: Kéo xe, mượn xe, sửa xe và lấy report từ văn phòng cảnh sát

**Cung Chúc
Tân Xuân!!!!**



5119 NORTH 19TH AVE, #K PHOENIX, AZ 85015
WWW.LEGALHELPOFTHEWAY.COM



FRIENDLY SMILES FAMILY DENTISTRY

BRIAN TRƯƠNG, DMD
TRAMY TRƯƠNG, DMD

Chương trình nhổ răng miễn phí

Sunday đầu tiên của mỗi tháng, Nha sĩ Brian Trương và Tramy Trương sẽ có chương trình nhổ răng từ thiện miễn phí cho quý đồng hương Việt Nam nghèo, không đủ điều kiện tại AZ. Xin gọi lấy hẹn.



NHA KHOA TỔNG QUÁT CHO NGƯỜI LỚN VÀ TRẺ EM

- Nha khoa tổng quát cho người lớn & trẻ em
- Nha khoa thẩm mỹ
- Nha khoa cấy ghép răng (implant dentistry)

OFFICE HOURS

MON- 10 AM- 7 PM
TUE-WED: 8 AM- 5 PM
THUR: 9 AM- 6 PM
FRI: 7 AM- 3 PM
SAT BY APPOINTMENT ONLY

**Exam, X-rays,
& Basic Cleaning***

(*in absence of
gum disease)

\$49

20% OFF

- CASH PATIENT
- CAO NIÊN
- KHÔNG CÓ BẢO HIỂM

Nhổ Răng

starting
\$79

**IMPLANT
SPECIAL**

starting
\$899

NHẬN TẤT CẢ CÁC LOẠI BẢO HIỂM AHCCCS, HMO, PPO
CÓ CHƯƠNG TRÌNH TRẢ GÓP

Hãy làm cho nụ cười bạn đẹp hơn!

7510 W ASPERA BLVD, STE 105, GLENDALE, AZ 85308
(GÓC ĐƯỜNG 75TH AVE VÀ LOOP 101 FREEWAY)

623-241-9200

www.FriendlySmilesFamilyDentistry.com

KHU THƯƠNG XÁ LITTLE SAIGON ARIZONA

Tin vui cho Cộng Đồng Việt Nam tại Arizona với khu thương xá Little Saigon Arizona đầu tiên sắp sửa được hình thành tại thành phố Chandler, Arizona. Khu thương xá rộng đẹp, khang trang nằm ở góc Đông Bắc đường Warner và đường Arizona Ave, thành phố Chandler, cách chợ Lee Lee khoảng 2 đại lộ.

ĐỊA CHỈ: 2081 N. ARIZONA AVE., CHANDLER, AZ 85225.

Chủ nhân mới của khu thương xá này là một nhóm doanh nhân người Việt, đang mở rộng vòng tay chào đón đồng hương Việt Nam vào đây mở business. Hiện tại khu thương xá có tên là Uptown Plaza, sau này khi đã có nhiều cơ sở thương mại Việt Nam vào, sẽ xin giấy phép đổi tên thành Little Saigon Plaza, cũng như sẽ xây Kỳ đài với lá cờ Mỹ và cờ vàng tung bay.



Hiện nay, khu thương xá Little Saigon đã có những cơ sở thương mại sau đây ký lease và đang tiến hành construction, dự trù sẽ khai trương vào đầu năm tới: Trường Turning Point Beauty College, Hello Vietnam Restaurant, Aloha Tea & Coffee, Bánh Mì Ba Le, ... Chúng tôi vừa mới có vài tenants dọn ra, nên có thêm vài units trống, với giá thuê rẻ từ \$13-\$17/sq ft cộng NNN và 3 tháng Free rent.

Địa điểm nơi đây rất thích hợp cho việc mở Nhà hàng, Food togo, Văn phòng khai thuế, Nail supply, Dịch vụ gửi tiền/hàng Việt Nam, v.v. Muốn biết thêm chi tiết về Leasing, hãy gọi hay text số:

480-213-5987

CHỦ NHÀ LÀM SHORT SALE ĐƯỢC MIỄN THUẾ & CÓ THỂ ĐƯỢC \$3,000 HOẶC HƠN.

**SHORT
SALE**

**CHUYÊN VIÊN ĐỊA ỐC THỊ TRƯỜNG
CALI & ARIZONA**

Short Sale 90% thành công cho thân chủ so với
10% thành công trung bình trên toàn quốc Hoa Kỳ.

**BANK
OWN**

FOR SALE – CẦN BÁN

**\$190K
5319 W ALMERIA RD., PHOENIX, AZ 85035
6 BEDS - 2 BATH**



**\$380K - 14783 W WINDSOR AVE,
GOODYEAR, AZ 85395
4 BEDS / 3 BATHS**



**CHÚNG TÔI ĐẢM BẢO SẼ GIẢM GIÁ ÍT NHẤT
\$10,000 CHO CĂN NHÀ QUÝ VỊ MUỐN MUA.**

**CHÚNG TÔI ĐẢM BẢO SẼ GIÚP BÁN
NHÀ CỦA QUÝ VỊ VỚI ÍT NHẤT \$5,000
CAO HƠN GIÁ THỊ TRƯỜNG.**



**Hồng-An
(An-ton)**
CA Realtor - AZ Broker

**NGUYỆN CẦU CHO QUÝ THÂN CHỦ
VÀ QUÝ ĐỒNG HƯƠNG KHỎE MẠNH,
BÌNH AN QUA MÙA DỊCH BỆNH!!!**

CALIFORNIA - iSouth Realty

Call/Text: **714-867-3249**

BRE 01954662 

ARIZONA - Access AZ Realty

Call/Text: **602-327-8155**

VIET LIFESTYLES STAFFS

Chủ Nhiệm kiêm Chủ Bút: Lê Văn Thanh Mai
Publisher/Editor-in-chief: Mai Le

Phó Chủ Bút/Editorial Manager

- **Tiếng Việt:** Vinh Liem
- **English:** Dan Hulsey

Cố Vấn Pháp Lý/Legal Advisor:

Luật sư Phạm Viết Ảnh

Giám Đốc Kỹ Thuật/Art Director: Nguyễn Phạm

Thiết kế hình ảnh/Graphic Designer: Nhân & Zen

QUẢNG CÁO – PHÂN PHỐI BÁO

ADVERTISING & DISTRIBUTING CONTACT

- **Phone:** 602-621-5125
- **Email:** info@vietlifestyles.com

Distributor/Phân Phối: Hải Nguyễn.

Trị Sự Tòa Soạn/Administrative Manager:
Đức Quang

Secretary/Thư Ký Tòa Soạn: Minh Vy

Quản Lý Tài Chính/Financial Manager: Vy Le

Nhiếp Ảnh/Photographer: Huy Khiêm, Phước Lê,
Thái Khắc Nhã, Tuấn Nguyễn, Việt Photo AZ.

Ban Biên Tập/Editorial Team: Đức Quang, Kim Hạnh, Thanh Dương, Mường Giang, Ninh Nguyễn, Vinh Liem, Trịnh Thanh Thủy.

Quảng Cáo: Hoàng Giang.

Cộng Tác Viên Thường Xuyên/Regular Contributors:

Ngô Tăng Giao, Trịnh Thanh Thủy, Vinh Liem, Trần Quốc Chương, Bao Hoang, Văn Hà, Hoài Hương, Nguyệt Vân, Luật sư Tom Huỳnh, Đào Đức Chương, Lâm Đan, Hạ Anh, Đại Dương, Saomai, Bác sĩ Lê Ánh, Giáo sư Trí Dũng, Diệu Phương, Mya Phạm, Đức Nguyễn, Nguyễn Văn Sâm.

Không Nhận Trách Nhiệm/Disclaimer:

Nội dung của các bài viết đăng trên Việt Lifestyles không nhất thiết phản ánh quan điểm của nhóm chủ trương. Tác giả của các bài viết được chọn đăng trên báo Việt Lifestyles sẽ hoàn toàn chịu trách nhiệm về nội dung, xuất xứ cũng như bản quyền về bài viết của mình. Việt Lifestyles sẽ không chịu bất cứ trách nhiệm gì có liên quan đến nội dung, hình thức, tác quyền, v.v. của các bài viết này.

VIET LIFESTYLES HEADQUARTER ARIZONA

P.O Box 93413 Phoenix, AZ 85070-3413

info@vietlifestyles.com

Facebook/VietLifestylesMagazine



Quý độc giả thân mến,

Khác với trước đây, khi tôi đặt bút viết LTTS lần này, lòng tôi nặng trĩu. Tâm trạng của tôi lúc này đây cũng giống như tâm tư của tất cả mọi người trước những tình cảnh ngày càng tồi tệ ở xứ Mỹ này. Chúng ta mới bắt đầu bước vào năm 2020 thì đủ mọi điều xấu đã xảy ra: thiên tai, dịch bệnh lan tràn trên toàn thế giới đã cướp đi sinh mạng của biết bao nhiêu người và còn làm tê liệt cả một nền kinh tế toàn cầu. Riêng tại Hoa Kỳ, đang được xem là “tâm điểm của dịch bệnh” thì ngoài việc phải đối phó với mối nguy của sự lây lan chưa kiểm soát được, sau khi các tiểu bang lần lượt mở cửa trở lại, thì trong những ngày gần đây lại xảy ra hàng loạt những vụ xuống đường biểu tình đòi công lý cho George Floyd, dẫn đến bạo động, đập phá, hôi của... Trước tình hình này, nhiều thành phố trên toàn nước Mỹ đã bị mất kiểm soát, khiến tình trạng bất an ngày càng trở nên trầm trọng. Nhiều tiểu bang, trong đó có Arizona, Thống đốc đã phải **Ban hành Tình Trạng Khẩn Cấp và Lệnh Giới Nghiêm** cũng như phải nhờ đến Vệ Binh Quốc Gia để giữ gìn an ninh trật tự.

Tôi thật sự quá bức xúc và đau lòng trước tình cảnh này. Hiện tượng George Floyd có phải là giọt nước mắt tràn ly của Cộng đồng người Mỹ da đen không? Trong 7 năm qua, cảnh sát Hoa Kỳ đã liên tục gây ra những cái chết của người da đen không vũ trang. Tuy chỉ chiếm 13% dân số Hoa Kỳ, người da đen là nạn nhân của 23% các vụ cưỡng chế gây tử vong. Hình ảnh của họ bị gắn liền với đói nghèo, tội phạm và ma túy. Do dư âm của chế độ nô lệ, người da đen chịu nhiều định kiến và bất công trong xã hội Mỹ. Nạn kỳ thị chủng tộc ăn sâu vào hệ thống pháp lý được gọi là systemic racism. Những người Mỹ yêu sự công bình bác ái, cho rằng systemic racism là điều không thể chấp nhận được. Và vì vậy, họ đã xuống đường mạo hiểm đối với cả tính mạng của mình giữa mùa đại dịch, yêu cầu giới chức phải trừng trị thích đáng những cảnh sát đã ồ sát người vô tội, mang lại công lý cho George Floyd.

Tôi đồng cảm với những nỗi uất ức của họ và ủng hộ việc xuống đường bày tỏ quan điểm cũng như đòi lại công lý cho George Floyd và những cái chết oan ức của những người da màu khác trước đây. Tuy nhiên, tôi chỉ ủng hộ việc xuống đường và tranh đấu trong ôn hòa, bắt bạo động mà Dr. Martin Luther King đã từng khởi động và đã chiến thắng trong cuộc tranh đấu để giành quyền bình đẳng cho người da màu trước đây. Điều đáng buồn ở đây, là đã có những kẻ xấu, lợi dụng việc biểu tình, để gây ra bạo động, đập phá, và hôi của... Những hành vi gây bạo động đó đã biến cuộc biểu tình tranh đấu lẽ ra có chính nghĩa, trở nên mất “thiện cảm” trong mắt các Cộng đồng các sắc dân khác. Hỡi những người anh em da màu ơi! xin quý vị hãy nghĩ đến đại cuộc mà kêu gọi những kẻ đang gây ra bạo động, hôi của kia hãy ngưng ngay những hành vi ngang tàng coi thường pháp luật đó, để mọi người có thể nhìn thấy cuộc xuống đường của quý vị là có chính nghĩa và sẽ tiếp tay ủng hộ. Bao giờ cũng vậy, nếu chúng ta dùng bạo lực để đáp trả lại bạo lực sẽ chỉ gây ra thêm oán thù chống chọi. Khi có sự tranh chấp, chúng ta nên có những tiếng nói ôn hòa khôn ngoan để đạt được mục tiêu của mình. Mặc dù điều đó có vẻ khó thực hiện trong lúc này, nhưng tranh đấu trong ôn hòa, văn minh sẽ luôn mang lại đến kết quả hữu hiệu nhất, các bạn hãy tin vào điều đó!

Tôi cảm thấy xót xa cho những doanh nghiệp, nhất là các cơ sở tiểu thương, họ vừa bị ảnh hưởng bởi một cú shock quá mạnh do dịch bệnh COVID-19 gây ra, thì lại bị bồi thêm một cú shock này nữa từ đám người biểu tình bạo động, hôi của... Ai sẽ bồi thường cho những thiệt hại và tổn thất của họ đây? Đó là chưa kể đến những rủi ro do dịch bệnh COVID-19 gây ra, đã và đang ảnh hưởng nặng nề hơn đối với người Mỹ gốc Phi Châu. Theo dữ liệu từ CDC, Cộng đồng da màu có tỷ lệ mắc nhiễm khá cao so với cộng đồng các sắc dân khác, chiếm 26% số ca nhiễm Covid-19 và gần 23% số ca tử vong. Tôi lo những cuộc biểu tình như vậy nếu cứ tiếp diễn thì làn sóng COVID-19 đợt 2 có thể sẽ là một điều khó tránh khỏi.

Suy ngẫm, tất cả những sự kiện đã và đang xảy ra trong năm nay đều bắt nguồn từ những sân si, mâu thuẫn của con người mà ra. Có phải loài người đang phải lãnh chịu sự trừng phạt bởi những hành vi sai trái đó? Trong hoàn cảnh rối ren bất an như thế này, chúng ta cần lắm một lời cầu nguyện chân thành tha thiết như lời cầu xin từ ca khúc “XIN” của nhạc sĩ Đoàn Vi Hương: “*Khi loài người cúi đầu, cùng xin có một niềm tin. Tin nơi tình yêu Người, thử thách cũng sẽ vượt qua. Xin không còn nỗi sợ, từng giây tiền quan tài đi. Xin cho ngày mai, ánh sáng sẽ chiếu màn đen...*”

Cầu nguyện không chưa đủ, chúng cần phải có niềm tin vì chỉ có niềm tin và hy vọng mới có thể giúp chúng ta tiếp bước trên quãng đường đời còn lại. Tôi tâm đắc với câu nói “*Khó khăn và thất bại cũng giống như một cơn mưa. Dù làm ta ướt ngay lúc ấy nhưng con đường phía trước sẽ sạch sẽ hơn.*” Xin kính chúc tất cả quý độc giả có được niềm tin vào một ngày mai tươi sáng khi chúng ta đang mò mẫm đi trong cơn mưa bão lúc này.

Trân trọng,

Lê Văn Thanh Mai

Contents

Mục Lục



On the Cover: Model Nirvanah Nguyen
Makeup | Jacky Tai Nguyen
Photography | Daniel Pham



Advertise
With Us

QUẢNG CÁO VỚI VIỆT LIFESTYLES

- Trình Bày Mỹ Thuật
- Nội Dung Phong Phú
- Đầy Màu Sắc
- Hiệu Quả

Call to place your ad today!
Gọi Quảng Cáo Ngay!

Tiếng Việt

602-621-5125

English:

480-213-5987

Published on the 15th of each month.
Phát hành vào tuần thứ hai mỗi tháng.

Email: info@vietlifestyles.com
or visit www.VietLifestyles.com

THỜI SỰ - THÔNG TIN CỘNG ĐỒNG

- Quan Điểm: Bắc Kinh Chuyển Từ Chiến Tranh Ủy Nhiệm Sang Chiến Tranh Xâm Lược..... 18
- Tham Luận: Làm Sao Triệt Hạ Chính Sách Cộng Hóa..... B14
- Arizona Đó Đây 56
- Arizona Census 2020..... 42
- Amelia Earhart Nữ Phi Công Nổi Tiếng 60
- Hospice: Nơi An Dưỡng Cuối Cùng B26
- Từ Quốc Hận 30/4 Đến Sứ Mạng Chân Chính Của Người Việt Tở Tế B18
- Arizona Ban Thông Báo Khẩn Cấp & Ban Hành Lệnh Giới Nghiêm 20

FASHION - BEAUTY- ART - ENTERTAINMENT - TRAVEL

- Nên Đi Đâu Trong Mùa Hè Này? 64
- Fun Activities With Kids During The Pandemic 36
- Cichlids of Malawi B32

GIA ĐÌNH - SỨC KHỎE - ĐỜI SỐNG

- Sức Khỏe: Lối Sống, Ăn Uống và Sức Khỏe 46
- Cách Tránh Lây Nhiễm COVID-19? 40
- Chuyện Lạ Tòa Án..... 50
- Bảo Hiểm Bồi Thường Cho Người Lao Động Là Gì? 44
- Phụ Nữ Thật Sự Muốn Gì? 70
- Tiệm Nails và Nhà Hàng Ở Mỹ Nổi Lo Bị Kiệt Sau Khi Mở Cửa Lại B30

TRUYỆN - THƠ - BIÊN KHẢO

- Truyện ngắn: Chuyện Buồn Thời COVI B46
- Truyện ngắn: Nhà Của Bố..... B50
- Hồi Ký: Thư Gửi Mẹ 68
- Ký Sự: Ký Ức Đồng Quê 72
- Truyện dài: Nhất Dạ Đế Vương..... B54
- Lược Sử Văn Học Việt Nam Thời Cận Đại..... B38
- Vườn Thơ B60



STAY HOME
STAY HEALTHY
STAY CONNECTED

Với công nghệ điện toán ngày nay, thì dù có bị cách ly, quý độc giả vẫn có thể theo dõi tin tức mỗi ngày qua các trang mạng xã hội. Viet Lifestyles xin trân trọng giới thiệu trang Facebook và trang website của chúng tôi mỗi ngày cập nhật với nhiều tin tức mới liên quan đến mùa dịch Covid-19 cùng nhiều thông tin hữu ích cho quý độc giả khắp nơi.

With today's technology, even if being isolated, readers can still follow everyday news through social media and online networks. Viet Lifestyles would like to introduce our Facebook page and website where readers can find daily news related to the COVID-19 pandemic as well as insightful information.

Quý vị có thể đọc báo Viet Lifestyles bất cứ lúc nào, bất cứ nơi đâu, chỉ cần bấm vào: **www.vietlifestyles.com** hoặc vào Facebook: **Viet Lifestyles Magazine**

You can read Vietnamese Lifestyles Magazine anytime, anywhere, just by one click: **www.vietlifestyles.com** or Facebook: **Viet Lifestyles Magazine**

QUẢNG CÁO VỚI VIET LIFESTYLES MAGAZINE

Trong tinh thần cùng chia sẻ khó khăn trong mùa dịch bệnh như hiện nay, chúng tôi có giảm giá discount cho thân chủ quảng cáo bị ảnh hưởng bởi dịch bệnh COVID-19.

Kính chúc tất cả quý thân chủ quảng cáo, quý cộng tác viên, và quý độc giả nhiều sức khỏe và bình an qua mùa dịch bệnh!!!

Quảng cáo với Viet Lifestyles rất dễ dàng, qua nhiều hình thức:

- Gọi Phone hay Text để biết giá cả quảng cáo: **602-621-5125** (tiếng Việt) **480-213-5987** (English)
- Gửi email: **info@vietlifestyles.com**
- Gửi nội dung và check payment về địa chỉ **Tòa soạn**

VIET LIFESTYLES MAGAZINE

PO Box 93413

Phoenix, AZ 85070

- Chúng tôi nhận đăng Quảng cáo trắng đen, màu giấy bite-rite và màu giấy láng. Nhận quảng cáo online trên Social Media Network and banner ad trên trang website: **www.vietlifestyles.com** & **Facebook**

- Quý vị cần đăng thông tin theo hình thức phóng sự về khai trương hay giới thiệu dịch vụ, sản phẩm của công ty, review food nhà hàng, v.v. vui lòng liên lạc Tòa Soạn, chúng tôi sẽ giúp quý vị thực hiện bài phóng sự và video clips hình ảnh sinh động.

- Quảng Cáo trang màu giấy láng (glossy paper) đẹp, sang, nổi bật... có giới hạn, xin gọi cho Tòa Soạn để biết thêm chi tiết giá cả và trang trống mỗi tháng.

- Quảng cáo Màu giấy láng hay những QC dài hạn từ 3 tháng trở lên, Free Layout và Free Edit mỗi tháng. Quảng cáo dài hạn trả trước sẽ được bớt thêm từ 5-10% total bill.

- Nếu quý độc giả tin nhiệm giới thiệu Quảng Cáo cho Viet Lifestyles, chúng tôi sẽ gửi tiền huê hồng cho quý vị (từ 10-15%).

- Những Quảng Cáo cần thay đổi, xin vui lòng liên lạc Tòa Soạn trước ngày 10th mỗi tháng, chúng tôi sẽ sửa lại Quảng cáo cho quý vị hoàn toàn miễn phí.

- Chúng tôi nhận Payment bằng cash, check, credit card, direct deposit và Pay Pal. Nếu tra bằng Credit Card, quý vị sẽ nhận được Receipt Payment ngay tức thì.

Cách Trả Bill Quảng Cáo Báo Viet Lifestyles Online

- Rất dễ dàng, tiện lợi, quý thân chủ sẽ nhận được receipt ngay lập tức
- Chỉ cần vào trang nhà: **www.vietlifestyles.com**
- Bấm vào nút: **Pay Your Bill** (Trên Menu Bar ở cuối trang)
- Sau đó điền vào Invoice: (Ví dụ: Rao Vat Tho Nail – Tên của thân chủ)
- Bấm vào số tiền: Ví dụ \$35.00
- Sau đó bấm nút: **Pay Now**
- Màn hình sẽ hiện lên: **Pay by Pay Pal** hoặc **Don't Have Pay Pal Account**
- Nếu thân chủ không có Pay Pal và muốn dùng thẻ Credit Card, chỉ cần chọn: **Don't Have Pay Pal Account.**
- Sẽ có 1 window khác mở ra để quý vị điền vào thông tin cá nhân và thẻ Credit Card, số phone và địa chỉ (link to thẻ Credit Card) và email.
- Xong xuôi, kiểm chứng lại lần chót cho đúng, trước khi bấm nút **"Submit"**
- Ngay lập tức, thân chủ và Tòa soạn sẽ nhận được Receipt quý vị đã thanh toán bill.

Viet Lifestyles xin chân thành tri ân sự tín nhiệm của quý thân chủ Quảng Cáo gần xa, đặc biệt là các cơ sở tiệm Nails trong thời gian gần đây. Mọi thắc mắc, xin quý vị liên lạc Tòa Soạn: **602-621-5125**

Địa chỉ tòa soạn:

VIET LIFESTYLE MAGAZINE

PO Box 93413

Phoenix, AZ 85070

Chủ Đề Báo Tháng 6: HÈ VÉ

Hạn chót gửi bài ngày 10 tháng 6 năm 2020

Quý độc giả muốn đóng góp bài vở cho những kỳ báo sắp tới, xin vui lòng gửi trước ngày trước ngày deadline. Bài gửi đăng trên Viet Lifestyles, xin đừng gửi cho báo khác trong thời hạn 6 tháng. Tác giả của các bài viết được chọn đăng trên báo Viet Lifestyles sẽ hoàn toàn chịu trách nhiệm về nội dung, xuất xứ cũng như bản quyền về bài viết của mình. Viet Lifestyles sẽ không chịu bất cứ trách nhiệm gì có liên quan đến nội dung, hình thức, tác quyền, v.v. của các bài viết này." Bài viết xin giới hạn đừng dài quá 4 trang đánh máy (trừ những trường hợp đặc biệt cần trình bày chi tiết), sử dụng font size 12, dưới dạng Unicode. Để gửi bài viết, xin email về địa chỉ: **info@vietlifestyles.com**

VIET LIFESTYLES
now go mobile



ĐẶT MUA BÁO

Mua một năm đầu
\$5.99/cuốn

\$72/năm

bao gồm cước phí shipping

info@VietLifestyles.com

Xin vui lòng gửi chỉ phiếu về địa chỉ:

Check Payment: Viet Lifestyles Magazine ARIZONA

PO Box 93413

Phoenix, AZ 85070-3413

ĐIỂM TIN SINH HOẠT CỘNG ĐỒNG

Điểm tin ngắn theo thứ tự thời gian những sự kiện hay chương trình đang và sắp sửa xảy ra trong Cộng Đồng tại địa phương và đó đây để quý độc giả tiện việc theo dõi. Nếu quý hội đoàn có thông tin cần thông báo, xin vui lòng email về tòa soạn trước ngày 5 mỗi tháng, chúng tôi sẽ đăng thông báo miễn phí trong mục Tin Sinh Hoạt Cộng Đồng. Email tòa soạn Việt Lifestyles: info@vietlifestyles.com

SINH HOẠT CỘNG ĐỒNG VIỆT NAM ARIZONA

Hội Người Việt Thiện Nguyên AZ

Hội sinh hoạt mỗi Chủ Nhật từ 9:00AM

– 12:00PM tại 2615 West Mariposa Street, Phoenix, AZ 85017. Hội Người Việt Thiện Nguyên AZ có những sinh hoạt thường xuyên như:

- Lớp điện tử: học mỗi Chủ Nhật. Xin ghi tên trước.
- Dạy kèm thi quốc tịch (tiếng Anh & tiếng Việt) miễn phí.
- Điền đơn thi quốc tịch. Nhận thông dịch khi thi quốc tịch tiếng Việt.
- Bán gây quỹ bộ Cẩm Nang Luyện Thi Quốc Tịch.
- Phụ giúp tìm kiếm việc làm, giúp làm tờ Resume
- Giúp đưa đi khám bác sĩ, xin trợ cấp, v.v. chỉ ngày thứ Hai. Xin gọi trước.
- Thu góp lon nhôm giúp Thương Phế Binh, Quả Phụ VNCH ở Việt Nam.

Trong thời gian dịch bệnh, Hội cũng sẽ tạm ngưng sinh hoạt cho đến khi có thông báo mới. Muốn tham gia thiện nguyện giúp đỡ quý đồng hương, xin liên lạc Ông **Ngà Bùi: 602-506-1288** hoặc số **480-235-8451**.

Hội Á Mỹ Cao Niên Arizona

Do tình hình dịch bệnh, Hội Á-Mỹ Cao Niên Arizona sẽ tạm ngưng các sinh hoạt trong thời gian này cho đến khi có những thông tin mới về tình hình dịch bệnh. Xin kính chúc tất cả quý hội viên và thân hữu an bình và khỏe mạnh qua khỏi mùa dịch bệnh. Mọi thắc mắc, xin vui lòng liên lạc Hội Trưởng, Ông Lê Văn Ngân: 480-907-9543.

Hội Người Việt Cao Niên Arizona

Hội sinh hoạt mỗi tháng 1 lần vào ngày Chủ Nhật của tuần lễ đầu tiên của tháng. Địa điểm sinh hoạt tại: Family Park số 8024 N. 56th Lane, Glendale, AZ 85302. Thời gian từ 11:00 AM đến 2:00 PM. Sinh hoạt gồm: Tập thể dục dưỡng sinh, tài chi. Thông báo thông tin Cộng đồng, tường trình công tác xã hội, thu chi, giúp đỡ hội viên gặp phải trở ngại khó khăn, văn nghệ, thi văn, và mừng sinh nhật hội viên có ngày sinh trong tháng... "Chúng tôi trên dưới 70, thời gian còn lại khoảng 10 năm thôi. Số đông biến mất đâu rồi, số hên còn lại là loi chắt buồn. Thôi thì vô hội cao niên, tương thân tương ái vui buồn xẻ chia!"

Trong thời gian dịch bệnh, Hội cũng sẽ tạm ngưng sinh hoạt cho đến khi có thông báo mới. Muốn tham gia hội, bảo trợ sinh hoạt hay đóng góp ý kiến trong mọi vấn đề quan tâm, xin liên lạc **Hội trưởng Thuận Lê (602) 369-6221**

Little Saigon Arizona

Tin vui cho Cộng Đồng Việt Nam tại Arizona với khu thương xá Little Saigon đầu tiên tại Arizona sắp sửa được hình thành tại thành phố Chandler, Arizona. Khu thương xá rộng 84,000 sq. ft nằm ở góc Đông Bắc đường Warner và đường Arizona Ave, thành phố Chandler, cách chợ Lee Lee khoảng 2 đại lộ. Chủ nhân mới của khu thương xá này là một nhóm doanh nhân người Việt, đang mở rộng vòng tay chào đón đồng hương Việt Nam vào đây mở business, để sau này khi đã có nhiều cơ sở thương mại Việt Nam, sẽ xin giấy phép đổi tên thành Little Saigon Plaza, cũng như sẽ xây Kỳ đài với lá cờ Mỹ và cờ vàng 3 sọc đỏ tung bay. Muốn biết thêm chi tiết về Leasing, hãy gọi số: **480-213-5987**

Thông Báo Lớp Việt Ngữ & Anh Ngữ:

Ban Điều Hành Lớp Việt Ngữ xin trân trọng thông báo:

Chương trình Tân Niên vào thứ Bảy ngày 8 tháng 2 năm 2020 sẽ được CANCEL vì những lý do như sau: Đa số phụ huynh và con em bận ngày Thứ Bảy.

Vì lo sợ về vấn đề bị nhiễm bệnh Coronavirus nơi chỗ đông người, các cô chú bác trong Hội Á Mỹ Cao Niên sẽ tạm thời ngưng sinh hoạt.

Vì văn phòng HAMCN (lớp VN) sẽ bị đóng cửa trong một thời gian nên lớp VN sẽ ngưng sinh hoạt trong một thời gian ngắn. Vì vậy, lớp Việt ngữ sẽ tiếp tục ngưng hoạt động trong thời gian này cho đến khi có thông báo mới liên quan đến tình hình dịch bệnh. Xin quý vị thông cảm.

Thông Báo Đài Tiếng Nước Tôi Arizona

TNT AZ Radio là Đài phát thanh Việt ngữ duy nhất tại Arizona, phát thanh 24 giờ mỗi ngày, 7 ngày trong tuần, và đã phục vụ quý đồng hương hơn 14 năm qua.

- Chương trình Nối Kết Tin Tức mỗi ngày từ 12PM - 12:30PM từ thứ Hai đến thứ Sáu.
- Chương trình mỗi tối thứ Tư với Thanh Mai, Hoàng Giang và Anton Vu
- Chương trình chiếu thứ Sáu với Trần Chung Dzong, Thanh Vy, Hồ Vi, và Minh Vi.
- Tiếp vận chương trình từ Tổng Đài và các Đài RFA, Đài Á Châu Tự Do, và Đài BBC...

Quý vị có thể nghe Đài ở mọi lúc mọi nơi rất thuận tiện, dễ dàng qua qua nhiều phương tiện như hướng dẫn trong flyer dưới đây:

- Nghe qua App: Free download App "TNT Radio Network" và sau đó bấm vào logo TNT AZ Radio.
- Nghe qua mạng: www.tntmedia-arizona.com (Bấm vào nút "Listen Live")
- Nghe qua phone, bấm 2 số: **360-398-4459** (for T-Mobile phone only) **641-793-8150** (cho tất cả các hãng phone)

Xét Nghiệm COVID-19 Miễn Phí

Tiểu bang Arizona đã mở cửa trở lại, giữa lúc dịch bệnh vẫn đang là mối đe dọa đến sức khỏe của tất cả mọi người. Theo thống kê gần đây cho thấy người Mỹ gốc Á Châu có tỷ lệ mắc nhiễm cao hơn các sắc dân khác. Một trong những phương cách giúp kiểm soát sự lây lan và giảm bớt sự lo âu, đó là xét nghiệm để xem mình có bị mắc nhiễm COVID-19 không, nếu bị nhiễm thì cần phải làm gì?

Kính mời quý đồng hương vùng Arizona tham gia chương trình Xét Nghiệm COVID-19 Drive Through miễn phí sẽ do Dịch vụ y tế SIP MD cung cấp, vào các cuối tuần sau đây:

- Tháng 5: Ngày 23, 24, 25 & 30, 31 từ 9 giờ sáng đến 1 giờ trưa.
- Tháng 6: Ngày Chủ Nhật ngày 7 & 14 từ 8 giờ sáng đến 2 giờ trưa.

Tại 4 địa điểm thuận tiện sau đây:

WEST VALLEY:

St. Louis The King Church
4331 W Maryland Ave,
Glendale, AZ 85301

Nhu Lai Temple

4842 N. 51st Ave.
Phoenix, AZ 85031

EAST VALLEY:

AZ International Marketplace
1920 W. Broadway Rd.
Mesa, AZ 85202

TUCSON:

Green Valley Baptist Church
1111 N La Cañada Dr,
Green Valley, AZ 85614, United States

SIP MD sẽ cung cấp 2 loại xét nghiệm:

- Antibody Test: Sẽ có kết quả trong vòng 5-10 phút.
- SWAB Test: Vì lý do phải gửi mẫu xét nghiệm đến phòng certified labs nên quý vị sẽ nhận được kết quả qua phone trong vài ngày sau đó.

Chương trình Xét nghiệm này, quý vị sẽ không phải trả một lệ phí nào, ngay cả tiền co-pay nếu quý vị có bảo hiểm hay không có bảo hiểm. Chỉ cần quý vị nhớ mang theo những giấy tờ sau đây để nhân viên làm thủ tục ghi danh:

- Thẻ bảo hiểm
- Bằng lái xe hay thẻ ID
- Sổ An Ninh Xã Hội

Để tiết kiệm thời gian, quý vị hãy gọi phone làm hẹn trước:

623-240-1110
855-420-6361

hoặc ghi danh trực tuyến trên trang nhà: www.sipmd.com Nếu quý vị không gọi phone được, quý vị vẫn có thể đến 4 địa điểm trên trong thời gian cung cấp dịch vụ xét nghiệm nêu trên để được xét nghiệm.



DỊCH VỤ MUA BÁN ĐỊA ỐC



- TẬN TÂM, UY TÍN, NHANH CHÓNG, VÀ KÍN ĐÁO.
- DỊCH VỤ MUA VÀ BÁN NHÀ Ở THÀNH PHỐ PHOENIX VÀ NHỮNG THÀNH PHỐ LÂN CẬN.
- ĐẶC BIỆT CÓ DỊCH VỤ MUA NHÀ MỚI KHẮP TIỂU BANG ARIZONA.
- PHÒNG ĐOÁN GIÁ NHÀ MIỄN PHÍ.
- NHÀ CỦA QUÝ KHÁCH BÁN SẼ ĐƯỢC QUẢNG CÁO TRÊN NHỮNG TRANG WEB NỔI TIẾNG.

Gọi Ngay Tom Tran Để Biết Thêm Chi Tiết.

TOM TRAN
REALTOR®

Cell **(602) 748-3355**

OFFICE ADDRESS:

1012 W. Piccadilly Rd Phoenix, AZ 85013

Fax: 1(800) 716-5859

Email: tomtranrealtor@gmail.com



AZ Window Covering

We Bring Quality to Your Home

LOWEST PRICE GUARANTEED!

**WOOD
BLINDS**



**VERTICAL
BLINDS**



**FAUX
WOOD**



SHUTTERS



We Bring Quality to Your Home

Chuyên Thiết Kế Các Loại Màn Cửa Bằng Gỗ

- » Công ty duy nhất chủ nhân là người Việt tại Arizona.
- » Bảo đảm giá rất hạ, vì quý vị mua trực tiếp từ nơi sản xuất.
- » Định giá miễn phí, không qua trung gian.
- » Đến với AZ Window Covering, quý vị sẽ được tiết kiệm nhiều tiền và thời gian.
- » Trong tinh thần "đồng hương ủng hộ đồng hương" xem bảng giá bên phải để quý vị tiện việc so sánh:

COMPARE A 60"X60" WINDOW

	AZ Window	Home Depot	Home Depot
2" Faux	\$96	\$119	\$123
2" Wood	\$117	\$191	\$170
Verticle 101x108	\$150	\$194	\$223
Shutter (\$/sqft)	\$16.75	\$21	\$23
Measuring	FREE	\$50	\$30
Installation	FREE	First 3: \$72	First 3: \$72
		Plus \$16 Each	Plus \$16 Each

Designed & Copyright by Viet Lifestyles Magazine

HÃY GỌI NGAY!

Châu Nguyễn

480-612-4569

(Thông thạo tiếng Việt & Anh)

Toll Free **1-877-334-5738**

Office **(602) 278 – 3667**

2540 N. 33rd Ave. Phoenix, AZ 85009

**10% OFF
TOTAL ORDER**

**LOWEST PRICE
GUARANTEED!**

Chăm sóc tốt cho gia đình – đó là một thành công lớn của cuộc đời.



Xin liên lạc Annie Vũ để tìm hiểu thêm về cách
bảo vệ tương lai tài chính cho gia đình quý vị.

CA Insurance Lic # 0733407



ANNIE VU
Financial Services Professional*
Agent, New York Life Insurance Company
1847 W Heatherbrae Dr.
Phoenix, AZ 85015
480-648-1819
vuhongvu@ft.newyorklife.com

The offering documents (policies, contracts, etc.) for products from New York Life and its subsidiaries are available only in English. In the event of a dispute, the provisions in the policies and contracts will prevail.
Tất cả văn bản (điều lệ, hợp đồng) đối với tất cả sản phẩm của New York Life và chi nhánh chỉ có bằng tiếng Anh. Trong trường hợp phát sinh tranh chấp, những qui định trong các điều lệ và hợp đồng đó sẽ được dùng làm chuẩn.

*Registered Representative offering securities through NYLIFE Securities LLC (Member FINRA/SIPC), A Licensed Insurance Agency, SHRL1751697 (Exp 02/30/2026)
©2019 New York Life Insurance Company,
51 Madison Avenue, New York, NY 10010

BẢO HIỂM NHÂN THỌ - ĐẦU TƯ - HƯU TRÍ

Be good at life.





BẮC KINH CHUYỂN TỪ CHIẾN TRANH ỦY NHIỆM SANG CHIẾN TRANH XÂM LƯỢC

Đại Dương

Liên Xô chỉ huấn luyện cán bộ từ khắp thế giới đến Mạc Tư Khoa học tập Chủ nghĩa Cộng sản để khi trở về quê cũ sẽ xáo động quần chúng nổi lên lật đổ chế độ hiện hành. Tuy nhiên, không viện trợ vũ khí, tài chính mà chỉ giúp trên phương diện tuyên truyền và ngoại giao.

Nhưng, Mao Trạch Đông đào tạo, điều khiển cán bộ, viện trợ kinh tế, vũ khí để các nhóm Maoist tiến hành chiến tranh du kích cho tới lúc biến thành cuộc chiến ủy nhiệm giữa Quốc Gia và Cộng Sản.

Hiện nay chỉ còn Trung Cộng, Việt Nam, Cuba, Lào, Cambode làm chư hầu cho Bắc Kinh.

Sai lầm chiến lược “phát triển kinh tế kéo theo thay đổi chính trị” của Hoa Kỳ và Liên Hiệp Châu Âu (EU) khi giao dịch với Trung Cộng đã tạo điều kiện cho Bắc Kinh trở thành “Công xưởng Thế giới” hun đúc tham vọng thống trị thế giới.

Trong bài “Vì sao Trung Quốc sẽ thống trị thế giới” của Tướng Không quân nghỉ hưu, Kiều Lương (Qiao Liang), đang làm

giáo sư đại học, trong cuộc phỏng vấn của Tạp chí Conflicts rất hàm hồ, nói: Mỹ ngày nay là một siêu cường công nghiệp “ma” phải dựa vào công nghiệp sản xuất chế biến của Trung Quốc ... Trump và EU hô hào tái dịch chuyển sản xuất chỉ là một trò đánh lừa công luận.

Thực tế, Hoa Kỳ đã áp dụng Đạo luật Sản xuất Quốc phòng nên chỉ một thời gian ngắn Hãng xe General Motor đã sản xuất hàng trăm ngàn máy trợ thở và viện trợ 14,000 cho một số quốc gia. Lãnh tụ của nhiều nước khác đang yêu cầu Mỹ giúp. Tổng thống Donald Trump chuẩn bị ký sắc lệnh yêu cầu các loại thuốc thiết yếu phải được sản xuất tại Hoa Kỳ. Từ trước, 72% các nhà sản xuất thành phần dược phẩm cung cấp cho Hoa Kỳ được đặt ở nước ngoài, bao gồm 13% tại Trung Cộng.

Trên đồng tro tàn Đệ nhị Thế chiến, Hoa Kỳ nhanh chóng khôi phục nền kinh tế song song với viện trợ cho hai cựu thù Đức và Nhật phục hồi toàn diện trong một thời gian ngắn còn Liên Xô và Trung Quốc vẫn nghèo đói, lạc hậu.

Tổng thống Trump yêu cầu rút Quỹ Hưu trí Liên bang ra khỏi thị trường chứng khoán Trung Cộng và kêu gọi các Tập đoàn Đa quốc chuyển về Hoa Kỳ hoặc các nước khác khiến Bắc Kinh có thể rơi vào cuộc khủng hoảng vốn. Nên nhớ, thời Mao Trạch Đông, hàng hóa trong khối Tự do vẫn luân chuyển làm cho dân chúng Liên Xô và Trung Cộng phát thèm.

Kiều Lương lập luận “khái niệm chủ quyền quốc gia bây giờ không chỉ gói ghém trong hai chữ lãnh thổ nữa.”

Thực tế, Bắc Kinh chiếm các đảo, bãi cạn, xây đảo nhân tạo và lập “quận đảo” đã bộc lộ chính sách Tân Đế quốc Thực dân.

Kiều Lương cáo buộc Hoa Kỳ không để Trung Quốc yên thân.

Thực tế, Bắc Kinh không để cho các nước khác yên thân buộc Hoa Kỳ phải tìm cách bảo vệ các quốc gia yếu kém! Ông ta nghi ngờ Mỹ không dám chết vì Đài Loan. Nhưng, chắc chắn Mỹ phải bảo vệ Đài Loan, kể cả nhóm đảo Pratas do Đài Bắc cai quản vì đó thuộc chuỗi đảo số 1 bao vây Trung Cộng.

Hôm 13/05/2020, Đệ thất Hạm đội Mỹ loan báo hoạt động của Cận duyên hạm Tác chiến (Littoral Combat Ship) USS Montgomery (LCS 8) và Tiếp tế hạm USNS Cesar Chavez (T-AKE 14) trong vùng biển quốc tế và không trung gần tàu West Capella đang khoan dò trong EEZ của Mã Lai Á bị các tàu Hải cảnh của Trung Cộng quấy nhiễu. Tháng trước, Hải đội Tác chiến Thủy Bộ hạm USS America (LHA-6) với một Tuần dương hạm và một Khu trục hạm Mỹ cùng với một Hộ tống hạm của Úc Đại Lợi biểu dương lực lượng ở đó.

Họ Kiểu kết luận: “Thời đại suy tàn của Hoa Kỳ và Châu Âu đã điểm”.

Nghe sao giống khẩu hiệu “Chủ nghĩa Tư bản đang giãy chết” được giới cộng sản tụng niệm hình như chẳng linh! Vậy, ai bịp ai đây?

Lợi thế kinh tế dựa vào Công xưởng Thế giới và khả năng sao chép công nghệ quân sự đánh cắp mà Bắc Kinh ngày càng hung hăng và tự tin đã đến lúc so găng với Hoa Kỳ, đặc biệt tại Châu Á-Thái Bình Dương trong dịp Virus Vũ Hán đang hoành hành tại Hoa Kỳ và Châu Âu chưa thuyên giảm. Với 1,300 tỉ USD cho Sáng kiến Vành đai và Con đường (BRI), Bắc Kinh đang rơi vào tình trạng phải giảm hoặc hoãn nợ cho các nước đã vay mà đành dậm chân tại chỗ hoặc vỡ nợ. 5G của Hoa Vi đang bấp bênh trước tham vọng thống trị tàn bạo và độc ác của Trung Quốc trong vụ Virus Vũ Hán.

Hải đội Hàng không mẫu hạm Liêu Ninh đã hai lần đi qua Eo biển Miyako của Nhật Bản thông ra Thái Bình Dương và đi qua Eo biển Bashir (giữa Đài Loan và Phi Luật Tân) để vào Biển Phi Luật Tân. Khu trục hạm Thâm Quyển thuộc hàng đầu của Trung Cộng được trang bị 16 bệ phóng Hỏa tiễn chống hạm siêu thanh YJ-12 có khả năng tiêu diệt HKMH. Bắc Kinh đang chuẩn bị cuộc tập trận chiếm đảo gần tỉnh Hải Nam nhân dịp Tổng thống Thái Anh Văn nhậm chức nhiệm kỳ II vào 20/05/2020. HKMH Sơn Đông đóng ở Đảo Hải Nam ít xuất hiện cũng tạo thành dấu hỏi. Giới chuyên gia quốc tế đều đồng ý hai chiếc HKMH của Trung Cộng hiện nay chỉ có khả năng huấn luyện hơn tác chiến. Chủ bút tờ Hoàn Cầu Thời Báo, chiếc loa của Đảng Cộng sản Trung Cộng, kêu gọi Bắc Kinh tăng

số đầu đạn nguyên tử lên 1,000 so với 290 hiện nay, kể cả 100 hỏa tiễn đạn đạo bắn tới Hoa Kỳ.

Từ năm ngoái, Hoa Kỳ đã tăng cường lực lượng quân sự khi thiết lập Bộ Tư lệnh Lực lượng Ấn Độ-Thái Bình Dương (Bộ Tư: Mỹ, Nhật, Ấn, Úc) và mở rộng để bao vây Trung Cộng khi cần.

Mấy tháng qua, Hải quân Mỹ đã 3 lần phái khu trục hạm, tuần dương hạm đi qua Eo biển Đài Loan, kể cả lúc Bắc Kinh tập trận Hải-Không quân. Hải đội Xung kích Thủy bộ hạm USS America đã hiện diện ngoài khơi Thềm lục địa Mã Lai Á khi Hải dương Địa chất 8 được Hải Cảnh hộ tống song hành với tàu thăm dò của Mã Lai Á. Tiếp theo, một Cận duyên hạm Tác chiến và tàu tiếp tế hiện diện gần khu vực tàu thăm dò dầu khí của Mã Lai Á đang bị các Hải cảnh Trung Cộng quấy nhiễu. Tuần lễ đầu tháng 5-2020 trên Biển phía Đông Phi Luật Tân bao gồm tiềm thủy đình, oanh tạc cơ chiến lược tầm xa B-1, chiến hạm đều mang theo hỏa tiễn chống hạm Tomahawk có tầm bắn 1,000 km và hỏa tiễn đối không SM2 với tầm bắn 170 km. Thông điệp được gửi đi: Hải quân Hoa Kỳ có khả năng loại trừ các nguy cơ từ đáy biển tới vùng trời trên Biển Đông Á (gồm Biển Đông Trung Hoa và Biển Nam Trung Hoa).

Tổng thống Donald Trump cũng cố gắng kết hợp với các đồng minh và đối tác trong vùng Châu Á Thái Bình Dương và Ấn Độ Dương qua nhiệm vụ, trách nhiệm bảo vệ hòa bình, phát triển trong khu vực đầu tàu nền kinh tế thế giới có ba nền kinh tế hàng đầu Hoa Kỳ, Trung Cộng, Nhật Bản.

Vì nền an ninh chung của nhân loại mà Nhật Bản đã tuân tự sửa đổi Hiến pháp Nhật Bản 1947 để góp phần ngăn chặn chính sách bành trướng bá quyền Trung Cộng, ngày càng tệ hại dưới sự lãnh đạo của Chủ tịch Tập Cận Bình.

Hiện thời, Nhật Bản không coi Bắc Hàn mà Trung Quốc mới là nguy cơ lớn nhất nên đang chế tạo hỏa tiễn siêu âm chống hạm (nằm trong số 4 quốc gia đã có Nga, Mỹ, Trung, Nhật) nhắm vào các HKMH của Trung Cộng trên hai Biển Đông và Nam Trung Hoa. Hai Khu trục hạm Trục thăng của Nhật đã biến thành HKMH để mang theo các F-35B cất và hạ cánh thẳng đứng đã vượt trội khả năng

của hai HKMH hiện có của Bắc Kinh. Nhật Bản ngày càng đóng vai trò quan trọng trong chiến lược xóa bỏ tham vọng thống trị thế giới của TCB.

Cộng đồng Kinh tế ASEAN, đặc biệt các quốc gia duyên hải Đông Nam Á, vẫn chưa thực sự từ bỏ chính sách đi dây giữa Hoa Kỳ và Trung Cộng để thủ lợi. Thái độ này đã lỗi thời và vô hiệu mà giới lãnh đạo chưa quyết đoán trong khi khảo sát vào năm 2019 của Trung tâm nghiên cứu Pew (Hoa Kỳ) ghi nhận 79% nói sự trỗi dậy của Hải quân Trung Cộng gây ảnh hưởng không tốt cho các quốc gia khác. Tại Nhật Bản và Phi Luật Tân thì tỷ lệ ủng hộ cho Mỹ cao hơn hai phần ba. Giới lãnh đạo ASEAN cần thức tỉnh vì “không có bữa ăn nào miễn phí” và “tự do của dân tộc chưa bao giờ cho không biếu không”.

Quan hệ quốc tế chỉ bền vững khi các bên cùng chia sẻ nghĩa vụ, trách nhiệm, quyền hạn tương ứng và hợp lý.

Tài liệu tham khảo:

- *Trump Plans Order to Require Essential Drugs Be Made in USA (Newsmax).*
- *Japan could carry the day in a US-China conflict (Asia Times).*
- *Coronavirus: China's navy gets back on training track with extensive drills (SCMP).*
- *The U.S. Navy's Fast-Attack Submarine USS Missouri Heads for Sea Trials (National Interest).*
- *China's Dual-Capable Missiles: A Dangerous Feature, Not a Bug (Diplomat).*
- *The U.S. Navy Just Sent These Two Warships to the South China Sea (National Interest).*
- *Chinese military to conduct exercise staging takeover of Taiwan's Pratas islands (Taiwan News).*
- *Beijing 'expresses grave concerns' to France over contract to sell arms to Taiwan (SCMP).*
- *Why China's Technology Theft Poses a Bigger Challenge Than That of the Soviet Union (Diplomat).*
- *US military hellbent on trying to overpower China (Asia Times).*
- *China 'won't win more respect' if it expands nuclear arsenal following calls from national media, analyst says (SCMP).*

SẮC LỆNH KHẨN CẤP & LỆNH GIỚI NGHIÊM Ở TIỂU BANG ARIZONA

Ducey issues statewide Declaration of Emergency, curfew until June 8



(Rob Schumacher/The Arizona Republic via AP, Pool)



PHOENIX - Thống đốc Doug Ducey hôm Chủ Nhật ngày 31 tháng 5 đã ban hành Tuyên bố sắc lệnh khẩn cấp trên toàn tiểu bang Arizona, bao gồm lệnh giới nghiêm bắt đầu lúc 8:00 tối nay. Giờ giới nghiêm sẽ có hiệu lực kể từ 8:00 tối cho đến 5:00 sáng mỗi ngày và sẽ hết hạn vào thứ Hai, ngày 8 tháng 6, lúc 5:00 sáng trừ khi được gia hạn thêm.

Theo yêu cầu của các nhà lãnh đạo địa phương và phối hợp với các cơ quan thực thi pháp luật của tiểu bang và địa phương, tôi đã ban hành Tuyên bố khẩn cấp toàn bang và ra lệnh giới nghiêm bắt đầu lúc 8:00 tối nay và sẽ có hiệu lực trong vòng một tuần, thống đốc Ducey nói. Điều này cung cấp cho cơ quan thực thi pháp luật một công cụ bổ sung để ngăn chặn sự vô pháp luật mà chúng tôi đã thấy đã và đang xảy ra ở đây và tại nhiều thành phố trên toàn quốc. Cảnh sát sẽ được trang bị để bắt giữ những cá nhân đang có kế hoạch bạo loạn, cướp bóc hoặc gây thiệt hại và bất ổn. Hôm nay, sắc lệnh này cũng cho phép huy

động Vệ binh Quốc gia mở rộng để bảo vệ tính mạng và tài sản trên toàn tiểu bang. Văn phòng của chúng tôi sẽ tiếp tục liên lạc với cơ quan thực thi pháp luật địa phương để cung cấp bất kỳ nguồn lực nào chúng tôi có thể.

TUYÊN BỐ TÌNH TRẠNG KHẨN CẤP Áp Dụng Lệnh Giới Nghiêm

XÉT RẰNG, các hội đồng hợp pháp là nguồn sống của nền dân chủ của chúng ta dựa trên các quyền theo hiến pháp mà tất cả chúng ta đều rất yêu quý; và

XÉT RẰNG, trong tuần qua, các cá nhân đã tham gia vào các cuộc biểu tình hợp pháp và hòa bình trên toàn quốc và thế giới; và

XÉT RẰNG, một số người đã tham gia vào các cuộc bạo loạn dẫn đến các vụ tấn công, phá hoại, bạo lực và thiệt hại hình sự; và

XÉT RẰNG, Vào ngày 28 tháng 5 năm 2020, một cuộc biểu tình đã được tổ

chức tại trung tâm thành phố Phoenix, tuy nhiên, sau khi kết thúc, một số người tham dự đã không giải tán và bắt đầu gây rối dân sự và bạo loạn, gây thiệt hại cho xe cảnh sát với các sĩ quan trong đó, phá hoại các tòa nhà chính quyền và ném đá vào xe và các nhân viên cảnh sát; và

XÉT RẰNG, Vào ngày 29 tháng 5 năm 2020, sau một buổi cầu nguyện ôn hòa, một số người tham gia biểu tình lại đến trung tâm thành phố Phoenix nơi cuộc biểu tình của họ leo thang dẫn đến phá hoại thêm và gây thiệt hại cho các tòa nhà chính phủ, doanh nghiệp tư nhân, pháo hoa được phóng về phía cảnh sát, đường phố bị chặn và phóng viên bị tấn công; và

XÉT RẰNG, vào ngày 29 tháng 5 năm 2020, khu vực trung tâm thành phố Tucson cũng bị phá hoại bởi những người đốt rác, chặn đường và phá hủy tài sản; và



dougducey

...

STATEMENT FROM GOVERNOR DUCEY

"I want to commend our law enforcement officers on their work last night, especially the Arizona Department of Public Safety, Phoenix Police Department and all the supporting agencies involved in protecting downtown and major targets, like our freeways. The Arizona National Guard also played a critical role in this response. One thing is clear: The more aggressive approach downtown was needed, and it worked. Now, more needs to be done, in more places around the state, to protect law and order and public safety. The looting and violence we saw last night, especially in Scottsdale, simply cannot be tolerated. And it won't be. Destruction of property does not qualify as freedom of expression. I will be speaking with mayors around the state throughout the day to ensure plans are in place to prevent this kind of lawlessness tonight and beyond. The state will provide whatever resources we can, through DPS, National Guard, and cross coordination of local law enforcement, but every community needs to be prepared. What we are seeing is happening in cities and states everywhere in America, and Arizona leaders need to be on high alert. They need a plan. Today should be a working day for every local elected leader, city manager, police chief and sheriff in every jurisdiction in the state. The death of George Floyd is tragic and abhorrent. It should be condemned by leaders at all levels — and we should listen to those who seek to have a civil dialogue on how to ensure it never happens again. In Arizona, we will listen — and this was demonstrated by the leadership DPS Colonel Heston Silbert displayed on Thursday night as he engaged with protestors at the Capitol. This kind of leadership from law enforcement, working with community leaders, will get us through. But we cannot, and will not stand for violence, looting, and criminal activity."



XÉT RẰNG, vào ngày 30 tháng 5 năm 2020, các cuộc biểu tình lại tiếp tục diễn ra tại trung tâm thành phố Phoenix và trung tâm thành phố Tucson dẫn đến thiệt hại thêm về tài sản và tình trạng cướp bóc xảy ra tại trung tâm thành phố Scottsdale tại nhiều doanh nghiệp ở Trung tâm thương mại thời trang Scottsdale và khu vực lân cận; và

XÉT RẰNG, mức độ xáo trộn và nguy hiểm đối với người và tài sản đã tiếp tục gia tăng với thông tin cho thấy các xáo trộn dân sự sẽ mở rộng sang các khu vực khác của chính phủ; và

XÉT RẰNG, cho đến nay, khi bạo lực này lan rộng, cần có phản ứng trên toàn tiểu bang để tối đa hóa các nguồn lực thực thi pháp luật và các dịch vụ hỗ trợ khác của chính phủ để đảm bảo an toàn cho người dân và tài sản; và

XÉT RẰNG, Chính quyền hiểu nghĩa vụ của mình là cho phép hoạt động biểu cảm tuân theo các hạn chế về thời gian, địa điểm và cách thức hợp lý cần thiết bởi các mối lo ngại về an toàn công cộng hiện có đối với người dân, nhân viên an toàn công cộng và người biểu tình; và

XÉT RẰNG, một trong những mục đích chính của chính phủ là bảo vệ công dân, duy trì trật tự và cân bằng quyền của tất cả các cá nhân; và

XÉT RẰNG, do những điều kiện này, và theo Đạo luật sửa đổi Arizona (ARS) § 26-301, các điều kiện của sự cực kỳ nguy hiểm đến sự an toàn của người hoặc tài sản trong tiểu bang do ... bạo loạn ... hoặc các nguyên nhân khác... có khả năng vượt quá tầm kiểm soát của các dịch vụ, nhân sự, thiết bị và phương tiện

của bất kỳ quận, thành phố hay thị trấn nào, và đòi hỏi những nỗ lực kết hợp của nhà nước và phân khu chính trị tồn tại để hỗ trợ kê khai khẩn cấp; và

XÉT RẰNG, theo điều luật A.R.S. § 26-303 (D), những trường hợp này đòi hỏi phải khai báo khẩn cấp.

NGAY BÂY GIỜ, tôi, Douglas A. Ducey, Thống đốc tiểu bang Arizona, nhờ vào quyền lực được trao cho tôi bởi Hiến pháp và luật pháp của Tiểu bang này, bao gồm nhưng không giới hạn ở điều luật A.R.S. 26-303, qua đây ra Sắc Lệnh Khẩn Cấp như sau:

Tuyên bố rằng Tình trạng khẩn cấp tồn tại ở Arizona do bạo loạn, có hiệu lực vào Chủ nhật, ngày 31 tháng 5 năm 2020 và tiếp tục.

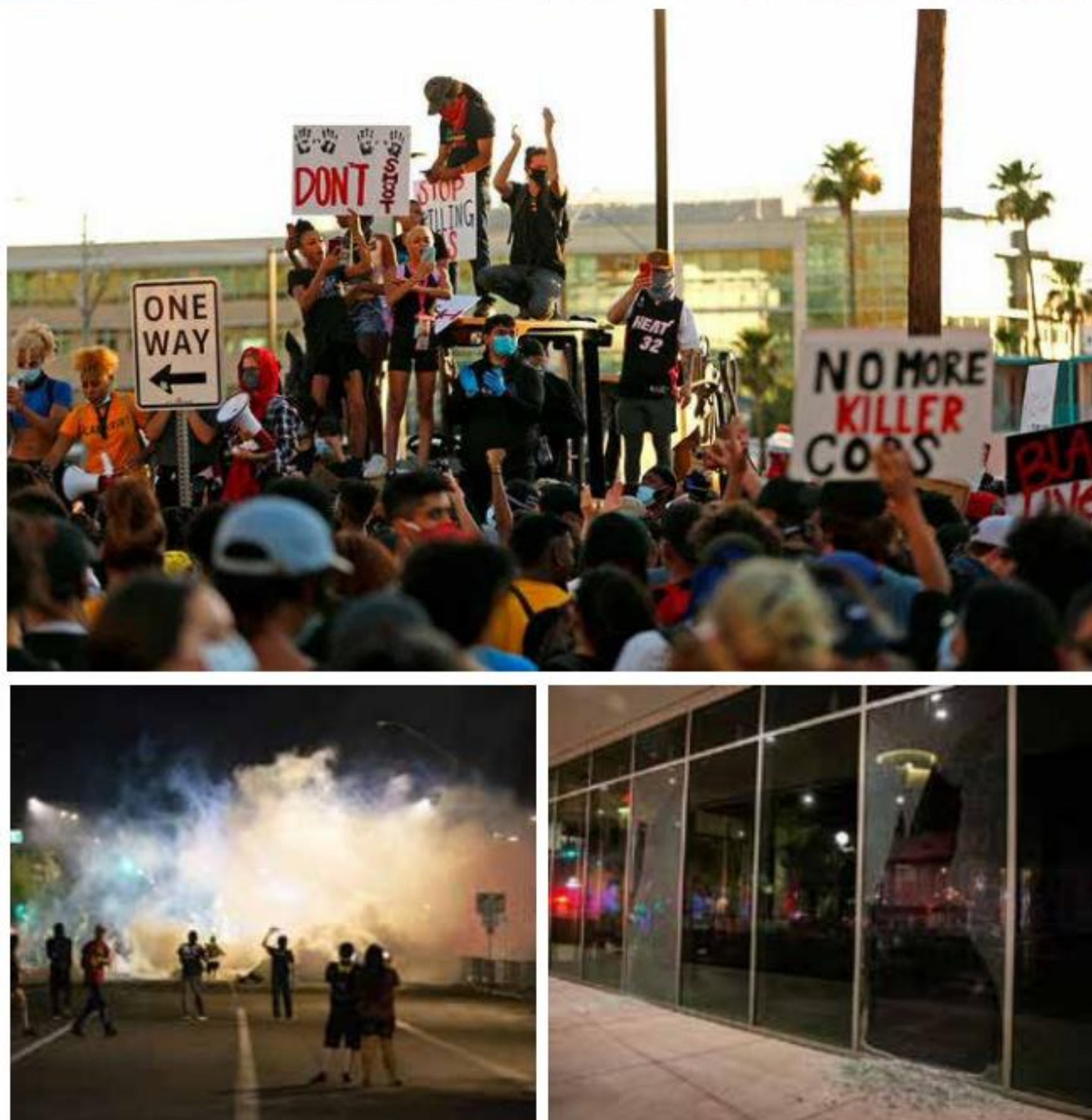


Là một phần của Tình Trạng khẩn cấp, lệnh giới nghiêm được áp dụng trên toàn tiểu Bang bắt đầu lúc 8:00 tối Chủ nhật hôm nay, ngày 31 tháng 5 năm 2020.

Giờ giới nghiêm sẽ diễn ra từ 8:00 tối cho đến 5:00 sáng và sẽ hết hạn vào thứ Hai, ngày 8 tháng 6 năm 2020 lúc 5:00 sáng trừ khi được gia hạn thêm.

Trong giờ giới nghiêm, tất cả mọi người đều bị cấm sử dụng, đứng, ngồi, đi lại hoặc có mặt trên bất kỳ đường phố công cộng hoặc bất kỳ nơi công cộng nào, kể cả cho mục đích du lịch, ngoại trừ các trường hợp sau đây:

Tất cả các cơ quan thực thi pháp luật, lính cứu hỏa, nhân viên y tế, Lực lượng Vệ binh Quốc gia, cũng như bất kỳ nhân





viên phản ứng khẩn cấp nào khác được Nhà nước Arizona ủy quyền và các thành viên có thẩm quyền của phương tiện truyền thông.

Các cá nhân trực tiếp đi đến và rời chỗ làm; tham dự các buổi lễ tôn giáo; dịch vụ vận chuyển và vận chuyển hàng hóa thương mại; lấy thức ăn; chăm sóc cho một thành viên gia đình, bạn bè hoặc động vật; bảo trợ hoặc điều hành các doanh nghiệp tư nhân; tìm kiếm sự chăm sóc y tế hoặc chạy trốn trong hoàn cảnh nguy hiểm; và đi du lịch cho bất kỳ dịch vụ trên.

Đối với mục đích của sắc lệnh này, không bao giờ giới hạn, du lịch, bao gồm đi bộ, xe đạp, ván trượt, xe tay ga, xe máy, ô tô hoặc phương tiện công cộng hoặc bất kỳ phương thức vận chuyển người nào từ địa điểm này sang địa điểm khác.

Đối với mục đích của sắc lệnh này, khu vực công cộng, trực tuyến, có nghĩa là bất kỳ nơi nào, dù là tài sản thuộc sở hữu tư nhân hay công cộng, có thể

truy cập công cộng, bao gồm nhưng không giới hạn ở đường công cộng và đường, ngõ, đường cao tốc, đường lái xe, vỉa hè, công viên, bãi đất trống và tài sản không giám sát.

Đối với các mục đích của sắc lệnh này, dịch vụ chăm sóc y tế được miễn, có nghĩa là các dịch vụ y tế cần thiết cho một cá nhân hoặc một thành viên gia đình.

Vi phạm trật tự này là một hành vi sai trái chiếu theo bộ luật hình sự Arizona A.R.S. § 26-317 và sẽ bị phạt tới sáu (6) tháng tù và phạt \$ 2500 ngoài bất kỳ vi phạm nào khác theo Tiêu đề 13.

Chỉ đạo rằng Kế hoạch khắc phục và phục hồi khẩn cấp của Tiểu bang Arizona được sử dụng và Phòng Quản lý khẩn cấp sẽ được tham gia, khi cần thiết hoặc

được yêu cầu, để hỗ trợ quản lý tình huống khẩn cấp.

Ủy quyền cho Tướng phụ trách huy động và kêu gọi kích hoạt tất cả hoặc một phần của Lực lượng Vệ binh Quốc gia Arizona khi được xác định là cần thiết để hỗ trợ bảo vệ tính mạng và tài sản trên toàn Tiểu bang.

Chỉ đạo rằng số tiền \$200.000 đô-la từ Quỹ chung sẽ được cung cấp cho Giám đốc của Ban quản lý khẩn cấp Arizona để được sử dụng theo quy định của điều luật A.R.S. § 35-192, A.A.C. R8-2-301 đến 321 và Lệnh điều hành 79-4.

ĐỂ CHỨNG NHẬN HIỆU LỰC, tôi đã ký vào đây để lần tay và đóng dấu Tiểu bang Arizona.

THỐNG ĐỐC DOUG DUCEY

Bấm vào link dưới đây để xem Sắc Lệnh chi tiết tiếng Anh: <https://azgovernor.gov/.../emergency-declaration-curfew-begin...>



James Tran
Chief Financial Strategist

TRẢ HẾT NỢ

Trả Hết Nợ Nhà Trong 3-7 Năm

- TIẾT KIỂM cả trăm ngàn tiền lãi và tiền vay mượn
- KHÔNG CẦN Refinance
- TIẾT KIỂM cho khách hàng chuẩn bị mua nhà lần đầu
- TIẾT KIỂM thời gian và tiền hiệu quả nhất

Call (714) 251-9205



Chương trình đặc biệt:

TRẢ HẾT NỢ NHÀ TRONG 3-7 NĂM

Quý vị đang có nợ nhà 15 năm hay 30 năm, công ty chúng tôi sẽ giúp quý vị rút ngắn thời gian trả nợ của quý vị trong vòng 3-7 năm mà không cần phải trả thêm mỗi tháng, tiết kiệm cả trăm ngàn đồng, bảo đảm sẽ có kết quả, sẽ hoàn trả tiền nếu không có kết quả. Chúng tôi làm việc trên 50 tiểu bang toàn nước Mỹ.

HÃY SO SÁNH CHƯƠNG TRÌNH CỦA CHÚNG TÔI DƯỚI ĐÂY

Chương Trình Truyền thống Conventionl 30 year Fixed		Chương trình mới TRẢ HẾT NỢ
\$ 300,000	Nợ Ngân Hàng	\$300,000
4.0%	Lãi Suất	\$4.0%
\$ 1,423	Tiền trả hết mỗi tháng	\$1,423
30 NĂM	TRẢ NỢ HẾT	5.4 NĂM
\$ 215,609	Tiền lãi trả ngân hàng	\$53,165
\$515,609	Tổng Cộng Tiền Nhà	\$353,165

QUÝ VỊ TIẾT KIỂM ĐƯỢC \$162,443

Website: www.trahetno.com

VĂN PHÒNG ĐỊA ỐC



MICHAEL PHƯƠNG TRẦN Realtor

MUA BÁN: Nhà cửa - Cơ sở thương mại - Đất đai



Khắp tiểu bang Arizona



MICHAEL PHƯƠNG TRẦN Realtor

Tel: 480-370-7411 | Email: mikeltran.realtor@gmail.com

**KÍNH CHÚC QUÝ THÂN CHỦ NĂM MỚI NHIỀU MAY MẮN,
THÀNH CÔNG, VÀ HẠNH PHÚC!!!!**

Trên 20 năm mua bán nhà và giúp những người đầu tư mua bán nhà, cơ sở thương mại, tiết kiệm thời gian và vừa ý quý vị mong muốn.

BẠN ĐANG GẶP KHÓ KHĂN KHI MUA NHÀ?

Gọi ngay để có
"SECRET LIST OF HOMES,
NOT IN MLS" hoặc nhà bán
chưa có trên thị trường!

ĐẶC BIỆT: Paying up to \$10,000.00 cho
Quý vị mua nhà tại Title Company tùy theo giá nhà.

Your house's here!
Will be sold in

30 DAYS OR LESS

Selling your house

1% COMMISSION

paying for listing agent if I shall be your buying
agent plus paying 3% for buying agent.



CẦN BÁN GẤP - BÁN GẤP

- 3 tiệm Nails & Spa ở Scottsdale bán giá \$50K, \$160K, \$350K
- 1 tiệm ở Avondale, bán \$79K
- 1 tiệm ở Phoenix, bán \$120K
- 1 tiệm ở Mesa, bán \$35K
- 1 tiệm ở Chandler, bán \$119K

BÁN GẤP! BÁN GẤP!

Tiệm tóc thật đẹp ở trung tâm thành phố Glendale, AZ. Địa điểm tốt, khách đông, tiền rent rẻ. Giá bán \$58K

Cần bán gấp 3 nhà hàng, sang trọng, sạch đẹp, đông khách thành phố Good Year, Phoenix & Glendale. Giá bán \$199K, \$220K & \$334K

Tiệm Donuts & Coffee & Boba đang đông khách, không người trông coi. Cần bán gấp giá \$115K

Tiệm Nail Spa mới đẹp. Đối diện Chandler Fashion Mall. Địa điểm trung tâm thành phố Chandler. Khách sang, tips cao, 12 ghế, 7 bàn, 1 phòng Wax. Bán gấp giá \$119K

PRESTIGE REALTY: 18205 N. 51 Ave, Glendale, AZ 85308

THỐNG ĐỐC ARIZONA ĐÃ BAN HÀNH MỘT SỐ HƯỚNG DẪN CHO CÁC DOANH NGHIỆP SAU KHI ARIZONA MỞ CỬA TRỞ LẠI

Vĩnh Liêm chuyển ngữ

Trước khi cho các thương vụ mở cửa tái hoạt động sau hơn 1 tháng đóng cửa, Thống đốc Doug Ducey cùng Bộ Y tế Arizona đã ra các hướng dẫn như sau:

DOANH NGHIỆP THẨM MỸ NAIL TÓC



Đối Với Khách Hàng:

Những biện pháp phòng ngừa sau đây nên được tuân theo bởi những người xử dụng dịch vụ nail tóc và thẩm mỹ. Trong phạm vi có thể, các nhà cung cấp này nên thực hiện các biện pháp để đảm bảo rằng khách hàng có thể tuân theo các nguyên tắc sau:

- * Ở nhà nếu bị bệnh.
- * Bảo vệ bản thân khi đến làm hẹn ở các tiệm nail, tóc và chuyên gia thẩm mỹ:
- Tránh xa các khách hàng khác ít nhất 6 feet.
- Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn, bạn nên tránh đến gặp các thợ nail, tóc và chuyên gia thẩm mỹ. Những người có nguy cơ mắc bệnh cao bao gồm người lớn từ 65 tuổi trở lên

và những người ở mọi lứa tuổi có tình trạng bệnh lý nghiêm trọng.

- Không chạm tay vào mắt, mũi hoặc miệng.
- Nếu có thể, hãy xử dụng thanh toán cảm ứng (thanh toán mà không cần chạm vào tiền, thẻ hoặc bàn phím). Nếu bạn phải trả tiền mặt, thẻ hoặc xử dụng bàn phím, hãy xử dụng chất khử trùng tay ngay sau đó.
- Sau khi rời cuộc hẹn, hãy xử dụng chất khử trùng tay. Khi bạn về tới nhà, hãy rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây.

Đối Với Doanh Nghiệp:

Bộ Dịch Vụ Y Tế khuyến nghị các bước bổ sung sau đây được thực hiện bởi các thợ nail, tóc và chuyên gia thẩm mỹ:

- Duy trì khoảng cách vật lý, trong phạm vi có thể.
- Cung cấp và yêu cầu nhân viên đeo khẩu trang khi có thể.
- Đối với các phương pháp điều trị thẩm mỹ viện đòi hỏi phải chạm vào mặt ai đó, hãy cung cấp và yêu cầu nhân viên đeo găng tay khi có thể.
- Cung cấp quyền xử dụng xà phòng và nước để rửa tay hoặc chất khử trùng tay chứa cồn tại các nơi trong tiệm, thẩm mỹ viện hoặc spa để nhân viên và khách hàng xử dụng. Yêu cầu nhân viên rửa tay ngay trước và sau khi cung cấp dịch vụ cho mỗi khách hàng.
- Đối với các phương pháp điều trị / cuộc hẹn mà không yêu cầu chạm vào mặt khách hàng, khách hàng nên được khuyến khích đeo khẩu trang để bảo vệ họ.
- Hoạt động với công suất và năng lực giảm dựa trên quy mô của địa điểm kinh doanh, đặc biệt chú ý đến các khu vực hạn chế nơi khách hàng và nhân viên có thể tụ tập.
- Lau sạch cây viết ký trả tiền, quầy hàng hoặc bề mặt cứng giữa khi xử dụng giữa mỗi khách hàng.

- Thực hiện các giao thức vệ sinh toàn diện.
- Thực hiện sàng lọc triệu chứng cho nhân viên trước khi bắt đầu ca làm việc.
- Cân nhắc việc cung cấp khẩu trang cho nhân viên và khách.
- Cân nhắc vận hành theo hẹn thay vì nhận khách walk-ins để có thể quản lý chặt chẽ mức độ chiếm dụng.
- Sắp xếp các khu vực chờ, khu vực dịch vụ và phòng nghỉ để cung cấp khoảng cách vật lý và vệ sinh phù hợp thường xuyên giữa các lần xử dụng.
- Xem xét việc đăng các dấu hiệu tư vấn cho khách hàng và nhân viên về những kỳ vọng và hướng dẫn.
- Cân nhắc không tính phí trễ / hủy hẹn nếu ai đó không thể đến đúng hẹn vì lý do bị bệnh.
- Huấn luyện tất cả nhân viên trong các hành động an toàn nêu trên.

NHÀ HÀNG



Đối Với Khách Hàng:

Trong phạm vi có thể, các cơ sở nhà hàng nên thực hiện các biện pháp để đảm bảo rằng khách hàng có thể làm theo các hướng dẫn sau:

- Ở nhà nếu bị bệnh.
- Cân nhắc đặt hàng thực phẩm để giao hàng hoặc nhận hàng lễ đường nếu có.
- Bảo vệ bản thân khi dùng bữa tại nhà hàng:
- Tránh xa người khác ít nhất 6 feet trong khi ăn.

- Khi bạn dùng bữa, hãy cân nhắc việc ăn tối trong giờ thấp điểm (ví dụ: sáng sớm, giữa chiều hoặc tối muộn khi nhà hàng không có đông khách).

- Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn, hãy tiếp tục sử dụng dịch vụ giao hàng và tránh các dịch vụ ăn tối tại nhà hàng. Những người có nguy cơ mắc bệnh nặng bao gồm người lớn từ 65 tuổi trở lên và những người ở mọi lứa tuổi có tình trạng bệnh lý nghiêm trọng.

- Không chạm tay vào mắt, mũi hoặc miệng.

- Nếu có thể, hãy sử dụng thanh toán cảm ứng (thanh toán mà không cần chạm vào tiền, thẻ hoặc bàn phím). Nếu bạn phải trả tiền mặt, thẻ hoặc sử dụng bàn phím, hãy sử dụng chất khử trùng tay ngay sau đó.

- Rửa tay bằng xà phòng và nước hoặc sử dụng chất khử trùng tay có cồn trước khi ăn và uống lại khi bạn ăn xong.
- Sau khi rời khỏi nhà hàng, sử dụng chất khử trùng tay. Khi bạn về tới nhà, hãy rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây.

Đối Với Doanh Nghiệp:

Các biện pháp phòng ngừa sau đây nên được tuân theo bởi các nhà hàng cung cấp bữa ăn cho khách:

- Cân nhắc không nên giao nhiệm vụ cho những nhân viên dễ bị tổn thương nhằm giảm thiểu tiếp xúc với khách hàng và các nhân viên khác.

- Thực hiện rửa tay, che miệng khi ho và hắt hơi.

- Sử dụng khẩu trang vải che mặt cho nhân viên khi ở gần nhân viên và khách hàng khác.

- Đảm bảo cung cấp đầy đủ để hỗ trợ thực hành vệ sinh lành mạnh cho cả nhân viên và khách hàng, bao gồm xà phòng, nước rửa tay có ít nhất 60 phần trăm cồn (có thể trên mỗi bàn, nếu việc cung cấp cho phép) và khăn giấy.

- Cân nhắc đăng các dấu hiệu về cách ngăn chặn sự lây lan của COVID-19, rửa tay đúng cách, thúc đẩy các biện pháp bảo vệ hàng ngày và đeo khẩu trang đúng cách.

- Tăng cường thực hành vệ sinh, khử trùng và thông gió.

- Rửa và vệ sinh bề mặt tiếp xúc với thực phẩm, bề mặt chuẩn bị thực phẩm và thiết bị đồ uống sau khi sử dụng.

- Tránh sử dụng hoặc chia sẻ các đồ dùng như thực đơn, gia vị và bất kỳ thực phẩm nào khác. Thay vào đó, hãy sử dụng các menu dùng một lần hoặc kỹ thuật số, gia vị phục vụ duy nhất và thùng rác và cửa ra vào không có cảm ứng.

- Lau sạch bút viết ký trả tiền, quầy hàng hoặc bề mặt cứng giữa khi sử dụng hoặc khách hàng.

- Huấn luyện tất cả nhân viên tuân thủ các hành động an toàn nêu trên.

Các bước bổ sung sau đây được thực hiện bởi các nhà hàng:

- Duy trì khoảng cách vật lý, bao gồm giới hạn bên trong không quá 10 người.
- Hoạt động với công suất và năng lực giảm dựa trên quy mô của địa điểm kinh doanh, đặc biệt chú ý đến các khu vực hạn chế nơi khách hàng và nhân viên có thể tụ tập.

- Thực hiện các giao thức vệ sinh toàn diện, bao gồm cả lịch trình vệ sinh quét dọn cho nhà vệ sinh.

- Tiếp tục cung cấp các lựa chọn để giao hàng delivery hoặc dịch vụ pick up lề đường nếu có thể.

- Thực hiện sàng lọc triệu chứng cho nhân viên trước khi bắt đầu ca làm việc.
- Cân nhắc việc cung cấp khẩu trang giấy trong lúc khách chờ đợi và nhân viên chủ nhà.

- Các nhà hàng nên vệ sinh khu vực của khách hàng sau mỗi lần sử dụng với chất khử trùng đã đăng ký EPA, bao gồm nhưng không giới hạn ở:

- Những cái bàn

- Khăn trải bàn

- Ghế

- Gia vị để bàn và đồ giữ gia vị

- Bất kỳ bề mặt hoặc vật phẩm nào khác mà khách hàng có thể đã chạm vào.

- Tránh các trường hợp nơi mà khách hàng tự phục vụ thức ăn của họ.

PHÒNG TẬP THỂ DỤC GYM



Đối Với Người Sử Dụng Gym:

Những biện pháp phòng ngừa sau đây nên được tuân theo bởi những người sử dụng phòng tập thể dục. Trong phạm vi có thể, các nhà cung cấp này nên thực hiện các biện pháp để đảm bảo rằng khách hàng có thể tuân theo các nguyên tắc sau:

- Ở nhà nếu bị bệnh.

- Bảo vệ bản thân khi đến phòng tập thể dục:

- Tránh xa các khách hàng khác ít nhất 6 feet.

- Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn, bạn nên tránh đến các phòng tập thể dục & nhà cung cấp thể dục. Những người có nguy cơ mắc bệnh nặng bao gồm người lớn từ 65 tuổi trở lên và những người ở mọi lứa tuổi có tình trạng bệnh lý nghiêm trọng.

- Không chạm tay vào mắt, mũi hoặc miệng.

- Nếu có thể, hãy sử dụng thanh toán cảm ứng (thanh toán mà không cần chạm vào tiền, thẻ hoặc bàn phím). Nếu bạn phải trả tiền mặt, thẻ hoặc sử dụng bàn phím, hãy sử dụng chất khử trùng tay ngay sau đó.

- Sau khi rời phòng tập, sử dụng chất khử trùng tay. Khi bạn về tới nhà, hãy rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây.

Đối Với Doanh Nghiệp:

Bộ Dịch vụ Y tế khuyến nghị các bước bổ sung sau đây được thực hiện bởi các phòng tập thể dục:

- Duy trì khoảng cách vật lý, trong phạm vi có thể.

- Cung cấp và yêu cầu nhân viên đeo khẩu trang khi có thể.

- Cung cấp quyền sử dụng xà phòng và nước để rửa tay hoặc chất khử trùng tay có cồn tại các nơi xung quanh phòng tập thể dục để nhân viên và khách hàng sử dụng. Yêu cầu nhân viên thường xuyên rửa tay trong ít nhất 20 giây.

- Hoạt động với công suất và năng lực giảm dựa trên quy mô của địa điểm kinh doanh, đặc biệt chú ý đến các khu vực hạn chế nơi khách hàng và nhân viên có thể tụ tập.
- Lau sạch bút viết, quầy hàng hoặc bề mặt cứng giữa khi xử dụng hoặc khách hàng.
- Thực hiện các giao thức vệ sinh toàn diện, bao gồm vệ sinh thiết bị tập thể dục trước và sau mỗi lần xử dụng.
- Cung cấp khăn lau khử trùng dùng một lần, chất tẩy rửa hoặc xịt để khách hàng có thể lau các bề mặt thường xuyên chạm vào thiết bị tập thể dục.
- Thực hiện sàng lọc triệu chứng cho nhân viên trước khi bắt đầu ca làm việc.
- Cân nhắc việc cung cấp tấm phủ mặt bằng vải cho nhân viên mặc.
- Sắp xếp các khu vực chờ, khu vực dịch vụ và phòng nghỉ để cung cấp khoảng cách vật lý và vệ sinh phù hợp thường xuyên giữa các lần xử dụng.
- Xem xét việc đăng các dấu hiệu tư vấn cho khách hàng và nhân viên về những kỳ vọng và hướng dẫn.
- Huấn luyện tất cả nhân viên trong các hành động an toàn nêu trên.
- Xem xét việc ghi danh không tiếp xúc.
- Xem xét yêu cầu đặt chỗ trực tuyến cho các lớp thể dục và giới hạn kích thước của lớp để cho phép khoảng cách vật lý phù hợp.
- Sắp xếp các thiết bị luyện tim để có thể tuân thủ khoảng cách vật lý phù hợp.
- Đảm bảo thiết bị đầy đủ cho khách hàng quen để giảm thiểu việc chia sẻ trong phạm vi có thể hoặc hạn chế xử dụng thiết bị của một người dùng tại một thời điểm và làm sạch và khử trùng giữa các lần xử dụng.
- Cân nhắc việc giới hạn giờ tập thể dục để cho phép vệ sinh đúng cách.
- Thực hiện vệ sinh các khu vực phòng thay đồ.
- Yêu cầu nhân viên và khách hàng quen dọn dẹp tủ khóa hàng đêm để tạo điều kiện thuận lợi cho các quy trình làm sạch qua đêm.
- Xem xét yêu cầu khách cung cấp khăn riêng của họ. Nếu điều này là không thể và khăn phải được cung cấp:
- Giặt đồ theo hướng dẫn của nhà sản xuất. Xử dụng hoàn toàn cài đặt nước

thích hợp ấm nhất và các mặt hàng khô hoàn toàn.

- Mang găng tay dùng một lần khi xử lý khăn đã xử dụng từ khách.
- Không lắc khăn đã xử dụng.
- Làm sạch và khử trùng các thùng chứa khăn đã xử dụng theo hướng dẫn để khử trùng bề mặt.
- Sau khi xử lý khăn đã xử dụng: Tháo găng tay và rửa tay ngay.

HỒ BƠI



Đối Với Người Xử Dụng:

Những biện pháp phòng ngừa sau đây nên được tuân theo bởi những người xử dụng hồ bơi. Trong phạm vi có thể, các nhà điều hành các hồ bơi công cộng nên thực hiện các biện pháp để đảm bảo rằng khách hàng có thể làm theo các hướng dẫn sau:

- Ở nhà nếu bị bệnh.
- Bảo vệ bản thân khi đến hồ bơi:
- Tránh xa các khách hàng khác ít nhất 6 feet.
- Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn, bạn nên tránh đến thăm các hồ bơi. Những người có nguy cơ cao mắc bệnh nặng bao gồm người lớn từ 65 tuổi trở lên và những người ở mọi lứa tuổi có các tình trạng bệnh lý nghiêm trọng.
- Không chạm vào mắt, mũi hoặc miệng.
- Sau khi rời khỏi bể bơi, xử dụng chất khử trùng tay. Khi bạn về tới nhà, hãy rửa tay bằng nước và ít nhất 20 giây.

Đối Với Ban Quản Lý Hồ Bơi:

Bộ Dịch vụ Y tế Arizona (ADHS) khuyến nghị các bước bổ sung sau đây được thực hiện bởi các Ban Quản Lý Hồ Bơi công cộng:

- Theo CDC, không có bằng chứng nào cho thấy vi-rút COVID-19 có thể lây sang người qua nước trong bể bơi, bồn nước nóng, spa hoặc khu vực chơi nước.

- Vận hành và bảo dưỡng đúng cách (bao gồm khử trùng bằng chlorine và bromine) các chất này sẽ làm bất hoạt virus trong nước.
- Cân nhắc việc đăng các biển báo tại lối vào bể bơi mà nếu bạn cảm thấy bị bệnh, bạn nên về nhà.
- Duy trì khoảng cách vật lý, trong phạm vi có thể.
- Cung cấp thêm không gian giữa các ghế hồ bơi tại các bể bơi cộng đồng để cho phép khoảng cách vật lý phù hợp.
- Cung cấp quyền xử dụng xà phòng và nước để rửa tay hoặc chất khử trùng tay chứa cồn tại các trạm quanh hồ bơi để nhân viên và khách hàng xử dụng. Yêu cầu nhân viên thường xuyên rửa tay ít nhất 20 giây.
- Hoạt động với công suất và công suất giảm dựa trên kích thước của khu vực sảnh bể bơi.
- Thực hiện các giao thức vệ sinh toàn diện, bao gồm vệ sinh ghế hồ bơi, bàn, và đồ nội thất bên hồ bơi sau mỗi lần xử dụng.
- Thực hiện sàng lọc triệu chứng cho nhân viên trước khi bắt đầu ca làm việc.
- Cân nhắc việc cung cấp và yêu cầu đắp mặt không y tế cho nhân viên để mang.
- Những người đang bơi không nên đeo khẩu trang.
- Khuyến khích những người đeo khăn che mặt không nên đeo chúng trong nước.
- Lớp phủ mặt bằng vải có thể khó thở khi chúng ướt.
- Sắp xếp các khu vực chờ, khu vực dịch vụ và phòng nghỉ để cung cấp khoảng cách vật lý và vệ sinh phù hợp thường xuyên giữa các lần xử dụng.
- Cân nhắc việc không cung cấp phao bơi hoặc đồ chơi, nhưng nếu chúng được cung cấp, hãy khử trùng chúng giữa mỗi lần xử dụng.
- Khử trùng thang máy hồ bơi ở giữa mỗi lần xử dụng.
- Xem xét việc đăng các dấu hiệu tư vấn cho khách hàng và nhân viên về những kỳ vọng và hướng dẫn.
- Huấn luyện tất cả nhân viên trong các hành động an toàn nêu trên.
- Xem xét yêu cầu khách cung cấp khăn riêng của họ. Nếu điều này là không thể và khăn phải được cung cấp:

- Giặt đồ theo hướng dẫn của nhà sản xuất. Xử dụng cái đặt nước thích hợp ấm nhất và các mặt hàng khô hoàn toàn.
- Mang găng tay dùng một lần khi xử lý khăn đã xử dụng từ khách.
- Không lắc khăn đã xử dụng.
- Làm sạch và khử trùng các thùng chứa khăn đã xử dụng theo hướng dẫn khử trùng bề mặt.
- Sau khi xử lý khăn đã xử dụng: Tháo găng tay và rửa tay ngay.

CHƯƠNG TRÌNH HÈ DƯỚI NƯỚC VÀ CÁC LỚP BƠI

- ADHS khuyên bạn nên tránh các sự kiện nhóm, tụ họp hoặc các lớp bơi cả trong và ngoài bể bơi nếu khoảng cách xã hội ít nhất là 6 feet giữa những người không thể duy trì sự chung đụng.
- Các ngoại lệ đối với hướng dẫn cách xa vật lý bao gồm:
 - * Bất cứ ai cứu một người bơi đang sắp bị chết đuối, cần làm CPR cấp cứu, cung cấp sơ cứu, làm tốt hơn việc hồi sức tim phổi, có hoặc không có máy khử rung tim ngoài tự động.
 - * Các cá nhân trong quá trình sơ tán một cơ sở thủy sản khẩn cấp.
- Nếu các sự kiện hoặc lớp học theo kế hoạch phải được tiến hành:
 - Giới hạn số lượng người tham gia trong lớp hoặc sự kiện để ngăn chặn việc truyền lại.
 - Thực hiện sàng lọc triệu chứng của nhân viên & người tham gia, đặc biệt là những đứa trẻ không có khả năng ở cách nhau ít nhất 6 feet.
 - Những người ở trong nước hồ bơi, không nên đeo khẩu trang vì khẩu trang khi thấm nước sẽ rất khó thở.
 - Sắp xếp thời gian đưa đón con em đến lớp cách khoảng nhau để duy trì sự tồn tại của ít nhất 6 feet giữa những người không cùng một gia đình.
 - Không khuyến khích việc chia sẻ các thiết bị như đá cầu, thiết bị, đồ chơi và vật tư với những người mà họ không cùng một gia đình..
 - Không khuyến khích mọi người chia sẻ các vật dụng khó làm vệ sinh, vệ sinh hoặc khử trùng hoặc có nghĩa là tiếp xúc với mặt (ví dụ: kính bảo hộ, kẹp mũi và ống thở.)

- Yêu cầu phụ huynh cân nhắc xem con cái họ có khả năng ở lại ít nhất 6 feet ngoài những người không cùng một gia đình, cùng trước khi đưa chúng đến một địa điểm công cộng.
- Hạn chế mọi khách truy cập, tình nguyện viên và các hoạt động không liên quan đến các nhóm hoặc tổ chức vĩnh cửu.
- Hạn chế đi du lịch cho các sự kiện (tức là gặp gỡ bơi lội) để tránh trộn lẫn các cá nhân từ các vị trí địa lý khác nhau.

DOANH NGHIỆP BÁN LẺ



Đối Với Khách Hàng:

Cần tuân thủ các biện pháp phòng ngừa sau:

- Ở nhà nếu bị bệnh
- Đặt hàng trực tuyến hoặc xử dụng xe bán tải lẻ đường nếu có thể
- Bảo vệ bản thân khi đi mua sắm
- Tránh xa người khác ít nhất 6 feet khi đi mua sắm và xếp hàng.
- Che miệng và mũi bằng khăn che mặt khi bạn phải ra ngoài nơi công cộng.
- Khi bạn phải đến thăm trực tiếp, hãy đi trong những giờ có ít người hơn ở đó (ví dụ, sáng sớm hoặc tối muộn).
- Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn, hãy tìm hiểu xem cửa hàng có giờ đặc biệt cho những người có nguy cơ cao hơn không. Nếu họ có, hãy cố gắng mua sắm trong những giờ đó. Những người có nguy cơ mắc bệnh nặng bao gồm người lớn từ 65 tuổi trở lên và những người ở mọi lứa tuổi có tình trạng bệnh lý nghiêm trọng.
- Khử trùng giỏ hàng, xử dụng khăn lau khử trùng nếu có.
- Không chạm vào mắt, mũi hoặc miệng.
- Nếu có thể, hãy xử dụng thanh toán cảm ứng (thanh toán mà không cần chạm vào tiền, thẻ hoặc bàn phím). Nếu bạn phải trả tiền mặt, thẻ hoặc

xử dụng bàn phím, hãy xử dụng chất khử trùng tay ngay sau khi thanh toán.

- Sau khi rời khỏi cửa hàng, xử dụng chất khử trùng tay. Khi bạn về tới nhà, nhớ rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây.

Đối Với Doanh Nghiệp:

Bộ Dịch vụ Y tế khuyến nghị các bước bổ sung sau đây được thực hiện bởi các cơ sở bán lẻ:

- Duy trì khoảng cách vật lý.
- Hoạt động với công suất và năng lực giảm dựa trên quy mô của địa điểm kinh doanh, đặc biệt chú ý đến việc giới hạn các khu vực nơi khách hàng và nhân viên có thể tụ tập.
- Thực hiện các giao thức vệ sinh toàn diện.
- Tiếp tục cung cấp các dịch vụ chọn lựa để giao hàng hoặc dịch vụ lẻ đường ngay cả khi một địa điểm cho phép khách hàng trong cửa hàng.
- Đóng phòng thử tại các cửa hàng quần áo, phòng họp hoặc các không gian kín khác có thể tiếp cận được với khách hàng không cho phép khoảng cách vật lý phù hợp.
- Thực hiện sàng lọc triệu chứng cho nhân viên trước khi bắt đầu ca làm việc.
- Xem xét việc cung cấp tấm phủ mặt vải cho nhân viên và khách đến mặc.

DỊCH VỤ SPA/MASSAGE TRỊ LIỆU



Đối Với Khách Hàng:

Những biện pháp phòng ngừa sau đây nên được tuân theo bởi những người xử dụng spa, liệu pháp massage và các dịch vụ cá nhân khác. Trong phạm vi có thể,

các nhà cung cấp này nên thực hiện các biện pháp để đảm bảo rằng khách hàng có thể tuân theo các nguyên tắc sau:

- Ở nhà nếu bị bệnh.
- Bảo vệ bản thân khi đến các spa và trị liệu viên massage:
- Tránh xa các khách hàng khác ít nhất 6 feet.
- Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn, bạn nên tránh đến các spa và trị liệu viên massage. Những người có nguy cơ mắc bệnh nặng bao gồm người lớn từ 65 tuổi trở lên và những người ở mọi lứa tuổi có tình trạng bệnh lý nghiêm trọng.
- Không chạm vào mắt, mũi hoặc miệng.
- Nếu có thể, hãy sử dụng thanh toán cảm ứng (thanh toán mà không cần chạm vào tiền, thẻ hoặc bàn phím). Nếu bạn phải trả tiền mặt, thẻ hoặc sử dụng bàn phím, hãy sử dụng chất khử trùng tay ngay sau đó.
- Sau khi rời spa hoặc trị liệu viên massage, hãy sử dụng nước rửa tay. Khi bạn về tới nhà, hãy rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây.

Đối Với Doanh Nghiệp:

Bộ Dịch vụ Y tế khuyến nghị các bước bổ sung sau đây được thực hiện bởi các spa, trị liệu viên massage và các dịch vụ cá nhân khác:

- Duy trì khoảng cách vật lý, trong phạm vi có thể.
- Cung cấp và yêu cầu nhân viên đeo khẩu trang khi có thể.
- Đối với các phương pháp điều trị đòi hỏi phải chạm vào mặt ai đó, hãy cung cấp và yêu cầu nhân viên đeo găng tay khi có thể.
- Cân nhắc thực hiện sàng lọc triệu chứng cho khách hàng quen theo lịch cho các dịch vụ yêu cầu nhân viên chạm vào mặt.
- Cung cấp quyền sử dụng xà phòng và nước để rửa tay hoặc chất khử trùng tay có cồn tại các trạm xung quanh cửa hàng hoặc spa để nhân viên và khách hàng sử dụng. Yêu cầu nhân viên rửa tay ngay trước và sau khi cung cấp dịch vụ khách hàng.
- Đối với các phương pháp điều trị / cuộc hẹn mà không yêu cầu chạm

vào mặt khách hàng, khách hàng nên được khuyến khích đeo khẩu trang để bảo vệ họ.

- Hoạt động với công suất và năng lực giảm dựa trên quy mô của địa điểm kinh doanh, đặc biệt chú ý đến các khu vực hạn chế nơi khách hàng và nhân viên có thể tụ tập.
- Không khuyến khích việc chia sẻ các mặt hàng như tạp chí, thiết bị, thực đơn và đồ dùng với những thứ mà họ không sống cùng.
- Xem xét các món đồ sử dụng một lần, nếu có thể.
- Lau sạch bút viết, quầy hàng hoặc bề mặt cứng giữa khi sử dụng hoặc khách hàng.
- Không được khách hàng chia sẻ những vật dụng khó vệ sinh, vệ sinh hoặc khử trùng.
- Thực hiện các giao thức vệ sinh toàn diện.
- Thực hiện sàng lọc triệu chứng cho nhân viên trước khi bắt đầu ca làm việc.
- Cân nhắc việc cung cấp tấm phủ mặt vải cho nhân viên và khách đến mặt.
- Cân nhắc vận hành theo chỉ định để quản lý mức độ chiếm dụng.
- Sắp xếp các khu vực chờ, khu vực dịch vụ và phòng nghỉ để cung cấp khoảng cách vật lý và vệ sinh phù hợp thường xuyên giữa các lần sử dụng.
- Làm sạch và khử trùng đồ nội thất chung, thiết bị, khăn tắm và áo choàng / áo choàng giữa mỗi lần sử dụng.
- Xem xét việc đăng các dấu hiệu tư vấn cho khách hàng và nhân viên về những kỳ vọng và hướng dẫn.
- Cân nhắc không tính phí trễ / hủy nếu ai đó không thể hẹn gặp vì bệnh.
- Huấn luyện tất cả nhân viên trong các hành động an toàn nêu trên.
- Giặt khăn, khăn trải giường, áo choàng / áo choàng và các vật dụng khác được sử dụng bởi khách hàng và nhân viên giữa mỗi lần sử dụng:
- Giặt đồ theo hướng dẫn của nhà sản xuất. Sử dụng hoàn toàn cài đặt nước thích hợp ấm nhất và các mặt hàng khô hoàn toàn.
- Mang găng tay dùng một lần khi xử lý khăn đã sử dụng từ khách.

- Không lắc khăn đã sử dụng.
- Làm sạch và khử trùng các thùng chứa khăn đã sử dụng theo hướng dẫn để khử trùng bề mặt.
- Sau khi xử lý khăn đã sử dụng: Tháo găng tay và rửa tay ngay.

NHỮNG TỔ CHỨC TÔN GIÁO NƠI THỜ TỰ



Hướng dẫn chung (tổng quát)

- Tham dự các nơi thờ cúng được xác định là một hoạt động thiết yếu.
- Khi tham gia vào các hoạt động thiết yếu được bảo vệ theo hiến pháp, không có yêu cầu xa cách bắt buộc. Tuy nhiên, các hoạt động được bảo vệ như vậy nên được tiến hành theo cách cung cấp khoảng cách vật lý phù hợp đến mức khả thi.
- Tất cả người dân Arizona nên sử dụng phán quyết tốt nhất của họ trong việc đình chỉ các hoạt động công cộng có thể bị trì hoãn vì mục đích bảo vệ cá nhân và cộng đồng cũng như bảo tồn các tài nguyên chăm sóc sức khỏe quan trọng.
- Những biện pháp phòng ngừa sau đây nên được tuân theo bởi những người tham dự nơi thờ cúng. Trong phạm vi có thể, các nơi thờ cúng nên có biện pháp để đảm bảo rằng những người tham dự có thể làm theo các hướng dẫn sau:
- Ở nhà nếu bị bệnh.
- Bảo vệ chính mình khi đến thăm nơi thờ cúng:
- Tránh xa các người khác ít nhất 6 feet.
- Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn, bạn nên tránh những nơi thờ cúng. Những người có nguy cơ mắc bệnh nặng bao gồm người lớn từ 65 tuổi trở lên và những người ở mọi lứa tuổi có tình trạng bệnh lý nghiêm trọng.
- Không chạm vào mắt, mũi hoặc miệng.

• Sau khi rời khỏi nơi thờ cúng, sử dụng chất khử trùng tay. Khi bạn về tới nhà, hãy rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây.

Sở Y tế khuyến nghị các bước bổ sung sau đây được thực hiện bởi những nơi thờ cúng:

• Cân nhắc sắp xếp chỗ ngồi cho những người tham dự không cùng nhóm cách nhau ít nhất sáu feet khi có thể; xem xét giới hạn chỗ ngồi cho các hàng thay thế.

• Cân nhắc thêm các dịch vụ bổ sung vào lịch trình hàng tuần để tăng cường các dịch vụ tổ chức và tổ chức và tụ tập ở một khu vực rộng lớn, thông thoáng hoặc ngoài trời.

• Xem xét liệu các cuộc tụ họp có thể cần phải có sự tham dự hạn chế, được tổ chức hầu như hoặc bị đình chỉ nếu khó khăn trong việc xa cách. Điều này bao gồm các dịch vụ thờ cúng, đám tang, đám cưới, các lớp giáo dục tôn giáo, các sự kiện giới trẻ, các nhóm hỗ trợ và bất kỳ chương trình nào khác.

• Khuyến khích người dân Arizona dễ bị tổn thương nhất (ví dụ: người lớn từ 65 tuổi trở lên và mọi người ở mọi lứa tuổi mắc bệnh tiềm ẩn) và những người có triệu chứng bệnh tật phải ở nhà.

• Cân nhắc việc tiếp tục các dịch vụ thờ phượng trực tiếp và cung cấp các dịch vụ lái xe.

• Cân nhắc việc đăng các biển báo tại các lối vào khuyên những người có triệu chứng bệnh không nên vào.

• Xem xét các dịch vụ riêng biệt cho người lớn dễ bị tổn thương với các biện pháp phòng ngừa bổ sung.

• Cung cấp đầy đủ vật tư để hỗ trợ các hành vi vệ sinh lành mạnh, bao gồm xà phòng, nước rửa tay có ít nhất 60 phần trăm cồn, khăn lau khử trùng, khăn giấy và thùng rác không chạm tay vào.

• Khuyến khích sử dụng mặt vải che phủ trong tất cả các cuộc tụ họp và khi ở trong tòa nhà. Không nên đắp chăn cho trẻ em dưới 2 tuổi, bất cứ ai khó thở, hoặc bất tỉnh, mất khả năng hoặc không thể tháo gỡ mà không có sự trợ giúp.

• Hạn chế các khu vực chung nơi mọi người có khả năng tụ tập và tương tác.

• Phân phối và đăng các thông điệp và tài liệu về sức khỏe cho nhân viên, tình nguyện viên và cộng đồng và giáo dục

về các hành động phòng ngừa hàng ngày bao gồm nghi thức hô hấp và vệ sinh tay:

• Ở nhà khi bị ốm.

• Che miệng khi ho và hắt hơi bằng khăn giấy hoặc khuỷu tay.

• Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây. Nếu không có xà phòng và nước, hãy sử dụng chất khử trùng tay chứa cồn có chứa ít nhất 60% cồn.

• Tránh hoặc xem xét đình chỉ sử dụng hợp xướng hoặc dàn nhạc lớn trong các dịch vụ tôn giáo hoặc lập trình khác, nếu phù hợp với truyền thống đức tin.

• Cân nhắc việc có một nghệ sĩ độc tấu hoặc hạn chế nghiêm ngặt số lượng thành viên hợp xướng và giữ ít nhất 6 feet giữa các cá nhân.

• Cân nhắc việc các giáo sĩ tổ chức các chuyến thăm ảo (qua điện thoại hoặc trực tuyến) thay vì trong nhà hoặc tại bệnh viện, ngoại trừ các tình huống chăm sóc từ bi, chẳng hạn như kết thúc cuộc đời.

• Xác định các hoạt động, nghi lễ và truyền thống (ví dụ: bắt / giữ tay, chia sẻ vật phẩm, hiệp thông, v.v.) có thể cần phải tạm thời bị đình chỉ hoặc sửa đổi.

• Hạn chế chia sẻ cộng đồng các tài liệu thờ cúng và các vật phẩm khác, như đồ thờ cúng, sách, thánh ca, bản tin hoặc các vật phẩm khác được thông qua hoặc chia sẻ giữa các hội chúng và khuyến khích các hội chúng tự mang theo. Nếu có thể, hãy sao chép hoặc cầu nguyện dự án, bài hát và văn bản bằng phương tiện điện tử.

• Sửa đổi các phương pháp được sử dụng để nhận đóng góp tài chính. Xem xét hộp thu gom cố định, thư hoặc phương pháp điện tử để thu thập các khoản đóng góp tài chính thường xuyên thay vì các khay hoặc giỏ thu chung.

Khuyến nghị cho nhân viên và tình nguyện viên:

• Huấn luyện tất cả nhân viên và tình nguyện viên về vệ sinh và khử trùng thích hợp, vệ sinh tay và nghi thức hô hấp. Yêu cầu nhân viên hoặc tình nguyện viên duy trì cách ly ít nhất 6 feet với các cá nhân khác và đảm bảo sử dụng vải che mặt khi có thể.

• Thực hiện sàng lọc triệu chứng cho

nhân viên và tình nguyện viên trước khi bắt đầu ca làm việc.

• Vườn ươm và cơ sở chăm sóc trẻ em trong các tổ chức dựa trên đức tin nên tuân thủ các hướng dẫn của CDC cho các cơ sở chăm sóc trẻ em.

• Tăng cường làm sạch, khử trùng và thông gió.

• Làm sạch và khử trùng các bề mặt thường xuyên chạm vào và tất cả các khu vực sau khi chúng được chạm hoặc sử dụng, chẳng hạn như ghế ngồi, tay nắm cửa, bàn, phòng vệ sinh, v.v.

• Nếu nơi thờ cúng cung cấp thực phẩm cho nhân viên, tình nguyện viên hoặc người tham dự, các mặt hàng thực phẩm nên được đóng gói riêng. Duy trì các thực hành vệ sinh nghiêm ngặt như khử trùng, rửa tay và sạch sẽ khi chuẩn bị hoặc phục vụ bất cứ thứ gì ăn được. Tránh sử dụng các món ăn tự chọn hoặc các dịch vụ thực phẩm theo kiểu gia đình.

TRUNG TÂM MUA SẮM



Đối Với Khách Hàng:

Những biện pháp phòng ngừa sau đây nên được tuân theo bởi những người ghé thăm trung tâm mua sắm. Trong phạm vi có thể, trung tâm mua sắm nên thực hiện các biện pháp để đảm bảo rằng khách hàng có thể làm theo các hướng dẫn sau:

- Ở nhà nếu bị bệnh.
- Bảo vệ bản thân khi đến trung tâm mua sắm:
- Tránh xa các khách hàng khác ít nhất 6 feet.
- Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn, bạn nên tránh đến các trung tâm mua sắm. Những người có nguy cơ mắc bệnh nặng bao gồm người lớn từ 65 tuổi trở lên và những người ở mọi lứa tuổi có tình trạng bệnh lý nghiêm trọng.

- Không chạm vào mắt, mũi hoặc miệng.
- Nếu có thể, hãy sử dụng thanh toán cảm ứng (thanh toán mà không cần chạm vào tiền, thẻ hoặc bàn phím). Nếu bạn phải trả tiền mặt, thẻ hoặc sử dụng bàn phím, hãy sử dụng chất khử trùng tay ngay sau đó.
- Sau khi rời khỏi trung tâm mua sắm, sử dụng chất khử trùng tay. Khi bạn về tới nhà, hãy rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây.

Đối Với Doanh Nghiệp:

Bộ Dịch vụ Y tế khuyến nghị các bước bổ sung sau đây được thực hiện bởi các trung tâm mua sắm:

- Duy trì khoảng cách vật lý, trong phạm vi có thể.
- Cung cấp các biển báo bao gồm để trên sàn hoặc dán khắp trung tâm mua sắm để củng cố khoảng cách vật lý.
- Cung cấp và yêu cầu nhân viên đeo khẩu trang khi có thể.
- Cung cấp quyền sử dụng xà phòng và nước để rửa tay hoặc chất khử trùng tay có cồn tại các trạm trong khắp trung tâm mua sắm để nhân viên và khách hàng sử dụng. Yêu cầu nhân viên thường xuyên rửa tay trong ít nhất 20 giây.
- Hoạt động với công suất giảm, đặc biệt chú ý đến các khu vực hạn chế nơi khách hàng và nhân viên có thể tụ tập.
- Đảm bảo chỗ ngồi của khu ẩm thực được cách ly thích hợp.
- Tất cả các nhà hàng khu ẩm thực nên tuân theo các hướng dẫn tương tự được quy định cho các nhà hàng.
- Lau sạch bút viết, quầy hàng hoặc bề mặt cứng giữa khi sử dụng hoặc khách hàng.
- Thực hiện các giao thức vệ sinh toàn diện trong toàn bộ trung tâm mua sắm.
- Thường xuyên khử trùng các khu vực có điểm tiếp xúc cao trên khắp khu vực chung của trung tâm thương mại.
- Cân nhắc việc đóng cửa các khu vực vui chơi hoặc các tính năng nước nơi trẻ em có thể tụ tập và không cho

phép vệ sinh phù hợp giữa các lần sử dụng.

- Thực hiện sàng lọc triệu chứng cho nhân viên trước khi bắt đầu ca làm việc.
- Xem xét việc đăng các dấu hiệu tư vấn cho khách hàng và nhân viên về những kỳ vọng và hướng dẫn.
 - Huấn luyện tất cả nhân viên trong các hành động an toàn nêu trên.

RẠP HÁT RẠP CHIẾU PHIM



Những biện pháp phòng ngừa sau đây nên được tuân theo bởi những người đến rạp. Trong phạm vi có thể, các nhà hát nên thực hiện các biện pháp để đảm bảo rằng khách hàng có thể làm theo các hướng dẫn sau:

- Ở nhà nếu bị bệnh.
- Bảo vệ bản thân khi đến rạp hát:
 - Tránh xa các khách hàng khác ít nhất 6 feet.
 - Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn, bạn nên tránh đến rạp chiếu phim. Những người có nguy cơ mắc bệnh nặng bao gồm người lớn từ 65 tuổi trở lên và những người ở mọi lứa tuổi có tình trạng bệnh lý nghiêm trọng.
- Không chạm vào mắt, mũi hoặc miệng.
- Nếu có thể, hãy sử dụng thanh toán cảm ứng (thanh toán mà không cần chạm vào tiền, thẻ hoặc bàn phím). Nếu bạn phải trả tiền mặt, thẻ hoặc sử dụng bàn phím, hãy sử dụng chất khử trùng tay ngay sau đó.
- Sau khi rời khỏi nhà hát, sử dụng chất khử trùng tay. Khi bạn về tới nhà, hãy rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây.

Đối Với Ban Quản Trị Rạp Hát:

Bộ Dịch vụ Y tế khuyến nghị các bước bổ sung sau đây được thực hiện bởi các nhà hát:

- Duy trì khoảng cách vật lý, trong phạm vi có thể.

• Cung cấp và yêu cầu nhân viên đeo khẩu trang khi có thể.

• Cung cấp quyền sử dụng xà phòng và nước để rửa tay hoặc chất khử trùng tay chứa cồn tại các trạm xung quanh nhà hát để nhân viên và khách hàng sử dụng. Yêu cầu nhân viên thường xuyên rửa tay trong ít nhất 20 giây.

• Hoạt động với công suất giảm, đặc biệt chú ý đến các khu vực hạn chế nơi khách hàng và nhân viên có thể tụ tập.

• Xem xét lịch trình lịch chiếu so le để ngăn chặn tụ tập trong các khu vực chờ.

• Cân nhắc sắp xếp chỗ ngồi cho những người không cùng nhóm cách nhau ít nhất 6 feet khi có thể; xem xét giới hạn chỗ ngồi cho các hàng thay thế.

• Lau sạch bút viết, quầy hàng hoặc bề mặt cứng giữa khi sử dụng hoặc khách hàng.

• Thực hiện các giao thức vệ sinh toàn diện, dành thêm thời gian để vệ sinh giữa các buổi trình diễn.

• Thực hiện sàng lọc triệu chứng cho nhân viên trước khi bắt đầu ca làm việc.

• Sắp xếp các khu vực nhượng bộ và phòng nghỉ để cung cấp khoảng cách vật lý phù hợp và vệ sinh các khu vực thường xuyên giữa các lần sử dụng.

• Khu vực nhượng bộ nên:

• Rửa và vệ sinh bề mặt tiếp xúc với thực phẩm, bề mặt chuẩn bị thực phẩm và thiết bị đồ uống sau khi sử dụng.

• Tránh sử dụng hoặc chia sẻ các mặt hàng như gia vị, hộp đựng bơ, hương liệu bỏng ngô và bất kỳ thực phẩm nào khác. Thay vào đó, hãy sử dụng đồ gia vị phục vụ duy nhất và thùng rác và cửa ra vào không có cảm ứng.

• Cân nhắc việc không cung cấp rượu ngoài khu vực nhượng bộ bằng kính sạch.

• Xem xét việc đăng các dấu hiệu tư vấn cho khách hàng và nhân viên về những kỳ vọng và hướng dẫn.

- Huấn luyện tất cả nhân viên trong các hành động an toàn nêu trên.

• Đối với các rạp chiếu có dịch vụ giữ trẻ tại chỗ:

• ADHS khuyến bạn nên tránh tụ tập nếu khoảng cách vật lý ít nhất là 6 feet giữa những người không thể sống chung với nhau.

- Nếu chăm sóc trẻ tại chỗ phải được cung cấp:
- Hạn chế số lượng trẻ em để ngăn ngừa lây truyền.
- Duy trì khoảng cách vật lý.
- Thực hiện sàng lọc triệu chứng nhân viên VÀ người tham gia, đặc biệt là trẻ em không có khả năng ở cách nhau ít nhất 6 feet so với những người mà chúng không sống cùng.
- Thời gian thả và đón đáng kinh ngạc, càng nhiều càng tốt, để duy trì khoảng cách ít nhất 6 feet giữa những người không sống cùng nhau.
- Không khuyến khích việc chia sẻ các thiết bị như đồ chơi và đồ tiếp tế với những người mà họ không sống cùng.
- Yêu cầu cha mẹ cân nhắc xem con cái họ có khả năng ở cách nhau ít nhất 6 feet so với những người mà chúng không sống cùng trước khi đưa chúng đến một địa điểm công cộng.
- Thực hiện theo hướng dẫn của CDC cho các Chương trình Chăm sóc Trẻ em vẫn mở.

SÒNG BÀI CASINOS



Những biện pháp phòng ngừa sau đây nên được tuân theo bởi những người ghé thăm sòng bạc. Trong phạm vi có thể, sòng bạc nên thực hiện các biện pháp để đảm bảo rằng khách hàng có thể tuân theo các nguyên tắc sau:

- Ở nhà nếu bị bệnh.
- Bảo vệ bản thân khi đến thăm sòng bạc:
- Tránh xa các khách hàng khác ít nhất 6 feet.
- Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng cao hơn, bạn nên tránh đến các sòng bạc. Những người có nguy cơ mắc bệnh nặng bao gồm người lớn từ 65 tuổi trở lên và những người ở mọi lứa tuổi có tình trạng bệnh lý nghiêm trọng.
- Không chạm vào mắt, mũi hoặc miệng.

- Nếu có thể, hãy sử dụng thanh toán cảm ứng (thanh toán mà không cần chạm vào tiền, thẻ hoặc bàn phím). Nếu bạn phải trả tiền mặt, thẻ hoặc sử dụng bàn phím, hãy sử dụng chất khử trùng tay ngay sau đó.
- Cân nhắc sử dụng chất khử trùng tay hoặc rửa tay bằng xà phòng và nước giữa các máy đánh bạc hoặc bàn.
- Sau khi rời sòng bạc, hãy sử dụng chất khử trùng tay. Khi bạn về tới nhà, hãy rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây.

Đối Với Bàn Trò Sòng Bài:

Bộ Dịch vụ Y tế khuyến nghị các bước bổ sung sau đây được thực hiện bởi các sòng bạc:

- Duy trì khoảng cách vật lý, trong phạm vi có thể.
- Cung cấp và yêu cầu nhân viên và khách hàng đeo khẩu trang khi có thể.
- Cung cấp quyền sử dụng xà phòng và nước để rửa tay hoặc chất khử trùng tay chứa cồn tại các trạm xung quanh sòng bạc để nhân viên và khách hàng sử dụng. Yêu cầu nhân viên thường xuyên rửa tay trong ít nhất 20 giây.
- Hoạt động với công suất giảm, đặc biệt chú ý đến các khu vực hạn chế nơi khách hàng và nhân viên có thể tụ tập.
- Xem xét khoảng cách giữa các máy đánh bạc và bàn và khoảng cách giữa các ghế để cung cấp khoảng cách vật lý giữa các khách hàng.
- Lau sạch bút viết, tem, quấy, thiết bị chơi điện tử và các bề mặt cứng khác giữa người sử dụng hoặc khách hàng.
- Người chơi lô tô nên được khuyến khích mang theo tem riêng hoặc xem xét các tem sử dụng một lần.
- Thực hiện các giao thức làm sạch và vệ sinh toàn diện, tập trung vào các khu vực cảm ứng cao.
- Tất cả các máy đánh bạc, bàn và kiốt phải được làm sạch và khử trùng theo lịch trình thường xuyên.
- Cân nhắc đặt khăn lau khử trùng tại các máy đánh bạc, bàn và kiốt và khuyến khích khách hàng lau thiết bị (tay cầm, nút, khay, ghế, v.v.) trước khi bắt đầu và sau khi chơi xong.

- Thực hiện sàng lọc triệu chứng cho nhân viên trước khi bắt đầu ca làm việc.
- Xem xét việc đăng các dấu hiệu tư vấn cho khách hàng và nhân viên về những kỳ vọng và hướng dẫn.
- Các nhà hàng trong sòng bạc nên tuân theo hướng dẫn của nhà hàng được cung cấp bởi Bộ Y tế Arizona và CDC, bao gồm cả việc tránh các trường hợp khách hàng tự phục vụ thức ăn của họ.
- Nhà hát / địa điểm chiếu trong sòng bạc phải tuân theo hướng dẫn của nhà hát được cung cấp bởi Bộ Dịch vụ Y tế Arizona và CDC.
- Tiếp viên uống nước nên rửa tay sau khi lấy kính đã sử dụng và nên tránh lấy kính đã sử dụng trong khi phục vụ khách hàng.
- Huấn luyện tất cả nhân viên trong các hành động an toàn nêu trên.
- Đối với bảng Trò chơi đang hoạt động:
- Một bảng trò chơi đang hoạt động nên hoạt động giữa hai bảng kín, nếu có thể.
- Cân nhắc giới hạn số người trong một bàn, với những chỗ ngồi không có người ở giữa.
- Không cho phép khách hàng không chơi tự lại hoặc đứng tại bàn hoặc phía sau người chơi đang ngồi.
- Hạn chế chia sẻ cộng đồng hoặc chuyển các mục, chẳng hạn như chip, gạch, v.v.
- Cung cấp chất khử trùng tay trên bàn của các trò chơi xử lý bằng tay, hoặc xem xét yêu cầu người chơi và đại lý sử dụng găng tay và yêu cầu thay đổi găng tay / sử dụng chất khử trùng tay ở giữa hai tay hoặc vòng.
- Cân nhắc thay đổi thẻ và chip thường xuyên nhất có thể.
- Xem xét sàng lọc triệu chứng của các đại lý và khách hàng trước khi tham gia các trò chơi trên bàn hoạt động. Đối với bài xì phé, lô tô hoặc các phòng trò chơi cụ thể khác, hãy giới hạn sức chứa của phòng để đảm bảo khoảng cách vật lý phù hợp hoặc xem xét đóng cửa phòng để chơi game.



- Chuyên mua bán nhà, chung cư, cơ sở thương mại.
- Hướng dẫn quý khách mua được nhà tốt - giá thấp, bán nhà nhanh chóng - giá cao.
- Hướng dẫn đầu tư, giúp cho thuê và quản lý địa ốc.
- Hướng dẫn mượn tiền dễ dàng, thích hợp cho mọi hoàn cảnh.

ĐẠO ĐỨC - CHUYÊN NGHIỆP - THÀNH THẬT - KÍN ĐÁO

KIM HẠNH ĐẶNG

Cell: **678-849-6470**

Hanhtk_dang@yahoo.com

6251 A Smithpoint Dr., Peachtree Corners, GA 30092
Office: **678-291-0119** | www.AtlantaMaxim.com



Accounting profession's
highest standard of competence
A symbol of achievement
and assurance of quality

CHUYÊN NGHIỆP - UY TÍN - TẬN TÂM - KÍN ĐÁO

ARIZONA:

405 W Southern Ave, #1,
Tempe, AZ 85282

GWENNET HUYEN BUI, CPA
(602) 449-8670

CALIFORNIA:

5752 Oberlin Drive, #100,
San Diego, CA 92121

- Trả lương bổng (Payroll)
- Biên soạn kết quả và kế hoạch tài chính kết toán
(Financial statement compilation services - Tax planning)
- Thuế công ty - Thuế lợi tức - Thuế mua bán
(Properties tax - Income tax - Sales and use tax -
Transaction privilege tax - All tax matters)

- Sổ sách kế toán (Bookkeeping)
- Thiết lập công ty mới
(Business formation for all entities types)
- Thiết lập hệ thống kế toán mới (Accounting system)
- Đại diện trước sở thuế - Thương lượng nợ thuế
(Audit rep-tax resolution-offer in compromise)



Tất cả các dịch vụ về thuế và tài chính kế toán -
Giá cả phải chăng - Phương pháp mới dễ dàng và tiện lợi
Xin gọi chúng tôi để được tham khảo miễn phí
File your own tax: www.gbtaxhelp.com

VĂN PHÒNG KẾ TOÁN **Đ**ÔN NGUYỄN & ASSOCIATES INC

KINH NGHIỆM • TẬN TÂM • UY TÍN • NHANH CHÓNG

Thuế Kế Toán:

Thành Lập Công Ty LLC, Incorporated, Corporation, Partnership. Khai thuế tam cá nguyệt, lương bổng công nhân (W2), weekly, bi-weekly (payroll services). Monthly Bookkeeping, sale tax service

Di Trú:

Văn phòng nhận thành lập hồ sơ du học, làm việc, viếng thăm, Bảo lãnh thân nhân, vợ chồng, hôn thê (fiancé), anh chị em, con ruột.

*** Văn phòng có đề thi vào Quốc Tịch và bằng lái xe..**

*Là văn phòng đầu tiên thành lập Tax service
Fast refund, e-file hơn 20 năm cho cộng đồng
người Việt Arizona.*

INCOME TAX SERVICES

PHONE: 602.246.9595 — FAX: 602.589.6198

4820 N. 35TH AVENUE — PHOENIX, AZ 85017

***Văn phòng mở cửa 5 ngày trong tuần từ Thứ 6 from 9:00a.m - 6:00p.m
Tax scason 7 ngày trong tuần từ 9:00 a.m to 8:00 p.m***

26 THINGS TO DO AT HOME WITH KIDS DURING THE COVID-19 OUTBREAK

By Megan Johnson

With schools closing across the country in lieu of the COVID-19 pandemic, we find ourselves in a strange situation. As parents, we're usually prepared for the occasional snow day and summer breaks, with childcare and camps rearranged in advance. But the indefinite closure of schools and non-essential businesses is causing some stress among parents. That's why we've come up with a list of the best ways to ease the stress and chaos that comes with social distancing.

1. Maintain a Structured Schedule

Your kids are used to structure at school, so try to maintain a loose schedule each day. Keep the mornings the same as if they were going to school, then arrange some plans for the rest of day. Jessica McHale Photography produced a perfect schedule to help those who are slightly at a loss for where to start. Remember: this is not a snow day, nor is it a vacation.

2. Use Online Educational Resources

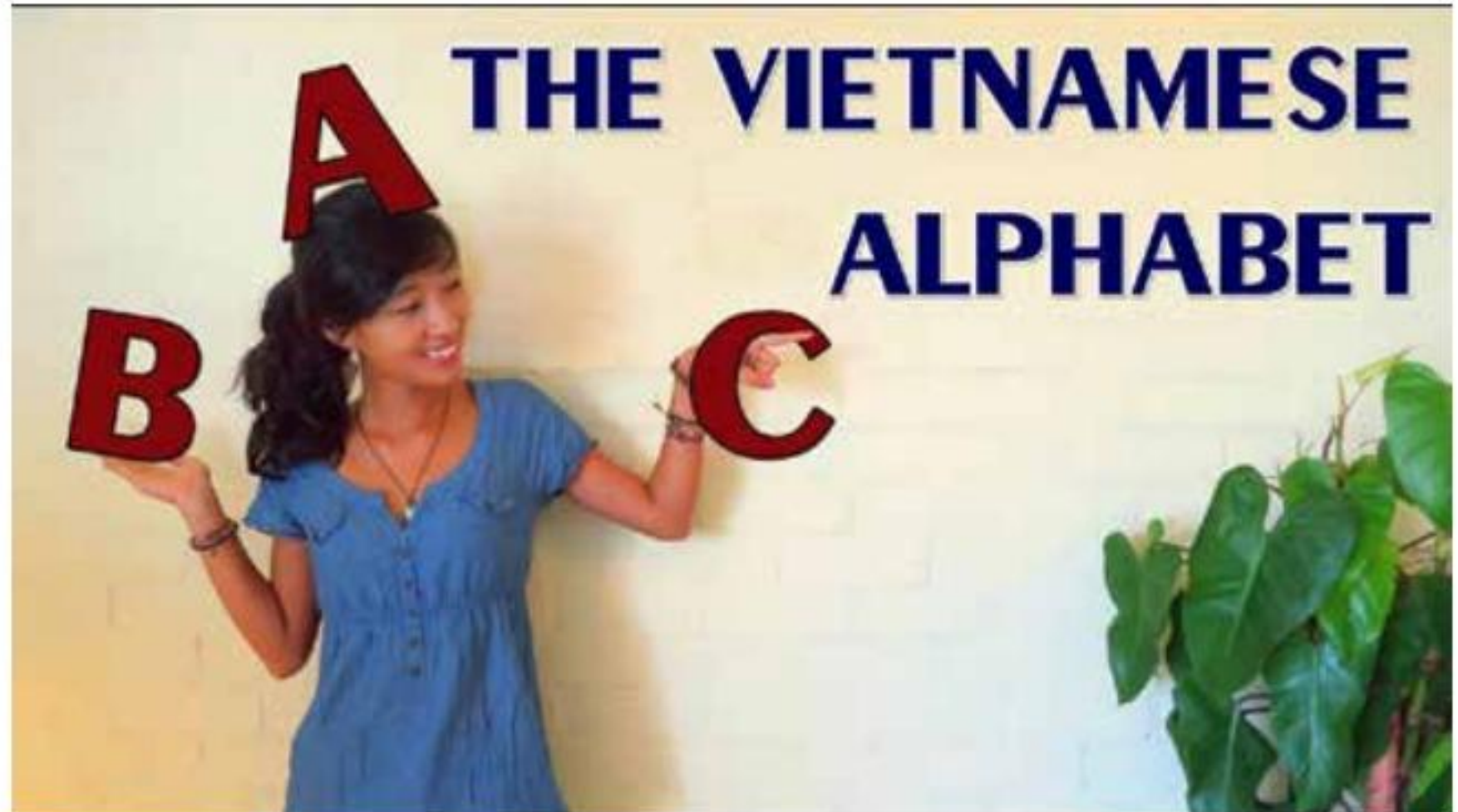
Some schools are providing resources for parents, but others aren't. Luckily, there are a ton of great resources online. Amazing Educational Resources has laid out some of the best, and is updating their lesson plans regularly, and Scholastic has fantastic online classes targeted at specific age groups starting at pre-K.

3. Learn a New Language

Use this time to learn a new language with your kids (and then plan to visit a destination where you can practice your new skills once it's safe to travel again!). Rosetta Stone is completely online-based with 24 languages from which to choose. Duolingo is also online and is a free service.

4. Teach Your Kids Life Skills

Some of the best lessons in life are learned outside of the classroom. Why not use this time to teach the kids how



to change a tire or do a load of laundry? You could also teach your own etiquette class, demonstrating the proper manners to use on everything from receiving an event invitation to dining at a restaurant.

5. "Visit" Iconic Landmarks

You may have had to cancel a trip, but that doesn't mean you can't experience the world from your home. It can be as simple as using Google maps to "walk" around neighborhoods throughout the world. Trafalgar Square, anyone? Or maybe the Great Wall of China? Great Sphinx in Egypt? Yellowstone National

Park and Colonial Williamsburg also offer virtual tours!

6. Virtually Tour a National Park

It's not nearly as rewarding as visiting in real life, but virtually touring a national park is a fun way to pass the time—and a great way to help you and the kids choose your next national park vacation. You can virtually tour Yellowstone National Park, Hawaii Volcanoes National Park, Dry Tortugas National Park in Florida, Bryce Canyon National Park in Utah, Carlsbad Caverns National Park in New Mexico, and Kenai Fjords National Park in Alaska.

7. Take a Virtual Museum Tour

Several museums offer online tours, including the Smithsonian National Museum of Natural History in Washington, D.C.; The National Baseball Hall of Fame and Museum in Cooperstown, New York; The British Museum and The National History Museum in London; The Van Gogh Museum in Amsterdam; and The Louvre in Paris.

8. Go on a Digital Safari

Explore.org has loads of wildlife webcams. (As I was researching, I was distracted for a solid 10 minutes staring at giraffes eating, a family of zebras drinking, and fish swimming in a coral reef at an aquarium.) The site also offers videos about various animals when the animals aren't in front of the cameras. Zoos such as the San Diego Zoo and Memphis Zoo also have live webcams, and the Cincinnati Zoo is now offering a series of Home Safari Facebook Live sessions at 3 p.m. ET on weekdays.

9. Check Out Virtual Rides at Disney Parks

Go on a virtual ride at Disney World, Disneyland and beyond! Head to YouTube for "rides" on Space Mountain, Mickey and Minnie's Runaway Railway, and more.

10. Take a College Tour

Do you have a high schooler who has started to look at colleges? Several colleges have online tours. Sit them down with the website and a college guide book to start narrowing down their choices.

11. Break Out the Board Games



There's never been a better time to break out Monopoly and Scrabble! Looking for some new board games to add to your collection? These are the year's best family board games.

12. Catch Up on Movies and TV Shows

While we encourage you to continue educating your kids, it's also a great time to take advantage of no play dates, no parties, no extra-curricular activities, and just chill. Check out our suggestions for some of the best family TV shows to watch right now. Between Disney+, Netflix, Hulu, and Amazon Prime, and with early released films for both young kids and older kids and adults, the options are endless.

13. See a Broadway Show

Broadway has gone dark, but that doesn't mean you can't see a live show! Amazon Prime Video and Vudu offer select shows, and Broadway HD offers all of the classics. Film adaptations of musicals, such as Shrek the Musical and Jersey Boys, can also be streamed on select platforms.

14. Have a Virtual Movie Party

Did you know Netflix has a service called Netflix Party? A Chrome extension for desktop and laptop computers, Netflix Party allows you to watch movies and enjoy a group chat with friends and family.

15. Discover Your Family's History

Ancestry.com always starts with a free trial, so now may be the perfect time to sign up. Your kids will be amazed to see their grandparents' and great grandparents' names listed on the old censuses, and who knows what else you might discover?! You can also tour Ellis Island and get an idea of how your ancestors may have arrived in the US.

16. Read



Take advantage of the downtime and read some new books. Slot some family reading time into your schedule; if you have kids who aren't quite ready for chapter books, pick a series to start

together as a family. Harry Potter is always a favorite, and if you don't want to read aloud, Audible has thousands of books to choose from (including the entire Harry Potter series)! With a Kindle, you can download books in an instant and get started immediately!

17. Get Moving

While social distancing means avoiding large crowds, it doesn't mean you can't get outside. Head to a local trail for a walk, or just let the kids run around in your backyard. If it's too cold or rainy, there are loads of online exercise videos to try. The GoNoodle App uses screen time to create move time. Amazon Prime has plenty of videos as well, like Cosmic Kids Yoga Adventures and Musical PE for You and Me. Speaking of music, a dance party is a great way to get kids moving, too. Ask Alexa (or whatever you use for music) to play some dance music, and have everyone in the family show off their best moves!

18. Play with Arts and Crafts



Time to take out the art supplies or that handprint mold grandma gave the kids for Christmas! It can be as basic as crayons, paint, and paper, or something a little more involved like this Grow and Glow Terrarium kit or this make-your-own-wind-chime-kit. It may be time to break out a sensory table for the younger kids if finger painting gets tiring.

19. Start a Band

Creating music is also a great way for kids to get their creative juices flowing. Musical instrument sets allow them to discover several types of instruments, or if you've got a real performer, a keyboard with a microphone may just be the start of their musical career.

20. Try a New Recipe



With restaurants closing, you may get sick of cooking, so why not take this time to teach your kids how to cook and bake? You can teach them some family recipes, or have older kids try a new recipe from a kids' cookbook.

21. Try a Science Experiment

Ever try taping two soda bottles together, one with dyed water in it, turning the one with the water upside down, and shaking it in a circular motion to create a whirlpool? There are tons of science experiments for kids. Science Buddies has some great ideas online.

22. Clean/Organize/Rearrange

If your kid has been bugging you to rearrange his/her room, now is the time to let them do it. Stores such as Amazon, Target and Walmart have everything you need for a room makeover, and everything can be shipped straight to your door! It can be as simple as picking out some new curtains, an area rug, lamp, or some other new accessories to freshen up a room. If you've been putting off organizing your toddler's bedroom or playroom, have them help. Let them decide where things go, what gets put away and what stays out on display. Find some cute storage bins and start organizing away!

23. Build Your Bucket List

Since you're probably not traveling during the COVID-19 outbreak, why not use this time to build your bucket list? Get started with our bucket list picks for national parks, theme parks, all-inclusive resorts and beyond.

24. Organize a Neighborhood Scavenger Hunt

Plan a scavenger hunt in your own home, or better yet, organize a neighborhood-wide scavenger hunt. Many U.S. communities have organized teddy bear scavenger hunts, placing teddy bears in their windows for children to spot as they walk or ride by.

25. Play Video Games as a Family



Want to be the coolest parents ever? Challenge your kids to a video game! These are our favorite multiplayer video games for families.

26. Don't Forget About You

While it's important to make sure your kids are getting the structure, stimulus and support they need (as well as reassurance that everything will be okay), you can't forget about taking care of yourself and the other adults in the house.

If you're working from home, create a space where you can get your work done. If you don't have an extra room with a door, try a room divider, or hang up a sheet for privacy. Make sure your kids know you need some quiet time to get work done, then break out your noise-canceling headphones so you can concentrate without distraction.

Also make sure everyone in the house has some time to themselves. Being in close quarters with family for an undetermined amount of time can be trying on everyone. Even if it's something as simple as taking a long bath (with the right bubble bath, of course) or shower, take time to relax and breathe. We're all going to get through this!

(Source: FamilyVacationCritic.Com)



www.northphoenixinternalmedicine.com

NORTH PHOENIX INTERNAL MEDICINE



Lien Le, FNP-BC
Y tá sĩ



Phuc Pham, M.D.
Bác sĩ



W. Kent Brubaker, M.D.
Bác sĩ



Kim Vu, P.A.-C
Y sĩ

● Kinh Nghiệm ● Thông Thạo Việt Ngữ ● Tận Tâm ● Chu Đáo

ĐẶC BIỆT

Dịch vụ thẩm mỹ tiêm
chích Botox, Dysport,
Juvederm, Restylane.

Chích thuốc mọc tóc Platelet Rich
Plasma (PRP) therapy

**TƯ VẤN THẨM MỸ VỚI LIÊN LÊ
HOÀN TOÀN MIỄN PHÍ!!!**

- Chuyên khoa nội thương tổng quát, trị bệnh người lớn và trẻ em trên 12 tuổi và tiểu giải phẫu
- Theo dõi và điều trị các bệnh cảm, ho, sổ mũi, viêm phổi, viêm xoan, viêm dạ dày, nhiễm trùng đường tiểu, cao máu, cao mỡ, cao huyết áp, suyễn, dị ứng.
- Chuyên về khám tổng quát và phụ khoa cho phụ nữ khám định kỳ, trị điều hòa kinh nguyệt

1747 EAST MORTEN ROAD SUITE #303, PHOENIX, AZ 85020

Điện Thoại Tiếng Việt:

602-589-6483

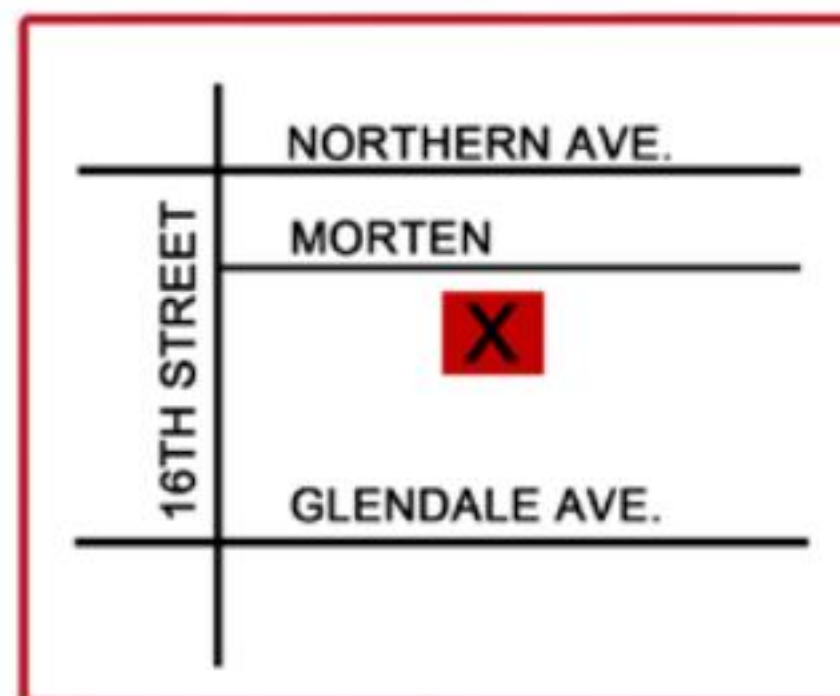
Văn phòng có thử máu và nước tiểu; có kết quả nước tiểu liền tại chỗ. Nhân viên thông tiếng Việt. Nhận hầu hết các bảo hiểm, Medicare và Mercycare.

GIỜ MỞ CỬA:

MON-THU: 7:30AM- 5:00PM

FRI: 7:30AM- 4:00PM

Closed on Saturday & Sunday



Office: 602.589.0370
Fax: 602.589.0650

CÁC CHI TIẾT VỀ VIỆC TRÁNH LÂY NHIỄM VIRUS COVID-19

By Đại học Johns Hopkins



* Virus không phải là một sinh vật sống, mà là một phân tử protein (DNA) được bao phủ bởi một lớp lipid bảo vệ (chất béo), khi được hấp thụ bởi các tế bào của niêm mạc mắt, mũi hoặc buccal, làm thay đổi mã di truyền (đột biến) và chuyển đổi chúng thành các tế bào xâm lược và nhân.

* Vì virus không phải là một sinh vật sống mà là một phân tử protein, nó không bị giết mà tự phân rã. Thời gian phân rã phụ thuộc vào nhiệt độ, độ ẩm và loại vật liệu nơi nó nằm.

* Virus rất dễ vỡ; điều duy nhất bảo vệ nó là một lớp mỡ mỏng bên ngoài. Đó là lý do tại sao bất kỳ xà phòng hoặc chất tẩy rửa là phương thuốc tốt nhất, bởi vì bọt CUTS the FAT (đó là lý do tại sao bạn phải chà xát quá nhiều: trong 20 giây trở lên, để tạo ra nhiều bọt). Bằng cách hòa tan lớp chất béo, phân tử protein tự phân tán và tự phân hủy.

* NHIỆT làm tan mỡ. Đây là lý do tại sao nó rất tốt để sử dụng nước trên 25 độ C để rửa tay, quần áo và mọi thứ. Ngoài ra, nước nóng tạo ra nhiều bọt hơn và điều đó càng hữu ích hơn.

* Rượu hoặc bất kỳ hỗn hợp nào có cồn trên 65% DISSOLVES BẤT KỲ FAT NÀO, đặc biệt là lớp lipid bên ngoài của virus.

* Bất kỳ hỗn hợp nào với 1 phần thuốc tẩy và 5 phần nước hòa tan trực tiếp protein, phá vỡ nó từ bên trong.

* Nước có oxy giúp giữ lâu sau xà phòng, rượu và clo, vì peroxide hòa tan protein virus, nhưng bạn phải sử dụng nó nguyên chất và nó sẽ làm tổn thương làn da của bạn.

* KHÔNG DÙNG BACTERICIDE. Virus không phải là một sinh vật sống như vi khuẩn nên Bactericide không thể giết chết những gì không còn tồn tại với anthobamel, nhưng nó nhanh chóng làm tan rã cấu trúc của nó với mọi thứ đã nói ở trên. (Ghi chú của VL: Câu này không rõ ràng, thật khó hiểu!)

* KHÔNG BAO GIỜ lặc rũ quần áo, tắm ga giường hoặc vải đã sử dụng hoặc chưa sử dụng. Trong khi nó được dán vào một bề mặt xốp, nó rất trơ và tan rã chỉ trong khoảng 3 giờ (vải và xốp), 4 giờ (đồng, vì nó có tính sát trùng tự nhiên và gỗ, vì nó loại bỏ tất cả độ ẩm và không để nó bốc ra và tan rã), 24 giờ (bìa cứng), 42 giờ (kim loại) và 72 giờ (nhựa). Nhưng nếu bạn lặc nó hoặc sử dụng khăn lau lông vũ, các phân tử virus trôi nổi trong không khí tới 3 giờ và có thể đọng lại trong mũi bạn.

* Các phân tử virus vẫn rất ổn định trong cái lạnh bên ngoài, hoặc nhân tạo như máy điều hòa không khí trong nhà và xe hơi. Chúng cũng cần độ ẩm để ổn định, và đặc biệt là bóng tối. Do đó, môi trường hút ẩm, khô, ẩm và sáng sẽ làm suy giảm nó nhanh hơn.

* UV LIGHT trên bất kỳ vật thể nào có thể chứa nó sẽ phá vỡ protein của virus. Ví dụ, để khử trùng và tái sử dụng mặt nạ là hoàn hảo. Hãy cẩn thận, nó cũng phá vỡ collagen (vốn là protein) trong da, cuối cùng gây ra nếp nhăn và ung thư da.

* Virus KHÔNG THỂ đi qua làn da khỏe mạnh.

* Giấm KHÔNG hữu ích vì nó không phá vỡ lớp mỡ bảo vệ.

* SPIRITS, VODKA, KHÔNG CÓ TÁC DỤNG. Vodka mạnh nhất là 40% cồn, nhưng bạn cần 65% cồn.

* LISTERINE TRỊ NÓ! Đó là cồn 65%.

* Không gian càng bị giới hạn, càng có nhiều nồng độ của virus. Vậy nên càng mở rộng hoặc thông gió tự nhiên thì càng tốt.

* Đây là lời khuyên rất cẩu: bạn phải rửa tay trước và sau khi chạm vào niêm mạc, thực phẩm, khóa, núm, công tắc, điều khiển từ xa, điện thoại di động, đồng hồ, máy tính, bàn, TV, sau khi sử dụng nhà vệ sinh, v.v...

* Bạn phải HUMIDIFY TAY KHÔ từ việc rửa tay thật nhiều, bởi vì các phân tử có thể ẩn trong các vết nứt nhỏ. Kem dưỡng ẩm càng dày thì càng tốt.

* Đồng thời giữ NAILS SHORT (móng tay ngắn) của bạn ngắn để virus không ẩn ở đó.

(Nguồn: Johns Hopkins University_Vĩnh Liêm sưu tầm & edited_ May 30, 2020)

Hi-TECH

DENTISTRY

Nha Sĩ Allan T. Nguyen

480-962-1550



Nha Khoa Tổng Quát - Thẩm Mỹ - Trẻ Em

- Khám răng, trám răng, nhổ răng, bọc răng, tẩy trắng răng, làm răng giả đủ loại.
- Có chương trình trả góp không tiền lãi với Care Credit.
- Nhận tất cả các loại bảo hiểm PPO & AHCCCS.

Giờ làm việc:

Thứ Hai, Thứ Tư, Thứ Năm & Thứ Sáu: 9am - 6pm
alternate Thứ Bảy & Chủ Nhật: 9am - 3pm (by appointment)

Văn phòng đóng cửa *Thứ Ba*

66 S. Dobson Road #144 Mesa, AZ 85202

(Trong khu MEKONG PLAZA)

20% OFF

Quý vị cao niên,
học sinh &
không có bảo hiểm

Khởi nguồn của những nụ cười duyên dáng

THÔNG TIN MỚI VỀ CUỘC TỔNG ĐIỀU TRA DÂN SỐ HOA KỲ 2020



60% hộ gia đình tại Hoa Kỳ đã chọn cách trả lời trên mạng để trả lời Thống Kê Dân Số 2020

Vẫn chưa quá muộn đâu. Vẫn còn thời gian để điền Thống Kê Dân Số 2020 trên mạng, qua điện thoại hoặc qua thư!

Thống Kê Dân Số 2020 đang diễn ra đúng tiến độ với hơn 60 phần trăm các hộ gia đình tại Hoa Kỳ đã trả lời bản câu hỏi trắc nghiệm – đó là gần 89 triệu lượt trả lời. Các nỗ lực đang được thực hiện để có được việc đếm chính xác các cộng đồng đa dạng của đất nước của chúng ta.

Theo báo cáo của Cục Thống Kê Dân Số, cứ mỗi 5 hộ gia đình đã trả lời thống kê thì có 4 hộ gia đình chọn cách trả lời trên mạng tại **2020census.gov**.

“Xin cảm ơn nước Mỹ vì đã giúp chúng tôi giữ đúng tiến độ. Tuy nhiên, chúng tôi vẫn chưa làm xong. Ngay bây giờ, chúng tôi cần sự giúp đỡ của quý vị để đạt được mục đích cuối cùng là đếm tất cả mọi người tại Hoa Kỳ”, Giám đốc của Cục Thống Kê Dân Số - ông Steven Dillingham phát biểu trong một đoạn video để gửi tới toàn thể quốc gia.

Đa số các hộ gia đình đã bắt đầu nhận thư mời qua đường bưu điện trong tháng Ba để trả lời Thống Kê Dân Số 2020. Tiếp theo sau đó là một vài thư nhắc nhở và một bản câu hỏi trắc nghiệm bằng giấy. Vào tháng Tám, các nhân viên kiểm đếm

sẽ bắt đầu ghé đến các hộ gia đình chưa trả lời Thống Kê Dân Số 2020. Cục Thống Kê Dân Số đã nối lại các hoạt động thực địa tại một số khu vực nhất định từ đầu tháng Năm, trong khi vẫn lưu ý đến sức khỏe và sự an toàn của nhân viên của họ và công chúng. Tất cả các nhân viên khi quay trở lại làm việc sẽ được đào tạo về các quy tắc về cách ly xã hội và nhận các thiết bị bảo hộ cá nhân.

“Trả lời Thống Kê Dân Số 2020 là một việc mà quý vị có thể làm an toàn tại nhà và thực hiện việc cách ly xã hội,” ông Dillingham nói. Quý vị có thể xem toàn bộ bài phát biểu của ông Dillingham trong đoạn video này.

Bản đồ về tỉ lệ trả lời trên mạng của Cục Thống Kê Dân Số cho biết tỉ lệ trả lời theo tiểu bang, thành phố và các vùng thống kê. Tính đến ngày 25 tháng 05, năm 2020:

- Thành phố Madison, tiểu bang Wisconsin là thành phố có tỉ lệ trả lời trên mạng cao nhất.
- Trong tất cả các tiểu bang, tiểu bang Minnesota và Utah có tỉ lệ trả lời trên mạng cao nhất.

10 tiểu bang với tỉ lệ tự trả lời cao nhất là:

1. Minnesota – 70.0%
2. Wisconsin – 67.4%
3. Iowa – 66.9%
4. Michigan – 66.7%
5. Nebraska – 66.5%
6. Washington – 65.4%
7. Ohio – 65.3%
8. Illinois – 65.2%
8. Virginia – 65.2%
9. Indiana – 64.9%

10 thành phố/đô thị có dân số từ 250,000 người trở lên với tỉ lệ tự trả lời cao nhất là:

1. Lincoln, Neb. – 72.8%
2. Louisville/Jefferson County Metro, Ky. – 71.6%
3. Madison, Wis. – 70.6%
4. Seattle, Wash. – 69.8%
5. Henderson, Nev. – 69.3%
6. St. Paul, Minn. – 69.2%
7. San Jose, Calif. – 68.5%
8. Portland, Ore. – 67.8%
9. Virginia Beach, Va. – 67.6%
9. Minneapolis, Minn. – 67.6%
9. Colorado Springs, Colo. – 67.6%

Cục Thống Kê Dân Số khuyến khích mạnh mẽ người dân nên trả lời trên mạng qua trang nhà: **2020census.gov**. Các hộ gia đình có thể trả lời trên mạng, hoặc qua điện thoại bằng tiếng Anh hoặc bằng 12 ngôn ngữ khác. Các hộ gia đình cũng có thể trả lời qua thư bằng cách sử dụng bản câu hỏi trắc nghiệm bằng giấy đã được gửi đến các địa chỉ chưa có trả lời thống kê. Để xem cột mốc thời gian đã được chỉnh sửa cho thống kê dân số, xin vui lòng ghé vào trang các điều chỉnh về hoạt động của Thống Kê Dân Số 2020.



LUẬT SƯ PHẠM VIỆT ÁNH

ATTORNEY AT LAW



2013A West Bethany Home Rd. Phoenix, AZ 85015
Office Manager, Hoàng Giang
623-707-6898



Luật sư thực thụ Tòa án California, Arizona, và tòa án liên bang Hoa Kỳ
Đã hành nghề luật sư ở California 22 năm qua
Tiến sĩ Luật khoa (Juris Doctor) từ trường Western State University School of Law
Đại học Luật khoa Huế, Việt Nam trước năm 1975

Hãy gọi tham khảo trực tiếp với Luật sư, hoàn toàn miễn phí:

714-713-5953

CHUYÊN: THƯƠNG TÍCH CÁ NHÂN, TAI NẠN XE CỘ, BẤT CẦN Y TẾ

Luật Di Trú:

- Bảo lãnh vợ chồng, fiancée, cha mẹ, anh em, du học sinh,
- Xin thẻ xanh, thi Quốc tịch
- Điều chỉnh từ diện du học hay du lịch qua quy chế thường trú nhân (thẻ xanh)

Luật Thương Mại:

- Thành lập Corporation, Limited Liability Company,
- Giúp duyệt xét hay soạn thảo hợp đồng thương mại, mua bán business

Đặc biệt:

- Lập Di Chúc (Will) và Tín Quỹ (Living Trust)
- Hoạch định di sản (Estate Planning)
- Thủ tục thanh lý tài sản người quá cố tại tòa án (Probate)



BẢO HIỂM BỒI THƯỜNG (WORKER'S COMP) CHO NGƯỜI LAO ĐỘNG LÀ GÌ?



Juliette Lac



Là một chủ doanh nghiệp, bạn được yêu cầu (theo luật tiểu bang) là phải chăm sóc nơi làm việc của bạn để đảm bảo là an toàn cho nhân viên của bạn.

Tai nạn lao động tại nơi làm việc có thể xảy ra bất cứ lúc nào.

Khi tai nạn lao động xảy ra, Bảo hiểm bồi thường cho người lao động có thể đảm bảo rằng các nhân viên bị thương tích và bệnh tật nhận được sự chăm sóc y tế mà họ cần — cũng như thay thế tiền lương trong khi họ không thể quay lại làm việc. Bảo hiểm bồi thường cho người lao động sẽ bù đắp bất kể người nào bị lỗi, cho dù đó là một nhân viên, các nhà tuyển dụng, đồng nghiệp, hoặc thậm chí khách hàng. Để đổi lại những lợi ích được đảm bảo này, nhân viên sẽ hạn chế quyền khởi kiện chủ nhân vì những thiệt hại đối với những chấn thương đó.

Bảo hiểm bồi thường cho người lao động là một chương trình quy định của tiểu bang, do đó các đạo luật trong mỗi tiểu bang xác định những loại thương tích và bệnh được bồi thường, cũng như làm thế nào những vấn đề này sẽ được đánh giá hoặc ước tính bản chất, làm thế nào là để nhận được sự chăm sóc y tế mà họ cần, và số tiền của các lợi ích một nhân viên thể nhận được.

Tại sao các chủ doanh nghiệp cần Bảo hiểm bồi thường cho người lao động?

Điều quan trọng là phải kiểm tra xem Bảo hiểm bồi thường cho người lao động có bắt buộc trong tiểu bang của bạn hay không. Nếu như chủ doanh nghiệp không có bảo hiểm bồi thường cho công nhân hoặc không đáp ứng các quy định của tiểu bang có thể khiến các chủ doanh nghiệp không chỉ phải trả

những khoản trợ cấp này mà còn phải trả tiền phạt do tiểu bang áp dụng.

Những ai được yêu cầu phải có chính sách bồi thường cho công nhân?

Không phải tất cả các chủ doanh nghiệp đều phải mua bảo hiểm Bồi thường cho công nhân. Luật pháp của tiểu bang khác nhau, nhưng nhìn chung, người sử dụng lao động có trách nhiệm cung cấp bảo hiểm phụ thuộc vào số lượng nhân viên, loại hình kinh doanh và loại công việc. Ngoài ra, các tiểu bang có thể loại trừ một số loại công nhân. Những loại trừ này có thể bao gồm công nhân nông trại, nhân viên trong nước và lao động thời vụ hoặc lao động phổ thông. Nếu bạn là chủ sở hữu duy nhất (sole proprietor), chính sách bồi thường của công nhân có thể là tùy chọn cho đến khi bạn có nhân viên cũng là chủ sở hữu duy nhất. Ở một số tiểu bang, chủ doanh nghiệp, các thành viên gia đình như cha mẹ, vợ hoặc chồng và con cái làm việc cho doanh nghiệp có thể không yêu cầu bảo hiểm.

Để xác nhận xem bạn có tuân theo các yêu cầu này hay không, hãy tìm đến những văn phòng Bảo hiểm bồi thường cho người lao động ở tiểu bang của bạn từ danh sách **"Division of Federal Employees' Compensation (DFEC)"** do Bộ Lao động Hoa Kỳ cung cấp.

ARIZONA

Industrial Commission of Arizona
Claims Division
800 West Washington Street
Phoenix, AZ 85007
(602) 542-4661

CALIFORNIA

Department of Industrial Relations
Division of Workers' Compensation
455 Golden Gate Avenue, 2nd Floor
San Francisco, CA 94102-7014
(415) 703-5020 or (800) 736-7401

Mua Bảo hiểm bồi thường cho người lao động Ở đâu?

Trong hầu hết các trường hợp, Bảo hiểm bồi thường cho người lao động được mua riêng từ chính sách bảo hiểm kinh doanh (Business Owner's Policy) của bạn. Mỗi tiểu bang xác định liệu Bảo hiểm bồi thường của người lao động được cung cấp bởi các công ty bảo hiểm tư nhân hoặc bởi chính phủ tiểu bang (hoặc cả hai). Nếu ở các tiểu bang có chương trình bảo hiểm tư nhân, thì quỹ nhà nước (state fund) có thể phục vụ như là phương sách cuối cùng cho các doanh nghiệp nào không thể mua được bảo hiểm từ một công ty bảo hiểm tư nhân.

Nếu tiểu bang của bạn cho phép mua bảo hiểm từ các công ty bảo hiểm tư nhân, hãy tìm những công ty bảo hiểm được xếp hạng hàng đầu (top-rated carriers) có kiến thức làm việc về bảo hiểm bồi thường cho công nhân, kinh nghiệm xử lý khiếu nại, và bảo hiểm cụ thể (specific coverage) mà bạn cần cho doanh nghiệp của mình. Các nhà môi giới bảo hiểm (Insurance Agents) có thể giúp đỡ bằng cách kiểm tra với nhiều công ty bảo hiểm tư nhân để tìm mức giá tốt nhất cho bạn.

Lệ phí Bảo hiểm bồi thường cho người lao động như thế nào?

Lệ phí bảo hiểm bồi thường cho người lao động được tính dựa trên mã phân loại công nghiệp và bảng lương (industry classification code and payroll) của doanh nghiệp bạn. Lệ phí bảo hiểm cho những gì được coi là hoạt động nguy hiểm có thể cao hơn. Các yếu tố khác bao gồm vị trí và lịch sử khiếu nại của doanh nghiệp bạn so với các doanh nghiệp khác trong ngành.

JLAC Insurance & Consulting Services

hợp tác với nhiều công ty bảo hiểm tư nhân hàng đầu có thể giúp trả lời các câu hỏi của bạn về worker's comp, bảo hiểm y tế, 401 (k) và hơn thế nữa. Tất cả các câu hỏi hoặc yêu cầu xin liên lạc Juliette Lac ở số điện thoại 714-421-8567 hoặc gửi email đến jlac7775@gmail.com.

JLAC INSURANCE & CONSULTING SERVICES



CÁC DỊCH VỤ XÃ HỘI

- Giúp xin trợ cấp xã hội: SNAP (Foodstamp), AHCCCS (Medicaid), SSI (Tiền Già), SSA (Tiền Hưu Trí), Medicare Phần A/B/C/D.
- Giúp xin thẻ xanh, nhập quốc tịch, re-entry permit, gia hạn hộ chiếu (renew passport)
- Giúp thành lập công ty LLC & Corporation, Tax ID Number (EIN), Fictitious Business Name (DBA)
- Thông dịch Anh-Việt, giấy tờ linh tinh

CÁC LOẠI BẢO HIỂM

- Xe, Nhà, Thương Mại, Special Events, Equestrian, Farm
- Bảo Hiểm Y Tế Du Lịch (International)
- Bảo hiểm Nhân Thọ, Hậu Sự
- Bảo Hiểm Medicare (Phần C & D, Supplement)



JULIETTE LAC

714-421-8567

602-688-2444 Office

www.jlac-insurance.com

Licensed in AZ, CA & TX

We are recruiting agents in all states.

CHÚNG TÔI CÓ TỔ CHỨC CÁC LỚP THUYẾT TRÌNH TÌM HIỂU VỀ MEDICARE MỖI TUẦN, XIN VUI LÒNG GỌI ĐỂ ĐƯỢC LỊCH TRÌNH LỚP HỌC.



- Các món ăn chơi ngon lạ, hấp dẫn: Phở lẩu bò, v.v...
- Nhận đặt tiệc Party Chay và Mặn. Delivery và set up (nếu ở vùng East Valley).
- Các món ăn sẽ do Cô Khánh, đầu bếp nhiều năm kinh nghiệm đứng nấu, đảm bảo sẽ làm vừa lòng quý khách.
- Nơi lý tưởng họp mặt gia đình, tổ chức party.



Ốc hương canada sốt trứng muối

Ốc hương island hấp xả

Ốc hương hấp xả

Ốc leo xào dưa

Sò huyết chấy tỏi

Bún đậu mắm tôm

Cuối tuần, chúng tôi có nhiều món lẩu gia đình:

- Lẩu Canh Chua & Cá Kho Tộ
- Lẩu Thái
- Lẩu Cua Đổng
- Lẩu Dê
- Bò Nê

Business Hours

Monday - Tuesday: 10:00AM-9:00PM
Wednesday: closed
Thursday - Friday: 10:00AM-9:00PM
Saturday: 9:00AM-10:00PM
Sunday: 9:00AM-9:00PM

HIỆN CHÚNG TÔI ĐANG CẦN TUYỂN NHÂN VIÊN PHỤ BẾP. XIN LIÊN LẠC ĐỂ BIẾT THÊM CHI TIẾT.

3002 N. ARIZONA AVE., SUITE #1. CHANDLER, AZ 85225

(Góc Tây Bắc đường Arizona Ave & đường Elliot, thành phố Chandler)

480-219-9696 | 480 295-2707



LỐI SỐNG, ĂN UỐNG và SỨC KHOẺ

1- Tổng Quan

Người Mỹ có câu "You are what you eat", với ẩn ý rằng, "việc thay đổi ăn uống sẽ làm thay đổi cuộc sống của bạn". Thật vậy, nếu bạn chỉ ăn những thực phẩm không lành mạnh thì cuối cùng cơ thể sẽ bị bệnh tật. Tuy nhiên, việc chọn lọc thực phẩm tốt thôi thì không đủ mà đôi khi thời điểm ăn uống cũng góp phần thay đổi sức khỏe của bạn.

Thói quen ăn uống là nhân tố quan trọng ảnh hưởng tới sức khỏe. Ở đây ta nói đến bị cao huyết áp do ăn uống, đặc biệt là những người tăng huyết áp do di truyền thì chế độ ăn uống càng có ảnh hưởng lớn. Dưới đây là những điều quan trọng liên quan tới thói quen ăn uống, cũng như các vấn đề then chốt phải tuân theo để giữ gìn sức khỏe lâu dài.

2- Chế độ ăn uống

Tăng huyết áp không phải là bệnh mà là một hội chứng do nhiều nguyên nhân gây ra, đặc biệt còn có thể đơn thuần do ăn uống ở một số người quá thừa protein, ăn quá nhiều mỡ động vật, ăn uống các chất quá dư thừa, cơ thể ít vận động, người béo phì. Nói chung người bị tăng huyết áp cần phải tìm và chữa nguyên nhân là chính, nhưng việc ăn uống kiêng khem cũng là điều quan trọng, một số điều cần chú ý:



B/s Lê Ánh

Vài dòng giới thiệu tác giả

Bác sĩ Lê Ánh là hội viên HỘI Á MỸ CAO NIÊN ARIZONA (Arizona Asian American Seniors Association - viết tắt là AAASA), phụ trách trong Ban Cố Vấn và Giám Sát của Hội. Ông phụ trách mục Y HỌC THƯỜNG THỨC tại các buổi họp của HỘI Á MỸ CAO NIÊN ARIZONA, chia sẻ những hiểu biết về y học với những anh chị cao niên trong các buổi họp của Hội, giúp các thành viên hiểu biết những yếu tố cần thiết để PHÒNG BỆNH và SỐNG KHỎE. Ông là thành viên của www.ninh-hoa.com từ hơn một thập niên qua, đã đăng tải nhiều bài viết với nhiều thể loại như: Ký sự, Du Lịch, Hồi ký, Kiến Thức Y học và Y tế Thường thức, v.v. viết những đề tài về y học, phổ biến những bệnh thường gặp, để độc giả HIỂU BỆNH và PHÒNG NGỪA BỆNH. Nay Bác sĩ xin góp mặt với nguyệt san Việt Lifestyles và phụ trách mục Y HỌC và ĐỜI SỐNG mỗi tháng.

- Đã xuất bản Hồi ký tập 1 "Từ HÒN KHÓI, Tôi Đi ..."
- Sẽ ra mắt "CẨM NANG Y HỌC" và Hồi Kỳ tập 2.

Đối với chất đạm (protein): Cần hạn chế không ăn nhiều, có thể ăn 0,5-1g/kg trọng lượng cơ thể người bình thường (50kg), tương đương nửa lạng thịt trong ngày để duy trì tình trạng sức khỏe bình thường.

Nên chọn loại thịt trắng (gà, vịt...) tốt hơn là các loại thịt đỏ (trâu, bò...). Không nên ăn các loại thịt tẩm ướp nhiều gia vị như Lạp Xưởng, xúc xích, dăm bông,... Hạn chế ăn thịt gia súc, gia cầm non, phủ tạng động vật như gan, óc, bầu dục... vì có nhiều nucleoprotein, khi tiêu hóa sinh ra các chất purin, acid uric có hại cho gan, thận, tim, mạch và bệnh gout..

Có thể ăn đậu đỗ để bổ sung nguồn protein thực vật cho cơ thể.

Đối với chất béo (lipid): Không nên ăn quá 30g lipid/ngày, trong đó nên ăn dầu thực vật. Những thức ăn giàu chất béo thường có nhiều cholesterol, (mỡ động vật, phủ tạng động vật...), không nên ăn, nhất là những người tăng huyết áp xơ vữa động mạch.

Đối với chất đường (glucid): Nếu ăn nhiều dễ gây béo phì, không tốt cho người tăng huyết áp, vì vậy cần giảm bớt.

Ngoài ra người bị tăng huyết áp không nên dùng các chất kích thích như rượu, cà phê, nước trà đặc, thuốc lá...

Rất tốt nếu ăn nhiều rau xanh: Rau xanh tươi chứa nhiều vitamin, ăn nhiều có lợi cho cơ thể vì nó ổn định huyết áp. Rau xanh chứa nhiều kali, có tác dụng thải loại natri ra ngoài. Vì vậy ăn nhiều rau xanh có tác dụng phòng tăng huyết áp. Rau xanh và các loại hoa quả chứa nhiều chất xơ có tác dụng thúc đẩy quá trình bài tiết ra ngoài nhanh hơn, rất tốt cho cả người huyết áp cao và huyết áp thấp, sẽ phòng ngừa được chứng bí đại tiện mà người tăng huyết áp hay mắc phải.

Vận động vừa sức: Sáng dậy, khi mặt trời mọc, vận động có 3 cái lợi lớn là có thể phòng bệnh béo phì, rèn luyện cơ thể làm tinh thần thoải mái, và loại trừ các áp lực. Thời gian vận động tốt nhất là 30 phút bằng cách tập thể dục, đi bộ, đi xe đạp, nhảy dây... Người tăng huyết áp trước khi vận động mạnh cần kiểm tra tim thật cẩn thận, lựa chọn cách vận động thích hợp để tránh xảy ra sự việc.

3- Duy trì không khí gia đình vui vẻ

Cả nhà đoàn tụ là "liều thuốc ổn định huyết áp": nhịp sống hiện đại luôn căng thẳng bận rộn và nhiều áp lực, đó là một trong những nguyên nhân gây tăng huyết áp, nhưng muốn thay đổi những áp lực đó không phải dễ, chỉ có gia đình mới có thể làm giảm và loại trừ những áp lực đó. Rất nhiều trường hợp người bệnh uống thuốc theo đơn bác sĩ mà vẫn không khỏi, nhưng bệnh lại thuyên giảm do có cuộc sống gia đình hòa hợp. Để luôn giữ cho huyết áp ở mức bình thường cần phải có môi trường gia đình vui vẻ, hòa hợp, ấm áp. Nếu vợ chồng hay cãi cọ nhau hoặc giữa cha con, mẹ con có rạn nứt thì nhất định sẽ làm huyết áp tăng lên.

4- Sống một cuộc sống lành mạnh

Không có gì hại hơn là chơi bời thâu đêm, nhảy nhót, đánh bạc... khiến người mệt mỏi, tinh thần luôn căng thẳng, trạng thái đó luôn thúc đẩy trở thành tăng huyết áp, làm cho tim phải chịu gánh nặng hơn.

Cuộc sống tình dục của người tăng huyết áp không được quá độ vì hoạt động tình dục tốn rất nhiều sức lực dễ gây hậu quả xấu, nên "sinh hoạt" khi trong người thư thái thoải mái, có nhiều thời gian nghỉ ngơi.

5- Chế độ ăn uống cân bằng từng lứa tuổi

Độ tuổi thanh thiếu niên: Ngay từ nhỏ rèn cho trẻ thói quen ăn uống, không cho trẻ ăn quá mặn và quá thừa dinh dưỡng, vì đó là nguyên nhân gây béo phì và xơ cứng động mạch.

Ở độ tuổi 20-30: Thời kỳ này cần tạo thói quen ăn uống hợp lý, sao cho không bị béo phì. Đây là thời kỳ đẹp nhất của đời người, rất dễ vì mục đích phấn đấu vươn lên mà không quan tâm đến sức khỏe, chủ quan cho là mình có thể lực dồi dào, quá coi trọng công việc và vui chơi làm

huyết áp tăng lên, kết quả là rất dễ mắc tình trạng tăng huyết áp.

Ở trên 40 tuổi: Ở độ tuổi này càng cần chú ý tới việc điều tiết ăn uống, vì lúc này lượng vận động giảm nhiều, nếu ăn nhiều sẽ bị phát phì. Đây cũng là thời kỳ huyết áp dễ thay đổi nhất nên hết sức lưu ý kiểm tra thường xuyên. Thời kỳ đầu bị tăng huyết áp dễ dẫn tới đau đầu, đau bả vai, huyết áp cũng lên xuống thất thường. Người trong độ tuổi 40-50 bị xuất huyết não cũng không hiếm, cho nên càng phải chú ý không làm việc quá sức, không vận động quá nhiều làm người mệt mỏi, mọi hoạt động phải hài hòa đúng mực.

Ở độ tuổi trên 50: Định kỳ đo huyết áp là cần thiết dù là người bình thường hay người bị tăng huyết áp đều phải biết tình trạng huyết áp của mình để phòng ngừa và chữa trị cho hiệu quả.

Ở độ tuổi trên 60: Cần chú ý tới chất và lượng bữa ăn, không ăn nhiều, ăn quá no. Người cao tuổi vị giác cũng không nhạy cảm nên thường thấy thức ăn nhạt nhẽo, thích ăn thêm nhiều gia vị, như vậy lượng muối ăn cũng nhiều lên gây ảnh hưởng xấu tới cơ thể, vì vậy người già cần chú ý không ăn nhiều muối, đường.

6- KIỂM SOÁT CÂN NẶNG

Cân nặng ảnh hưởng đến hoạt động của cơ quan trong cơ thể và ngược lại. Để đạt được sự cân bằng cần thiết cho mối liên quan này, các chuyên gia y tế đã đề ra khái niệm chỉ số thân khối (body mass index -BMI) tức là thương số giữa cân nặng (tính bằng kg) và bình phương chiều cao (tính bằng mét).

Cân nặng (kg)

BMI = -----

[Chiều cao (m)]²

Ví dụ: Một người cân nặng 67 kg, và cao 1.7m:

67kg

BMI = ----- = 23.35
(1.7 x 1.7)²



Theo hệ thống đo lường ở Mỹ:

Cân nặng (pounds)

BMI= ----- x 703

[Chiều cao (inches)]²

Ví dụ: Một người nặng 150 pounds, và cao 5'8":

Như vậy 5'8" = 68 inches, áp dụng công thức:

150 pounds

BMI= ----- x 703 = 22.8

68x68

Cân nặng được xem là phù hợp với chiều cao khi BMI ở trong khoảng từ 20 đến 22 (lý tưởng nhất là 24.9 đối với nam và 18.5 đối với nữ). Nếu BMI ở trong khoảng từ 25 đến 29.9 là thừa cân, trên 30 là béo phì; BMI dưới 18.5 là gầy ốm. Người quá béo hoặc quá ốm gây có xu hướng chết sớm hơn người có cân nặng bình thường. Duy trì cân nặng vừa phải (tức trong khoảng trị số BMI lý tưởng) có nghĩa là phải quan tâm đến việc ăn uống và rèn luyện thể lực một cách thích hợp.

7- BMI CHO NGƯỜI Á ĐÔNG

Trong năm 2014, nhiều người chúng ta được "nâng cấp", từ vẫn bình thường (normal) lên thành quá cân (overweight), hoặc từ quá cân lên thành béo mập (obese), vì chúng ta là người Á đông.

Gần đây, vì người Á đông chúng ta bị tiểu đường, cao mỡ trong máu quá nhiều so với người da trắng, da đen, người gốc Spain hay Latin, nên National Institute of Health và World Health Organization đề ra cách phân loại mới cho người Á đông (Asian):

Underweight: BMI < 18.5 kg/m²

Normal weight: BMI # 18.5 tới 23.0 kg/m².

Overweight: BMI # 23.0 tới 24.9 kg/m²

Obesity: BMI # 25 kg/m².

Có nghĩa, với bảng phân loại mới này, nhiều người chúng ta có chỉ số khối lượng cơ thể BMI trên 23 nhưng dưới 25, trước vẫn được xem bình thường, nay thành quá cân, và tất cả những người trước quá cân (có chỉ số khối lượng cơ thể BMI từ 25 tới 29.9), nay thành béo mập hết. Rõ là được "nâng cấp", và phải xuống cân nhiều hơn trước mới được xem là bình thường!

Bây giờ, đứng chung với các ông, các bà đồng hương (cùng quê hương Mỹ quốc) da vàng, da đen, gốc Spanish, chúng ta trông phải gầy hơn, thanh tú hơn, theo National Institute of Health và World Health Organization, mới là bình thường, mới là đúng điệu.

Tất nhiên, chỉ số khối lượng cơ thể được

đặt ra và phân loại không phải chỉ để xem người nào thanh tú hơn người nào (người bình thường trông vẫn đẹp hơn người quá cân và béo mập, quần áo mua cũng dễ hơn), song chính để giúp các bác sĩ tiên đoán ai sẽ dễ bệnh hơn ai.

Hơn 2000 năm trước, người ta đã nhận thấy quá cân và béo mập dễ đưa đến nhiều vấn đề cho sức khỏe. Ngày nay, với các phương tiện khảo cứu khoa học tân tiến, điều này càng rõ nét. Rất nhiều bệnh gây do quá cân và béo mập:

Cao huyết áp

Tiểu đường

Cao mỡ trong máu: mỡ cholesterol, mỡ triglycerides

Bệnh tim: hẹp tắc động mạch vành tim (coronary artery disease), suy tim (heart failure), mỡ động cơ tim (myocardial steatosis), rung tim nhĩ (atrial fibrillation)

Bệnh phổi; ngưng thở trong lúc ngủ (sleep apnea)

Tai biến mạch máu não (stroke)

Bệnh thống phong (gout)

Bệnh viêm xương- khớp (osteoarthritis)

Máu đông trong tĩnh mạch chân (deep vein thrombosis) và trong phổi (pulmonary embolus)

Bệnh lẩn khi về già (dementia).

8- KIỂM SOÁT STRESS TÂM LÝ

Stress hay căng thẳng tâm lý ở mức độ nào đó trong một hoàn cảnh khó khăn nhất định là một điều bình thường. Nhưng nếu cảm giác lo lắng, bất an trở nên thường xuyên, thì nó có thể trở thành nguyên nhân của những triệu chứng thể chất và tâm lý. Khả năng chịu đựng sức ép tâm lý, chịu đựng stress, là một khía cạnh quan trọng để giữ vững sức khỏe tinh thần và thể xác. Những ẩn ức và xung đột tâm lý, nếu có thể nói ra được cho bạn bè và người thân chia sẻ, sẽ làm nhẹ bớt áp lực mà bạn sẽ phải chịu đựng. Các kỹ thuật thư giãn tinh thần cũng có thể giúp xóa đi sự căng thẳng do stress gây ra.

(03/2020)



KB CANYON STATE

12034 N. 35 Ave Phoenix AZ 85029 | Phone: (602) 347-5240 – Fax: (602) 347-6016
(Góc Southwest đường Cactus & 35th Ave)

*Văn phòng Đại Diện trực tiếp trên 20 hãng Bảo Hiểm,
Quý vị có cơ hội so sánh, định giá thấp nhất trước khi mua.*

- **BẢO HIỂM XE (AUTO):** Có chương trình GIẢM GIÁ (discount) cho 2 xe trở lên, xe và nhà chung, học sinh ưu tú, hoặc nhân viên nhà nước.
- **BẢO HIỂM NHÀ (HOUSE):** Nhà ở, nhà cho mướn, hoặc nhà trống (vacant).
- **BẢO HIỂM SỨC KHỎE (MEDICAL), RĂNG (DENTAL) & MẮT (VISION):** Cá nhân (individual), Gia đình (family), hoặc Đoàn thể (group).
- **BẢO HIỂM NHÂN THỌ (LIFE):** Định kỳ (term), Tạm thời (whole or universal).
- **BẢO HIỂM Y TẾ DU LỊCH:** Cho cá nhân hoặc hội đoàn du lịch nước ngoài, cho học sinh du học, cho những nhà truyền giáo, hoặc nhân viên đi công tác dài hạn hoặc ngắn hạn ở nước ngoài đến nước Mỹ.

- **BẢO HIỂM THƯƠNG MẠI:** Apartment, Shopping Center, Auto Repair Shop, Restaurants, Nail Salon, Bakery, Gas Station, v.v.
- **CÓ NHÂN VIÊN CHUYÊN MÔN VỀ MEDICARE:** Chương trình y tế cho những người trên 65 tuổi, hướng dẫn xin Medicare, gia nhập chương trình Medicare, xin tài trợ, xin extra help.
- **THÔNG BÁO:** Chương trình y tế dưới 65 tuổi, OBAMACARE sẽ mở cửa ghi danh hàng năm từ Ngày 1 tháng 11 đến ngày 15 tháng 12. Xin gọi văn phòng lấy hẹn ghi danh hoặc tham khảo trong thời gian này.

**THAM KHẢO MIỄN PHÍ
CALL FOR FREE QUOTE !!!**

(602) 347-5240

Vietnamese/English:

Uyên Kim Lok | Minh Trần | Hương Nguyễn

Chinese/English: Bruce Lok



LS. Ngô Tăng Giao

CHUYỆN LẠ TÒA ÁN

1) Đạo chính Mỹ trốn nhằm vào xe cảnh sát khi tháo chạy.

10 giờ đêm cảnh sát hạt Bergen, (New Jersey, Mỹ) nhận được tin báo về một vụ đột nhập nhà riêng. Vợ chồng gia chủ cho biết đang ngủ bỗng nghe thấy tiếng có người cố gắng mở cổng sau. Sau khi kiểm tra, họ phát hiện một người đàn ông lạ mặt ở tầng hai. Thấy bị phát hiện, kẻ đột nhập vội chui qua cửa sổ, nhảy từ mái nhà xuống đất, trốn trong vườn cây.

Hắn đặt xe qua ứng dụng gọi xe trực tuyến Lyft (tương tự Grab và Uber) để chạy thoát thân. Một lúc sau, một chiếc ô tô xuất hiện. Tưởng đó là xe của Lyft, hắn mau chóng nhảy lên. Không may, hắn đã lên nhầm "xe ma" (ghost car) của cảnh sát và lập tức bị bắt. "Xe ma" là loại phương tiện của cảnh sát, màu sắc và dòng chữ "cảnh sát" trên thân xe được thiết kế sao cho không nổi bật, chuyên dùng để phát hiện và xử lý vi phạm giao thông.

Nghi phạm được xác định là Nicholas Maziot, 28 tuổi, là người vô gia cư. Hắn tưởng gia chủ đi vắng nên đã trèo lên mái nhà bên cạnh rồi chui vào trong qua đường cửa sổ. Hắn bị cáo buộc các tội: đột nhập, cố gắng trộm cắp, tàng trữ dụng cụ trộm cắp, cố ý phá hoại tài sản, xâm nhập trái phép, và ngăn cản bắt giữ. Hắn từng có tiền án đột nhập trộm cắp và sử dụng ma túy vào năm 2018

2) Thanh niên cướp ô tô nhưng không biết lái xe

Tại Rio de Janeiro (Brazil) một chiếc xe hơi màu bạc đang chạy thì bị một chiếc xe màu đen khác chặn đầu ngay tại ngã tư. Một thanh niên trong xe đen vác theo một khẩu súng dài trong tay nhảy xuống và cướp xe màu bạc. Tên cướp đuổi tài xế xuống xe. Tài xế giơ hai tay đầu hàng và đi ra xa. Tên cướp nhảy lên ghế lái của chiếc xe màu bạc nhưng xe chỉ hơi rục rịch mà

không lăn bánh nổi, không di chuyển. Tên cướp không thể lái xe đi.

Ngay sau đó, kẻ cướp mở cửa, thò người ra ngoài vẫy tay như ra hiệu gọi tài xế kia lại gần nhờ trợ giúp. Chỉ lát sau, tên cướp xuống khỏi xe, hai tay giơ cao và nằm xuống đường chờ bị bắt. Cùng lúc một số cảnh sát xuất hiện và tóm gọn kẻ cướp.

3) Hai kẻ trộm mang trả chiếc tivi quá khổ.

Camera an ninh ghi lại cảnh hai người đàn ông dừng ô tô, đột nhập ngôi nhà ở Orchid Lane, thành phố Dallas (Texas, Mỹ). Một lát sau hai người đàn ông cùng nhau khuân chiếc tivi màn hình phẳng ra ngoài. Hai tên lần lượt cố nhét chiếc tivi loại to 65 inch quá khổ vào ghế sau rồi vào cốp xe nhưng bất thành. Cuối cùng, chúng đầu hàng và bắt đầu đi bê chiếc tivi vào lại trong nhà.

Cảnh sát xác định ô tô của hai tên trộm mang nhãn hiệu Jeep Cherokee màu đen đời 2015, sau đó bị bỏ lại tại một con phố khác trong thành phố. Chiếc xe được xác định là đồ ăn cắp. Cảnh sát Dallas đã đăng tải video lên mạng xã hội nhờ người dân giúp cung cấp thông tin về đạo chích.

4) Đạo chích Mỹ bị nhốt trong tiệm tạp hóa vì tham lam.

Santo Gaiter, 33 tuổi, ăn cắp trót lọt hai thùng bia (giá trị 37 USD) tại một cửa hàng tạp hóa tại thành phố Miami (Florida, Mỹ). Khi thấy tên trộm quay lại để ăn cắp thêm hai thùng nữa, nhân viên bán hàng đã khóa trái cửa và gọi cảnh sát. Santo Gaiter cố gắng đá và cậy cửa bằng chai bia nhưng không thành. Cảnh sát ngay sau đó đến hiện trường, bắt nghi phạm về hành vi ăn trộm vật. Nhân viên bán hàng cho biết hắn từng tới đây trộm bia vào tuần trước nhưng trốn được.

Trong phiên tòa xem xét tại ngoại, luật sư của Santo Gaiter đề xuất tòa án cho thân chủ được tại ngoại miễn phí theo chương trình hỗ trợ tái hòa nhập thay vì nộp tiền bảo lãnh vì là người vô gia cư, không có khả năng tài chính. Tuy vậy, thẩm phán đã bác yêu cầu của luật sư và đặt mức tiền bảo lãnh là 500 USD vì hắn từng có tiền án Ăn trộm vật và Đột nhập ăn cắp.

5) Hai đạo chích trả lại tài sản kèm hoa và thư xin lỗi.

Camera an ninh của một căn nhà thuộc thị trấn West Chester (Pennsylvania, Mỹ) ghi lại cảnh hai tên trộm ăn trộm bức tượng sư tử bày trước cửa nhà. Hôm sau, chủ nhà báo tin mất trộm và cho biết mua bức tượng từ ba năm trước với giá 150 USD. Cảnh sát đăng video lên mạng xã hội.

Ngay hôm sau, camera an ninh của chủ nhà tiếp tục ghi được cảnh hai tên trộm mang trả lại bức tượng kèm một bó hoa và một bức thư đánh máy xin lỗi gia đình vì đã lấy tượng sư tử và nghĩ rằng đây là trò đùa vô hại. Chủ căn nhà cho hay sẵn sàng bỏ qua mọi chuyện, còn muốn mời đạo chích uống bia cùng. Tuy vậy, cảnh sát vẫn tiếp tục tìm kiếm hai kẻ này.

6) Kẻ hiếp dâm tâm sự với nạn nhân và bắt tay trước khi rời nhà.

Một tối tháng 10 năm 2017, người phụ nữ 35 tuổi tỉnh giấc, thấy một người bịt mặt đứng bên giường. Cô bị kẻ dao vào cổ, trói tay rồi cưỡng bức. Kẻ gây án hứa không giết cô, đồng thời quả quyết rằng cô biết hắn và ép phải nói tên hắn. Khi cô đoán đúng, hắn cởi bỏ khăn bịt mặt, để lộ thân phận là Timothy Walding, 18 tuổi, sống cùng con phố.

Nữ chủ nhà thuyết phục Timothy cởi trói cho mình để ra ngoài sân hút thuốc. Tại đây, khi trò chuyện, hắn nói sẽ nhập ngũ vào cuối tháng nên nạn nhân không phải ái ngại. Hắn hỏi liệu có thể làm gì để chuộc lỗi, thậm chí xin được làm vườn không công hoặc sửa chữa đồ trong nhà, nhưng bị từ chối. Timothy dặn người phụ nữ giữ kín chuyện này và bắt tay cô chủ nhà trước khi ra về.

Sau khi Timothy đi khỏi, chủ nhà gọi điện thoại trình báo cảnh sát. Hắn bị bắt và bị tòa án Palm Beach (Florida, Mỹ) tuyên án 50 năm tù về các tội Xâm hại tình dục có dùng vũ khí, Giữ người trái pháp luật có dùng vũ khí, Đột nhập hành hung có vũ khí. Hắn không tỏ ra hối lỗi, còn nói rằng việc quan hệ tình dục trong 90 phút do hai bên tự nguyện. Theo luật Florida, hắn sẽ không được ra tù trước thời hạn do phạm tội hiếp dâm.

7) Đạo chích bắt chủ nhà cùng xem phim khiêu dâm.

Christopher Strickland, 36 tuổi, bị bắt giữ vì đột nhập buổi tối và bắt nạn nhân xem phim trên điện thoại di động. Cảnh sát quận Escambia (Florida, Mỹ) xác định hắn đột nhập khi nữ gia chủ đang một mình trông con sơ sinh. Hắn mặc quần áo phụ nữ bước vào phòng khi chủ nhà đang ngủ say, rồi kẻ dao vào cổ đe dọa. Sau đó, hắn kéo nạn nhân ra phòng khách và bắt xem phim khiêu dâm trên điện thoại cùng hắn trong khi hắn thủ dâm. Xong việc, gã lấy đi điện thoại di động, đồng hồ và trang sức vàng, đồng thời đe dọa sẽ giết đứa trẻ nếu chủ nhà báo cảnh sát.

Điều tra viên xác định được danh tính Christopher từ mẫu ADN mà hắn để lại

trên gối tựa đầu bị bỏ tại hiện trường. Nạn nhân sau đó chỉ đích danh hắn khi tới đồn cảnh sát nhận dạng. Hắn bị khởi tố nhiều tội như Hành hung nghiêm trọng, Xâm nhập tư gia có vũ trang, Ăn trộm, Thực hiện hành vi gợi dục và không tự nhiên.

8) Ông bố Mỹ bị kiện vì tiêu hủy nhiều băng đĩa 'phim đen' của con.

Năm 2016, Charlie 40 tuổi, sau khi ly hôn, dọn về ở cùng bố mẹ tại thành phố Grand Haven, (Michigan, Mỹ). Trong 10 tháng sống cùng bố mẹ, Charlie làm việc nhà để không phải trả tiền thuê trọ. Do có tranh chấp với bố mẹ khiến cảnh sát phải can thiệp vào tháng 8/2017, Charlie bị buộc ra khỏi nhà.

Tới tháng 11/2017, bố mẹ chuyển đồ đạc Charlie để lại tới chỗ ở mới của con. Thấy thiếu đồ, con hỏi, bố mẹ cho biết đã tiêu hủy bộ sưu tập "văn hóa phẩm khiêu dâm đồ sộ" gồm 14 hộp các-tông đựng đầy băng đĩa phim đối trụy và dụng cụ tình dục. Tức giận, Charlie gọi điện báo với cảnh sát. Theo ước tính của Charlie, giá trị của bộ sưu tập bị tiêu hủy là 28.940 USD vì bao gồm nhiều cuộn băng hiếm. Charlie đâm đơn khởi kiện bố mẹ ra tòa với cáo buộc bố mẹ có hành vi phá hoại tài sản, yêu cầu bồi thường gần 90.000 USD. Tuy nhiên, văn phòng công tố đã từ chối thụ lý.

Một tháng sau khi báo cảnh sát, Charlie liên lạc với bố qua email, chỉ trích rằng ông lẽ ra nên nói rõ trước nếu thấy có vấn đề với đồng đồ đạc đó. Người bố hồi âm, cho rằng mình làm vậy là vì sức khỏe tâm lý và cảm xúc của con, hơn nữa từng cảnh báo sẽ tiêu hủy "phim đen" nếu tìm thấy trong nhà. Charlie từng bị đuổi học ở cấp III và đại học vì hành vi bán văn hóa phẩm đối trụy cho bạn học.

9) Ông bố Tây Ban Nha vương lao lý vì mở thư của con trai.

Một người đàn ông Tây Ban Nha từng bị vợ cũ khởi kiện năm 2012 với cáo buộc gây bạo lực gia đình. Trong thời gian bị điều tra, ông ta tình cờ mở bức thư của con trai 10 tuổi do người dì gửi, qua đó biết được nội dung dận dò cậu bé cách

làm chứng chống lại bố trước tòa. Ông bố sau đó dùng chính bức thư làm bằng chứng chứng minh gia đình nhà vợ cưỡng ép con trai khai bắt lợi cho mình, do vậy được tuyên trắng án.

Tuy nhiên sự việc chưa dừng lại, người đàn ông tiếp tục bị vợ cũ cáo buộc xâm phạm vào bí mật đời tư của con trai do mở và phát tán nội dung thư khi không được phép. Trong phiên tòa ông bố khẳng định chỉ tình cờ mở bức thư vì hai cha con trùng tên. Hơn nữa, kể cả trong trường hợp cố ý mở thư, ông cũng đang thực hiện quyền giám sát con cái. Phía văn phòng công tố cũng đồng ý với lập luận này và đề nghị tòa tuyên trắng án.

Hiện, thẩm phán chưa đưa ra phán quyết cuối cùng. Nếu bị kết tội, người đàn ông sẽ đối diện với án phạt tối đa hai năm tù.

11) Tài xế Mỹ bị bắt vì bỏ mặc lợn trong ô tô dưới trời nắng

Bảo vệ một siêu thị tại Jacksonville (Florida, Mỹ) được tin báo có người bỏ lại một con lợn trong chiếc xe hơi đỗ tại bãi gửi xe. Trong xe không bật điều hòa, cửa sổ chỉ để hở khoảng 2,54 cm, không có thức ăn và nước uống cho con vật dưới thời tiết gần 38 độ C.

Cảnh sát được gọi tới hiện trường. Chờ gần một tiếng nhưng không thấy chủ xe xuất hiện, nhà chức trách buộc phải phá cửa kính để giải cứu con lợn khi thấy tình trạng của nó ngày càng xấu đi với các biểu hiện như co giật, sùi bọt mép... Một thời gian ngắn sau đó hai người chủ xe là Trinity Tavarez-Soto (19 tuổi) và Mark Gray (20 tuổi) mới xuất hiện và lập tức bị bắt với cáo buộc Ngược đãi động vật. Hai người được cho tại ngoại sau khi nộp 10.000 USD tiền bảo lãnh. Theo luật Florida, họ đối diện với án tù tối đa một năm và tiền phạt 5.000 USD nếu bị kết tội.

12) Bị bỏ quên trong xe cả ngày, bé gái 1 tuổi ở Florida thiệt mạng

Tại Tampa (Florida, Mỹ) năm 2019 một đứa trẻ bị thiệt mạng sau khi bị bỏ quên trong xe nhiều giờ đồng hồ. Bé gái 1 tuổi được tìm thấy bất tỉnh trong chiếc xe đậu bên ngoài căn nhà của gia đình.

Cha mẹ đứa bé gọi điện thoại cấp cứu 911 vào lúc khoảng 6 giờ 30 phút chiều và em nhỏ được chở đến bệnh viện gần đó, nơi các bác sĩ xác nhận em đã qua đời. Nhiệt độ trong ngày có lúc lên tới hơn 90 độ F (khoảng 32.2 độ C).

Theo lời phát ngôn viên sở cảnh sát: "Có vẻ gia đình này có một buổi sáng rất bận rộn. Họ cũng có mấy đứa con khác, và trong khi hối hả đưa mọi người đến nơi cần đến lúc đó, đứa nhỏ bị bỏ quên trên băng sau". "Người cha dùng xe có đứa nhỏ bên trong để đưa mọi người đến trường, đến sở làm, rồi sau đó lấy một chiếc xe khác đi làm. Điều đó khiến ông ta quên là có đứa nhỏ ở phía đằng sau xe." "Ông ta rời nhà, đi làm, rồi sau đó trở về nhà vào buổi chiều thì khám phá ra sự việc."

Florida là tiểu bang có số trẻ chết trong xe vì trời nóng cao thứ nhì trong nước, chỉ sau Texas. Từ năm 1992 tới nay có 98 trẻ chết trong xe tại Florida.

13) Ông bà chủ phải hầu tòa vì dùng dếp đánh chó tại Australia

Tại Sydney (New South Wales, Australia) một chú chó có tên Spitz bị chủ dùng dếp đánh. Chú nằm trên sàn, giữa dếp đồ phá ngổn ngang trong căn nhà. Sau khi đánh hai phát vào mõm, người chủ ghì chú xuống dùng dếp đánh liên tiếp 7 phát vào thân. Con vật tỏ rõ sự đau đớn sau mỗi cú đánh đi kèm tiếng động mạnh. Trận đòn có vẻ là hình phạt với con vật do phá phách đồ đạc.

Hội Hoàng gia Bảo vệ Động vật, tổ chức từ thiện đấu tranh vì quyền động vật, đã truy tố cặp đôi Chen và Deng ra tòa vì hành vi ngược đãi động vật. Hai người đã nhận tội đánh chó và khai chỉ định chia sẻ video cho người thân, nhưng vô ý đăng tải lên mạng xã hội.

Mỗi người bị phạt 600 AUD và phải trả cho Hội Hoàng gia Bảo vệ Động vật chi phí chăm sóc khoảng 755 AUD, tổng tiền phạt là 1.955. Ngoài ra, họ bị cấm mua bán, sở hữu, hoặc nuôi dưỡng mọi loại động vật trong vòng 12 tháng. Cặp đôi sau đó kháng cáo. Tòa phúc thẩm không chấp nhận đơn kháng cáo.

Luật Ngăn ngừa ngược đãi Động vật 1979 của bang New South Wales quy

định: Người nào ngược đãi hoặc để mặc cho động vật bị ngược đãi sẽ bị phạt tiền tối đa là 5.500 AUD hoặc bị phạt tù tối đa 6 tháng. Phạm tội nghiêm trọng có thể bị phạt tiền lên tới 22.000 AUD và phạt tù tới hai năm.

14) Ông chủ tại Australia bị phạt tiền vì không chữa bệnh cho chó

Michael Sumner, 44 tuổi, bị tòa án ở Australia tuyên ba tháng tù treo vì để chó nuôi bị u ác tính hơn hai năm mà không chữa trị. Theo tòa án hình sự Michael Sumner còn bị cấm sở hữu bất cứ loại động vật nào cho tới khi có thông báo khác, phải nộp 100 AUD tiền phạt, 296 AUD tiền án phí và 5.423 AUD chi phí điều trị thú y.

Theo hồ sơ, hành động bỏ bê động vật của Michael bị phát hiện khi hàng xóm bắt gặp con chó bị xích trước nhà với khối u lớn ở chân vào đầu năm 2018. Nhà chức trách tới nhà của Michael kiểm tra, qua đó tịch thu một con chó sáu tuổi giống bull terrier. Trong quá trình cắt bỏ khối u ác tính, con chó bị mất máu nghiêm trọng, dù vậy cuộc phẫu thuật cuối cùng đã thành công. Theo ước tính, khối u này đã xuất hiện hơn hai năm. Đại diện tổ chức bảo vệ động vật cho biết con vật lẽ ra sẽ không phải chịu sự đau đớn nếu được quan tâm và điều trị từ sớm. Tại tòa, Michael thừa nhận phạm tội Ngược đãi với con chó dù được nhắc nhở từ trước. Hiện, con chó được nhân viên của tổ chức bảo vệ động vật nuôi dưỡng.

15) Kẻ cướp già nhất nước Mỹ

Năm 1998, ở tuổi 86, Hunter Rountree (sinh năm 1911) bắt đầu đi cướp ngân hàng. Lần cướp đầu tiên tại tiểu bang Mississippi (Mỹ). Dù đã cầm tiền trong tay, tên cướp lớn tuổi không thể chạy xa và lập tức bị bắt. Do tuổi tác đã cao, Hunter chỉ bị phạt ba năm quản chế cùng 260 USD, đồng thời bị cấm đặt chân tới Mississippi.

Một năm sau Hunter bị bắt giữ trong lần cướp thứ hai tại tiểu bang Florida (Mỹ).



Hunter bị phạt ba năm tù về tội Cướp tài sản. Vì cải tạo tốt, tháng 7/2002, Hunter được ra tù sớm sau hai năm 6 tháng ở độ tuổi 90.

Một năm sau nữa (2003), tại ngân hàng thuộc tiểu bang Texas (Mỹ), Hunter tiếp tục ra tay lần thứ ba. Vào sáng sớm một ngày nhân viên ngân hàng không dám tin vào mắt mình khi nhận phong bì ghi chữ “Cướp đây” từ cụ ông 91 tuổi. Cụ đáng người gầy gò mảnh khảnh và hơi gù, cái trán hói và có chấm đồi mồi. Cụ Hunter yêu cầu cho tiền vào phong bì. Nữ giao dịch viên nhét tiền vào, tổng cộng khoảng 2.000 USD.

Cụ bước ra khỏi ngân hàng, lên xe. Nhân chứng đã kịp ghi lại biển số của chiếc xe màu trắng bốn chỗ. 30 phút sau, cụ bị cảnh sát chặn xe trên đường cao tốc với cuộc rượt đuổi với tốc độ có lúc lên tới 90 dặm một giờ. Cụ từ tốn bước xuống xe đầu hàng trước mũi súng của cảnh sát. Sau vụ cướp này, cụ lãnh án 12 năm tù trong nhà tù liên bang, coi như “án tử hình” cho người ở độ tuổi 91.

Cụ Hunter nói thực ra không cần tiền vì không thể tiêu hết 1.000 USD tiền trợ cấp được nhà nước phát mỗi tháng. Tuy nhiên, cụ muốn trả mối thù bị ngân hàng ngưng cho vay vốn dẫn tới công ty của cụ bị phá sản trước kia, đồng thời muốn tìm cảm giác hưng phấn.

Năm cuối đời, cứ mỗi 30 phút, cụ Hunter được cán bộ trại giam kiểm tra để đảm bảo cụ vẫn còn sống. Ngày 12/10/2004, cụ Hunter chết trong tù ở tuổi 92, được chôn cất tại nghĩa trang gần nhà tù

16) Đánh bạn trai do bị từ chối ‘thân mật’

Tại Florida (Mỹ), một đêm nàng Rebecca Duarte 23 tuổi, về nhà sau buổi đi chơi với bạn trai và muốn “thân mật” với chàng. Khi bị từ chối, nàng to tiếng quát tháo khiến bạn trai phải né ra ngoài nhà tránh mặt. Nàng tiếp tục bám theo chàng, rồi đâm vỡ kính cửa sổ và kể đó là đánh bạn trai.

Sau khi đẩy Rebecca ra xa, anh bạn trai này sang nhà hàng xóm gọi cảnh sát. Nàng bị bắt giữ về hành vi Hành hung người thân. Tại hiện trường, cảnh sát ghi nhận nhiều ô cửa sổ bị vỡ, trên mặt và vai nạn nhân có vết cắt. Khi lấy lời khai, cảnh sát thấy Rebecca nồng nặc mùi rượu, không đi nổi phải có người đỡ. Tay cô gái có nhiều vết xước, phù hợp với người có hành vi đâm kính cửa sổ.

Nạn nhân dù báo cảnh sát nhưng không muốn khởi tố hình sự với cô bạn gái nên không chịu ký vào biên bản và không cho chụp ảnh vết thương làm chứng cứ. Tuy nhiên, cảnh sát vẫn bắt cô bạn gái với cáo buộc là người gây hấn chủ yếu trong cuộc đối đầu lúc 23h. Nàng hiện bị giam giữ tại trại giam địa phương. Nếu nộp tiền bảo lãnh, nàng cũng vẫn bị cấm tiếp xúc với nạn nhân.

17) Nổi giận, ngồi đờ chết bạn trai.

Cuối năm 2018 tại Pennsylvania (Mỹ), bà Windi C. Thomas, 44 tuổi, nặng 300 pounds nổi giận, ngồi đờ chết bạn trai.

Bà nhận tội trước tòa là đã ngồi đờ lên người, khiến ông Keeno Butler, cũng 44 tuổi, chỉ nặng có 120 pounds ngạt thở mà chết. Kết quả giải nghiệm tử thi nói rằng đây là “một vụ sát nhân gây ra bởi tình trạng ngạt thở vì bị thương tích ở cổ, xương sống bị ép chặt, và có vết thương nơi đầu.”

Bà Thomas thỏa thuận dàn xếp với công tố viên để nhận tội. Bà sẽ bị tuyên án từ 18 đến 36 năm tù. Gia đình của nạn nhân bày tỏ sự thất vọng vì muốn có hình phạt nặng hơn.

Báo địa phương tường thuật rằng bà Thomas khai với các điều tra viên là bà uống rượu cả ngày hôm đó, rồi rời nhà để đi mua cocaine. Khi trở về nhà, bà ngồi trên chiếc ghế dài, tay cầm con dao, và có lúc không hiểu vì lý do gì đã cắt vào tay ông Butler. Ông này giận dữ vào bếp, bẻ một chân ghế rồi cầm ra định đánh bà. Bà giằng được chân ghế và dùng nó đập vào đầu nạn nhân. Trong lúc hai người vật lộn với nhau, bà Thomas ngồi được lên người bạn trai. Luật sư đại diện cho bà, nói rằng thân chủ mình không có ý định giết nạn nhân mà chỉ vì bà “té xuống, rồi lỡ đè lên người nạn nhân.”

18) Xin lỗi nạn nhân rồi bỏ chạy sau khi tấn công tình dục

Đầu tháng 2 năm 2020 sở Cảnh Sát Los Angeles County ở California truy lùng một nghi can tấn công tình dục ở Malibu, sau đó xin lỗi nạn nhân trước khi bỏ chạy.

Sự việc xảy ra tại một khu chung cư lúc 3 giờ 45 phút sáng. Một nghi can cạy cửa phòng nạn nhân, đánh thức người đó dậy và tấn công tình dục. Trong thông cáo, nhân viên công lực ghi: “Nghi can sau đó xin lỗi nạn nhân và nhanh chóng bỏ chạy. Nghi can có thể đang say rượu hoặc dùng ma túy.”

Sở cảnh sát cho hay phòng của nạn nhân không hề mất một thứ gì, nhưng họ chưa nói gì về tình trạng của nạn nhân sau khi bị tấn công. Theo mô tả của Sở Cảnh Sát nghi can là đàn ông trong độ tuổi 30, cao khoảng 6 foot và nặng chừng 170 pound. Nghi can để tóc, râu dài và sở cảnh sát cho rằng đây là một người vô gia cư. Nghi can mặc quần áo màu đen và đội mũ lưỡi trai ngược.



PHỞ LEO

VIET • ASIAN CUISINE • BAR

Kính Mời

VIỆT ASIAN CUISINE BAR | HEALTHY AND TASTY

Nhà hàng chúng tôi có những món ăn ngon, hấp dẫn như sau:

- Phở Leo Đặc Biệt
- Cánh Gà Rang Me
- Hủ Tiếu Xào Thập Cẩm
- Bún Tôm Thịt Nướng Chả Giò
- Cơm Chiên Thập Cẩm

ĐẶC BIỆT Chả giò, Bò viên, và Nem nướng là do chính nhà hàng tự làm mới mỗi ngày, tươi ngon và chất lượng.



*Hương Vị
Ba Miền & Cali*

**CẦN NGƯỜI GIÚP VIỆC CHO NHÀ HÀNG
HELP WANTED-ALL POSITIONS**

Cần đầu bếp, phụ bếp, và người giúp việc.
Lương và lợi tức tốt. Xin gọi: (480) 669-0025

GIỜ MỞ CỬA:

Monday – Thursday and Sunday:

11:00AM - 9:00PM

Friday – Saturday:

11:00AM - 9:30PM

Closed Every Tuesday

"Meet us on **Google** and **yelp**."

1734 E. MAIN ST. #5, MESA, AZ 85203 (Gần góc đường Gilbert & Main St.)

480.410.4971

REALTY ONE GROUP

A Team of Professional



LUIS NGUYỄN
480-628-3269
khikhoaz@yahoo.com

Chuyên: MUA BÁN ĐẤT ĐAI, NHÀ CỬA MỚI HOẶC CŨ, THUÊ Mướn NHÀ, & APARTMENT & BUSINESS

BÁN: Chúng tôi sẽ giúp quý vị bán nhà trong thời gian nhanh nhất & chỉ có tốn 5% hoặc thấp hơn Total.

MUA: Chúng tôi hướng dẫn quý vị đi coi nhà bất cứ lúc nào quý vị cần.

VAY MƯỢN TIỀN: Chúng tôi có chuyên viên tài chánh lo mọi thủ tục vay mượn cho quý vị từ A tới Z.

CÓ CHƯƠNG TRÌNH CHÍNH PHỦ TÀI TRỢ MIỄN PHÍ TIỀN DOWN & CLOSING COST LÊN TỚI \$20,000. XIN GỌI CHÚNG TÔI ĐỂ BIẾT THÊM CHI TIẾT.

ĐẶC BIỆT: Khi Mua Chúng Tôi Sẽ Hoàn Lại Tiền Cho Quý Vị Tới 1%



MICHAEL TRẦN
480-757-9999
Tranmike68@gmail.com

CHUYÊN VIÊN ĐỊA ỐC TẬN TÂM - UY TÍN - KÍN ĐÁO PHỤC VỤ 24/7 IN ALL VALLEY

ARIZONA ĐÓ ĐÂY



VĨNH LIÊM

Vinh Liem viết văn và làm thơ từ năm 1964 trên Tiểu Thuyết Thứ Năm, đồng thời cộng tác với một số nhật báo, tuần báo, và tạp chí tại Sài Gòn trước năm 1975. Tại hải ngoại, từ năm 1980 đến nay, ông đã xuất bản 9 văn thi phẩm bằng cả hai thứ tiếng Việt và tiếng Anh. Hiện ông là Phó Chủ Bút tạp chí Việt Lifestyles. Độc giả có thể tìm thấy nhiều sáng tác thơ văn của ông qua trang nhà: <http://vinhliem.tripod.com>



Thống đốc Ducey công bố 500.000 đô la để tiếp tục mở rộng chăm sóc trẻ em

Thống đốc Doug Ducey hôm 20-5-2020 tuyên bố 500.000 đô la từ Quỹ cứu trợ AZ coronavirus đã được phân bổ cho các tổ chức cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ em ngoài trường học trong tiểu bang. Khoản tài trợ này sẽ hỗ trợ để đáp ứng nhu cầu chăm sóc trẻ em ngày càng tăng cho các gia đình trong thời gian các em phải học từ xa qua mạng và phụ huynh hoặc người giám hộ làm việc. Các tổ chức sẽ tiếp tục hỗ trợ học sinh phát triển tình cảm và xã hội và giúp họ theo dõi học tập.

Thống đốc Ducey nói: "Trẻ em Arizona cần một môi trường an toàn trong khi chúng học từ xa và cha mẹ đi làm. Các tổ chức nhận được tài trợ này sẽ bảo đảm các gia đình có quyền truy cập chăm sóc trẻ em và học sinh có thể tiếp tục học hỏi và tham gia an toàn với những người khác."

Khoản tài trợ này sẽ hỗ trợ mười tổ chức trên toàn tiểu bang, bao gồm:

Boys & Girls Clubs of the Valley (27 locations), Boys & Girls Clubs of Tucson, Boys & Girls Clubs of Casa Grande, Boys & Girls Clubs of Central Arizona, Boys & Girls Club of Flagstaff, Boys & Girls Club of Round Valley, Boys & Girls Club of Bisbee, The Club for Youth Kingman, Cobre Valley Youth Club, và Patagonia Youth Enrichment Center.

Arizona kỷ niệm sinh viên tốt nghiệp năm 2020

Thống đốc Doug Ducey tuyên bố hôm 20 tháng 5 năm 2020, Ngày lễ kỷ niệm Lớp 2020, để công nhận hàng ngàn học sinh tốt nghiệp trung học Arizona, trường thương mại, cao đẳng cộng đồng và sinh viên đại học.

Thống đốc Ducey nói: "Các sinh viên trên toàn tiểu bang đã làm việc không mệt mỏi để đạt được cột mốc tốt nghiệp. Những sinh viên tốt nghiệp này đã học tập chăm chỉ để lấy được bằng cấp, chứng chỉ và bằng cấp cao - và nhiều người là người đầu tiên trong gia đình họ làm như vậy. Cho tất cả các sinh viên tốt nghiệp Lớp 2020 - Arizona tự hào về thành công của bạn và chúng tôi chúc bạn những điều tốt đẹp nhất trong nỗ lực tiếp theo của bạn. Xin chúc mừng!"

Thống đốc Ducey công bố 300.000 đô la để hỗ trợ người cao niên, cá nhân có nhu cầu y tế

Thống đốc Doug Ducey hôm 15-5-2020 tuyên bố tài trợ 300.000 đô la từ Quỹ cứu trợ AZ coronavirus đã được phân bổ cho các tổ chức trên toàn tiểu bang hỗ trợ người già, người nội trợ và những người mong manh về mặt y tế. Khoản tài trợ này sẽ hỗ trợ các tổ chức đã cung cấp viện trợ rất cần thiết cho các nhóm dân số dễ bị ảnh hưởng bởi COVID-19, bằng cách hỗ trợ mua sắm thực phẩm, giao đồ ăn, vận chuyển đến các cuộc hẹn y

tế, việc vật khản cấp và giao tiếp xã hội trong thời gian xa cách.

Thống đốc Ducey nói: "Arizona tiếp tục tập trung vào việc bảo vệ sức khỏe cộng đồng, đặc biệt là đối với những người có nguy cơ cao nhất như người cao niên và những người dễ bị tổn thương về mặt y tế. Các tình nguyện viên và các tổ chức cộng đồng trên toàn tiểu bang đang làm việc cả ngày lẫn đêm để hỗ trợ cho những người chăm sóc họ thông qua việc cung cấp thực phẩm, vận chuyển và các dịch vụ khác - và chúng tôi tự hào hỗ trợ những nỗ lực của họ."

Cơ quan nhận tài trợ bao gồm: Foundation for Senior Living (statewide), Benevilla, và Aster Aging

Thống đốc Ducey công bố 100.000 đô la để hỗ trợ trẻ em chăm sóc ngoài gia đình

Thống đốc Doug Ducey hôm 18-5-2020 tuyên bố tài trợ 100.000 đô la từ Quỹ cứu trợ AZ coronavirus đã được phân bổ cho các tổ chức hỗ trợ các gia đình nuôi dưỡng. Khoản tài trợ này sẽ được sử dụng để hỗ trợ nhu cầu gia tăng về nguồn cung cấp, dịch vụ và nhu cầu giáo dục cho hơn 14.000 trẻ em Arizona trong chăm sóc ngoài gia đình và các gia đình chăm sóc chúng.

Những nơi nhận tài trợ này bao gồm: Arizona Friends of Foster Children Foundation và Boost a Foster Family.

TSMC xây dựng nhà máy Semiconductor tiên tiến ở Arizona

Thống đốc Doug Ducey hôm 14-5-2020 tuyên bố rằng sau một cuộc tìm kiếm quốc gia, Công ty Sản xuất Semiconductor Đài Loan (TSMC: Taiwan Semiconductor Manufacturing Company) đã chọn Arizona cho nhà máy semiconductor tiên tiến mới nhất của họ ở Hoa Kỳ. Dự án sẽ tạo ra hơn 1.600 việc làm công nghệ cao mới và tạo ra hàng ngàn việc làm bổ sung trong tiểu bang cho các nhà cung cấp và các công ty khác trong ngành công nghiệp semiconductor. Tổng chi tiêu của TSMC trong dự án này, bao gồm cả chi phí vốn, sẽ vào khoảng 12 tỷ đô la từ năm 2021 đến năm 2029.

Arizona từ lâu đã là một trung tâm cho các ngành công nghiệp sản xuất và semiconductor tiên tiến. Lực lượng lao động lành nghề của tiểu bang, chuỗi cung ứng mạnh, vị trí địa lý chiến lược, cam kết về các chính sách đổi mới và chất lượng cuộc sống chưa từng có đã tiếp tục thúc đẩy tăng trưởng công nghiệp và động lực kinh tế nhanh chóng. Cơ sở mới này của Hoa Kỳ sẽ cho phép TSMC cung cấp dịch vụ nâng cao cho khách hàng và đối tác và tăng khả năng thu hút nhân tài toàn cầu.

Cơ sở sẽ sử dụng công nghệ 5 nanomet TSMC cho chế tạo semiconductor wafer và có khả năng sản xuất 20.000 tấm wafer mỗi tháng. Việc xây dựng được lên kế hoạch bắt đầu vào năm 2021 với mục tiêu sản xuất sẽ bắt đầu vào năm 2024. Cơ sở ở Arizona sẽ là công ty sản xuất thứ hai hoạt động tại Hoa Kỳ.

Một số địa điểm trong Thành phố Phoenix vẫn đang được đánh giá cho vị trí của nhà máy. Cơ quan Thương mại Arizona sẽ tiếp tục làm việc với TSMC, chính quyền Hoa Kỳ, Thành phố Phoenix và Hội đồng Kinh tế Greater Phoenix để hoàn thiện tất cả các khía cạnh của dự án.

Thống đốc Ducey công bố 300.000 đô la cho người dân Arizona cần

Thống đốc Doug Ducey ngày 20 tháng 5 đã công bố tài trợ 300.000 đô la cho các tổ chức cung cấp người dân Arizona cần hỗ trợ thuê nhà, telehealth và vận chuyển đến các dịch vụ y tế. Cơ quan nhận tài trợ, St. Vincent de Paul và Open Hearts, sẽ sử dụng tài trợ để giúp những người dân dễ bị tổn thương tránh bị trục xuất và truy cập các dịch vụ cần thiết để bảo vệ sức khỏe. Những đô la này đến từ Quỹ phòng chống khủng hoảng và an toàn khủng hoảng, được thành lập theo thỏa thuận ngân sách lưỡng đảng Arizona.

St. Vincent de Paul đã được trao 250.000 đô la và sẽ sử dụng số tiền này để tiếp tục giúp những người dân Arizona có nguy cơ tránh bị trục xuất thông qua Chương trình Hỗ trợ cho thuê. Chương

trình Hỗ trợ Cho thuê cung cấp tài trợ khẩn cấp để ngăn chặn tình trạng vô gia cư và giúp những người có nhu cầu lấy lại tự túc. Chỉ riêng trong năm nay, St. Vincent de Paul đã hỗ trợ hơn 200 gia đình hỗ trợ tiền thuê nhà.

Open Hearts đã được trao 50.000 đô la và sẽ sử dụng tài trợ để cải thiện khả năng tiếp cận công nghệ và tài nguyên từ xa cho các gia đình có gặp khó khăn. Điều này sẽ giúp các gia đình có nhu cầu tiếp tục kết nối với các dịch vụ telehealth và vận chuyển đến các dịch vụ sức khỏe và y tế.

Quỹ Cứu Trợ Arizona Coronavirus đã quyền được hơn 8.2 triệu đô-la để hỗ trợ người dân Arizona cần giúp đỡ, các chuyên gia y tế tuyến đầu

Thống đốc Doug Ducey hôm 18/5/2020 đã công bố Công ty Điện Lực Salt River Project (SRP) đã tặng 100.000 đô la cho Quỹ cứu trợ AZ coronavirus, hỗ trợ các công nhân tiền tuyến và nỗ lực giảm thiểu tác động y tế và kinh tế của COVID-19 tại Arizona. Đến nay, quỹ đã nhận được hơn 8.2 triệu đô la tiền quyền góp. Thống đốc Ducey nói: "Cảm ơn SRP vì đã hỗ trợ cho người dân Arizona và giúp đảm bảo chúng ta trở lại mạnh mẽ hơn bao giờ hết."

Thống đốc Ducey đã thành lập Quỹ cứu trợ AZ Coronavirus như một phần của sáng kiến Arizona Together, kết nối các cá nhân và doanh nghiệp với các nguồn lực, quyền tiền cho các tổ chức cộng đồng và cung cấp thông tin về các cơ hội tình nguyện.

"Chuyên gia SRP rất biết ơn những nhân viên y tế tuyến đầu và những người phản ứng đầu tiên đã hành động một cách vô tư để giữ cho chúng ta an toàn và khỏe mạnh trong cuộc khủng hoảng chưa từng có này," ông Martin Hummel, CEO của SRP cho biết. "Cùng nhau qua Arizona, chúng tôi muốn giúp bảo đảm những người đàn ông và phụ nữ dũng cảm này có những vật dụng họ cần để giữ an toàn trong khi tiếp tục cung cấp các dịch vụ quan trọng cho tất cả chúng ta."

Vào tháng Tư, Quỹ Ben và Catherine Ivy đã quyên góp 5 triệu đô la để hỗ trợ việc mua PPE bao gồm 1,1 triệu mặt nạ N-95. Những đóng góp khác cho Quỹ cứu trợ AZ coronavirus bao gồm 1 triệu đô la từ Michael Bidwill, Chủ tịch của Arizona Cardinals; 1 triệu đô la từ Jerry Simms, chủ sở hữu của Trường đua Turf Paradise; và đóng góp từ Arizona Public Service (APS), Southwest Gas, Blue Cross Blue Shield of Arizona, Waymo, VanTrust Real Real và Valley Toyota Dealers. Ngân hàng Western Alliance đã tặng 150.000 đô la cho Quỹ cứu trợ AZ coronavirus, hỗ trợ các chuyên gia y tế và gia đình tại Arizona.

Tổng thống Trump thăm Phoenix và cơ sở Honeywell

Tổng thống Donald Trump đã đến Phoenix vào trưa hôm 5/5/2020 để thảo luận về các vấn đề tranh chấp giữa các bộ lạc thổ dân và thăm hãng Honeywell nơi chế tạo khẩu trang N95 và thiết bị bảo vệ cho nhân viên y tế trong đại dịch coronavirus.

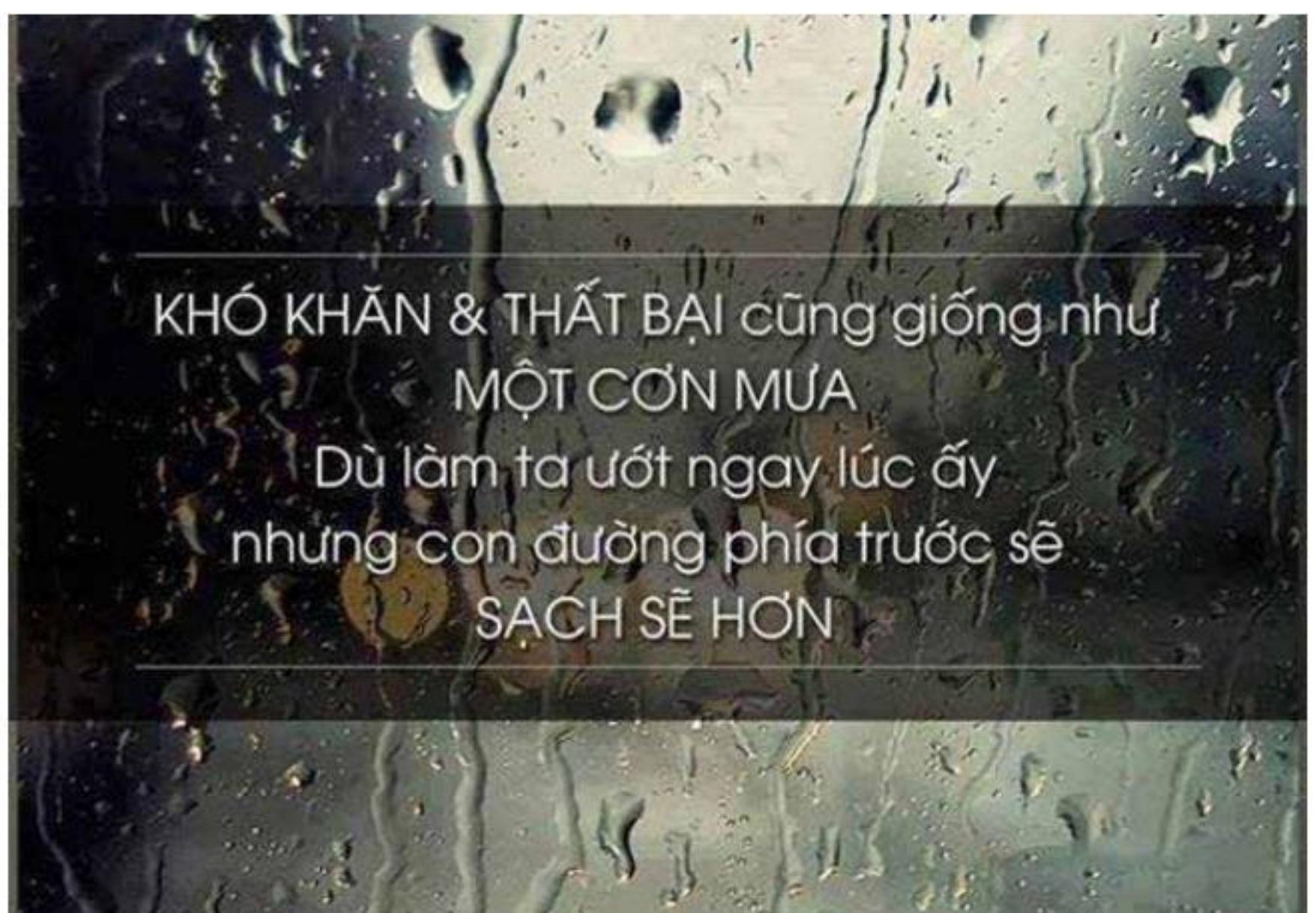
Sau hơn một tháng ở Tòa Bạch Ốc, Washington, Tổng thống Trump đã dành ra 2 tiếng rưỡi để tham quan nhà máy Honeywell sản xuất mặt nạ N95 và họp bàn tròn giải quyết các vấn đề tranh chấp giữa các bộ lạc thổ dân Indian bản địa. Hãng Honeywell đã tuyên bố vào cuối tháng 3 vừa qua rằng họ sẽ bắt đầu sản xuất khẩu trang N95 tại cơ sở ở Phoenix, và sẽ tạo ra hơn 500 việc làm tại đây.

Nhiều cơ quan truyền thông cánh tả đã chỉ trích Tổng thống Trump đã không mang khẩu trang và hỏi liệu lần này viếng thăm Phoenix, ông sẽ mang hay không mang khẩu trang. Tổng thống trả lời: *"Nếu tôi đến viếng thăm một cơ sở sản xuất mặt nạ, tôi sẽ mang khẩu trang chứ. Tuy nhiên, tôi không biết tôi có phải phát biểu không? Nếu tôi phải nói chuyện trước đám đông thì làm sao mà nói khi đeo mặt nạ đây?"*

Sự xuất hiện của Tổng thống Trump kỳ này là dấu hiệu của sự mở cửa kinh

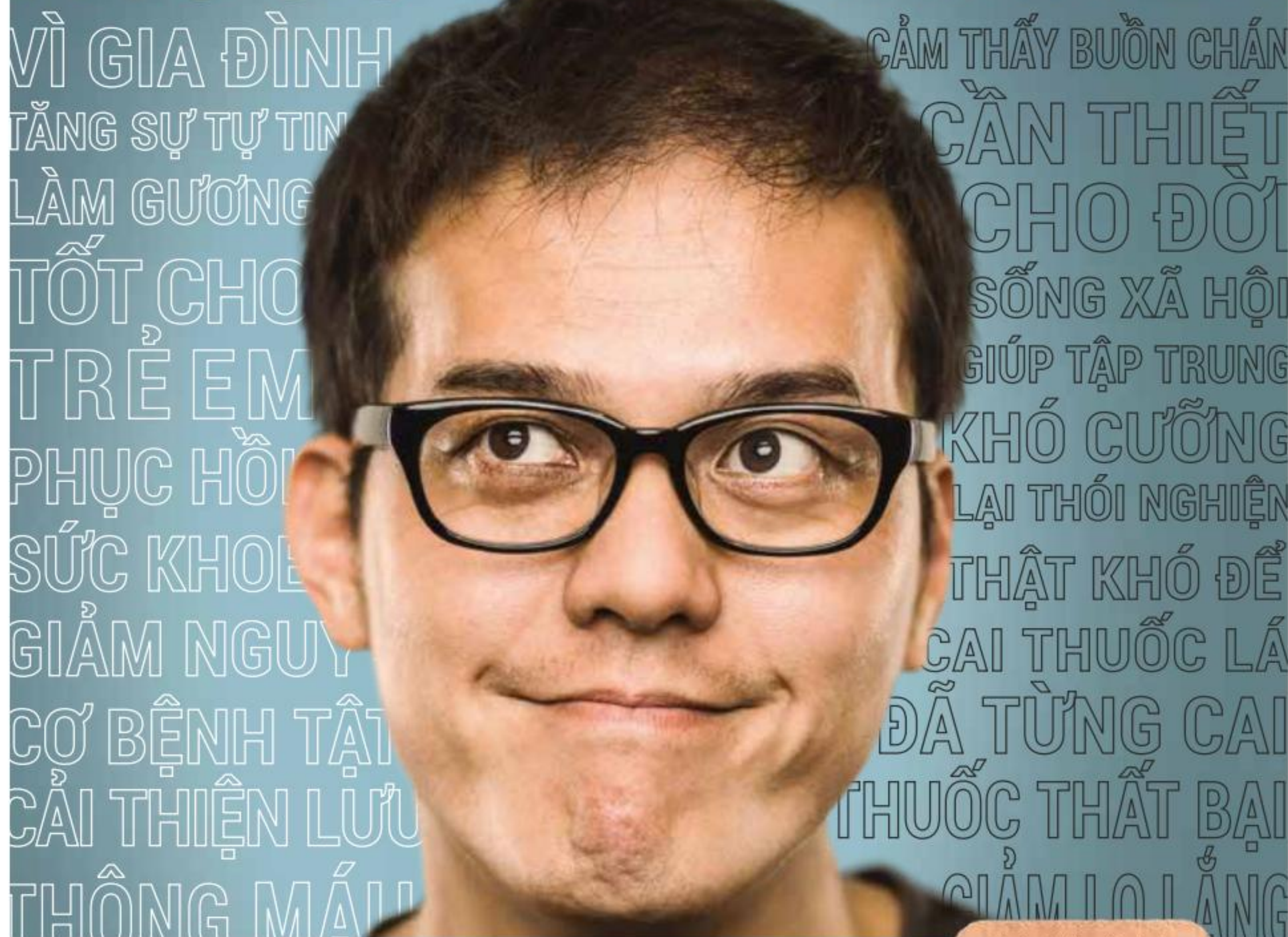


tế Hoa Kỳ. Tổng thống Trump muốn đích thân cảm ơn công ty và nhân viên Honeywell đã giúp cung cấp thiết bị y tế trong mùa đại dịch. Tổng thống Trump cũng nói thêm: *"Chúng tôi đến thăm cơ sở Honeywell. Cảm ơn họ và toàn thể nhân viên ở đây đã làm được công việc đáng ngợi khen trên nhiều tuyến đầu. Vì vậy, tôi tôn trọng một công ty tuyệt vời và một tiểu bang tuyệt vời: tiểu bang Arizona!!!"*



KHÓ KHĂN & THẤT BẠI cũng giống như
MỘT CƠN MƯA
Dù làm ta ướt ngay lúc ấy
nhưng con đường phía trước sẽ
SẠCH SẼ HƠN

MUỐN CÀI KHÔNG MUỐN THUỐC LÁ CÀI THUỐC LÁ



Dù nên bỏ hút thuốc hay không hoặc đang cân nhắc việc bỏ thuốc lá, bạn đừng lo ngại! Hãy gọi cho chúng tôi để mọi thắc mắc được trả lời và để có thể dùng những dịch vụ hỗ trợ:

- Nhân viên tư vấn giúp bằng tiếng Việt
- Tư vấn qua điện thoại theo từng trường hợp
- Miếng dán nicotine gửi đến tận nhà
- Tài liệu giúp bỏ thuốc lá bằng tiếng Việt

Tất cả dịch vụ hoàn toàn miễn phí!

Xin vui lòng gọi **1.800.778.8440** hoặc ghi danh trên trang mạng **www.asq-viet.org**

Trung Tâm CÀI THUỐC LÁ Dành Cho Người Việt là một dịch vụ của Asian Smokers' Quitline (ASQ)



© 2018 University of California. Made possible by the Asian Smokers' Quitline with partial funding for quitline support by the U.S. Centers for Disease Control and Prevention.

AMELIA EARHART

Nữ Phi Công Nổi Tiếng



Lâm Đan

4/16/2020

LTG: Tháng Năm là tháng lễ Mother's Day, để nhớ ơn công lao của người Mẹ, cũng là dịp vinh danh những người nữ đặc biệt. Tôi bỗng nhớ lại bốn câu thơ của tác giả Trần-Trung-Đạo:

Nhất chiếc phon (phone) lên bỗng lặng người,

Giọng buồn hơn cả tiếng mưa rơi.

Ví mà tôi đổi thời gian được,

Đổi cả thiên thu tiếng mẹ cười.

Xin giới thiệu nữ phi hành gia Amelia Earhart, người nữ phi công đầu tiên bay vòng quanh trái đất. Những dữ kiện, hình ảnh lấy từ Yahoo Search, Wikipedia...

Bà Amelia Mary Earhart (sinh ngày 24 tháng Bảy năm 1897) là con của ông Samuel "Edwin" Stanton Earhart và bà Amelia "Amy", sinh ở Atchison, tiểu bang Kansas, gốc từ dân Đức. Chị bà là Grace Muriel Earhart.

Hồi còn nhỏ, bà đã thích chơi đùa, phá như leo cây, săn chuột bằng súng, nuôi trùng, sâu bọ... Bà học tại nhà cho đến lớp thứ bảy thì vào trường công lập.

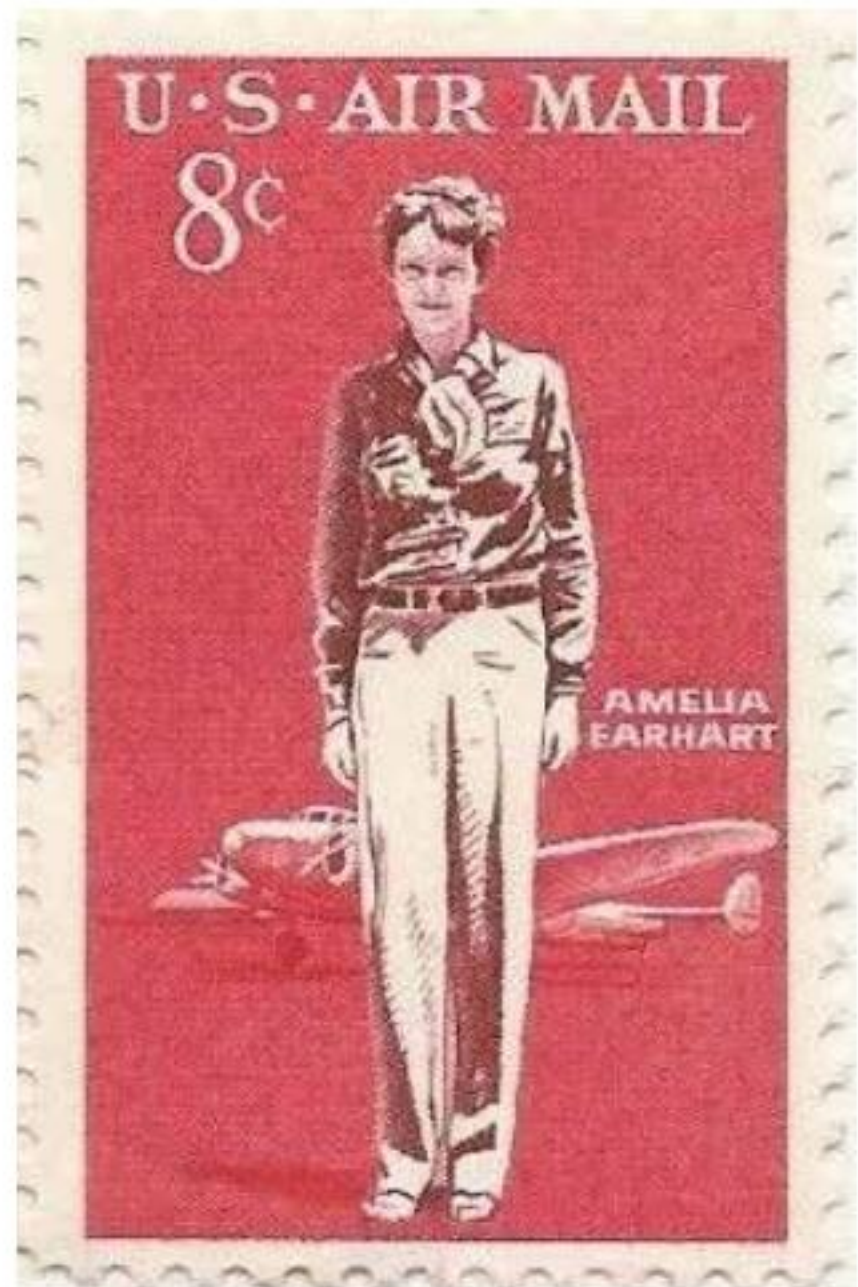
Vì công việc làm của cha bà, gia đình đã dọn về thành phố Chicago và bà Earhart

đã học tại trường Trung học Chicago's Hide Park và ra High School năm 1916.

Bà tiếp tục lên đại học, nhưng học chẳng ra gì. Vào năm 1918 có bệnh dịch Spanish Flu, bà vào bệnh viện làm nữ y tá và bị lây bệnh, với hậu quả của bệnh này làm bà bị khó khăn sức khỏe trong những công việc của bà trong thời gian tới.

Trong thời buổi này bà gặp vài cơ hội dẫn bà vào ngành hàng không. Gia đình bà lại dọn về Long Beach, California. Bà xin học về ngành Hàng không với bà Anita "Neta" Snook và phải trả \$1000 đô là tiền bà để dành khi đi làm.

Năm 1921 bà mua chiếc máy bay the Airste và bay cao 14000 feet (4300 mét), đem lại cho bà danh dự là người đàn bà đầu tiên đã bay cao như vậy.



Vì hoàn cảnh gia đình bà và mẹ dọn về thành phố Boston, Bắc Mỹ, và bắt đầu đi dạy, viết báo, hoạt động trong những hội đoàn hàng không.

Chuyến bay đầu tiên qua biển Đại Tây Dương

Năm 1929 ông Charles Linbergh đã bay một mình qua Đại Tây Dương (Atlantic Ocean). Bà Amy Guest, và ông Hilton Railey đã liên lạc với bà Earhart và hỏi bà có dám bay qua biển Đại Tây Dương hay không?

Bà Earhart đã nhận lời, nhưng vì bà chưa có nhiều kinh nghiệm, nên người lái máy bay chính là ông Wilmer Stultz và người lái phụ là ông Louis Gordon lo phần máy vô tuyến; bà Earhart chỉ lo phần sổ sách, ví dụ ghi lại ngày giờ những trạm bay... Họ bay từ Trepassey Harbor Newfoundland với chiếc máy bay "Friendship" vào ngày 17 tháng Sáu 1928, và tới Burrey Port, South Wales sau 20 giờ 40 phút bay.

Bà Earhart và hai người đồng hành được đón tiếp nồng hậu ở Southhampton, England, và ở Manhattan, New York, và được gặp gỡ Tổng thống Hoover.

Sau chuyến bay này bà đã dùng danh tiếng để làm quảng cáo cho nhiều việc, ví dụ quảng cáo cho hãng thuốc lá Lucky Strike, quần áo phụ nữ cho tiệm Macy, lập với Charles Linbergh danh hiệu Transcontinental Transport (TAT, sau đổi thành TWA) của hãng máy bay Northeast Airlines v.v... Ngoài ra, bà cũng tham dự nhiều tranh giải và giữ nhiều chức vụ quan trọng trong Woman's Air Derby, National Aeronautique International (FAI).

Năm 1931 bà lập gia đình với ông George P. Putnam, là người đã giúp đỡ bà trong nhiều năm trong những lãnh vực khác nhau.

Bay qua biển Đại Tây Dương lần thứ hai



Vào ngày 20 tháng Năm năm 1932, bà khởi hành từ Harbor Grace, Newfoundland. Ông B. Balchen đã giúp đỡ bà để sửa soạn chuyến bay này. Bà bay một mình trong chuyến bay, và đã đến nơi sau 14 giờ 56 phút, nghĩa là 6 giờ ít hơn chuyến bay trước (xem đoạn trên), mặc dù đã gặp nhiều khó khăn về thời tiết như gió bão, mưa đá và các khó khăn kỹ thuật khác...

Bà hạ cánh xuống Culmore, Bắc Ireland. Sau chuyến đi bà nhận được nhiều mề đai của Congress Mỹ, của Tổng thống Herbert Hoover v.v... Nhân dịp này bà được biết bà Eleanor Roosevelt và hai người trở thành bạn thân với nhau.

Chuyến Bay vòng quanh trái đất năm 1937

Vào năm 1936 bà Earhart bắt đầu sửa soạn chương trình bay vòng quanh trái đất và là chuyến bay của bà lâu dài nhất, 29000 dặm (17000 kí lô mét). Bà làm việc chung với công ty Lockheed Aircraft để chế tạo chiếc máy bay Lockheed Electra 10E.

Lúc đầu bà định chọn ông Manning là người phi công phụ; tuy nhiên vì ông Putnam và Mantz nghi ngờ tài năng của ông Manning nên bà cho ông E. Noonan thay thế. Tuy nhiên, bà Earhart và ông Noonan không có người nào

biết gì về vô tuyến (Radio operation), để liên lạc với những trạm phi cơ hay những tàu bè khi cần thiết.

Bà bay thử hai lần, lần thứ hai được 22000 dặm, còn đường còn lại 7000 dặm là bay qua biển Thái Bình Dương.

Lộ trình bay của bà là như sau:

- Đã bay qua: Từ Oakland CA, qua Puerto Rico >> Brazil (Nam Mỹ) >> Senegal, Sudan (Phi Châu) >> East Africa >> India, Burman (Á Châu) >> Australia.

- Đường còn lại: Howland, New Guinea >> Honolulu >> Oakland, CA.

Từ Úc Châu (Australia) bà Earhart và ông Noonan bay tới đảo Howland thuộc xứ New Guinea, nhưng khi gần tới đích thì hai người gặp khó khăn về vô tuyến, nên họ không liên lạc được với tàu USCGC Itasca để được hướng dẫn đến đảo Howland. Máy bay của bà Amelia Earhart bị mất tích vào ngày 2 tháng Bảy năm 1937. Vì dù sau đó nhiều tàu đã tham dự vào việc tìm kiếm nhưng không thấy tông tích của bà Earhart và ông Noonan.

Đúng là số "tài hoa bạc mệnh". Người đẹp mà giỏi thì không sống lâu được theo luật "Cộng Trừ" của thiên nhiên, như bà Grace Kelly 53 tuổi, Lady Diana 36, Marilyn Moroe 36.

Hình 3: Lộ trình chuyến bay vòng quanh thế giới. Đoạn cuối là bay từ Australia qua Honolulu về Oakland, Mỹ - điểm chữ thập đỏ là nơi bà bị mất tích



THÔNG BÁO

*của Tín đồ Phật
Giáo Hòa Hảo,
Arizona*

Chúng tôi là tín-đồ Phật-Giáo Hòa-Hảo ở tiểu bang Arizona. Chúng tôi hiện có một số quyển **SẮM GIẢNG THI VĂN TOÀN BỘ của Đức Huỳnh Giáo-Chủ Đạo Phật-Giáo Hòa-Hảo**, ấn bản năm 2014.

Quý đồng-đạo và thân hữu muốn nhận được quyển SẮM GIẢNG này, xin gửi thư liên-lạc về địa-chỉ: 1112 S. Central Ave., Avondale, AZ 85323-2824, hoặc gửi email cho nghiathan-husa@yahoo.com. Chúng tôi sẽ gửi biểu quyển Sắm Giảng qua đường bưu điện tới quý vị.

International 8Market

CÓ CÁC LOẠI THỰC PHẨM VIỆT NAM - ẤN ĐỘ - PHI LUẬT TÂN - LÀO



NGÔI CHỢ LÝ TƯỞNG CHO NGƯỜI VIỆT TẠI VÙNG PHOENIX

NEW

"Chợ có khu vực bán **FOOD TO GO** với nhà bếp đầy đủ equipment muốn cho thuê, điều kiện dễ dàng. Nếu ai thật lòng muốn thuê, xin liên lạc: (623) 476-6668



ĐẦY ĐỦ CÁC LOẠI THỰC PHẨM Á ĐÔNG:

- Thịt, Cá, Rau tươi
- Đầy đủ các loại gia dụng
- Đủ các mặt hàng tươi và khô
- SEAFOOD: Tôm, Cá, Cua tươi
- Phẩm chất, Tươi tốt!

(602) 841-3500

3557 W. Dunlap Ave, Phoenix AZ 85051
(Góc đường 35 Ave/Dunlap Ave)

GIỜ MỞ CỬA:

Thứ hai đến thứ bảy: 09:00 am – 08:30 pm

Chủ nhật: 09:00 am – 08:00 pm

SALE

RAU CẢI TRÁI CÂY, THỊT CÁ VỀ TIỆM
MỖI TUẦN 2 LẦN VÀO THỨ BA VÀ THỨ SÁU
ĐỂ HÀNG LUÔN TƯƠI TỐT PHỤC VỤ QUÝ KHÁCH.

GIẢM GIÁ
10%

1901 W. WARNER RD, CHANDLER AZ 85224

sun valley
eye care

Myopia Control Clinic

Hãy giúp **THỊ GIÁC** của con bạn
Tránh bị **CẬN THỊ** nặng hơn

CHANTELLE M. CLARIZIO, OD
LOCH. PHAM, OD

At SunValley Eye Care

KHÔNG CẦN | Đeo kính
Đeo contact lenses
Phẫu thuật
Các ống kính định hình lại giống
như niềng đôi mắt

Nhiều sự lựa chọn hiện đại và an toàn
để kiểm soát độ cận thị như
orthokeratology, multifocal lenses, atropine



MYOPIC EYE



LENS ON EYE



LENS RESHAPING
CORNEA



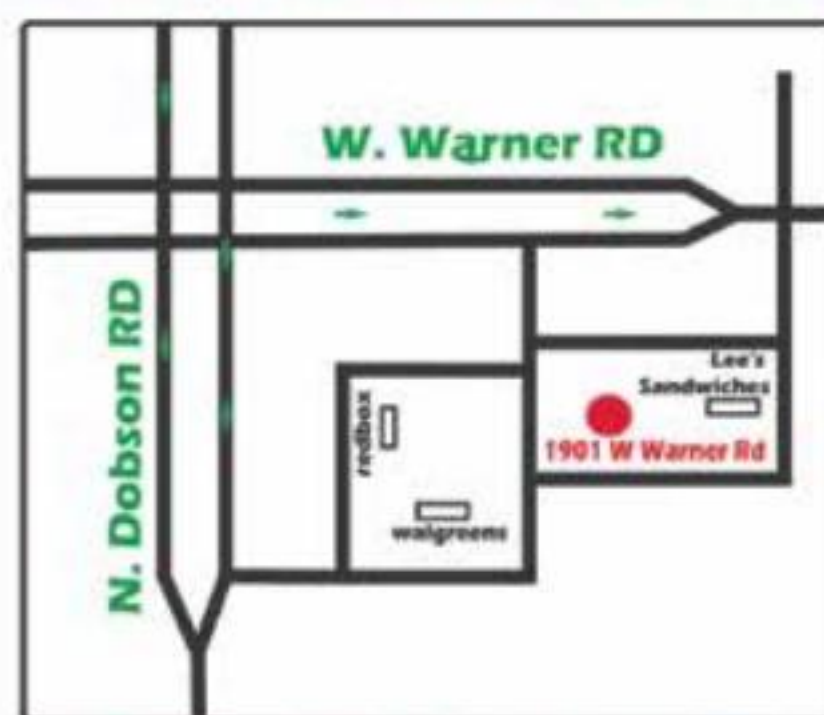
LENS REMOVED



CORRECTED VISION

Hãy đưa con em của quý vị đến với chúng tôi
để được khám miễn phí với phương cách trị liệu mới
an toàn sử dụng Paragon Corneal Refractive Therapy

(480) 812 2010



Góc Đông Nam đường Dobson và đường Warner
(cạnh Lee Sandwiches)

WWW.SUNVALLEYEYECARE.COM



CÁC CHUYÊN GIA Y TẾ KHUYÊN CHÚNG TA NÊN LÀM GÌ TRONG MÙA HÈ NÀY?

Tác giả Katherine Shaver - Thanh Mai phỏng dịch

Thông thường ai cũng trông hè về để gia đình có dịp sum vầy và cùng nhau khám phá những địa điểm thú vị qua những chuyến đi du lịch hè, vừa trốn cái nắng gay gắt vừa có thời gian thoải mái bên gia đình thân yêu. Nhưng mùa hè năm nay không giống với những mùa hè trước đây. Mùa hè trong thời kỳ đại dịch đang diễn ra, đã khiến cho nhiều người lo lắng, không biết có nên đi đến các hồ bơi công cộng không? Có nên đi du lịch mùa hè không? Ở khách sạn có an toàn không? Có nên cho con em tham gia vào các trại hè không? v.v. Nói chung chúng ta có rất nhiều câu hỏi đặt ra và làm thế nào giữ được sự an toàn cho bản thân, cho gia đình và những người xung quanh trong mùa hè này.

Sau đây mời quý độc giả cùng chúng tôi xem những chia sẻ của 3 người chuyên gia y tế và sự lựa chọn của họ cho những hoạt động an toàn cùng những biện pháp phòng ngừa trong mùa hè này.

Theo Dr. Richard Jackson, bác sĩ nhi khoa và là giáo sư ưu tú của trường UCLA Fielding School of Public Health: *"Chúng ta phải có những hoạt động vui chơi lành mạnh trong mùa hè này, nhưng chúng ta cần phải làm điều đó thật cẩn thận và khác biệt cho đến khi chúng ta kiểm soát được sự lây nhiễm của dịch bệnh".*

Cô Marybeth Sexton, giáo sư trợ lý tại Đại học Y Emory, cho biết cô nhận thức được rằng nguy cơ phơi nhiễm đang gia tăng khi ngày càng có nhiều người mạo hiểm hơn. Theo cô Sexton, *"Tôi thực sự cố gắng giữ những hoạt động trong phạm vi nhỏ và nếu được ngoài trời càng tốt, và nhất là với những người sẽ mang khẩu trang".*

Cô Julie Fischer, Phó giáo sư về vi trùng học và hệ miễn dịch học tại Đại học Georgetown, cho biết cô và gia đình sẽ vẫn cảnh giác cao độ để họ có thể cảm thấy an toàn hơn khi đến thăm ông bà vào mùa hè. *"Tôi đã nghĩ về việc tôi tiếp xúc với những người khác như thế nào, đặc biệt là những người có nền tảng rủi ro mà chúng tôi không biết nhiều về họ."*

Nói chung, chúng ta sẽ phải cân nhắc nhiều điều khi quyết định đi đâu và làm

gì trong mùa hè này. Theo các chuyên gia cho biết họ sẽ tiếp tục hạn chế tiếp xúc với bất kỳ ai bên ngoài gia đình của họ và nếu có sẽ chỉ là những cuộc họp mặt nhỏ mà thôi.

Có nên đi đến các hồ bơi công cộng trong mùa hè này không?



Mặc dù nhiều bể bơi công cộng đóng cửa, nhưng vẫn có một số hồ bơi mở cửa vào mùa hè này. Theo lời các chuyên gia, họ sẽ cân nhắc việc đi đến các bể bơi. Bản thân hồ bơi có rủi ro tương đối thấp vì chlorine thường diệt chết virus. Tuy nhiên, những hoạt động xung quanh bể bơi mới là điều đáng lo ngại: những đứa trẻ tung tăng chơi đùa gần nhau, mọi người tụ tập tại các quầy bar mua thức uống và thức ăn nhẹ, những người đi bơi cùng nhau tụ thành nhóm trong phòng thay đồ...

Khi đến hồ bơi, bạn nên chú ý đến môi trường xung quanh hồ bơi xem có an toàn không, chẳng hạn như những chiếc ghế xếp cách xa nhau. Các dấu hiệu nhắc nhở mọi người cách xa nhau và đánh dấu trên sàn nhà để giúp mọi người cách xa nhau 6 feet trong lúc xếp hàng mua nước hoặc thức ăn nhẹ tại các quầy bar. Xem nhân viên có đeo khẩu trang, phòng vệ sinh có được khử trùng thường xuyên và luôn có xà phòng để rửa tay không? Một cách an toàn là tránh các hồ bơi wading pool đông

người, tốt nhất là nên chọn hồ bơi lap dài có đường dây ngăn ra cho mỗi người bơi riêng.

Tuy vậy, các chuyên gia vẫn cho là hồ bơi còn nhiều rủi ro. Chẳng hạn như ở các hành lang, cửa ra vào, và trong trường

hợp có trẻ con, thật khó mà kiểm soát giữ chúng trong khoảng cách an toàn... Các chuyên gia khuyên nếu bạn có đi đến hồ bơi, nên mang theo thức ăn nhẹ và nước uống để khỏi phải xếp hàng mua, cũng như tự mang theo khăn tắm và nước rửa tay khô để lau tay ngay sau khi chạm vào cửa, hành lang hay các nơi công cộng.

Chúng ta có nên đi đến các bãi biển trong mùa hè này không?



Cả ba chuyên gia đều cho biết, vì bãi biển ở ngoài trời nên có rủi ro cũng tương đối thấp. Tuy nhiên, điều họ quan tâm đó là đám đông và liệu mọi người có ý thức cách xa nhau trong phạm vi 6 feet không? Họ cho biết họ sẽ đi ra biển, nhưng nếu họ đến đó và thấy

đông người, họ sẽ quay về. Ngoài ra, các chuyên gia còn khuyên chúng ta nếu có đi biển thì cũng nên để ý đến các nhà vệ sinh xem nơi đó có được thường xuyên quét dọn sạch sẽ, có xà phòng rửa tay không? Ở đó có đông người tụ tập ở cửa ra vào không? Bạn cũng nên đeo khẩu trang trong trường hợp tiếp cận gần với những người xung quanh.

Chúng ta có nên đi du lịch bằng máy bay không?



Cả ba chuyên gia đều nói rằng họ sẽ tránh đi du lịch bằng máy bay trong lúc này nếu có thể. Du lịch bằng máy bay sẽ có 3 nguy cơ sau đây: Ở trong phòng kín, phải tiếp xúc gần gũi với những hành khách lạ ngoài gia đình mình. Nguy cơ đáng lo ngại nhất là khi đám đông tập trung vào một không gian nhỏ, hít thở trong cùng một bầu không khí trong phòng kín trong một thời gian dài suốt lộ trình. Vì vậy, các chuyên gia khuyên chúng ta nên lái xe thay vì đi bằng máy bay.

Nếu cần phải bay, các chuyên gia khuyên chúng ta cần phải hết sức cẩn thận, không nên điều chỉnh hoặc chạm tay vào khẩu trang, từ lúc bước vào sân bay, ở trong phòng đợi, lúc khởi hành lên máy bay, cho đến khi đáp xuống chuyến bay, và rời sân bay. Mỗi lần điều chỉnh khẩu trang hoặc chạm vào mặt hay mắt, sẽ làm tăng nguy cơ lây nhiễm.

Hầu hết các hãng hàng không Hoa Kỳ - và một vài sân bay, bao gồm ở Los Angeles và San Francisco - yêu cầu hành khách phải đeo khẩu trang bắt đầu vào cuối tháng Năm. Cô Fischer cho biết cô cũng sẽ mang theo găng tay và khăn giấy lau khử trùng xung quanh chỗ ngồi trên máy bay, gồm lau bàn khay, chỗ gác tay, nút gọi, dây xích belt, và bất kỳ bề mặt nào khác và cô sẽ bỏ găng tay hay rửa hoặc khử trùng tay ngay sau khi đáp xuống chuyến bay. Riêng cô Sexton cho biết, cô vẫn chưa cảm thấy an toàn khi bay, bởi vì cô lo ngại sẽ phải ở gần người khác khi di chuyển qua sân bay, đợi ở

cổng và ngồi trên một chiếc máy bay có khả năng đông đúc. Trong lúc này, cô Sexton nói, "tôi nghĩ rằng bạn càng tiếp xúc ít người thì càng tốt".

Còn Jackson, anh nói rằng anh ấy sẽ không muốn bay ngay bây giờ nhưng nếu anh ấy sẽ phải bay cuối tháng 8 về thăm gia đình, hy vọng khi đó dịch bệnh COVID-19 sẽ giảm bớt, anh sẽ đeo khẩu trang, như một biện pháp tôn trọng người khác, và đeo găng tay để lau sạch mọi thứ xung quanh chỗ ngồi trên máy bay. Anh cũng nói rằng anh cảm thấy thoải mái với các hãng hàng không hứa sẽ khử trùng máy bay giữa các chuyến bay và anh cho rằng rằng hệ thống thông gió của các máy bay thực sự khá tốt.

Bạn có nên đi du lịch bằng xe trong lúc này không?



Đây có lẽ là sự lựa chọn thích hợp nhất của các chuyên gia cho việc du lịch trong mùa hè này, nhưng tốt nhất là chỉ du lịch bằng xe với những thành viên trong gia đình mình thôi. Những rủi ro chính trong việc du lịch bằng xe, có lẽ là ở các trạm xăng, cửa hàng tiện lợi, nhà hàng bán thức ăn nhanh, và nhà vệ sinh công cộng... Cả ba chuyên gia đều khuyên bạn nên đeo khẩu trang bên trong các tòa nhà và bạn nên rửa tay hoặc vệ sinh tay ngay sau khi dừng xe, đặc biệt là ngay sau khi bơm xăng và sử dụng nhà vệ sinh công cộng. Sexton cho biết cô sẽ chọn lái xe order drive through thay vì vào ăn trong nhà hàng. Khi sử dụng nhà vệ sinh, Jackson cho biết anh sẽ tránh sử dụng máy sấy tay trong nhà vệ sinh vì chúng thổi các hạt không khí bay xung quanh. Thay vào đó, anh sẽ mang khăn giấy theo để lau khô tay, tắt vòi nước, và dùng khăn giấy để mở cửa ra vào nhà vệ sinh.

Bạn có nên đến thăm ông bà, cha mẹ trong lúc này không?



Vì người cao niên, có nguy cơ mắc nhiễm cao, các chuyên gia cho biết, họ sẽ hết sức cẩn thận để giữ

khoảng cách an toàn và cho mọi người đeo khẩu trang và rửa hoặc vệ sinh tay thường xuyên. Các chuyến thăm ngắn hơn ngoài trời sẽ là tốt nhất, họ nói. Fischer cho biết cô sẽ cực kỳ nghiêm khắc với chính mình bằng cách ở nhà trong 14 ngày trước khi đến viếng thăm ông bà hay cha mẹ. Và mặc dù bạn rất muốn bày tỏ sự vui mừng thương yêu khi gặp ông bà, cha mẹ bằng những cái ôm, nhưng bạn hãy kiểm chế vì sự an toàn cho người thân của bạn, hãy duy trì khoảng cách của bạn với người thân yêu. Nếu bạn thực sự có thể giữ khoảng cách sáu feet và đeo mặt nạ khi đến thăm, thì có lẽ không sao. Tuy nhiên, nên tránh những tiếp xúc lâu dài trong phòng kín.

Bạn có nên ở khách sạn khi du lịch mùa hè này?



Cả ba người đều đồng ý là họ sẽ ở khách sạn, nhưng họ sẽ tăng sự thoải mái bằng cách mang theo chất khử trùng để quét sạch các bề mặt thông thường trong phòng, như tay nắm cửa, vòi trong phòng tắm và remote điều khiển TV. Cô Sexton cho biết, cô sẽ cố gắng sắp xếp lịch trình du lịch để tránh ở lại qua đêm nếu có thể. Nhưng nếu cần phải ở lại khách sạn, cô ấy sẽ gọi điện thoại trước để hỏi chi tiết về việc nhân viên dọn phòng, nhân viên tiếp tân và các nhân viên khác được kiểm tra các triệu chứng trước khi vào ca làm việc và cách vệ sinh phòng giữa các khách check out. Cô cũng khuyên bạn nên tránh sử dụng nhà hàng bên trong khách sạn, phòng tập thể dục hoặc hồ bơi vì bạn không biết ai đã ở đó trước bạn và liệu khách sạn có cách thức vệ sinh sạch sẽ giữa mọi người hay không?

Bạn có nên đi cắm trại mùa hè này không?



Cả ba các chuyên gia đều cho biết cắm trại là một sự lựa chọn tốt vì ngoài trời tương đối an toàn, miễn là bạn ở cùng với những người trong gia đình, tránh đám đông, đảm bảo các khu cắm trại cách nhau ít nhất sáu feet, cũng như cần thận rửa hoặc vệ sinh tay sau khi sử dụng nhà vệ sinh công cộng. Nhưng nếu bạn nghĩ về việc cắm trại với một nhóm trên 10 người lạ, thì không nên.

Bạn có nên họp mặt ăn uống ngoài trời không?



Cả ba các chuyên gia đều đồng ý là nên, nhưng chỉ khi họ có thể giữ khoảng cách xã hội bên ngoài. Trong khi nhiều tiểu bang đang tiếp tục giới hạn các cuộc tụ họp ở mức 10 người trở xuống, các chuyên gia cho biết quy mô nhóm cũng nên được giới hạn bởi số lượng không gian có sẵn. Nếu khu vực sân không đủ lớn để khách có thể ở cách nhau ít nhất sáu feet, thì 10 khách có thể là quá nhiều. Hãy nhớ, càng nhiều khách, cơ hội rủi ro càng cao. Cho nên thay vì dùng đĩa muỗng sành sứ, có lẽ bạn nên dùng chén đĩa giấy (ăn xong quăng đi, không cần rửa lại) sẽ an toàn hơn, cũng như nên tránh dùng chung dụng cụ gấp thức ăn. Ngoài ra, nếu có các trò chơi, các chuyên gia khuyên các buổi họp mặt ngoài trời không nên có các trò chơi trực diện, chẳng hạn như bóng chuyền, kéo co, v.v. Thậm chí khi sử dụng nhà vệ sinh ở nhà khách, thì vẫn xem là an toàn nếu giữ khoảng cách xa an toàn. Nếu bạn là chủ nhà, bạn nên chuẩn bị sẵn xà phòng rửa tay, khăn giấy ở nhà vệ sinh và hand sanitizer ở nơi khách có thể nhìn thấy dễ dàng để có thể dùng đến khi cần.

Bạn có nên gửi con em đến các trại hè ban ngày không?

Cả ba chuyên gia đều nói rằng cần phải cân nhắc nhu cầu chăm sóc trẻ em của trại hè. Rủi ro có thể xảy ra do tiếp xúc ở các trại hè, cũng giống như khi trẻ đến trường học vào mùa Thu sắp đến.

Cả ba chuyên gia đều cho rằng rất khó, nếu có thể nói là không thể, để giữ bọn trẻ khoảng cách xa nhau, nhất là đối với các trẻ nhỏ tuổi. Điều lo ngại ở đây chính là sự rủi ro có thể xảy ra với những người thân trong gia đình trẻ con chẳng hạn như ông bà của các cháu. Do đó, nếu phụ huynh vì lý do gì đó, muốn gửi con em đến các trại hè ban ngày, thì nên tránh thăm viếng hay tiếp xúc với ông bà trong thời gian này. Cũng như cần xem xét cách các trại viên được khuyến khích rửa tay thường xuyên, khuôn viên sinh hoạt được giữ gìn sạch sẽ và được khử trùng thường xuyên không? Các nhân viên và trại viên có được kiểm tra nhiệt độ và các triệu chứng COVID-19 thường xuyên không? Phụ Huynh cũng cần xem trẻ con có được sự quan tâm, hướng dẫn và giám sát chặt chẽ như thế nào, nhất là khi trẻ có triệu chứng bị bệnh. Bên cạnh đó, phụ huynh cũng cần kiểm tra các dụng cụ rửa tay, nhắc nhở trẻ thường xuyên rửa tay, cũng như các trại viên và nhân viên có đeo khẩu trang, thậm chí khi ở ngoài trời hay không?

Bạn có nên gửi con em đến các trại hè xa nhà không?



Các rủi ro, theo các chuyên gia cho biết, cũng giống như những gì các trường



đại học và cao đẳng sẽ phải đối mặt vào mùa tựu trường sắp tới khi các sinh viên đến từ khắp các miền đất nước và sống trong các khu vực gần nhau trong nhiều tuần lễ. Phụ huynh nên xem xét các nhà quản lý trại, bao gồm cách họ giải quyết khi có trại sinh bị bệnh nghiêm trọng. Có lẽ câu hỏi đặt ra là: Bạn có tin tưởng những người quản lý và nhân viên ở trại để giao phó con em mình cho họ không? Nhưng nếu phụ huynh muốn gửi con em tham gia trại hè, cần phải đảm bảo rằng trại có sự giám sát y tế chặt chẽ trong trường hợp có ai đó bị bệnh, trẻ em, nhân viên tư vấn và các nhân viên khác có thể được kiểm tra sức khỏe, trước khi họ đến và nếu có bất kỳ triệu chứng nào phát triển trong thời gian ở trại. Ngoài ra, cũng nên xem trại có những quy tắc nghiêm ngặt về giáo dục cho trẻ em và buộc những người tham gia trại hè phải ở nhà trong vòng 14 ngày trước khi đến trại. Hơn nữa, những địa điểm trại hè thường ở xa thành thị, vì vậy trong trường hợp có người bị bệnh nặng hay khẩn cấp, việc vận chuyển đến bệnh viện sẽ khó khăn hơn. Các chuyên

gia cho biết họ sẽ không gửi con em họ tham gia trại hè xa nhà trong lúc này vì tốc độ dịch bệnh có thể xảy ra.

Bạn có nên muốn người giữ trẻ vào nhà giữ con trong thời gian này không?



Nhiều tiểu bang đã lần lượt mở cửa trở lại, điều này cũng đồng nghĩa nhiều người cũng bắt đầu đi làm trở lại. Vì vậy, vấn đề cần người trông nom trẻ con trong lúc phụ huynh làm việc là điều cần thiết. Fischer cho biết cô sẽ

làm như vậy nếu cần thiết nhưng chỉ sau khi cô thảo luận rất thẳng thắn về những kỳ vọng với người giữ trẻ bởi vì cô muốn bảo đảm an toàn sức khỏe gia đình cô. Ví dụ, cô ấy sẽ thảo luận xem có ai trong gia đình người trông trẻ có công việc thường phải tiếp xúc nhiều người hay thường xuyên ở những nơi đông người hay không? Cả hai cần phải nói thật và minh bạch với nhau để tránh những rủi ro và đồng ý để giảm thiểu chúng nếu có thể.

Theo cô Fischer, nếu bạn làm việc tốt nhất có thể để có được cuộc sống của bạn và người

xung quanh với nhau, thì đó không phải là một điều xấu. Tôi nghĩ rằng một trong những bài học về đại dịch này là bạn làm tốt nhất có thể và chăm sóc lẫn nhau.

(Thanh Mai phỏng dịch theo Washington Post by Katherine Shaver)



PHỤC VỤ KHẨN CẤP 24/24

LE PLUMBING

Xin liên lạc Danh: **480.410.7099**



NHẬN KHAI THÔNG ỐNG CỐNG: Sewer line, bồn tắm, sink rửa chén, máy giặt, toilet.

HANDY MAN: cửa cái, cửa sổ, cửa sắt, cửa lưới, ổ điện, lát gạch, sàn gỗ, và tường, ngăn phòng, patio, sơn, sửa mái ngói, tường nứt.

THAY MỚI HOẶC SỬA CHỮA: Toilets, sinks, vòi nước, máy xay thức ăn, hệ thống máy lọc nước dưới vòi sink để nấu ăn, lọc cả nhà, vào tủ lạnh.

TRỊ LEAK NƯỚC: Trên mái nhà xuống, dưới ximăng lên, trong tường ra, hao nước, đường sewer line bị bể.

REMODEL: Phòng tắm, hệ thống ống đồng, ống thoát nước, ống gas.

ĐẶC BIỆT: Có FREE Camera để inspection cho hệ thống sewer line bị rễ cây làm bể ống nước, sụp ống, nghẹt, tìm đường ống ở dưới lòng đất. Restroom hôi

NHÀ HÀNG: gắn mới hệ thống hầm dầu, bếp, thêm lò nấu.

ĐẢM BẢO LỆ PHÍ KHAI THÔNG ỐNG CỐNG RẺ NHẤT VÙNG

TIỆM NAIL: làm mới hệ thống ống nước hoặc thêm ghế, đường thoát hơi.





Arizona, ngày 9 tháng 5 năm 2020

Kính thưa Mẹ,

Có lẽ đây là lần đầu tiên con viết thư gửi mẹ vào ngày Mother's Day, ngày cả nước Mỹ dành để tôn vinh tất cả những người mẹ kính yêu. Có lẽ chưa bao giờ bày tỏ lòng con đối với mẹ như thế này. Và có lẽ chưa khi nào con viết lại những suy nghĩ của con về một phần đời mà con biết đã làm mẹ ngày đêm ưu phiền.

Con vẫn nhớ cái ngày con nửa tỉnh nửa mê nhập viện sau nhiều cơn say triền miên. Con đã uống quá nhiều rượu trong thời gian dài đến nỗi con quên mình là con của mẹ, quên luôn cơ thể và tâm hồn mình là do mẹ mang nặng đẻ đau và nhọc nhằn nuôi dưỡng, và con quên cả những nỗi buồn thấm ngược vào lòng mẹ. Mẹ ơi, từ sâu thẳm lòng con, trong phút giây có thể nói là sinh tử, con cảm thấy hồn mình lạc loài bay về tìm ba mẹ để quỳ xuống nói lời tạ lỗi sau cùng vì con đã chọn làm người nghiện rượu thay vì làm con của mẹ. Cũng chính giây phút đó, con cảm nhận được mình còn có ba, có mẹ, có tình yêu thương và sự hy sinh vô điều kiện của đấng sanh thành, và có trách nhiệm phải tỉnh dậy để đứng lên làm con của ba mẹ. Con sẽ không quên có một thời con là một đứa con ngỗ nghịch của ba mẹ, có một thời con đánh mất niềm tin từ những người thân ruột yêu thương con, và có



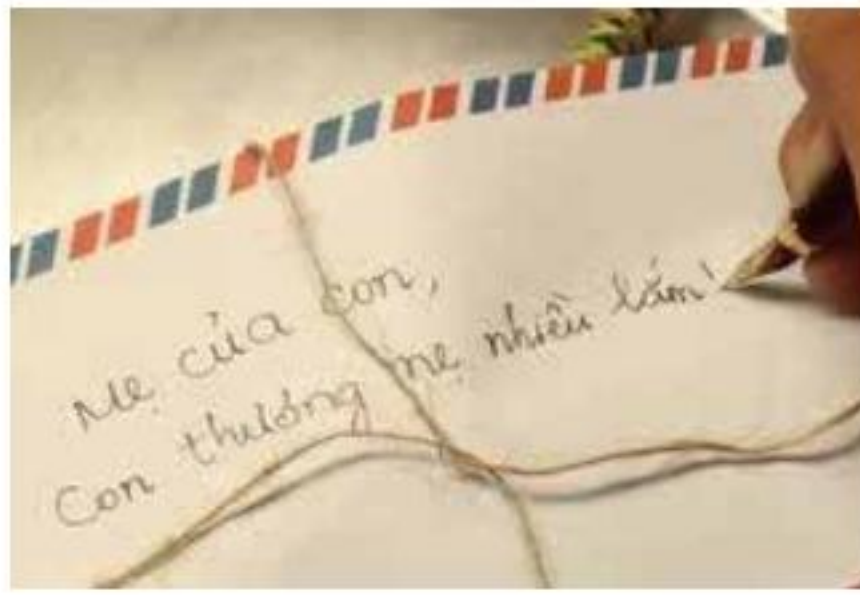
một thời con để men rượu làm nước mắt mẹ nhạt nhòa nhiều đêm trường thao thức vì con.

Mẹ ơi, hôm nay con đã là một người khác. Con đã thật sự tỉnh dậy sau những cơn say làm tổn thương nhiều người trong đó có mẹ, là người thương con suốt cả cuộc đời. Lỗi lầm của con còn nặng hơn nhiều vì con không thể nhớ được tất cả những gì con đã nói khi say, và điều đó cũng làm tổn thương một người phụ nữ khác đã từng thương con hơn chính hạnh phúc và danh dự của cô ấy. Bây giờ cô ấy đã trở thành một người mẹ, và cũng thương con của cô ấy như mẹ thương con, thì con mới thấu hiểu ý nghĩa thật sự của tình yêu. Con muốn mẹ biết rằng con trai của mẹ, cái thằng nát rượu ngày xưa ấy, đã có được ý nghĩ chân thành như lời tạ lỗi dành cho người con gái mà con biết cuộc đời này con mang món nợ ân tình không bao giờ trả được cho cô ấy. Mẹ có biết con đã nghĩ gì không? Điều khó nói này con không

tâm sự với ai được ngoài mẹ vì chỉ có mẹ là người thương yêu con nhiều nhất và sẵn lòng bao dung tha thứ mọi lỗi lầm của con. Ý nghĩ nửa đùa nửa thật của con đến trong phút chốc khi những kỷ niệm thân thương của mỗi tình đầy sóng gió trở về trong trái tim con và con đã buộc miệng nói với chính mình: "anh cũng có thể yêu em mà không cần em yêu lại anh mà".

Vì mẹ cũng là một người phụ nữ, cũng từng trải qua chuyện tình cảm, rồi lập gia đình với ba con, và vì mẹ là người phụ nữ duy nhất mà con có thể cúi đầu thú nhận tất cả những lỗi lầm sâu kín trong đời mình mà không bị mặc cảm xấu hổ. Con biết mẹ lắng nghe con mà không phán xét, mẹ thông cảm cho những sai quấy con đã làm mà không phán tội khắc khe và mẹ cho con sự nâng đỡ hết lòng để con đứng lên từ những tháng ngày con không buồn quan tâm, thậm chí nhiều khi đến cả tuần con chưa tắm và thay quần áo. Con không gục ngã vì nhờ vào tình thương của mẹ, của những người bạn, của những thiện tri thức con may mắn được nhìn thấy sau những ngày nồng nặc hơi men làm hư hao hình hài quý giá được mẹ ban cho.

Con muốn nói với mẹ một điều chân thật từ trái tim con vì con không muốn mình làm thêm bất cứ điều có lỗi nào để làm tổn thương thêm bất cứ ai. Trong cơn say, con đã từng làm khổ bao nhiêu người, bây



Mẹ có biết không, người bạn của con nói rằng, mỗi tình sâu đậm trong quá khứ của con là một vì sao tuyệt đẹp trên bầu trời xa thẳm, và nó đẹp bởi vì nó không bao giờ rơi xuống nhân gian làm sát thương mặt đất. Bạn con nói đúng phải không mẹ? Và thật sự yêu một người thì đâu cần phải là sự ích kỷ hay chiếm hữu đúng không mẹ? Sự trân trọng và chúc phúc cũng là một tình yêu cao đẹp mà những cố nhân vẫn có thể dành cho nhau ở một góc nhỏ thẳm lặng trong trái tim vị tha của mình.

Con muốn tâm tình đôi điều với mẹ để mẹ yên lòng là con của mẹ bây giờ là một người tinh táo biết sống vì những người chung quanh, ngay cả khi hoài niệm về tình xưa làm con một thoáng ngẩn ngơ để rồi hiểu rằng con đã yêu một người và từ đó biết yêu thêm nhiều người.

Kính chúc mẹ bình an và khỏe mạnh trong tình thương yêu của tất cả chúng con.

Con của mẹ

Tâm Nguyên, viết dùm người bạn giàu tình cảm

(Câu chuyện ngày Thứ Bảy
storyonsat@gmail.com)

giờ con tinh táo nhìn thấy ánh sáng mặt trời, nhìn thấy niềm hạnh phúc được làm con của mẹ, và nhìn thấy những tấm lòng nhân ái giữa cuộc đời thì làm sao con có thể làm lỗi lầm nữa, dù lỗi ấy chỉ là tiếng nói tự nhiên thổn thức từ đáy tim con: "Thưa mẹ, con có thể tự nguyện yêu một người mà không màng đến người ấy còn yêu con không". Khi con bộc bạch lòng mình với mẹ cũng là khi con biết mình cần sống có trách nhiệm với những người thương con, với những mối quan hệ chân thành mà con đang may mắn có lại được sau nhiều vấp ngã nặng nề.

Mẹ ơi, cô ấy đã có gia đình ấm êm, có người chồng hết lòng yêu thương cô ấy, và có cả một thiên thần nhỏ hay nói hay cười như cô ấy. Con cũng đã có người con thương và cũng là người thương con. Mỗi

tình ngày nào tưởng sẽ thành tri âm tri kỷ đã tan thành hơi men theo gió theo mây để lại con của mẹ đơn côi trong hoài niệm ngậm ngùi và biết mình đã đánh mất một trong những điều quý giá nhất trong đời. Con không buồn, không thất vọng, và chắc chắn sẽ không tìm đến men rượu để giải sầu vì không có nỗi sầu nào có thể làm con gục ngã khi lòng con luôn nhớ mình là con của mẹ. Hoài niệm này của con là điều đẹp đẽ mà người bạn viết dùm nỗi lòng của con đã ví von như là ngôi sao sáng lung linh trên bầu trời để thỉnh thoảng con ngắm nhìn, biết trân trọng và giữ gìn những gì mình đang có, bởi hạnh phúc chính là thời hiện tại, là phút giây khi lá thư người bạn của con giúp con viết để kịp gửi đến mẹ vào ngày mai, Chủ Nhật, ngày 10 tháng 5 năm 2020.



SON D NGUYEN
REALTOR
CELL: 480.406.1853
OFFICE: 480.820.3333
FAX: 480.820.2049
snguye4641@gmail.com
facebook.com/SDNWestusarealty



1640 S. STAPLEY #124 MESA, AZ 85204



XIN KÍNH MỜI TẤT CẢ QUÝ VỊ VÙNG PHOENIX, WEST & EAST VALLEY VỀ DỊCH VỤ ĐỊA ỐC WEST USA REALTY

ĐẶC BIỆT:

Khi mua nhà chúng tôi sẽ tặng quà cho quý vị một món quà rất đặc biệt. Xin liên lạc để biết thêm chi tiết

480-406-1853

- Chuyên:** Mua Bán Nhà Cửa, hoặc thuê nhà và những nơi kinh doanh
- Mua:** Sẽ giúp tất cả quý vị tìm một căn nhà thích hợp nhất. Và hướng dẫn quý vị diễn tất cả thủ tục giấy tờ cần thiết
- Bán:** Sẽ giúp quý vị bán nhà với giá hợp lý và trong thời gian nhanh nhất
- Vay Mượn Tiền:** Sẽ giúp quý vị làm thủ tục vay mượn và lo về giấy tờ tài chính nhanh nhất






PHỤ NỮ THỰC SỰ MUỐN GÌ?

Vua Arthur trẻ tuổi của nước Anh, bị quân Pháp phục kích và bắt giữ. Lẽ ra vua nước Pháp sẽ giết ngài, nhưng về trẻ trung dễ mến của Arthur đã làm cho vua Pháp cảm động. Ông hứa sẽ trả tự do cho Arthur nếu giải được câu đố cực khó. Thời hạn trả lời là một năm, không giải được Arthur sẽ phải chết. Câu đố là: **Người phụ nữ thật sự muốn gì?** Câu đố này có lẽ đến nhà thông thái nhất thế gian cũng bó tay. Nên với Arthur quả là thử thách quá lớn, nhưng vẫn có cơ hội sống hơn là bị giết. Arthur chấp nhận mạo hiểm.

Khi trở về Anh Quốc, ngài hỏi tất cả mọi người từ các công chúa, các gái mại dâm, các vị Cha xứ đến cả các quan toà, nhưng không ai đưa ra câu trả lời hoàn hảo. Mọi người khuyên vua là đến hỏi bà phù thủy già, có lẽ chỉ còn bà ta mới giải được câu hóc búa này. Những ngày cuối năm cũng đã tới gần. Arthur đành đến hỏi ý kiến mụ phù thủy (thuở xưa phù thủy bị kỳ thị). Bà ta đồng ý trả lời nhưng với điều kiện: để mụ cưới Garwain - Hiệp sĩ dũng cảm của Hội Bàn Tròn, người bạn thân nhất của vua. Arthur thất kinh. Bà ta vừa xấu vừa bẩn thỉu. Ngài chưa từng thấy ai đáng tởm như mụ ta. Không, ngài

sẽ không để bạn thân phải chịu thiệt thòi như vậy. Khi biết chuyện, Garwain nói với Arthur rằng sự hy sinh này của chàng làm sao có thể so được với huyết thống Hoàng Gia, sự tồn tại của Hội Bàn Tròn và Vương Quốc Anh. Chàng Hiệp sĩ chấp nhận cuộc hôn nhân và vua Arthur cũng nhận được câu trả lời. Điều phụ nữ thật sự muốn đó là: **"Có toàn quyền quyết định mọi việc trong cuộc sống của mình"**. Ngay lập tức, ai cũng nhận ra mụ ta vừa giải được một chân lý. Quả thật vua nước láng giềng rất hài lòng và cho Arthur khỏi án tử hình.

Nói về đám cưới của mụ phù thủy và chàng Hiệp sĩ. Tưởng chừng không gì có thể khiến Arthur hối hận và đau khổ hơn nữa. Tuy nhiên, chàng Hiệp sĩ Garwain vẫn cư xử hết sức chừng mực và lịch sự. Mụ phù thủy thì trái lại, trong tiệc cưới, mụ ta làm nháo nhào mọi thứ lên. Thỉnh thoảng mụ dùng bàn tay bẩn thỉu nhón cái này một chút, bốc cái kia một tý. Mọi người hết sức kinh hãi. Đêm tân hôn, Garwain thu hết can đảm bước vào phòng hoa chúc. Nhưng, trên giường không phải là mụ phù thủy già nua xấu xí mà là cô gái đẹp tuyệt trần nằm đợi chàng. Cô từ tốn giải thích là

vì chàng rất tốt với cô dưới hình dạng phù thủy, nên để thưởng cho chàng, nàng sẽ biến thành người vợ xinh đẹp hiển hoà 12 tiếng/ ngày. Vấn đề là chàng phải lựa chọn vào ban ngày hay là ban đêm. Garwain bắt đầu cân nhắc: *"Ban ngày nếu nàng xinh đẹp thì ta có thể tự hào cùng nàng đi khắp nơi, nhưng ban đêm làm sao mà ta chịu nổi? Ngược lại, ta đâu cần sợ diện với bạn bè cơ chứ, cứ để nàng ta xấu xí trước mặt mọi người, khi màn đêm buông xuống, ta sẽ được tận hưởng những giây phút ngọt ngào bên thiên thần"*. Garwain cuối cùng đáp rằng: *"Nàng hãy tự quyết định lấy số phận của mình. Nàng muốn đẹp hay xấu lúc nào cũng được"*. Câu trả lời tất nhiên làm cho phù thủy hài lòng và nàng cười nói rằng sẽ hóa thân thành người vợ xinh đẹp suốt đời bên chàng. Đó là phần thưởng cho đàn ông biết tôn trọng ý kiến của phụ nữ. Cuối đời, Hiệp sĩ Garwain của chúng ta thường dặn dò con cháu: *"Vợ đẹp hay xấu điều đó không quan trọng, cần lưu ý chính là từ sâu bên trong cô ta vẫn luôn là một... phù thủy!"* (Sưu tầm)



3140 S. Gilbert Road, Ste. 1
Chandler, AZ 85286
Tel: **480-802-5356**

1674 N. Higley Road, Ste. 104
Gilbert, AZ 85234
Tel: **480-219-3997**

BUSINESS HOURS:

Mon-Thu: 11am-9pm

Fri-Sat: 11am-9:30pm

Sun: 11am-8:30pm



AZ PHO GRILL

Rất mong được đón tiếp quý khách với:

- Những món ăn đậm đà, tươi mới, và thơm ngon
- Khung cảnh lịch sự, sang trọng, và sạch sẽ
- Phục vụ hoà nhã, ân cần, và chu đáo

Trân trọng kính mời.

**Nhà hàng đang cần tuyển
phụ bếp và nhân viên phục vụ.
Xin liên lạc **480-600-3521**.**



Truyện Ngắn

KỶ ỨC ĐỒNG QUÊ

Lê Hữu Uy



Hoa Dành Dành

Hoa dành dành màu trắng tinh khiết, cánh hoa tạo dáng mạnh dạng nhưng thanh tú, đặc biệt là tỏa hương thơm thoang thoảng nhẹ nhàng nên người ta ví hoa như cô gái ở độ xuân thì, trong trắng, trinh nguyên của tình yêu đầu đời! Tuy nhiên, riêng đối với Bé Tư thì khác, đây là loài hoa nhiều kỷ niệm nhất tại khu vườn nhà Ngoại nên dù mấy chục năm sau nhắc đến hoa dành dành là bao nhiêu hình ảnh thời thơ ấu ấy lại trở về đầy ắp trong ký ức của nó.

Hồi còn nhỏ hoa dành dành rất thân thuộc với Bé Tư, nó “rành sáu câu” luôn bởi vì Ngoại dạy cho nó biết đủ thứ, như cách pha trà, hái hoa dành dành tươi từ sớm mai bỏ vào bình cho trà thơm, phải lấy đợt trà từ 3 hay 4 lá đầu chồi còn gọi là búp trà ở mấy buổi trà trồng trước sân mà mấy cụ gọi là trà vườn. Cũng giống như ướp trà sen, trà búp hoa hồng hay hoa lài. Hoa dành dành là có cùng họ với hoa lài đó, Ngoại nó nói như vậy. Đối với nó, Ngoại là người giỏi nhất cái gì cũng biết, nó tin tưởng như thế nên nghĩ Ngoại nói là đúng hết!

Cây dành dành thanh khiết nên thường được trồng ở các nơi tôn nghiêm như ở đình, chùa, đôi khi người ta cũng hay trồng hai bên bàn Thiên. Những nhà ở Nam Bộ thường có khoảng sân rộng trồng trái cao ráo phía trước, dùng để sinh hoạt hay có nơi để phơi lúa, nhà

giàu thì có hòn non bộ, nhà nào trước sân cũng đều có đặt bàn thờ, thờ Trời Đất gọi là bàn Thiên, chung quanh có trồng một số hoa kiểng như cây đình lăng, lưỡi hùm, cây nha đam, cây sò huyết, ngãi cứu, ... hai bên là bụi dành dành cho hương thơm ngát. Toàn là cây thuốc nam, có lẽ bắt nguồn từ thuở đi khấn hoang lập ấp hồi xưa người ta trồng những cây thuốc này để trị các bệnh thông thường phòng khi cần là có ngay.

Ngoại còn dạy cho Bé Tư biết cây dành dành là một cây thuốc quý, từ hoa, lá, trái đều là vị thuốc, trị được nhiều bệnh như sốt, cầm máu (vết đứt), chảy máu cam, ho ra huyết (thổ huyết), tiêu viêm, lợi tiểu, thanh nhiệt, viêm gan, ... Ngoại còn dạy cho nó nhiều thứ cây lá khác trị các bệnh thông thường như vỏ quít với gừng trị ăn không tiêu, đau bụng; lá ổi hay vỏ trái lựu trị bệnh đau bụng, tiêu chảy; cảm mạo thì nấu nổi xông đủ thứ cây lá có tinh dầu; trật chân tay thì lấy củ ngãi cứu đâm nhỏ trộn với ít muối hột, đem xào trên lửa cho ấm ấm rồi bó nơi bị trật ít hôm không còn sưng nữa rồi từ từ sẽ khỏi, v.v... Ngoại còn hứa khi nó lớn sẽ dạy phương pháp trị bệnh bằng cách bấm huyết và châm cứu nữa, nhưng Ngoại mất sớm nên Bé Tư chỉ biết lăm bồm về thuốc Nam. Ngoài ra còn có khu vườn đặc sản trồng quýt đường, cam, xoài nên ở vùng khác đều biết tiếng “vườn quýt lớn” tại Ba Se.



Dấu xưa

Vườn Ngoại lớn lắm, 3-4 mẫu lận, trồng nhiều cây ăn trái, xen kẽ là cây cau có đến mấy trăm cây. Đến mùa, Ngoại mướn cả chục người làm công tách cau trái, xắt lát, rồi sấy khi trời mưa hay phơi khô khi có nắng bằng nhiều cái xịa lớn. Nghe nói cau khô bán cho chú ba tàu làm thuốc nhuộm, chứ người ta mua để ăn trâu một phần ít thôi.

Mấy bà con làm công nhật cho Ngoại thích Bé Tư lắm, trưa hè nóng nực nó bứt một rổ lá dành dành làm một thau nhỏ sương-sa. Cứ lấy lá vò lấy nước, lượt cho nước trong pha thêm ít nước nếu không thì đặc cứng, đem phơi nắng một lát là có sương-sa màu trong xanh lá cây, bỏ thêm đường cát trắng đem cho mỗi người chén nhỏ ăn giải nhiệt, mát cổ, ngon tuyệt chiêu!

Vườn cau cũng là hình ảnh in đậm trong tâm tư của Bé Tư, những đêm hè trăng vắng vật sáng cũng là mùa cau trở bông nên ngoài vườn thoang thoảng hương cau.

... “Quê hương là vắng trăng tỏ,
hoa cau rụng trắng ngoài thềm ...”
(Thơ Nguyễn Trung Quân)



Ngoài ruộng – Mùa lúa non

Đồng quê luôn là nơi mà Bé Tư yêu thích nhất, có lần nó theo mấy đứa con nít xóm ra ngoài ruộng coi tác địa, sau đó xuống bắt hoi. Tát địa là vào khoảng tháng Chạp lúc gần Tết, lúc đó ruộng đã gặt xong trơ những gốc rạ, khô ráo, chỉ còn cái đĩa người ta đào gần mé vườn

còn nước để giữ cá tụ lại, khi đó bao nhiêu cá trên ruộng đều đổ dồn xuống đĩa. Người ta tát cho cạn nước để bắt cá lóc, cá trê, cá rô, cá sặc là mấy con cá lớn thôi còn cá nhỏ và đôi khi cũng còn sót đám trẻ nhỏ nhảy xuống bắt gọi là đi bắt hoi, vui lắm!

Bé Tư cũng hay theo mấy anh người làm của Ngoại đi đặt trúm bắt lươn, trúm là ống tre dài non một thước, ruột thông các mắt ở đầu trúm có cái hom, thêm một hom bên trong nữa cho chắc ăn lươn vào thì không thoát ra được, một đầu có cửa để trút lươn ra. Mỗi để vô ống trúm nhử lươn vào là con ốc bươu đập đập bỏ bớt vỏ cứng hay con cá sặc hoặc vài con cá bải trầu. Buổi chiều đem ống trúm đặt dọc theo bờ ruộng hay mé mương lạch trong vườn là những nơi buổi tối lươn đi tìm mồi, sáng ra thì cứ đổ trúm bắt lươn.

Còn một món nó cũng khoái lắm là cứ đến hè về quê đi móc ngó sen về làm gỏi tôm thịt hay nấu canh chua cá lóc, nó có "bí quyết" nên chưa có đứa con nít xóm nào hơn nó nổi, nhưng nó cũng tốt bụng không dấu nghề nên sau đó cũng chỉ cho mấy đứa khác. Dễ lắm, ai không biết thì cứ mò mò dưới gốc sen tìm ngó, nhưng biết cách thì cứ nhìn lá non cuốn tròn chỉ về hướng nào thì ngó cũng nằm về hướng đó dưới gốc cứ theo đó móc ngó dễ dàng.

Có lần Bé Tư xuống ruộng bị đứt chân máu chảy quá chừng, nhớ đến lá dành dành nó chạy đi ngắt một ít lá nhai nát rồi đắp vào vết đứt, lát sau máu không còn chảy, lá dành dành cầm máu hay lắm đó. Nhưng hôm đó Bé Tư thấy tiếc không bắt được con cá con tép nào hết!



Rạch Ba Se

Đối với Bé Tư, cây dành dành còn có nhiều công dụng hơn nữa rất là lợi ích nên nó trồng khắp nơi, ngoài việc trồng ở bàn Thiên cho Ngoại nó, ở bến sông, ven mương vườn chỗ nào có mé nước

thuận tiện là nó trồng. Dễ trồng lắm, cứ chặt nhánh cắm xuống đất là nó bén rễ sống, đến mùa khoảng từ tháng ba hay tháng tư là có bông. Ngoại nó thường lấy hoa dành dành ướp trà giống như ướp trà bông lài. Trái dành dành nhỏ chừng bằng ngón tay, có khía như trái khế, màu vàng người ta thường dùng để nhuộm xôi nếp vàng ươm, hạt phơi khô để dành làm thuốc, có nhiều công dụng như thế nên Bé Tư trồng tùm lum mà Ngoại nó không cấm. Còn đến mùa trổ bông, hoa thơm và đẹp nữa nên các chị thích cài lên mái tóc làm "Sơn nữ Phà Ca". Đây là mùa thu hoạch lớn của Bé Tư, mấy chị trong xóm hay đến gặp nó để thương lượng trao đổi mà mặt hàng là bông dành dành. Các chị đưa cho nó có khi là củ khoai cao luộc thơm phưng phứt, hay trái bắp mới đốn đem luộc rất ngọt còn nóng hổi, có khi là trái chuối xiêm nướng chan nước cốt dừa gói trong tấm lá chuối. Ôi ngon làm sao, khó mà từ chối! Nó thích thú cho là được lợi nhiều vì nó đâu có bỏ công chăm sóc mấy cây dành dành gì đâu, chỉ có điều đến mùa trổ bông cũng là mùa dành dành có sâu nên phải lo bắt sâu. Sâu dành dành ghê thiệt! Con to bằng ngón tay người lớn, dài chừng một tấc, màu xanh lá cây tiếp màu với lá nên phải vạch buội cây xem kỹ mới bắt được hết. Coi vậy chớ sâu này hiền lắm mình nó trơn không giống như sâu róm mình có lông, sần sùi đụng tới là bị ngứa. Bướm sâu dành dành lớn bằng bàn tay nhưng khó gặp vì ban ngày nó trốn ở đâu á, ban đêm mới bay ra. Các cụ trong xóm muốn xin bông dành dành ướp trà cũng phải có qua có lại với Bé Tư. Vườn cây ăn trái Ngoại nó là chủ vườn, cái đám cây dành dành thì Bé Tư là ông chủ nhỏ đó, hể ai cần chi phải nói chuyện với nó dĩ nhiên phải có điều kiện trao đổi vậy thôi. Duy nhất chỉ có dì Quỳnh Hoa tuy gọi bằng dì nhưng bằng tuổi nhau, Dì rất khéo tay biết cắt mo cau sau vườn làm quạt tặng nó, Dì còn biết tước tàu cau, bỏ phần lá chỉ còn cọng và cái xống rồi bó thành cây chổi đẹp vô cùng, nó cũng thích quét sân bằng cây chổi của dì Quỳnh Hoa đưa nó. Hai đứa còn thường thích chơi trò kéo mo cau, thay nhau kéo quanh sân gạch rộng của Ngoại, nên nó ưu tiên để dành bông nào lớn nhất đẹp nhất cho dì ấy.

Mấy mươi năm qua rồi, hoa dành dành đưa Bé Tư trở về thời tuổi đại, một chiều trong sân vườn củ nó ghi nhanh lại cảm xúc chợt đến:

*"Hoa Dành thơm ngây ngất
Lá Dành tợ sương-sa
Tuổi thơ về trong nắng
Gió gợn chiều mênh mang!"*

Thanh Minh năm nay Bé Tư dự định về thăm mộ Ngoại, nhưng con cúm Tầu Covid-19 thật đáng ghét, báo hại không thể về được! Năm rồi Bé Tư có về thăm quê, ngồi dưới bến sông hồi tưởng về lúc nó còn nhỏ, nhớ mấy buổi dành dành theo mé nước! Nhớ lắm, nhớ quê, nhớ Ngoại, nhớ ray rút xót xa!

- Ngoại ơi!



Đường chiều (Phường Trường Lạc, Quận Ô Môn, thành phố Cần Thơ)

Bé Tư lấy phone bấm số của dì Quỳnh Hoa ở Atlanta, Georgia (770) - 986- ..., chuông reo, có tiếng bên kia đầu máy:

- Ê, Bé Tư cả năm rồi mày trốn biệt ở đâu vậy không gọi thăm tao? Không thèm gọi coi tao có bị cúm Tầu giết chết chưa, hôm nay mắc cái gì mà mày mới chịu phone vậy?

- Hìhì! Dì Quỳnh Hoa à, mấy tuần nay bị cách ly ở trong nhà theo lệnh của thành phố nên tui ở nhà viết truyện ngắn, nhớ tới quê ở Ba Se, đang viết bài "Ký Ức Đồng Quê", nhớ mấy chuyện hồi nhỏ vui quá! Định mời Dì qua mùa dịch cúm Tầu cùng về Ba Se thăm quê nhà. Về đi tui sẽ kéo mo cau cho Dì, tặng Dì cái bông dành dành nữa!

- Haha! Cái thằng mắc dịch, già cái đầu rồi có cháu ngoại cháu nội đầy nhà mà còn như con nít! Ủ, tao cũng nhớ quê lắm nhưng không biết đến khi nào qua mùa cúm để về, chừng nào mày về gọi cho tao để tao sắp xếp coi sao ...

Dì cháu tôi hơn nửa thế kỷ mà vẫn như xưa, có cùng chung một "Ký Ức Đồng Quê".

Người đi biển biệt phương trời

Dòng sông bến cũ còn hoài nhớ thương!
(Phoenix, Arizona – May 24, 2020)

TIẾNG NƯỚC TÔI TNT AZ RADIO



THÔNG TIN TRUNG THỰC, PHỤC VỤ THÍNH GIẢ HƠN 10 NĂM QUA!

PHÁT THANH LIÊN TỤC 24 GIỜ MỖI NGÀY, QUẢNG CÁO HỮU HIỆU, GIÁ PHẢI CHĂNG!

TIN TỨC - HỘI LUẬN - PHÁP LUẬT - SỨC KHOẺ - DU LỊCH - TÔN GIÁO - NẤU ĂN - SÓNG NHẠC - ĐỌC TRUYỆN - THIẾU NHI

Thính giả trên toàn cầu đều có thể nghe Đài 24/24 rất dễ dàng qua nhiều phương tiện sau đây:



NGHE QUA PHONE:

- Nếu dùng T-Mobile, bấm số: **360-398-4459**
- Nếu dùng các hãng phone khác, bấm số: **641-793-8150**



NGHE QUA INTERNET:

- Vào trang nhà: **www.tntmedia-arizona.com** (Bấm nút Listen Live)

NGHE QUA APP:

- Trên phone hay iPad, download App free (miễn phí) có tên và hình logo TNT Radio Network
- Sau khi download App xong, trong đó, quý vị sẽ thấy hiện lên 3 logos, chọn logo TNT Arizona để nghe Đài địa phương TNT Arizona, và bấm vào nút Live.



SỐ PHONE ĐỂ GỌI VÔ ĐÀI THAM GIA TRONG GIỜ PHÁT THANH: 602-335-8887 | 602-335-8889

TNT AZ RADIO: 2013A W. BETHANY HOME ROAD. PHOENIX, AZ 602-335-8888

VĂN PHÒNG MỞ CỬA 7 NGÀY TRONG TUẦN. MON-SAT: 10AM - 6PM. SUNDAY: 10AM - 4PM.

LIFESTYLES™

YOUR LIFE • YOUR

MAGAZINE

ARIZONA | CALIFORNIA | TEXAS

FLORIDA | GEORGIA | HAWAII

QUỲNH NHƯ HOLDER
GIÁM ĐỐC ĐIỀU HÀNH
602-882-1067

GRAND
OPENING
SPECIAL

FREE HỌC PHÍ

**CHO NHỮNG HỌC
VIÊN HỘI ĐỦ CÁC
ĐIỀU KIỆN
FINANCIAL AID & VA
BENEFIT CHAPTER
31, 32, 33, 911 TỪ
CHÍNH PHỦ.**

XIN HÃY LIÊN LẠC CHÚNG TÔI
SỚM ĐỂ ĐƯỢC HƯỚNG DẪN
ĐIỀN ĐƠN TRƯỚC KHI TRƯỜNG
KHAI GIẢNG.

**GIVE AWAY FREE BEAUTY
GIFT BAGS**

- **DERMALOGICA:** HÃNG MỸ PHẨM DƯỠNG DA
- **PAUL MITCHELL COLOR:** HÃNG CHUYÊN VỀ SẢN PHẨM TÓC
- **RUSK:** HÃNG CHUYÊN VỀ SẢN PHẨM TÓC
- **DND:** HÃNG SẢN XUẤT NƯỚC SƠN MÓNG TAY

TURNING POINT
BEAUTY COLLEGE

**TRONG TUẦN LỄ KHAI TRƯƠNG,
TRƯỜNG SẼ CÓ NHỮNG LỚP ĐẶC
BIỆT NÂNG CAO TAY NGHỀ NHẬN
CHỨNG CHỈ TẠI CHỖ:**

- LỚP GEL DESIGN
- LỚP EYELASH EXTENSION
- LỚP FACIAL

TRƯỜNG THẨM MỸ VIỆT NAM ĐẦU TIÊN TẠI ARIZONA

**GRAND OPENING CHANDLER CAMPUS
COMING SOON IN JULY**

OUR 3RD CAMPUS
2081 N. ARIZONA AVE., SUITE #12 CHANDLER, AZ 85225
(TRONG KHU LITTLE SAIGON PLAZA ARIZONA)

602-882-1067

COVID-19 DRIVE THRU TESTING



IT'S FREE!



WITH PROVIDER TELEHEALTH CONSULTANT

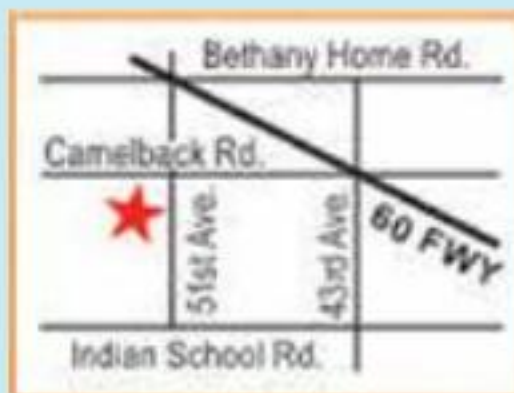
SUNDAY, JUNE 7TH & 14TH | 8AM – 2PM

CALL TO REGISTER: 623-240-1110 | 855-420-6361

WALK-INS ARE WELCOMED, ARRIVE ANYTIME BETWEEN THE TESTING HOURS.

WEST VALLEY LOCATIONS

NHU LAI TEMPLE
4842 N. 51ST AVE
PHOENIX, AZ 85031



ST. LOUIS THE KING CHURCH
4331 W. MARYLAND AVE.
GLENDALE, AZ 85301



EAST VALLEY LOCATION

AZ INTERNATIONAL MARKETPLACE
1920 W. BROADWAY RD.
MESA, AZ 85202



IT'S FREE, ALL TEST FEES ARE COVERED



PLEASE BRING

1. Government ID - Valid picture ID with address
2. Cell Phone - To communicate during the test
3. Face mask are required in order to get test
4. Insurance Card - ONLY if you have health insurance
(If you don't have insurance, you will not be charged)

SPONSORED BY SIPMD



- **COVID-19 ANTIBODY TEST:** Result within 5 minutes
- **COVID-19 SWAB TEST:** Result will be followed up via phone call.



Chúng tôi sẽ
hỗ trợ quý vị
đạt được mục
tiêu tài chánh
cho tương lai
ngày về hưu

TED NGO*, CFP*

Financial Services Professional*

Ted Ngo & Associates**

1847 W Heatherbrae Dr. Phoenix, AZ 85015

602-888-4522

ngo@eaglestrategies.com

www.tedngo.com

Xin liên lạc với TED NGÔ, CFP* để biết cách quý vị
có thể tận hưởng thời gian về hưu được viên mãn.

CA Insurance Lic # 0E47066

The offering documents (policies, contracts, etc.) for products from New York Life and its subsidiaries are available only in English. In the event of a dispute, the provisions in the policies and contracts will prevail.

Các văn bản (điều lệ, hợp đồng, đối với tài sản gốc của New York Life và các công ty con của nó) chỉ có bằng tiếng Anh. Trong trường hợp phát sinh tranh chấp, những (bản điều lệ) trong các điều lệ và hợp đồng đó sẽ được dùng làm chuẩn. Chúng tôi sẽ hỗ trợ quý vị đạt được các mục tiêu tương lai.

**Registered Representative offering securities through NYLIFE Securities LLC (member FINRA/SIPC), a licensed insurance agency and wholly owned subsidiary of New York Life Insurance and an agent licensed to sell insurance through New York Life Insurance Company and may be licensed to sell insurance through various other independent unaffiliated companies.

***Ted Ngo & Associates is not owned or operated by New York Life Insurance Company or its affiliates. SMBU1791829 (Exp 07/30/2020) ©2019 New York Life Insurance Company, 51 Madison Avenue, New York, NY 10018

Insure. Invest. Retire.

Eagle
Strategies
LLC



Proud to Offer



CHANDLER BEAUTY CENTER

BRING BACK YOUR BEAUTIFUL SMILE, YOUTHFUL SKIN, AND SHARP VISION



SMILECARE DENTAL, LLC.

Dr. Loan Dao, DDS - www.smilebydrdao.com
A Chandler Dentist Serving AZ Since 1999

480-812-1173

- Khám răng tổng quát
- Trị bệnh hôi miệng, nướu răng
- Phòng ngừa bệnh sâu răng cho trẻ em
- Clean răng nhẹ nhàng
- Trám răng
- Nhổ răng và tiểu giải phẫu răng khôn

20% OFF

Cho những bệnh nhân không có
bảo hiểm trả tiền mặt.

- Lấy gân máu
- Porcelain Crown/Bridges
- Răng giả đủ loại
- Nha khoa thẩm mỹ/Veneer
- Tẩy trắng răng – Zoom!
- Niềng răng thẩm mỹ - Invisalign

**Permanent Make-up by
Licensed Professional Cosmetician
(480) 678-0072**



**MODERN
EYEDOCTOR**

Eye Care & Eyewear Boutique

SAINT LAURENT
PARIS

BOSS
HUGO BOSS

2045 N. Dobson Rd. #3 Chandler, AZ 85224

(Trong khu chợ Lee Lee Supermarket. Gần Dr. Loan Đào Dentistry)

kate spade JIMMY CHOO GUCCI

Bác sĩ Nhãn Khoa **TONY NGUYỄN MÃ, O.D.**

DR. TONY NGUYEN MA, O.D performs comprehensive eye health exams and writes prescriptions for glasses and contacts. We also carry high fashion eyeglasses and sunglasses. Please call for an eye exam.

- Khám mắt để cho toa mua kính cận, kính mát, và kính áp tròng (contact lens)
- Khám bệnh mắt cườm, tăng áp, xuất mắt, khô mắt...
- Chúng tôi nhận các loại bảo hiểm (VSP, eyemed...)
- Văn phòng chúng tôi có nhiều gọng kính hàng hiệu như Gucci, Hugo Boss, Jimmy Choo, Kate Spade, Saint Laurent và nhiều hiệu khác

480-812-8992 Xin vui lòng gọi để lấy hẹn

**Great
Wall**



Chinese
Restaurant

Dine in & Take out



Theo sắc lệnh của Thống đốc về việc đóng cửa tất cả các nhà hàng, quán bar, nhà hàng chúng tôi rất lấy làm tiếc nhà hàng chúng tôi sẽ không mở cửa để khách vào dine-in, nhưng chúng tôi có nhận order Togo và Delivery trong vòng 5 miles với minimum order \$20 và cước phí delivery \$3.00

Mong quý khách tiếp tục ủng hộ nhà hàng chúng tôi trong lúc khó khăn của mùa dịch bệnh. Cầu chúc tất cả quý vị và gia quyến nhiều sức khỏe và bình an qua mùa dịch bệnh.



3446 W. Camelback Road, Ste#155 Phoenix, AZ 85017

Phone: (602) 973-1112 - Fax: (602) 973-9670



Tôi thật sự yêu những con số!

Tôi đang muốn nói đến Thống Kê Dân Số 2020 và tài trợ liên bang.

Tôi chẳng phải là kế toán, nhưng tôi rất thích những con số có lý lẽ.

Mỗi 10 năm, Thống Kê Dân Số cố gắng đếm đầy đủ và chính xác số người sinh sống trên toàn Hoa Kỳ. Dữ liệu càng chính xác, càng có nhiều cơ hội để cộng đồng chúng ta nhận được tài trợ liên bang. Đó là con số hơn 675 tỷ đô la mỗi năm cho những thứ như trường học, cơ sở y tế và đường sá.

Tôi sẽ trả lời và góp phần vào giải pháp. Khi tất cả chúng ta cùng trả lời, chúng ta góp thêm sức mạnh cho cộng đồng.

Hoàn thành Thống Kê Dân Số tại
2020CENSUS.GOV/vi

Được chi trả bởi Cục Thống Kê Dân Số Hoa Kỳ

**Định hướng
tương lai**
KHỞI ĐẦU TỪ ĐÂY >

United States®
Census
2020



**UTAB CONSTRUCTION
LLC**

Thuận:

(480) 490-9536

Công ty xây dựng uy tín, chất lượng hàng đầu trong cộng đồng người Việt ở Arizona. Chúng tôi luôn lấy sự tận tâm, trung thực để phục vụ cộng đồng.

Quý vị cần xây nhà mới, sửa chữa nâng cấp nhà cũ. Xây nhà hàng, tiệm Nails, khu thương mại, và những công việc liên quan tới ngành xây dựng xin liên lạc với chúng tôi.

Công ty xin phục vụ quý cộng đồng từ ngày đầu tiên gặp để triển khai dự án đến lúc hoàn thành công việc.

TẤT CẢ CÁC CÔNG VIỆC DO CÔNG TY HOÀN THÀNH ĐỀU ĐƯỢC BẢO HÀNH 1 NĂM.



Tôi phải làm gì sau Tai Nạn Xe Cộ?

ACCIDENT DOCTORS

602-632-0000

\$0 copay, \$0 deductible

- Bác sĩ chuyên về tai nạn xe cộ
- Giới thiệu luật sư mà chúng tôi tin tưởng
- Không cần bảo hiểm sức khỏe
- Công ty bảo hiểm bên xe có lỗi sẽ chịu trách nhiệm chi phí.

- Doctors specialized in auto injury
- Recommend an attorney we trust
- No health insurance needed
- We bill the at-fault car insurance company.



Thanh Nguyen, M.D.

(602) 632-0000 Office

(602) 218-4444 Fax

office@AccidentDoctorsAZ.com

AccidentDoctorsAZ.com



2 phòng mạch & tại tư gia EAST VALLEY OFFICE

1155 S. Country Club Dr

Mesa, AZ 85210

(NE Country Club & Southern)

2 locations & In-Home Visits WEST VALLEY OFFICE

560 N. Estrella Pkwy, B10

Goodyear, AZ 85338

(Estrella & I-10)





TỔ HỢP LUẬT SƯ
CHUYÊN VỀ LUẬT THỪA KẾ
ESTATE PLANNING LAW FIRM



Tổ Hợp Luật Sư chuyên về lập kế hoạch thừa kế di sản. Chúng tôi có các cố vấn tài chính và chuyên gia thuế sẽ hướng dẫn quý vị để đảm bảo quý vị không chỉ nhận được Living Trust (Ủy Thác) và Di Chúc (Will), mà quý vị sẽ có được kế hoạch di sản đầy đủ & toàn diện.



Chúng tôi cung cấp các dịch vụ sau:

- Di Chúc (Wills) & Ủy Thác (Living Trusts)
- Giấy uỷ quyền tài chính và y tế (Power of Attorney)
- Kế hoạch bảo vệ tài sản (Asset Protection)
- Đại diện và hướng dẫn thân chủ các thủ tục trong tiến trình thanh lý tài sản kế thừa tại tòa án (Probate)
- Thỏa thuận tiền hôn nhân (Prenuptial and Postnuptial Agreement)
- Thành lập công ty (LLC Formation)
- Xem & duyệt lại hợp đồng (Contract Review)

Does your Trust have a Legacy Plan? Our goal is to help you protect and preserve wealth by collectively focusing on Asset Preservation, Financial Planning, and Tax Planning. We combine passionate lawyers with financial advisors and tax professionals to make sure you get a comprehensive estate plan.

Hãy liên lạc với chúng tôi ngay hôm nay để được tư vấn miễn phí | Call us today for a free consultation

602-730-9838

Email: **LMai@AZLegacyLawGroup.com**

CHỦ DOANH NGHIỆP LƯU Ý

KHÔNG CẦN TRẢ PHÍ NỮA



Luật mới của nước mỹ cho phép chủ doanh nghiệp

GIẢM đến 100%

phí xử lý thẻ tín dụng hàng tháng.



Hàng ngàn doanh nghiệp sử dụng
chương trình này và không còn
phải trả phí nữa



- ✓ FREE Máy
- ✓ FREE Giấy
- ✓ Không hợp đồng
- ✓ Có hỗ trợ tiếng Việt

Phục vụ tại tất cả 50 tiểu bang

GỌI NGAY SỐ 888-847-4445  www.GoZeroFees.com



hello@vipsbs.com // www.vipsbs.com //

4535 S Lakeshore Dr, Ste 5,
Tempe, AZ 85282

MỤC LỤC QUẢNG CÁO

Để có được Báo đến tay bạn đọc hằng tháng, Việt Lifestyles xin chân thành tri ân đến những quý thân chủ quảng cáo sau đây:

NHÀ HÀNG

AZ Pho Grill.....	71
Huế Gourmet.....	B12
Phở Đà Lạt.....	B49
Phở Leo.....	54
Phở Thành.....	B45
Phở Gia Đình.....	45
Great Wall.....	B5
Quê Hương.....	B25

VĂN PHÒNG BÁC SĨ - LUẬT SƯ-NHÀ THUỐC

AZ Dental.....	B13
Chiropractor Dr. Bình Tô.....	B37
Hi-Tech Dentistry.....	41
KB Canyon State.....	49
Luật Sư Phạm Viết Ảnh.....	43
Jlac Insurance.....	45
Modern EyeDoctor.....	B5
North Phoenix Medicine.....	39
Sun Valley Eye Care.....	63
Văn Phòng LS Clifford.....	7
Văn Phòng Edwards & Wu.....	B53
Friendly Smiles.....	8

DỊCH VỤ ĐỊA ỐC & TÀI CHÍNH

Atlanta Maxim.....	34
Access AZ Realty.....	10
Bảo Hiểm Hiếu Lương.....	3
GB Tax.....	34
HomeSmart.....	B57
Realty One Group.....	B58
Realty One Group-Luis Nguyen.....	55
Realty One Group Lanh Huynh.....	B29
Lifetyme Financial.....	3
James Tran.....	24
Văn phòng kế toán Đôn Nguyễn.....	35
Văn phòng Michael.....	25
VIP Smart.....	B10
Vina Realty.....	15
UTAB Contruction.....	B7

CÁC DỊCH VỤ KHÁC

Auto Work.....	B8
ABC Gửi Tiền & Gửi Hàng Về Việt Nam.....	B68
AV Travel.....	B24
AZ Window Covering.....	16
BAM Electrical Services.....	B29
Chandler Beauty.....	B4
Chen AZ.....	6
GGG Florist.....	B44
Franklin's Fine Sign.....	B49
Japanese Auto Pro's.....	B17
Le Plumbing.....	67
New York Life.....	17
Maricopa.....	6

P & H Auto Glass.....	B12
Sago Glass Thay Kính Xe.....	B58
THD Contruction.....	B31
Tran Insurance.....	B43
TNT Radio.....	74
West USA.....	69

DỊCH VỤ NGÀNH NAILS

Negev Design Build LLC.....	B59
Rao Vặt.....	B67
Big 5 Nail Supply.....	4

SHOP - BÁN LẺ

Minh Ngọc Jewelry.....	B36
Golden Jade Jewelry.....	B44

SIÊU THỊ - CHỢ

88 International Market.....	62
Chợ Lee Lee.....	B16
Chợ Tấn Phát.....	B45
International & Mekong Market.....	5
Little Saigon Arizona.....	9

Việt Lifestyles phát hành vào tuần thứ Hai trong tháng, hiện đã có đại diện tại một số thành phố và tiểu bang sau đây:

ARIZONA - Phoenix:

2013A West Bethany Home Rd.
Phoenix, AZ 85015
Tiếng Việt: 602-621-5125
English: 480-213-5987

ARIZONA - Tucson:

Lan Tran
(P): 520-661-1014
Email: lanlytran57@gmail.com

CALIFORNIA - Orange County

Triet Tran
Phone: 714-765-9844
Email: lotustypesofmedia@gmail.com

FLORIDA - Orlando

Thuy Trinh
Phone: 863-255-9676
Email: sathuy529@yahoo.com

GEORGIA - Atlanta & Norcross

Hanh Dang
Phone: 678-849-6470
Email: hanhtk_dang@yahoo.com

HAWAII - Honolulu

Muong Giang
Phone: 808-946-2732
Email: muonggiang18@gmail.com

TEXAS - Dallas

Zen Lam
Phone: 817-917-2178
Email: lamdoanld@yahoo.com

NHÀ BÁN

Muốn biết bí quyết
bán được nhà nhanh với
\$20,000
trên giá thị trường, hãy gọi:
(602) 753-8294



Access AZ Realty

NHÀ MUA 3 THÁNG MIỄN PHÍ

Chúng tôi đang có
chương trình tài trợ mua nhà,
đặc biệt không cần phải trả
tiền nhà trong 3 tháng
đầu tiên.

Hãy gọi:
(602) 842-1497



Access AZ Realty



Huế Gourmet

PHỤC VỤ TẬN TÂM AN CẦN

www.huegourmet.net

Chuyên các món ăn về Huế

Đặc Biệt: Bún Bò Huế nấu đúng kiểu Huế

480 - 251 - 7429

Dine in, Take Out, Delivery and Party Order

- ☐ Bánh Bèo ☐ Bún Măng Vịt
- ☐ Bánh Nậm ☐ Bánh Canh Cua
- ☐ Bánh Bột Lọc ☐ Mì Quảng

Trong Mekong Plaza
Khu ăn uống (Food Court)

Giờ mở cửa:
8:30AM - 8:00PM
Đóng cửa thứ tư

66 S. Dobson Rd. Suite 126
Mesa AZ 85202



www.huegourmet.net

P&H AUTO GLASS

DỊCH VỤ THAY KIẾNG XE

- WINDSHIELD REPLACEMENT
- LIFETIME WARRANTY 100% ON WINDSHIELD REPLACEMENT & WINDOW TINT
- WINDOW TINT USING SUNTEK WINDOW FILMS

- Chuyên Bán Và Thay Bánh Xe Cho Tất Cả Các Loại Xe
- Thay Nhớt Xe, Thay Thắng, Thay Shocks & Trusts...
Cho Tất Cả Các Loại Xe
- Tận Tâm Phục Vụ, Vui Vẻ Chuyên Nghiệp,
Giá Cả Phải Chăng



(480)-452-3076

Xin Liên Lạc **BÌNH TRƯƠNG**: (480) 558-2009

3235 N. Arizona Ave. #1. Chandler, Az 85225. **Tel: (480) 558-2009** | www.Phprotection.com

VĂN PHÒNG NHA KHOA GIA ĐÌNH



AZ DENTAL

DR. BRIAN TONG, D.D.S

Văn phòng chúng tôi chuyên nhận bảo hiểm United Health Care Dual Complete cho người già trên 65 tuổi. Nếu quý vị có Medicare và AHCCCS, chúng tôi sẽ giúp quý vị xin bảo hiểm làm răng hoàn toàn Miễn Phí. Nói tiếng Việt, xin gọi:

(714) 657-5937

Bác sĩ Nha Khoa Brian Tong với nhiều năm kinh nghiệm trong nghề sẽ phục vụ quý đồng hương Việt Nam tận tình và chu đáo.

**Chuyên làm
răng sứ thẩm
mỹ để có nụ
cười đẹp**



GIỜ LÀM VIỆC

Mon – Sat 9:00 AM - 5:00 PM

PHOENIX

**515 N. 35TH AVE #122
PHOENIX, AZ 85009
602-455-0505**

WEST PHOENIX

**9014 W. THOMAS #103
PHOENIX, AZ 85037
623-872-9117**

MESA/GILBERT

**1851 E. BASELINE RD, #103
GILBERT, AZ 85233
480-497-1197**



LÀM SAO TRIỆT HẠ CHÍNH SÁCH CỘNG-HÓA?

Đại Dương

Chiến lược “Cộng-hóa” giúp cho Chủ nghĩa Cộng sản của Karl Marx và Friedrich Engels truyền bá khắp thế giới, hưng thịnh nhất vào thời Đệ tam Quốc tế Cộng sản dưới sự lãnh đạo của Vladimir Lenin (1870-1924) và kẻ nối nghiệp Joseph Stalin (1878-1953).

Triết học không hề là chân lý nên các triết gia có thể bàn luận theo nhận thức cá nhân gây ra những cuộc bút chiến triền miên từ thế hệ này sang thế hệ khác.

Nhưng, khi bước sang lĩnh vực chính trị tức hòa nhập vào xã hội vô vàn phức tạp có thể đối chiếu với thực tế cuộc sống mà làm sáng tỏ phần nào đúng/sai về phần triết lý trong xã hội.

Từ khai thiên lập địa chưa có một xã hội nào, dù ăn lông ở lỗ hoặc bay vào không gian, mà tạo được sự công bằng bình đẳng trong xã hội loài người.

Vậy, xây dựng xã hội không có người bóc lột người, làm tùy sức hưởng tùy cầu, bình đẳng giữa người và người chỉ xảy ra trong hai trường hợp từ: (1) Kẻ mộng du. (2) Tên đại bịp.

Cán bộ cộng sản khai thác tâm lý ghen tị, oán thù ẩn náu trong mỗi con người để đẩy họ xuống hàng súc vật mới có thể điều khiển vào các hành động tối tệ hơn loài lang sói. Hổ không ăn thịt con. Gà mẹ liều chết bảo vệ đàn con. Nhưng, con tố cha, vợ tố chồng, cháu tố ông bà, giết người ơn đã trở thành nếp sống thường nhật trong xã hội cộng sản, dù có thay đổi hình thức cho phù hợp với môi trường và tình thế.

Không một chế độ cộng sản nào từng có mặt trên thế gian mà mang lại hạnh phúc cho con người. Liên Xô từng gieo mồi họa nguyên tử, chiến tranh giải phóng khắp địa cầu, tuyên bố đào mồ chôn chủ nghĩa tư bản. Các dân tộc Ba Lan, Tiệp Khắc, Hung Gia Lợi đã vùng lên lật đổ chế độ cộng sản vào năm 1989 để trở lại kiếp người. Dân tộc Nga nương theo làn gió dân chủ tự do mà vùng lên chấm dứt cuộc đời súc vật vào năm 1991, thối kèn tiến đưa Chủ nghĩa Cộng sản xuống nấm mồ lịch sử.

Tây Phương đã “sáng” khi đối đầu với Liên Xô và chư hầu, nhưng, bị “tối” khi giao dịch với Trung Cộng.

Liên Xô và chư hầu bị Tây Phương cô lập tuyệt đối trên phương diện kinh tế, công nghệ, kỹ thuật nên chỉ có thể lừa dân chúng bằng khẩu hiệu “với sức người sỏi đá cũng thành cơm” nên người dân vẫn phải giành ăn với súc vật.

Liên Xô đẩy mạnh chạy đua vũ trang không tương xứng với phát triển kinh tế nên lụn bại. Kho vũ khí nguyên tử, lúc cực điểm, đã lên hơn 10,000 đầu đạn đủ loại phải ngốn chi phí khổng lồ, bảo trì vượt quá khả năng nên Liên Xô đành phải cùng Hoa Kỳ tài giảm binh bị, đặc biệt về vũ khí nguyên tử.

Tổng thống Ronald Reagan chỉ nhượng bộ khi Tổng thống Mikhail Gorbachev đã hoàn thành từng loại cam kết rồi mới tiến hành bước kế tiếp nên Liên Xô không thể lùi hoặc làm chậm trễ tiến trình đàm phán hòa bình, hợp tác.

Ngược lại, suốt 40 năm, Tây Phương gần như “mụ mẫm” trước thị trường 1.4 tỉ miệng ăn nên lao vào như con thiêu thân mà số tiền giới tỉ phú quốc tế tích lũy đang bị cháy vì Virus Vũ Hán. Những kiểu “giao dịch dưới gầm bàn” tạo điều

kiện cho Trung Cộng thực thi chính sách “Cộng-hóa” nhằm đổi trắng thay đen mọi vấn đề.

Sau khi làm chủ toàn bộ Hoa Lục năm 1949, Đảng Cộng sản Trung Hoa dưới sự lãnh đạo của Chủ tịch Mao Trạch Đông biến Trung Hoa thành một trại lính để thực hiện hai nhiệm vụ chính: (1) Biến Trung Hoa thành Đế Quốc Đỏ mang đủ bản chất hung bạo man rợ của đoàn quân Mông Cổ và Rợ Hung để thực hiện những thí nghiệm từ sách vở Marx-Lenin làm cho cho đất nước rơi vào nghèo đói cùng cực và bạo lực tuyệt đối. (2) Xuất cảng chiến tranh nhân dân, chiến tranh du kích nhằm khuynh loát các quốc gia láng giềng trong chiến lược bành trướng bá quyền.

Trí thức Xã hội Chủ nghĩa như loài nhai lại học thuyết Marx-Lenin nên khó thuyết phục dân chúng sống trong xã hội tự do dân chủ. Vì thế, Đệ tam Quốc tế phải tìm cách “Cộng-hóa” giới trí thức, học thuật toàn cầu để đưa “virus Marx-Lenin” xâm phạm vào tế bào xã hội của các quốc gia “phi-Cộng” nhằm biện minh cho Chủ nghĩa Cộng sản như một đáp số duy nhất trong bài toán công bằng, bác ái, tiến bộ trong xã hội loài người.

Bản tính của “trí thức tháp ngà” coi kinh điển như chân lý mà lẽ kết quả tác động lên xã hội loài người nên cứ tranh cãi và biện minh cho tới hơi thở cuối cùng. Thực tế, tác động của học thuyết hoặc tư tưởng lên xã hội loài người quan trọng hơn bất cứ loại ngôn từ hào nhoáng trau chuốt nào. Một số trí thức, học thuật thiếu tinh thần phục vụ nhân loại vô-vị-lợi nên sẵn sàng bán các “đứa con tinh thần” của mình cho bất cứ ai trả giá cao!

Khoảng 50,000 kỹ sư cao cấp cùng các Tập đoàn Đa quốc Phương Tây đã bị “Cộng-hóa” nên không hề công khai chỉ trích hành động đàn áp nhân quyền một cách dã man của Tập Cận Bình tại Hoa Lục và hành động diệt chủng tại Tây Tạng, Tân Cương. Hàng trăm ngàn du học sinh, nghiên cứu sinh, học giả, chuyên gia từ Trung Cộng đã xâm nhập các trường đại học, viện nghiên cứu ở Tây Phương với thiện ý trao đổi học thuật và văn hóa để che đậy các hoạt động tình báo nhận nhiệm vụ và ráo riết nhằm đánh cắp, sao chép công khai và bí mật các công nghệ quân sự, kinh tế, quản trị cần thiết cho hiện-đại-hóa.

Hai cựu thủ tướng Anh Quốc, hai cựu thủ tướng Pháp Quốc, một cựu thủ tướng Úc Đại Lợi, một Chủ tịch Ủy hội Châu Âu, một cựu Thủ tướng Đức cùng vô số chuyên gia Tây Phương đã làm việc nhiều năm cho Chủ tịch Tập Cận Bình mà không dám hé răng bình luận về Virus Vũ Hán!

Viện Khổng Tử đầu tiên được khánh thành tại Đại Hàn vào năm 2004, hiện chiếm 20 trong số 548 Viện Khổng Tử trong các trường Đại học (Hoa kỳ chiếm 100); và 1,193 Phòng học Khổng Tử tại các trường trung và tiểu học khắp thế giới. Chính thức, hệ thống Viện và Phòng học Khổng Tử chỉ chuyên đào tạo tiếng Trung và các môn văn hóa. Nhưng, Bắc Kinh buộc các trường Đại học Tây Phương xử dụng giáo khoa do Viện Khổng Tử cung cấp; và “kiểm duyệt” các bài tham luận có đề cập đến vấn đề nhân quyền, Đài Loan, Tây Tạng, Duy Ngô Nhĩ, Đại Nhảy Vọt (1958-1961) và Cách Mạng Văn Hóa (1966-1976). Các học giả Tây Phương phải “tự kiểm duyệt” để được nghiên cứu các vấn đề Trung Cộng qua tài liệu do Bắc Kinh cung cấp. “Cộng-hóa” đã giết chết nguyên tắc tự do học thuật mà Tây Phương từng hãnh diện qua bao thế kỷ. Mục tiêu 1,000 Viện Khổng Tử trên toàn cầu vào năm 2020 của Bắc Kinh tan tành theo mây khói vì chủ trương chống chủ nghĩa cộng sản và chủ nghĩa xã hội một cách quyết liệt và công khai của Tổng thống Donald Trump.

“Cộng-hóa” trong cộng đồng người Việt Hải ngoại đa dạng và lộ liễu hơn: (1) Một số du học sinh Việt Nam Cộng Hòa có thân nhân thiên tả đã gia nhập Phong trào phản chiến trên thế giới, đặc biệt tại Hoa Kỳ được Hà Nội vận dụng như liều thuốc kích thích Mỹ bỏ rơi 22 triệu người Việt Nam yêu chuộng tự do dân chủ rơi vào “Thiên Đường Mù”. Số du học sinh đó tự dán nhãn hiệu “yêu nước”, nhưng, cho tới nay họ vẫn bám trụ vào các trường Đại học ở Tây Phương mà chẳng dám hồi hương để thi thố tài năng phục vụ đất nước đã “sạch bóng quân thù”. Họ vẫn tiếp tục vai trò “Cộng-hóa” nhằm làm ung thối tinh thần “chống-Cộng” của người Việt Hải ngoại. (2) Khoảng 4 triệu người Việt đang sinh sống khắp thế giới mà đa số không còn giữ quốc tịch Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam vẫn

nuôi sống chế độ ác nhân thất đức với 10 tỉ USD/năm, nhiều hơn viện trợ quốc tế cho Hà Nội. Khác nào người Việt thù ghét và muốn chế độ cộng sản biến mất trên trái đất mà cứ đem tiền nuôi sống chẳng phải quá vô lý trước con mắt của loài người hay sao? (3) Hàng triệu người đánh đu với tử thần, vứt bỏ niềm hãnh diện, lòng tự hào những mong thoát khỏi chế độ cộng sản mà giờ đây ùn ùn vui chơi trong vũng lầy nhớp nhúa, cúi đầu trước kẻ nội thù của dân tộc. Số phận của dân tộc mong gì ở lớp người này? (5) Người Việt Hải ngoại có thể giúp thân nhân trực hệ có miếng thịt, con cá trong bữa cơm đạm bạc, nhưng, không nên cung phụng cho nếp sống “chiều cao lâu, tối vũ trường, cuối tuần Đà Lạt, Vũng Tàu, mua sắm ở Tân Gia Ba, vui chơi tại sông bài Ma Cao.” Đại Hàn nghèo hơn Việt Nam Cộng Hòa mà sau 40 năm đã thành một trong Bốn Tứ Hổ Á Châu đang sánh vai với các cường quốc công nghệ. Hãy khuyến khích dân tộc Việt Nam tự lực cánh sinh, ra sức ganh đua cùng các dân tộc khác thay vì chỉ lo làm ăn mày lòng thương. (6) Người Việt Hải ngoại không nên cho phép Đảng Cộng sản coi như con gà đẻ trứng vàng để nuôi dưỡng bè lũ sâu dân, một nước.

Chính sách “Cộng-hóa” sẽ tiếp tục nếu Chủ nghĩa Cộng sản vẫn tồn tại. Vì thế, mỗi người yêu chuộng tự do dân chủ trên thế giới phải áp dụng biện pháp triệt tiêu chiến lược “Cộng-hóa” để nhân loại sống trong hoà bình, an ninh, ổn định và phát triển. Bốn phận này không của riêng ai.

Tài liệu tham khảo:

- ‘You can’t ask the virus for a truce’: reopening America is Trump’s biggest gamble (Guardian).
- America’s role in the world was already changing, and now COVID-19 will accelerate it (Business Insider).
- Japan wards off Chinese coastguard vessels caught chasing fishing boat in East China Sea (SCMP).
- EU Says Its Envoy Erred After China Demanded Cuts to Op-ed (Diplomat).
- Blue water showdown: USS Reagan underway (Asia Times).

CELEBRATING 25 YEARS IN BUSINESS



LeeLee™
**INTERNATIONAL
SUPERMARKETS**

Arizona's Largest International Supermarket
MEATS, PRODUCE, LIVE SEAFOOD & MORE!

SIÊU THỊ Á ĐÔNG LÝ TƯỞNG CỦA NGƯỜI VIỆT NAM TẠI ARIZONA



*Phẩm chất tươi tốt, không đâu sánh bằng
Thịt, cá, đồ biển và rau tươi
Đầy đủ các loại gia dụng - Siêu thị sạch sẽ, ngăn nắp*

CHANDLER
2025 N. Dobson Rd.
Chandler, AZ 85224
480-899-2887

PEORIA
7575 W. Cactus Rd.
Peoria, AZ 85381
623-773-3345

TUCSON
1990 W. Orange Grove Rd.
Tucson, AZ 85704
520-638-8328

Open 9am - 9pm Daily

www.leeleesupermarket.com

JAPANESE AUTO PRO'S

JAPANESEAUTOPROS.COM

COMPLETE AUTO & BODY REPAIR



THAY - BÁN ĐỦ LOẠI VỎ XE CŨ & MỚI

SPECIALIST »

- Engine Work
- Transmission Diagnostic
- Heating - Air Conditioning
- Electrical
- Timing Belt - Water Pump
- Fuel Injection System
- Brakes
- Tune-up
- Cooling System
- Clutch
- Bumper to Bumper Repair

EMISSION »

Nếu quý vị **THAY MÁY** hoặc **THAY HỘP SỐ**

- ✓ FREE TOWING
- ✓ ALL WORK WARRANTY
- ✓ Dealer trained Technician, WHO YOU CAN TRUST !

Chuyên sửa thay máy & thay hộp số các loại xe



xin liên lạc

ĐẠT NGÔ 602.841.2424

Mon - Fri 8:00 AM - 5:30 PM Sat 8:00 AM - 3 PM

2427 W NORTHERN AVE PHOENIX, AZ 85021

SE CORNER I-17 & NORTHERN



Bảo Dảm - Thành Thật - Uy Tín - Nhanh Chóng

TÙ QUỐC HẬN 30 THÁNG TƯ TỚI SỬ MẠNG CHÂN CHÍNH CỦA NGƯỜI VIỆT TỬ TẾ

TS Lưu Nguyễn Đạt

Hiện tượng và hiệu ứng “Ngày 30 Tháng Tư” Năm 1975 tới nay, sau 44 năm ròn rã, vẫn bao hàm nhiều ngộ nhận cần sửa sai và định hướng lại.

I. Những Ngộ Nhận Căn Bản Về Hiện tượng “Ngày 30 Tháng Tư”:

Trước hết, ngày 30 Tháng Tư năm 1975 không phải là ngày vui của toàn dân Việt, dù ông Võ Văn Kiệt có nhận định “...ngày 30 tháng 4, có hàng triệu người vui, mà cũng có hàng triệu người buồn”; dù trong buổi lễ tiếp thu Sài Gòn, Tướng Trần Văn Trà, Chủ tịch Ủy ban Quân quản, đã phát biểu một cách băng quơ trước mặt Tổng Thống chớp nhoáng Dương Văn Minh: “Trong cuộc chiến đấu lâu dài này không có ai là kẻ thắng, ai là kẻ bại. Toàn quân và toàn dân Việt Nam là người chiến thắng...”; dù cả Đại tướng Võ Nguyên Giáp lần đầu tiên gặp bại tướng Nguyễn Hữu Cồ cũng đã cầm tay mà nói: “Chào mi, ta với mi lúc trước hai đứa hai chiến tuyến nhưng nay ta đã là hai anh em”.[1]

1. Lịch Sử Đã Cho Thấy Rõ Thực Trạng “Ngày 30 Tháng Tư”: Toàn Quân Và Toàn Dân Việt Nam Không Hề Chiến Thắng

Chỉ vài ngày, vài tháng sau “ngày giải phóng” [sic], đã phát động một hiện tượng “đổi đời” khốn khổ, khốn nạn nhất cho “toàn quân và toàn dân” miền Nam trong dòng lịch sử hiện đại. “Anh Em”, “toàn quân và toàn dân Việt Nam” chỉ là những xảo ngôn, dối trá, “nói-dối-như-vem”.[2]

Đương nhiên, đối với kẻ bên kia chiến tuyến, khi là thành phần thua trận, kẻ thắng chỉ cần gọi họ là “ngụy”, là tội phạm lý tưởng, họ sẽ bị vơ vét của cải, cướp đoạt nhà cửa, đánh tư sản, rồi từng đợt, từng đợt đi “cải tạo”, nghĩa là “được” cải huấn tù đầy, “được” tra tấn, hành hạ chục năm này sang chục năm khác, liên



tiếp, theo khuôn khổ Gulag Cộng Sản Quốc Tế.[3] CSVN tước đoạt nhân phẩm, tài sản và sức sống của người dân thất thế một cách tàn nhẫn, dã man. Họ độc ác, khốn nạn hơn lũ mật thám thực dân Pháp đối với dân bản xứ, thời thuộc địa. Chỉ vì CSVN mặc cảm bất tài và tham lam đã tìm mọi cách củng cố vị thế độc đảng, độc tôn, để ngoài họ ra không còn ai được quyền quản trị đất nước, dù sau họ là phá sản, là tự hủy.

Kể cả cái gọi là Mặt Trận Dân Tộc Giải Phóng Miền Nam Việt Nam thành lập từ năm 1960, dưới hình thức một “Lực lượng Việt Cộng Miền Nam” trá hình cũng không hề “chiến thắng”. Họ bị “thất sủng”, các lãnh tụ của “Mặt Trận” cũng bị thủ tiêu, hoặc đi “cải tạo” như kẻ thù phản động. Đồng chí hôm trước, kẻ thù hôm sau.

Kể cả “đồng bào” của người cộng sản cũng không hề “chiến thắng”. Điển hình là đồng bào đối khổ Miền Bắc từ 1954 tới 1975, dù được tuyên truyền tung hô là “dân làm chủ”, bất cứ lúc nào “họ” cũng sống trên đe dưới búa và dưới lưỡi liềm sát cổ. Kể cả gần 90 triệu người dân hôm nay cũng không hề “chiến thắng”. Cũng như ông cha họ trước kia, người dân

Việt ngày nay vẫn là thứ dân oan, tiếp tục bị cướp bóc, thổ phỉ, sách nhiễu, hành hạ bởi lũ đảng phiệt đội lột mafia/tài phiệt đỏ, ác với dân, hèn với giặc-lạ. Nhất là khi CSVN hạ mình để Hán Cộng tùy tiện lấn đất, chiếm đảo, cắt rừng; tùy tiện phóng uế gây ô nhiễm Tây Nguyên, sông ngòi; tùy tiện phá hoại sinh lực dân nghèo bằng đủ loại thực phẩm chế biến độc hại, rẻ tiền.

Kể cả giới trí thức cộng sản cũng không hề “chiến thắng”. Trước kia, tự coi là “hèn” nên không được trọng dụng bằng “cục phân”[sic] bởi đám lãnh tụ CSVN, lũ lượt ăn phải đũa Mao.[4] Ngày nay kẻ sĩ dù “đổi đời” vẫn mất giá đến độ “phi thường”; bất cứ lúc nào cũng có thể bị ghép đủ thứ tội, từ phản động, phản đảng, tới phản quốc. Nhà cầm quyền Hà Nội thừa thắng xông lên đem công an và xã hội đen thẳng tay hành hạ, phá phách, đổ phân người vào nơi trú ngụ các “đồng chí” ly khai như Hoàng Minh Chính, Nguyễn Khoa Điềm; nơi trú ngụ các nhà dân chủ, các nhà tu hành “phản động” vì không chịu đổi đời thành “cha-quốc-doanh”, thành “sư-quốc-doanh”. Gần đây, họ cũng “xử lý” như vậy đối với thành phần bất đồng chính kiến, như gia đình nhà văn Huỳnh Ngọc Tuấn, Huỳnh Thục Vy.



hơn hờ cười thì tôi lại khóc... Vào Nam tôi mới hiểu rằng, chế độ ngoài Bắc là chế độ man rợ vì nó chọc mù mắt con người, bịt lỗ tai con người. Trong khi đó ở miền Nam người ta có thể nghe bất cứ thứ đài nào, Pháp, Anh, Mỹ... nếu người ta muốn. Đó mới là chế độ của nền văn minh. Và thật chưa chát khi nền văn minh đã thua chế độ man rợ. Đó là sự hàm hồ và lầm lẫn của lịch sử. Đó là bài học đắt giá và nhảm lẫn lộn nhất mà dân tộc Việt Nam phạm phải.”[7]

Thật ra CSVN đã “thua cuộc” khi bước vào Sài Gòn, vì kể từ lúc đó, họ không còn cơ hội lừa dân mãi; không còn lý do đòi hỏi ở dân sự hy sinh trường kỳ như trước. Họ đã tự lột mặt nạ để trở thành những tên hung thần man rợ, ác với dân, hèn với giặc khi bó tay và cúi đầu đánh mất ranh giới, mất biển, mất rừng, mất

2. Đích Thực Ngày 30 Tháng Tư” Năm 1975 Là “Ngày-Quốc-Hận” Cho Toàn Dân Việt; Còn CSVN Là Kẻ “Thua Cuộc”:

Thật vậy, ngày 30 Tháng Tư năm 1975 không xứng đáng được coi là một thành tích vẻ vang cho CSVN để họ tự xét/tự xưng là “Bên Thắng Cuộc”. Trái lại, ngày đó chỉ đáng nhớ là ngày chiếm đoạt Sài Gòn của “Bên Thắng Trận”, nhờ vào súng đạn và quân nhu Trung Cộng cho vay với lãi cắt cổ, trong khi bên thua trận là VNCH lại bị đồng minh Hoa Kỳ trong chiến lược “be bờ”[5] bỏ rơi cái một vì quyền lợi quốc gia họ, lúc đó đổi hướng đầu cơ vào thị trường sản xuất rẻ, “made in China”.

Nay sau 40 năm nhì nhằng lố hơn lời, Hoa Kỳ đã thấy “hố to” và đương tìm đường tháo lui. Trước sau vẫn là một: quyền lợi quốc gia Hoa Kỳ trên hết. Đó là mệnh lệnh bất di bất dịch của con buôn và người kinh doanh. Chỉ khác một điều, Hoa Kỳ là thương gia khá chân chính, vì còn biết sợ luật pháp và biết kết sinh với luân lý chân chính [corporate integrity] trong khi Tàu Cộng [khác với Tàu Singapore, Tàu Hồng Kông] lại là thứ “gian thương made in China” thứ tả-pín-lù, thi đua văng mạng, chết sống mặc bay.

Vậy, thành ngữ “Thắng Cuộc” của CSVN ngày Sài Gòn thất thủ không những ngạo mạn, tự mãn, mà còn vang vọng một hậu ý man khai, lừa đảo, và tự lừa đảo, theo đúng truyền thống hỏa mù cộng sản quốc tế.

Có lẽ nhà báo Huy Đức cũng thấy rõ như vậy, nên dù có khai sinh cuốn sách song tập trong năm 2012 & 2013 với cái tên tiền chế là *Bên Thắng Cuộc*,[6] ông đã vội vàng cảnh cáo ngay trong lời giới thiệu sách, như để tránh một sự lầm lẫn lịch sử đáng tiếc:

“Cuốn sách bắt đầu từ ngày 30-4-1975, ngày nhiều người tin là miền Bắc đã giải phóng miền Nam. Nhiều người thận trọng nhìn lại suốt hơn ba mươi năm, giật mình với cảm giác bên được giải phóng hóa ra lại là miền Bắc. Hãy để cho các nhà kinh tế chính trị học và các nhà xã hội học nghiên cứu kỹ hơn hiện tượng lịch sử này.



Cuốn sách của tôi đơn giản chỉ bắt đầu kể những gì đã xảy ra ở Sài Gòn, ở Việt Nam sau ngày 30-4: cải tạo; đánh tư sản; đổi tiền... Cuốn sách của tôi cũng nói về hai cuộc chiến tranh cuối thập niên 1970, một với Khmer Đỏ và một với người Trung Quốc. Cuốn sách của tôi cũng nói về làn sóng vượt biên sau năm 1975, nói về sự “đồng khởi” của nông dân, của các tiểu chủ, tiểu thương để giành lấy cái quyền được tự lo lấy cơm ăn áo mặc.”

Còn nhà văn cộng sản ly khai Dương Thu Hương, nổi tiếng với những tác phẩm như *Thiên Đường Mù*, *Bên Kia Bờ Ảo Vọng*, *Khải Hoàn Môn*, thì trước đây đã phân minh rõ ràng:

“Lần thứ nhất khi đội quân chiến thắng vào Sài Gòn năm 1975, trong khi tất cả mọi người trong đội quân chúng tôi đều

đảo cho Tàu Cộng để trả nợ quân sự chu kỳ, và nhất là để giữ lấy “Đảng-Ta”.

CSVN đã “thua cuộc” vì bất lực quản trị đất nước khi luẩn quẩn ôm ấp phe đảng chia năm xẻ bảy, rình rập thanh toán lẫn nhau; khi thao túng tham nhũng quốc doanh, chia chác gia đình trị tới độ tắc nghẽn. Trong suốt 44 năm tự hào “thống nhất & độc lập” giả tạo, CSVN đã công khai tự duy bất tài khai mở sáng tạo, với những kế hoạch không tưởng, man khai, bán đứng thị trường theo hướng xã hội chủ nghĩa; in giấy bạc giả, thu lấy “dollars”; với đồng văn bằng hàng mã [dùng để đốt hương hỏa] và những bộ óc teo mòn, bịt bùng, rỗng tuếch. CSVN còn bất lực ngay trong cuộc sống hằng ngày gìn giữ văn hóa đạo người; bất lực duy trì luân lý, phẩm giá, hạnh phúc và danh dự dân tộc, khi nhà cầm quyền Hà Nội và bè lũ

cán cùn chỉ đủ kể “xóa đói giảm nghèo” bằng cách bán lao động, bán con dân thành dân nước ngoài; xuất cảng đồ “đều” hay xuất cảnh cán bộ chuyên viên ăn cắp vặt, để cả Đông Nam Á phải treo bảng “Cấm Người Việt” lai vãng.

Như thế ngày 30 Tháng Tư Năm 1975 Không Phải Là Ngày Vui Lịch Sử Việt Nam, Mà Đích Thực Là “Ngày-Quốc-Hận” Cho Toàn Dân Việt vậy.

II. Những Hiệu Ứng Tiếp Nối Của “Ngày 30 Tháng Tư”

Sau ngày Quốc Hận 30 Tháng Tư, cả nước Việt Nam đã trở thành một nhà tù lớn với rất nhiều nhà tù nhỏ, kể cả những nhà tù cá nhân thi hành tại chỗ, dưới mắt “Đảng-Ta” hạch sách, làm tiền và hành tội. Dưới mãnh lực toàn trị của gần 4 triệu cán bộ và lãnh chúa CSVN, người dân có ba cách phản ứng:

tỵ nạn nước ngoài với hy vọng khôi phục danh dự và quyền làm người tỵ nạn trong nước với thể cam phận, vô cảm;

tranh đấu trong nước với hy vọng bật lửa đại nghĩa.

1. Liên hệ trực tiếp với thời điểm kết thúc tiền đồn trận tuyến ý thức hệ, từng đợt từng đợt người Việt đã “bỏ phiếu chống cộng” bằng chân, bằng thuyền, trong cảnh phiêu lưu tỵ nạn chưa từng thấy trước đây: cho tới nay, gần 4 triệu người Việt đã bỏ nước thoát cộng, bỏ lại tất cả để thoát hiểm.



“Bàn Tay Hy Vọng/Hand of Hope” [đúc bằng ciment cốt sắt/béton armé, cao 9 ft, móng sâu 9 ft] do LS Lưu Nguyễn Đạt [Hoạ sĩ, điêu khắc gia, nguyên Tổng Thư Ký hội Hoạ Sĩ Trẻ VN/Sài Gòn/ trước 1975] tạo dựng và tặng Trại TQLC Camp Pendleton, San Clemente, California vào đúng Ngày Độc Lập July 4, 1975. Tiêu biểu cho “Hy Vọng” đứng dậy & khởi phát của [hậu duệ] Người Việt Tỵ Nạn Cộng Sản tại Hoa Kỳ và trên Thế Giới Tự Do.

Đối với người viết là tác giả điêu khắc “Bàn Tay Hy Vọng/Hand of Hope”[8] đúc bê-tông cốt sắt thực hiện và tặng trại Thủy Quân Lục Chiến Camp Pendleton, San Clemente, California vào đúng Ngày Độc Lập July 4, 1975, thì cuộc ra đi của người Việt Tỵ Nạn Cộng Sản có rất nhiều ý nghĩa chính:

Tỏ rõ lập trường của những người Việt tự trọng, khao khát tự do và tôn trọng giá trị nhân phẩm, nên không thể sống chung với con người cộng sản phi nhân, phi nghĩa.

Nuôi dưỡng “hy vọng” sắt đá khôi phục danh dự và quyền làm người. Đó cũng là cách tạo dựng lại một không gian an toàn, vượt tiến cho hậu duệ, như biểu tượng “Bàn Tay Hy Vọng” dựng trên xứ người với những đứa trẻ tự hợp “đứng

thẳng” và sẵn sàng “bay ra khỏi bàn tay” cứu mạng. Chỉ bằng đường lối thẳng thắn, vươn cao và khởi tiến, người Việt Tỵ Nạn mới chấp nổi cho họ, cho con em họ cái thế đứng vững vàng làm người tử tế, mạch lạc để trở thành những công dân tiến bộ xứng đáng với cuộc sống mới mà người tỵ nạn đã chọn với giá rất cao, đôi khi cần phải hy sinh tốt đỉnh.

Người Việt Tỵ Nạn Cộng Sản nhập cảnh với diện

quốc tịch công pháp “tỵ nạn chính trị”, khác hẳn với diện “di dân kinh tế”. Căn cước người Việt Tỵ Nạn Cộng Sản thuộc quy chế chính trị, nên khi họ nhập quốc tịch Hoa Kỳ, Pháp, Đức, Tiệp Khắc, Nhật, v.v., họ có quốc tịch nơi cư ngụ và chỉ còn là “sắc dân/công dân gốc Việt”. Vậy, đối với những “công dân gốc Việt”, ngoài trường hợp có song tịch với Việt Nam, không thể coi họ là “Việt Kiều”, vì họ đã bỏ quốc tịch Việt, trên phương diện luật di trú và quốc tịch công pháp. Quốc tịch mới và “gốc Việt” phải được thi hành và tôn trọng một cách đúng đắn, phân minh, phù hợp với pháp luật và lẽ phải.

Quốc tịch mới là những “Bàn Tay Hy Vọng” đặt tại xứ người. Là những “Ngày Hành Trình Đến Tự Do” nơi bến hứa [La Terre Promise- The Promised Land]. Người Việt Tỵ Nạn thoát khỏi địa ngục cộng sản, phần lớn là để bảo toàn tương lai cho hậu duệ họ. Nhưng, các hiện tượng sáng sủa, hy vọng và vui mừng đó phải “tới sau” mùa tang tóc quốc thể. Phải tới sau “Ngày Quốc Hận” và cũng không thể xóa bỏ “Dấu Ấn” lịch sử đó. Những hiện tượng “Hy Vọng” và “Tự Do” có thể tưởng niệm hay ăn mừng bất cứ ngày, tháng, năm nào “KHÁC”, chứ không thể lẫn át, thay thế Ngày Quốc Hận “30 Tháng Tư” được.



Thật vậy, nếu tung tăng cờ quạt, kèn trống, xăm banh tiệc tùng “Ngày Hành Trình Đến Tự Do” vào đúng “Ngày Quốc Hận 30 Tháng Tư”, chẳng khác nào cổ tình cử hành hôn lễ chạy-tang cho vài người có hạnh phúc tới bến, trong khi chưa chôn xong ông bà, bố mẹ còn mục nát trên mảnh đất tổ tiên. Tưởng nghĩ con người tử tế, chân chính cũng nên tôn trọng thứ tự ưu tiên gia đạo, không nên “mua vui” đúng ngày “tang lễ” thờ người, nhất là nếu cuộc vui chạy tang, chỉ với “mục đích thiện cận” thu lượm được thứ tự do vô trách nhiệm — vị kỷ, độc diễn, phóng túng; coi thường luật pháp, công lý; coi rẻ nhân phẩm, nhân quyền mọi người [ngoài cái tôi], thì quả thật cuộc “hành trình đó” chỉ đưa tới bãi tự do tự s[x]ướng, tự hủy. Vì, tự do phải có điều kiện chính đáng, trung thực, trọng pháp, trọng nhân, tương ứng và tương xứng. Thứ tự do phá phách, nhục mạ, vu khống là những hành vi, những tuyên ngôn không được luật pháp và hiến pháp bảo vệ [unprotected speech/unprotected freedom];[9] và cũng không được đạo người bãi phục.

2. Ngoại trừ 4 triệu cán bộ cộng sản, tất cả người Việt còn kẹt lại trong nước không hề là “cộng sản”; trái lại, họ cũng chỉ là những người “tỵ nạn cộng sản” trong nước, lâu năm bị hành hạ, uốn nắn, bịt mồm, bịt tai, chọc mắt, nhồi sọ, nên đa số cam phận, đến độ vô cảm, vui buồn lẫn lộn. Với cái đà ù lì này, đất nước Việt có thể còn tự ru ngủ vài thế hệ lặng nín nữa. Nếu giới trẻ đôi lúc thức dậy, chẳng qua cũng chỉ để hấp thụ những thói hư tật xấu, những hào quang ngoại

nhập, ăn chơi phè phỡn, ồn ào; hay lại kéo bè kết đảng thi đua chui luồn lối tắt, học lỏm, mách mung. Nghề chính trong nước là xây vội, tháo vội, bán vội; môi giới ảo và hùa theo ỨC ĐOÁN, tin đồn nhảm; vá víu tín ngưỡng với mê hoặc bùa ngải và tướng số. Đôi khi mỗ mả, nơi tôn thờ cúng bái cũng thao túng trang hoàng vương giả như để thi thố phồn thịnh giả tạo hay dùng mảnh khoe làm hoa mắt thế gian.

Cái chênh lệch giữa người giàu và kẻ nghèo thật khủng khiếp, khó mà nối ghép, hòa nhập. Bên cạnh hơn 80 triệu dân nghèo mặt kiếp làm bạn với rác rưởi, phóng uế, ô nhiễm thì nhô lên những khu tân lập biệt thự khang trang, dinh cơ lộng lẫy mà chỉ kẻ đại gia ăn trộm và các ngài cán bộ tham nhũng bự mới được bước chân tới để chia phần, đổi chác, rửa tiền. Thành phần tư bản đỏ Tàu và Việt còn chuyển động hạ cánh an toàn khắp nơi trên thế giới tự do. Tại Hoa Kỳ và Gia Nã Đại, nhất là tại các thị trấn cao sang giáp Biển Thái Bình Dương [nam California & Vancouver] với những địa ốc, dinh thự trên 2 hay 3 triệu Mỹ Kim đều được cán bộ cộng sản và giới đại gia liên kết mua đứt và trả “cash”/tiền mặt để cho con em và nhân tình họ trú ngụ, đợi ngày “đoàn tụ” gia đình, sẵn sàng có thông hành cả xanh, cả đỏ. Điển hình, con gái Thủ Tướng Nguyễn Tấn Dũng trước là dâu “quốc gia”, nay là công dân Mỹ song tịch chính hiệu.

Dù có Luật di trú Hoa Kỳ, Gia Nã Đại, Pháp v.v. và biết bao quy luật quốc gia và quốc tế cấm rửa tiền [Financial

Crimes Enforcement Network; Countering Financial of Terrorism; Money Laundering Act; USA Patriot Act; Financial Action Task Force, Office of Foreign Assets Control, etc] vẫn có rất nhiều kẻ hờ hay biệt lệ để con ông cháu cha mafia và tư bản Đỏ lọt vào “địa đàng trần gian” Tân Thế Giới, mà chúng nhai nhải chệch bai với cả triệu cái lưới không xương đang phệ.

3. Giữa đám đông vô cảm, vô định và thường xuyên đối mặt với cả một hệ thống cầm quyền độc tài mật vụ, cảnh sát trị là những phần tử bất đồng chính kiến, miệt mài tranh đấu lẻ loi cho chính nghĩa dân chủ tự do, cho nhân phẩm, nhân quyền. Với khoảng 527 cá nhân và hiệp hội trong nước, họ bắt đầu công khai tỏ bày bất đồng chính kiến với chế độ CSVN, nhất là về mặt bảo vệ nhân quyền, bảo vệ tự do tôn giáo. Họ là những bloggers trong nước, những nhà báo độc lập, những tổ chức xã hội dân sự non nớt, mà điều lệ tổ chức và phương tiện thu thập vốn liếng và uy tín xã hội [social capital] vẫn còn vấp vấp sơ khai. Họ cũng là những nhà tu chân chính, thu thập nhân từ nhân ái, mong bảo vệ tín ngưỡng họ luôn luôn bị tước đoạt, triệt hạ, sách nhiễu. Nhưng ít ra họ là những nguồn hy vọng trong vô vọng; là những tia lửa khai phóng đại nghĩa, đại cuộc khi lay chuyển được lòng dân, thu hút được lương tâm và lương tri nhân loại, trên thế giới tự do và trong không gian người Việt tự do từng được cư mang. Có gì quá đáng khi những người may mắn tới trước giúp người tới sau, trong cuộc hành trình luân phiên tìm thấy tự do chân chính, sự thật và công lý.

Phải nghiêm chỉnh thấy rằng, ngày hôm nay, việc tranh đấu của những nhà bất đồng chính kiến đương đầu với thế lực CSVN là hiện trạng thách đố, là hy sinh tù đầy và đổ máu trước tiên của người trong nước. Định mệnh và trách nhiệm khai phóng thoát cộng hay dựng nước theo hướng dân chủ tự do cũng nằm trong tay người trong nước. Vuông tròn, trong sáng, cao siêu hay “tương đối” khả chấp, khả thi cũng theo tầm tay và sở trường của chính họ. Nước Việt Nam ngày nay và sau này là của người Việt sinh sống, thờ phụng, tái tạo tương lai theo khuôn khổ, nhu cầu và triển vọng của người trong nước.

Họ chỉ cần phối kiểm với những ý niệm tốt, những tri thức khả chấp, khả dụng đối với họ. Họ sẽ ngưỡng mộ, học hỏi từ những nhân sinh quan phù hợp, những mẫu người chân chính làm gương soi. Nhưng đời sống, môi sinh, thân thể và giá trị con người họ là do họ quyết định. Họ không bắt buộc phải nghe lệnh chỉ giáo hay cóp nhặt y chang từ bất cứ ai ngoài cuộc. Họ là người cuối cùng xây dựng và bảo trì vận mệnh đúng mức của chính họ, khi họ trở thành những quản trị viên đích thực, sáng suốt, công minh của đất nước mà họ tranh đấu, vun xới cho tới giờ. Tất cả chung quanh chỉ là những mối liên hệ yểm trợ, giúp đỡ, hợp tác, kết sinh. Nhưng tác nhân chính yếu, có trách nhiệm và quyền thế cột trụ vẫn chỉ là người sống còn trong nước. Thắng cuộc đại nghĩa hay thất bại nội tại cũng do chính họ đảm nhận và chịu đựng. Ngay bây giờ hay một vài thế hệ nữa.

III. Sự Mạng Chân Chính Của Người Việt Tử Tế

1. Thế nào là Người Việt Tử Tế?

Tử Tế có vài nghĩa chính: [a] có những gì phải có để được coi trọng; [b] hành động tinh-mật, rành ròi, cẩn mẫn, kỹ càng [Đào Duy Anh, *Hán-Việt Từ-Điển*]; [c] có lòng tốt trong cách đối xử đứng đắn, nhân đạo với nhau.

Vậy, ngay hai chữ “tử tế” tự nó có thể quy tụ những thành tố kết lực để định nghĩa Người Việt Tử Tế [NVTT]:

Tự trọng, Tự Quyết, Tự Chủ về tư tưởng, chính trị, xã hội, kinh tế;

Ưu đãi Dân Chủ Tự Do Chân Chính;

Trọng Pháp, Trọng Nhân, Trọng Sinh một cách mạch lạc, chân chính;

Êm thuận, hài hòa, sáng suốt, khiêm tốn, quân bình, không thái quá.

Chúng ta cần khẳng định ngay, Người Việt Tử Tế không thể là người cộng sản, vì căn bản của người cộng sản đi ngược lại với tất cả các kết tố của NVTT. Hơn nữa, cũng không thể chờ mong người cộng sản “biến hóa” thành NVTT, ngoại trừ trường hợp họ thực sự, thực tâm thoát đảng và bỏ hẳn lối sống và tư duy cộng sản.

Nhưng đồng thời, không phải bất cứ ai cứ “chống cộng” đương nhiên là NVTT. Giả thử người chống CSVN lại [a] ngoi theo chủ nghĩa phát-xít, độc tài quân phiệt hay [b] hòa theo đường lối khủng bố của bá đạo Cực-Hồi [ISIS/*Islamic State of Iraq and Syria*], hay [c] vẫn quen mùi áp dụng thủ đoạn tố khổ, chụp mũ, vu khống của “địch” CSVN, thì rõ rệt, chống cộng như thế cũng chẳng hơn gì, vì vẫn đắm đuối trong vòng luẩn quẩn của tội ác triệt hạ đời sống và phẩm giá con người.

Trước đây, người Việt Quốc Gia đã có công mở đường tới ý niệm dân chủ tự do, trọng pháp, trọng nhân. Nhưng trong một giai đoạn quá ngắn và nhiều trở ngại binh đao bất ổn, người Quốc Gia qua hai nền Cộng Hòa đã không kịp vớt toàn sứ mạng giao phó. Danh hiệu và chức năng “Quốc Gia” chỉ là hình ảnh ngón tay chỉ dẫn tới “Dân Chủ Tự Do Chân Chính Nhân Bản”, nếu ngón tay đó thực sự là một “mẫu mực” thẳng thắn, nghiêm chỉnh, nhân từ, chính đáng, đích thực dẫn đường tới “con người tử tế, chân chính”.

Nên ngón tay chưa phải là cái “đích tìm kiếm” hay ngưng lại tại đó. Bản Chất Người Tử Tế Chân Chính của ý niệm “Quốc Gia/không Cộng Sản” mới là cứu cánh của cuộc hành trình tìm lẽ sống, lẽ phải.

Vậy, người Việt Quốc Gia Tỵ Nạn Cộng Sản tại thế giới tự do tân tiến đã thực hiện được những gì, sau 42 năm sinh sống thoải mái với đầy đủ phương tiện an cư lập nghiệp, an sinh xã hội, với đầy đủ thời gian [gấp 2 lần nền Cộng Hòa 1 và 2] để hội nhập nền dân chủ chân chính trọng pháp, trọng nhân?

Người viết vẫn tin rằng, sau 44 năm hấp thụ nền nếp dân chủ tự do nhân bản nơi tá túc; sau 44 năm học hỏi kiến thức cởi mở, đa nguyên, đa dạng; sau 44 năm kinh nghiệm làm người Việt tự do, tử tế, tự tin, biết rõ quyền hành và trách nhiệm của mình, đa số công dân Người Việt Tỵ Nạn Cộng Sản tại Hoa Kỳ và trên toàn thế giới đều trở thành cởi mở, thông minh và can trường hơn so với quá khứ đen tối trước đây.

Nhưng trong giai đoạn “chuyển tiếp” khá dài này, vẫn còn sót một thiểu số người Quốc Gia cực đoan, độc diễn với những thành tích không mấy rõ rệt, dẫm chân tại chỗ, tự mãn, không cần mở mang trí tuệ, không cần bổ túc nhân cách; cùng không cần trau dồi kiến thức về mặt pháp lý và công lý nhân quyền, nên dễ trở thành độc đoán, độc tài, vô hình chung đã đi ngược lại với sứ mạng và đường lối Dân Chủ Tự Do Nhân Bản Chân Chính mà Người Việt Tỵ Nạn Cộng Sản thực sự muốn tìm kiếm và hoàn tất.

2. Người Việt Tử Tế Là Mẫu Số Chung

Trong 44 năm qua trên mặt công luận, qua báo sách, truyền thông trên mạng, người Việt chúng ta đã bỏ quá nhiều công sức “Chống Cộng”. Đó là điều cần làm để bác bỏ, khai trừ một căn bệnh văn hóa ý thức hệ điên cuồng, ác liệt, phá hoại nhân phẩm và đời sống con người hơn 75 năm qua tại Việt Nam. Nhưng nỗ lực kêu đau, gào thét, mắng chửi này chưa đủ, vì khiếm khuyết đường lối “Vượt Cộng” và “Chữa Cộng”.

Nếu chỉ chẩn bệnh và hô hào thật to đó là bệnh “Cộng Sản” mà không tìm cách giúp con bệnh “thoát bệnh”, giúp đương sự khỏe mạnh lại thì vô hình chung



người “chống cộng sông” chưa phải là một “lương y” hoàn tất trách nhiệm cứu người bị CSVN ám hại. Một lương y, một y sĩ giỏi phải cấp tốc cho đơn thuốc điều trị bệnh và chỉ dẫn những biện pháp cần thiết triệt bệnh và ngừa bệnh.

Nếu chúng ta muốn xóa đói giảm nghèo ngay trong gia đình chúng ta, thì:

Hãy bớt thì giờ kêu gào, than thân trách phận hẩm hiu, đói nghèo;

mà lập tức học hỏi; tìm hiểu thế nào là sung túc, là an khang, thịnh vượng; là hãnh diện gia đình, là hạnh phúc con người biết sống ra sống, biết ăn, biết mặc;

và từ đó tìm cách giải đáp nhu cầu, chu toàn cấp bách giải pháp sinh sống căn bản/tạo nghiệp/đầu tư nhân sự/phát triển toàn diện /trao đổi/tích lũy cho tương lai v.v.

Người Việt Tỵ Nạn Cộng Sản tại hải ngoại, những vị cựu tù nhân chính trị/tù nhân lương tâm, những thành phần tranh đấu, bất đồng chính kiến trong nước đều có thể đảm nhận nghiệp vụ “lương y”, [a] một mặt xác định rõ thế nào là căn bệnh “cộng sản”, nhưng lập tức [b] phải điều nghiên, thử thách, phổ biến thuốc men và phương pháp trị bệnh, ngừa “bệnh cộng sản”.

Người Việt Tử Tế tại Hải ngoại và trong nước là hiện sinh của giới “lương y” chữa bệnh cộng sản, khi đối xử với mình và tha nhân, khi quản trị việc công cũng như tư nghiệp với những nhận định và tiêu chuẩn như sau:

Tự trọng, Tự Quyết, Tự Chủ về tư tưởng, chính trị, xã hội, kinh tế;

Ưu đãi Dân Chủ Tự Do Chân Chính;

Trọng Pháp, Trọng Nhân, Trọng Sinh một cách mạch lạc, chân chính;

Êm thuận, hài hòa, sáng suốt, khiêm tốn, quân bình, không thái quá.

Chỉ những Công Dân Người Việt Tử Tế, những đồng bào, đồng hương “Chúng Ta” khi nghiêm nghị, cẩn mẫn, biết rõ quyền thế và trách nhiệm của mình; biết rõ gốc gác & sứ mạng nhân từ của chính mình; biết rõ cách sinh sống

thuận hòa, khiêm tốn, quân bình mới thực sự đảm nhận cuộc sống đầy đủ ý nghĩa ngày hôm nay; mới thực sự đóng góp phúc lợi cho tương lai dân tộc, cho con cháu chúng ta.

Chúng ta hãy đặt trọng tâm vào giai đoạn Làm Người Tốt, Làm Người Tử Tế. Đó là một thứ “Đạo-Việt-Tân-Uớc” hay cập nhật thành một Cách-Sống nhân bản tự tin, nhân chủ và dân chủ; thành trạm tới của Người Việt Tử Tế, cái bến tạm dung, nhưng toàn mỹ, an lành, khả chấp và khả thi.

Đó sẽ là Không Gian Người Việt Tử Tế, mở và bao dung, không quá khích, không miệt thị, không kỳ thị. Tất cả Người Việt chúng ta không cần làm thánh, làm siêu nhân; nhất là không cần làm “hung thần”, hung tướng, mà chỉ cần hoàn tất đúng và đủ vị thế của những con người tử tế, chân chính, mạch lạc; từ bi và hùng dũng. Thế đã là đủ.

Vậy chúng ta hãy níu kéo lại chúng ta theo hướng đi đó, từng bước ngắn, gọn, rõ rệt, chân thật, công minh. Không dối lòng. Không dối mình. Không dối người. Không dối đời.

Và trước tiên không thể tự bôi nhọ mình, bôi nhọ tha nhân, bôi nhọ cuộc đời còn lại hay sắp tới.

Chúng ta đều trách nhiệm như nhau, hay ít ra sẽ phải “đối mặt” với ngần ấy hậu quả, ngần ấy vận mệnh, ngay trong cuộc sống tập thể hay quan niệm sống từng người, dù chúng ta nhập cuộc hay không nhập cuộc cũng vậy. Điển hình, chúng ta đã một lần mất nước. Biết thế nào là mất tất cả, dù muốn, dù không.

Nhưng xin đừng mất nốt dân tộc chúng ta.

Vậy, khôn cũng chết, dại cũng chết, biết thì sống! Ít ra khi nhắm mắt sẽ không tiếc nuối đã bỏ lỡ cơ hội làm Người Việt Tử Tế.

Trân Trọng.

Cập nhật December 31, 2019

Lưu Nguyễn Đạt, PhD, LLB/JD, LL.M
Michigan State University

GHI CHÚ

[1] Lưu Nguyễn Đạt, “Hòa Hợp Hòa Giải Dân Tộc” Lúc Này Vẫn Còn Là Trò Bịp Bợm.

[2] Nói ngon, nói ngọt, và nói dối như «vẹm» [Việt-Minh]

[3] Gulag tên gọi tắt của Tổng cục Lao cải Liên Xô (Tiếng Nga: Главное управление исправительно-трудовых лагерей и колоний) của NKVD (Ủy ban Nhân dân Nội chính).

[4] Thực ra Chủ tịch Mao Trạch Đông ở bên Tàu mới là người đầu tiên gọi trí thức là “cục cứt”. Hồ Chí Minh và đồng bọn lây tục ngữ theo.

[5] Lưu Nguyễn Đạt, Chủ Nghĩa Be-Bờ & Chiến Tuyến Việt Nam: Từ Chiến Lược Không “Đánh Thực”, “Không-Cốt-Thắng” Tới Ngày QUỐC HẬN

[6] *Bên Thắng Cuộc* là cuốn sách của nhà báo Huy Đức, gồm hai tập: Tập 1: *Giải Phóng* và Tập 2: *Quyển Bính*, được chào bán lần lượt vào 12 tháng 2 năm 2012 và 13 tháng 1 năm 2013 trên *Amazon.com, Inc.*

[7] Dương Thu Hương: “30 tháng Tư 75, nền văn minh đã thua chế độ man rợ”. *Tháng Tư năm 2000*, nhà văn Dương Thu Hương đã trả lời cuộc phỏng vấn do Đinh Quang Anh Thái thực hiện và phát thanh trên làn sóng của đài Little Saigon Radio ở California.

[8] Lưu Nguyễn Đạt, “Bàn Tay Hy Vọng/ Hand of Hope” [đúc bằng ciment cốt sắt/béton armé, cao 9 ft, móng sâu 9 ft] do LS Lưu Nguyễn Đạt [Họa sĩ, điêu khắc gia, nguyên Tổng Thư Ký hội Họa Sĩ Trẻ VN/Sài Gòn/trước 1975] tạo dựng và tặng Trại TQLC Camp Pendleton, San Clemente, California vào đúng Ngày Độc Lập July 4, 1975. Tiêu biểu cho “Hy Vọng” đứng dậy & khởi phát của [hậu duệ] Người Việt Tỵ Nạn Cộng Sản tại Hoa Kỳ và Thế Giới Tự Do.

[9] Lưu Nguyễn Đạt, Tự Do Báo Chí: Thế Lực và Trách Nhiệm của Đệ Tứ Quyền.



AV TRAVEL

DỊCH VỤ-DU LỊCH-CHUYỂN TIỀN-CHUYỂN HÀNG



Chuyên bán vé máy bay

- Vé máy bay trong và ngoài nước, đặc biệt vé về Việt Nam.
- Vé và Visa khẩn trong ngày.
- Làm Passport Việt Nam 10 năm, miễn thị thực nhập cảnh.



Dịch vụ di trú

- Bảo lãnh thân nhân: định cư, du lịch.
- Điền đơn thi quốc tịch, giấy tờ di trú.
- Công hàm độc thân, chứng nhận ngoại giao.
- Dịch và thị thực giấy tờ sang tiếng Anh.



Nhận chuyển hàng về Việt Nam

- Giao hàng tận nhà Sài Gòn và các tỉnh thành.
- Đặc biệt nhận tại phi trường giá thấp.
- Sửa Ensure, dầu xanh.



Dịch vụ chuyển tiền

- Giao tiền trong ngày về Sài Gòn và các tỉnh lân cận.



Please show this ad and receive a \$30.00 discount for travel between August and November 2014



Tổng Đại Lý Điện Thoại V247

Phục vụ tận tâm - Chuyên nghiệp uy tín

Mọi chi tiết xin liên lạc với Nhân Trần
1845 W. GlenRosa Ave. Phoenix, AZ 85015
(Góc đường 19th & GlenRosa)

Tel: 602-230-1199

Cell: 623-824-6426

NHÀ HÀNG QUÊ HƯƠNG

3424 N. 19TH AVE#8, PHOENIX, AZ 85015

Nhà hàng với đầu bếp đến từ Việt Nam. Nhiều món ăn 3 miền đậm đà hương vị quê hương

ĐẶC BIỆT: Bún bò Huế, Ragu gà, Bún măng vịt, Bánh canh cua, Cơm gà Hải Nam, Bò kho...

Các loại thức uống Boba, smoothies, cà phê, nước chanh, nước trà...



BUSINESS HOURS

Monday - Saturday: 9:00AM - 8:30PM

Closed on Sunday



602-234-2710

QUÊ HƯƠNG DỊCH VỤ TỔNG HỢP

3424 N. 19th Ave. #3, Phoenix, AZ 85015 | Email: tomphanusa2010@yahoo.com

Có 3 văn phòng ở Việt Nam

CHUYÊN LÀM HỒ SƠ DI TRÚ

Vợ chồng, Fiance, Đoàn tụ, Du học, Du lịch, Công hàm độc thân, Thị thực, Phiên dịch văn kiện. Nhập tịch, Làm thẻ xanh. Bổ túc hồ sơ, Ly dị, Làm Visa dài hạn, hoặc Xin hộ chiếu mới...

BÁN VÉ MÁY BAY

Chuyên bán vé máy bay về Việt Nam, đại diện các hãng China, Eva, Cathay, Korean, Asiana, United, NorthWest, Singapore...

Lấy chỗ trực tiếp, đi về đúng ngày, không đợi lâu hay ngủ đêm, Visa khẩn trong ngày, E-Ticket, v.v.

KHAI THUẾ

Chính xác, Khấu trừ tối đa, Nhận tiền nhanh. Điều chỉnh hồ sơ đã khai, Electronic filing thuế cá nhân, thương mại... bảo đảm hợp pháp.

CHUYỂN TIỀN NHANH

(Có giấy phép của AZ Banking Department)

- Saigon: \$2.00/100 (\$100-\$999) - \$1.5/100 (\$1,000 trở lên)
- Các tỉnh lỵ: \$3.00/100 (\$100-\$999) - \$2.50/100 (\$1000 trở lên)
- Hà Nội, Hải Phòng: \$4.00/100 (\$100-\$999) - \$3.75/100 (\$1000 trở lên)

BUSINESS HOURS

Thứ Hai đến Thứ Sáu (10pm - 6pm) - Thứ Bảy (10pm- 2pm) - Chủ Nhật làm theo hẹn

Trong mùa thuế, mở cửa 7 ngày/tuần

CERTIFIED LEGAL DOCUMENT PREPARER

Tel:

602-241-9170

Mobile

602-380-5919
520-990-3153

HOSPICE: NƠI AN DƯỠNG CUỐI CÙNG

GS Cao Thị Lễ



Tôi ngần ngại khá lâu trước khi viết về đề tài này vì đây là một việc mà không ai muốn nghe hoặc nghĩ đến mặc dù đó là sự thật không ai có thể tránh được: “Có sinh thì phải có tử”. Điều quan trọng là chúng ta phải chấp nhận và làm sao để cho mình trong những ngày cuối cuộc đời, cũng như để cho những người thân yêu đang chăm sóc mình, được thoải mái. Đây là mục đích của dịch vụ hospice.

Hospice là dịch vụ chăm sóc những bệnh nhân mà bác sĩ và bệnh viện tuyên bố không còn chữa trị được nữa, chỉ còn độ 6 tháng hoặc ngắn hơn để sống mà thôi, nôm na là “bác sĩ đã chê rồi” (terminal illnesses). Trong những trường hợp này, gia đình sẽ vô cùng bối rối không biết làm thế nào. Có người đành mang bệnh nhân về nhà, con cháu thay phiên chăm sóc và chuẩn bị việc tang lễ. Có người nhút nhát “còn nước còn tát” tìm cách chạy chữa khác như Đông y ... Nhưng khổ nỗi là bệnh cứ kéo dài nhiều tháng, con cháu phải đi làm kiếm sống và mệt mỏi trong việc chăm sóc người bệnh. Người bệnh cũng đau khổ không kém vì không những đau đớn về thể xác mà còn đau buồn

khi thấy con cháu bận rộn vì mình.

May mắn là ở Hoa Kỳ có dịch vụ hospice để giúp đỡ chúng ta trong những trường hợp như thế. Tuy nhiên người Việt chúng ta ít người biết đến dịch vụ này.

Quan Niệm Căn Bản của Hospice:

Quan niệm căn bản của hospice là giúp cho những bệnh nhân sắp lìa đời được thoải mái trong những ngày cuối cùng của cuộc đời bằng cách chăm sóc những nhu cầu về thể xác, tình cảm, tinh thần và xã hội của bệnh nhân. Ngoài ra, hospice cũng giúp đỡ gia đình bệnh nhân vượt qua giai đoạn khó khăn này. Quan niệm về hospice đã được du nhập từ Anh Quốc vào thập niên 1970s. Sau đó hospices được phát triển nhanh chóng: vào năm 2007 có đến 1.4 triệu bệnh nhân sử dụng dịch vụ này và hơn 1/3 người Mỹ từ già cỗi đời qua các dịch vụ này.

Điều Kiện Sử Dụng Dịch Vụ của Hospice:

Bệnh nhân, không kể tuổi tác, được hai bác sĩ (bác sĩ gia đình và bác sĩ giám đốc

của hospice) chứng nhận là không còn chữa trị được nữa, chỉ còn sống được trong vòng 6 tháng trở lại. Trong trường hợp này bệnh nhân phải xuất viện vì *bảo hiểm sức khỏe không đài thọ nữa*. Gia đình phải đưa bệnh nhân về, tự tổ chức sự chăm sóc tại nhà. Trong trường hợp này *không thể xin “Home care” của Medicare* vì chương trình “Home care” chỉ đài thọ các bệnh nhân còn hy vọng hồi phục sau việc điều trị tại bệnh viện. Và lại “Home care” chỉ được Medicare đài thọ trong 20 ngày đầu, sau đó bệnh nhân phải trả co-payment, và sau 100 ngày thì bệnh nhân phải trả toàn bộ chi phí. Bệnh nhân có Medicare được hưởng dịch vụ hospice miễn phí. Đối với các bệnh nhân có Medicaid thì tùy theo tiểu bang. Nhiều hãng bảo hiểm sức khỏe cũng đài thọ chi phí này.

Bệnh nhân không nhất thiết phải dưới sự chăm sóc của hospice cho đến ngày qua đời. Nếu bệnh tình không thay đổi, thường đối với bệnh nhân già lão mà bác sĩ cho là “failure to thrive” (suy sụp toàn diện, thường gọi là “bệnh già”), thì có thể tự rút lui sau vài ba tháng chăm sóc, và có thể trở lại khi bệnh nặng hơn. Nếu bệnh tình thuyên giảm, bệnh nhân có thể xin chấm dứt dịch vụ này và trở lại điều trị tại bệnh viện. Về sau, nếu bệnh trở nên nguy kịch thì có thể xin trở lại với dịch vụ hospice. Ngoài ra, sau 6 tháng, nếu cần, bệnh nhân có thể xin gia hạn nếu được bác sĩ chứng nhận. Theo thống kê, trung bình số ngày bệnh nhân cần dịch vụ này là 26 ngày (1994), 19 ngày (1998) và 57 ngày (2004).

Dịch Vụ Hospice:

Dịch vụ hospice có thể được cung cấp tại nhà qua các Hospice care providers, tại nursing homes, tại bệnh viện, hoặc tại một cơ sở hospice biệt lập.

Dịch vụ hospice không chú trọng đến việc chữa trị (vì bác sĩ đã quyết định là bệnh

không còn chữa trị được nữa) mà chỉ nhằm giúp cho bệnh nhân bớt đau đớn (pain management) bằng thuốc men, massage, exercise; săn sóc về ăn uống và vệ sinh cá nhân; nâng đỡ tinh thần và tâm linh, giúp đỡ gia đình trong những việc cần thiết như xin trợ cấp, khai tử, tổ chức tang lễ vv...

Dịch vụ của hospice có tính cách toàn diện và nhân bản, không như bệnh viện chỉ chú trọng đến việc chữa trị (medical treatment) và nursing homes chú trọng đến săn sóc thể xác (custodial care). Thường thì bệnh nhân muốn được săn sóc tại nhà vì được hưởng không khí gia đình, gần gũi con cháu, ăn uống hợp khẩu vị, con cháu đỡ phải đi lại bệnh viện để thăm viếng và không phải trả phí tổn tiền phòng (room & board). Tuy nhiên, phải có người nhà làm người săn sóc chính (primary caregiver). Dịch vụ Hospice sẽ phái người lại nhà để giúp đỡ những nhu cầu nói trên. Trong trường hợp người nhà không thể làm "primary caregiver" thì nên vào các cơ sở hospices (hospice facilities). Các nursing homes, hospitals có thể có đơn vị riêng biệt cung cấp dịch vụ này hoặc vào một cơ sở hospice biệt lập. Tại đây có người săn sóc bệnh nhân 24/24 giờ, 7 ngày trong tuần. Gia đình có thể ở bên cạnh bệnh nhân lúc nào cũng được nhưng không cần phải có mặt thường xuyên, nên có thể yên tâm sinh hoạt thường ngày và có quyền tham gia về các quyết định săn sóc bệnh nhân.

Thường các bệnh nhân sắp lìa đời có các nhu cầu sau đây:

- Săn sóc thân thể: vệ sinh cơ thể (tắm rửa, quần áo sạch sẽ)
- Tình cảm: xúc động, bối rối, lo sợ
- Muốn được gần gũi gia đình, bạn bè.
- Tâm linh

Chương trình hospice, dù tại gia hay tại cơ sở hospice, đều nhằm thỏa mãn các nhu cầu trên. Chương trình được bác sĩ, nhân viên của hospice và gia đình cùng soạn thảo theo nhu cầu của bệnh nhân. Bệnh nhân được săn sóc bởi:

- *Primary caregiver*: gia đình bệnh nhân, bạn bè (một hay nhiều người).



- *Đội ngũ chăm sóc tại Hospice gồm có:*

- Bác sĩ theo dõi và kiểm soát việc thực thi chương trình săn sóc bệnh nhân.
- Y tá (registered nurses) phối trí chương trình và chăm lo việc làm giảm sự đau đớn (pain management).
- Phụ tá (home care aides) săn sóc về vệ sinh cơ thể và công việc lật vật trong nhà liên hệ đến bệnh nhân.
- Nhân viên xã hội (social workers) săn sóc về mặt tình cảm, nâng đỡ và khuyến khích bệnh nhân và gia đình, chỉ dẫn về những giấy tờ cần thiết trong lúc bệnh nhân còn sống và sau khi bệnh nhân qua đời.
- Hospice spiritual care coordinator: an ủi tinh thần, tùy theo tôn giáo của bệnh nhân.
- Therapists chăm lo về vật lý trị liệu.
- Cố vấn về tang lễ.
- Các tình nguyện viên (trained volunteers) để giúp đỡ về mặt tình cảm (lắng nghe), mua sắm, công việc nhà, nấu ăn cho bệnh nhân, thay mặt gia đình để săn sóc bệnh nhân để primary caregiver được nghỉ ngơi vài ngày vv...

Lợi Điểm của Dịch Vụ Hospice:

- Dịch vụ hospice có tính cách toàn diện và nhân bản nhằm thỏa mãn những nhu cầu thể xác, tình cảm, xã hội và tâm linh của bệnh nhân bởi những nhân viên chuyên nghiệp và tận tâm.
- Cung cấp dịch vụ 24/24 giờ, 7 ngày trong tuần.
- Bệnh nhân lúc nào cũng cảm thấy được quan tâm và thương yêu.
- Bệnh nhân được sống trong không khí ấm áp và quen thuộc của gia đình và bạn bè.
- Được tiếp tục ăn những thức ăn hợp khẩu vị.
- Gia đình đỡ phải đi lại. Khi cần primary caregiver có thể xin vắng mặt vài ngày để đỡ mệt mỏi và căng thẳng (respite care).
- Khi bệnh nhân qua đời tại nhà, không cần phải qua thủ tục điều tra và mổ xẻ khám nghiệm phiến toái.
- Gia đình được chỉ dẫn về việc xin trợ cấp để trả chi phí nếu không có Medicare, Medicaid hay bảo hiểm sức khỏe tư.

- Gia đình được an ủi và giúp đỡ trong việc tổ chức tang lễ; cũng như có thể sẽ được thăm hỏi một thời gian sau đó.

Chi phí về Hospices:

Chi phí về hospices rất cao, gần như chi phí ở bệnh viện. Nếu săn sóc tại nhà thì các bệnh nhân có Medicare được *hoàn toàn miễn phí* dù thời gian kéo dài đến 6 tháng, trừ chi phí về tâm linh. Nếu sau 6 tháng và được bác sĩ chứng nhận là cần thiết, bệnh nhân có thể tiếp tục được hưởng dịch vụ này. Bệnh nhân chỉ trả co-payment \$5 cho mỗi toa thuốc.

Nếu săn sóc tại các cơ sở hospices (hospitals, nursing homes, hospice facilities), thì Medicare không trả tiền phòng và ăn uống (room & board). Trong trường hợp này, có thể nhờ social worker tìm cho các nguồn tài trợ khác. Đối với các bệnh nhân được hưởng Medicaid thì tùy tiểu bang. Đa số tiểu bang đài thọ chi phí này. Đối với các bệnh nhân không có Medicare hay Medicaid, các health insurance company có thể đài thọ các chi phí này.

Nhiều cơ quan hospices không nhận Medicare hay Medicaid. Trong trường hợp này, nếu private health insurance có điều khoản đài thọ chi phí này thì bệnh nhân có nhiều lựa chọn hơn. Hospital social workers có thể giúp tìm dùm các cơ quan hospices tùy theo khả năng tài chánh của gia đình.

Tìm Trung Tâm Hospice Gần Nhà:

Muốn tìm cơ quan hospices, có thể vào internet tìm "Hospice Care Services". Ngoài ra có thể nhờ hospital social workers tìm giúp. Nhiều cơ sở không nhận Medicare hay Medicaid, chi phí ở tại các cơ sở này hiện nay có thể từ \$1,000 đến \$5,000 mỗi tháng. Ngoài ra còn có các công ty cung cấp dịch vụ hospice tại nhà. Đa số công ty nhận Medicare hay Medicaid. Social workers có thể giúp tìm các cơ sở nào vừa với khả năng tài chánh của gia đình. Ngoài ra, còn có các dịch vụ Hospices cung cấp dịch vụ tại nhà.



Những Việc Nên Chuẩn Bị Trước:

Chúng ta nên chuẩn bị trước, càng sớm càng tốt, những việc sau đây:

▪ Will hay Living trust:

Cần làm trước một di chúc (will) hay một living trust liên hệ đến việc phân chia gia tài cho vợ, chồng và các con cháu. Di chúc khác với living trust ở chỗ di chúc phải qua thủ tục "probate" tại tòa trước khi phân chia tài sản. Thủ tục này thường kéo dài từ 1 đến 2 năm và tốn tiền luật sư. Với living trust, không cần qua thủ tục này. Người được ủy quyền "trustee" đứng ra lãnh tiền, trả nợ và phân chia tài sản ngay sau khi người trustor qua đời. Phí tổn lập living trust đắt hơn phí tổn lập Will nhiều (độ \$2,000 hay hơn trong khi Will chỉ độ vài trăm).

▪ Durable Power of Attorney for Health:

Trong văn kiện này, chúng ta sẽ chỉ định người có quyền quyết định trong việc điều trị nếu chúng ta không còn sức khỏe hoặc tỉnh táo để làm việc này. Nên nhờ luật sư thảo văn kiện này. Phí tổn chỉ vài trăm thôi. Hoặc vào internet tìm mẫu đơn POA/ Healthcare có sẵn của mỗi tiểu bang, chẳng hạn như tìm Arizona POA/

Healthcare, sau đó download xuống từ Internet, với chi phí nhỏ, rồi đem công chứng (notary public).

▪ Living will hay Advanced Directives:

Trong văn kiện này chúng ta nói rõ là khi bệnh không còn trị được nữa và phải nhờ những biện pháp nhân tạo để kéo dài sự sống (vegetative state) thì chúng ta có muốn chấm dứt để ra đi nhẹ nhàng hay không. Văn kiện này rất cần để tránh cho gia đình phải làm quyết định khó khăn này. Nhiều gia đình phải tranh cãi với nhau và có khi phải lôi nhau ra tòa chỉ vì có người muốn kéo dài trong khi có người muốn chấm dứt. Hiện nay có 40 tiểu bang chấp nhận Living Will. Vì vậy chúng ta phải tìm hiểu tiểu bang nơi cư ngụ có luật này không. Living Will không cần phải do luật sư soạn thảo. Các tiểu bang đều có các "form" Living Will. Chúng ta chỉ cần làm theo các forms này và đem công chứng (notary public) là được.

▪ Quyết định về tổ chức tang lễ.

(1/2016)

(Theo www.quocgiahanhchanhmd.com)

REALTY ONE GROUP

A Team of Professionals™

17235 N. 75 AVE SUITE C-190, GLENDALE AZ 85308



Quý vị mua hoặc bán nhà xin liên lạc ngay LÀNH HUỖNH để được tận tình phục vụ.
Vui Vẻ, Thành Thật, Tận Tâm, Uy Tín, Kín Đáo đó là phương châm làm việc của chúng tôi.



**GIÁ NHÀ CÒN THẤP, TIỀN LỜI VẪN THẤP.
ĐÓ LÀ THỜI ĐIỂM THUẬN LỢI CHO QUÍ VỊ
TÌM MUA MỘT CĂN NHÀ ĐỂ Ở HOẶC ĐẦU TƯ.**

LÀNH HUỖNH - R. E. Agent
(602) 703-9647

www.lanhsaleshomes.com
lanhhuynh.realtor@yahoo.com

- Chúng tôi bảo vệ quyền lợi tối đa cho người mua hoặc bán.
- Hướng dẫn tìm chọn căn nhà vừa ý đúng với khả năng tài chính.
- Giúp quý vị định giá nhà đúng thị trường.
- List nhà bán nhanh chóng qua MLS và các Website khác.



Dịch Vụ Điện

Brian Thạch (602) 332-7262 - ROC # 268360
Licensed K-11 - Bonded - Insured

*Hơn 30 năm kinh nghiệm thầu, tư vấn, sửa chữa và bảo trì
các hệ thống điện, hệ thống báo động, hỏa hoạn, điện thoại cho:*

✓ Tư Gia

✓ Doanh nghiệp

✓ Xí nghiệp

Tận tâm, giá cả phải chăng!



TIỆM NAIL VÀ NHÀ HÀNG Ở MỸ VỚI NỖI LO BỊ KIẾN KHI MỞ CỬA GIỮA ĐẠI DỊCH COVID-19

* Tom Huỳnh, J.D. - T.Huynh@1stcounsel.com



Vào những ngày giữa tháng Năm 2020, sau gần 2 tháng buộc phải đóng cửa theo lệnh của tiểu bang để ngăn chặn sự lây lan của Covid-19, nhiều doanh nghiệp nhỏ như nhà hàng và tiệm Nail tại một vài nơi trên nước Mỹ đã được phép mở cửa đón khách trở lại, giữa lúc mà số người ở Mỹ chết vì Covid-19 đã lên đến hơn 80 ngàn, và con số này vẫn tiếp tục tăng lên hàng ngày.

Vào thời điểm mà nhiều doanh nghiệp nhỏ tại một vài tiểu bang vừa được phép mở cửa trở lại, đó đây trên nước Mỹ cũng bắt đầu xuất hiện những vụ kiện liên quan đến Covid-19. Điển hình là một cửa hàng Walmart tại Illinois đã bị kiện bởi gia đình của một nhân viên chẳng may thiệt mạng do biến chứng của Covid-19, và một vài công ty du thuyền cũng đã bắt đầu bị kiện bởi khách hàng sau khi bị lây nhiễm Covid-19 khi đi du lịch trên tàu. Hiện nay, nhiều bệnh viện vẫn còn e dè trong việc cho phép thực hiện những ca phẫu thuật vì lo ngại bị kiện bởi bệnh nhân đến bệnh viện để làm phẫu thuật rồi bị nhiễm Covid-19.

Cùng trong thời gian này tại nhiều nơi trên nước Mỹ, người ta cũng bắt đầu thấy xuất hiện quảng cáo của một số văn phòng luật sư sẵn sàng kiện để đòi bồi thường cho người bị lây nhiễm Covid-19 trong lúc làm việc, hay sau khi nhận các dịch vụ từ những cơ sở thương mại. Và đó là dấu chỉ cho thấy những vụ kiện liên quan đến Covid-19 chắc chắn

sẽ càng nhiều hơn khi các doanh nghiệp được phép mở cửa trở lại trong lúc mà đại dịch này còn chưa được kiểm soát.

Sự kiện vừa kể trên đây là nguyên nhân khiến nhiều chủ doanh nghiệp tại Hoa Kỳ lâm vào thế nan giải khi mở cửa lại để làm ăn. Ngoài những lo ngại về việc gây nguy hiểm cho sức khỏe của nhân viên và đẩy nhanh sự tái lây lan của Covid-19, mối đe dọa của các vụ kiện từ nhân viên hoặc khách hàng bị lây nhiễm cũng là một rủi ro cho chủ doanh nghiệp nhỏ như nhà hàng hay tiệm Nail khi mở cửa lại trong thời điểm mà nhiều chuyên gia y tế cho rằng vẫn còn quá sớm.

Thật ra, không giống như trường hợp bị ngộ độc thực phẩm sau một bữa ăn tại nhà hàng, hay bị nhiễm trùng sau khi viếng tiệm Nail, khách hàng bị lây nhiễm Covid-19 rất khó chứng minh nhà hàng hay tiệm Nail là nơi đã tạo ra sự lây nhiễm. Việc chứng minh dĩ nhiên sẽ dễ dàng hơn khi có nhiều người bỗng xuất hiện các triệu chứng trong cùng một thời gian, và tất cả họ đều là khách hàng đã đến một tiệm Nail hay một nhà hàng nào đó. Tuy nhiên, khi phải đối đầu với một vụ kiện từ nhân viên hoặc khách hàng cho rằng đã bị nhiễm Covid-19 tại một nhà hàng hay tiệm Nail - dấu đó là một vụ kiện không có chứng cứ rõ ràng - người chủ bị kiện vẫn phải tự chi trả cho luật sư của mình hàng chục ngàn Mỹ kim để chống đỡ vụ kiện. Và khi vụ kiện cứ kéo dài, hầu hết chủ doanh nghiệp

nhỏ rồi sẽ chấp nhận bồi thường vì xét ra vẫn ít hơn là tiền thù lao phải trả cho luật sư để tiếp tục đối phó với vụ kiện.

Tóm lại, khi chưa có luật bảo vệ chủ doanh nghiệp khỏi bị khách hàng hay nhân viên thưa kiện vì lây nhiễm Covid-19, chủ nhà hàng và tiệm Nail mở cửa đón khách trong thời điểm này cần phải vận dụng mọi phương thức tự bảo vệ chống lại các rủi ro về trách nhiệm đối với nhân viên và khách hàng. Sau thời gian phải ngưng hoạt động, chủ nhà hàng hay tiệm Nail mở cửa tiệm trở lại là để kiếm tiền. Nhưng nếu nhân viên hay khách hàng bị nhiễm Covid-19 và đi kiện, chủ doanh nghiệp sẽ phải gánh chịu những thiệt hại tài chính vô cùng to lớn, thậm chí có thể dẫn đến phá sản.

Để ngăn ngừa và giảm thiểu rủi ro, chủ doanh nghiệp khi mở cửa lại để làm ăn cần tìm hiểu và tuyệt đối tuân theo các hướng dẫn thiết lập bởi Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC) của liên bang, và của các cơ quan y tế công cộng tại địa phương. Để phòng ngừa rủi ro lây lan của Covid-19, có thể phải đo thân nhiệt của nhân viên cũng như khách hàng trước khi cho vào cửa, và tuyệt đối không để nhân viên hay khách hàng với triệu chứng đau ốm hiện diện bên trong cơ sở thương mại của mình. Riêng với các tiệm Nail và tóc, chỉ nên phục vụ khi khách hàng đồng ý ký tên vào một giấy xác nhận có sự hiểu biết về các triệu chứng của Covid-19, và sẵn lòng miễn mọi trách nhiệm pháp lý của chủ tiệm khi có sự lây nhiễm không có chủ ý do những tiếp xúc khi có mặt tại tiệm. Giấy xác nhận này tuy không thể bảo đảm chủ tiệm không bị khách hàng kiện vì Covid-19, nhưng nếu được soạn thảo cho phù hợp với sinh hoạt và hoàn cảnh riêng của từng cửa tiệm - cộng với việc thực hiện đầy đủ các hướng dẫn của chánh quyền và cơ quan y tế - chắc chắn sẽ giúp rất nhiều cho chủ tiệm khi chẳng may bị kiện bởi khách hàng vì Covid-19.

Cần thêm thông tin, xin gọi Tiến Sĩ Luật Khoa Tom Huỳnh, điện thoại (949) 943-4396.

THD CONSTRUCTION LLC

THD Construction LLC - DBA dark house Construction ROC License Commercial 256983 / Residential 261023

- ✓ Tham khảo - Thiết kế - Kiến trúc - Xin giấy phép Xây dựng
- ✓ Phục vụ từ A - Z từ buổi gặp mặt đầu tiên cho đến 2 năm sau khi công trình hoàn tất
- ✓ Chúng tôi nhận Quản Lý Dự Án Công Trình Xây Dựng bao gồm lập kế hoạch, giám sát và thi công
- ✓ Chúng tôi tin vào việc phục vụ khách hàng với 100% Chất lượng và sự Bảo đảm
- ✓ Chúng tôi có bằng xây dựng cho tư gia và cơ sở thương mại trên toàn tiểu bang Arizona



**ỐNG NƯỚC - LÓT SÀN GẠCH, GỖ VÀ THẠM - CHẠY ĐIỆN - NÓC NHÀ - TƯỜNG DRYWALL
THỢ MỘC - MÁY LẠNH/SƯƠI A/C - TỰ ĐỘNG - REMODEL - NÂNG CẤP**



Ti (Cải thiện nhà ở cho mướn)

Remodel Cơ Sở Thương Mại

Sửa sang Văn phòng cho đúng luật

Nhà kho / Garage

Nhà hàng - Fast Food - Quán Bars

**Yogurt, Thử ăn ngọt & Tiệm Ice Cream
- Nail Salon**

Sửa sang Văn phòng cho đúng luật

Nhà kho / Garage

Các Công trình Xây dựng mới

Xây thêm phòng

Phục hồi giống như còn mới

**Remodel Nhà bếp - Phòng tắm
& các phòng khác**



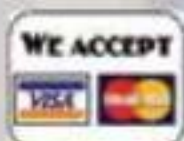
Thợ Mộc & Gỡ Mộc

Sửa chữa các hư hại Tài sản

FHA 203K Mortgage Rehab

**Sửa sang Nhà cửa
(Solar / Automation)**

XIN GỌI TRỰC TIẾP DUONG TRAN - 480 225 3194



www.thdconstructionllc.com

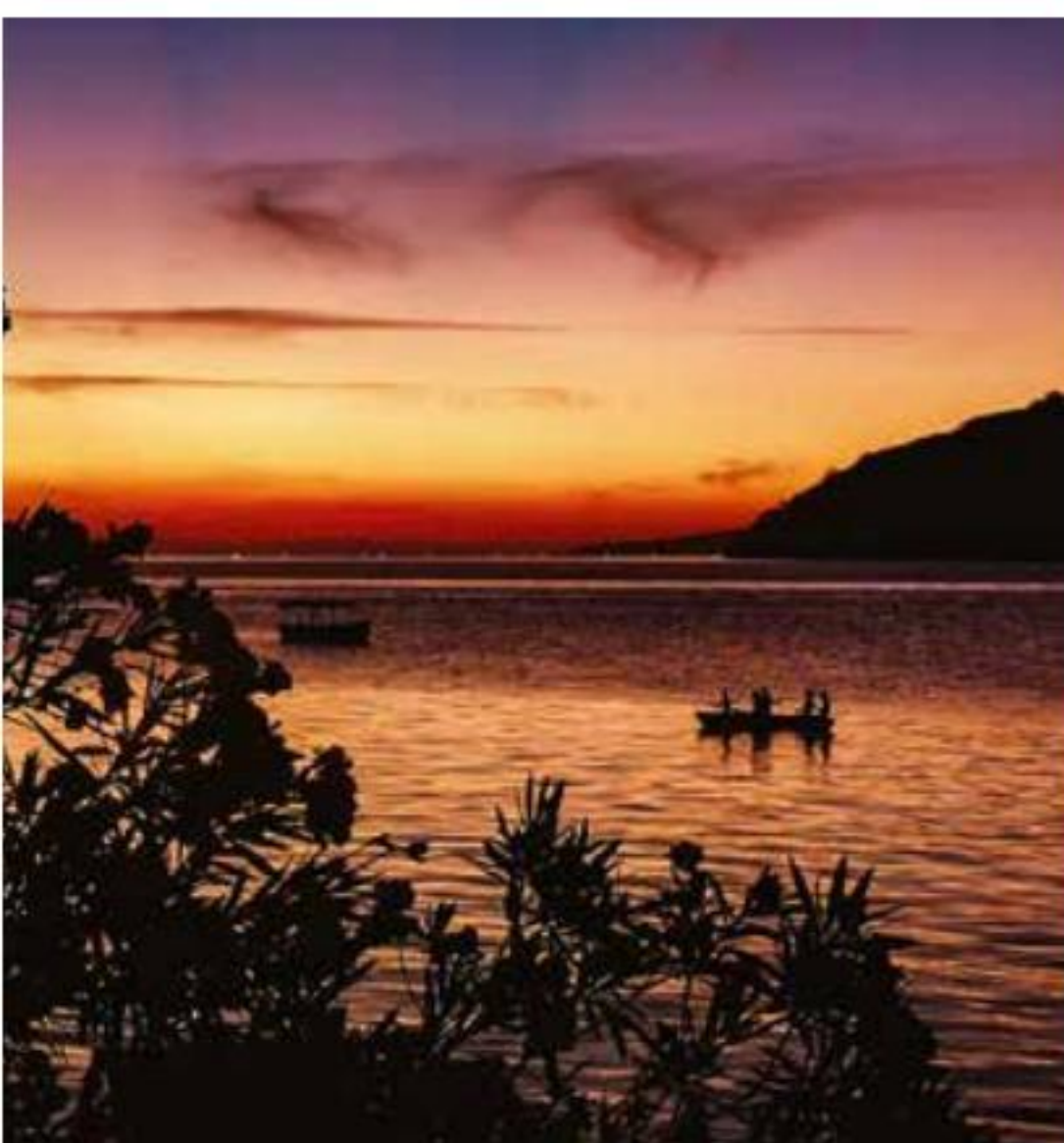
Email: duongtran1@gmail.com



Duc Nguyen

Growing up in Paris, Duc moved to the USA to attend college, where he received a BBA/BA in International Business/Spanish then got his MBA in International Marketing & Global Branding, from Thunderbird. After working as a marketing executive at a multinational financial firm in Los Angeles and various tech startups, Duc changed his career and got into photography, and was discovered by the top modeling agency on the West Coast. Pursuing fashion photography, he moved to NYC where he now resides. His work now goes beyond fashion to include celebrity, high-end wedding, portrait, and travel photography.





CICHLIDS OF MALAWI

Babies! I now have over 20 babies at home. Baby fish, that is. Staying home has allowed me to witness their birth and they're now growing up nicely. It all started 2 months ago when I purchased a pair of juveniles, hoping they'd pair up and make babies. Because of the confinement, I was home long enough to see this happening so I'd like to share this experience with you as we learn more about "mbunas" and Lake Malawi, one of the great lakes of Africa's Great Rift Valley.

Extremely popular in the hobby, cichlids belong to a large family of freshwater fishes found mostly in Central and South America, Africa, with only a couple of species in Asia. Ranging from 2 inches to over 3 feet in length, highly intelligent, colorful and often belligerent, these fishes have particularly interesting behaviors, especially when it comes to how they protect their eggs and raise fry.

The juvenile pair I got belongs to the *Aulonocara* genus. Although endemic to Lake Malawi in East Africa, and while the natural form is already striking, these peacock cichlids have been selectively bred for the flamboyant colors of the males. I was lucky to have found one especially colorful, given his young age: deep blue base color with brilliant red on the first half of the body and orange spots on the body and fins. The head also has metallic turquoise

and red outlines. The female, on the other hand, is of a typical pale orange color with dark blotches.

The *Aulonocara* genus is among the cichlids of Lake Malawi locally known as "mbuna" which means rock fish, referring to the cichlids' rock dwelling nature, where they forage for their favorite food, *aufwuchs* – algae and tiny organisms living on the rocks, and the *mbunas* also use these rocks for hiding and breeding.

Speaking of reproduction, a lot of *mbuna* species readily breed in the aquarium. As a matter of fact, a lot of color varieties were developed by commercial breeders and these colors do not exist in the wild, not unlike koi and goldfish varieties. Males usually are more visually attractive and in a lot of species, the males have big dots on their anal fin for a very specific purpose. When he's ready to breed, the male will clear a space in a cave or on a flat surface and with colors even more vivid than usual, he'll try to entice a female. He'll rush in front of her, spreading his fins and flashing his bright markings and quickly leads the way back to his breeding area. If ready, she'll follow. They will then circle one another and after a few rounds, she'll lay a few eggs. This is when things become very interesting. Indeed, the female will pick them up and keep them in her mouth. While picking them up, she'll also fall for the male's spots on his anal fin, spots



that resemble their eggs. When the female tries to pick the fake egg dots up, the male then fertilizes the ones in her mouth. Then they swim in circle again and repeat until the female has released all of her eggs and retrieved them.

When this is over, she swiftly swims away with her eggs in her mouth. Depending on the species, the female can hold them from 3 to 5 weeks for indeed, *mbunas* are mouthbrooders: the incubation takes place inside the female's mouth. She will not eat at all during this time. In the wild, the female has plenty of refuges to hide in and care for her eggs away from other fish, but in the aquarium, this is more stressful on her. So I very carefully placed her in a small breeding tank where for the next 3 weeks she'll incubate. As her mouth got bigger and bigger, I knew that the eggs had hatched and the babies would soon come out.

One morning, I saw one tiny baby fish hiding under the leaves. It must have ventured out too far and gotten lost. After the eggs hatched and the babies can swim for food, the female will release them when there's no danger, so they can find food. If mommy senses danger, she'll signal to her babies and they will all rush back to the safety of her mouth. So this lone baby must be a rebel... A few days later, about 3 weeks after the breeding, I found about 20 babies, quite big, swimming around mommy. At this stage, they were too big for her to hold them all. Because she had not eaten all this time, the female had to be kept in quarantine and fed well so she can regain her strength before going back to the main aquarium. The babies have been moved to a grow-out tank and they've grown quickly. They now look like small fish rather than fry, although it will be another month before the males start to color up.

Just as one species has developed what looks like the ultimate parental care, another species counter attacks. Also from Lake Malawi, the notorious cuckoo catfish of the *Synodontis* genus has found an ingenious way to take advantage of the protective mouthbrooder. The female cuckoo catfish looks for a breeding pair of *mbunas* and as soon as the female cichlid lays her eggs, this catfish sneaks in and deposits hers as well so that the cichlid scoops them up with the other

eggs. The catfish eggs hatch earlier, though, and the fry start eating the cichlid's eggs. Unaware of the drama, the female *mbuna* continues to care for the baby catfish, thinking they are her own, until they're too big and she releases them. Thus, just like the bird that gives it its name, the cuckoo catfish has found a very clever way of caring for its young without doing any work.

By far the dominant fishes in the lake, cichlids here vary in size and behaviors. While most eat *aufwuchs*, there are predatory species, schooling species that form gangs to raid other fishes' territories, and even some that specialize in eating other fish's eyes! You'll also find endangered giant catfish species of the *Bagridae* family reaching 5 feet, elephant fish of the *Mormyridae* family that detect food using electric fields, and the huge Nile crocodile, among others. The biggest surprise, however, comes from one of the lake's smallest creatures: lake flies. The larvae of these tiny insects live deep down the lake where they serve as a major source of food for the many fish species. But when comes the time to turn themselves into flying insects, they all emerge at once. Establishing what is arguably the largest gathering of any animals in one place in the world, billions of these tiny flies form clouds hundreds of meters long hovering over the lake, taken by the wind. Their sole purpose is to procreate then just like that, they die. Like their larvae, the flies provide a rich source of food for other insects, fish, birds, and even humans. Lakeshore inhabitants easily catch them to dry and turn into baked cakes or *kungu*, the local burger delicacy, to supplement their fishing activities.

Located between 3 countries – west of Mozambique, south of Tanzania, and east of Malawi – in southeast Africa, Lake Malawi is among the world's largest: 4th by volume (2,000 cu mi) and 9th by area (as large as Connecticut and Hawaii combined). Another particularity of Lake Malawi is that it is meromictic: the various water layers do not mix and most fishes live in the upper layers where oxygen is bountiful. This is also where the locals fish. The Lake Malawi sardine is an endemic species that's a primary source of food and income, along with species of *chambo*, or Malawi tilapia, and the huge *kampango* catfish. Fishing of course is

the main activity for the people living here but as we shall see, they also have different backgrounds and cultures.

Friendly and welcoming, the Malawi people come from several ethnic groups such as Chewa, Yao, Tumbuka, and Tonga tribes, among many others. The largest of these groups, the Chewa have been around for over 1,000 years and their ritual dances, like those of the other tribes, are at the heart of their culture, full of spiritual and religious meanings.

Within the Chewa there's *Nyau*, a secret society whose members, all males, have to be initiated before they can perform their sacred dances. Because of the spiritual nature of the society and its dances, as part of the initiation, those selected must spend at least one full week in an isolated grove in the woods or at burial places, as if to be in communion with the spirit world and conquer their fear of the unknown. There they also learn about *Nyau*, its secrets, rituals, mask making, and dances.

Believing that everything is connected – from the spirits of their ancestors to the unborn to the living, including animals – they dance with conviction: the *Gule Wamkulu*. Classified as one of UNESCO's 90 Masterpieces of the Oral and Intangible Heritage of Humanity, the *Gule Wamkulu* is a dance performed with masks carved in wood. The preparation takes weeks and each dancer works on his mask and costume in secret, just for the occasion. The masks can be as simple as a wooden black or white face or be as elaborate as one's imagination can be to represent spirits of ancestors or of animals, more commonly the elephant, the snake, the antelope, or the lion. The dancer typically dresses up far from the place where he is to dance at, as to hide his identity. Even if one recognizes the dancer, it is improper to call him out.

To the intoxicating sound of drums and an increasingly excited crowd, the dancers proudly march to the center of the village where chanting and clapping give way to their dances. Alone or as a group, kicking the dirt as they enter, as if creating a mystical cloud around them, especially with the sunrays to add more dimension, each *Nyau* dancer jumps, rolls, turns and twirls, often imitating

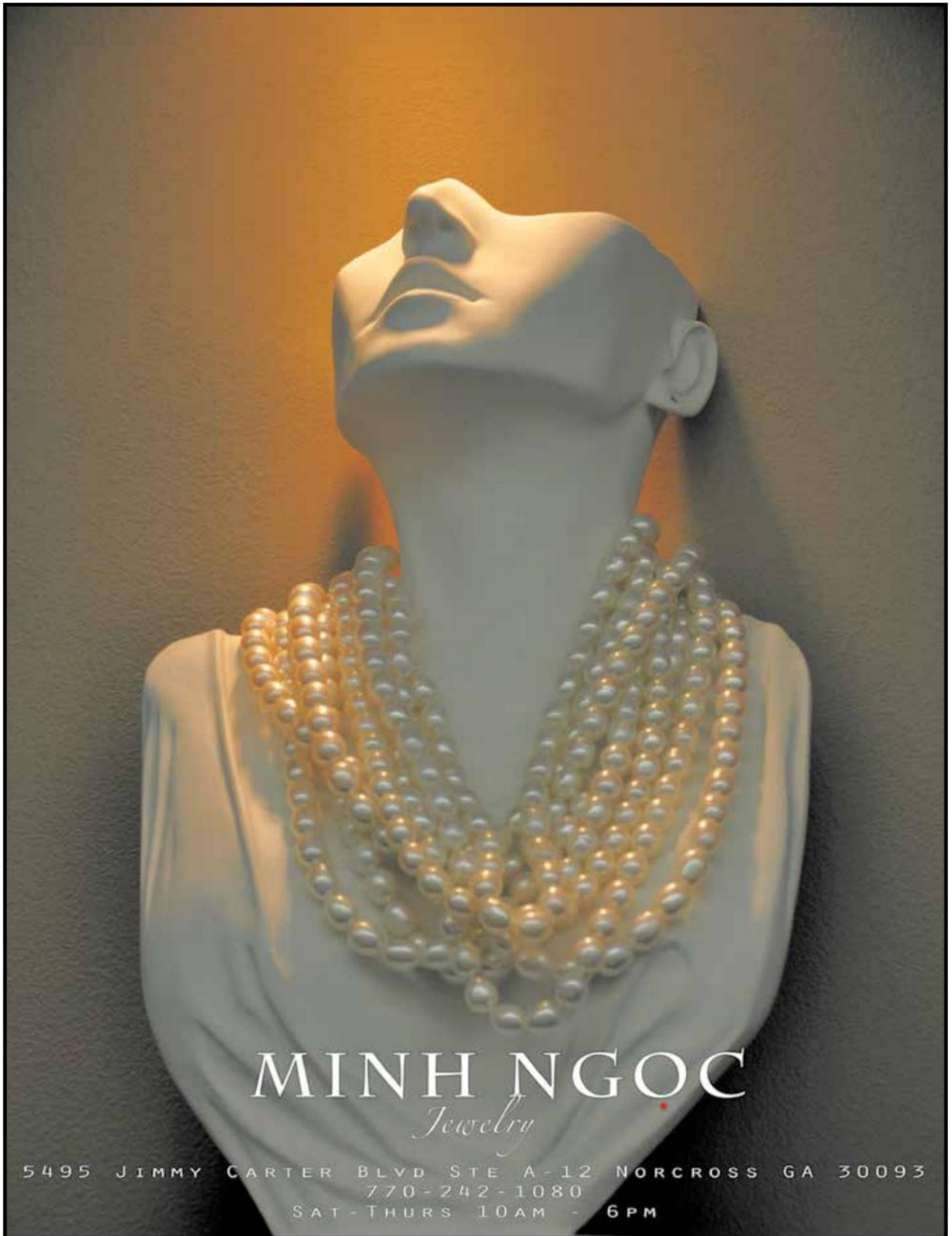
the animals they represent. Some wear vibrant outfits made of rags while others show off their more extravagant attires. And even though they've seen this countless times, the crowd never seems to get bored. As the dance goes on, these spectators become just as entranced as the dancers, as if unified, not just among themselves, but with their ancestors and the spiritual world. Thus, if only for the time of a dance, they've let go of their individuality to become one – the soul and heart of Africa.

Africa is indeed a beautiful and still mysterious land. Unexpectedly, Lake Malawi has revealed to the world its hidden jewels: colorful, intelligent fishes that have captivated the aquarium hobby. Their willingness to breed in captivity and the unique maternal care of the eggs and fry of these *mbunas* are most interesting to observe.

While we appreciate and enjoy these fishes in our aquariums, let's not forget where they originated from. The introduction of the Nile perch for commercial fishing into the lake has had disastrous consequences as these giant fish indiscriminately eat all the cichlids they can catch, reducing bio diversity. Overfishing is another major threat to the cichlids and all other species. Last but not least, climate changes have also had negative impacts on Lake Malawi: droughts, strong winds, rising water temperatures have adversely affected not just the fishes but as their population declines, so does the lakeshore villagers' already meager income.

After nearly 2 months of travel restrictions, we're now starting to see how impactful this has been on nature. Los Angeles has finally seen some smog-free sky and in other cities and national parks worldwide, on land or in water, flora and fauna have risen again as human pollution has declined.

So there's still hope for Lake Malawi and, by extrapolation, for our fragile planet, provided that we gain conscious of our impact on nature and start making positive changes so that, just like the *Nyau* dancers, we dance to the same rhythm with Nature and make the Earth great again.



MINH NGOC
Jewelry

5495 JIMMY CARTER BLVD STE A-12 NORCROSS GA 30093
770-242-1080
SAT-THURS 10AM - 6PM

MỘT CƠ THỂ
KHÔNG
ĐAU NHỨC
LÀ NGUỒN HẠNH PHÚC
VÔ BIÊN



designs by www.NPDAdesigns.com | 404.955.8836

BÁC SĨ BÌNH TÔ
CHÂM CỨU - CHÍNH HÌNH
(ACUPUNCTURE - CHIROPRACTIC)

480-228-1105

2169 E WARNER RD, #101 TEMPE, AZ 85284
(SW CORNER OF FWY 101 & WARNER RD.)

TRUNG TÂM ĐIỀU TRỊ CHẤN THƯƠNG TAI NẠN XE CỘ

LƯỢC SỬ VĂN HỌC VIỆT NAM

THỜI CẬN ĐẠI (1862 - 1945)

Phần II: THỜI KỲ VĂN HỌC CẦN VƯƠNG (1885 - 1913)

Chương IX: HÁT BỘI, TÁC GIA VÀ KỊCH BẢN - ĐOẠN 15c

V - GIÁ TRỊ VĂN CHƯƠNG TRONG VĂN HỌC TUỔNG

Kịch bản hát bội là văn chương bác học, điêu luyện về nghệ thuật, thi tứ dồi dào súc tích, tư tưởng mang màu triết lý hành động của Khổng giáo pha chút hương vị của Lão, Phật. Các thể thơ Việt Nam và Tàu đều có mặt trong văn học tuồng. Thơ Việt Nam như lục bát, song thất lục bát, sáu chữ, tám chữ, bốn chữ (nói lối). Các thể thơ Tàu có thất ngôn bát cú Đường luật, ngũ ngôn bát cú Đường luật, thất ngôn và ngũ ngôn tứ tuyệt, cổ phong, tứ lục, phú, đối. Ngoài văn vần, hát bội còn có cả văn xuôi.

Có thể nói, hát bội là bộ môn nghệ thuật có nhiều giọng điệu nhất, được phân thành ba nhóm:

- Điệu hát chính gồm Hát nam, Hát khách, Nói lối được xem là nhóm chủ lực trong hát bội, vì lối hát phong phú, giá trị về văn chương, đặc sắc về nghệ thuật, giữ vai trò then chốt trong âm điệu và chiếm tỷ lệ đến 70% trong văn học tuồng; và nếu phân tích ra có đến 20 điệu.

- Các giọng phụ cũng quan trọng không kém trong việc cấu trúc giọng điệu văn học tuồng. Có điệu, các giọng Xướng, Bạch, Ngâm, Thán, Oán, Bán Thán bán Oán, Ban, Tán, Lý được xếp vào giọng phụ, vì xuất hiện thưa thớt, hoặc chỉ được hát một lần trong lúc khai tuồng, hay văn tuồng. Dù số lượng đông đảo, có đến 3 nhóm gồm Giọng điệu phụ, Giọng điệu riêng, Tiếng đệm; và nếu phân tích ra cũng có đến 18 loại, nhưng chỉ chiếm tỷ lệ 30% trong văn học tuồng. Vậy hát bội có đến 38 điệu hát, nhưng quan trọng nhất về giá trị văn chương, nghệ thuật và tư tưởng vẫn là hai thể loại Hát nam và Hát khách.

01 - Hát Nam là gì:

Hát Nam còn gọi là hát vãn (điệu hát giọng buồn, thường để than khóc), là

làn điệu nòng cốt trong hát bội, bao gồm những câu thơ lục bát chính thức và phá thể, hay song thất lục bát còn gọi là lục bát gián thất. Hát Nam từ văn tự, cấu trúc, đến giọng điệu đều thuần túy Việt Nam.

02 - Hình thức hát Nam:

Về cấu trúc, hát Nam đủ khổ gồm 3 phần: trống, mái, trống; gọi là một sấp. Khi hát Nam, thường phải hát cả ba câu, giọng điệu khoan thai, tiếng hát rõ ràng. * Hai câu đầu là câu trống, tạm gọi "câu trống trước" để dễ phân biệt, mang nguồn gốc thể thơ song thất, bao giờ chữ cuối về trên cũng là thanh trắc và bỏ chữ đầu, chỉ còn 6 chữ sau nên mỗi đơn vị tiết tấu gồm 2 chữ. Bởi thế, có người không công nhận câu trống này là song thất, mà cho rằng lục bát biến thể, vì theo họ, về dưới là câu bát biến thể chỉ còn 7 chữ. Lập luận này không vững, vì có trường hợp về trên câu trống này giữ nguyên dạng 7 chữ (song thất), bằng chứng qua điệu hát của nhân vật Nguyệt Hiệu trong tuồng *Sơn Hậu*, hồi 3, màn 3: Tam Cung được Sơn Thần đưa về Chùa, gặp Thử Phi cùng bị nạn.

Nói lối:

Giã năm em đều hưởng vinh hoa

Phò một mối cho toàn huynh đệ

Nam hoàn, câu trống (về trên 7 chữ):

Phò một mối cho toàn huynh đệ

Cúi đầu từ tướng sĩ quân liều.

Có lúc về trên câu trống trước bỏ hai chữ đầu, chỉ còn 5 chữ sau. Chẳng hạn, trong tuồng *Khuê Các Anh Hùng*, lớp 9: Tạ Phương Cơ từ Trường An trở về báo tin Triệu Văn Hoán cướp ngôi, Trương Chánh cung lâm nạn. Tạ Ngọc Lân và con gái Phương Cơ bàn mưu giải cứu Chánh Cung.

Ngọc Lân:

Giã diên cuồng con trở xuống Trường An

Thông tin tức cha thẳng lên Trúc tự

Hát Nam, câu trống, về trên 5 chữ:

Trúc tự mau trực chỉ

Quyết ra tài khử nguy phò chơn.

Cũng có trường hợp, bỏ nguyên cả về trên câu trống trước, chỉ còn về dưới. Điển hình có tuồng *Khuê Các Anh Hùng*, lớp 10: Tạ Ngọc Lân đến chùa Trúc Lâm gặp Hòa thượng Triệu Tử Cung bàn việc cứu Chánh Hậu.

Tử Cung, nói lối:

Hoán đơn y trực chỉ pháp trường

Khai song phủ cứu lai Chánh Hậu

Hát Nam, câu trống

(Về trên, bỏ cả 7)

Ngửa vái trời xin thấu lòng ngay

Hát Nam, câu mái:

Xét thân hổ với cao đầy

Phơ gan giúp chúa chau mày phụ cha.

Qua 3 thí dụ vừa nêu, cho thấy một đặc điểm nữa, về trên câu trống trước, giữ vai trò láy (lặp lại) vài tiếng hoặc tất cả từ của câu cuối nói lối hay tán ở trên, theo lối ô thước kiểu.

* Hai câu giữa là câu mái, cần có giọng hát thông thả, êm đềm nên nhất định phải là thơ lục bát (về trên 6 chữ, về dưới 8 chữ và chữ cuối câu lục gieo vần xuống chữ thứ 6 câu bát). Thí dụ: Tuồng *Hộ Sanh Đàn*, lớp 5: Tiết Cương, Lan Anh, Hồ Nô trên đường về sơn trại; Lan Anh hát Nam:

Lao xao sóng vỗ [45] ngọn tùng

Gian nan là nợ anh hùng phải vay.

* Hai câu cuối là câu trống, tạm gọi "câu trống sau", trở lại với thể thơ song thất; nhưng nếu nằm cuối một lớp hay một hồi tuồng thì có tên khác là câu hạ. Đôi khi câu trống sau là thơ lục bát, chẳng hạn như tuồng *Ngũ Hồ Bình Tây*, hồi 2, đoạn Địch Thanh và Công chúa Thoại Ba đang tiệc rượu, bỗng có tin mẫu hậu lâm bệnh, Công Chúa phải từ giã, Địch Thanh hát Nam (câu có gạch dưới):

Thôi bạc, gỡ cho xong rồi

Nghĩ phận mình nhiều nỗi đắng cay

Mà trai thì phải hết ngay



Tên thật: Đào Đức Chương, Bút hiệu: Việt Thao, tuổi Đinh Sửu. Nguyên quán ở Vinh Thanh, Phước Lộc, Tuy Phước, Bình Định. Ông từng là Cựu Giám Học Trường Trung Học Công Lập Đệ Nhị Cấp Đào Duy Từ, Bình Định (1972- 1975). Ông sang định cư tại San Jose (Hoa Kỳ) từ ngày 8- 7- 1993.

Những hoạt động văn học:

- Giải nhì về thơ Hội Tết Giáp Tuất (1994) do Liên Hội Người Việt Quốc Gia Bắc California tổ chức tại San Jose.
- Tham gia Hội Văn Học Nghệ Thuật Thi Đoàn Lạc Việt từ 1995- 2001.
- Gia nhập Văn Bút Việt Nam Hải Ngoại từ 1996- 2011
- Ban Biên Tập: Các Tạp Chí Làng Văn (Canada) từ 1994, Nguồn Sống (San Jose, CA) 1996, Tâm Giác (Germany) 2005, Chuyên San Dòng Sừ Việt (Alameda, CA) 2007 (ghi năm bắt đầu tham gia).
- Nhóm thực hiện: Niên san Bình Định Bắc California từ 2001.
- Cộng tác:

a/ Việt Nam Nhật Báo (San Jose, CA) 1996.
b/ Các Tạp chí: Văn Uyển (San Jose, CA) 1994, Thế Kỷ 21 (Westminster, CA) 1998, Văn Học (Garden Grove, CA) 2006, Tin Văn (Houston TX) 2006, Cỏ Thơm (Virginia) 2006, Văn Hữu (Seattle, WA) 2009.

c/ Các Đặc San: Tây Sơn Bình Định (Nam California) 1995, Cường Để & Nữ Trung Học (Houston, TX) 1999, Liên Trường Lại Giang (Nam Cali) 2000, Quang Trung & Tây Sơn (Houston, TX) 2000, Liên Trường Qui Nhơn (Nam Cali) 2006.

d/ Diễn đàn Cuongde.org từ 19- 11- 2009.

đ/ Việt Nam Văn Hóa Và Môi Trường, gồm nhiều tác giả; Westminster, Viện Việt Học xuất bản, 2012.

11 - Sách biên khảo đã xuất bản (viết chung với Mộng Bình Sơn):

- Nhà Văn Phê Bình (1996)

- Thi Ca Việt Nam Thời Cần Vương (1997).

*Gian truân nắng dãi gió day chi sồn.
Gập ghềnh một bước gian sơn
Kẻ vui nở mặt người buồn khoanh tay.*

03 - Nội dung và phân loại hát Nam:

Tùy cảnh ngộ, tùy tình tiết của vai tuồng, hát Nam có bảy điệu chính: Nam xuân, Nam ai, Nam bình, Nam dựng, Nam tẩu, Nam biệt, Nam toàn; ngoài ra còn có điệu hỗn hợp Lý Nam qua Ai và Nam bán Xuân Ai.

1/ Nam xuân:

Vốn có điệu nhạc vui tươi, hát lên trong tình tiết và tâm trạng hân hoan tươi tắn như cảnh mùa xuân trong sáng xinh đẹp, thường hát trong khi đi đường dùng cảnh gợi tình đẩy thi vị. Trong tuồng *Tân Dã Đồn* (1 hồi), lớp 1, Đô đốc Tào Nhân hành binh, khi qua sông hát Nam xuân:

Câu trống (trước):

Phơi phới duềnh duyên [46] lướt dặm,

Nước thanh bình gió lặng sao thưa.

Câu mái:

Một màu thủy bích, sơn thanh

Ngủ sâm [47] gió lướt, hơi kinh sóng xao.

Câu trống (sau):

Khải hoàn ca tiêu ma phân tiết [48],

Tân Dã đồn bóng nguyệt xa xa.

2/ Nam ai:

Hát trong cảnh ngộ bi đát, sầu thảm nên giọng buồn náo nức. Tuồng *Ngũ Hồ Bình Tây*, hồi 2, Địch Thanh ly Thận, vua sai Khâm phái bắt Địch mẫu (mẹ của Địch Thanh), em Địch Thanh là Địch Kim Loan trên đường theo mẹ đã hát Nam ai:

Đàng thỏ trông chừng cố lý [49],

Mượn sương trời rơi lụy đổ duyên.

Tình con nghĩa mẹ không yên,

Nghĩ thôi càng thảm càng phiền cho đây.

Cách rồi một đoạn ai bi,

Trời xanh soi xét có khi tương phùng.

3/ Nam bình hay Nam xuân lụy:

Dành cho vai anh hùng, đáng trọng phụ, liệt nữ khi gặp tình huống đau buồn, không thể hát Nam ai thảm thiết, lại càng không hợp với Nam xuân vui tươi, phải dùng điệu Nam bình thể hiện tâm trạng bi hùng, buồn nhưng bình thản, chấp nhận dần thân. Tuồng *Diễn Võ Đình*, lớp 12 (đoạn cuối), sau khi Triệu Khánh Sanh phá được vòng vây của Bàng Hồng, lại bị viện binh của Trịnh Giải tiếp ứng, họ Triệu một mình một ngựa thoát thân. Trước tình cảnh khốn cùng, trên đường lánh nạn, nhân vật này

đã hát Nam bình:

Lánh chốn long đàm hổ huyết [50]

Bước lạc loài sương tuyết nài bao.

Giọt ly [51] dầm dãi chinh bào [52]

Rừng thu gió thét ào ào biết đâu.

Chút thân liễu với cung dâu

Đố con lương mã [53] biết đâu là nhà?

4/ Nam dựng:

Nam dựng là hát Xuân nhưng giọng điệu cứng rắn để tỏ ý chí cương quyết. Trong tuồng *Tam Quốc*, Quan Công thất thủ Hạ Bì, phải phò Nhị Tẩu quy Tào, hát Xuân dựng để bày tỏ khí tiết của tinh thần bất khuất trong hoàn cảnh thử thách đang phải đối phó:

Quan Công:

Tẩu tẩu tấn kỳ xa thượng,

Giã Hạ Bì, chỉ dậm Hứa Xương.

Lầu lầu tiết rạng đường gương,

Chân nơi Bắc Ngụy, dạ hằng nhớ Lưu.

Tuy là khác thừa đồng bào,

Lời thề ngày trước vườn đào đâu nguôi.

5/ Nam tẩu hay Nam chạy:

Hát trong lúc bị truy nã cấp bách, vừa chạy vừa hát. Tuồng *Hộ Sanh Đàn* (1 hồi) ở lớp 5, Tiết Cương cùng Trần Thị Lan Anh và Hồ Nô bị Võ Tam Tư đuổi bắt, chạy lạc vào rừng, trong tình huống ấy họ nối nhau hát:

Tiết Cương (Nam tẩu):

Thoátặng dây oan lưới họa,

Bước gập ghềnh diu đỡ lấy nhau.

Hồ Nô (tiếp Nam tẩu):

Một đoàn tở trước thầy sau,

Chim kêu vượn hú thêm đau đớn lòng.

Lan Anh (Nam xuân lụy)

Lao xao sóng vỗ ngọn tùng,

Gian nan là nợ anh hùng phải vay.

Tiết Cương (tiếp Nam xuân):

Sơn đình đoái đã gần đây,

Nhẹ chân kỳ ký [54], thoát bầy khuyến ung [55].

6/ Nam biệt hay Nam đưa:

Điệu này, hát trong tình huống người thân sắp xa cách. Kẻ đi, người ở, giọng hát buồn đầy lưu luyến. Trong tuồng *Ngũ Hồ Bình Tây*, hồi thứ 2, Địch Thanh Ly Thận, đoạn Công chúa Thoại Ba đuổi theo không cho Địch Thanh trốn thoát để đi đánh Tây Liêu. Họ gặp nhau tại quan ải, hiểu rõ sự tình, rồi bịn rịn chia tay, hát lời Nam biệt:

Địch Thanh:

Đao vàng cắt ruột chín chiu,

Sương bay trước mặt, gió hiu bên đàng.

Công chúa:

*Cái duyên Chúc Nữ, Ngưu Lang,
Cầu ô đã bắc lại toan dứt cầu* [56].

Địch Thanh:

*Dùng dằng nghĩa trước tình sau,
Dây phỉn đó buộc chuỗi sầu đây mang.*

Anh hùng nước bước còn sằng

Đừng dun mảy liễu mà quần ruột ba.

Đồng hát:

Dứt tình một khúc Dương Quan

Tây Liêu anh tới, Đơn bang em về.

7/ Nam hoàn, còn gọi là Nam thiên:

Giọng hát đặc biệt dành cho nhân vật xuất gia. Trong tuồng *Sơn Hậu*, hồi thứ ba, màn thứ ba: Nguyệt Hiệu Tam cung từ già chị là Chánh cung và em là Tạ Thiên Lăng để đi tu, nói lối rồi hát điệu Nam hoàn:

Nguyệt Hiệu (nói lối):

Xe rồng em trở lại

Dặm liễu chị trải qua,

Giã năm em [57] *đều hưởng vinh hoa*

Phò một mối cho toàn huynh đệ.

Nguyệt Hiệu (Nam hoàn):

Phò một mối cho toàn huynh đệ,

Cúi đầu từ tướng sĩ quần liêu.

Mặc ai giàu mển sang yêu,

Mưa mai dễ biết, nắng chiều nào hay.

Hư vô là đạo mầu thay,

Hữu công Phật độ, có ngày siêu thăng.

8/ Lý Nam qua Nam ai:

Dùng thơ song thất lục bát, hát lý ở hai câu thất và qua Nam ai ở câu lục bát. Hai câu thất bao giờ cũng ngắt nhịp 3/ 2/ 2, muốn qua Nam ai phải láy, tức là xen tiếng "ư ư" hay "ứ ứ" vào giữa hai chữ cuối câu thất thứ hai. Có thể mượn những vế của *Cung Oán Ngâm Khúc* hay *Chinh Phụ Ngâm* để đưa vào đoạn tuồng phù hợp với ý thơ.

Thí dụ, nếu đem thơ *Chinh Phụ Ngâm* (câu 265 - 268) vào điệu Lý Nam ai thì phải:

Hát Lý ở hai câu thất:

Thiếp giận thân/ lại không/ bằng mộng,

Được gần chàng/ bến Lũng/

Láy giữa hai chữ cuối câu thất thứ hai:

thành... ư ư quan.

Qua Nam ai ở câu lục bát:

Khi mơ những tiếc khi tàn,

Tình trong giấc mộng muôn vàn cũng không.

9/ Nam bán Xuân, Ai:

Điệu hát hỗn hợp, không những pha trộn Xuân, Ai mà còn có cả điệu lý và nói lối để bắt qua Nam. Khi hát Nam,

câu thơ có nội dung vui tươi hay buồn lằng lằng thì hát hơi xuân, khi bắt qua câu buồn thảm bi lụy thì diễn viên phải ra hiệu dùng tay gạt lệ, hay dùng khăn chấm nước mắt cho nhạc công để ý chuyển đờn qua âm ai, thì hát Nam ai mới hợp. Trong tuồng *Tô Võ Chấn Dê*, có đoạn tiêu biểu:

Nói lối:

Đuổi dê ra ải Bắc,

Lòng bát ngát sầu tây.

Miễn Võ Hoàng cao ngự đài mây,

Thân chi sá nài bao lao khổ.

Lý:

Đứng làm trai nài bao lao khổ,

Vái Phật Trời phò hộ

Láy (có gạch dưới):

chúng... ư ư minh.

Bắt qua Nam xuân:

Vũ Hoàng còn ngự nam thành,

Có hay nông nổi sự tình nầy chẳng?

Cầm hờn Vệ Luật Lý Lăng,

Làm cho lỗi thừa đạo hăng quân thân.

Bao giờ

(gạt nước mắt báo hiệu chuyển qua Nam ai)

về tới cựa lân,

Chuyển Nam ai (lục bát và song thất lục bát):

Ngõ cho thấy mặt từ thân chẳng là.

Ngùi ngùi hầu bước chơn ra,

Nhớ vua thương mẹ xót xa đoạn trường.

Trách Hồ Nhung đem lòng hãm hiếp,

Biết ngày nào sum hiệp chúa tôi.

Đắm đĩa lụy ngọc sứt sùi,

Ở Hồ nhớ Hớn chi nguôi tắt lòng.

Trở lại Nam xuân:

Tiết mao một cán cờ không,

Một người một bóng, bạn cùng sớm khuya.

Hồ Vương độc dữ nhiều khi

Trời ơi có biết gian nguy đổi này!

04 - Hát Khách là gì?

Hát Khách, gọi như thế vì lối hát này ảnh hưởng giọng điệu khúc "Đại Quá Trường" của Tàu và thường dùng chữ Nho. Ngày xưa, ta quen gọi người Tàu là "Khách trú" nên cũng gọi điệu này là "hát Khách." Ngoài ra, còn có tên là Bắc xướng, khi gọi đến điệu hát này.

05 - Phân loại hát Khách:

Tùy theo tiêu chuẩn lựa chọn, có hai cách phân loại hát Khách:

a/ Xét về cấu trúc:

Hát Khách chia làm 2 loại chính: Khách thơ và Khách phú.

- Khách thơ thường là thất ngôn tứ tuyệt, đôi khi cũng có thất ngôn bát cú nhưng chỉ dùng cặp trạng (3 & 4) hay cặp luận (5 & 6), hoặc cả 4 câu.

- Khách phú, thường dùng nhất là Phú cách cú. Thể loại này gồm có hai vế, mỗi vế có một đoạn ngắn chứa 2 đơn vị tiết tấu, và một đoạn dài chứa 3 đơn vị tiết tấu. Về vị trí, không nhất thiết phải đặt đoạn ngắn trước, đoạn dài sau, mà có thể đặt ngược lại.

Thí dụ: Trong tuồng *Cổ Thành*, lớp thứ 5, Gặp Châu Thương. Y là chủ trại của dư đảng Huỳnh Cân (Khăn Vàng), đón đường Quan Vũ và Tôn Kiên. Châu Thương hát Khách phú cách cú:

Thị thủ/ Cổ Thành// hữu nhất tướng/ đồn binh/ tích thảo;

Tự xưng/ Trương tánh// tự thiên nhân/ cử địa/ xưng hùng.

* Vế trên, 2 đoạn:

Đoạn đầu có 2 đơn vị tiết tấu, chữ cuối của mỗi đơn vị lần lượt là "thủ" thanh trắc và "Thành" thanh bằng.

Đoạn sau có 3 đơn vị tiết tấu, chữ cuối của mỗi đơn vị lần lượt là "tướng" thanh trắc, "binh" thanh bằng, và "thảo" thanh trắc.

* Vế dưới, 2 đoạn:

Đoạn đầu có 2 đơn vị tiết tấu, chữ cuối của mỗi đơn vị lần lượt là "xưng" thanh bằng và "tánh" thanh trắc.

Đoạn sau có 3 đơn vị tiết tấu, chữ cuối của mỗi đơn vị lần lượt là "nhân" thanh bằng, "địa" thanh trắc, và "hung" thanh bằng.

(Việt Thao dịch:

Nơi ấy/ Cổ Thành// có một tướng/ đóng quân/ tích thảo;

Tự xưng/ Trương tánh// họp ngàn người/ chiếm đất/ xưng hùng.)

b/ Xét về giọng điệu:

Hát Khách có năm điệu: Khách thi, Khách phú, Khách tử, Khách tẩu mã, Khách tửu; ngoài ra có điệu hỗn hợp Khách Nam liên xướng.

1/ Khách thi:

Thường là thể thơ Đường luật thất ngôn tứ tuyệt, bốn câu, có đối hoặc không đối, dùng trong lúc cảm hứng đầy thi vị.

- Tứ tuyệt có đối: tuồng *Trầm Hương Các* (1 hồi), lớp thứ 10, Trụ Vương cùng Đát Kỷ đến Hoa viên, vua trụ hát Khách thi:

Tây sơn lạc nguyệt lâm thiên trượng

Bắc khuyết tình vân nhiễu cấm vi

Niên hoa đáo xứ giai kham thưởng

Xuân sắc nhân gian tổng bất tri.

(Việt Thao dịch:

Núi Tây trắng xé soi thiên trượng,
Cửa Bắc mây màn quện cấm vi.
Trẻ trung ngoạn cảnh thêm am tháp
Xuân sắc nhân gian chẳng biết gì.)
- Tứ tuyệt không đối: cũng trong tuồng
Trầm Hương Các, lớp thứ 11, Đát Kỷ dạo
cảnh hát Khách thi:
Tây cung dạ tỉnh bách hoa hương
Thảo sắc thanh thanh liễu sắc hoàng
Đãi đẩu nguyệt minh trì thượng túc
Phù dung bất cập mỹ nhân trang [58].
(Việt Thao dịch:
Cung Tây đêm tỉnh nước hương hoa
Màu cỏ xanh xanh liễu sắc vàng
Trăng rọi hồ gương say ngắm mãi
Phù dung đâu sánh mỹ nhân trang.)

2/ Khách phú:

Điều này gồm hai câu đối nhau, mỗi câu
trên bảy chữ và chữ cuối về trên (gọi là
vế trống) mang thanh trắc, chữ cuối về
dưới (gọi là vế mái) thuộc thanh bằng,
và ngăn cách giữa hai vế có dấu chấm
phẩy (;). Khi hai nhân vật đối đáp nhau,
thường dùng Khách phú. Tuồng Cổ
Thành (1 hồi), lớp thứ 6, Quan Vũ đưa Nhị
tẩu (hai bà chị dâu, vợ của Lưu Bị) đến Cổ
Thành để gặp Trương Phi, họ dùng điệu
Khách phú đối thoại:

Nhị Tẩu:

Tẩu tẩu tại tư, Lưu Hoàng thúc Nhữ Nam
quy ty;
Lao lao chi thử, Quan quân hầu nhất lộ
phò tri.

Trương Phi:

Tào Tháo gian hùng, bỉ tàng dĩ thiên
phương loạn chí;
Quan Hưu nghĩa khí, hà bất năng nhứt tử
thù tri.

Quan Vũ:

Thử nhật hàng Tào, bất tể sự thi kỳ ngu dã;
Kim triều khứ Ngụy, hạnh tương phùng
duy nguyện thứ chi.

(Vũ Ngọc Liên dịch:

-Hai chị về đây, Lưu Hoàng thúc Nhữ Nam
xa lánh,
Bao phen cơ cực nhờ Quan hầu một dạ
phò tri

-Tào Tháo gian hùng, dùng đủ nghìn mưu
lay chí cả

Quan hầu nghĩa khí, sao không một thác
đáp ơn đây.

-Ngày ấy hàng Tào, vì cạm nghi, quả là ngu
vậy

Hôm nay bỏ Ngụy, mừng gặp nhau, xin
hãy thứ tha.)

3/ Khách tử và Khách hôn:

Điều hát dành cho người sắp chết nói
lời vĩnh biệt, hay hôn người đã chết hiện
về. Trong tuồng Hoàng Phi Hổ Quá Giới
Bài Quan, hồi 3: Quá quan, lớp 16: Giả
Thị hiện về báo tin dữ, giúp chống thoát
nạn, đã hát Khách hôn:

Hôn Giả Thị:

Tặc tướng dĩ thừa cơ dạ nhập cô đình,
Phục giáp thiêu sài mưu sát hại.

Hoàng Phi Hổ:

Vậy chớ người là ai hử?

Hôn Giả Thị:

Lương nhân tu kiến lượng, thiếp xứng
Giả Thị, đằng vân giá võ sạ lai lâm.

Hoàng Phi Hổ:

Thậm ủy ngô tâm, thù thức cứu nguyên
do khả tích,

Na kham kim tịch, không thành nhất
mộng tự hàm sầu.

Hôn Giả Thị:

Nhân quỷ thù đồ, tiểu tụy khước tu lang,
Quan tái mang mang hôn độc phản.

(Vũ Ngọc Liên dịch:

-Tướng giặc đang nhân cơ hội, đêm lên
vào đây phục kích, đốt lửa để giết hại.

-Chàng hãy mau định liệu, thiếp là Giả Thị,
đạp mây cưỡi mưa mà đến đây.

-Lòng ta an ủi biết bao, ai hiểu được người
chín tuổi còn tiếc nhớ {người sống}; đêm
nay là đêm gì, bỗng hóa thành giấc mộng
tự nuốt lấy sầu.

-Người và quỷ hai con đường khác nhau,
thiếp đau lòng từ giả chàng, một mình
hôn trở gót xa dần cửa ải.)

4/ Khách tẩu mã:

Dùng điệu hát này khi lên ngựa chạy
lánh nạn, chạy giặc, chạy trốn tình nhân,
hay chạy phi báo việc gấp, hoặc truy
đuổi giặc; vì vậy tiết tẩu phải nhanh
và giòn dã. Trong tuồng Diễn Võ Đình
(2 hồi), ở lớp thứ 10, Triệu Khanh sanh
từ giả Vương Quý và Kiều Quang để đi
lánh, trên đường thoát thân, Bàng Hồng
trông thấy đuổi theo, hát Khách tẩu mã:

Khánh Sanh:

Tiến lộ du du miễn vọng tân

Hồi đầu phong hạc bán khi nhân

Nam nhi tự hữu phùng kỳ xứ

Khảng bả ly sầu nhận tác nhân.

Bàng Hồng:

Sách mã hoàng hoàng tuần bộ khinh

Khiếu tha tặc tử mạc đào sinh

Sơn hà chấn động quân thanh hưởng

Thử nhật cầm cừ hiển ngã danh.

(Việt Thao dịch:

Nẻo trước trông vời thăm thăm xa

Chim kêu gió thổi ghẹo trên ta.

Thân trai tất phải bao kỳ ngộ

Ly biệt nỗi sầu khó gỡ ra.

*

Giục ngựa vang vang phi lướt nhanh
Báo cho thằng giặc thoát không thành
Non sông náo động quân la ó
Bắt được hôm nay ta nổi danh.)

Cũng tuồng Diễn Võ Đình, lớp 1, Bàng
Hồng xưng tên họ chúc tước rồi truyền
cho các tướng, bắt kể ngày đêm, đem
quân đến Tây Hà tìm bắt Triệu Khánh
Sanh. Bàng Hồng hát Khách tẩu:

Quản tương tỳ hổ hướng Tây Hà
Thệ triển hùng hoàn tróc Triệu gia
Thử phục hổ tiềm quy đăng định
Sùng triều nguyên hiến khái hoàn ca.

(Việt Thao dịch:

Cất quân hùng hậu tới Tây Hà

Họ Triệu tên Sanh, bắt cả nhà

Chuột núp, chồn chui sao tránh khỏi

Gọn trong buổi sáng khái hoàn ca.)

5/ Khách tửu:

Hát trong lúc giao bôi, hay lúc tiệc rượu,
hoặc mừng đoàn viên. Trong tuồng Sơn
Hậu, Tể Vương mở tiệc, các quan nâng
chén và cùng hát Khách tửu:

Diên trung hảo tửu chúc long nhan,
Ngự hưởng xuân tiêu lễ tạ an.

Phong xuân phát phát triều đơn phụng,
Vô lộ phiêu phiêu yến thưởng lang.

Kính chúc Tể trào an bàn thạch,

Phước như Đông Hải, thọ Nam San.

(Việt Thao dịch:

Trong tiệc rượu ngon chúc long nhan
Vua hưởng đêm xuân lễ tạ an

Gió xuân phơi phới triều đơn phụng
Mưa móc bay bay yến thưởng lang
Kính nguyện triều Tể bàn thạch vững
Phước như Đông Hải, thọ Nam San.)

6/ Khách Nam liên xướng:

Điều hát dùng cho hát Khách xong tiếp
sang hát Nam rồi lại hát Khách ... Trong
tuồng Hộ Sanh Đàn, lớp thứ 12, Tiết
Nghĩa phản bạn, lừa bắt Tiết Cương giải
về triều nộp lãnh thưởng, các nhân vật
đã hát điệu Khách Nam liên xướng:

Tiết Cương nói lối:

Thế sự đoản ư xuân mộng

Nhân tình bạc tự thu vân

Nghiến răng cười, cười cũng khó khăn

Ôm lòng chịu, chịu càng vui sướng.

Hát Nam

Vui sướng cho tình cho cảnh

Ngóng phương trời gửi gánh non sông.

Tiết Nghĩa hát Khách:

Kỷ độ can qua đồ phí lực
 Nhất triều bồi tửu tự thành công.
 Tiết Cương hát Nam:
 Mấy thu cuối bắc đầu đông
 Biển xanh chưa đổi bụi hồng còn xa.
 Tiết Nghĩa hát Khách:
 Phận ai từng thử dai càn tịnh
 Nhân hạ như kim khánh quốc gia.
 Tiết Cương hát Nam:
 Cuộc phong ba đầu là chỉ ngọn? [59]
 Nỗi ân tình nhiều đoạn chia phôi.
 (Việt Thao dịch:
 Việc thế ngắn như giấc mộng
 Tình người mỏng tựa mây thu.

*

Mấy độ chiến tranh chi phí sức
 Một hôm chén rượu tắt nên công

*

Bụi bặm từ đây đã quét sạch
 Nước nhà nay lúc hưởng thanh nhàn.)

VII - ĐOẠN KẾT CHƯƠNG IX

Tóm lại, Hát bội chủ trương tượng trưng và ước lệ, vì thế điệu bộ của diễn viên không những phải theo đúng quy luật gò bó khi diễn xuất trong từng nhân vật và trong mọi tình huống. Giọng hát phải hợp với ý nghĩa câu hát, nét mặt và điệu bộ phải biến đổi theo từng câu, từng chữ trong tuồng. Diễn viên, nhất là kép, phải biết võ nghệ thì điệu bộ mới nhuần nhuyễn được. Và trên hết, Hát bội theo truyền thống cấu trúc có hậu, kẻ trung hiếu dù trải qua bao gian nguy hoạn nạn, nhưng cuối cùng vẫn vượt qua và đạt được chính nghĩa; nên bộ môn này đóng vai trò then chốt hướng thiện. Ngoài ra, Hát bội còn đóng góp cho nền văn học một mảng văn chương bác học, đa dạng, và ưu việt.

ĐÚC KẾT THỜI KỲ VĂN HỌC CẦN VƯƠNG (1885 - 1913)

Thời kỳ Cần Vương đã đóng góp một mảng văn chương đồ sộ cho nền Văn học Việt Nam. Nhưng là một thời kỳ Văn học Bản Lễ vì có sự hiện diện của Văn học chữ Nho và chữ Nôm vẫn còn thịnh ở miền Bắc và Miền Trung, đồng thời phát sinh một nền Văn học chữ Quốc Ngữ đang vươn lên ở Miền Nam. Một dấu tích trong giai đoạn Bản Lễ, khoa thi Hương năm Kỷ Dậu (1909), Duy Tân 3, có nhiều cải tổ quan trọng

trong ngành giáo dục ở Trung Kỳ và Bắc Kỳ. Về khoa cử, có kỳ thi tình nguyện (không bắt buộc) dịch Pháp văn ra Quốc ngữ, để do Tòa Khâm ra, nếu trên 10 điểm, sẽ cộng số điểm thẳng dư vào ba kỳ. Rồi các khoa thi Hương sau tiếp tục cải tiến, có thi văn chương, toán, sử hoặc địa hay khoa học thường thức và làm bài bằng chữ Quốc ngữ. Từ đó, chữ Quốc ngữ không chỉ phổ biến ở Nam Kỳ, mà còn bắt đầu phát triển mạnh ở Bắc và Trung Kỳ.

Về thể văn trong giai đoạn Cần Vương, phần nhiều là những ký sự ngắn ghi lại cuộc chiến, nêu cao tấm gương trung nghĩa của các liệt sĩ, hay những cảm xúc về thời cuộc đổi thay, vì thế văn vẫn xuất hiện nhiều hơn văn xuôi. Với ca dao, vè, ngay cả Hát bội, cũng rất phong phú; và phản ánh thời sự nóng bỏng hơn lúc nào hết.

Về cấu trúc, trong giai đoạn Cần Vương, truyện thơ (như *Truyện Kiều*, *Bích Câu Kỳ Ngộ*, *Hoa Tiên Kỳ*) hầu như vắng bóng. Thay vào đó ở Nam Kỳ bắt đầu xuất hiện truyện viết bằng văn xuôi với cấu trúc truyện theo lối Tây phương (kết thúc truyện không nhất thiết phải có hậu), tiêu biểu có *Truyện Thầy Lazaro Phiến*.

Về tư tưởng, các tác phẩm trong thời kỳ Cần Vương, phần lớn đề cao lòng ái quốc, truyền thống bất khuất, lòng trung nghĩa của dân tộc.

Và một trường hợp ngoại lệ, trong thời nhà Nguyễn, đề cập đến công trạng của nhà Tây Sơn là điều tối cấm kỵ, thế nhưng anh em Nguyễn Bá Huân và Nguyễn Trọng Trì, sau năm 1895, triều đình Thành Thái bãi lệnh truy nã nghĩa quân Cần Vương ở Bình Định còn lẫn trốn, hai ông mới từ núi rừng Thuận Ninh trở về nhà. Rồi từ đó, hai ông gác việc kiếm cung, nhưng lại bắt tay vào việc sưu tầm tài liệu còn sót lại và góp nhặt những mẫu chuyện truyền miệng về Tây Sơn, biên soạn thành tập:

- Với Nguyễn Bá Huân, có quyển *Tây Sơn Tiếm Long Lục*, *Tây Sơn Căn Quắc Anh Hùng Truyện*, *Tây Sơn Văn Thần Liệt Truyện*, *Bình Định Hào Kiệt Liệt Truyện* (viết về các chiến sĩ Cần Vương ở tỉnh nhà).

- Với Nguyễn Trọng Trì, có quyển *Tây Sơn Danh Tướng Chinh Nam Truyện*, *Tây Sơn Lương Tướng Ngoại Truyện*.

Trong khi nỗ lực dài hạn của Nhà Nguyễn ra sức xóa sạch vết tích nhà Tây Sơn, từ văn tự, văn hóa, đến di tích. Thì các công trình biên soạn này, tuy là dã sử, nhưng

có còn hơn không, đã để lại cho đời sau hiểu biết phần nào về cuộc khởi nghĩa và công nghiệp của Tây Sơn.

Kết thúc Thời Kỳ Văn Học Cần Vương

GHI CHÚ

[45] Có bản chép là "sóng bủa ngọn tung."

[46] Duềnh (doành) quỳên: Duềnh là dòng nước tự nhiên. Quỳên là dòng nước trong.

[47] Ngụ sâm: Chùm lông vũ hay chùm tua sợi tơ cắm ở đầu cán cờ có thêu hình sao Sâm. Kinh là con cá voi đực (cá ông), ý nói chiếc thuyền to lớn và mạnh mẽ như cá voi.

[48] Tiêu ma phân tiết: Tiêu sạch mọi thứ dơ bẩn.

[49] Cổ lý: Làng quê cũ đã xa cách lâu.

[50] Long đàm hồ huyết: Ao rộng hang cộp.

[51] Giọt ly: Giọt nước mắt tuôn ra lúc biệt ly.

[52] Chinh bào: Áo khoác ngoài khi đi đường xa, hay đi đánh giặc.

[53] Lương mã: Ngựa hay, chạy nhanh và bền sức.

[54] Kỳ ký: Tên loại ngựa chạy nhanh.

[55] Khuyển ưng: Chó săn và chim mồi.

[56] Chúc Nữ, Ngưu Lang: Tên của vì sao. Theo truyền thuyết, Chúc Nữ và Ngưu Lang lấy nhau, bỏ bê công việc. Ngọc Hoàng bắt đầy Ngưu Lang bên kia sông Ngân Hà, mỗi năm chỉ cho gặp một lần vào mồng bảy tháng bảy. Ngày ấy, chim quạ nối nhau làm cầu, cho Ngưu Lang Chúc Nữ gặp nhau. Ý nói cảnh vợ chồng phải ly biệt.

[57] Năm người em của Nguyệt Hiếu là Tạ Thiên Lăng, Tạ Ôn Đình, Tạ Lôi Phong, Tạ Lôi Nhược, Tạ Lôi Phong Vân.

[58] Bài này thuộc loại Tập Đường, rút từ bốn câu thơ luật Đường: câu 1 từ bài *Tây Cung Xuân Oán*, câu 4 từ bài *Tây Cung Thu Oán* đều của Vương Xương Linh (698 - 756); câu 2 của Giả Chí trong bài *Xuân Tứ*; câu 3, không rõ xuất xứ và ghép thành bài thất ngôn tứ tuyệt.

[59] Chỉ ngọn: bến đậu, bờ sông ghe đậu.



Monday-Friday: 9:00 am - 6:00 pm
Saturday By Appt. Sunday: Closed

TRAN INSURANCE INC.

Auto-Home-Business and Life



KIM DUNG TRAN

Cử nhân Khoa học
Texas Southern University

Xin liên lạc:

Kim Trần (480) 833-5138

Toll Free:

1-866-833-5138

ĐỊNH GIÁ MIỄN PHÍ TRÊN INTERNET

www.allstate.com/dkimtran

310 N. Dobson Rd., #4 - Mesa, AZ 85201

BẢO HIỂM XE HƠI, XE GẮN MÁY, TÀU (Auto, Boat, and Bicycle)

GIÁ ĐẶC BIỆT:

- Bớt 6% nếu trả in full.
- Cho good driver
- (3 năm và 5 năm không ticket và accident)
- Cho good student
- Cho quý khách có bảo hiểm liên tục 12 tháng
- Cho quý khách có bảo hiểm 2 xe trở lên
- Cho quý khách mua nhà và xe.
- Bớt 5% nếu trả tiền thẳng từ nhà băng
- Bớt 10% nếu mua bảo hiểm trước 1 tuần

BẢO HIỂM NHÀ (HOME OWNER)

- Bảo hiểm nhà trống (vacant home)
- Bảo hiểm nhà (trộm cắp, hỏa hoạn, lụt)
- Dịch vụ Escrow trong vòng 1 tiếng
- 20% discount cho nhà và xe
- Bảo hiểm nhà ở và nhà cho thuê
- Bớt đến 35% tiền bảo hiểm nhà cho thuê nếu có bảo hiểm xe và nhà

BẢO HIỂM NHÂN THỌ (LIFE INSURANCE)

- Định kỳ (5, 10, 20, và 30 năm)
- Trọn đời
- Bảo hiểm không cần thử máu và nước tiểu.

BẢO HIỂM THƯƠNG MẠI (COMMERCIAL INSURANCE)

- Đủ loại bảo hiểm thương mại
(nhà hàng, tiệm Nails, văn phòng bác sĩ . . .)

BẢO HIỂM CẦN THIẾT CHO ĐỜI SỐNG CỦA QUÝ VỊ VÀ GIA ĐÌNH



GOLDEN JADE
Jewelry Inc.

金隆珠寶行

GOLDEN JADE JEWELRY STORE

2025 N. Dobson Rd – Chandler, AZ 85224

(Nằm trong Chợ LEE LEE ORIENTAL MARKET – vùng Chandler)

(480) 812-3893

Web: www.goldenjadeinc.com

Email: goldenjadeinc@gmail.com

MỞ CỬA

Mở cửa mỗi ngày:
10:30am – 6:30pm
Đóng cửa thứ Ba

RETAIL –
REPAIR 14K, 18K, 24K,
DIAMONDS, JADE,
PRECIOUS STONES, PEARLS



CHÚNG TÔI ĐẶC BIỆT CHUYÊN MUA BÁN:

- o Hột xoàn (Diamond) có giấy chứng nhận của các hãng lớn, uy tín, như GIA, EGL
- o Vàng bạc nữ trang các loại (24K, 22K, 21K, 18K, 14K...)
- o Các loại cẩm thạch, đá quý (Ruby, Sapphire, Emerald...)

Nhận thiết kế (Design), Gia công (custom make Jewelry), sửa chữa (repair), nhuộm (Rhodium) các loại nữ trang (24K, 22K, 21K, 18K, 14K...)

Chuyên thay pin đồng hồ (replace battery)

GGG FLORIST

Flowers For All Occasions

Tel: 480-812-8005

Cel: 602-326-2373

SAME DAY DELIVERY

2015 N. Dobson Rd. #4, Chandler, AZ 85224

(Same plaza with Lee Lee Supermarket on the NE Corner of Dobson & Warner)



Order online:

www.gggflorist.net

- Wedding
- Engagement
- Funeral
- Grand Opening
- Get Well
- Birthday
- Fruit Basket

Chúng tôi có đầy đủ các loại bông hoa cho các các nhu cầu:

- Đám Cưới
- Đính Hôn
- Đám Tang
- Khai Trương
- Chúc Sức Khỏe Hồi Phục
- Sinh Nhật
- Gói Quà gồm Trái Cây Tươi

PHỞ THÀNH

Authentic Vietnamese Food



Mở cửa từ: 8:30 am đến 8:30 pm. Đóng cửa ngày thứ Ba và thứ Sáu
1702 W. Camelback Rd # 14, Phoenix, AZ 85015
Phone: **(602) 242-1979** (Góc đường Camelback & 17 Ave)

Phở THÀNH là nơi lý tưởng cho Quý Đồng Hương và gia đình chọn đặt tiệc và để thưởng thức các món ăn.

Các món ăn đặc biệt



Cơm tấm tàu hũ ky
Phở - Bún Bò Huế
Mì Hoàn Thành - Bò Kho

Thức uống đặc biệt



Rau má tươi
Nước mía tươi ép tại chỗ
Sữa đậu nành tươi nấu mỗi ngày

Không đâu sánh bằng

Tiệm được tân trang hoàn toàn
MỚI, THANH LỊCH, RỘNG RÃI, ẤM CÚNG...
Với đội ngũ tiếp viên AN CẦN, LỊCH SỰ
Cùng những thức ăn đậm đà
hương vị Quê Hương, hợp khẩu vị

SIÊU THỊ TẤN PHÁT

ORIENTAL SUPERMARKET & GIFTS

Mời quý Đồng Hương đến chợ TẤN PHÁT
sẽ thấy nhiều thức ăn ngon vừa ý



GIỜ MỞ CỬA

Thứ hai - Thứ Tư: 8:00 am - 8:00 pm
Thứ năm - Chủ nhật: 8:30 am - 8:30 pm

Chuyên bán sỉ và lẻ

Đầy đủ các thực phẩm Á Đông
Trái cây tươi, rau quả tươi quanh năm,
Cá tươi ngon đủ loại,
Thịt tươi đúng tiêu chuẩn,
Tôm hùm, cua, cá sống lợi trong hồ,
Đại lý độc quyền: Gạo ĐỒNG TIỀN của chợ TẤN PHÁT.

Đặc biệt thức ăn Gỏi

Cá chiên nóng giòn tại chỗ mỗi ngày,
Bánh mì thịt nguội, thịt nướng, bì, xiu mại ...
Có bán NƯỚC MÍA ÉP xay tại chỗ

602.242.6119 Fax: **(602) 864-8935**

1702 W. Camelback Rd, Suite #5 - Phoenix, AZ 85015.

Chuyện Buồn Thời “Cô Vi”

Nguyễn Ngọc Duy Hân

Kim uể oải dọn dẹp trước khi rời nhà Dưỡng Lão. Công việc thật nhàm chán, hằng ngày phải tiếp xúc với những người già đa số khó tính, một số lại to con mập phì làm Kim phải hao tổn sức lực khi giúp họ. Kim đang cố gắng vừa làm vừa học, hy vọng mau xong chương trình để có thể tìm được việc làm tốt hơn, không phải phục vụ ở căn nhà người già này nữa. Nói vậy chứ dù sao Kim cũng yêu nghề, hơn nữa đồng lương cũng khá nên cô cũng vui và thấy ca làm việc qua mau. Hơn nữa nhà già cũng có những vị cao niên rất dễ thương, tinh táo không hành hạ yêu sách Kim hoặc các nhân viên khác.

Chẳng hạn tại nhà già này có bà Jennifer rất thích đọc sách, thường tóm lược các câu chuyện hay mà bà đã đọc cho Kim nghe. Kim cũng thích đọc sách nhưng không có nhiều thì giờ. Khi bà Jennifer giới thiệu chuyện nào ngắn và hay, thì Kim mượn bà về đọc để vừa giải trí vừa học thêm tiếng Anh. Bà rất vui khi Kim có thể cùng bà bàn luận, phê bình cá tính cũng như cách hành xử của từng nhân vật trong chuyện. Bà Jennifer góa chồng, bị tiểu đường rất nặng, một chân bị nhiễm trùng phải cắt đến đầu gối nên con gái phải đem bà vào viện Dưỡng Lão này để được chăm sóc. Bà nói năng rõ ràng, tự mình ăn uống được không nhều nhão, đổ tháo.

Một nhân vật khác mà Kim cũng khá thân là ông Richard. Ông thích kết bạn Facebook, hay khoe với Kim hình chụp các bà bạn khắp nơi và bạn rộn với cái máy vi tính của ông suốt đêm, ban ngày lại ngủ gà ngủ gật. Kim hay trêu ông, nhắc ông ở ngay nhà già này có nhiều bà xem ra còn khỏe lắm, nét xuân sắc cũng chưa tàn, sao phải kết bạn “ảo” ở xa. Ông Richard cười cười giải thích:

- Tôi phải hơi xạo tí về bản thân mình, các bà ở đây biết tôi nhiều quá sẽ bẻ mánh hết”!

“Mánh” xấu của ông Richard là cái tánh hà tiện, hay bị “kiết lý” của mình. Kim mỉm cười, tên ông đọc theo kiểu nhà quê Việt Nam là “Rít Chịt” chắc cũng không sai. Lớn tuổi mà ông vẫn còn tính toán keo kiệt, rít chịt rít chằng. Gần đất xa Trời rồi mà còn lo việc tiền bạc quá nhiều nghĩ cũng lạ. Nói thế chứ tuổi già cũng nhiều cái ngộ lắm, thí dụ tuy lớn tuổi nhưng một số người vẫn còn máu ghen, vẫn “méc” với Kim nhiều chuyện họ điên cuồng ghen hờn khi ông chống hay bà vợ quan tâm tới người khác nhiều hơn mình, phát biểu cay cú với “tình địch” không thua gì lúc trẻ.

Nhưng người cao niên mà Kim quan tâm và thích nhất là bác Hoài - một người Việt Nam dễ thương. Nhà già này chỉ có vài người Việt, do tình trạng sức khỏe rất yếu nên con cháu mới buộc lòng đem gởi vào đây. Riêng bác Hoài thì khá tinh táo, do tay chân run rẩy vì bị chứng Parkinson, nên con trai bác buộc lòng phải gởi bác vào đây. Anh Nam con trai bác rất hiếu thảo, hầu như tuần nào cũng vào thăm bác, mang cho bác những món Việt Nam như phở, bánh xèo để bác Hoài đổi món. Nam làm trong ngành cấp cứu, lái xe cứu thương giúp người bị vấn đề sức khỏe khẩn cấp. Anh có cô bạn gái người Ý khá xinh, thỉnh thoảng cũng theo Nam vào nhà Dưỡng Lão thăm mẹ. Họ gởi gắm bác Hoài cho Kim và rất mừng vì có Kim là nhân viên người Việt tại nhà Dưỡng Lão này.

Bắt đầu tháng Hai năm 2020, con vi trùng Vũ Hán Covid-19 bắt đầu hoành hành khắp nơi trên thế giới, rồi gây ảnh hưởng tới viện Dưỡng Lão Kim đang làm việc. Mới đầu Kim cũng coi thường,

tưởng nó cũng như các bệnh cúm khác, nhưng sinh hoạt ngày càng xấu. Hàng triệu người khắp thế giới bị lây bệnh, hằng trăm ngàn người bị chết. Do chưa tìm được thuốc trị bệnh hoặc chích ngừa, cách duy nhất để tránh lây lan là giữ khoảng cách xã hội, không tụ họp đông người. Làng Dưỡng Lão này cũng không ngoại lệ, mọi người phải tuân giữ luật “cách ly” triệt để. Con cháu, thân nhân mới đầu còn được vào nhà già để thăm viếng nói chuyện, nhìn nhau qua cửa kiếng. Nhưng sau khi nạn dịch lan tràn nặng hơn, nhà Dưỡng Lão không cho thân nhân vào thăm nữa.

Khi Kim giải thích cho bác Hoài biết, bác rất bức bối, cho là chính phủ Mỹ & Canada kỹ lưỡng quá đáng. Bác muốn được anh Nam ghé thăm, nhưng anh Nam chỉ có thể nói chuyện với bác qua phon hoặc video. Nam bảo nếu nhà Dưỡng Lão không cấm, chính anh cũng không dám tới thăm vì việc làm của Nam phải tiếp xúc với người cần cấp cứu, trong đó có nhiều người đã nhiễm Covid 19, có thể làm lây cho mẹ và các cao niên khác mà không biết. Chính Nam gần đây cũng phải cách ly không dám tới thăm cô bạn gái. Bác Hoài nghi ngờ hỏi Kim:

- Có thật vậy không cô Kim, hay thằng Nam nó không thương tôi nữa nên kiếm cớ để không vào thăm?

Kim phải giải thích cặn kẽ, cho bác Hoài xem tin tức, thông báo để chứng minh. Bác Hoài bây giờ ngày ngày không dám trông mong con tới thăm nữa, mà ôm cái phon di động chờ nghe tiếng anh Nam. Nhìn bác với mái tóc bạc phơ, răng cò xếu xáo cả ngày nhìn cái phon, biếng ăn biếng nói Kim thương hết sức.

Thời gian cứ thế lặng lẽ trôi qua, tình hình không mấy sáng sủa, từ từ kể cả gọi phon anh Nam cũng không làm nữa.

Bác Hoài rướm rướm nước mắt hỏi Kim:
- Cô ơi! thằng Nam nó quên mẹ già thật rồi. Hay là nó đang đi du lịch với con bạn gái í-tà-lô đó? Bác Hoài gọi, Nam cũng không thèm trả lời. Bác có số phôn của bạn gái nó, Kim gọi dùm bác được không vì bác không nói được tiếng Anh.

Kim lại phải nhắc bác Hoài biết các chuyến bay, các chương trình du lịch, du thuyền... đều bị ngưng hoạt động. Các khách sạn, trung tâm giải trí, thể dục đều đang chết dở. Thế nhưng chính Kim cũng thắc mắc tại sao anh Nam không liên lạc với mẹ. Kim nhớ sức ra mẹ mình ở Việt Nam cũng rất mong con gái liên lạc, mà nhiều khi vì quá bận rộn, mùi giờ khác nhau cũng có khi Kim trễ nải, lười biếng. Kim vội vã gọi về nhà, kể lể ảnh hưởng của cơn đại dịch Cúm Tàu xuất phát từ Vũ Hán tại Canada cho mẹ biết, mừng vì mẹ và gia đình anh chị bên Việt Nam vẫn tạm ổn.

Trong những ngày "mắc dịch" này, hằng ngày Kim vẫn liên lạc với các bạn thân tại Canada hay Mỹ, cùng nhau trao đổi nhiều chuyện cười ra nước mắt. Cũng may Kim vẫn còn việc làm, không bị khó khăn tài chánh nhưng cơ hội bị lây bệnh khá cao. Riêng các bác sĩ, y tá, những người trong "tuyến đầu" phục vụ tại các bệnh viện thật đáng ngưỡng mộ. Vì lương tâm nghề nghiệp, họ phải làm việc thật vất vả và nguy hiểm. Chính họ cũng phải cách ly với gia đình, phải ở riêng tại khách sạn hoặc nhà xe vì không dám tới gần người thân để tránh cơ hội làm lây bệnh. Cái khó là không ai biết ai đang mang vi trùng trong người, mà khi bệnh bộc phát thì đã quá trễ.

Bị bó chân trong nhà tù túng cả mấy tháng, bị thiếu tiền vì không đi làm được, nhiều người rất khổ. Chẳng hạn các bạn của Kim làm cho tiệm móng tay nhận tiền mặt, họ không thể xin trợ cấp thất nghiệp vì không có giấy tờ chứng minh. Một người bạn khác ở Mỹ làm chủ nông trại nuôi gà, do kỹ nghệ làm thịt bị ngưng trệ, các trang trại chăn nuôi đã phải tiêu hủy hằng trăm ngàn gà con và trứng gà. Kỹ thuật giết và thiêu hủy cũng phải theo đúng luật lệ, không làm súc vật bị đau đớn và phải hợp vệ sinh. Trại bò sữa cũng phải đổ đi hằng ngàn gallons sữa tươi vì nhà máy chế biến sữa để bán được bị hạn chế. Họ phải lỗ vốn nhiều và giá bán sau này sẽ phải tăng lên cao để gỡ lại. Thật là vô lý, biết bao nhiêu nơi cần thức ăn, đói khổ trong khi bây giờ người ta lại phải tốn tiền để thiêu hủy gà, heo, do không đủ chuồng

để tiếp tục nuôi, phải chăng chuyện này chỉ xảy ra ở thời "mắc dịch" Vũ Hán!

Nhiều hãng làm việc dây chuyền cũng bị đóng cửa, vì một số mặt hàng nhỏ lấy từ Trung Cộng, nay thiếu khoản hàng đó thì các sản phẩm còn lại phải đình trệ theo. Nghe tin tức nhiều chuyện rất ... tức, như chất nước rửa tay sanitizer làm ngay tại Canada, nhưng cái chai để đựng lại làm bên Tàu, nên dù trong lúc rất cần loại thuốc rửa tay diệt khuẩn này, việc sản xuất cũng bị ngưng trệ, không lẽ lấy lá chuối lá sen mà gói! Nhiều người mua đầu cơ tích trữ các thuốc rửa tay này để bán lại với giá cao, nên các trang mạng phải cấm đăng tải bán các món này.

Nhiều em học sinh ở nhà buồn, chỉ biết chúi mũi vào chơi game và ăn vặt. Cha mẹ cũng đành chịu, vì chính cha mẹ cũng rất "boring", suốt ngày vào máy vi tính xem phim, kết bạn Facebook. Một số khác than ở nhà chán nên ráng học nấu ăn các món mới, ăn xong thì lên cân mau chóng. Kinh tế xuống, giá thị trường chứng khoán xuống, chỉ có hãng Nintendo làm game thầu hơn 40%, cũng như các nhà quảng thiêu xác thật là bận rộn, xác chết mà cũng phải sắp hàng chờ đến phiên được hỏa táng. Riêng các công ty dược phẩm thì ăn nên làm ra vì rất bận rộn tìm tòi chế biến thuốc để tiêm ngừa.



Chị Hoàng bạn của Kim nói đùa:

- Kim ơi! Hoàng phải đeo khẩu trang dù chỉ ở nhà một mình, không phải để tránh vi trùng mà để che bớt cái miệng lại để khỏi ăn. Mỗi tuần Hoàng chỉ thay quần áo bước ra ngoài một lần là để đi... đổ rác! Hoàng bây giờ chỉ mặc các bộ áo ngủ rộng thùng thình, không đủ can đảm thử lại cái áo dài, vì biết chắc sẽ không xỏ lọt nữa. Mà đeo khẩu trang che mặt cũng có cái hay, không ai phân biệt được ai xấu ai đẹp, khỏi tốn tiền và thì giờ phấn son trang điểm. Có chuyện vui cười diễu ông chồng chờ vợ đi chợ, khi về tới nhà mới biết mình đã chờ bà khác về, vì đeo mặt nạ giống nhau nhìn không ra! Chính cái phôn di động cũng không nhận diện được người chủ khi

đeo khẩu trang, đòi chủ nhân phải đánh số mặt mã vào thay vì chức năng nhận diện. Các công ty điện thoại thông minh chắc phải mau chóng sửa lại công thức nhận diện này. Trước đây nếu đeo mặt nạ vào ngân hàng thì bị xem là "cướp ngân hàng" và bị cảnh sát hỏi thăm ngay, nay nếu khách hàng vào nhà băng đeo khẩu trang, nhân viên sẽ vui vẻ đem tiền ra đưa theo yêu cầu. Khi thổi bánh sinh nhật, từ nay không ai dám dùng cách cũ là chúm miệng thổi nến nữa, mà phải sử dụng máy sấy tóc hay dùng quạt để làm tắt nến. Nếu dùng miệng thổi nến sau đó sẽ không ai dám ăn bánh!

Kim cũng phụ họa:

- Đúng đấy chị Hoàng ạ, nhiều bức hí họa của Mỹ vẽ hình các bà bị béo phì lại càng mập hơn vì nhiều tuần ở trong nhà không hoạt động, khi hết "cấm cung" được chính phủ cho phép ra ngoài thì tròn vo không ra khỏi cửa được nữa! Kim vẫn hay đi nhà thờ hằng tuần, bây giờ chỉ được xem lễ bằng video viễn liên. Luật tại Việt Nam bắt buộc người dân phải đeo khẩu trang, nên các linh mục mặc lễ phục cử hành thánh lễ mà phải đeo mặt nạ che miệng, nhìn lạ hết sức! Được biết khắp nơi, nhiều bức tượng điêu khắc nổi tiếng cũng được trang bị mặt nạ "khẩu trang" để nhắc nhở người dân phải che miệng khi ra ngoài. Ở một số nước như Tàu, Ấn thì cảnh sát đánh đập, bắt bớ người dân không coi nhân quyền là gì chỉ vì người dân phạm luật "cách ly".



Chị Hoàng tiếp lời:

- Nhiều cặp phải hủy bỏ đám cưới, thậm chí đám tang cũng chỉ cử hành trong âm thầm, thân nhân bạn bè không được tham dự, lặng lẽ thê lương vô cùng. Các đảng phái bên Mỹ lại tranh cãi hằng ngày do bất đồng ý kiến, cái khó bó cái khôn không biết đối phó ra sao, đường nào cũng có khuyết điểm, tai hại về sau. Đóng cửa sinh hoạt thì chết vì kinh tế, mà mở cửa buôn bán thì chết vì vi trùng. Nghĩ thật buồn và giận cho bọn Tàu Cộng phát nguồn ra cơn đại dịch này. Họ lại nhận tiền sản xuất hàng triệu cái khẩu trang nhưng thiếu tiêu chuẩn vệ sinh, thậm chí có dính vi trùng Corona.

Tên của mặt nạ N95 có nghĩa là che được 95% vi trùng, Tàu Cộng làm dối đến nỗi chỉ che được 1% vi trùng, chắc phải đổi tên thành N1 thay vì N95!

Hoàng kể tiếp:

- Khi gấp rút gởi tiền cứu trợ cho người thất nghiệp, nhiều người chết vẫn được chuyển tiền vào sổ bank do lỗi kỹ thuật computer. Kim có biết mấy chuyện vui vui này không? Công ty Bay Area Food đã đem thịt bò Wagyu, là loại thịt beefsteak mắc tới \$60 đô Mỹ một miếng đem tặng không cho người vô gia cư tại San Francisco, vì các nhà hàng sang trọng đã phải đóng cửa trong mấy tháng nay. Trị giá số thịt bò đem cho lên tới 2 triệu đô Mỹ. Chính Hoàng cũng chưa bao giờ được ăn thử miếng thịt bò Wagyu này. Thức ăn sẽ khan hiếm và tăng giá, nhưng người ta lại giành giật mua trữ giấy vệ sinh. Giấy vệ sinh đâu có ăn được, nhất là khi không có đồ ăn thì cần gì giấy đi cầu, Kim thấy có nghịch lý không? Vài bác sĩ, nhân viên y tế vì quá căng thẳng và tuyệt vọng đã tự tử, thấy thương hết sức.

Kim cũng triết lý với bạn:

- Xe đẹp, vòng vàng quần áo sang trọng bây giờ cũng không có cơ hội để "khoe của". Hệ thống subway của thành phố New York chạy liên tục 24 giờ trong 115 năm qua, bây giờ cũng phải ngưng mỗi ngày 4 tiếng để khử trùng các toa xe. Hệ thống Disney Land cho trẻ em khắp thế giới tới chơi phải đóng cửa và thất thu tới 90%, không ai đi du lịch nên chủ nhân của hệ thống Air BnB cho mượn nhà, các doanh nghiệp đang chết dở, phải khai phá sản. Những nhà tù ở Ohio bên Mỹ phải thả tù nhân về nhà vì đa số tù nhân đã bị nhiễm siêu vi trùng Covid. Đâu có lá số tử vi, chiêm tinh gia nào đoán trước được những tù nhân này sẽ được thả tự do bất ngờ như vậy. Mới đây vài nơi bên Mỹ đã từng bước cho mở cửa sinh hoạt lại, nhưng có thành phố vẫn cấm, nên người ta lái xe sang tiểu bang khác chỉ để được cắt tóc, hoặc tắm biển. Cắt tóc lúc này cũng có thể bị cho là phạm luật, ông thống đốc Cali khi lên TV cũng bị thắc mắc ai cắt tóc cho ông mà nhìn đẹp thế, làm ông phải phân bua um sùm! Một số nhà hàng, siêu thị nếu không đeo mặt nạ không được vào cửa. Mới đây tại Michigan, Hoa Kỳ, có người Security gác cửa tiệm Family Dollar không cho khách vào mua vì không đeo khẩu trang, sau khi gây gỗ đã bị bắn chết. Cũng có đoạn phim video ngăn được rất nhiều người xem, đó là cảnh chú chó cưng cũng biết

tự đeo "khẩu trang" rất thành thạo. Cũng cần chú ý là luật bắt khi ra bãi biển chơi phải đi tới đi lui như tập thể dục, không được nằm ỳ phơi nắng. Người Âu Mỹ nói chung rất ghét bị hạn chế tự do như thế, họ không chịu đựng được như người Việt mình, nên rất dễ nóng nảy và tổ chức biểu tình khắp nơi.

Chị Hoàng kể thêm:

- Nạn nhân mới của dịch Vũ Hán là củ khoai tây! Nhiều nơi như Hoa Kỳ, Bỉ... đã phải đem khoai potato đi tặng vì không có chỗ chứa, người ta sắp hàng cả mấy cây số để nhận. Canada khuyến khích người dân mua nhiều khoai chiên vào vì các nhà hàng bán French Fries đóng cửa không tiêu thụ nhiều như trước. Ngành nông sản đã bị ảnh hưởng "domino" từ nạn dịch mà ra, rất đáng lo ngại.



Kim cũng tiếp theo với câu chuyện thời sự:

- Nghĩ cũng lạ chị Hoàng nhỉ, Kim rất quan trọng việc đi nhà thờ, lo cho tài chánh của hệ thống tôn giáo Mỹ và Canada. Nhiều nhà thờ nay đã phải xin trợ giúp từ chính phủ vì người dân thất nghiệp không còn tiền dâng cúng, nhà thờ lại không được mở cửa. Hồi mới bắt đầu ngưng ra đường để tránh lây nhiễm, chính quyền ra lệnh đóng cửa nhà thờ trước vì cho là "non-essential", trong khi tiệm bia rượu lại mở cửa vì được liệt kê vào loại thiết yếu. Bây giờ bên Mỹ cho mở cửa từng bước, trong đó có sòng bài, nhưng vẫn chưa có nhà thờ, chùa chiền. Người ta có lẽ nên để ý tới tinh thần nhiều hơn....

Chị Hoàng cười:

- Nhưng Kim cũng đừng bi quan quá, cơn dịch này cũng có cái hay, là người ta đang suy nghĩ lại về giá trị thật sự của cuộc sống. Con vi trùng này không chữa ai, giàu có hay danh tiếng nó cũng không "care". Các con cháu sẽ học được tiếng mẹ đẻ tốt hơn do ở trong nhà với gia đình, việc ô nhiễm không khí cũng sẽ bớt đi do ít xe cộ, thuyền bè đi lại. Các cao ốc, văn phòng sau này sẽ không cần nhiều nữa vì một số công ty thấy công

việc vẫn tạm ổn khi nhân viên làm việc tại nhà. Nói chung là tất cả đã thay đổi, đảo lộn, buồn quá là buồn!

Kim phì cười, chính chị Hoàng khuyên Kim lạc quan, mà chị lại than buồn! Trò chuyện với bạn xong, Kim lại phải sửa soạn đi làm, bắt đầu một ngày như mọi ngày.

Nhưng ngày hôm nay lại hơi khác với những ngày bình thường trước đây. Kim lạnh người khi lướt qua trang Facebook, tình cờ thấy tin bạn bè chia buồn vì anh Nam, con bác Hoài vừa qua đời do nhiễm bệnh Corona Vũ Hán. Kim choáng váng, sao lại ngược đời như thế, người già thì OK còn người trẻ lại chết bệnh. Hèn chi những ngày gần đây anh Nam không hề liên lạc với mẹ. Không biết bên nhà Dương Lão đã hay tin chưa, Kim sẽ không đủ can đảm làm người đưa tin cho bác Hoài biết. Cô thấy bài hoải tay chân và khó thở. Cô gọi vào nhà Dương Lão xin nghỉ một ngày vì không được khỏe.

Kim chợt nhớ đến mẹ mình, nếu có một ngày Kim lây bệnh và chết tại đây, một mình nơi xứ lạ quê người, mẹ Kim sẽ ra sao, có ai dám báo tin cho mẹ Kim biết không? Hay là mẹ của Kim cũng như bác Hoài bây giờ, ngày ngày mỗi mòn trông ngóng tin con, cứ run run mở cái phon ra, đóng cái phon vào mà tất cả vẫn im lặng đến rợn người. Kim lại nhớ tới một bà cao niên khác tại nhà Dương Lão: Chồng đã mất, bà bị lẫn không nhớ rõ nên cứ nhìn di ảnh người chồng chưng trong phòng, rồi đi ra sau tấm hình tìm kiếm như muốn gặp lại người xưa. Tìm không thấy ai, bà lại ôm tấm hình ngồi thừ hẳng giờ, miệng lẩm bẩm vô nghĩa. Hình ảnh ấy làm Kim thương và đau lòng lắm. Bác Hoài rồi đây sẽ ra sao, ngoài sự đau đớn tinh thần, cô đơn vì mất con, lại còn khổ vì ai sẽ là người đóng tiền hàng tháng cho nhà Dương Lão để chăm sóc bác. Kim băng khuâng đến nỗi không gọi điện thoại lại để kể cho chị Hoàng nghe tin buồn mới biết này nữa. Cô vào phòng trùm mền nằm nghe nỗi buồn gặm nhấm, để bóng tối bao phủ dù đang là ban ngày.

Ngoài sân gió rít từng cơn, mưa bắt đầu nặng hạt, tháng Năm mà Toronto lại có tuyết rơi lẫn với nước mưa. Trên truyền hình, tin tức về nạn dịch Vũ Hán Corona vẫn tiếp tục được cập nhật, con số lây bệnh trên thế giới đã lên tới gần 4 triệu người....

Đầu tháng 5, 2020



Phở Đà Lạt

SẠCH • NGON • NHANH CHÓNG • GIÁ CẢ PHẢI CHĂNG

Hân hạnh được phục vụ quý khách

**NGOÀI MÓN PHỞ
ĐẶC BIỆT KHÔNG BỘT NGỌT
CHÚNG TÔI CÒN CÓ:**

Chim cút Rô-Ti - Bò cuốn hành
Bún bò Huế - Mì Vịt Tiềm
Nghêu xào gừng hành
Mì La-Kai và các món ăn
thuần túy khác

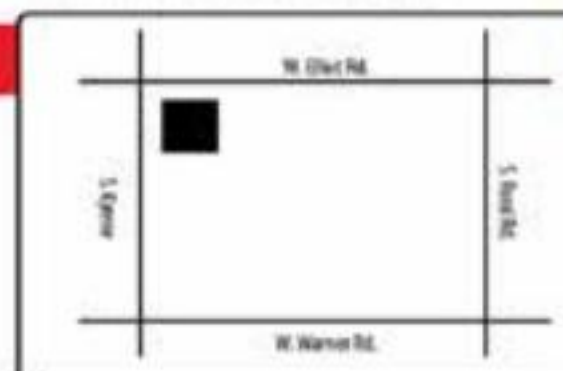


Đặc biệt món Cá Nướng thơm ngon, hấp dẫn



7707 S Kyrene #106 - Tempe, AZ 85284

480.755.7272



Chuyên Làm "Đủ Loại" Bảng Hiệu Đèn NEON/LED **FRANKLIN'S FINE SIGNS**

Với hơn **20** năm kinh nghiệm làm bảng hiệu tại Tiểu Bang Arizona

Owner/Franklin Nguyễn:

Direct # 602-828-1787

**Office: (602) 269-2888
(480) 460-8828**



**Lowest Price
Guaranteed!!**



**NAILS & SPA
Coming Soon**

**Grand Opening
Special 10% OFF
For Any Service**

E-Mail: franklinssign@qwestoffice.net



If You Receive A Lower Quote From Another Company For The Same Job, We Will Beat Their Quote by **AT LEAST 10%!**

GUARANTEED!!

2517 West McDowell Rd., Phoenix, AZ 85009

Nhà Của Bố



Nguyễn Thị Thanh Dương

Thằng Tú náo nức lắm, nó mong cho đến ngày mai mẹ sẽ đưa nó ra phi trường lên máy bay để về thăm bố Tuấn, thăm căn nhà của bố Tuấn...

Tú biết có hai nơi, có hai căn nhà, nhà của bố Tuấn và nhà của mẹ với bố Cường.

Nó xa nhà và bố Tuấn gần 2 năm, thỉnh thoảng bố Tuấn vẫn gọi phone nói chuyện với Tú nên hình ảnh bố và căn nhà của bố vẫn chưa phai mờ dù hàng ngày nó đã quen với cuộc sống mới, với những người mới trong căn nhà to đẹp của mẹ và bố Cường nơi đây.

Tú nhớ hình dáng bố Tuấn to cao nên đã từng bắt bố công kênh trên vai để Tú giờ tay vươn tới trần nhà.

Ngày mà bố mẹ và Tú còn sống chung mẹ đã từng nói :

- Trông thằng cu Tú giống y hệt bố từ nét mặt đến cả cái tướng tá cao ráo.

Tú thích lắm, mong mau lớn để cao bằng bố.

Và bố thì vui vẻ nói đùa với mẹ :

- Tại em yêu anh nên đẻ con ra giống anh như khuôn đúc, chứ sao.

Nhà của bố trong khu apartment đông vui, ở trên lầu, để từ dưới đất Tú thích chạy nhảy lên từng bậc thang làm bố mẹ luôn nhắc nhở:

- Tú ơi bước chậm thôi.

- Tú ơi coi chừng ngã.

Và Tú đã một lần bị ngã, cũng may từ bậc thang cuối, chân Tú chỉ chảy máu chút xíu mà bố đã xót xa công Tú trên lưng đi lên nhà bôi thuốc và dán miếng băng keo vào gót chân bé nhỏ của Tú.

Ở với bố Tuấn, Tú là hoàng tử nhỏ của bố, là cục cưng của mẹ.

Ở với bố Cường những ngày đầu Tú cũng được bố Cường chiều chuộng mua cho Tú đồ chơi.

Sinh nhật Tú đầu tiên trong căn nhà mới bố Cường và mẹ đã dẫn Tú ra tiệm chọn bánh có hình thằng spiderman mà Tú yêu thích.

Bố Cường thật tốt, nhưng Tú vẫn chưa cảm thấy mình là hoàng tử nhỏ của bố Cường.

Lại sắp sinh nhật của Tú, lần thứ hai kể từ ngày về nhà mới.

Tối qua Tú sốt ruột đợi bố Cường và mẹ về nhà, thường thì sau 9 giờ tối họ mới về, nó chờ đợi nên tưởng như thời gian trôi chậm quá.

Khi vừa thấy hai người bước vào nhà Tú đã chạy ra ngay, nó nắm tay mẹ, nắm cả tay bố Cường và nũng nịu:

- Chủ Nhật là sinh nhật con rồi, mai bố mẹ đưa con ra tiệm chọn bánh sinh nhật đi, con muốn mua cái bánh thật to có hình thằng spiderman như năm trước.

Mẹ nó vội vàng nói ngay:

- Ừ, mẹ biết rồi.

Nhưng bố Cường không vui như nó tưởng, bố chỉ nói với mẹ:

- Thôi đừng bày vẽ làm sinh nhật cho mất thì giờ, nhà hàng chỉ trông vào cuối tuần không có người trông coi nhân viên nó làm việc chẳng ra gì.

- Em biết rồi.

Lúc nào mẹ cũng trả lời câu "Biết rồi". Mẹ như một vị trọng tài luôn làm vừa lòng đôi bên Tú và bố Cường.

Mẹ dắt Tú về phòng ngủ của nó và hỏi:

- Có phải con vẫn nhớ bố Tuấn và muốn gặp bố Tuấn tuần này không?

Đôi mắt Tú long lanh khi nghĩ về bố Tuấn:

- Sao lâu quá chúng ta không về thăm bố Tuấn hả mẹ? Con nhớ bố và cả căn nhà của bố.

- Mẹ để dành tin vui bất ngờ cho Tú đây, ngày mai con sẽ được về thăm bố Tuấn, ở với bố một tuần. Bố sẽ làm sinh nhật cho con.

Tú vui mừng reo lên:

- Vui quá, mà mẹ có đi với con không?

- Mẹ bận việc nhà hàng không đi được.

Tú phụng phịu dỗi hờn:

- Mẹ lúc nào cũng bận nhà hàng với bố Cường, ở nhà chị Amanda hay la con lắm, con không thích chị Amanda và.....

Thằng bé ngậm ngùng, hình như nó hiểu rằng nếu nói ra điều này sẽ làm mẹ nó buồn:

- Và...con..... cũng không thích bố Cường, bố hay la mẹ, la con...

Mẹ an ủi:

- Không ai ghét chúng ta đâu, bố Cường làm chủ nhà hàng nên bận rộn làm mẹ cũng bận rộn theo, nhưng... chúng ta đang có cuộc sống đầy đủ sung sướng, ở nhà to này, đi xe đẹp này... .

Ngày mẹ và Tú về căn nhà to đẹp của một người đàn ông xa lạ mẹ đã bảo Tú gọi người này là "bố Cường". Tú đã thắc mắc hỏi mẹ:

- Con đã có bố Tuấn sao lại có bố Cường nữa?

- Bố Cường cũng sẽ yêu thương con như bố Tuấn, có hai người bố càng tốt chứ sao.. Nó tin vào lời mẹ nói mà bố Cường cũng tỏ ra dịu dàng thân mật với nó.

Nhưng bây giờ Tú đã cảm nhận ra bố Cường không còn chiều chuộng mẹ và Tú nữa, còn tình cảm của bố Tuấn dù đã xa Tú mà vẫn đầy ấp thương yêu không hề thay đổi.

Thằng bé 8 tuổi đã biết so sánh và thương bố Tuấn nhiều hơn bố Cường.

Mẹ hôn Tú và về phòng mình, thời gian mẹ dành cho Tú không nhiều vì cả ngày mẹ bận rộn nơi nhà hàng tối về mẹ cần nghỉ ngơi. Tú cũng ra khỏi phòng mình tìm gặp chị Amanda để khoe:

- Ngày mai em sẽ đi máy bay về nhà bố Tuấn.

Amanda đánh đá gắt gỏng:

- Đúng rồi đó, mày về nhà bố mày luôn đi.

Ở nhà chỉ có Amanda và Tú khi bố Cường và mẹ ra trông coi nhà hàng. Amanda

13 tuổi là con của bố Cường, Amanda không thích mẹ của Tú cũng như Tú không thích bố Cường của Amanda.

Thình thoảng Amanda ăn hiếp và cãi nhau với Tú dọa đuổi Tú ra khỏi nhà làm Tú sợ quá khóc một mình.

Bố Tuấn đón Tú ở phi trường, vừa thấy bố, Tú đã vượt khỏi bàn tay cô nhân viên hãng máy bay đang dắt Tú ra để chạy nhanh lại gần bố, cô nhân viên trao Tú cho bố thì bố đã nhắc bổng Tú lên và hôn túi bụi vào mặt Tú, thằng bé sung sướng đón nhận sự nồng ấm từ người cha.

Bố Tuấn chở Tú về nhà vẫn bằng chiếc xe hơi cũ mà thân quen, bố cẩn thận bế Tú vào trong xe và cài seatbelt cho Tú, bố không biết là từ ngày ở với bố Cường, Tú đã tự làm những điều này rồi, nếu không Tú sẽ bị bố Cường mắng.

Chiếc xe cũ của bố Tuấn một thời từng chở mẹ và Tú đi chợ, đi chơi vui biết bao, trên xe Tú ríu rít hết nói chuyện với mẹ lại với bố.

Chiếc xe chở những ngày hạnh phúc yên vui của 3 người trên những con đường gần đường xa. Nhưng ngày mẹ và Tú ra đi thì bố và chiếc xe ở lại.

Về đến khu apartment Tú nhận ra ngay nơi chốn cũ, hai hàng cây cao trên con đường vào nhà của bố.

Đậu xe xong bố một tay xách túi đồ của Tú, bố còn đòi công Tú lên lưng để lên tầng lầu nhưng Tú hào hứng nói:

- Con muốn bước lên những bậc thang này như ngày trước.. Bố ơi, con nhớ bố và nhớ cả những bậc thang vào nhà bố.. Bố lại dặn dò:

- Tú ơi bước chậm thôi.

Thiếu câu dặn dò của mẹ vì mẹ không có mặt ở đây.

Bố Tuấn chắc cũng đang nghĩ như Tú, bố hỏi:

- Con có nhớ lần bị ngã lăn quay dưới chân cầu thang này không?

Tú khoe:

- Con vẫn nhớ mà, bố đã công con lên nhà và bôi thuốc cho chân con hết đau. Ngay lúc này Tú nhớ đến lần bị ngã ở nhà bố Cường khi nó lạnh chanh phụ mẹ mang ít đồ từ xe vào nhà, bố Cường đã không đỡ Tú lên mà còn đe dọa:

- Lần sau còn đi nhanh để vấp ngã nữa là bố phạt quỳ gối đấy.

Bố Tuấn mở cửa phòng, Tú chạy ào vào

trong, mọi thứ trong nhà vẫn như trước, bộ bàn ghế sofa cũ màu rêu là nơi Tú từng đứng lên đó nhảy nhót. Mẹ không muốn Tú nhảy nhót trên ghế vì sợ ghế chóng hư không có tiền mua cái mới, nhưng bố Tuấn vẫn chiều Tú, bố làm lơ chẳng la mắng Tú bao giờ..

Chiếc bàn ăn, Tú nhớ cả nhà đã ngồi nơi đây ăn uống, đã nhiều lần vui. Tại sao bây giờ không còn ai nữa?

Tú vào trong bếp, nó đứng ngẩn ngơ, rõ ràng nơi đây mẹ nó từng đứng nấu nướng, nó đã từng chạy ra chạy vào với mẹ.. Nhưng hôm nay bếp vắng lạnh, mẹ nó thì đang ở xa.

Nó háo hức chạy vào phòng ngủ của nó, chiếc giường bé vẫn ở đây làm như nó mới xa nhà ngày hôm qua và hôm nay trở về sẽ nằm ngủ cùng chăn gối thân quen.

Còn cả thùng đồ chơi của Tú nơi gầm giường, Tú lôi thùng đồ chơi đổ ra nhà, những món đồ chơi từ lúc Tú 1 tuổi cho đến 6 tuổi tung toé trước mặt Tú, thằng bé bồi hồi sung sướng tưởng như là những món đồ chơi mới lạ nào vừa vào tay mình.

Nó cầm lên ngắm nghía từng món, trong đầu óc ngày thơ của nó có hiểu rằng mỗi món đồ chơi đều ghi dấu hạnh phúc của nó bên bố mẹ không?

Tú vội vàng như một thằng bé đói bụng háu ăn trước một mâm toàn là những món ngon, nó chạy sang phòng ngủ của bố mẹ, chiếc giường rộng này thình thoảng nó vẫn chen vào đòi ngủ chung với bố mẹ vui vẻ ấm cúng lắm.

Nhưng bây giờ phòng ngủ cũng vắng lạnh như căn bếp kia....

Khi Tú mở cánh cửa bước ra ngoài lan can nó reo lên thích thú như vừa tìm thấy một kho tàng:

- Bố ơi, chiếc xe đạp nhỏ của con nè.

Chiếc xe vẫn để nơi góc lan can, mỗi lần Tú muốn đi xe đạp bố sẽ xách xe xuống nhà cho Tú và bố lại là người xách xe lên cất đi.

- Phải rồi, chiếc xe đạp này bố mua khi con gần 6 tuổi, bố đã tập cho con đi mấy lần rồi thì...

Giọng bố nó nghẹn lại làm nó ngạc nhiên:

- Thì sao hả bố?

- Thì con và mẹ dọn đi nhà khác chứ sao. Ngày rời khỏi căn nhà này Tú đã đòi mẹ mang bố theo nhưng mẹ bảo bố cần ở

lại đi làm, Tú đòi mang theo chiếc xe đạp mới của nó nhưng mẹ cũng không cho và dỗ dành sẽ mua cho Tú một cái xe đạp khác cũng đẹp như thế.

Đến nhà mới Tú đã quên đi không đợi chờ bố Tuấn, không đòi hỏi xe đạp và mẹ cũng đã không còn nhớ lời mình đã hứa.

Tú nhìn xuống dưới đất là nơi nó từng chạy chơi ở đó với mấy đứa bạn hàng xóm con nhà Mỹ đen, con nhà Mễ, chỉ mình Tú là con nhà Việt Nam, chúng chơi với nhau cho đến khi đứa nào chán thì về nhà, còn Tú thì được bố xuống gọi và công Tú cho nhanh để mẹ khỏi phải đợi giờ ăn cơm hay giờ tắm rửa cho Tú.

Những hình ảnh kỷ niệm đang sống lại trong lòng thằng Tú.

- Bố ơi...

Bố Tuấn đã đứng bên cạnh Tú, một tay quàng lên bờ vai bé bỏng của Tú như hai người bạn dù kẻ cao người thấp. Nó tựa vào người bố hưởng mùi ấm áp quen thuộc và nũng nịu:

- Bố ơi, con muốn cả nhà mình ở đây như trước. Nhà mình có 3 người là bố mẹ và con thôi..

- Bố cũng muốn thế.

- Có phải mẹ dọn đi vì mẹ thích bố Cường không thích bố Tuấn nữa?

- Con còn bé lắm biết để làm gì.. Nói chuyện sinh nhật của con đi, ngày mai chúng ta sẽ có một bữa sinh nhật rất vui con nhé.

Nghe nhắc tới sinh nhật mình Tú hớn hở ngay:

- Bố ơi ngày mai sinh nhật con bố có mời bạn con không? thằng Mark, thằng Ben, con Jessica, con Linda là những đứa hay chơi với con dưới sân đó....

Trẻ con có trí nhớ dai thật, hai năm cách xa Tú vẫn chưa quên tên những đứa bạn hàng xóm mà nó từng chơi đùa.

- OK, bố sẽ sang vài nhà hàng xóm mời và ngày mai con sẽ có bạn cũ lẫn bạn mới, vì có đứa dọn đi nơi khác rồi.

- Sao họ lại dọn đi hả bố? Chúng nó cũng dọn đến một căn nhà to đẹp và có thêm bố mới như con không?

- Cuộc sống ở apartment ít ai ở dài lâu, kẻ đến người đi mà con. Ai cũng có lý do riêng của họ, nhưng không phải những đứa trẻ ở apartment nào dọn đi cũng có nhà mới, bố mới như con.

- Ai cũng có lý do dọn đi vậy sao bố không dọn đi?

Bố Tuấn thở dài mà nó không biết:

- Bố thích ở đây vì có nhiều kỷ niệm của con, con đã sinh ra và lớn lên ở đây những 6 năm. Tất cả những đồ đạc trong nhà đều có bàn tay con chạm vào, bóng dáng con còn ở lại, với lại bố nghèo lắm không có tiền mua nhà khác..

Nó vui vẻ liến thoắng:

- Con cũng thích nhà của bố luôn, bố đừng dọn đi nha, nhà bố trên lầu đẹp lắm, con ngó qua cửa sổ thấy cảnh cây xanh lá và thấy con chim đậu trên đó.

Bố nó thoáng mơ màng:

- Thấy cả bầu trời xanh trên cao nữa con ạ. Chúng ta đã từng có lúc là bầu trời xanh, không mây mù, không mưa gió.

Nó ngây thơ phụ họa với bố:

- Con cũng không thích trời mây mù mưa gió, con sẽ không được xuống sân chơi....

Bố cười xòa để con bắt chước cười theo:

- Bây giờ con vào nhà bố tắm cho con, xong hai cha con mình đi nhà hàng ăn cơm rồi đi chợ mua đồ cho sinh nhật con ngày mai.

Khi hai cha con vào trong chợ Walmart thằng Tú thích lắm dù chợ này không xa lạ gì với nó. Tú nói huyền thuyên vì sung sướng:

- Bố ơi, ta mua cái bánh to có hình Spiderman này, ta mua Ice cream này, ta mua.....

- Bố sẽ mua tất cả những gì con muốn cho sinh nhật con.

Thằng Tú reo lên:

- Ôi, thích quá...

Bố đẩy xe cho thằng Tú chọn đồ bỏ vào, nó tham lam lấy món này lại đổi món kia rất nhiều lần mà bố vẫn vui vẻ mỉm cười đứng chờ, bố không hề ngăn cản khi nó cầm lên món đồ nó yêu thích.

Đi mua sắm với mẹ và bố Cường thì Tú chỉ rón rén lấy vài món và không dám đòi hỏi gì nhiều..

Hai cha con hả hê ra về, thằng Tú khen bố:

- Bố giàu lắm, bố mua cho con nhiều thứ.

Bố nó mỉm cười:

- Ừ thì bố giàu, tình yêu của bố dành cho con không ai mua nổi đâu...

Tối hôm ấy thằng Tú ngủ với bố trên cái giường lớn của bố mẹ, nó ôm lấy bố. Trong vòng tay bố Tú yên tâm và sung sướng, nhưng nó chợt buồn:

- Bố ơi, con muốn có mẹ nằm ở đây như lúc trước.

Bố xoa đầu Tú:

- Vẫn còn cái gối của mẹ bên cạnh con đây. Thôi ngủ đi con...

Cả ngày đi ăn, đi chợ và đi chơi với bố nó đã thấm mệt nên đi vào giấc ngủ dễ dàng.

Tú mơ thấy buổi sáng thức dậy nơi căn nhà của bố có bầu trời xanh thật đẹp.

Bố đã ra tiệm lấy chả giò mới chiên nóng dòn về còn mẹ đang sắp bày mọi thứ ra bàn cho sinh nhật của Tú.

Rồi các bạn nhà hàng xóm bấm chuông gọi cửa chúng ùa vào nhà. Tú sung sướng đứng giữa bố mẹ trước mặt là ổ bánh cốm 8 ngọn nến nhỏ đang cháy lung linh.

Mọi người cùng hát câu chúc mừng sinh nhật vang dội khắp nhà: "Happy birth day to you...".

Tú cũng reo lên theo tiếng hát:

- Vui quá, Bố ơi, mẹ ơi...

Nó bỗng mở choàng mắt ra, chỉ thấy bóng đêm và những hình ảnh đông vui sinh nhật biến mất. Thằng bé hụt hẫng gọi như khóc:

- Bố ơi...!!

Bố cũng thức dậy và ôm Tú vào lòng:

- Bố đây, con đang mơ gì mà hốt hoảng thế?

Thằng Tú dụi mắt ngơ ngác:

- Mẹ ơi....mẹ đâu rồi?

- Chỉ có hai bố con mình thôi.

Thằng bé oà khóc thật:

- Con thấy có mẹ về nhà này và cùng làm sinh nhật cho con mà....

Bố đặt nó nằm xuống gối và dỗ dành:

- Con vừa mơ thôi, giấc mơ lúc nửa đêm. Sáng mai bố sẽ làm sinh nhật cho con, con sẽ thích vì có nhiều bạn lắm.

Trẻ con dễ buồn dễ khóc cũng dễ tin dễ vui. Thằng Tú mỉm cười. ngoan ngoãn khi bố nói:

- Ngủ ngoan đi con.

Bố nhẹ nhàng kéo chăn lên đắp ngang ngực Tú, thằng bé vẫn giữ nguyên nụ cười mỉm nhìn bố về biết ơn và khép mắt lại, đôi mi mắt xinh đẹp ngây thơ của nó còn ướt nước mắt.

Trong vòng tay của bố, trong căn nhà của bố thằng Tú lại ngủ thiếp đi... Không biết giấc mơ lúc này có trở về, một sinh nhật vui vẻ có đầy đủ mẹ cha và ngoài kia bầu trời cao trong xanh không mây mù, không mưa gió?



VĂN PHÒNG PHÁP LÝ

Chuyên Lo Bồi Thường Tai Nạn Xe Cộ



NBTA CERTIFIED CIVIL TRIAL SPECIALIST

Licensed in Arizona, Minnesota and California

4820 N 35TH AVENUE PHOENIX AZ 85017



DIANA HA NGUYEN
Licensed Public Adjustor



Luật sư Robert Edwards là một luật sư được National Board of Trial Advocacy cấp bằng tốt nghiệp Certified Civil Trial Specialist mà nhiều công ty bảo hiểm phải tôn trọng lo ngại khi ra tòa. Luật sư Robert Edwards với hơn 30 năm kinh nghiệm chuyên tòa án tai nạn xe cộ và phụ tá Diana Ha Nguyen, Licensed Public Adjuster, hơn 22 năm kinh nghiệm trong ngành tai nạn xe cộ và đã bồi thường THÀNH CÔNG HÀNG NGÀN tai nạn khác nhau, chúng tôi sẽ ĐÁP ỨNG được MONG ƯỚC của QUÍ VỊ.

Nếu không may bị tai nạn, dù lỗi, hay không lỗi, hãy gọi ngay

602-246-9595

FAX 602-589-6198

E-mail: dianahanguyen@yahoo.com

Tham khảo MIỄN PHÍ!
Chỉ nhận thù lao sau khi ĐƯỢC BỒI THƯỜNG



Nữ văn nhạc sĩ **Trinh Thanh Thủy** chào đời tại Hà Nam, Bắc Việt trong một gia đình có truyền thống văn chương chữ nghĩa. Cô là cháu ba đời của cố thi hào Nguyễn Khuyến tức cụ Tam Nguyên Yên Đổ. Cô bắt đầu viết văn và làm thơ từ thời trung học Trưng Vương. Trong gia đình, cô còn có một người em trai đã trở thành nhạc sĩ nổi tiếng, đó là nhạc sĩ **Trịnh Nam Sơn**. Trong thời gian qua, cô đã sáng tác nhiều nhạc phẩm và phát hành 2 CDs và 2 DVDs mang chủ đề **Vùi Sầu Thương Nhớ và Thao Thức**. Mời quý độc giả vào trang nhà sau đây để thưởng thức nhạc do **Trinh Thanh Thủy** sáng tác: www.quottoan.com/trinhthanhthuy với những tình ca rất thật, rất gần gũi trong thú đau thương.

Về lãnh vực văn chương, cô đã sáng tác hai truyện dài **Định Mệnh** và **Lão Già Mắc Dịch** đã được phát thanh trên làn sóng Đài Nationwide Việt Radio trong chương trình **Thao Thức** với **Trinh Thanh Thủy** vào mỗi tối thứ Ba từ 7:30pm đến 8:00pm và phát lại vào lúc 11:00 sáng thứ Sáu hàng tuần trên băng tần FM 100.3 HD2 tại Washington DC, Virginia và Maryland hoặc trên băng tần FM 92.5 HD3 tại New Jersey và Philadelphia, và 24/24 trên Internet Global (toàn cầu). Đặc biệt, văn nhạc sĩ **Trinh Thanh Thủy** còn là người phụ nữ đầu tiên huấn luyện cá sấu. Quý độc giả muốn xem tận mắt cô huấn luyện cá sấu như thế nào, quý vị có thể gửi email về: Trinhthanhthuyns@yahoo.com. Hay mở YouTube: **Trinh Thanh Thủy huấn luyện cá sấu** sẽ được chứng kiến cảnh huấn luyện rất ngoạn mục.

Truyện Dài

Nhất Dạ Đế Vương

Trinh Thanh Thủy



Hay, vui quá..ha...ha.. chúng mình ba đứa..lúc nào cũng như bóng với hình, ba đứa con gái cùng tuổi mười bảy bẻ gãy sừng trâu...một gái VIỆT, hai gái kia gốc TRUNG HOA nhưng ba đứa quý nhau như chị em ruột..."LẦY PHÓNG" tiếng phát âm gọi tên của người Tầu và phát âm tiếng Việt gọi Lệ Phương, thêm cô gái Tầu ở gần nhà Lệ Phương là "LU LI HUA" gọi tên Việt là Lưu Lệ Hoa, hai cô ở trong khu Chợ Thái Bình trong vùng Chợ Lớn cùng học trường Tầu nhưng dạy luôn tiếng Việt vì vậy họ nói giỏi cả hai thứ tiếng, hai cô cùng gái Trung Hoa nhưng một người là Tiểu, và Lệ Hoa là người Quảng...

Nhưng mặc kệ không cần biết rõ TIỂU hay QUẢNG khác nhau cái gì chỉ cần biết cả hai đều do cha mẹ sanh đẻ họ ở VIỆT NAM, thì coi là TÁU VIỆT NAM di cư sống ở Việt Nam từ đời ông tổ...Hai cô có người bạn thân Việt Nam chính gốc cũng là dân di cư như hai cô bạn Tầu.. Nhưng di cư từ Bắc vào Nam ..Cô Bắc Kỳ nhỏ nhỏ này tên Minh họ Triệu... Tên Tầu hai cô gọi bạn gái Việt là TRÍU MÌNH..Cả ba thân nhau dù khác chủng tộc...

Tuy ghét người Tầu xâm chiếm Việt Nam trong lịch sử thì ai cũng thù ghét...! Nhưng phải công nhận người Tầu họ cũng rất trọng ân tình và có hiếu để vô cùng ..Triệu Minh nhà ở đường Lê Đại Hành, trường đua Phú Thọ từ năm 1954 gia đình ty nạn Việt cộng..

Trong hai cô bạn Trung Hoa của Triệu Minh, Lệ Phương gia đình nghèo...! Còn Lệ Hoa nhà khá hơn là đại lý nhập cảng các loại Rượu và Thuốc lá ngoại quốc, lại chủ công ty sản xuất bột ngọt...Ngoài giờ đi học, Lệ Phương đi bán giấy, dép, guốc, phụ với mẹ ... Ngay trong tiệm giấy guốc , trước cửa mẹ Lệ phương để thêm cái tủ nhỏ bán thuốc lá lẻ... cha Lệ phương làm thợ sửa điện...Triệu Minh quen hai người trong bữa tiệc của người bạn trai Trung Hoa trong Chợ Lớn...Cả ba biết nhau rồi từ đó xoắn xít bên nhau, như ba chị em... Không quan trọng dù ai giàu hay nghèo, trong ba đứa đều chia sẻ đùm bọc lấy nhau từ miếng ăn manh áo...Triệu Minh hay rủ bạn về nhà chơi ăn uống thỏa thuê có người làm hầu hạ sẵn sàng. Triệu Minh là con gái út trong nhà có ba trai ba gái , cha của Triệu Minh là thầu khoán xây cất nhà cửa, gia đình giàu có... Triệu

Minh được nuông chiều ăn chơi tự do, bạn bè...đậu vào trường nữ trung học Trưng Vương, nhưng học thì ít đi chơi thì nhiều..Cha chiều con gái cưng nhưng đổ lỗi cho mẹ (con hư tại mẹ...!!) Triệu Minh cứng đầu, bướng bỉnh, biết cha thương nên chẳng sợ ai..muốn gì là làm... Triệu Minh có nhiều bạn gái nhưng Triệu Minh thân và quý mến hai cô gái Tầu này nhiều hơn đám bạn gái Việt...Bạn gái Tầu hiền lành có nghĩa và rất trọng chữ tín, nếu họ kết nghĩa chị em là thương như thân mình ,hai cô bạn Tầu rất đẹp, lại cao ráo trắng trẻo, nói tiếng Việt rất giỏi lớ lớ giọng Tầu nhưng hiền lành thật thà, rất dễ thương, cả ba cùng cỡ người nên hay mượn áo quần của nhau mặc thay đổi đi chơi tiệc tùng...

Mượn qua mượn lại kể cả giấy dép son phấn, cả ba rủ nhau mua mỗi đứa một cái gương

thếp mạ vàng sáng ngời bằng bàn tay cùng giữ trong bóp, để chứng tỏ tiểu thư đài các con nhà quý phái ,cả ba cũng tin rằng chiếc gương mạ vàng trong tay thì đời mình luôn tươi sáng , may mắn và có tương lai tốt..ai mà biết hai cô bạn Tầu nói thế thì Triệu Minh cũng tin là như vậy...

Tuổi mười bảy đẹp hơn trăng tròn, mịn màng mủm mĩm, trắng hồng như ba bông hoa sen , cả ba nàng đều được các công tử Trung Hoa con nhà giàu o bế, quý trọng, đối xử rất hào phóng, và tao nhã lịch thiệp, các đại công tử con đại gia mà, tiền bạc xài sang xả láng, nhưng những giờ phút tiệc tùng, khiêu vũ ra tất cả đều nghiêm túc giữ đúng chừng mực trong vòng lễ giáo ...không có giờ trò bốc hốt, hôn hít vớ vẩn hi...hi...hay

(nam nữ cọ cọ đút gân) vì vậy rất là vui vẻ hồn nhiên trong hào hứng khi cả đám thanh niên, thiếu nữ Trung Hoa gặp nhau trong mỗi ngày lễ hay party sinh nhật của một người trong đám bạn trẻ tụ họp, thay nhau tổ chức tại nhà của các cô cậu ba Tầu con nhà giàu , khi mở tiệc họ luôn có ban nhạc sống hát ôm tòi cả nhạc Tầu thêm nhạc Việt. Nói tiếng Việt trả lời tiếng Tầu cứ lú lú la lú lú như đàn chim se se...vô tư, hồn nhiên, sống động,thoải mái...Cười nói ăn uống rồi ai về nhà nấy, không có trò sờ mó tay chân hay hôn hít như Tây như Mỹ...

Những chuỗi ngày sống động tình cảnh đẹp đó của tuổi trẻ đang diễn ra vui vẻ tuyệt vời cho nhóm bạn Trung Hoa và vài trẻ Việt với tuổi thơ mộng của thời học sinh.. thì cha của Lệ Phương bình nặng, trở bệnh nguy kịch phải đi nằm nhà thương Sùng Chính tiền ra như nước...!! Khi bố Lệ Phương không còn đi làm kiếm thêm vào là thiếu hụt...!!

Mẹ làm chỉ đủ ăn, còn tiền bán thuốc lá lẻ tận tiện không dùng cho cá nhân nàng cũng chỉ giúp được mẹ trả thêm tiền điện nước, Lệ phương vắng bóng, không còn vui vẻ đi tiệc tùng như xưa nữa..! U sầu! thiếu não! Rồi vài tháng sau Lệ Phương phải nghỉ học luôn để khỏi trả tiền trường và ở nhà phụ mẹ coi cửa tiệm cho mẹ có thì giờ chăm sóc bố đang bệnh...Lệ phương có khuôn mặt trái soan, làn da trắng trẻo như ngó sen mịn màng đẹp vô cùng, đôi mắt to dài hàng mi cong cong không tí hí mắt lơ như dân chệt khác ...Mũi dọc dừa cao thon nhỏ, miệng có đôi môi trái tim đầy mộng đỏ tự nhiên dù nàng không thoa son, Lệ Phương đẹp nhất trong ba cô bé , cả ba cùng cao một thước sáu lăm...khi cha đau nặng, gia đình sa cơ, Lệ phương không còn hồn nhiên vui đùa và tránh không gặp bạn bè như trước nữa , Cha bệnh bốn đứa em thơ, mẹ già yếu đuối , cần sự chăm sóc lo giúp đỡ cho gia đình của Lệ phương nhiều hơn, khi cha bệnh nghỉ việc ! Mẹ túng bấn vì cần tiền trả cho y Tế đủ thứ nên mẹ phải đi vay mượn nợ lãi để lo bù đắp đời sống đầy đủ cho gia đình và lo thuốc thang chữa bệnh cho cha...!!

Lệ phương cùng mẹ đi sớm về trễ cũng chưa đủ no cho sáu miệng ăn...!! Dù cần kiệm và rất chi li tận tiện từng đồng cũng thiếu trước hụt sau...!! Một năm cha không đi làm ở nhà nằm dưỡng bệnh vẫn không thuyên giảm ...! Sau một tuần ngày sinh nhật của Lệ phương đúng mười tám thanh xuân... Cũng là ngày cha nàng từ trần để lại sự nghèo nàn cùng nợ nần trong đời sống cho vợ con...!! Người đi nhắm mắt buông xuôi hai tay vĩnh biệt ...!! Thế là hết không biết gì để nhớ...!! để thương ...!! Nhưng người ở lại...! Trăm ngàn buồn khổ! cay đắng, tủi hờn !! Ma chay tiền không có! Lại phải đi vay mượn thêm! Nợ cũ chồng nợ mới, lời lãi lại tăng! Dù người quen tử tế cho vay lãi xuất nhẹ chỉ có ba phân...!! nhưng

tháng nợ công tháng kia! Lãi thành vốn...! Vốn lại đẻ ra lãi ...!!

Triệu Minh và Lệ Hoa thấy hoàn cảnh của Lệ Phương khó khăn eo hẹp, nên nói với nhau cố tìm cách giúp bạn, cả hai cứ thay nhau dành dụm không tiêu xài có tí tiền nào là mang đến đưa cho Lệ Phương , Lúc đầu Lệ Phương còn từ chối vì ngại ngùng, kẹt quá túng bấn trong đường cùng đành phải nhận, sau dần dần quen đi, không còn á ngại và tự nhiên trở thành cái lệ, hàng tháng Lệ phương cứ ngóng đợi chờ trông sự giúp đỡ ít nhiều của hai cô bạn mang đến, Lệ Phương nhận ngay không ngượng ngập, nàng thản nhiên như tiền của người thân trong gia đình và nàng coi đó như bốn phần của hai người bạn... Nhưng với tuổi học sinh hai cô nàng Triệu Minh và Lệ Hoa cũng chỉ có tiền quà vặt, ăn sáng, tiền mua sách vở cha mẹ cho, đều dè sẻn dành dụm mang giúp bạn, ngày xưa cha mẹ cho tiền đưa nhau mua quần áo, giấy dép, phấn son để chưng diện, nhưng bây giờ thiếu bóng Lệ phương, bạn buồn hai cô cũng chả thấy vui...!! Tình chị em kết nghĩa đáng quý vô cùng, khi lo giúp đỡ nhau.. Đúng như câu "một con ngựa đau, cả tàu không ăn cỏ " có nhân nghĩa vô cùng..

Sau khi cha mất, nợ nần chồng chất...!! Thiên hạ chủ nợ đến đòi, họ đòi ngang đòi dọc...!! Lời nặng tiếng nhẹ...! Ngọt ngào ! Hăm dọa cộc cằn...!! Còn đòi xiết nhà, hay sẽ cho du đảng rạch mặt ...!! Bắt cóc chị em nàng...! Mẹ Lệ Phương lo sợ khóc hằng đêm...!! Bà lo ủ rũ , rộc cả người ...!! Xanh xao gầy còm hốc hác, xuống sắc, trông thật thảm não...!!

Sáng nay mẹ lại bị nhức đầu, Lệ Phương đang ngồi trong tiệm một mình, nàng buồn vì hôm nay vắng khách...!! Ngồi lẻ loi trong gian hàng bán guốc của mẹ, cả gian hàng chỉ vồn vện cỡ hơn trăm mét vuông , ngang dọc bằng nhau, Lệ Phương ngồi thẩn thờ uể oải cắn miếng bánh bao vừa ăn vừa lau chùi từng đôi guốc gỗ cho khỏi bụi bặm, một bà xồn xồn người Trung Hoa bước vào nhìn quanh tiệm, cả tiệm chỉ có hai cái ghế đầu, một cho khách, một cho chủ.. Nếu Khách vào mua guốc cứ tự do đi coi vòng vòng trong tiệm lựa theo ý thích, quai đã đóng sẵn, nếu rộng chỉ cần tháo một bên ra đóng lại, còn nếu chật thì nói ra cho vừa chân khách ...

Bà khách bước hẳn vào trong giữa tiệm, Lệ Phương vội bỏ cái bánh bao đang ăn dở vào cái chén rồi nàng cất vội vào ngăn tủ nhỏ để ngay chỗ nàng đang ngồi...Lệ Phương đứng lên lễ phép hỏi " Thưa bà muốn mua guốc ạ...?"

Bà khách không trả lời , bà ta không nhìn và cũng không lựa guốc, bà tự ý đi thẳng đến chiếc ghế đầu để giữa lối đi chỉ dành cho khách ngồi thử khi đã lựa guốc hay giấy xong, bà ngồi xuống vuốt miệng bằng hai ngón tay của bà rồi nhìn thẳng vào mặt Lệ Phương dõng dạc trả lời câu hỏi của nàng " tôi không mua guốc, nhưng mua người "

Lệ Phương nghe rõ nhưng nàng nghĩ bà nói rờn nên nàng vẫn ngọt ngào lễ phép trả lời : " Thưa bác nói đùa ạ ..chân bác sai mấy cháu sẽ lựa vài đôi để bác thử vậy nhé.." không chờ bà khách trả lời, Lệ Phương lại nói tiếp : " À quên thưa bác tiệm cháu mới về một lô giấy hài thêu Cườm mũi cong, để đi trong nhà vừa êm chân vừa đẹp lắm ạ, cháu lấy cả guốc lẫn hài để bác coi và thử luôn ạ..."

Bà khách vẫn thản nhiên chừng chặc nói tỉnh bơ :

" không tôi không cần giấy, hay guốc gì cả... Tôi đến đây để coi mặt cô cho rõ... cô tên Lầy Phóng phải không...?" Bây giờ Lệ Phương thật sự khó chịu và ngại ngùng nàng nói giọng hơi cứng lạnh nhạt không còn dịu dàng, vồn vã ngọt ngào như lúc chào mời khách nữa.." Dạ vâng cháu tên Lầy Phóng, nhưng xin lỗi bác là ai ạ..? Sao bác lại biết tên cháu..?" Cặp mắt bà ta soi mói nhìn Lệ Phương... và nói tiếp : " Tôi là bạn của bạn mẹ cô , nghe rõ chưa..?"

Lệ Phương soi mói hỏi tiếp : " Bạn của bác cũng buôn bán ở trong Chợ Lớn ạ..?"

Bà ta trả lời ngay " Không, tôi ở bên Đài Loan, tôi có gia đình ở Việt Nam nên thường xuyên đi đi, về về hàng tháng... tôi làm ăn buôn bán hàng chuyển từ Việt nam, Đài Loan, Hồng Kông cả Vũ Hán và Thượng Hải..."

Lệ Phương nghe vậy không mời mọc nài ép bà ta mua guốc nữa, nàng lại ngồi vào chiếc ghế đầu duy nhất dành cho nàng , ngồi xuống nàng bắt đầu nhìn kỹ người đàn bà lạ hoắc đối diện đến tiệm mở hàng hỏi những câu ăm ờ phải nói là vô duyên không đầu vào đâu cả

...!? Khuôn mặt không già như mẹ nàng, bà này khoảng cỡ trên dưới năm mươi, bà ta đẹp kiểu phúc hậu, mặt tròn bầu bĩnh son phấn đậm đà sắc sảo, đôi vòng Ngọc bà đeo trên cổ vòng tay bên phải là loại Ngọc đẹp xanh đậm mầu gọi tên là Ngọc Phỉ Thúy, Vân đỏ đủ ba mầu vân nổi rõ xanh đậm, nâu đỏ thẫm, và xanh tươi, người Tầu tin là ai đeo được loại ngọc này là sẽ mang đến họ điều may PHÚC. LỘC, THỌ..Hai chiếc vòng lên nước bóng lộn làm nổi bật cuờm tay tròn lẳn, thêm cặp nhẫn xoàn platin chiếc nhẫn cưới tròn nhận có năm hột xoàn vuông cỡ bốn ly một hột, và chiếc nhẫn ngoài là nhẫn một hột kim cương to như hột ngô sáng lóng lánh.. Cổ tay kia đeo chiếc lắc vàng y, cỡ hai Lạng dầy cộm nặng chịch.. Bàn tay trái ngón tay áp út đeo chiếc nhẫn vàng cùng loại với chiếc lắc, mặt nhẫn hình bầu dục cũng loại Ngọc cùng mầu với hai chiếc vòng Ngọc, bà ta chơi nữ trang kiểu cộ hòa hợp thành từng bộ, loại đắt tiền sang trọng bộ nào bộ đó đầu ra đấy, trên cổ đeo chiếc dây chuyền vàng y nặng nề như cái xích có tượng "phật bà" bằng

Ngọc thạch Phỉ Thúy to cỡ hai ngón tay út giáp lại ... nói chung trên người bà ta kim cương, Ngọc Thạch, trắng, vàng y đỏ sáng ngời rực rỡ diêm dúa nhìn vào là thấy rõ rành mạch tướng bà đại thương gia, thuộc loại giàu có ung dung ... ngẩn ngơ nghĩ về bà khách lạ với đồng nữ trang trên người đang đeo mà cả đời mẹ con nàng cũng không mơ tưởng có được ... bà ta nhìn Lê Phương chăm chú từ đầu tới chân, rồi cất tiếng nói làm Lê Phương giật mình sức tỉnh ...

"Này cô Lê Phương, năm nay cô mười tám tuổi phải không..? Có người yêu bao giờ chưa..?" Lê Phương thấy bà này kỳ lạ bất thành linh vô cớ hỏi về nàng, không quen biết, không bạn bè thân thuộc, tiệm đang vắng khách ...Lại đến mở hàng mà không mua ngồi ám còn nói chuyện vớ vẩn ...!! Lạ hoắc, tò mò tọc mạch hỏi về đời tư người khác..! Thật dị hợm vô duyên..!! Kỳ cục..! Hôm nay xui hết cỡ..! Bà này ám quẻ là cả ngày ế ảm cho coi..! Gia đình nàng lại hụt tiền tiêu xài trong tháng.. khổ ơ là khổ..!!

Mong bà ta ra khỏi cửa, mình đốt vía, tạt thau nước xả xui cái vía độc cho rồi..!!

Tuy nghĩ vậy nhưng Lê Phương cũng trả lời và hỏi ngược lại bà ta : "Tại sao cháu không quen biết bác..? Mà bác lại hỏi cháu về tuổi tác và bổ bịch của cháu vậy..? Có chuyện gì không hả bác..?" Bà ta cười toét rồi nói tinh queo : "À không có gì.. thấy cô đẹp người, lại còn con gái..nhìn tướng cô sẽ ung dung sung sướng ngút ngàn. Tiền bạc chất như núi, tiêu xài thả cửa cũng không hết... người hầu kẻ hạ, ăn trên ngồi chóp... nhàn hạ .. Ung dung sung sướng chỉ tay năm nón, cất lời ra Ngọc, tiếng nói ra vàng đầy nhé, mà không phải làm gì đặng tới móng tay, tướng mệnh phụ, phu nhân quý phái, vượng phu ích tử.. ai lấy được cô làm vợ như rồng mọc thêm cánh bay trên mây, vôi rồng tỏa mát cả đời đấy nhé, Ai làm quan thăng quan tiến chức. Buôn bán thì tiền rừng bạc bể, như sóng đại dương tràn vào bãi biển, úi chà cô có QUÝ tướng lộ ra, đời cô sắp hết vận hạn khó khăn, và sung sướng vô cùng.."

(Còn tiếp kỳ sau)



Liem Tran



HOME SMART



HomeSmart

Cell: **602-295-4341**

Fax: **623-773-9022**

EFax: **602-386-1740**

Email: tran.liem2@gmail.com

- ◆ Hơn 15 năm kinh nghiệm trong lãnh vực địa ốc
- ◆ Chuyên Mua bán nhà cửa, Đất đai, Cơ sở thương mại, Foreclosure và Short Sales.
- ◆ Sẵn sàng phục vụ theo thời gian và yêu cầu của quý khách
- ◆ Multi-Million Dollars Producer
- ◆ Định giá và tham khảo miễn phí
- ◆ Vui vẻ, tận tâm, kính đáo và uy tín

"Đây là cơ hội tốt cho những người hiện chưa sở hữu ngôi nhà, các thành phố Goodyear, Avondale, Laveen, và Buckeye đang cho mọi người 10% của giá trị nhà để được làm chủ nhà trong những thành phố nói trên. Nếu muốn biết thêm chi tiết, xin liên lạc chúng tôi."





QUALITY AND SERVICE
LICENSE | BONDED | INSURED

THAY KIẾNG XE

- Bảo đảm hài lòng 100%
- Chúng tôi sẽ đến tận nơi để thay kiếng cho bạn

**PREFERRED SHOP
WITH ALL INSURANCE
COMPANIES**



Phone: (480) 809-7335

(623) 889-4323

Fax: (888) 247-7554

Web: sagoautoglass.com



CABRINA MY LE

Email: Cabrina@LeSampagaRealty.com



REALTY **ONE** GROUP
A Team of Professionals
#1 in Member

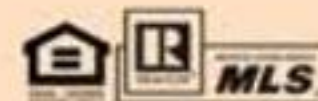
Hãy gọi ngay cho Cabrina Le:

602-318-5263

CHUYÊN: Mua Bán nhà cửa, bất động sản, v.v.

MUA NHÀ: Giúp quý vị tìm được căn nhà vừa ý với giá phù hợp nhất. Chúng tôi có new listing mới mỗi ngày.

BÁN NHÀ: Giúp quý vị bán nhà nhanh, với giá cao nhất có thể trong thời gian ngắn nhất.



**CHÚNG TÔI CÓ NHIỀU NĂM KINH
NGHIỆM TRONG NGÀNH ĐỊA ỐC, PHỤC
VỤ TẬN TÂM, UY TÍN.**



Negev Design-Build

Constructing with integrity

www.negevdesignbuild.com

(480) 525-4141

(520) 413-8800

OVER 40 YEARS OF EXPERIENCE IN RETAIL ARCHITECTURAL DESIGN AND CONSTRUCTION. WE DESIGN & BUILD 6-8 NAIL SHOPS IN ARIZONA EVERY YEAR.



NAILS PLUS PEORIA AZ, 2000 SF

FREE

ALL CONSTRUCTION COMPLETED IN 2-3 MONTHS.

Cost range from \$40.00 -75.00/SF (include Architecture)
Articulated ceiling designs, custom nail bar, LED lighting,
reception desks and more! You get everything, A to Z
plumbing, electrical, mechanical/exhaust system, walls,
ceilings, flooring, and painting.

*You provide the pedicure chairs, furniture, hand wash sink,
washer/dryer and store sign*



We can do just architecture if you have your own contractor or general construction if you have your own architect. Our architectural fee is \$6000 plus based on the design complexity and size.

**Shop/Space layout,
designs and
architect/engineer
drawings or building
permit with construction
agreement.**

**GENERAL CONTRACTOR
AZ ROC: 266164**

*Nail Salons, Beauty Salons,
Dental Offices, Retail shops,
Restaurants, Office spaces
and all tenant improvements.*



**Bài thơ "Lockdown" về
nạn dịch "Covid-19"
của tu sĩ Richard Hendrick**

LOCKDOWN

Yes there is fear.
Yes there is isolation.
Yes there is panic buying.
Yes there is sickness.
Yes there is even death.
But,
They say that in Wuhan after so many
years of noise
You can hear the birds again.
They say that after just a few weeks of
quiet
The sky is no longer thick with fumes
But blue and grey and clear.
They say that in the streets of Assisi
People are singing to each other
across the empty squares,
keeping their windows open
so that those who are alone
may hear the sounds of family around
them.
They say that a hotel in the West of
Ireland
Is offering free meals and delivery to the
housebound.
Today a young woman I know
is busy spreading fliers with her number
through the neighbourhood
So that the elders may have someone
to call on.
Today Churches, Synagogues, Mosques
and Temples
are preparing to welcome
and shelter the homeless, the sick, the
weary
All over the world people are slowing
down and reflecting
All over the world people are looking at
their neighbours in a new way

All over the world people are waking up
to a new reality
To how big we really are.
To how little control we really have.
To what really matters.
To Love.
So we pray and we remember that
Yes there is fear.
But there does not have to be hate.
Yes there is isolation.
But there does not have to be loneliness.
Yes there is panic buying.
But there does not have to be
meanness.
Yes there is sickness.
But there does not have to be disease of
the soul
Yes there is even death.
But there can always be a rebirth of love.
Wake to the choices you make as to how
to live now.
Today, breathe.
Listen, behind the factory noises of your
panic
The birds are singing again
The sky is clearing,
Spring is coming,
And we are always encompassed by
Love.
Open the windows of your soul
And though you may not be able
to touch across the empty square,
Sing.

Richard Hendrick
March 13th 2020



PHONG TỎA

Đúng là hãi sợ khắp nơi
Đúng là nơi chốn kia thời cách ly
Bán mua hoảng loạn kể chi
Ốm đau và chết chóc thì tràn lan.
Nhưng người ta lại nói rằng
Sau khi Vũ Hán nhiều năm ồn ào
Giờ đây bạn được vui sao
Lại nghe chim chóc hót vào không gian.
Người ta cũng lại nói rằng
Sau vài tuần lễ xóm làng lặng yên
Bầu trời xanh, xám, trong thêm

Không còn dày đặc khắp miền khói sương.
Người ta nói khắp phố phường
Assisi vắng nơi vườn công viên
Bà con cùng hát triền miên,
Mở toang cửa sổ qua bên láng giềng
Để ai cô độc kể bên
Nghe như thân thuộc hát thêm vui mừng.
Người ta hòa nổi vui chung
Nói trong khách sạn nơi vùng phía Tây
Ái Nhĩ Lan, chính tại đây
Tặng ăn miễn phí, giao ngay tận nhà.
Hôm nay tôi biết một bà
Mang truyền đơn phát khắp ra xóm làng
Ghi số điện thoại rõ ràng
Người già cần giúp dễ dàng nhắn tin.
Nhà thờ, thánh thất, chùa chiền
Hôm nay chuẩn bị đón thêm đồng bào
Không nhà, kiệt sức, ốm đau
Có nơi tạm trú dạt dào tình thương.
Con người ở khắp muôn phương
Bình tâm suy tưởng và đang dần dà
Nhìn đồng loại mà ngộ ra
Nhận chân sự thật xưa đã thấy đâu
Rằng mình thật mạnh mẽ sao
Rằng mình bất lực cỡ nào bản thân
Thấy điều quan trọng vô ngần
Là Tình yêu với tha nhân dâng trào
Vậy chúng ta hãy nguyện cầu
Nhớ rằng tuy sợ, tránh mau thù hằn.
Tuy phân ly, phải cách ngăn
Tránh đừng cô độc, thân nhân xa lìa
Bán mua hỗn loạn nhiều khi
Tránh đừng bần tiện, chi li, dè hèn.
Dù cho đau ốm kể bên
Tránh gieo bệnh hoạn nhiễm lên tâm hồn
Dù cho kẻ cận tử vong
Tình yêu vẫn nở hoa lòng tái sinh.
Giờ mau thức tỉnh tâm mình
Chọn ra lối sống trong lành cần theo.
Hôm nay, hít thở cho đều
Bỏ ngoài tai náo động gieo tâm người.
Nghe kia chim lại hót rồi
Bầu trời trong sáng, xuân tươi vườn nhà,
Tình yêu chất ngất quanh ta
Tâm hồn mở rộng thăng hoa cõi lòng.
Dù cho xa cách khác vùng
Để chi kẻ cận vui cùng bên nhau
Bạn ơi có khó gì đâu
Hãy vang tiếng hát cho sáu muện tan.

Tâm Minh Ngô Tăng Giao
(chuyển ngữ / March 25th 2020)

MẠ VÀ MƯA LŨ

Thuở bé thơ nhưng lòng tôi vẫn nhớ
Nhớ những ngày Huế ngập lụt vì mưa
Nhà đông con nên mạ nhiều vất vả
Trên dưới trong ngoài lo lắng sớm trưa

Ngày gió mưa mạ buồn hơn mọi bữa
Mưa Huế về dầm dề suốt ngày đêm
Hạt mưa rơi nhanh cơn gió về lành lạnh
Cây trái trong vườn gầy đổ thảm thương

Mạ đã lo toan cho ngày mưa lũ
Buổi cơm đạm bạc cá bống kho tiêu
Bên bếp lửa hồng mạ lùi khoai nóng
Áo len chăn ấm cho giấc ngủ tròn

Gió mưa thật lâu đêm càng giá lạnh
Mạ bỏ than hồng vào lò sưởi ấm
Như đàn gà con mạ ôm vào lòng
Cơn mưa âm thầm vẫn đến trong đêm

Mưa cứ lê thê kéo dài mấy tháng
Hạt mưa trong lành làm ngập lối đi
Mưa đã tạm ngưng thì lụt lại đến
Lâu lâu Huế buồn vì lụt ghé chơi

Anh chị em tôi kéo nhau ra ngõ
Nước lai láng bờ ngập bến sông Hương
Con đường mịt mờ như dòng sông vắng
Lục bình trôi nổi nhìn thật là vui

Nay mạ đi xa tôi cũng đã già
Về thăm Huế xưa lòng tôi buồn bã
Nhìn mưa đi qua tôi thèm được khóc
Mạ ơi, con thầm gọi mạ trong đêm...

(Nguyễn Ngọc Bích)

Rượu Với Trăng

Mời trăng uống chén rượu này
Để cùng ta mộng đắm say cõi tình
Trăng vàng nhỏ lệ thắm xinh
Long lanh những hạt sương rơi náo nùng
Cho thuyền qua bến mộng lung
Tay nâng chén rượu như rung tiếng đàn
Say đời quên nỗi thở than
Vào đêm thanh vắng chỉ còn đôi ta
Giang hồ phiêu bạt phương xa
Lời đầu kiều diễm cho ta nguôi lòng
Xá gì hộp rượu đắng trong
Gió đưa trăng đến bên lòng nát tan
Rồi đây khi chén rượu tàn
Mắt sầu gợn sóng lòng đau gợn tình
Tìm đâu ra ánh bình minh
Nhấp say chén rượu ta mình ngất ngây
Trăng vui với chén rượu này
Vì ta trăng hãy lựa dây đoạn trường
Cho đời ấp ủ mùi hương
Cho đêm trăng tỏ mây mờ khuất xa
Đêm nay say ngất trời hoa
Giòng sông Ngân đã nhạt nhòa từ đây

(Đinh Sơn)

MẸ

Mẹ ơi con muốn từ lâu
Nói điều ấp ủ từ sâu đáy lòng
Mẹ như nệm ấm đêm đông
Như tường chắn gió đêm đông bão bùng

Mẹ như ánh đuốc soi đường
Trong đêm tăm tối tỏ tường con đi
Mẹ như vườn trái đôi khi
Cho con quả ngọt những khi đói lòng

Mẹ như ánh lửa hừng đông
Gửi tia nắng ấm lọt lòng giầu thừa
Mẹ như tán lá rừng mưa
Cho con bóng mát giữa trưa nắng hè

Mẹ như gió mát bờ đê
Dịu êm thổi nhẹ lũy tre đầu làng
Mẹ như quang sáng vầng trăng
Cho con tận hưởng chứa chan ân tình

(Thảo Lan)

BAO GIỜ SẼ HẾT MÙA ĐẠI DỊCH

Bao giờ sẽ hết mùa đại dịch
Trả lại cho đời những cuộc vui
Chúng ta sẽ không còn ngăn cách
Chiếc khẩu trang che nửa mặt người

Đại dịch làm đổi thay thế giới
Kinh tế, chứng khoán lao dốc nhanh
Những sinh hoạt đời thường dừng lại
Mây tang trắng trên bầu trời xanh

Cuộc sống bỗng e dè nghi ngại
Chẳng cần bờ đông xa bờ tây
Đứng gần mà vẫn xa nhau đấy
Chẳng dám chào nhau, chẳng nắm tay

Đi ra đi vào sau cánh cửa
Để phòng trốn dịch tự cách ly
Ngoài kia thành phố đang mê ngủ
Quần mình đau cơn ác mộng về

Thôi đành bỏ qua những cuộc hẹn
Những lo toan dự tính trước sau
Mất mát này chỉ là bèo bọt
Giữa muôn vạn người đang khổ đau

Thế giới bàng hoàng màu tang phủ
Bao người nhiễm bệnh và tử vong
Mỗi ngày đọc tin lòng buồn quá
Xin chia buồn cùng với tha nhân

Khắp nơi vẫn đang mùa đại dịch
Corona virus tràn lan
Những địa danh, những thành phố vắng
Tưởng như bị nhân loại bỏ quên

Biết tìm nơi nào để trú ẩn
Núi cao biển rộng cũng không yên
Bệnh dịch là kẻ thù giấu mặt
Đến từ người lạ lẫn người quen

Cầu mong cho hết mùa đại dịch
Thế giới lo buồn sẽ hồi sinh
Ta trở lại bình thường cuộc sống
Điều bình thường vô giá, dễ thương

(Nguyễn Thị Thanh Dương.)

THÁNG NĂM CÒN ĐÓ

Trong cây là gió ru hời
Trong tôi là có em ngồi lú lo
Nghe không tháng năm hẹn hò
Nghe không mưa tới nhỏ to đời ngoài

Ngồi đây lại nhớ hôm mai
Sông mây sóng gợn tóc dài vai xuôi
Sông mây phù xoa áo người
Trong sương đường có tiếng cười từ tâm

Trong đời là tiếng thì thầm
Trong tôi là có hương trầm âm u
Nghe không tháng năm sa mù
Tôi ra tìm nụ phù du sớm chiều

Ngồi đây giọt nắng hắt hiu
Vàng rơi cổng trước tiêu điều sân sau
Vàng rơi nhạt nắng ngày sau
Ô hay mầu nắng biết đau em à...

Trong lời có nhạc trầm ca
Trong tôi là có em xa nghìn trùng
Bài thơ vất bỏ nửa chừng
Làm tan thanh sắc rừng rừng mơ hồ

Ngồi đây hồ tưởng chân mơ
Dầm qua phố lạ ngu ngơ ngó chào
Dầm trên ngọn sầu nghêu ngao
Nghe từ một cội mưa mau chân về

(Phạm Quang Trung)

Sao Mai

Ánh sao hôm vừa lặn
Nhường chỗ cho sao mai
Bầu trời đêm dần phai
Nhớ anh trong .. thẳm lặng

Đêm qua em mất ngủ
Ngồi muốn viết lá thư
Gửi anh như ngày cũ
Nhưng lãng quên tiếng, từ

Em nằm em trăn trở
Nghĩ đến đôi tình nhân
Ngày xưa vui hờn giận
Bây giờ thành "trăm năm"

Nên hết rồi mộng mơ
Hết cả những đón chờ
Khi bên mình trách nhiệm
Khác xa rồi ý thơ

Em nằm em suy nghĩ
"Vợ là gì hỡi anh"
Em ngàn năm không thể
Vợ hiền như ánh trăng

Chỉ xin làm sao mai
Sáng soi một góc trời
Chào anh khi thức dậy
Để tỏ nỗi lòng chờ

Chỉ xin làm sao mai
Nhấn anh chút hoài vọng
Xin một lần sống trong
Tình yêu thời tuổi dại

(Bùi Chi Lam)

THƯƠNG NHỚ MẸ

Mẹ vất vả chẳng nguôi ngoai lận đận
Bóng xế chiều, quen đợi ngóng con xa
Biển biệt quá, dẫu lệ buồn thương nhớ
Thành nỗi lo đêm thức trắng một mình

Mẹ ơi hỡi, thương chi con xa vắng
Sao giang hoài vòng tay ấm thương yêu
Đóa hoa hồng hương thơm tỏa sớm chiều
Sao con trẻ hiếm khi nhìn ngó lại

Từ ngày đó, con lưu đầy xa xứ
Thân lún sâu bao phù phiếm xa hoa
Mang lầm lỗi, phụ Mẹ già mong đợi
Thành nỗi lo câu hiếu đạo chưa thành

Mỏng manh quá, bóng quê nhà hiu quạnh
Có nhớ thương, con thắm vái trời xanh
Muôn sức sống có mẹ yêu nương tựa
Bụi tre già, con trắng tỏ phương xa...

(Trần Cường)

MẸ ƠI!

Nắng chiều đã tắt bên sông
Chim bay về tổ con mong mẹ về
Mỗi ngày tần tảo bộn bề
Oằn vai gánh nặng đi về sớm trưa

Con thương mẹ những ngày mưa
Vai gầy quang gánh ngõ xưa vắng buồn
Ngoài trời gió tạt mưa tuôn
Nhớ mẹ nước mắt mưa nguồn rơi rơi

Thương mẹ khắc khổ một đời
Cho con ngày mới khung trời tươi xanh
Mẹ trao con giấc mộng lành
Con đi từng bước mơ xanh ngọc ngà

Mẹ ru khúc hát ời à...
Ru con tròn giấc mơ xa chân trời
Thương mẹ thao thức chơi vơi
Nhớ tình yêu mẹ muôn đời dẫu yêu

Mẹ ơi! Con nhớ mẹ nhiều
Một đời vất vả liêu xiêu dẫu gầy
Mẹ cho con được đủ đầy
Công cha nghĩa mẹ tháng ngày khắc ghi

(Nguyễn Hồng Linh)

MẸ ƠI, CON MUỐN NÓI

Chút tâm tình con muốn nói mẹ ơi
Qua tấm gương soi con tạ ơn Trời
Mẹ tạc cho con môi cười tươi tắn
Và cả hình hài mẹ dưỡng nuôi con

Thương tay mẹ từ ngày con bé dại
Ôm ấp ru con tròn giấc ngủ say
Con chẳng thể quên quãng đời khốn khó
Nuốt bao nhọc nhằn mẹ dặt dìu con

Nhịn bát cơm ngon cho con ăn vội
Mẹ vực con vượt cơn đói là người
Nén nỗi nhớ thương trong lòng cô phụ
Vươn thẳng dáng gầy mẹ xếp hành trang

Bươn xuôi ngược mang tình yêu chan chứa
An ủi cha con lỡ vận tù đầy
Sạn chai gót chân cày vàng lá ngọc
Tất tả lên ngàn quẩy gánh nuôi anh

Bốn mươi năm trôi đoạn trường dâu bể
Mẹ chấp cho con lớn bóng chim bay
Giữa trời bao la mẹ là cánh gió
Nâng chúng con đến bờ bến an lành

Bóng thời gian trôi phai tàn dáng mẹ
Mái tóc mây xưa giờ đã trắng phau
Dáng mẹ nhỏ gầy hơn ngày con bé
Vẫn nở môi cười rạng những nếp nhăn

Con ước ao sao thời gian đi chậm
Vững lại đôi chân mẹ bước vẹo xiêu
Con luôn ước ao mẹ còn nghe rõ
Tiếng yêu thương con muốn tỏ vạ lần

Lời nguyện cầu đầu tiên mỗi buổi sớm
Con thắm xin mẹ mãi ở bên con
Nay tóc con pha hai màu đen trắng
Vẫn thấy ngọt lòng nghe mẹ gọi : "Con ơi!"

(ĐOÀN TUYẾT THU)

Mẹ Tôi

Khi Cha tôi qua đời
Tôi chỉ còn có mẹ
Sáng trưa chiều quanh quẽ
Nơi ngõ trước vườn sau

Lòng tôi cũng nhói đau
Mỗi lần nhìn dáng mẹ
Mỗi lần muốn hỏi khê:
"Mẹ của con sao rồi?"

Mẹ nhìn tôi mỉm cười
Nụ cười tươi như khóc
Mẹ vuốt từng lọn tóc
Như vuốt từng nỗi đau

Ngày - tháng qua thật mau
Nhưng nỗi đau còn mãi
Mẹ không còn trẻ lại
Tuổi hạc chất chồng, cao

Trời có đêm đầy sao
Trời có đêm trăng sáng
Mẹ ngồi nơi bộ ván
Âm thầm nhìn xa xôi

Mẹ rất hiền bên tôi
Tôi rất cần có mẹ
Như thuở còn tấm bé
Mẹ thương dạy đủ điều

Nhìn dáng mẹ liêu xiêu
Thân cò ven sông vắng
Thân cò tóc bạc trắng
Tôi thầm khóc một mình

Tôi nhìn mẹ lặng thinh
Một điều không vừa ý
Không bao giờ dám nghĩ:
"Có ngày mẹ xa tôi"

Tôi thương mẹ trọn đời
Mẹ của tôi, mẹ ơi
Tình thương không dời đổi
Tình thương hơn biển khơi...

(NAM GIAO)

THƯA MẸ

Những quãng đường qua bao năm, thưa mẹ
Từ vào đời vai súng trận con mang
Bao vùng chiến chân giẫm bước hiên ngang
Hồn rộng mở chắt chiu lời mẹ dạy

Luôn yêu quê hương trước sao, sau vậ
Có gian khổ nào con dám lùi xa
Quyết ghi lại đời trọn bản hùng ca
Lời "Sát Thát" vọng ngàn xưa lưu nhớ

Máu thấm đất cho cây đời xanh nở
Con đâu ngờ đành cởi giáp buông gươm
Đàn con lưu đầy lệ uất trào tuôn
Mẹ cũng lưng tròn giọt cay giọt tủi

Bốn mươi bốn năm qua chúng con lấm lủi
Đất khách quê người nhục tủi hoài mong
Phải có ngày mai kết mảng trời trong
Nghe sông núi dậy lời thiêng vạn cổ

Bao thành quách dẫu cho đà sụp đổ
Tinh Việt Nam còn, còn dựng lại quê hương
Thương làm sao mỗi góc phố bờ tường
Giữa Hà nội, Huế, Saigon sao ta đành bỏ mất

Biển, núi, sông và mỗi từng tấc đất
Lũy tre xanh, hàng cau thắm, con đê dài
Việt Nam ơi! nhục tủi sẽ qua thôi
Cúi dâng mẹ lời tim thay tiếng thét

LÊ NGUYỄN (Philadelphia /PA.)

GIẢ TỪ

Gia từ tờ báo VIETLIFESTYLES
Ta về nơi nghỉ đêm ngày bình yên
Lòng ta không chút ưu phiền
Tâm tư thanh thản tình riêng an nhàn

Bao năm cộng tác mơ màng
Lật từng trang báo lòng càng đam mê
Lời thơ quên mất lối về
Say sưa mơ mộng đường về thiên thai

Đường đời ta cũng quá dài
Giờ đây bút giấy tương lai hết rồi
Xuân Hạ Thu Đông ta ngồi
Nhìn trăng Sao tỏ đối ngời mặc tình

Chúc mừng tờ báo đẹp xinh
Trăm năm bền vững ta tin trong đời
Toàn ban biên tập rạng ngời
Dồi dào sức khỏe ngọt lời dễ thương

Ngọc Mai
Arizona 29/4/2020

Sau đây cô có đôi lời
Cảm ơn ban biên tập trong những năm
qua đều đăng bài cô mỗi tháng nhưng
nay cô vì sức khỏe tuổi tác cô xin dừng
lại và chúc tất cả dồi dào sức khỏe hạnh
phúc và may mắn và chúc cho tờ báo mỗi
ngày một thăng tiến

LỜI RU TRONG CÂU HÁT MẸ HIỀN

Nhớ câu hát mẹ hiền năm cũ
Ru một thời giấc ngủ con thơ
Lời thương chan chứa vô bờ
Tim in sắc đậm khó mờ nhạt phai

Lời ru ấy bao ngày nơi mẹ
Cho rạng ngời con trẻ tương lai
Thiết tha êm ái miệt mài
Như dòng suối mát chảy hoài chẳng vơi

Xưa mẹ hát ru lời non nước
Cha yên lòng vững bước biên cương
Nghĩa nhân, trung hiếu tận tường
Nhắc con ghi nguyện cuối đường vắn mang

Lời ru chứa tình làng nghĩa xóm
Hòa sáo diều khi chớm hoàng hôn
Trăng quê thốn thức đập dồn
Soi miền ký ức ...quyện hồn tuổi xanh

Nghe văng vẳng hoài thanh man mác
Bên gió chiều ... hương ngát đồng quê
Dòng sông thơ mộng hiện về
Lời ru của mẹ chợt kể bên con

(Kim Minh)

Mưa Dầu Mưa

Canh chua với lá me non
Ngày xưa mẹ nấu em còn nhớ không
Cá rô nấu với cua đồng
Trời mưa cơm nóng đói lòng thấy ngon
Hai ta ngày ấy lon ton
Theo cha đi bắt giữa cơn mưa đầu
Hai nhà ăn uống cùng nhau
Sân chung hai đứa bên nhau nô đùa

Thấm thoát mười mấy mùa mưa
Em hơn mười tám, tôi vừa hai mươi
Môi hồng chúm chím em cười
Làm ngơ ngăn cả khung trời tháng Năm...

Em lên xứ thị xa xăm
Lâu rồi sao chẳng về thăm quê nhà
Nồi canh mẹ nấu đậm đà
Thiếu em mẹ bảo như là mất ngon

Thiếu em, thiếu tiếng cười giòn
Sân chung giờ cũng chỉ còn mưa bay
Tôi nghe sống mũi cay cay
Nhớ em nhớ những tháng ngày bên nhau...

Tôi thêm được sấm trầu cau
Cùng em cô gái ngọt ngào nên duyên
Mẹ mong dâu thảo dâu hiền
Nên mong hai đứa vẹn nguyên đậm tình

Ngờ đâu một giấc thị thành
Khiến xui em đã lỡ đành quên tôi...

(Phạm Thư)

MỘC MIÊN NĂM CŨ

Yêu chi lắm rồi buồn xa vắng
Hồn đại khờ cay đắng nhớ thương
Giọt tình sao mãi vẫn vương
Trời gieo chi khúc đoạn trường long đong

Ai dệt mộng hương nồng trong gió
Lời thầm thì lá cỏ xôn xao
Mộc Miên đỏ cả chiều nao
Nhớ người năm cũ hư hao đáng chờ

Rồi từ đó trắng mờ che khuất
Thế gian sầu bụi cát bay xa
Trần gian như côi ta bà
Nhân sinh một kiếp... chỉ là thoáng qua

Hoa Gạo đỏ sương sa còn đọng
Chiều quê buồn tiếng vọng thở than
Ngậm ngùi một kiếp hồng nhan
Lênh đênh phận bạc dở dang một đời...

(Nguyễn Hồng Linh)

GUỐC XƯA

Áo trắng tan trường về ban trưa
Ngập ngừng là nhịp quốc em đưa
Có ai từ buổi xa trường lớp
Nửa đời còn vọng tiếng quốc đưa

Áo Trắng

Áo trắng tinh khôi em đến trường
Dọc đường hoa cỏ ngát đưa hương
Trời ơi, tôi tưởng tôi mười sáu
Buổi đưa nàng về lòng tơ vương

(VŨ MINH TUẤN)

Dignity®
MEMORIAL

LIFE WELL CELEBRATED®

401 N. HAYDEN ROAD, SCOTTSDALE, AZ 85257

DỊCH VỤ AN TÁNG LO HẬU SỰ NGƯỜI QUÁ CỐ

Nghĩa trang Green Acres rộng 40 mẫu ở thành phố Scottsdale với địa thế cao, thoáng, có khu vườn Á Châu với địa lý tốt

Đây sẽ là một lựa chọn rất tốt cho bạn và người thân làm nơi an nghỉ yên lành.

Chúng tôi có chương trình trả góp không tiền lãi

Có giá đặc biệt cho gia đình những quân nhân quân lực Hoa Kỳ.

Vĩnh viễn không có sự dời đổi

Dành cho mọi tôn giáo tính ngưỡng

Có khu dành riêng để chôn hài cốt

Chúng tôi có hơn 20 nhà quản rải rác khắp các thành phố ở Arizona cho quý đồng hương thuận tiện và chọn lựa.

Chúng tôi có 8 nghĩa trang ở các hướng Đông, Tây, Nam, Bắc thuận tiện cho việc thăm viếng.

- o Green Acres Cemetery/Mortuary - Scottsdale, AZ
- o Greenwood Memory Lawn Cemetery/Mortuary - Phoenix, AZ
- o Valley of The Sun Memorial Park - Chandler, AZ
- o West Rest Haven Park Cemetery/Mortuary – Glendale, AZ
- o East Rest Haven Park Cemetery/Mortuary – Tempe, AZ
- o Phoenix Memorial Park /Mortuary – North Phoenix, AZ
- o Sunland Memorial Park / Mortuary – Sun City, AZ
- o Mariposa Garden Memorial Park/Mortuary – Mesa, AZ

Chuẩn bị trước hậu sự để giảm bớt chi phí và thời gian cho gia đình.

Chúng tôi có nhiều chương trình cho quý vị chọn lựa: Chôn, Thiêu...



HÃY GỌI CHO DEBBIE NGUYỄN ĐỂ THAM KHẢO VÀ GIÚP ĐỖ TẬN TÌNH:

Office **480-945-2654** Cellphone **602-400-6003**

Email: Debbie.nguyen@dignitymemorial.com

CẦN THỢ NAILS GẤP

Cần thợ nail biết làm bột, dip, hoặc chân tay nước cũng được. Tiệm ở thành phố Tempe, gần trường đại học ASU, giá cao, chủ vui vẻ. Bao lương \$800 - \$1,200/tuần.



Xin liên lạc:

Work: **(480) 361-1529**

hoặc Cell: **(916) 671-6921**

RV_0520-1020P_TT





Hạnh Trần

OFFICE

602-774-2099

CELL

602-710-4751

Chuyên Cung Cấp

**Prepaid Phone Card
Prepaid Internet Phone
V247, Lunex, v.v...**

*Nhận Chuyển Tiền, Sửa
và hàng hoá về Việt Nam*

2013A W. Bethany Home Rd. Phoenix, AZ 85015
(ĐÀI PHÁT THANH TIẾNG NƯỚC TÔI ARIZONA)



NAIL SUPPLY

CHUYÊN BÁN CÁC MẶT HÀNG CHO NGÀNH NAIL



7549 W. CACTUS RD #109
PEORIA, AZ 85381
(TRONG KHU CHỢ LEE LEE)
623-878-2475

2045 W. MAIN ST. #102
MESA, AZ 85201
(SÁT CẠNH MEKONG PLAZA)
480-835-5589



PRICE MATCH GUARANTEE: SẼ MATCH GIÁ CÁC MẶT HÀNG CÙNG HIỆU

- **Gel Color:** OPI Gel, CND Shellac, Perfect Match Gel, Orly, Gelaze, IBD Gel, Essie Gel, Gel II, Gelish, Kiarasky, DND Gel, Bio Gel
- **Nail Polish:** OPI, CND Vinylux, China Glaze, Orly Epix, Essie, IBD, Kiarasky, Duri, Dare to Wear Polish
- **Spa Chair:** J & A USA, ANS, Gulfstream
- **Sugar Scrub:** OPI, KDS, La Palm, Be Beauty, Angel Touch Magic
- **Organic Sugar & Scrub:** BCL, Herbal, All
- **Liquid & Powder:** CND, OPI, Tammy Taylor, Entity, Lechat, IBD, Premium

**NHẬN REMODEL, BUILD TIỆM NAIL, BẢN VẼ, CUNG CẤP GHẾ SPA VÀ BÀN NAIL VỚI GIÁ PHẢI CHĂNG.
NGOÀI RA, CHÚNG TÔI CÒN NHẬN LÀM CUSTOM BÀN NAIL, BÀN BAR NAIL, VÀ CABINET.**

MUỐN LÀM CHỦ TIỆM NAIL SALON?

Quý vị muốn làm chủ tiệm nails mà không biết bắt đầu từ đâu? Hay gặp khó khăn trong việc điều hành tiệm và thợ. Xin đừng quá lo lắng, hãy liên lạc với công ty chúng tôi, chúng tôi sẽ sẵn sàng hướng dẫn tận tình cho quý vị.



Công ty chúng tôi chuyên build tiệm Nails mới. Hiện chúng tôi đang có một số tiệm nail nằm trong khu shopping sầm uất, trong khu Mỹ trắng sang trọng ở vùng Phoenix, Scottsdale, và một số thành phố ở Arizona.



- *Tiệm đang hoạt động, rất đông khách với thu nhập cao.*
- *Tiệm vừa mới xây xong*
- *Tiệm đang xây theo thiết kế phù hợp với ý muốn của quý vị.*

Muốn biết thêm chi tiết, xin vui lòng liên lạc: **480-309-3790**

VỚI BẤT CỬ SỰ LỰA CHỌN NÀO, CHÚNG TÔI CŨNG SẼ ĐỀU ĐÁP ỨNG NHU CẦU CHO QUÝ VỊ.



CẦN THỢ NAIL

Hiện chúng tôi đang cần tuyển nhiều thợ nail cho hệ thống các tiệm Nail vùng Arizona. Cần thợ Nail có kinh nghiệm làm tay chân nước, SNS, thợ bột, waxing and eyelash extension. Bao lương theo tay nghề từ \$900-\$1200/tuần 6 ngày hoặc ăn chia nếu hơn.

Xin liên lạc: **480-738-1550**

SUN BEAUTY SUPPLY

**MUA 4 HỘP
TẶNG 1 HỘP**

Prolart Powder 2000/3000

**MUA 4 GAL.
TẶNG 1 GAL.**

Prolart Liquid 2000/3000



Tel: (602) 347-0584 Cell: (602) 486-4503
Fax: (602) 347-6276

Furniture

- Nhận làm bàn ghế nail theo "Customer design" hoặc thường
- Nhận sửa tất cả các loại máy dũa
- Nhận mài kim
- Nhận sửa tất cả sign "neon"
- Nhận sửa tất cả các loại máy "Airbrush"
- Nhận sửa các loại đèn làm "Gel" or IBD or Pro-Finish

Nail polish

- O.P.I - Sation - Essie - Orly
- China Glaze - Prolast Powder - Liquid

Spa - Pedicure

- Ampro Spa
- Elite Spa
- Solace Spa
- Và cái loại Pipeless Jets, Semi Jets
- KMX Massage Spa
- Daily Star Spa
- Venus Spa
- Reducing the risk of bacterial infections

Acrylic - Power - Liquid

- O.P.I - Creative - Rose - Bmi - L/S - Mix Powder and Noliift

**Free
Delivery**

Mở cửa 7 ngày - Từ 9am - 8:30PM (Thứ Bảy 11:30am - 8:30pm)
3446 W. Camelback Suite 147 - Phoenix, AZ 85017

BÁN ĐẦY ĐỦ CÁC MẶT HÀNG VỚI GIÁ WHOLESALE

CẦN TUYỂN NHÂN VIÊN

Công ty xây dựng cần tuyển nhiều nhân viên. Công việc ổn định, lương hậu, không cần kinh nghiệm, chỉ cần biết lái xe. Mọi chi tiết xin liên lạc Thuận:

(480) 490-9536



RV_1119-0520P_AH

CẦN THỢ NAILS NAM/NỮ GẤP

Tiệm ở thành phố Goodyear đang cần nhiều thợ bột, SNS, chân tay nước, gel, eyelash extensions. Nhận thợ nails nam/nữ làm part time or full time. Bao lương \$700 and up, tùy theo khả năng. Nếu không có kinh nghiệm, chúng tôi sẽ giúp bạn. Tiệm đông khách, giá cao, và tiền tips good. Xin vui lòng liên lạc Cell:

(623) 693-7005

or Work: **(623) 925-2960**



RV_0320-0820P_AH

HÃY NHỜ BÀN TAY KHÉO LÉO GIÚP BẠN

Bạn đang có tác phẩm (Thơ, Văn), muốn xuất bản nhưng không chắc có hoàn hảo về Chính Tả và cách hành văn hay không. Điều đầu tiên là Bạn (tác giả) phải tôn trọng người đọc (độc giả/khách hàng); và đó cũng là cách tôn trọng chính mình (danh dự của người cầm bút).



Một tác phẩm, dù hay cách mấy, mà có quá nhiều lỗi Chính Tả hoặc câu văn lộn lộn thì làm cho người đọc cảm thấy mất hứng, chán nản, khó chịu...

Với hơn 56 năm trong nghề viết văn, nhà văn Vĩnh Liêm sẽ giúp bạn chỉnh sửa tác phẩm của bạn trước khi đưa đi in.



Muốn biết thêm chi tiết, xin liên lạc với nhà văn Vĩnh Liêm qua email: vinhliem9@hotmail.com

hoặc gửi thư về địa chỉ:

1112 S. Central Ave., Avondale, AZ 85323-2824 (USA).

TÂN HANDYMAN DỊCH VỤ THAY MỚI & SỬA CHỮA NHÀ CỬA

Nhận làm việc tại Phoenix và các vùng phụ cận. Nhận lát gạch, hàng rào, điện, ống nước, hệ thống tưới cây cỏ, trồng cỏ. Sửa trong và ngoài các việc thay mới và sửa chữa nhà cửa, thông ống cống nghẹt.

916-706-8236

UY TÍN - TRÁCH NHIỆM

RV_0429-0920P_AH

CẦN BÁN 2 GHẾ SPA CHAIRS

Cần bán 2 ghế Spa chairs còn mới chưa xài. Giá \$1,400/cái.

Xin liên lạc: Lanna Dang

(480) 518-7233

Hoặc

(480) 370-7627



RV_0420-0520P_AH

NHẬN SỬA QUẦN ÁO

Nhận sửa quần áo, lên lai quần jean, thay zipper, nối size áo, quần cho vừa vặn...
Chúng tôi cư ngụ ở vùng Gilbert.
Hãy gọi cho chúng tôi:

480-560-2797

RV-0420P-TM

CẦN THỢ NAILS

Tiệm vùng Phoenix, and Paradise Valley, cần nhiều thợ nails kinh nghiệm, làm bột và chân tay nước and gel có bằng Arizona, bao lương gel và chân tay nước \$700/6 ngày, bột và chân tay nước \$800/6 ngày (bao đảm lương \$1000 trở lên).

Xin liên lạc Peter

(623) 414-5359

hoặc

(602) 841-7003

RV_0319-0520P_AH



CẦN THỢ NAILS GẤP, NAM HOẶC NỮ

Cần nhiều thợ nail gấp, nam hoặc nữ, tay chân nước, bột, dipping. Bảo đảm lương cao \$3,600-\$4,500/tháng. Khu vực Sedona, AZ. Có bằng càng tốt. Tiệm nằm trong khu Plaza lớn, tiệm rộng sạch đẹp, sang trọng, giá cao, khách lịch sự và tip cao. Đặc biệt có chỗ ở cho thợ ở xa.

Xin liên lạc Ivy:

(785) 230 – 6099

RV_0520-0720P_TM

CẦN SANG TIỆM NAIL

Cần Sang tiệm nails vùng North West Phoenix. Tiệm nằm trong khu đông đúc, Mỹ trắng. Tiệm rộng 1200 sq. ft. 10 ghế, 8 bàn, có phòng wax, phòng ăn, phòng giặt. Income từ \$7,500- \$9,000/tuần, tiền rent \$2200. Giá sang \$109K. Nếu ai thật lòng muốn mua, xin liên lạc:

(602) 373-3007

hoặc

(480) 310-6050



RV_0320-0520P_AH

CẦN THỢ NAILS GẤP

Tiệm ở thành phố Scottsdale, cần nhiều thợ nail kinh nghiệm, làm bột và chân tay nước, bao lương \$1100/tuần. Tip cao, đông khách, chỗ làm tốt. Xin vui lòng liên lạc Cell:

(623) 986-2889

or Work

(480) 947-4899



CẦN SANG TIỆM NAILS

Cần sang gấp tiệm Nails ở thành phố Sun city. AZ
tiệm có 7 bàn, 7 ghế, có máy giặt, và máy sấy.

Tiệm có 5 thợ, rộng 1000 sq. ft, rent
\$1,350/tháng, giá sang \$65,000, giá có thể
thương lượng. Tiệm nằm trong Shopping Center
có bank, restaurant, Starbucks, good location.

Nếu thật lòng muốn mua, xin liên lạc:

(623) 810-1334



CẦN SANG TIỆM NAILS

Tiệm vùng Mỹ trắng, địa điểm tốt, đã hoạt động gần
20 năm. Tiệm nằm trong khu shopping lớn, có
Sprouts Supermaket, Bank of America, nhà hàng
Barrow's Pizza, Marshall Furniture Store, Burlington
Coat Factory, Spencer's TV, Great Clips Haircut, Pool
supply, & much more. Cần sang lại vì chủ muốn nghỉ
hưu. Giá cả có thể thương lượng. Nếu ai thật lòng
muốn mua, xin liên lạc:

(480) 603-7493

Tiệm đang cần nhiều thợ bột và thợ chân tay nước nam
nữ ok bao lương.



RAO VẶT

**GIÁ PHẢI CHĂNG - NHANH CHÓNG
HIỆU QUẢ**



Hãy gọi hoặc email:

602-621-5125
480-213-5987

Email: info@vietlifestyles.Com



TRUNG TÂM DỊCH VỤ TNT

2013A WEST BETHANY HOME ROAD PHOENIX, AZ 85015

(Nằm trên đường Bethany Home, giữa đường 21 Ave và đường 19th Ave, đối diện với Bệnh Viện)

CHUYỂN HÀNG VỀ VIỆT NAM

- Nhanh chóng, bảo đảm, an toàn
- Sài Gòn: \$3.50/lb
- Các Tỉnh Thành: \$4.50/lb



CHUYỂN VỀ VN VÀ BÁN:

Sữa Ensure, Entrust (dành cho người tiểu đường),
Dầu xanh, dầu trắng với giá rẻ.



ĐẠI LÝ NHIỀU LOẠI THUỐC DƯỢC THẢO CỦA NHIỀU ĐÔNG Y SĨ DANH TIẾNG

Đại lý độc quyền của Nhà thuốc Hoa Đà
(Đông y sĩ Mai Tiên, ĐYS Thiện Đào)

Mua 5 chai tặng 1 chai.

Đông trùng hạ thảo và thuốc nghệ thường
xuyên có chương trình khuyến mãi



**Dược thảo
Toàn Chân:**
Chai số 3, số 8,
v.v.



Nutrimax:
Gout, Shark
Cartilage
(sụn cá mập)

Đại lý độc quyền sản phẩm Đông Trùng Hạ Thảo Cordyceps 950, Thuốc nghệ Tumeric Origin

MỘT SỐ DỊCH VỤ KHÁC

- Nhận chứng thị thực (Notary Public), Fax và Copy.
- Chi nhánh đại diện văn phòng Luật sư Phạm Viết Ảnh



7 NGÀY TRONG TUẦN, MONDAY-SATURDAY 10AM - 6PM. SUNDAY 10AM - 4PM

MỌI CHI TIẾT XIN GỌI MINH VY Ở HAI SỐ PHONE DƯỚI ĐÂY

BUSINESS

602-335-8888

MOBILE

602-574-3995