WWW.VIETLIFESTYLES.COM

VIET LIFESTYLES™

YOUR LIFE ▪ YOUR MAGAZINE

ARIZONA ○ CALIFORNIA ○ FLORIDA ○ GEORGIA ○ HAWAII

ISSUE 135 - APRIL 2022

Giá ủng hộ $5.99

Anne Oliver

CEO of House of M Beauty

Vũ Khí Chiến Trường Ukraine

47 Năm Nhìn Lại Người Việt Thành Công

Kết Quả Bầu Cử CĐNVQG AZ

FAIRWAY MORTGAGE

10265 W. Camelback Road, Suite 100, Phoenix, AZ 85037
Email: le.le@fairwaymc.com | eFax: (866) 542-2331

CHÚNG TÔI CHUYÊN:

- Chuyên làm Loan cho khách ở AZ & California
- Mua, tái tài trợ và lấy tiền ra để sửa chửa nhà.
- Chúng tôi hiện đang có chương trình FHA vay với thời gian chờ đợi sau đây:
  - Bankruptcy Chapter 7: sau 2 năm
  - Foreclosure: sau 3 năm
  - Short sale: sau 3 năm
  - Cần 1 hoặc 2 năm giấy thuế

LE LE
Sales Manager
NMLS ID: 1124331
(623) 687-1268

Eligibility subject to program stipulations, qualifying factos, applicable income and debt-to-income (DTI) restrictions and proerty limits. Fairway is not affilicated with any government agencies. These materials are not from HUD or FHA and were not approved by HUD or a gevernment agency. **Loan-to-Value (LTVs) and Combined Loan-to-Value (CLTVS) may vary by loan amount, ** Debt-to-income (DTI) ratio is monthly income debt/expenses divided by gross monthly income. Copyright © 2018 Fairway Independent Mortgage Corporation, NMLS #2289. 4750 S Biltmore Lane, Madison, WI 53718 1-877-699-0353. all rights reserved. This is not an offer to enter into an agreement. Not all customers will qualify information, rates and prgrams are subject to change without prior restrictions and limitation may apply. Equal Housing Lender. Fairay AZ License #BK-0904162

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 CHÚC (ESTATE PLANNING)
- DI TRÚ (IMMIGRATION)
- HÌNH SỰ (CRIMINAL LAW)

Khi gặp tai nan 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 bang lái xe từ DMV nếu bị tịch thu
- **Đặc biệt:** Kéo xe, mướn xe, sửa xe và lấy report từ văn phòng cảnh sát

KÍNH CHÚC
QUÝ THÂN CHỦ
BÌNH AN QUA
MÙA DỊCH BỆNH

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

YOU CAN!

Register Today!
Make it happen at Maricopa.

- 10 Colleges Across the Valley
- Certificate and Degree Programs
- University Transfer
- Affordable Tuition

maricopa.edu/register

MARICOPA COMMUNITY COLLEGES

Chandler-Gilbert | Estrella Mountain | GateWay | Glendale | Mesa | Paradise Valley | Phoenix | Rio Salado | Scottsdale | South Mountain

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 http://www.maricopa.edu/non-discrimination.

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, ĐÔNG 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

AZ INTERNATIONAL MARKETPLACE
新世界超级市場

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

M M 新世界超级市場
MEKONG SUPERMARKET

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

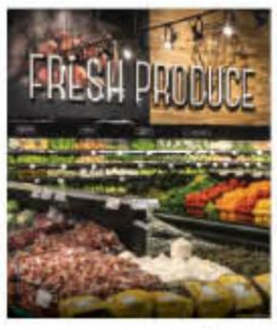
AMERICA'S NO.1 ASIAN GROCERY STORE

H MART® MESA, ARIZONA

KHÔNG ĐÂU SÁNH BẰNG

Thịt của chúng tôi được vận chuyển trong tình trạng tươi và được tẩm ướp gia vị hàng ngày
Đó là lý do bạn cảm nhận được sự khác biệt.
Bữa tối của bạn sẽ được chuẩn bị nhanh và ngon.

H Mart offers a full line of Asian groceries as well as a broad range of international groceries.

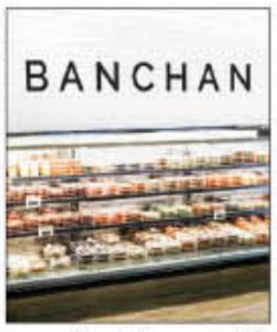


RAU QUẢ

HẢI SẢN

THỊT

TẠP HÓA



THỨC ĂN CHẾ BIẾN SẴN

BƠ SỮA

ĐỒ GIA DỤNG

KHU ẨM THỰC

Hãy đến trải nghiệm hương vị Á Châu tại H Mart!! Thưởng thức các sản phẩm tươi ngon nhất từ rau quả, thịt cá, đồ biển, đến các mặt hàng tạp hoá và đồ gia dụng Á Châu. Một nơi mua sắm có đủ mọi thứ Á Châu bạn cần, và hơn thế nữa ngay gần nhà của bạn!

Taste the Asian flavors at H Mart! Enjoy the freshest produce, meat, seafood, Asian groceries and housewares.
Your one-stop shop for everything Asian and more, right in the neighborhood.

THE BEST OF ASIA IN AMERICA. SINCE 1982. H MART.

1919 W MAIN ST. MESA, AZ 85201 STORE HOURS: 9AM - 9PM

MARKET EATERY
FOOD HALL

UNIQUE OFFERINGS,
TASTY BITES AND
EXCLUSIVE CUISINES
ARE ALL TOGETHER
IN ONE PLACE ONLY
AT H MART MESA.

Join Market Eatery Food Hall!
We have the perfect location,
incredible traffic, and proven success.
Hurry! Contact Email: **me@hmart.com**

DA Noodle Danny's Kitchen — AUTHENTIC CHINESE CUISINE

DA PAN DANNY'S KITCHEN — PAN FIRED NOODLE CUISINE

한식마당 FOOD GARDEN — KOREAN TRADITIONAL CUISINE

maisen KATSU — AUTHENTIC JAPANESE CUISINE

소공동 두부마을 SOGONGDONG TOFUHOUSE — KOREAN SOFT-TOFU SOUP RESTAURANT

PARIS BAGUETTE — BAKERY

노랑통닭 — KOREAN FRIED CHICKEN

— H MART SMART CARD —

SAVE EVEN MORE!

Để dễ dàng hơn vào mỗi lần truy cập,
bạn nên nhớ thẻ của mình.

Đăng ký Thẻ Thông minh	Quét Thẻ & Tích Điểm H Mart	Kiểm tra & Đổi điểm lấy phiếu quà tặng!
Register for a Smart Card	Scan the Card & Earn H Mart points	Check & Redeem your points for gift certificates!

GIẢM GIÁ ĐẶC BIỆT CHO QUÂN NHÂN
SERVICE MEMBERS, GET A SPECIAL DISCOUNT.

10% OFF

WE SALUTE YOU WITH AN EXTRA 10% DISCOUNT FOR ALL ACTIVE DUTY PERSONNEL WITH H MART SMART CARD MEMBERSHIP!

1) MUST BE A MILITARY ACTIVE DUTY PERSONNEL (MILITARY ID REQUIRED)
2) MUST BE A H MART SMART CARD MEMBER (VALID SMART CARD REQUIRED)
3) AVAILABLE EVERYDAY MONDAY- SUNDAY 10% OFF TOTAL PURCHASE

*EXCEPTIONS MAY APPLY. NOT APPLICABLE TO THE FOOD HALL AND NON- GROCERY SELLING SPACES.
*THE OFFER CANNOT BE COMBINED WITH ANY OTHER PROMOTION, DISCOUNT, CODE, COUPON OR OFFER.
*THE DISCOUNT PROGRAM IS SUBJECT TO CHANGE OR TERMINATON AY ANY TIME WITHOUT PRIOR NOTICE

Follow us @**hmartofficial**

Kakao ID : **hmart_AZ**

Asian Media Network is a media company based in Chandler, Arizona with great focus on Asian cultures and communities across the globe via all international platforms.

DEMOGRAPHICS

Arizona Asian
POPULATION

351K

represents 4.9%
of total AZ population

76%
Arizona Asian community live in Maricopa County

52.1%
population growth outpaced the national average

US Asian
POPULATION

$1.3 trillion

estimated Asian American consumers.
314% growth outpaces other groups for the past 20 years

24 million
in 2020 representing

7.2% of total US population

38.6%
population growth from 2010 to 2020

Our Services

- Strategy and Branding
- Radio
- Print (newspaper, magazine)
- Video Ads
- Social Media
- Commercial Production
- Media Buying
- Public Service Announcements
- News & Entertainment
- Content Creation
- Event Planning and Marketing
- Public Relations
- And more

Contact us for more information and to schedule your consultation today!

480-366-4882 | 480-366-4880

Website: www.AsianMediaNetwork.Com
Email: Info@AsianMediaNetwork.Com
2081 N. Arizona Ave #126, Chandler, AZ 85225

Follow Us For Daily News and Entertainment: Facebook Instagram YouTube: Asian Media Network

---

GB TAX LLC
Certified Public Accountant

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 chánh 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

PAY $0

ĐỂ ĐIỀU TRỊ VỚI BÁC SĨ SAU TAI NẠN XE CỘ

FOR A DOCTOR - ATTORNEY - CHIROPRACTOR!!!

AUTO INSURANCE PAYS YOUR BILLS!

1. Gặp **Bác Sĩ** Y Khoa nhanh chóng để bảo vệ sức khỏe
2. Giới thiệu **Luật Sư** mà chúng tôi tin tưởng
3. Cho **Thuốc** và điều trị với bác sĩ Chỉnh Hình, Physical Therapy (vật lý trị liệu), và chụp hình X-ray/MRI

GỌI CHÚNG TÔI ĐỂ ĐƯỢC LO TỪ A ĐẾN Z
KHÔNG TỐN TIỀN QUÝ VỊ

- Bác sĩ chuyên về tai nạn xe cộ
- Không cần bảo hiểm sức khỏe
- Công ty bảo hiểm xe sẽ trả chi phí.

- Doctors specialized in auto injury
- Recommend an aggressive attorney we trust
- Uninsured? High Deductible? No problem.
- Auto Insurance Pays Your Bills!.

THANH NGUYỄN, M.D.

602-632-0000 OFFICE
602-218-4444 FAX
AccidentDoctorsAZ.com

2 PHÒNG MẠCH
EAST VALLEY OFFICE
1155 S. Country Club Dr - Mesa, AZ 85210
(Country Club & Southern)

2 LOCATIONS
WEST VALLEY OFFICE
2990 N Litchfield, #4 - Goodyear, AZ 85395
(Litchfield & Thomas)

REALTYONEGROUP

VĂN PHÒNG ĐỊA ỐC

3530 S. Val Vista Dr #114 - Gilbert, AZ 85297

Quang Le, Realtor

480-828-9050

lequang93@yahoo.com

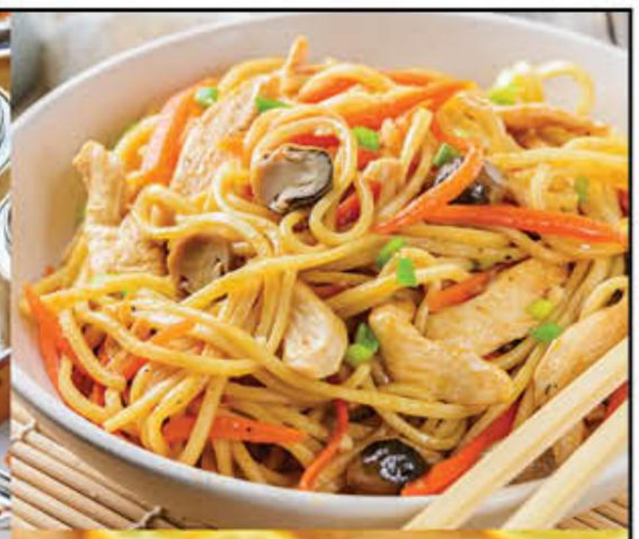
- Phục vụ chất lượng và chuyên nghiệp cho quý vị cần mua - bán nhà, đất theo yêu cầu và thời gian.
- Chúng tôi có chuyên viên tài chánh lo mọi thủ tục vay mượn cho quý vị từ A đến Z
- Khi MUA, chúng tôi sẽ hoàn tiền lại cho quý vị lên tới 1%
- Khi BÁN, chúng tôi sẽ giúp quý vị bán nhà trong thời gian nhanh nhất & chỉ có 5% hoặc thấp hơn Total

Xin gọi chúng tôi để được kham khảo miễn phí

Great Wall

Chinese Restaurant

Dine in & Take out



Chúng tôi mở cửa chào đón quý khách vào nhà hàng thưởng thức các món ăn
We are now open with limited seating and take out

Quý khách an tâm vì chúng tôi tuân theo các hướng dẫn của Bộ Y Tế về vệ sinh an toàn thực phẩm và cách xa xã hội
Rest assured as we strictly follow Health Department Guidelines on food handling, services, as well as social distancing.

Mỗi ngày phục vụ dim sum từ 11AM-3PM, riêng cuối tuần từ 10AM- 3PM
Daily Dim Sum from 11am- 3pm (Mon-Fri) and 10am- 3pm (weekend)

Nhận đặt tiệc trong phạm vi giới hạn số lượng khách
Catering party with limited number of guests

BAN GIÁM ĐỐC CÙNG TOÀN THỂ NHÂN VIÊN CHÚNG TÔI CHÂN THÀNH TRI ÂN SỰ ỦNG HỘ LÂU DÀI CỦA QUÝ KHÁCH, NHẤT LÀ TRONG LÚC KHÓ KHĂN CỦA MÙA DỊCH BỆNH.

OPEN 7 DAYS A WEEK

Monday-Friday: 11am - 9pm
Saturday & Sunday: 10am - 9pm

3446 W. Camelback Road, Ste#155 Phoenix, AZ 85017

Phone: (602) 973-1112 - Fax: (602) 973-9670

OBAMACARE

AFFORDABLE CARE ACT (ACA)

BẢO HIỂM INSURANCE

Xe cộ, Nhà cửa, Sức khỏe, Nhân thọ,
Cơ sở Thương mại

- **Bảo hiểm sức khỏe** cá nhân hoặc trong công ty của quý vị đang tăng giá?
- **Xin gọi ngay** cho chúng tôi để tìm hiểu thêm về sự trợ giúp với **chi phí MEDICARE**

MEDICARE ADVANTAGE

KHÔNG CẦN lo lắng về MEDICARE hay OBAMACARE!
Hãy gọi chúng tôi hôm nay để biết thêm chi tiết

THAM KHẢO & ĐỊNH GIÁ MIỄN PHÍ

KHAI THUẾ - TAX SERVICES

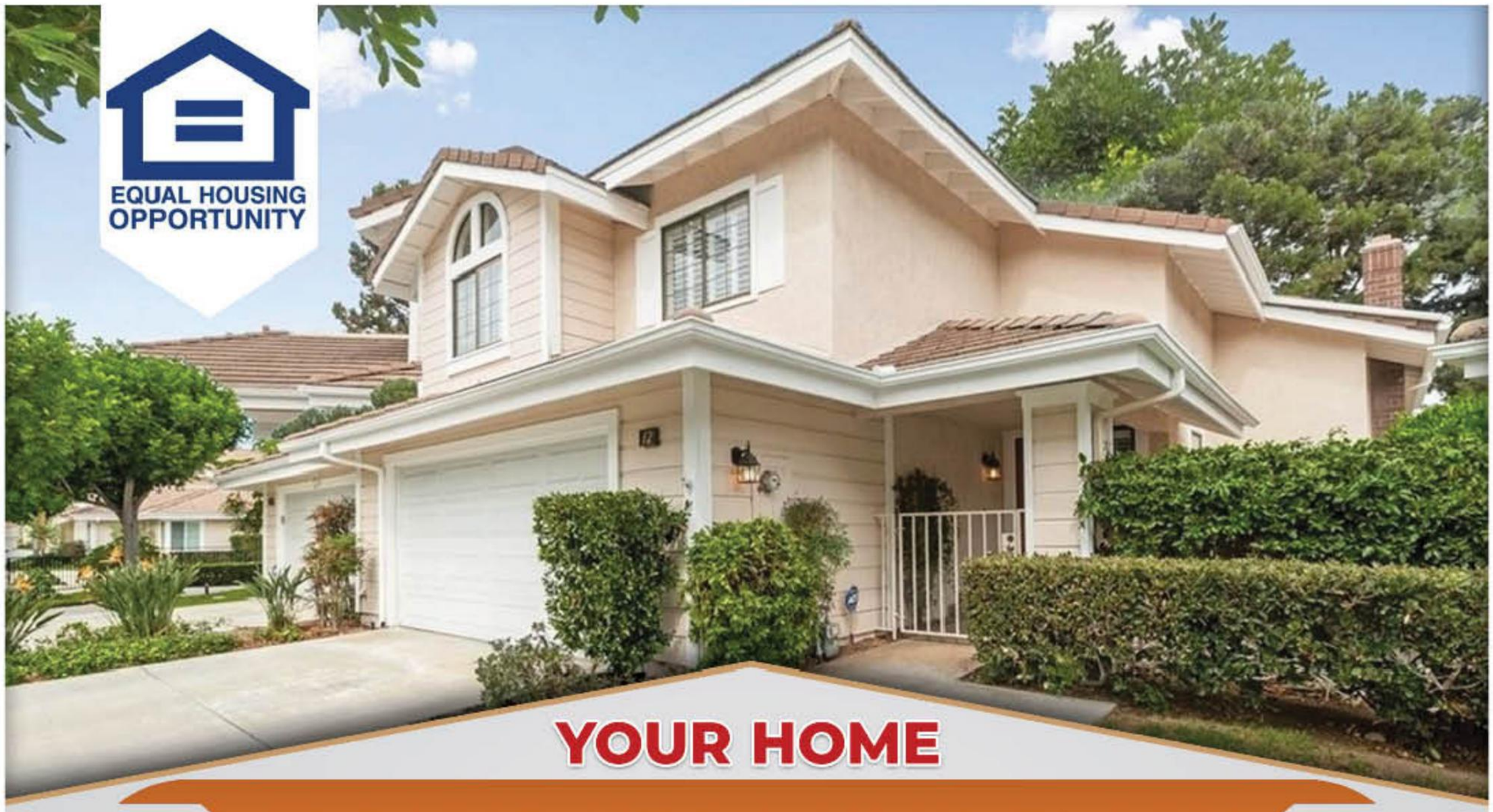
Cá nhân, Thương mại, Tổ hợp, Công ty

- Cố vấn tài chánh
- Tổng kết định kỳ - Quarterly Report
- Đảm nhận sổ sách - Bookkeeping
- Thành lập công ty (LLC, Partnership, Corporation)

Chúng tôi có nhân viên tốt nghiệp cử nhân kế toán cao học quản trị kinh doanh tài chánh thuế vụ.

E-TAX & INSURANCE Agency

Office: 480.917.7711 | Mobile: 602.540.0074 | etaxinsurance@gmail.com
Mon - Fri: 9AM - 6PM | Saturday by Appointment Only | Sunday: Closed
2055 N. Dobson Rd, Suite 3 Chandler, AZ 85224 (Trong khu chợ Lee Lee)



YOUR HOME

GUARANTEED SOLD $20K

ABOVE MARKET OR WE WORK FOR FREE!

BẢO ĐẢM BÁN NHÀ $20K TRÊN GIÁ THỊ TRƯỜNG CHO THÂN CHỦ

CÒN KHÔNG THÌ BÁN MIỄN PHÍ !!

ANTON VU.COM
REAL ESTATE
CALI · ARIZONA

ANTON VU | 602-327-8155

ACCESS ARIZONA REALTY, LLC

VIET LIFESTYLES
YOUR LIFE • YOUR STYLE • YOUR MAGAZINE

VIET LIFESTYLES STAFFS

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

Phó Chủ Bút/Editorial Manager
- **Tiếng Việt:** Vĩnh Liêm
- **English:** Khoa Le

Cố Vấn Pháp Lý/Legal Advisor:
Luật sư Phạm Viết Ánh

Giám Đốc Kỹ Thuật/Art Director: Zen Lâm
Thiết kế hình ảnh/Graphic Designer: Triết, Hải

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 Chánh/Financial Manager: Jennifer Nghiem

Nhiếp Ảnh/Photographer: Huy Khiêm, Phước Lê, Tuấn Nguyễn, Jimmy Tran, Alvin Nguyen, Nathan Le, Lanly Le.

Ban Biên Tập/Editorial Team: Đức Quang, Kim Hạnh, Thanh Dương, Mường Giang, Vĩnh Liêm, Trịnh Thanh Thủy, Đoàn Tuyết Thu, Lê Hữu Uy.

Quảng Cáo: Hoàng Giang.

Cộng Tác Viên Thường Xuyên/Regular Contributors:
Ngô Tằng Giao, Bao Hoang, Hoài Hương, Luật sư Tom Huỳnh, Đào Đức Chương, Lâm Đàn, Hạ Anh, Đại Dương, Saomai, Bác sĩ Lê Ánh, Diệu Phương, Quỳnh Dao, Nam Giao, Mai Nguyễn, Lê Nguyên, Jacky Tài, Nguyễn Ngọc Duy Hân.

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 gia 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

Kính thưa quý độc giả,

Thấm thoát cũng đã là tháng tư của năm 2022.
Khắp mọi nơi ở Arizona đang là mùa xuân với sắc hoa vàng rực rỡ trải dài mọi ngả đường. Nắng ấm và sắc màu tươi sáng của hàng hàng cây mai vàng đặc trưng của vùng đất này, đong đưa lá hoa trong gió xuân mang đến cho muôn loài vạn vật sức sống tràn đầy.
Cuộc sống cứ tiếp diễn không ngừng với bao điều xảy ra quanh ta. Thế hệ này nối tiếp thế hệ kia ngày cho chúng ta niềm vui, niềm tự hào về dòng máu Việt Nam mà mỗi người trong chúng ta đang thừa hưởng khi thời gian gần đây, chúng ta được biết nhiều tin tức tốt đẹp về cộng đồng người Việt trong các lĩnh vực khác nhau...
Đó là những thành tựu đáng giá được thế giới ghi nhận như ca sĩ Mai Xuân Loan Sangeeta, tốt nghiệp thạc sĩ thanh nhạc vừa đoạt giải Grammy lần 64 hạng mục Album giọng ca độc tấu cổ điển xuất sắc với Album Mythologies. Trong lĩnh vực quân sự, chúng ta thật tự hào vì đã có những vị tướng tài gốc Việt của quân đội Mỹ như Thiếu tướng chỉ huy Lục Quân Lương Xuân Việt, tướng Nguyễn Từ Huấn, nữ tướng Vũ Thế Thùy Anh... Trong ngành mỹ phẩm có Anne Oliver 26 tuổi, người phụ nữ rất trẻ gốc Việt là Founder và CEO của thương hiệu đang dần chiếm lĩnh thị trường Mỹ và quốc tế với thương hiệu House of M.
Và cuối tháng 4 này tại Tempe, Arizona chúng ta sẽ được xem bộ phim " Bóng quá khứ" đoạt nhiều giải thưởng quốc tế do cô Thanh Tâm làm đạo diễn.
Ngoài những thành tích nổi bật ấy, cộng đồng người Việt của chúng ta trên xứ người còn có rất nhiều đóng góp, nhiều thành đạt đáng ngưỡng mộ từ các doanh nhân, giáo sư, sinh viên khắp mọi nơi trên nước Mỹ nói riêng và thế giới nói chung.
Ngay cả trong phạm vi nhỏ bé của mỗi một gia đình tại Arizona, chắc hẳn chúng ta không thể phủ nhận sự vươn lên, sự thành đạt để khẳng định vị thế chính mình trên quê hương thứ hai này, qua con cháu của quý vị nay đã trở thành những người hữu ích cho xã hội.
Hôm nay, khi nhìn những nụ cười hồn nhiên rạng rỡ trên gương mặt của thế hệ thứ ba, thứ tư... chúng ta thầm tạ ơn vì con cháu mình đã và đang vui hưởng những điều tốt đẹp của đời sống nơi đất nước đầy cơ hội và tự do này. Những đám mây đau buồn của quá khứ đã trôi xa. Những thương đau mất mát một thời chúng ta sẽ không bao giờ quên nhưng xin được khép lại để hy vọng và niềm tin vươn lên.
Vì thế, hôm nay xin hãy gọi tên tháng tư này là Tháng Tư của Thành Tựu
Tôi nhớ đến câu nói rất hay của nữ hoàng truyền thông Oraph Winfrey:
" Turn your wounds into wisdom"
Có nghĩa là: "Hãy biến những vết thương của bạn trở thành sự khôn ngoan "
Cảm ơn biết bao, vui mừng xiết bao vì hôm nay, thế hệ kế thừa đầy khôn ngoan của chúng ta đã và đang tiếp bước hào hùng của cha anh mình, trả ơn cho các bậc tiền nhân bằng những thành tựu đáng trân trọng và tự hào này.
Xin vinh danh những người con mang dòng máu Lạc Hồng làm rạng danh hai chữ Việt Nam tại xứ sở Cờ Hoa và trên cả thế giới .

Xin kính gửi đến quý độc giả những ngày mùa xuân Arizona và tháng tư lời cầu chúc đầy an lành, hạnh phúc và thành tựu.

Trân trọng,
Đoàn Tuyết Thu

Contents Mục Lục

On the Cover: **Anne Oliver**
Founder & CEO of House of M Beauty
Hair & Makeup: Nguyen T.Quynh
Photographer: Huong Pham

THỜI SỰ - THÔNG TIN CỘNG ĐỒNG

- Quan Điểm: Nga Xâm Lược Ukraine - Dưới Lăng Kính Của Hai Tiến Sĩ Gốc Việt 20
- Tham Luận: Nguy Cơ Đang Rình Rập Trên Biển Nam Trung Hoa B16
- 47 Năm Nhìn Lại 24
- Kết Quả Bầu Cử Ban Chấp Hành Cộng Đồng NVQG-Arizona 48
- Điểm Qua Các Loại Vũ Khí Tại Chiến Trường Ukraine. 28
- Mừng Thượng Thọ Quý Vị Cao Niên Hội Á Mỹ Cao Niên Arizona 56
- Hành Trình 75-25 Năm Ca Sĩ Duy Lý 44
- Thực Phẩm Cho Người Già Việt Nam 54

FASHION - BEAUTY- SPORT - ENTERTAINMENT - TRAVEL

- Doanh Nhân Anne Oliver, CEO of House of M Beauty 64
- Người Việt Thành Công Trên Đất Mỹ 38
- Việt Lifestyles' Health & Beauty Zone 70
- Kids 'Zone: B44
- Trứng Nhân Mùa Lễ Phục Sinh 58

GIA ĐÌNH - SỨC KHỎE - ĐỜI SỐNG

- Food Review: Lom Wong B46
- Sức Khỏe: Ung Thư Tuyến Tụy B26
- Lời Tạ Ơn Thay Cho Một Người B22
- Thư Ngỏ Gửi Chiến Hữu Trần Nhân B20
- Phiếm Luận: Ái Tình Trong Nhà Tù B32

TRUYỆN -THƠ- BIÊN KHẢO

- Truyện ngắn: Phú Heo Quay B48
- Truyện ngắn: Chiếc Bóng Bên Trời B38
- Truyện Dài: Hoạn Thư Thời Loạn B50
- Biên Khảo: Trường Khoa Học Quy Nhơn - Đoạn 1 ... B36
- Vườn Thơ B54

QUẢNG CÁO VỚI
Việt Lifestyles

- Trình Bày Mỹ Thuật
- Nội Dung Phong Phú
- Đẩy 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 20th of each month
Phát hành vào tuần thứ ba mỗi tháng.
Email: info@vietlifestyles.com
or visit www.VietLifestyles.com

TÂM TÌNH BẠN ĐỌC

CẦN NGƯỜI ĐẠI DIỆN & CỘNG TÁC VIÊN:

Với kế hoạch phát triển Việt Lifestyles trong thời gian tới, chúng tôi đang cần tuyển chọn thêm người đại diện ở một số vùng trên nước Mỹ. Nếu bạn thuộc típ người hoạt bát, giỏi về giao tế, và thích báo chí, xin gửi resume về: info@vietlifestyles.com hoặc liên lạc với chúng tôi qua số phone: ***480-213-5987.***

Ngoài ra, nếu bạn thích về viết lách, Ban Biên Tập chúng tôi cũng đang cần những cộng tác viên chuyên viết về các đề tài sau đây: khoa học kỹ thuật, mái ấm gia đình, nuôi dạy con cái…Muốn biết thêm chi tiết, xin liên lạc với Ban Biên Tập qua email: info@vietlifestyles.com hoặc số phone: 480-213-5987.

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. Việt Lifestyles xin trân trọng giới thiệu trang Facebook và trang website của chúng tôi mỗi ngày cập nhập với nhiều tin tức mới liên quan đến mùa dịch Covid-19 cùng nhiều thông tin hữu ích cho quý độc giả khắp nơi. Quý vị có thể đọc báo Việt Lifestyles bất cứ lúc nào, bất cứ nơi đâu, chỉ cần bấm vào: **www.vietlifestyles.com** hoặc vào Facebook: **Viet Lifestyles Magazine**

With today's technology, even when being isolated, readers can still follow everyday news via online and social media. Viet Lifestyles would like to introduce our website and Facebook page where readers can find daily news related to the COVID-19 pandemic as well as other insightful information. You can read Viet Lifestyles Magazine anytime, anywhere, just by one click: **www.vietlifestyles.com** or Facebook: **Viet Lifestyles Magazine**

Chủ Đề Báo Tháng Tư: Mẹ Cha-Ơn Nghĩa Sinh Thành

Hạn chót gửi bài ngày 7 tháng 5 năm 2022

Quý độc giả muốn đóng góp bài vở cho những kỳ báo sắp tới, xin vui lòng gởi trước ngày trước ngày deadline. Bài gởi đăng trên Viet Lifestyles, xin đừng gởi cho báo khác trong thời hạn 6 tháng. Tác gỉa 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." 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 gởi bài viết, xin email về địa chỉ: ***info@vietlifestyles.com***

Việt Lifestyles NOW GO MOBILE

VIET LIFESTYLES
YOUR LIFE • YOUR STYLE • YOUR MAGAZINE

QUẢNG CÁO VỚI VIỆT LIFESTYLES MAGAZINE

Để có được báo đến tay bạn đọc mỗi tháng FREE, Việt Lifetyles xin chân thành tri ân đến các cơ sở thương mại đã ủng hộ quảng cáo dài hạn. Như một lời tri ân, kính mong quý độc giả ủng hộ sản phẩm và dịch vụ của những cơ sở quảng cáo trên Việt Lifestyles. Ông bà ta ngày xưa có câu, "uống nước nhớ nguồn"; kính mong quý độc giả thương cho Ban Biên Tập và E-kip thực hiện đã bỏ nhiều công sức để cho ra đời món ăn tinh thần mỗi tháng. Vì vậy, khi quý vị xem Quảng Cáo hay bài viết trên Báo Việt Lifestyles, xin quý vị công tâm nhớ nguồn chính xác là xem trên Việt Lifestyles thay vì nói lộn qua tờ báo khác. Xin chân thành tri ân.

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

- Gọi Phone hay Text để biết giá cả quảng cáo:
480-388-9837 (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.

Nhận quảng cáo online trên Social Media Network and banner ad trên trang website: **www.vietlifestyles.com & Facebook**

Địa chỉ tòa soạn:
VIET LIFESTYLE MAGAZINE
2081 N. Arizona Ave #126
Chandler, AZ. 85225

ĐẶT MUA BÁO

Mua một năm đầu
$5.99/cuốn
$72/năm
bao gồm cước phí shipping
info@VietLifestyles.com
Xin vui lòng gởi chi phiếu về địa chỉ:
Check Payment: Viet Lifestyles Magazine ARIZONA
2081 N. Arizona Ave #126
Chandler, AZ. 85225

ĐIỂM TIN SINH HOẠT CỘNG ĐỒNG

Điểm tin ngắn theo thứ tự thời gian những sự kiện hay chương trình đang và sắp sữa xảy ra trong Cộng Đồng tại địa phương và đó đây để quý đọc 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 Nguyện AZ

Hội sinh hoạt mỗi Chủ Nhật từ 9:00AM – 12:00PM tại 2615 West Mariposa Street, Phoenix, AZ 85017. Hội Người Việt Tiện Nguyện AZ có những sinh hoạt thường xuyên như:

Lớp diện 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 dỡ quý đồng hương, xin liên lạc Ông **Ngà Bùi: 602-506-1288** hoặc số **480-235-8451.**

Hội Á Mỹ Cao Niên Arizona

Kể từ ngày 12 tháng 2 năm 2022, Hội Á-Mỹ Cao Niên Arizona sẽ dời đến địa điểm mới: 1920 W.BROADWAY RD. ROOM #107, MESA AZ 85202 (*Bên trong chợ International Marketplace*).

Lịch Sinh Hoạt hằng tháng như sau :

Ngày thứ Bảy tuần lễ thứ 2 và tuần lễ thứ 4.

Thời gian : Từ 10 giờ sáng đến 14 giờ.

Chi tiết xin gọi : Ô. Nguyễn H. Phi 480-216-5955

Ô. Phan T. Nhơn 602-384-5335

Ô. Phan H.P. Quý 503-593-8539

Sinh hoạt Khu hội vùng Phoenix sẽ tạm thời ngưng sinh hoạt cho đến khi có thông báo mới. Mọi chi tiết, xin liên lạc **Phụ tá Hội Trưởng, Phan Thông Nhơn: 602-384-5335** để được hướng dẫn.

Chú-ý: Ghi danh lớp học Anh văn & Luyện thi Quốc tịch, thời gian học sẽ từ 7PM- 9:30PM mỗi thứ Tư hằng tuần kể từ ngày 1 tháng 9 năm 2021. Muốn biết thêm chi tiết, xin liên lạc Thầy Thái Lương (928) 299-0803

Thông Báo Đài Tiếng Nước Tôi Arizona

Đài Tiếng Nước Tôi Arizona đã dời về về địa diểm mới trong khu thương xá Little Sài Gòn Plaza Arizona, toạ lạc tại số **2081 N. Arizona Ave., suite 126, thành phố Chandler, AZ 85225.** (Góc Đông Bắc dường Warner Rd và dường Arizona Ave.)

Với hệ thống và thiết bị mới của phòng studio, quý thính giả không những chỉ nghe âm thanh mà còn sẽ dược nhìn thấy hình ảnh của các xướng ngôn viên và những khách mời trên làn sóng, qua các phương tiện truyền thông xã hội như Facebook và Youtube, Instagram, v.v.

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 dây:

Nghe qua mạng: **www.tntmedia-arizona.com** (Bấm vào nút "Listen Live")

Nghe qua App: Tải App "**Radio Garden**" từ "Play Store" của ứng dụng Google Play hay App Store của Apple. Sau khi install xong, thì tìm "**TNT Media Arizona**". Khi thấy tên của Đài TNT Media Arizona hiện lên, thì bấm vào để nghe.

HỆ THỐNG TRUYỀN THÔNG ASIAN MEDIA NETWORK

Asian Media Network (Hệ Thống Truyền Thông Châu Á) là một cơ quan truyền thông có trụ sở tại Chandler, Arizona, tập trung vào các nền văn hóa và cộng đồng Châu Á trên toàn cầu thông qua các nền tảng thông tin (truyền hình xã hội, phương tiện truyền thông xã hội, đài phát thanh, báo in và báo trực tuyến bằng nhiều ngôn ngữ Á Châu).

Website: **www.AsianMediaNetwork.com**
Phone: **(480) 366-4880**
Email: **info@asianmedianetwork.com**
YouTube | Facebook: **Asian Media Network**
Instagram: **@asianmedianetwork**

Kết Quả Bầu Cử Ban Chấp Hành CĐNVQG Arizona

Kết quả bầu cử Ban Chấp Hành CĐNVQG AZ ngày 16 tháng 4 vừa qua tại 2 địa diểm ở vùng East và vùng West valley, với kết quả như sau: Liên danh Dược sĩ Đặng Thế Khương dã chính thức dắc cử với tổng số phiếu bầu 71 trên tổng số 75, tương dương 95%.

Tân Ban Chấp Hành Cộng Đồng NVQG AZ nhiệm kỳ 2022-2024 gồm:

Dược sĩ Đặng Thế Khương Kevin: Chủ tịch-President

Dược sĩ Đan Phượng Nguyễn: Chief of Staff (Phụ Tá Chánh Hội Đồng Chấp Hành)

Nha Sĩ Quyên (Gwen) Huỳnh: Phó Chủ Tịch Nội Vụ (Vùng West Phoenix)

Dược Sĩ Nguyễn Huỳnh Thiên Phong: Phó Chủ Tịch Nội Vụ (Vùng East Phoenix)

Dược Sĩ Vy Ái Nguyễn: Phó Chủ Tịch Ngoại Vụ (Vùng East Phoenix)

Dược Sĩ Nguyễn Hoàng Ngọc Hân: Phó Chủ Tịch Ngoại Vụ (Vùng West Phoenix)

Alvin Tiệp Nguyễn: Tổng Thư Ký (Vùng West Phoenix)

Trâm Chu: Tổng Thư Ký (Vùng East Phoenix)

Nguyễn Thùy Ngọc: Thủ Quỹ (Vùng East Phoenix)

Minh Thư Trần: Thủ Quỹ (Vùng West Phoenix)

Đỗ Trọng Xuân Hoài (Andy): Trưởng Ban Gây Quỹ

Trần Quốc Chương: Trưởng Ban Kinh Doanh (Marketing)

Dự kiến sẽ có buổi ra mắt tân Ban Chấp Hành Cộng Đồng vào ngày 22 tháng 5 sắp tới dây.

Lễ Truy Điệu & Lễ Tưởng Niệm Ngày Quốc Hận 30/4

Hàng năm dến ngày 30 tháng 4, người Việt hải ngoại khắp nơi tổ chức tưởng niệm ngày Quốc Hận Tháng Tư Đen. Ban Điều Hành Cộng Đồng Người Việt Quốc Gia Arizona, trân trọng kính mời Quý vị Lãnh Đạo tinh thần các Tôn Giáo; Quý vị Hội Trưởng các Hội Đoàn, Đoàn Thể; Quý Đồng Hương và Quý vị đại diện truyền thông, báo chí tham dự 2 buổi lễ trọng dại của Người Việt Quốc Gia lưu vong trên xứ người vào tháng Tư năm 2022:

Lễ Tưởng Niệm Ngày QUỐC HẬN 30 tháng 4: Lễ Tưởng Niệm Ngày QUỐC HẬN 30 tháng 4 như đã thông báo trước dây vào ngày Chủ Nhật, ngày 24 tháng 4 năm 2022 vào lúc 8:00 sáng tại KỲ ĐÀI VIỆT MỸ. Tuy nhiên, vì lý do tài chánh, Hội Cựu Chiến Binh Hoa Kỳ đã cancelled chương trình này năm nay.

Vì vậy, Cộng Đồng Người Việt Quốc Gia AZ sẽ tổ chức ***Lễ Tưởng Niệm Quốc Hận 30/4 và lễ Truy Điệu*** vào thứ Bảy, ngày 30 tháng 4 năm 2022 vào lúc 6:00 giờ chiều tại KỲ ĐÀI VIỆT MỸ, 1700 W Washington St, Phoenix, AZ 85007

VĂN PHÒNG KẾ TOÁN

ĐÔN 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

LUẬT SƯ PHẠM VIẾT 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

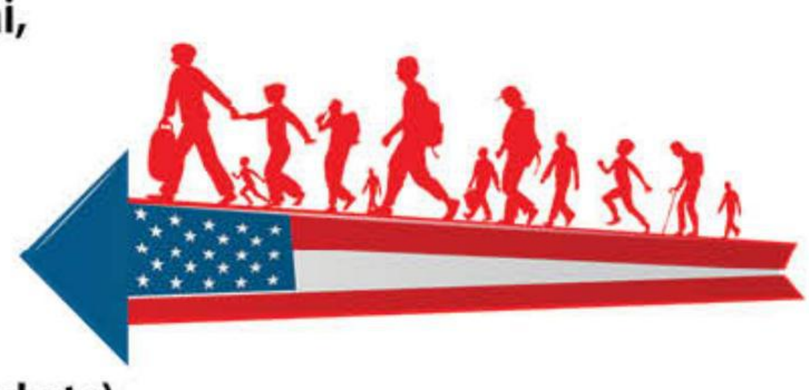
CHUYÊN: THƯƠNG TÍCH CÁ NHÂN, TAI NẠN XE CỘ, BẤT CẨN Y TẾ

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**



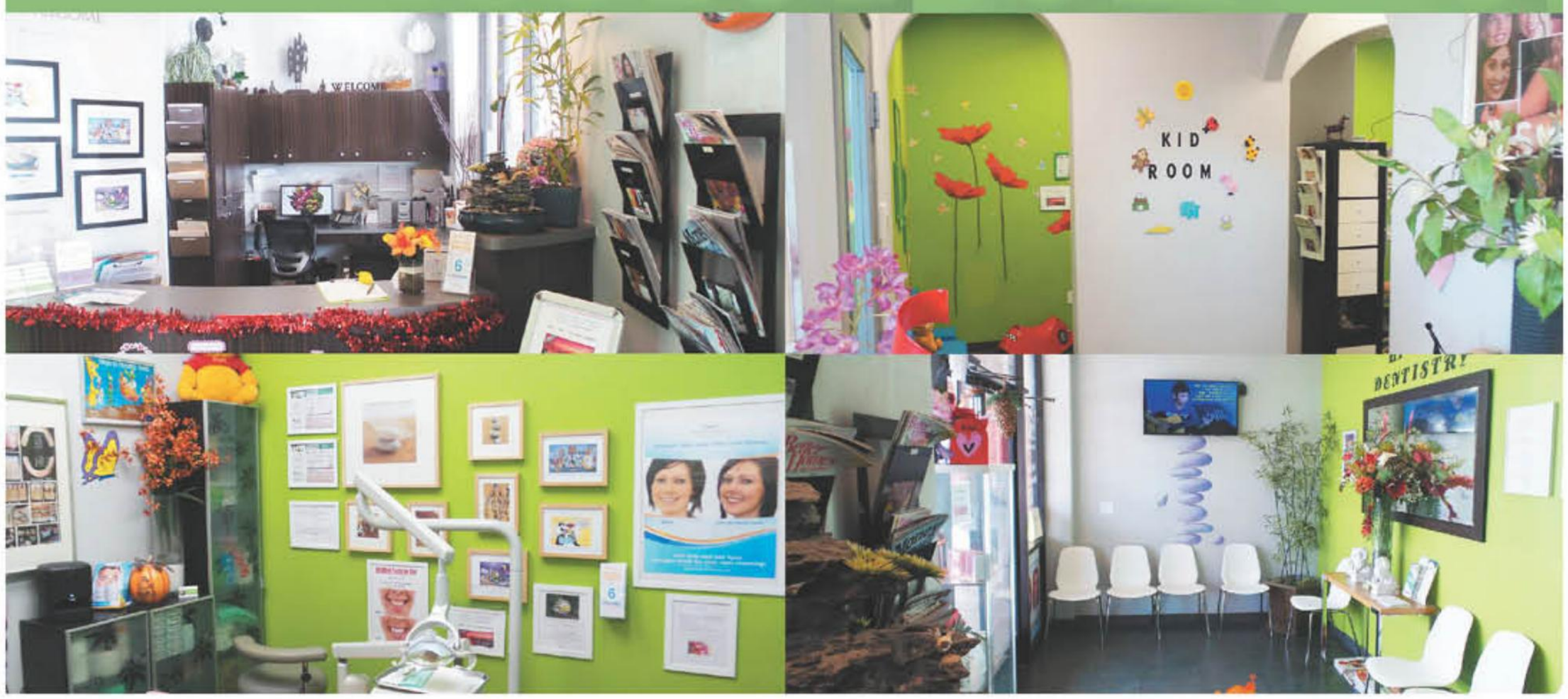
Đặc biệt:

- **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)**

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 lời 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 BỆNH NHÂN KHÔNG CÓ BẢO HIỂM, CAO NIÊN, HỌC SINH

*CHỈ ÁP DỤNG KHI ĐIỀU TRỊ TRÁM RĂNG, NHỔ RĂNG, BỌC RĂNG & LÀM RĂNG GIẢ

Khởi nguồn của những nụ cười duyên dáng

NGA XÂM LƯỢC UKRAINE DƯỚI LĂNG KÍNH CỦA HAI TIẾN SĨ GỐC VIỆT

Đại Dương

Cuộc xâm lăng vào Ukraine của Tổng thống Nga, Vladimir Putin đã hơn một tháng với sự tàn phá mang tính cách hủy diệt, vô luân của Quân đội Nga đã gây phẫn nộ dữ dội từ Cộng đồng quốc tế.

Hành vi bá quyền của Putin đã ghi thêm một điểm xấu cho nước Nga trong cách ứng xử với nước láng giềng khi chỉ có 35 quốc gia, kể cả Việt Nam, bỏ phiếu trắng so với 141 quốc gia lên án cuộc xâm lăng Ukraine tại Đại Hội đồng Liên Hiệp Quốc hồi đầu tháng 3/2022.

Trong bài "Việt Nam trước ngã ba đường và các bài học lịch sử" của TS Nguyễn Tiến Hưng, cư ngụ tại Hoa Kỳ, giúp chúng ta nhìn sự việc sáng tỏ hơn.

TS Hưng trích dẫn tài liệu giải mật cuộc họp giữa Mao Trạch Đông (Trung Cộng) và Jawaharlan Nehru (Ấn Độ) trong ba ngày 19-23-26/1954 để lên án Đế quốc Mỹ "đã đẩy tuyến phòng thủ của mình tới Đại Hàn, Đài Loan và Đông Dương, là những nơi thật xa Hoa Kỳ nhưng lại rất gần chúng tôi. Điều này làm cho giấc ngủ của chúng tôi không được yên giấc".

Sự cáo buộc của họ không khớp với lịch sử thế giới: (1) Quân phiệt Nhật đã chiếm đóng Trung Hoa và nhiều nước khác tại Á Châu mà không nước nào chống được, kể cả Trung Hoa, Đông Nam Á. Lấy đà, Hải quân Nhật tấn công Trân Châu Cảng buộc Hoa Kỳ phải phản công mới giải phóng được Châu Á thoát khỏi ách thống trị của Nhật Hoàng. Sự hiện diện của Quân đội Mỹ tại Nhật Bản sau khi kết thúc chiến tranh đã biến nước Nhật hiếu chiến thành Quốc gia Dân chủ, yêu chuộng hòa bình. Từ bấy đến giờ Liên minh Mỹ-Nhật đã đóng vai trò gìn giữ hòa bình, phát triển, ngăn chặn tham vọng Đế quốc của Mao Trạch Đông. (2) Mao Trạch Đông thúc giục và yểm trợ cho Bắc Triều Tiên tấn công Nam Triều Tiên (1950-1953) buộc Hoa Kỳ và Liên Hiệp Quốc phải can thiệp để dân chúng một nửa Triều Tiên có quyền chọn lựa cuộc sống tự do, hòa bình và phát triển thần tốc. (3) Mao yểm trợ tối đa cho Đảng Cộng sản nhuộm đỏ Đông Dương và gây rối các Quốc gia Đông Nam Á buộc Hoa Kỳ phải đưa quân vào bảo vệ Việt Nam, Cam Bốt, và Lào. Không may, Đảng Dân Chủ của Mỹ đã yểm trợ tinh thần và vật chất tạo điều kiện cho cộng sản làm chủ Bán đảo Đông Dương. Hoa Kỳ làm chủ Biển Nam Trung Hoa nên hạt giống Mao Trạch Đông khó thành cây ở Phi Luật Tân, Mã Lai Á, Indonesia, Tân Gia Ba, và Brunei.

Hiện nay, Trung Cộng là mối đe dọa lớn nhất đối với nền hòa bình và phát triển trên thế giới bởi Chủ tịch Tập Cận Bình đang nối tiếp tham vọng của Mao Trạch Đông.

Nehru chỉ trích Chủ nghĩa Đế quốc, nhưng, bản thân lại tổ chức và lãnh đạo Phong trào Không Liên kết từ năm 1955 với 120 thành viên và 17 quan sát viên. Ấn Độ nghèo, lạc hậu chưa phát triển nên chẳng giúp gì cho các hội viên cải tổ cuộc sống đói nghèo và chấm dứt chiến tranh triền miên, kể cả Ấn Độ nếu so sánh với đời sống an bình thịnh vượng của các dân tộc Nhật Bản, Đại Hàn, Tân Gia Ba, Đài Loan, và Hồng Kông.

Hiện nay, Phong trào Không liên kết là một thây ma chưa chôn. Thủ tướng Ấn Độ, Narendra Modi đã hơi nghiêng về phía Mỹ, tuy nhiên, chưa chia tay hẳn với Nga và Trung Cộng.

Biển Nam Trung Hoa (SCS) không thuộc chủ quyền của Trung Cộng mà là vùng Biển Quốc tế được quy định rõ ràng và chi tiết trong Công ước Liên Hiệp Quốc về Luật Biển năm 1982 (UNCLOS) mà Bắc Kinh đã ký và phê chuẩn. Vì thế, chiến hạm, tàu bè của nước nào cũng có quyền đi lại và hoạt động như đã được định trong UNCLOS.

TS Nguyễn Tiến Hưng có thể quá lạc quan nên viết "dù thuộc đảng phái nào thì Mỹ cũng kiếm cách xích gần Việt Nam để làm mạnh lá chắn Phương Nam". Thực tế, mỗi khi đảng nào ở Mỹ lên cầm quyền đều thay đổi chính sách toàn diện hoặc từng phần mà các nước khác phải tìm cách thích ứng.

Trong năm đầu nhiệm kỳ Tổng thống Trump đã thăm Việt Nam và 2018 chuyển đổi Bộ Chỉ huy Thái Bình Dương (Pacific Command-PACOM) thành ra Bộ Chỉ huy Ấn Độ - Thái Bình Dương (INDOPA-

COM); thành lập một Binh chủng Thứ sáu: Lực Lượng Không Gian (Space Force) nâng ngân sách của Lực lượng này từ 40 triệu USD lên 1,5 tỷ USD, tăng gấp 27 lần. Tới ngày 26/03/2020 vào chính lúc khủng hoảng Covid lên cao ông Trump vẫn theo dõi Lực Lượng Không Gian phóng vệ tinh đầu tiên AEHF-6 từ Florida. Đây là vũ khí thay cho B-52 từng liên tục 24/24 giờ - bay sát biên giới Liên Xô trong suốt thời gian chiến tranh lạnh.

Chính quyền Barack Obama-Joe Biden "Xoay trục sang Châu Á" làm cho Phi Luật Tân mất Bãi cạn Scarborough Shoal và ngư trường truyền thống năm 2012. Obama và Tập gặp tay đôi trong nhà tư nhân ở California năm 2013 để chia đôi Thái Bình Dương. Năm 2014, Bắc Kinh đưa Giàn khoan nước sâu HD 981 vào hoạt động trong Vùng Đặc quyền Kinh tế (EEZ) của Việt Nam suốt ba tháng (có thể thăm dò trữ lượng băng cháy = natural hydrate?), đồng thời, bồi đắp 7 đảo nhân tạo ở Spratly Islands mà 3 đã thành cứ điểm quân sự.

TS Hưng có lẽ khá nhiệt tình khi viết "Chúng tôi cho rằng Việt Nam nên tận dụng những cơ hội đang tới để có thể dùng sức mạnh kinh tế, khoa học, và kỹ thuật của Mỹ để đưa kinh tế Việt Nam trở thành một nước đã phát triển (developed country), như Nhật Bản và Đại Hàn đã thành công. Đó là con đường chắc chắn và ít nguy hiểm nhất để giữ độc lập cho một nước ở bên cạnh một người láng giềng đầy tham vọng như Trung Quốc".

Việt Nam Cộng sản rất khó thực hiện: (1) Trung Cộng là một nước đế quốc, độc tài, cộng sản nên sự kiểm soát, giám sát nghiêm ngặt mọi hoạt động liên quan đến chính phủ hoặc người nước ngoài. Bắc Kinh nắm thóp Hà Nội nên phải dìm Việt Nam. (2) Chính phủ Việt Nam và doanh nghiệp quốc doanh hoặc do Nhà nước kiểm soát đều răng rắc tuân theo. (3) Hệ thống chính trị Liên Xô có thể làm thui chột các dự án kinh tế nên mãi tới nay lợi tức bình quân đầu người Việt Nam chỉ được 11,000 USD. (4) Việt Nam có hệ thống tham nhũng khủng khiếp nên vốn đầu tư từ nước ngoài sẽ được cán bộ đem về chính gốc qua nhiều hình thức khác nhau thay vì dùng để phát triển đất nước theo mô hình Nhật Bản, Đại Hàn, Tân Gia Ba, Hồng Kông (trước khi bị Bắc Kinh khống chế), và Đài Loan.

Tiến sĩ Nguyễn Hồng Hải, nghiên cứu viên tại Trung tâm Tương lai Chính sách, Khoa Nhân văn và Xã hội học thuộc Đại học Queensland, Úc đã trả lời chi tiết rườm rà trên BBC ngày 23/03/2022 về vụ Nga xâm lược Ukraine.

TS Hải cố biện minh cho Việt Nam nằm trong số 35 quốc gia bỏ phiếu trắng so với 141 quốc gia chống bằng lập luận "Việt Nam không bỏ phiếu chống vì chẳng làm thay đổi kết quả, làm mất tình đồng minh thắm thiết với Nga và Ukraine nên phiếu trắng cũng đồng nghĩa với chống mà khỏi mang tiếng vô ơn".

Đảng Cộng sản Việt Nam chứ không phải dân tộc Việt Nam mắc nợ người Nga và Ukraine. Việc bỏ phiếu tại Liên Hiệp Quốc nhằm xác định thái độ của mỗi quốc gia đối với cuộc xâm lăng vô lý của Tổng thống Putin. Đó là biện pháp chống các cường quốc ỷ vào sức mạnh mà đàn áp, hiếp đáp các nhược tiểu, đặc biệt có cùng biên giới. Nên nhớ, Việt Nam muôn đời là miếng mồi hấp dẫn cho tham vọng xâm lược và đồng hóa của Chủ nghĩa Đại Hán.

Sở dĩ, Bắc Kinh chưa ra tay vì chưa đủ điều kiện.

Trước tiên, Bắc Kinh phải cài đặt những nhà lãnh đạo Việt Nam cư xử và hành động vì lợi ích của Trung Cộng. Kế đến, tuần tự lập những "đặc khu của người Hoa" từ Bắc chí Nam đợi khi thời cơ chín muồi thì nổi lên đòi tự trị. Nếu những đặc khu người Hoa ở Chợ Lớn, Bình Dương, Đà Nẵng, Hải Phòng, vài tỉnh miền núi phía Bắc… đồng loạt nổi lên đòi tự trị thì giới lãnh đạo Việt Nam dám chống hay sao?

Tổng thống Ngô Đình Diệm xử dụng luật pháp quốc gia buộc người Tàu phải nhập tịch mà cùng chung sức gánh vác sơn hà và cấm người ngoại quốc không được quyền kinh doanh 13 món hàng thiết yếu của người Việt. Tham vọng đặc khu người Tàu đã bị vô-hiệu-hóa.

Hơn 76% người Singapore gốc Tàu nên Thủ tướng Lý Quang Diệu quyết định xử dụng tiếng Anh làm ngôn ngữ chính thức đã tránh được nguy cơ bị rơi vào chủ trương đồng hóa của Bắc Kinh. Bắc Kinh đang cố gắng thúc giục người Hoa lớn tuổi ở Singapore phải nói tiếng quan thoại để giáo dục con cháu về nguồn gốc Tàu trong Cộng đồng Tân Gia Ba.

TS Hải trích dẫn 14 chữ của ngoại giao Việt Nam do Thủ tướng Phạm Minh Chính phát biểu tại Hội Nghị Ngoại Giao lần thứ 31 (tháng 12/2021) "Tình cảm, chân thành, tin cậy, bình đẳng, hiệu quả, và cùng phát triển" để giải thích kiểu "Ngoại giao cây tre của Hà Nội" đặt trong vấn đề bảo vệ chủ quyền và an ninh quốc gia, đó là ngoại giao lấy vấn đề chủ quyền và an ninh quốc gia làm cái gốc, nền tảng và bất biến. Vì bất biến nên không được phép thỏa nhượng. Nhưng cách thức bảo vệ thì uyển chuyển và linh hoạt".

Công hàm Phạm Văn Đồng ngày 14/9/1958 đã nhường "chủ quyền và quyền-chủ-quyền cùng quyền-tài-phán" cho Trung Cộng có dữ kiện tuyên bố chủ quyền 95% Biển Nam Trung Hoa (SCS). Bây giờ, Hà Nội "mở miệng mắc quai" nên không dám ngang nhiên như Phi Luật Tân kiện Trung Cộng ra trước Tòa án Trọng tài Thường trực về Luật Biển (PCA) và đã thắng tuyệt đối. Ukraine còn có Liên Âu mà Việt Nam chắc cô độc nếu bị Trung Cộng tấn công?

Ukraine đã tách khỏi Nga, nhưng, giới lãnh đạo vẫn bám vào Putin cho tới khi diễn viên hề Volodymyr Zelensky, 45 tuổi, được hơn 70% phiếu bầu Tổng thống năm 2019 thì nền độc lập dân tộc đã củng cố.

Cộng sản Việt Nam từ thời Hồ Chí Minh cho đến nay vẫn tôn thờ Liên Xô (Nga) và Trung Cộng. Hà Nội xét sự việc qua lăng kính ý-thức-hệ thay vì dân tộc tính nên Việt Nam lãnh đủ mọi tai ương khủng khiếp, dai dẳng.

Từ xưa tới nay, kiếp nạn của dân tộc Việt Nam phần lớn đều do giới tinh hoa gây ra. Giới này sẽ dẫn dân tộc đi tới cường thịnh, văn minh khi biết đặt lợi ích quốc gia trên cá nhân và phe nhóm. Ukraine nổi tiếng anh hùng khi đặt quyền lợi dân tộc trên nhu cầu cá nhân, đảng phái.

Tất cả "vì đảng" là con đường bi đát chỉ dẫn tới máu và nước mắt.

Kinh nghiệm này mong người Việt trên dãi đất hình chữ S và khắp thế giới ghi lòng tạc dạ vì sự tồn vong và phát triển của dân tộc.

Tài liệu tham khảo:

- Việt Nam trước ngã ba đường và các bài học lịch sử (TS Nguyễn Tiến Hưng, cư ngụ Mỹ).

- Nga xâm lược Ukraine và "Ngoại giao cây tre" của Việt Nam (TS Nguyễn Hồng Hải du học Úc).

VĂN PHÒNG PHÁP LÝ

Chuyên Lo Bồi Thường Tai Nạn Xe Cộ

EDWARDS & WU
P.L.L.C.
Attorneys At Law

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

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

GIỜ MỞ CỬA:
Monday – Thursday and **Sunday**:
11:00AM- 9:00PM
Friday – Saturday:
11:00AM - 9:30PM
Closed Every **Tuesday**

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**

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

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

480.410.4971

47 Năm Nhìn Lại

(Từ 30-4-1975 Đến 30-4-2022)

Phan Hoàng Phú Quý

Nếu tính theo thời gian sống của một đời người, thì 47 năm qua, quả là một thời gian dài kể từ Biến Cố Tháng Tư Đen 75. Nhưng không phải vì thời gian dài mà chúng ta quên đi được những tang thương mất mát, những tủi nhục đắng cay, những oan khiên nghiệt ngã, những bắt bớ tù đày, những đối xử bất công, những ganh ghét hận thù và nhiều cái những khác nữa không sao kể ra hết được!

Do đó, cứ mỗi độ tháng Tư về thì những hình ảnh chiến tranh, bom rơi, đạn lạc, chết chóc chia ly, đau thương tan vỡ, ngậm ngùi xót xa lại in đậm rõ nét hơn trong tâm khảm mọi người chúng ta. Đặc biệt trong năm nay (2022) khi chúng ta chứng kiến cuộc chiến xâm lược của quân đội Nga vào Ukraine, chỉ mới 1 tháng thôi mà sự tàn phá thật khủng khiếp, những hình ảnh tàn phá sống động gây chết chóc của chiến tranh qua các đài truyền hình cũng như các trang internet toàn cầu, làm cho mỗi người chúng ta càng thêm đau lòng, ngậm ngùi, xót xa, thương cảm cho những dân tộc nhược tiểu, muốn có một cuộc sống yên bình cũng không thể được!

Hôm nay nhìn lại 47 năm qua , chúng ta cùng nhau "Ôn Cố Tri Tân" từ những ngày đầu tán loạn bỏ nước ra đi bằng nhiều phương tiện khác nhau, vượt biển, vượt biên, diện H.O, diện con lai, diện đoàn tụ gia đình v.v...

Dù cho chúng ta thuộc bất cứ ở "diện" nào thì trước hết chúng ta cũng phải qua giai đoạn đầu tiên (không phải "tiền đâu?" nha) đó là Giai Đoạn Định Cư.

Giai Đoạn Định Cư đòi hỏi chúng ta tìm hiểu và học hỏi ngôn ngữ cũng như những phong tục tập quán nơi mình cư trú, để cho chúng ta dễ thích nghi và hội nhập vào đời sống xã hội tại địa phương một cách mau chóng và hiệu quả hơn.

Giai đoạn kế tiếp đó là Giai Đoạn Xây Dựng.

Giai Đoạn Xây Dựng là giai đoạn chúng ta cần có công ăn việc làm ổn định, có nhà, có xe... Giai đoạn này cần nhiều thời gian hơn, có người phải tới trường học lại 3, 4 năm để thi lấy bằng hoặc chứng chỉ hành nghề, có người thì bắt đầu từ con số 0 và tiến bước theo thời gian, tuy chậm nhưng rồi cũng thành công như ý nguyện.

Tiếp theo là Giai Đoạn Ổn Định.

Giai Đoạn Ổn Định là giai đoạn đòi hỏi chúng ta suy nghĩ đắn đo về nơi chốn chúng ta muốn sống, muốn an cư lạc nghiệp lâu dài cho tương lai. Có rất nhiều người một khi đã đủ vốn liếng về khả năng ngôn ngữ, bằng cấp và kinh nghiệm chuyên môn, thì họ muốn tìm đến những vùng đất hiền hòa hơn, khí hậu nắng ấm, mát mẻ hơn, và nhất là có nhiều người Việt sinh sống hơn, để những khi Tết đến Xuân về "Vẫn còn đây, vẫn con đây các con của Mẹ. Vẫn còn đây, vẫn còn đây các con của Cha" chúng ta cảm thấy ấm lòng hơn, nơi xứ lạ quê người.

Giai đoạn sau cùng là Giai Đoạn Bảo Tồn và Phát Huy.

Qua những tháng năm dài sống trên đất nước tự do, chúng ta mỗi người đều có thời gian học hỏi trao dồi kiến thức và trải nghiệm những hiểu biết đó trong cuộc sống hàng ngày, đồng thời dấn thân tham gia vào các sinh hoạt chính trị, xã hội và tôn giáo nơi mình cư ngụ.

Nhìn những thành quả lớn lao của các học sinh và sinh viên Việt Nam tốt nghiệp ưu hạng mỗi năm, những cá nhân, những gia đình, xuất sắc trong các sinh hoạt của cộng đồng nơi mình cư ngụ, những cơ sở thương mại, những trung tâm mua sắm sầm uất cũng mọc lên khắp mọi nơi, những Đình Chùa, Nhà Thờ của các tôn giáo đều được xây dựng thật nguy nga và tráng lệ, hầu đáp ứng cho nhu cầu sinh hoạt cũng như đời sống tâm linh của mọi người.

Các Ban Chấp Hành Cộng Đồng Người Việt, Hội Đồng Hương, Hội Cựu Quân, Cán, Chính VNCH, Hội Cựu Học Sinh, Trường Việt Ngữ và rất nhiều tổ chức, đoàn thể khác được thành lập với mục đích trước hết là tương thân, tương ái, hướng dẫn và giúp đỡ lẫn nhau trong cuộc sống nơi xứ lạ quê người, sau nữa là có bổn phận Bảo Tồn và Phát Huy Văn Hóa Cổ Truyền của Dân Tộc Việt.

Chúng ta cùng nhau hãnh diện vì đã vượt qua được những thử thách, những cam go, những hệ lụy mất mát, khổ đau lúc ban đầu, để rồi phấn đấu vươn lên và gặt hái được những kết quả mỹ mãm như hiện nay tại xứ người.

MAI AIR CONDITIONER

Dịch Vụ Lắp Ráp & Sửa Máy Lạnh
(Commercial & Residential Air Conditioning Service)

Định giá miễn phí
Hãy gọi cho Hưng Nguyễn:
(480) 406-2608

- Hãy tận hưởng HƠI MÁT trong nhà hay cơ sở thương mại của quý vị với hệ thống máy điều hoà không khí.
- Chuyên sửa và lắp ráp hệ thống máy lạnh/máy sưởi
- Nhận bảo trì hàng năm cho hệ thóing máy lạnh ở nhà và cơ sở thương mại
- Uy tín, tận tâm, chuyên nghiệp

Trên 15 năm phục vụ quý đồng hương vùng Arizona

Chúng tôi phục vụ 24 giờ cho những nhu cầu khẩn cấp

VĂN PHÒNG ĐỊA ỐC

Mua Bán Nhà Cửa - Cơ Sở Thương Mại - Đất Đai
Khắp Tiểu Bang Arizona

MICHAEL PHUONG TRAN

480-370-7411 miketran.realtor@gmail.com

ĐẶC BIỆT! ĐẶC BIỆT!

BÁN NHÀ: **TRẢ 1% CHO NGƯỜI ĐẠI DIỆN BÁN NHÀ!**

MUA NHÀ: **ĐƯỢC TRẢ LẠI CHO NGƯỜI MUA**

UP TO $15K TẠI TITLE COMPANY TÙY THEO GIÁ NHÀ.

CẦN BÁN GẤP!!! CẦN BÁN GẤP!!!

- **Tiệm Nail Salon ở thành phố Scottsdale, đẹp, rent rẻ, với giá bán $89K**
- **Nhà Hàng đẹp, sang trọng, lợi tức cao, bán với giá $290K.**

Prestige Realty | 17505 N. 79th Ave., Glendale, AZ 85308

Khu thương xá Little Saigon Plaza Arizona

Khu thương xá Little Saigon Plaza Arizona với gần 100,000 sq ft, nằm ngay góc của hai giao lộ đường Warner và Arizona Ave, cách chợ Lee Lee (2 blocks đường), cách khu downtown thành phố Chandler (2 block đường), cách chợ Ranch 99 (4 miles). Theo thống kê Census 2020, thành phố Chandler là thành phố có đông dân Á Châu nhất trên toàn tiểu bang Arizona. Việc thành lập khu thương xá Little Saigon Plaza đầu tiên ngay tại trung tâm thành phố đông dân Á Châu nhất Arizona, với cổng chào Welcome To Little Saigon Arizona là mơ ước và mong đợi của rất nhiều người.

Hiện nay tại Khu Little Saigon Plaza AZ, ngoài những businesses hiện có: Uptown Jungle, Auto Park, Dental Office, Childcare, Hot Pot Caribean Food, v.v... còn có thêm một số doanh nghiệp Việt Nam và Á Châu đã và đang đi vào hoạt động: Trường Turning Point Beauty College Chandler, First Reflexology, Saigon Bistro Pho & Seafood, và Hệ thống truyền thông Đài Asian Media Network. Bên cạnh đó, còn có trung tâm An Lạc Adult Day Care Center & Event Center với sức chứa 500 người nơi lý tưởng tổ chức các buổi họp mặt events sắp sửa khánh thành.

Do dịch COVID, nên một số công trình bị đình trể hay hoãn lại, hiện khu Little Saigon Plaza Arizona vẫn còn vài chổ trống, ưu tiên cho quý doanh nghiệp Việt Nam vào đây ký lease mở nhà hàng, business, tiệm hair salon, Boba, văn phòng bác sĩ....

Mọi chi tiết vui lòng liên lạc:
480-213-5987

CURRENT AVAILABILITY	
Suite 116-117 ±5,608 SF $14.00 NNN	Former dance studio
Suite 125 ±1,300 SF $14.00 NNN	Former restaurant with dining area, kitchen, private restroom, outdoor patio
Suite 127 ±1,268 SF $19.00 NNN	Former hair salon, open reception area, 1 private styling area, water hook ups for shampoo bowls, washer/dryer hookups, break room, storage closet, restroom
Suite 128-130 ±4,122 SF $19.00 NNN	Partially built out restaurant
Suite 131 ±1,400 SF $19.00 NNN	Open office with a restroom
Suite 133 ±1,400 SF $19.00 NNN	Open layout with two storage rooms and plumbing for a restroom
Suite 135 ±4,217 SF $19.00 NNN	Open layout, 2 offices, large storage area in back with two 3 foot and one 4 foot doors located in back of suite, one rest room

ĐIỂM QUA CÁC LOẠI VŨ KHÍ TẠI CHIẾN TRƯỜNG UKRAINE

Lê Hữu Uy - Tổng hợp

Apil 24, 2022, khởi đầu "Chiến dịch quân sự đặc biệt" của Nga do Tổng thống Vladimir Putin chủ trương nhằm thay đổi chế độ tổng thống Ukraine Zelansky thân Tây Phương và có ý định tham gia Liên minh quân sự NATO, tiềm ẩn đe dọa an ninh biên giới phía Tây của Nga. Nhiều nguyên do khác nhau đưa đến cuộc tấn công bị tổn thất nặng nề hơn chục ngàn binh sĩ bị loại khỏi vòng chiến, 07 Tướng lãnh và hàng tá sĩ quan cao cấp Trung tá, Đại tá là tư lệnh lữ đoàn, trung đoàn, sư đoàn hay quân đoàn tử trận. Tank + Thiết giáp bị phá hủy la liệt, trực thăng rơi rụng lã tả. Quân đội Nga, mặt Bắc ngưng tấn công thủ đô Kyiv, rút quân sang Belarus để tái bố trí và bổ sung quân số, chỉ còn mặt trận phía Đông và phía Nam. Hải quân cũng hư hại 2 tàu đổ bộ (3000 tấn), 01 hộ tống hạm trang bị hỏa tiển (1700 tấn), nặng nề nhất là chiếc tuần dương hạm Moskva (12,500 tấn), soái hạm hạm đội Biển Đem cũng bị đánh chìm.

Tại sao quân đội Ukraine yếu kém mà có thể gây tổn thất nặng nề cho một quân đội hiện đại hùng mạnh đứng hàng thứ 2 trên thế giới?

Lê Hữu Uy

Founder & Adviser of Arizona Vietnamese Culture Club

Vietnamese Culture Director in Arizona Asian American Association

So sánh sức mạnh quân sự giữa Ukraine và Nga

	Ukraine	Nga
Binh sĩ	**1.096.600**	**2.900.000**
Tác chiến	196.600	900.000
Dự bị*	900.000	2.000.000
Xe tăng chiến đấu chủ lực	987	3.417
Máy bay chiến đấu	124	1.391
Trực thăng chiến đấu	57	407
Xe thiết giáp	831	7.272
Đạn pháo	1.818	5.899

*Ghi chú: Lực lượng dự bị bao gồm những người đã phục vụ trong quân ngũ trong vòng 5 năm

Nguồn: Military Balance 2022 BBC

Bảng so sánh quân lực Nga và Ukraine – Theo Military Balance 2022

Cuộc tấn công Ukraine bắt đầu từ ngày Feb 24, 2022, theo RFI, tổng thống Nga Vladimir Putin ra lệnh 100 ngàn binh sĩ cùng 1.000 Tank và 4.000 thiết giáp ồ ạt vượt biên giới tấn công Ukraine, sau đó tăng cường thêm 50,000 quân trừ bị, chiến xa, thiết giáp đang túc trực bên kia biên giới lãnh thổ Nga và Belarus. Như vậy lực lượng Nga tham chiến rất hùng hậu tổng cộng khoảng 150,000 quân, vũ khí tối tân vượt trội nhưng lực lượng vũ trang Ukraine vẫn ngăn chặn được bước tiến công "Chiến dịch quân sự đặc biệt" nhằm chiếm thủ đô Kyiv nhanh chóng trong vài ngày và cũng có thể chiến thắng Ukraine trong tuần lễ.

VŨ KHÍ NGA (Phía xâm lược)

Nga là cường quốc quân sự đứng hàng thứ 2 trên thế giới, với nhiều vũ khí hiện đại, tổng quát gồm:

+ Bộ binh: Quân chủ lực 900,000 binh sĩ, các loại Tank 3417 chiếc, Thiết giáp 7272 chiếc, pháo binh 5899 khẩu (gồm pháo lựu, phóng loạt và tự hành), …

+ Không quân có 1391 chiến đấu cơ, 407 trực thăng các loại và một số UAV, …

+ Hạm đội Biển Đen (Hắc Hải) hải quân Nga: Soái hạm Moskva, 5 khu trục hạm gồm Krivak Class (2 chiếc), Grigovik Class (3 chiếc) và 3 hộ tống hạm tất cả đều có trang bị hỏa tiển hạm. Tàu ngầm và khoảng 20 chiến hạm các loại khác như pháo hạm, tàu tuần tra, đổ bộ, vận tải, tiếp tế hậu cần. (Theo chuyên trang Mer et Marine).

1a- BỘ BINH NGA

Tank T-90S bị hỏa tiển chống chiến xa Javeline bắn hạ (Ảnh Twitter.Webp)

+ Tank T-90S, là Tank chủ lực của quân đội Nga, nặng 50,2 tấn, trang bị pháo Rheinmetall 120 mm, 1 súng máy phòng không 12,7 mm và 1 súng máy 7,62 mm.

Ngoài ra lực lượng Tank+ Thiết giáp Nga biên chế các loại Tank: T-72B3, T-80BVM, … Thiết giáp: BMP-3, BMPT Terminator, BTR-82A, BTR-80, … và Thiết giáp BMD-2 (Đổ bộ đường không). Quân đội Nga, chưa thấy loại Tank T-14 Armata tối tân nhất tham gia trận chiến tại Ukraina.

Súng cối tự hành 2S4 Tyulpal 240 mm (Ảnh Internet)

Súng cối tự hành 240 mm đặt trên khung gầm bách xích, nặng 30 tấn, 1 súng máy 7,62 mm, tầm bắn đạn thường 9,65 km, với đạn tăng tầm lên đến 20 km. Sức công phá mãnh liệt với đạn 130 kg thuốc nổ, lại không chính xác nên thường gây thiệt hại cho dân thường. Quân Nga thường sử dụng để pháo kích tàn phá đô thị nên có biệt danh *"Kẻ hủy diệt đô thị"*!

Hình ảnh thành phố Aleppo, Syria (2012-2014) trở thành đống gạch vụn, và hôm nay hãy nhìn cảnh tan hoang của các thành phố Kharkiv, Kherson, Mariupol, … của Ukraine thì có thể hiểu được "Kẻ hủy diệt đô thị" là như thế nào?!

+ Pháo tự hành: 2S3M Akatsiya 152 mm, nặng 28 tấn, tầm bắn đạn thường 18,5 km, đạn tăng tầm 24 km, 01 súng máy 7,62 mm điều khiển từ xa.

Quân đội Nga còn sử dụng các loại pháo tự hành 2S-35 Koalitsiya-SV 155 mm, 2S-7 Pion 203 mm, 2S31 Vena 120 mm, …

Hỏa tiễn OTR-21 Tochka chống radar (Ảnh Internotika.com)

Hỏa tiễn OTR-21 Tochka (SS-21 Scarab) là loại hỏa tiễn chuyên chống Radar theo phương thức hướng dẫn quán tín Radar thụ động, có 3 biến thể đạn hỏa tiễn: A, nặng 2000 kg, tầm 70 km; B, nặng 2010 kg, tầm 120 km; C, nặng 1800 kg, tầm 85 km. Cả 3 loại đạt tốc độ Mach 5,3, mang nhiều loại đầu đạn khác nhau như: Hóa học, hạt nhân 100 Kt, EMP (chống Radar) hoặc phân mãnh.

+ Hỏa tiễn đạn đạo: Iskander, pháo phóng loạt Grad-21, súng chống Tank RPG-29 Vampire, …

2a- KHÔNG QUÂN & HỎA TIỄN NGA

Không quân Nga tham chiến tại Ukraine gồm các loại chiến đấu cơ như: Su-27, Su-30S, Mig-31K và loại Su-35 tối tân thế hệ 4++ của Nga hiện nay.

Su 35 của Nga bị bắn rơi tại Ukraine (Ảnh Pravda Gerashchanco)

+ Sukhoi Su-35, là loại chiến đấu cơ đa nhiệm thế hệ 4++, tầm hoạt động bán kính 1600 km, trần bay 18 km, Mach 2,35 (2500 km/giờ). Trang bị vũ khí gồm 1 pháo 30 mm, các loại hỏa tiễn không đối không, không đối đất hoặc một số loại bom gắn dưới cánh tùy theo nhiệm vụ chiến đấu.

Mới đây chiếc Su-35 của Nga bị chiếc Mig-29 của Ukraine bắn hạ làm một số nước mua vũ khí Nga phải đặc biệt quan tâm.

Trực thăng võ trang Ka-52 Alligator (Thợ săn đêm)

+ Trực thăng võ trang Kamos Ka-52 Alligator, được mệnh danh là "Thợ săn đêm" bởi vì tác chiến hữu hiệu cả trong đêm tối. Tốc độ 310 km, tầm hoạt động 520 km, trần bay 3,6 km. Trang bị 6 hỏa tiễn chống Tank Vikhr có Laser dẫn đường, 4 hỏa tiễn Igla không đối không, 2x10 Rocket tấn công mặt đất và 1 pháo A-30 mm Shipunov 2A42.

+ Quân Nga đã sử dụng nhiều trực trăng Mi-8, Mi-17, là phương tiện vận chuyển nhanh chóng binh lính đổ bộ đánh chiếm các vị trí trọng yếu của Ukraine, từng đàn 30 - 40 chiếc chuyển quân, và cũng là mục tiêu của hỏa tiễn phòng không vác vai Stinger (Mỹ), Strenla (Liên Xô) và Osa 9K33 "Ong Bắp Cày" (Ukraine) bắn hạ hàng loạt.

+ Ilyushin Il-76MD là máy bay vận tải lính dù đổ bộ của Nga, tốc độ 850 km/giờ, trần bay 15,5 km, tầm hoạt động 3650 km, trang bị 2 pháo 23 mm. Chở được 140 binh sĩ, hoặc 125 binh sĩ với đầy đủ vũ khí.

Khi chở lính dù đổ bộ xuống khu vực gần Kyiv, 2 chiếc Il-76 của không quân Nga bị không quân Ukraine bắn hạ.

Hỏa tiễn phòng không siêu âm S-350E Vityaz 50R6 của Nga

+ Hỏa tiễn phòng không S-350E Vityaz 50R6 hiện đại thay thế các loại hỏa tiễn phòng không S-300PS/S-300PT-1A. Có 2 loại đạn hỏa tiễn 9M96E2 tầm 120 km, trần bắn 30 km, loại 9M96E tầm 40 km, trần bắn 20 km, cả hai đều có đầu nổ 24 kg, Mach 5,3.

+ Ngoài ra quân đội Nga còn dùng các loại phòng không khác củ hơn như Buk-1M, S-300, Tunguska, …

+ Máy bay không người lái AUV Kub-Bla, UAV Orlan-10 là trong số các loại máy bay không người lái dùng trong cuộc xâm lược Ukraine.

Hỏa tiễn siêu âm Kinzhal tối tân nhất của Nga

Hỏa tiễn Kinzhal được trang bị cho Mig-31K hoặc máy bay ném bom Tu-22M3/M, đầu đạn thường 500 kg, hoặc đầu đạn hạt

nhân 100 Kt-500 Kt, tầm bắn 2000 km, trần bay 20 km, Mach 10-12.

Tại Ukraine, mới đây không quân Nga đã sử dụng qua hỏa tiển siêu âm Kinzhal đầu nổ thường, tuy nhiên chỉ hạn chế nhằm thị uy NATO và Mỹ hoặc củng cố tinh thần binh sĩ đang sa súc.

3a- HẢI QUÂN NGA

Nga có 3 hạm đội: Biển Đen, Bắc Hải và Thái Bình Dương. Tham dự trận chiến tại đây, hạm đội Biển Đen huy động hơn chục tàu gồm khu trục hạm, hộ tống hạm trang bị hỏa tiển tối tân Kalibr, tàu đổ bộ trên 3000 tấn, trong số đó đáng kể là tuần dương hạm Moskva (12,500 tấn), soái hạm của hạm đội Biển Đen. Một số chiến hạm Nga bị phá hủy bởi hỏa tiển Neptune phòng thủ bờ biển của Ukraine.

Hộ tống hạm Vasily Bykov (Navy Recognition)

+ Ngày Mar 07, hộ tống hạm Vasily Bykov thuộc hạm đội Biển Đen của Nga bị bắn cháy hư hại phải trở về cảng, đây là loại chiến hạm mới của Nga sản xuất năm 2014.

Tàu Vasily Bykov dài 94 m, trọng tải 1700 tấn đầy tải. Trang bị 1 pháo 76,2mm, 2 súng máy 14,5 mm, 08 hỏa tiển Kalibr, 1 dàn hỏa tiển phòng không Gibka 3M47, 2 dàn Rocket DP-64 và ngư lôi 324 mm, mang theo 1 trực thăng Ka-27.

+ Hỏa tiển Kalibr (hải đối đất) tấn công chính xác tương tự như Tomahawk của Mỹ, có nhiều loại biến thể, đây là 2 loại tiêu biểu: 3M-54E tầm 300 km, 3M-14/3M-14T tầm tối đa 2500 km, đầu đạn 500 kg thuốc nổ, Mach 0,8 hành trình và Mach 2,5 khi tấn công mục tiêu.

+ Hỏa tiển siêu vượt âm 3M22 Zircon (hải đối đất), tầm 1000 km, trần bay 28 km, Mach 8-9, mang đầu đạn thường 300 kg hoặc đầu đạn hạt nhân 200 Kt.

Tàu đổ bộ lớp Ozov của Nga bị bắn cháy tại cảng Berdyansk cách cảng Mariupol 70 km (Ảnh Webp)

+ Mar 21, Tại cảng Berdyansk, lực lượng đặc nhiệm Ukraine dùng Rocket bắn chìm 01 tàu đổ bộ lớp Ozov trọng tải 3000 tấn, chiếc thứ 2 cháy hư hại nặng và chiếc thứ 3 chạy thoát. Tàu đổ bộ lớp Ozov chở được 20 Tank hoặc 40 thiết giáp và 400 binh lính.

Tuần dương hạm Moskva, Soái hạm biển Đen của Nga (Ảnh Internet)

+ Tuần dương hạm Moskva, là soái hạm Biển Đen của Nga, dài 186,4 m, trọng tải 12,500 tấn, trang bị 16 hỏa tiển chống hạm P-500 Bazalf tính năng tương tợ như hỏa tiển chống hạm Harpoon của Mỹ, 8x8 (64) hỏa tiển phòng không S-300F, 2x20 (40) hỏa tiển phòng không Osa-Ma, 1x2 (pháo hạm đôi) 130 mm, 06 pháo cao tốc AK-630 mm, 02 dàn RBU 6000 chống ngầm, 10x2 ngư lôi hạng nặng 533 mm, mang theo 1 trực thăng K-25 hoặc K-27.

Tuần dương hạm Moskva là loại chiến hạm lớn nhất trong hải quân Nga sau chiếc tàu sân bay Đô đốc Kuznetsov (55,000 tấn). Có 3 chiếc được biên chế: Moskva (Hạm đội Biển Đen), Marshal Ustinov (Hạm đội Bắc Hải) và Varyag (Hạm đội Thái Bình Dương).

Ngày April 14, quân đội Ukraine bắn trúng 2 hỏa tiển chống hạm Neptune do Ukraine chế tạo (2014) gây đám cháy dữ dội làm nổ kho đạn nên soái hạm Moskva thiệt hại nặng không còn tác chiến được nữa, 510 sĩ quan và thủy thủ phải rời tàu, có tin chưa được kiểm chứng là chỉ còn 58 thủy thủ sống sót. Trong khi lai đắt về căn cứ thì chiến hạm khổng lồ này bị chìm trên biển.

Từ khi khởi đầu cuộc chiến Feb 24, hải quân Nga tổn thất soái hạm Biển Đen Moskva (12,500 tấn) trúng 2 hỏa tiển chống hạm phòng thủ bờ biển Neptune của Ukraine bị chìm, 02 tàu đổ bộ (3000 tấn) gồm 1 chiếc cháy nổ không sử dụng được và 01 chiếc khác cháy nặng phải kéo về căn cứ sửa chửa, 01 hộ tống hạm (1700 tấn) trang bị hỏa tiển Kalibr cũng bị trúng hỏa tiển phòng thủ bờ biển của Ukraine hư hại một phần. Đó là sự thiệt hại lớn lao, là một tổn thất nặng về quân sự mà còn về mặt uy tín của hải quân Nga.

VŨ KHÍ UKRAINE (Phía phản công)

Để đối phó với quân xâm lược Nga, quân đội Ukraine trang bị như thế nào?

Quân đội Ukraine tuy đã được trang bị khí tài hiện đại do Ukraine chế tạo tuy nhiên vẫn còn một phần lớn sử dụng vũ khí từ thời Liên Xô củ. Về Bộ Binh được trang bị vũ khí đáng chú ý gồm có:

+ Bộ binh: 196,000 quân chủ lực, 987 Tank, 831 Thiết giáp các loại, 1818 pháo (gồm pháo tự hành, pháo lựu và phóng loạt).

+ Không quân: 124 chiến đấu cơ (Su-24, Su-25 và Mig-29), 57 trực thăng (Mi-8, Mi-17 và Mi 24), một số máy bay không người lái, …

+ Hải quân: Soái hạm Hetman Sagaidachuy (Pháo hạm 3100 tấn), và một số tàu pháo hạm, tuần tra, vận tải, tiếp tế hậu cần, … *(Theo Military Balance 2022)*

+ Ngoài ra quân đội Ukraine được hậu thuẩn của nhiều cường quốc như Mỹ, Anh, Úc và một số quốc gia trong Liên minh Châu Âu (EU).

1b- BỘ BINH UKRAINE

Thiết giáp BTR-4 Bucephalus của Ukraine (Ảnh Internet)

Thiết giáp BTR-4 Bucephalus của Ukraine và BMP-1 (Boyevaya Mashina Pekhoty-1) là 2 trong số thiết giáp chủ lực của quân đội Ukraine sử dụng nhiều nhất trong việc chống quân Nga xâm lược.

Thiết giáp BTR-4 Bucephalus nặng 17,5 tấn, bánh lốp 8x8, trang bị 1 pháp 30 mm tự động, 1 súng máy 7,62 mm. Có 2 hoặc 4 hỏa tiển chống chiến xa hạng nhẹ hoặc thiết giáp.

Tank T-72A của Ukraine (Ảnh Reuters)

Tank T-72A là loại Tank chủ lực của quân đội Ukraine, nặng 41 tấn, trang bị 1 pháo 125 mm nòng trơn, 1 súng máy đồng trục 7,62 mm, và 1 súng máy phòng không 12,7 mm.

Lực lượng Tank Ukraine còn có biên chế Tank T-64BV và một vài loại khác thời quân đội Liên xô củ.

+ Một số hỏa tiển chống Tank, hỏa tiển phòng không vác vai tối tân của Anh, Mỹ viện trợ cho Ukraine đã gây thiệt hại đáng kể của quân Nga, như:

+ Hỏa tiển Javelin (Mỹ), là loại chống Tank lợi hại nhất, phá hủy được chiến xa hạng nặng, dễ sử dụng, theo chế độ bắn rồi quên tầm 4 km, có nghĩa là canh đúng yếu tố rồi bắn sau đó nhanh chóng rời vị trí tìm chổ trú để tránh vũ khí chiến xa địch bắn trả, hỏa tiển tự tìm yếu điểm của chiến xa địch mà nhắm tới là tháp pháo. Chiến binh Ukraine đặt tên cho loại vũ khí chống Tank này là "máy nướng cua" dành cho chiến xa Nga.

+ Hỏa tiển chống Tank NLAW (Anh), với tầm bắn hạn chế - không vượt quá 800m - được thiết kế để sử dụng chống lại các phương tiện bọc thép, hoặc các loại xe cơ giới khác, thậm chí là các trung tâm chỉ huy, đặc biệt thích hợp để chiến đấu trong các thành phố.

Hỏa tiển chống Tank Stugna-P do Ukraine chế tạo (Military Today)

Súng chống Tank Stugna-P có thể phá hủy các loại Tank chủ lực như T-90 của Nga hoặc Abram M1 của Mỹ. Stugna-P có 2 loại đạn hỏa tiển cở 130 mm, nặng 97 kg đầu nổ 30 kg. Đạn hỏa tiển cở 152 mm nặng 104 kg, đầu nổ nặng 37 kg. Tầm bắn vào ban ngày 5 km, ban đêm 3 km, điều khiển bằng laptop qua màn hình TV với cáp dài 50 m từ dàn hỏa tiển đến người điều khiển 50 m, đó là ưu điểm tránh bị hỏa lực khi đối phương phát hiện bắn trả.

Pháo tự hành Bogdana 155 mm do Ukraine chế tạo (Ảnh Military Today)

Pháo tự hành Bogdana 155 mm do Ukraine chế tạo, thiết đặt trên xe việt dã bánh lốp 6x6 KrAZ, tầm bắn tối đa 60 km, độ chính xác cao.

Pháo tự hành 2S3M Akatsiya 152 mm (Ảnh Military Today)

Pháo tự hành 2S3M Akatsiva 152 mm, là loại pháo từ thời Liên Xô, nặng 28 tấn, vũ khí gồm pháo chính 152,4 mm tầm bắn 18,5 km, nếu dùng đạn tăng tầm 24 km và 1 súng máy 7.62 mm.

Lực lượng pháo binh Ukraine còn sử dụng một số loại pháo khác như pháo lựu 130 mm D-30, pháo phóng loạt BM-21 Grad, …

Binh sĩ Ukraine sử dụng hỏa tiển chống chiến xa Javeline

2b- KHÔNG QUÂN UKRAINE

Không quân Ukraine sử dụng các loại chiến đấu cơ Sukhoi: Su-24, Su-25 và Su-27 và Mig-29. Về trực thăng có Mi-8, Mi-17 và trực thăng võ trang Mi-24.

Trực thăng võ trang Mi-24 của Ukraine

Trực thăng võ trang hạng nặng Mi-24, tầm hoạt động 450 km, trần bay 4500 m, trang bị Rocket S-8, 1 pháo 4 nòng Yak-B 30 mm, hoặc pháo 2 nòng 30 mm Gsh-23L, cùng tổ hợp rocket 9K114 Shatune hoặc 9M17 Phalanga. Đây là loại trực thăng mà Ukraine tấn công căn cứ hậu cần và kho dầu của Nga bên kia biên giới trong tháng qua.

Máy bay Mig 29 chủ lực trong không quân Ukraine (Ukraine Airforce)

Mig-29 là chiến đấu cơ hạng nặng 2 động cơ, tầm bay 1500 km, trần bay 17,500 m. Nặng 11 tấn rỗng, 18,95 tấn đầy tải. Trang bị 1 pháo Ghs-30 mm, 8 giá treo vũ khí hai bên cánh tổng cộng 4500 kg, 4 hỏa tiển Kh-31 A/D, hoặc Kh-35U, hay Kh-31P chống Radar. Tùy theo nhu cầu công tác có thể mang hỏa tiển không đối không 8R73E hay 6RVV-AE, hay mang 4 bom KAB-500 KR điều khiển bằng màn hình TV hoặc 4 bom KAB-500L hướng dẫn mục tiêu bằng laser.

Mig-29 của không quân Ukraine thuộc thế hệ 4, trong một cuộc không chiến đã bắn hạ 1 chiếc Su- 35 thế hệ 4++ của Nga gần Kyiv đã làm dấy lên mối lo ngại cho những quốc gia đang sử dụng hay hợp đồng mua sắm loại máy bay Su-35 này.

Hỏa tiển phòng không Osa 9K33/M1 "Ong Bắp Cày" do Ukraine sản xuất (Ảnh Wikipedia)

+ Hỏa tiển phòng không tự hành Osa 9K33/M1 "Ong bắp cày" thiết kế trên xe 6 bánh lốp, nặng 17,5 tấn, gồm Radar điều khiển, trang bị 6 hỏa tiển phòng không 9M3/M1/M2 tầm cao 12 km, tầm xa 15 km, tốc độ hỏa tiển 1020 m/giây.

Ukraine còn sử dụng nhiều loại hỏa tiển phòng không khác như Buk-M1, S-300, Pháo phòng không tự hành Zu-23-2 Gun (2 khẩu 23 mm cao tốc), ...

Một số loại hỏa tiển vác vai được cung cấp như hỏa tiển Stinger (Mỹ), Strenla (Liên xô), v.v...

Hỏa tiển Stinger do Mỹ sản xuất - Ảnh Ukraine Army

+ Hỏa tiển phòng không Stinger vác vai, là loại hỏa tiển được mệnh danh là "bắn và quên - fire and forget", có nghĩa là khi bắn ra chiếc tên lửa sẽ tự động tìm đến mục tiêu rất hiệu quả đối với máy bay ở tầm tối đa 4800m và các loại trực thăng, phi cơ không người lái UAV.

Hỏa tiển Stinger còn có tên là Fim-92 với 3 biến thể A/B/C, tầm bắn 4800 m, trần bắn 3800 m, Mach 2,54, nặng 15,5 kg.

Đây là loại hỏa tiển phòng không làm mưa làm gió tại chiến trường Ukraine do Mỹ sản xuất, rất nhiều trực thăng Nga rơi rụng có cả Mig-29 bị bắn rơi.

Máy bay không người lái UAV Bayraktyar TB2 do Turkey chế tạo

+ UAV Bayraktyar TB2 (Turkey), Orlan-10 (Ukraine), ... Là 2 trong số máy bay không người lái hiện đại giúp trinh sát và gây thiệt hại rất nhiều cho xe bọc thép và bộ binh Nga.

Bayraktyar trong tiếng Turkey có nghĩa là "Người Cầm Cờ", UAV Bayraktyar TB2 nặng 650 kg, thời gian bay 24 giờ, tốc độ 130 km/220 km. Trang bị 2 hỏa tiển chống Tank UMTAS tầm bắn 500 – 8000 m, hoặc bom laser dẫn đường MAM. Trang bị camera quang điện tử EO, camera hồng ngoại IR, Radar dò tìm mục tiêu và laser hướng dẫn.

3b- HẢI QUÂN UKRAINE

Hải quân Ukraine khá khiêm tốn, có hơn chục tàu trên 1 ngàn tấn, gồm pháo hạm và phần lớn là vận tải hạm hoặc tàu tiếp tế, có khoảng 20 chục tàu tuần tra cở nhỏ vài ba trăm tấn, chỉ có 01 tàu trục vớt mìn. Do sự yếu kém nên hải quân Ukraine né tránh hoặc ẩn núp không đương đầu với hạm độ Biển Đen hùng hậu của hải quân Nga.

Pháo hạm Hetman Sagaidachuy bị đánh đắm tại cảng - Ảnh The Paper

+ Pháo hạm Hetman Sagaidachuy, là soái hạm của hạm đội Ukraine, dài 123 m, trọng tải 3100 tấn. Trang bị 1 pháo 100 mm, 2 x AK-630 CIWS, Rocket chống ngầm RBU-6000, 02 ngư lôi hạng nặng 533 mm, mang theo 2 trực thăng Ka-27.

Ngày Mar 04, theo nguồn tin Bộ quốc

phòng Ukraine, vì không muốn bị Nga chiếm giữ chiến hạm Hetman Sagaida-chuy khi căn cứ hải quân bị bao vây, Ukraine tự đánh đắm tại cảng Mykolaiv (theo The Drive đưa tin).

+ Tàu tuần tra Mark-6, Mỹ chuyển giao giúp Ukraine 16 tàu tuần tra cao tốc Mark-6, dài 25,8 m, trọng tải 72 tấn, trang bị pháo 2x25 mm, 2 súng máy M2HB 12,7 mm, 02 súng máy M2409B 7,62 mm.

Những ngày đầu cuộc chiến không quân Nga bắn chìm 6 chiếc tàu tuần tra loại này của Ukraine.

Hỏa tiển chống hạm Neptune do Ukraine chế tạo - Ảnh Ukraine Army

+ Hỏa tiển Neptune do Ukraine chế tạo chuyên chống hạm, khẩu đội 4 hỏa tiển đặt trên xe bánh lốp 4x4. Mỗi hỏa tiển nặng 870 kg, đầu nổ 150 kg, tầm 300 km, tốc độ cận âm Mach 0,8 hành trình và Mach 0.95 khi tấn công. Hỏa tiển này cũng tương tợ như loại chống hạm Kh-35 của Nga.

VŨ KHÍ ĐỐI PHÓ PHƯƠNG ÁN "B" CỦA NGA

Theo phát ngôn viên điện Kremli tuyên bố "Chiến dịch quân sự đặc biệt" đã đạt được mục tiêu là phá hủy hầu hết cơ sở hạ tầng, và tiềm lực quân sự Ukraine. Tuy nhiên lời tuyên bố đó là ngụy biện cho sự thất bại nặng nề.

Moskva triển khai Phương án "B" là tập trung quân lực cho chiến trường phía Đông (Donetsk, Luhansk) và phía Nam tại các khu kỹ nghệ và bến cảng Mariupol, Melitopol, Kharson trên bờ biển Ozov và Odessa trên bờ biển Hắc Hải để nối liền các vùng từ Crimea sang tận biên giới Cộng hoà Moldova thân Nga có căn cứ quân sự Nga tại đó. Rõ ràng ý đồ ông Putin âm mưu tạo một chiến thắng quyết định trên bàn đàm phán chia cắt Ukraine như Nam-Bắc Triều Tiên khi mà tham vọng ban đầu định đánh chiếm toàn bộ lãnh thổ Ukraine nhưng không thành công.

Quân Nga tăng cường quân số theo ước tính hiện tại từ đầu cuộc chiến đến nay tổng cộng có thể lên đến 200,000 quân. Nhiều vũ khí tối tân được triển khai mà từ trước chưa có như chiến đấu cơ Su-35, hỏa tiển siêu vượt âm thanh Kinzal (Không đối đất), hỏa tiển 3M22 Zircon siêu vượt âm (hải đối đất).

Ngay trong tuần này April 16, quân Nga bắt đầu pháo kích dữ dội Kyiv và thành phố Kharkivo, đồng thời có dấu hiệu quân Nga sẽ tấn công Ukraine mạnh mẽ trở lại theo Phương án "B".

Hoa Kỳ, Anh, Úc, cũng như từ EU (Đức, Na Uy, Hà Lan, Romani, Thụy Sĩ, Ba Lan, Cộng hoà Séc, Tiệp Khắc, Latvia, Estonia) và hai nước chưa gia nhập NATO là Thụy Điển và Phần Lan tích cực viện trợ vũ khí, tài chánh để Ukraine chặn bước tiến quân của ông Vladimir Putin, vì họ hiểu rằng nếu mất Ukraine là số phận đất nước của họ có nguy cơ bất ổn trong tương lai.

Hàng ngàn, hàng chục ngàn hỏa tiển chống Tank, phòng không, đạn dược liên tục gởi đến Ukraine qua biên giới Ba Lan. Tình báo Tây phương biết rằng ông Putin quyết tâm dốc toàn lực thực hiện bằng được Phương án "B", ông Vladimir Putin đã nổi giận sau những thất bại liên tiếp nhất là sau khi tin soái hạm Biển Đen Moskva bị đánh đắm. Do đó, theo tin tức truyền thông quốc tế nhiều nước bắt đầu gởi vũ khí hạng nặng như chiến xa, trực thăng, chiến đấu cơ, pháo tầm xa, … để đối phó với quân Nga trong đợt tấn công mạnh mẽ sắp tới. Và đó cũng là loại vũ khí tấn công để Ukraine giải phóng các khu vực Nga đã chiếm đóng. Từ trước các loại vũ khí phương Tây cung cấp như hỏa tiển chống chiến xa hay phòng không vác vai dù là tối tân đến đâu nó cũng chỉ là vũ khí phòng thủ.

Hỏa tiển Carl Gustaf chống chiến xa của Thụy Điển - Ảnh Wikipedia

Thụy Điển giúp súng chống Tank Carl Gustaf nặng 14,2 kg, tầm tối đa 2000 m, với laser hướng dẫn mục tiêu.

Australia chuyển giao 20 xe thiết giáp Bushmaster (Ảnh Australia Defense Force)

Thiết giáp Bushmaster, nặng 11,4 tấn, trang bị tùy theo yêu cầu gồm, pháo M242 25 mm, hoặc súng máy 12,7 mm HGM, có thể là súng phóng lựu 40 mm AGM (Launcher 40 mm AGM) và 01 súng máy 7,62 mm.

Hỏa tiển phòng không Starstreak trên thiết giáp Stormer HVM do Anh chế tạo (Ảnh Military Today)

Thiết giáp Stormer HVM nặng 13,5 tấn, trang bị 06 hỏa tiển phòng không Starstreak có hệ thống dẫn đường laser, tầm bắn tối đa 5,5 km, Mach 3,5. Có thể dùng từng hỏa tiển riêng lẻ binh lính mang vác vai.

Anh cũng sẽ chuyển giao xe bọc thép Mastiff-3, và hỏa tiển không đối không siêu thanh LMM (Light weight Mutirol Missile) cho Ukraine.

+ Cộng hoà Séc tuyên bố sẽ giúp Ukraine 20 xe Tank T-72M và một số xe thiết giáp BMT-1 và hỏa tiển phòng không S-300.

+ Poland, Swenden, Litvia và Estonia xem xét việc chuyển giao một số vũ khí nặng do Liên Xô sản xuất có trong quân đội các nước này kể cả máy bay chiến đấu Su-29, Tank T-72.

Hỏa tiển chống Tank tự sát Swichblade 600 tối tân của Mỹ giúp quân đội Ukraine (Ảnh NBC News)

+ NBC News, Vũ khí mới nhất của Mỹ Swichblade là loại AUV không người lái cũng có thể gọi là "bom robo thông minh". Đây là loại AUV sử dụng một lần nên còn gọi là "Máy bay không người lái tự sát". Có 2 loại: Swichblade-300 dùng để đánh cơ sở chỉ huy, Radar, tầm trên dưới 1 km. Loại Swichblade-600 là loại dùng để chống Tank, thời gian bay 40 phút đạt tầm bắn 80 km. Cả hai loại đều có hệ thống dẫn đường có tính chính xác cao áp dụng công nghệ AI (trí tuệ nhân tạo). Ngoài Mỹ là Anh là quốc gia đầu tiên được mua loại này, bây giờ là Ukraine được cung cấp.

Ngày April 13, tổng thống Joe Biden tuyên bố chấp thuận viện trợ khẩn cấp thêm 800 triệu USD vũ khí, thiết bị cho Ukraine gồm 500 hỏa tiển chống chiến xa Javeline, 300 hỏa tiển Swichblade (AUV tự sát), 18 pháo Howitzer 155 mm, 40.000 đạn pháo, 10 Radar dò tìm chống pháo kích, 02 Radar giám sát đường không, 100 xe bọc thép Humvee, 200 thiết giáp M-113 và 11 trực thăng Mi-17. Ngoài ra còn có xem xét việc cung cấp máy bay không người lái UAV MQ-9 Reaper.

Tại buổi hội thảo về tình hình Ukraine ngày April 14 tại Atlanta (GA), giám đốc cơ quan tình báo CIA của Mỹ ông William Burns cho biết từ khi khởi động cuộc chiến ông Vladimir Putin đã đặt lực lượng nguyên tử trong tình trạng báo đông *"nhưng Hoa Kỳ không thực sự phát hiện dấu hiệu cụ thể nào cho thấy Moskva có ý định triển khai loại vũ khí này, và cũng không có dấu hiệu nào khiến các giới chức quân sự Mỹ "lo ngại tình hình đang trở trên xấu đi hơn"*.

Tuy nhiên, giám đốc CIA quan ngại rằng ông Vladimir Putin và những lãnh đạo điện Kremli do "*lâm vào tuyệt vọng với hàng loạt những thất bại về mặt quân sự*" sẽ dùng đến vũ khí hạt nhân. Nhưng sẽ giới hạn ở những loại vũ khí hạt nhân chiến

thuật hoặc có sức tàn phá nhẹ. Đây là một mối tiềm tàng mà Mỹ *"không thể coi thường"*!

April 18, 2022 – (Wikipedia, Google và tin tức tổng hợp)

Electrical BAMS services LLC

Dịch Vụ Điện

Brian Thạch (602) 332-7262 - ROC # 268360

Licensed K-11 - Bonded - Insured

Hơn 30 năm kinh nghiệm thầu, tư vấn, sửa chửa 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!

BBB ACCREDITED BUSINESS

MEKONG SANDWICHES

Chúng tôi có lò nướng bánh mì mỗi ngày
vì vậy bánh mì luôn nóng, xốp, giòn.

DRINKS - THỨC UỐNG:

Vietnamese Coffee

- Black Coffee (Cà Phê Đen)
- Condensed Milk Coffee (Cà Phê Sữa)
- Blended Iced Coffee

Smoothies

- Avocado, Strawberry, Mango, Passion Fruit, Peach, Pina Colada, Taro, Honey Dew, Kiwi, Blended Green Tea

Flavored Teas

- Thai Tea, Green Milk Tea, Black Sugar Milk Tea, Lychee Tea Honey Green Tea, Taro Milk Tea, Peach Tea, Passion Fruit Tea
- Add Boba, Popping Or Jelly
- China Mist Iced Tea
- Passion Fruit Black Tea
- Blackberry Jasmine Green Tea

66 South Dobson Rd, Ste. 101
Mesa, AZ 85202
(Trong khu Mekong Plaza)

Open daily from 8AM to 7PM
Closed Wednesday

FRESHLY MADE SANDWICHES
ĐỦ LOẠI BÁNH MÌ:

- Mekong Special (Đặc Biệt)
- Grilled Pork (Heo Nướng)
- Grilled Beef (Bò Nướng)
- Pork Meatball (Xíu Mại)
- Grilled Chicken (Gà Nướng)
- BBQ Pork (Xá Xíu)
- Cold Cuts (Thịt Nguội)
- Jambon
- Vegetarian (Bì Chay)
- Shredded Pork (Bì)
- Sardine (Cá Mòi)
- Pork Roll (Chả Lụa)
- Omelette (Ốp La)*
- Beef Stew (Bò Kho)

Combo Deal - add smoothie, flavored tea, or coffee for 10% discount

(480) 964-7999

ĐẶC BIỆT CÁC MÓN:

- Sticky Rice (Xôi)
- Spring Rolls (Gỏi Cuốn)
- Sesame Balls (Bánh Cam)
- Casava (Khoai Mì)
- Meat Pie (Pate Chaud)
- Pork Dumplings (Bánh Gió)
- Egg Rolls (Chả Giò)
- Dumplings (Bánh Bao)
- Fried Dumplings (Bánh Bao Chiên)
- Desert Drinks (Chè, Xâm Bổ Lượng, Herbal Tea...)

MEKONG Sandwiches

CHƯƠNG TRÌNH VĂN NGHỆ GÂY QUỸ
A Fundraising Event
Nghệ sĩ Phượng Mai
Trần Nhật Phong
Mạnh Tiến
Duy Lý
Nghệ sĩ Hương Lan
Jack Huy
Ngoc Phụng
Khoi Dao (keyboard)
Kim Phụng
Khánh Minh
SALMON
For Arizona Governor
SUNDAY, MAY 22, 2022
5PM - 8PM
PHOENIX PALACE RESTAURANT
2075 N. Dobson Rd.
Chandler, AZ. 85224
5PM - 8PM
Vé Ủng Hộ: $50 - VIP: $100
Bao gồm ẩm thực 4 món
Liên lạc:
Kevin Đặng: 602-999-2934
Quỳnh Như: 602-882-1067

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,
Quí vị có cơ hội so sánh, định giá thấp nhất trước khi mua.

- **BẢO HIỂM XE (AUTO):** Có chương trình GIẢMGIÁ (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).
- B**ẢO 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 tàii 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

NGƯỜI VIỆT THÀNH CÔNG TRÊN ĐẤT MỸ

Vĩnh Liêm

Năm 2014, Vĩnh Liêm đã biên khảo cuốn "BỨC CHÂN DUNG CỘNG ĐỒNG NGƯỜI VIỆT TỊ NẠN Ở HOA KỲ (1975-2014). Cuốn sách nầy hiện chưa xuất bản, có thể phải chờ tới đúng 50 năm tị nạn (1975-2025) mới xuất bản. Nay, Tòa soạn Viet LifeStyles đưa ra chủ đề "Người Việt Thành Công" và Cô Chủ Nhiệm yêu cầu Vĩnh Liêm viết về chủ đề nầy.

Nói về thành công của người Việt tị nạn trên đất Mỹ, chúng ta phải nhắc tới các lãnh vực, chẳng hạn như: Ngành Khoa học Kỹ thuật, Ngành Y khoa, Ngành Luật, Ngành Thương mại & Kinh doanh, Ngành Giáo dục, Ngành Truyền Thông đại chúng (Báo chí, Truyền thanh, Truyền hình, Xướng ngôn viên, Điện ảnh, Đạo diễn), Lãnh vực Quân sự, Lãnh vực Chính trị, Văn học Nghệ thuật (các Trung tâm Nghệ thuật, Nhạc sĩ, Văn chương), Ngành Thể thao, và các lãnh vực khác…

Vì trang báo có hạn nên chúng tôi chỉ tóm lược một số khuôn mặt đã thành công trên đất Mỹ, nhưng chưa được đề cập trong quyển "Bức Chân Dung…" năm 2014.

Lần đầu tiên ca sĩ gốc Việt Sangeeta Kaur giành giải Grammy 2022

Ca sĩ người Mỹ gốc Việt Sangeeta Kaur (Teresa Mai) đã giành giải thưởng Grammy ở hạng mục "Album giọng ca độc tấu cổ điển xuất sắc nhất".

Ngày 4/4/2022, Lễ trao giải Grammy lần thứ 64 đã diễn ra tại MGM Grand Garden Arena, Las Vegas, Mỹ. Viện hàn lâm Khoa học và Nghệ thuật Thu âm Mỹ đã tôn vinh những nghệ sĩ có thành tích nổi bật của năm qua.

Nữ ca sĩ Sangeeta Kaur nhận giải thưởng Grammy ở hạng mục "Album giọng ca độc tấu cổ điển xuất sắc nhất". Lần đầu tiên giải âm nhạc Grammy danh giá của Mỹ ghi nhận chiến thắng của một nữ ca sĩ gốc Việt, tạo nên một cột mốc lịch sử cho nghệ sĩ gốc Á.

(Nguồn: Banmaihong)

Thế hệ nữ diễn viên gốc Việt mới thành danh ở Hollywood

Sau Maggie Q, Phạm Linh Đan, kinh đô điện ảnh Hollywood chào đón sự xuất hiện của nhiều nữ diễn viên gốc Việt tài năng như Kelly Marie Trần, Lana Condor, Hồng Châu, Levy Trần...

Kelly Marie Trần mặc áo dài trong dịp ra mắt phim 'Raya và rồng thần cuối cùng' - ẢNH: GALAXY

Từ thập niên 1990, nhiều nữ diễn viên gốc Việt hoặc mang trong mình dòng máu Việt đã khẳng định được tên tuổi với thế giới như Lê Thị Hiệp nổi tiếng qua phim Heaven and Earth (Trời và Đất) của đạo diễn Oliver Stone, Phạm Linh Đan phim Indochine (Đông Dương), Thùy Trang được biết đến với vai Siêu nhân vàng trong loạt phim Power Rangers, Maggie Q – người đẹp của hàng loạt bom tấn như Mission: Impossible III, Live Free or Die Hard hay series phim hành động Nikita.

Từ giữa thập niên 2010, một thế hệ nữ diễn viên gốc Việt mới tiếp tục tỏa sáng ở kinh đô Hollywood. Trong số này, nhiều cái tên được giao vai chính trong các tác phẩm ăn khách.

Kelly Marie Trần lồng tiếng công chúa Raya trong phim Raya và rồng thần cuối cùng *–ẢNH: GALAXY*

Kelly Marie Trần

Sinh năm 1989 tại San Diego, tiểu bang California, Mỹ và có tên thật là Trần Loan. Kelly Marie Trần đang là một trong những ngôi sao gốc Việt nổi tiếng nhất thế giới hiện nay. Cha cô từng là người vô gia cư và lớn lên trên hè phố ở Việt Nam. Khi tới Mỹ định cư, cha cô làm việc trong quán thức ăn nhanh, còn mẹ làm ở nhà tang lễ để nuôi sống gia đình.

Năm 2011, Kelly bắt đầu tham gia diễn xuất với vài bộ phim ngắn và truyền

hình. Cô vượt qua hàng nghìn ứng viên để vào vai Rose Tico – nữ chiến binh phe Kháng chiến trong hai bom tấn ăn khách là Star Wars: The Last Jedi và Star Wars: The Rise of Skywalker.

Trước khi nổi tiếng, cô từng phải tranh đấu không ngừng để thoát khỏi sự khinh miệt của xã hội vốn kỳ thị người da màu. Là diễn viên mang trong mình dòng máu Việt, Kelly Marie Trần từng dõng dạc tuyên bố với cả thế giới thông qua bức thư đăng trên tờ The New York Times: "Các bạn biết đến tôi với cái tên Kelly. Tôi là người phụ nữ da màu đầu tiên diễn vai chính trong một phần của loạt phim Star Wars. Tôi là phụ nữ châu Á đầu tiên lên bìa tạp chí Vanity Fair. Tên thật của tôi là Loan và câu chuyện về tôi mới chỉ bắt đầu".

Sau bom tấn Star Wars, Kelly Marie Trần trở thành "nàng thơ" của các phim hoạt hình. Mới đây nhất, cô lồng tiếng cho công chúa Raya trong bộ phim Raya và rồng thần cuối cùng. Đây là phim hoạt hình mới nhất của Disney Animation Studios, giới thiệu đến khán giả khắp thế giới công chúa đầu tiên đến từ Đông Nam Á.

Lana Condor mang 100% dòng máu Việt, với tên khai sinh là Trần Đồng Lan – ẢNH: GALAXY

Lana Condor

Thuộc thế hệ Z (sinh sau năm 1995), Lana Condor mang 100% dòng máu Việt, với tên khai sinh là Trần Đồng Lan. Cô sinh năm 1997 tại Cần Thơ, là trẻ mồ côi được cặp vợ chồng nhà báo người Mỹ Bob Condor và Mary Haubold nhận nuôi lúc 4 tháng tuổi. Lana bộc lộ đam mê nghệ thuật từ bé và theo học ballet ở New York. Vai diễn đầu tiên của cô là dị nhân Jubilee trong bom tấn X-Men: Apocalypse vào năm 2016.

Tới năm 2018, Lana Condor trở thành thần tượng giới trẻ khi đóng vai chính Lara Jean trong phim tình cảm To All the Boys: I've Loved Before. Cô tiếp tục tham gia hai phần tiếp theo của loạt phim ăn khách này là To All the Boys: P.S. I Still Love You và To All the Boys: Always and Forever ra mắt lần lượt vào dịp Valentine 2020 và 2021. Có chiều cao khiêm tốn chỉ xấp xỉ 1,6 mét nhưng Lana Condor lại sở hữu thân hình gợi cảm và cân đối. Cuối năm 2019, Lana Condor lần đầu trở về quê hương Việt Nam. Cô tham gia chương trình thiện nguyện của cựu Đệ nhất phu nhân Mỹ Michelle Obama về bình đẳng giới và giáo dục trẻ em gái tại Long An.

Hồng Châu được đánh giá cao về diễn xuất -ẢNH: GALAXY

Hồng Châu

Trong số các nữ diễn viên gốc Việt hiện nay ở Hollywood, Hồng Châu được đánh giá cao nhất về diễn xuất và liên tục đóng chung với nhiều tên tuổi lớn. Cô sinh năm 1979, được đào tạo bài bản về điện ảnh cũng như diễn xuất. Năm 2006, Hồng Châu bắt đầu sự nghiệp với một số phim truyền hình, trong đó nổi bật là series Treme (2010 – 2013).

Vai diễn điện ảnh đầu tiên của Hồng Châu là trong phim Inherent Vice (2014) của đạo diễn Paul Thomas Anderson. Sự nghiệp của cô tiếp tục thăng hoa, khi diễn xuất chung với nhiều tài tử lớn như Matt Damon, Kristen Wiig hay Christoph Waltz trong phim Downsizing của đạo diễn Alexander Payne, Hồng Châu giành được đề cử Quả cầu vàng ở hạng mục Nữ diễn viên phụ xuất sắc nhất. Cùng trong năm 2017, cô còn xuất hiện bên cạnh Meryl Streep, Nicole Kidman, Reese Witherspoon trong phim truyền hình Big Little Lies.

Sau thành công của vai diễn trong Downsizing, Hồng Châu được mời tham gia nhiều dự án lớn ở Hollywood như series truyền hình Watchmen, Homecoming hay các phim điện ảnh Driveways, Artemis Fowl… Phim mới nhất của cô là The Whale – tác phẩm của đạo diễn phim Thiên Nga Đen – Darren Aronofsky. Trong tác phẩm này cô đóng chung với ngôi sao Brendan Fraser.

Ali Wong vừa là diễn viên, danh hài và nhà biên kịch – ẢNH: GALAXY

Ali Wong

Ali Wong sinh năm 1982 ở San Francisco, tiểu bang California, Mỹ. Cha cô là người Mỹ gốc Trung Hoa, còn mẹ cô là Tâm Wong gốc Huế đến Mỹ du học năm 1960. Ali Wong học ngành văn hóa châu Á và người Mỹ gốc Á tại Đại học California, Los Angeles. Trước khi tốt nghiệp, cô dành một năm sống ở Hà Nội và học tiếng Việt.

Là một ngôi sao đa tài, Ali Wong vừa là diễn viên, danh hài và nhà biên kịch. Cô từng tham gia viết ba mùa đầu tiên của series hài sitcom Fresh Off the Boat. Năm 2019, cô vừa sản xuất, viết kịch bản và đóng vai chính trong phim tình cảm hài Always Be My Maybe, có sự tham gia của tài tử phim Ma Trận là Keanu Reeves trong vai khách mời.

Năm 2020, Ali Wong đóng một vai trong bom tấn siêu anh hùng DC Birds of Prey cùng Margot Robbie. Tạp chí Time cũng đưa cô vào danh sách Top 100 người có tầm ảnh hưởng nhất thế giới vào năm 2020.

Levy Trần khá nổi tiếng tại Mỹ bởi vẻ ngoài sexy và những hình xăm dày đặc trên khắp cơ thể

Levy Trần

Levy Trần (tên thật: Trần Lê Vy) là người Mỹ gốc Việt sống ở thành phố San Jose, California (Mỹ). Sau khi tốt nghiệp trung học, thay vì tiếp tục theo ngành sư phạm tại Cao đẳng Mortuary để trở thành một cô giáo mẫu giáo, người đẹp bỏ học để dấn thân vào nghề người mẫu. Levy Trần khá nổi tiếng tại Mỹ bởi vẻ ngoài sexy và những hình xăm dày đặc trên khắp cơ thể. Cô từng tham gia show truyền hình Guy Code của MTV và làm người mẫu cho những tạp chí chuyên về hình xăm như Inked hay Tattoo Life.

Năm 2015, nhờ vẻ ngoài quyến rũ cùng những hình xăm cá tính mà Levy Trần đã lọt vào mắt xanh của đạo diễn James Wan cùng diễn viên kiêm nhà sản xuất Vin Diesel cho vai diễn trong bom tấn Fast & Furious 7. Sau vai diễn đầu tay này, nữ diễn viên gốc Việt Levy Trần bắt đầu sự nghiệp diễn xuất. Năm 2018, cô gây chú ý với vai Roenick trong phim kinh dị The First Purge và sau đó là vai phụ Trish Park trong series truyền hình đình đám The Haunting of Hill House. Mới đây nhất, Levy Trần đóng vai nữ chính trong series phim truyền hình hành động phiêu lưu MacGyver mùa thứ tư và thứ năm.

(Nguồn: Banmaihong)

TIẾN SĨ VICKY THẢO NGUYỄN

Tiến sĩ Vicky Thảo Nguyễn

Tiến Sĩ Vicky Thảo Nguyễn định cư tại Mỹ năm 1986, tốt nghiệp Tiến sĩ tại Đại học Stanford năm 2004. Những nghiên cứu của cô chủ yếu ở lĩnh vực cơ khí sinh học cũng như sự phát triển và hình thành cơ chế tiềm ẩn trong não bộ và hệ thần kinh trung ứng. Sau thời gian nghiên cứu ở Sandia National Laboratories, Bắc California, cô di chuyển qua Maryland. Hiện nay, cô là Giáo sư tại Đại học John Hopkins, Baltimore, tiểu bang Maryland. Năm 2009, cô nhận được giải thưởng cao quý từ Chính phủ Mỹ dành cho khoa học trẻ.

DOANH NHÂN BÙI TIẾN DŨNG

Bùi Tiến Dũng là Phó chủ tịch phụ trách nhóm điều hành kinh doanh toàn cầu tại tập đoàn máy tính IBM. Sinh ra và lớn lên tại Thái Bình, ông sang Mỹ du học vào năm 17 tuổi và theo học chuyên ngành kỹ thuật điện – điện tử tại Đại học Minnesota (tiểu bang Minnesota).

Sau khi tốt nghiệp Cao học (Master degree), ông nộp đơn xin vào làm tại phòng thí nghiệm Rochester, tập đoàn đa quốc gia lớn nhất thế giới. Trong những năm tiếp theo, ông được đề bạt và đảm nhiệm những vị trí quan trọng như Phó chủ tịch phụ trách thị trường Mỹ Latin, Tổng giám đốc Sales và Marketing châu Âu, Tổng giám đốc phụ trách giải pháp IT…

Doanh nhân Bùi Tiến Dũng

NHIẾP ẢNH GIA LÊ MỸ AN

Nhiếp ảnh gia Lê Mỹ An

Lê Mỹ An là giáo sư khoa nhiếp ảnh tại Đại học Bard, New York. Bà nổi tiếng với nhiều tác phẩm về tác động và hậu quả của chiến tranh. Năm 1975, bà cùng gia đình di cư đến Mỹ. Năm 1985, bà đỗ bằng Cao học (MS) ngành Sinh học ở Đại học Stanford; năm 1993, bà đỗ bằng Cao học Nghệ thuật (MFA) tại Đại học Yale. Các công trình nhiếp ảnh của bà như: Vietnam (1994-1998), Small wars (1999-2002) và 29 palms. Những bức ảnh của bà góp phần giúp con người nhận ra được sự vô nghĩa của chiến tranh, hướng đến cuộc sống tốt đẹp hơn.

Trong suốt những năm cống hiến cho nghệ thuật, bà đã nhận được nhiều giải thưởng cao quý như: Blair Dickinson Memorial Award, Trường Nghệ thuật Đại học Yale, National Science Foundation Antarctic Artists and Writers Program Award (2007),… Đặc biệt, năm 2012, bà nhận giải thưởng MacArthur Fellowship – một trong những giải thưởng cao quý của Mỹ nhằm tôn vinh cá nhân có cống hiến về hoạt động sáng tạo cho nhân loại.

TIẾN SĨ NGUYỄN SƠN BÌNH

Tiến sĩ Nguyễn Sơn Bình

Tiến Sĩ Nguyễn Sơn Bình là Giáo sư hóa học tại Đại học Northwestern, Mỹ. Ông được biết đến về những giải thưởng và vinh danh cho những đóng góp trong việc nghiên cứu khoa học.

Ông nhận bằng Tiến sĩ Hóa học tại

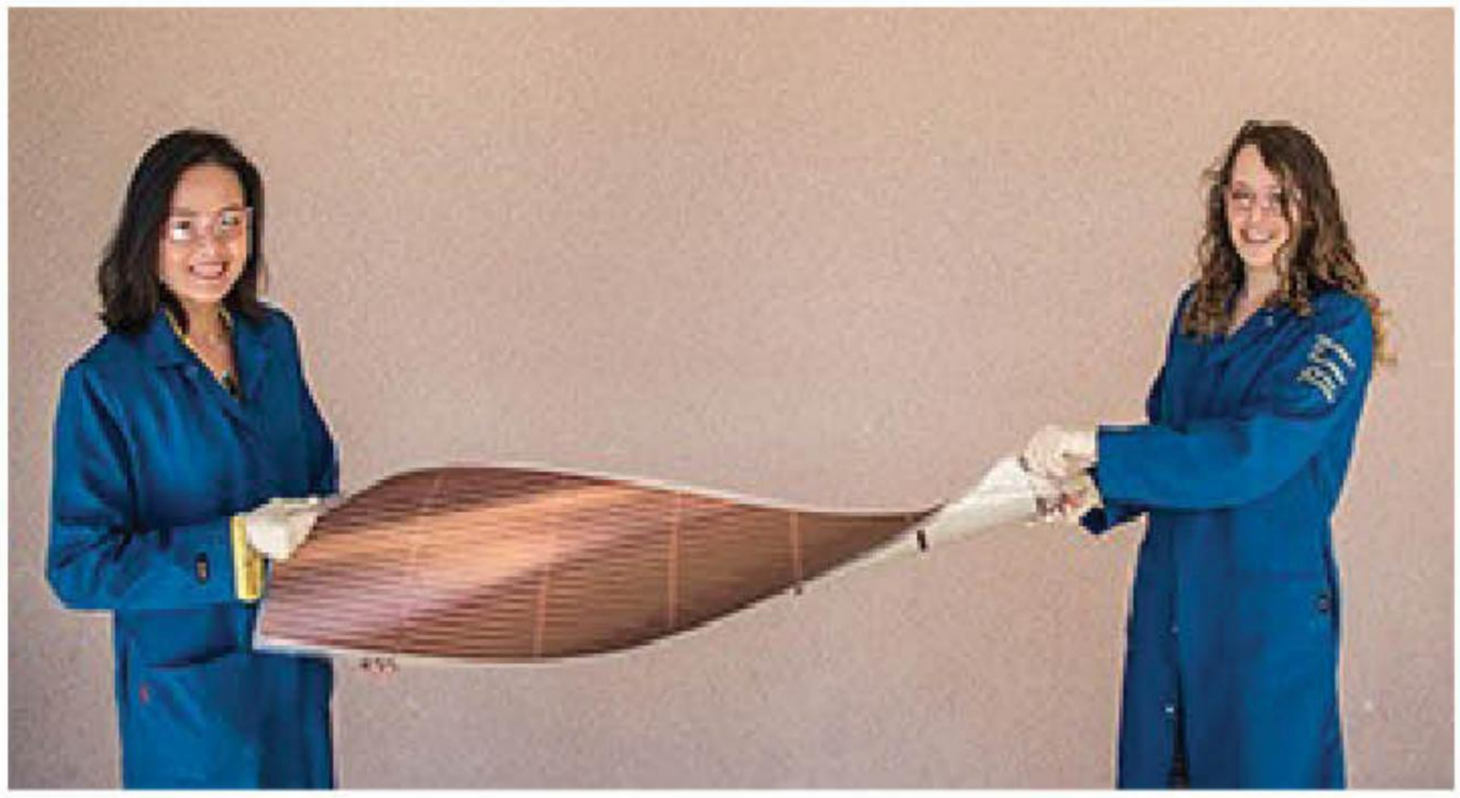
Caltech vào năm 1995, sau đó nghiên cứu tại Viện Nghiên cứu Scripps và chuyển về giảng dạy tại Đại học Northwestern. Bên cạnh đó, ông cũng là thành viên chính của Phòng Thí nghiệm Quốc gia Mỹ Argonne.

Những nghiên cứu của Tiến sĩ Bình đã đưa đến cho ông hơn 30 bằng sáng chế ở nhiều lĩnh vực khác nhau cùng rất nhiều giải thưởng khác, trong đó có thể kể đến Giải thưởng Tổng thống cho Khoa học gia và Kỹ sư trẻ Presidential Early Career Award for Scientists and Engineers (2000), Giải thưởng Quỹ Khoa học Quốc gia National Science Foundation CAREER Award (2000).

TIẾN SĨ VŨ THÀNH LONG

Tiến Sĩ Vũ Thành Long sinh ra và lớn lên tại Vũng Tàu, ông định cư tại Mỹ năm 1980 cùng gia đình. Năm 1987, ông nhận 2 bằng Cử nhân kỹ thuật hàng không và kỹ thuật cơ khí. Ông làm việc tại Trung tâm NASA Ames, Bắc California. Sau đó, ông học tiếp lấy bằng tiến sĩ. Với thành tích xuất sắc, ông được đặc cách vào nhóm Fellowship do Giám đốc NASA sáng lập. Ông là người phụ trách nghiên cứu đề tài về dàn phóng phi thuyền không gian của NASA. Bên cạnh đó, ông cũng hỗ trợ nghiên cứu chế tạo phi thuyền. Ông là Giáo sư Kiêm nhiệm (Adjunct Professor) tại Viện Công nghệ Florida và Đại Học Trung Florida.

GIÁO SƯ NGUYỄN THỤC QUYÊN



Giáo sư Nguyễn Thục Quyên (bên trái)

Giáo Sư Nguyễn Thục Quyên sinh năm 1970 tại Buôn Mê Thuột, đến Mỹ năm 1991. Năm 2001, cô nhận bằng Tiến sĩ Lý-Hóa tại Đại học California – Los Angeles. Sau đó, cô chuyển đến Santa Barbara và bắt đầu xây dựng phòng thí nghiệm riêng. Năm 2011, cô làm Giáo sư khoa học tại Đại Học California, Santa Barbara. Vào năm 2015-2016, cô được Thomson Reuters – tổ chức hàng đầu thế giới về thông tin tri thức công bố nằm trong danh sách top 1% các nhà khoa học ảnh hưởng nhất thế giới.

GIÁO SƯ ĐÀM THANH SƠN

Giáo sư Đàm Thanh Sơn (bên phải)

Giáo Sư Đàm Thanh Sơn vào năm 1984 đã nhận được huy chương vàng toán quốc tế với điểm số tối đa. Ông nhận bằng Tiến sĩ Vật lý tại Đại học Tổng hợp Lomonosov và nghiên cứu hậu tiến sĩ tại Đại học Washington, Seattle (1995-1997) và Viện Công nghệ Massachusetts (MIT) (1997-1999). Từ năm 2012, ông là Giáo sư Đại học (University Professor) tại Đại học Chicago, Illinois.

Nghiên cứu của ông về mô hình lỗ đen lỏng trong không gian – thời gian 10 chiều trên tạp chí vật lý hàng đầu thế giới Physical Review Letters đã gây nên tiếng vang lớn trong giới nghiên cứu toàn nhân loại. Năm 2014, ông trở thành thành viên của Viện Hàn lâm Khoa học và Nghệ thuật Mỹ, và của Viện Hàn lâm Khoa học Quốc gia Mỹ.

Tiến sĩ Bùi Trí Trọng

Tiến sĩ Bùi Trí Trọng (phải) làm việc tại NASA - Ảnh: NASA

Một chuyên gia gốc Việt khác cũng rất thành công tại NASA, đó là Tiến sĩ Bùi Trí Trọng. Bằng tất cả ý chí và sự cần cù, ông nhận bằng kỹ sư rồi cao học kỹ thuật hàng không tại Đại học Bách khoa California. Tiếp đến, ông nhận bằng tiến sĩ về kỹ thuật du hành vũ trụ của Đại học Stanford.

Năm 1988, khi đang theo học bậc cao học, ông Trọng đã thực tập tại NASA và nhanh chóng chứng minh năng lực của mình. Vì thế, đến năm 1990, khi tốt nghiệp cao học, ông chính thức làm việc cho NASA. Ban đầu, ông nghiên cứu về các loại cửa hút gió và ống dẫn khí trên tên lửa. Năm 1997, ông đã có đóng góp quan trọng trong dự án công nghệ điều khiển được thử nghiệm trên chiến đấu cơ F-15. Tiếp đến, ông liên tục phát triển những cải tiến về hỏa tiễn, đặc biệt là lực đẩy, giúp ứng dụng rộng rãi trong các thế hệ tên lửa, chiến đấu cơ mới của Mỹ. Qua những đóng góp tại NASA, ông đã biến giấc mơ của mình thành hiện thực, đó là tạo ra các khám phá trong kỹ thuật hàng không./.

NDIMAXIM
REAL ESTATE

4500 Satellite Blvd. # 1140
Duluth GA 30096
Phone: **678-291-0119**
Email: hanhtk_dang@yahoo.com

Đặng Kim Hạnh
(678)849-6470

- Bằng chuyên viên địa ốc (GA Licensed Real Estate) 2004
- Bằng chuyên viên chăm sóc da (GA Licensed Esthetician) 1997
- Bằng chuyên viên chăm sóc móng tay (GA Nail Technician) 1994
- Cử nhân Information Computer Science (GA Institute of Technology) 1981
- Cựu sinh viên Đại Học Luật Khoa Sàigòn 1975
- Cựu Chủ Tịch Cộng Đồng VN GA 2010 - 2020

Chuyên Viên Địa Ốc Kim Hạnh:

- Chuyên nghiệp, đạo đức, uy tín, tận tâm
- Nhiều năm kinh nghiệm với mua, bán, sang nhượng, quản lý & đầu tư địa ốc hoặc cơ sở thương mại
- Hướng dẫn quý khách thẩm định giá, chuẩn bị (staging) địa ốc hoặc cơ sở thương mại trước khi đăng bán
- Hướng dẫn quý khách chọn lựa chương trình tài trợ thích hợp, lãi xuất thấp, closing cost thấp,đầu tư khôn ngoan
- Giúp quý khách giải quyết mọi khó khăn trước và sau khi chuyển nhượng sở hữu chủ (closing)

Nếu quý khách có nhu cầu liên quan đến địa ốc/cơ sở thương mại, xin liên lạc ngay với Kim Hạnh, Chuyên Viên Địa Ốc tận tâm và nhiều năm kinh nghiệm.

PHỞ GIA ĐÌNH
VIETNAMESE CUISINE

- **Các món ăn chơi ngon lạ, hấp dẫn: Ốc móng tay, ốc len, ốc hương, sò điệp, bún đậu mắm tôm, phá lấu bò...**
- **Nơi lý tưởng họp mặt gia đình, tổ chức party.**

Mỗi ngày, chúng tôi có nhiều món lẩu gia đình:

- Lẩu Thái
- Lẩu Cua Đồng
- Lẩu Dê
- Bò Né

Business Hours

Mon : 10am - 9pm
Tues: 10 am-9 pm
Wen : Closed
Thur: 10 am-9 pm
Fri : 10pm - 9pm
Sat : 10am - 9pm
Sun : 10 am-9 pm

CẦN TUYỂN NHÂN VIÊN: BẾP CHÍNH, BẾP PHỤ, VÀ NHÂN VIÊN PHỤC VỤ. 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**

AZ PHO & GRILL

Vietnamese Cuisine

www.azphoandgrill.com

WEBSITE

ONLINE ORDER

MENU

Location 1 - Chandler
3140 S. Gilbert Rd., #1
Chandler, AZ 85286
(480) 802-5356

Location 2 - Gilbert
1674 N. Higley Rd., #104
Gilbert, AZ 85234
(480) 219-3997

Location 3 - Chandler
885 N. 54th St., #5
Chandler, AZ 85226
(480) 825-7767

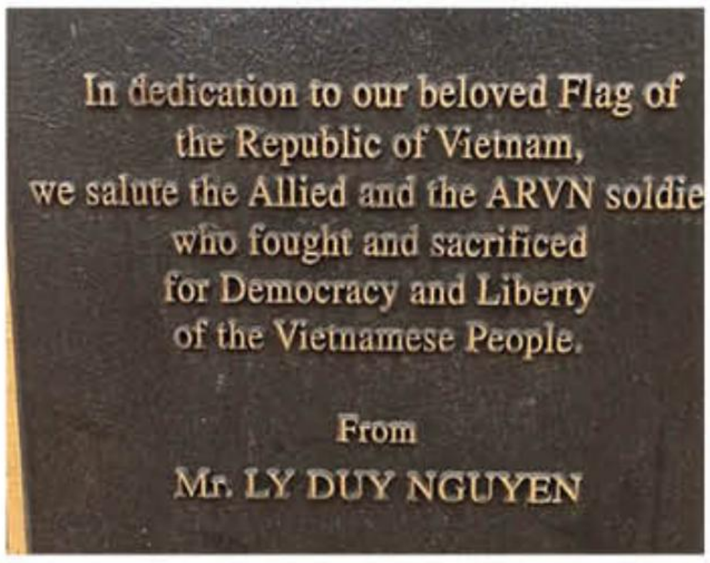
Nhà hàng đang cần tuyển phụ bếp và nhân viên phục vụ.

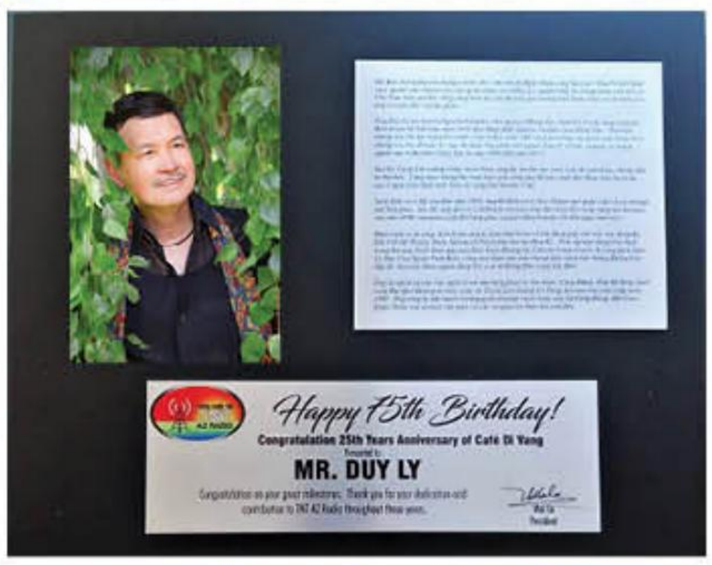
Xin liên lạc: 480-600-3521

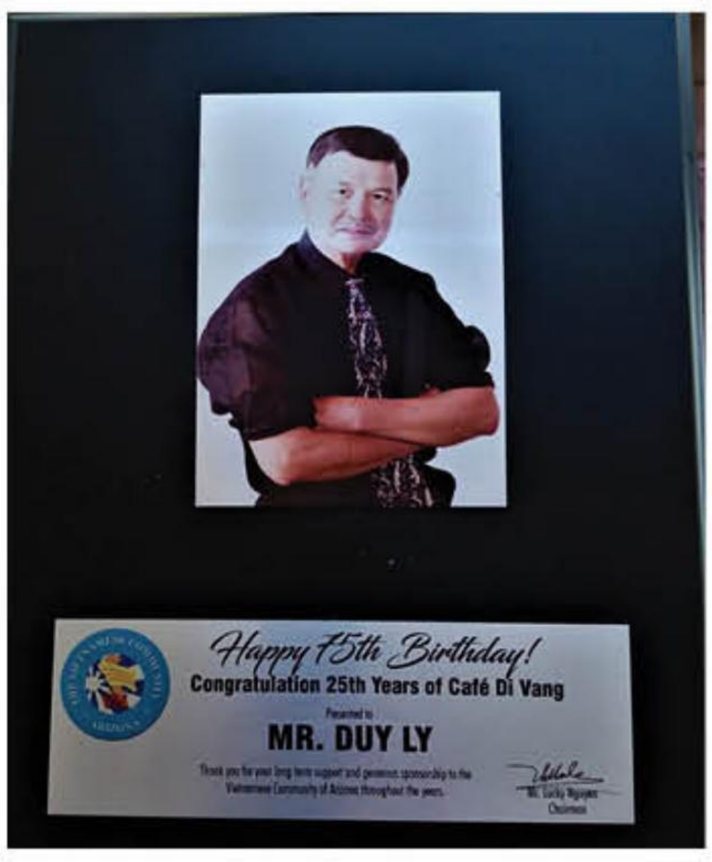
25 NĂM CAFE DĨ VÃNG

75 NĂM CUỘC ĐỜI CA SĨ DUY LÝ

Thanh Mai thực hiện







Trước đây khi nói đến đời người, người xưa thường dùng cột mốc 60 năm vì vậy mới có ca khúc "60 Năm Cuộc Đời". Tuy nhiên, với sự tiến triển của y học và đời sống ngày nay, thì đời người đã gia tăng tuổi thọ trên 75 tuổi có khi lên 100 tuổi. Sống thọ không chưa đủ, mà phải sống vui, sống khỏe, sống trải nghiệm và sống hữu ích mới là phương châm sống tích cực ngày nay.

Nhân kỷ niệm 25 năm Cafe Dĩ Vãng và 75 năm cuộc đời của ông Duy Lý, một người đã thực hiện phương châm sống tích cực trên. Ở tuổi 75, ông Duy Lý trông vẫn phong độ lịch lãm, chú vẫn minh mẫn điều hành quán cafe, vẫn tham gia chương trình văn nghệ, đóng góp cho các hoạt động từ thiện xã hội, và luôn sống lạc quan.

Bìa Báo Việt Lifestyles tháng 4 năm 2017 với chủ đề Hoài Niệm cùng bài viết "Tìm Về Dĩ Vãng" xoay quanh câu chuyện của cựu quân nhân, ca sĩ Duy Lý, người từng là chứng nhân của lịch sử Việt Nam thời cận đại, từng sống dưới ba chế độ trên quê hương Việt Nam, chia sẻ cái nhìn của ông về cuộc đời và thân phận.

Ông Duy Lý tên thật là Nguyễn Công Lý, sinh quán ở Hưng Yên. Năm lên 9 tuổi, ông cùng gia đình di tản vô Nam vào năm 1954 theo Hiệp định Geneve và định cư ở Vũng Tàu. Như bao chàng trai lớn lên trong bối cảnh chiến tranh, năm 1967 ông gia nhập vào quân ngũ thuộc binh chủng tiểu khu Phước Ty, sau đó được biệt phái vào ngành Tâm Lý Chiến và phục vụ trong ngành này ở Biệt khu Vũng Tàu từ năm 1968 đến năm 1975.

Sau khi Cộng Sản cưỡng chiếm miền Nam, ông đã vài lần tìm cách trốn đi vượt biên, nhưng đều bị thất bại. Cũng may, trong lần vượt biên sau cùng ông đã may mắn đến được bến bờ tự do, sau 3 ngày lênh đênh trên biển, bị cướp bởi hải tặc 3 lần.

Sang định cư ở Mỹ vào đầu năm 1980, ông đã định cư ở New Orlean mở quán cafe và vũ trường một thời gian. Sau đó, ông dọn về California và cuối cùng đặt chân đến vùng nắng ấm Arizona vào năm 1996, mở quán Cafe Dĩ Vãng phục vụ quý đồng hương cho đến ngày hôm nay…

Hoài niệm về dĩ vãng, điều khiến ông tự hào nhất là có cơ hội đóng góp vào việc xây dựng Kỳ Đài Việt Mỹ Wesley Bolin Memorial Plaza đầu tiên tại Hoa Kỳ. Trải nghiệm đáng nhớ nhất trong đời ông đó là được gặp mặt Đức Giáo Hoàng tại Vatican trong chuyến đi cùng phái đoàn Ủy Ban Cứu Người Vượt Biển, cũng như được tận mắt chứng kiến cảnh bức tường Bá Linh bị đập đổ, kéo theo đoàn người đông đúc ồ ạt từ Đông Đức sang Tây Đức.

Ông còn là một mạnh thường quân thường xuyên luôn ủng hộ Cộng Đồng, Hội Cựu Quân Nhân, các tổ chức tôn giáo, và các cơ quan từ thiện khi cần đến. Đã hai lần ông đứng ra vận động quyên góp lo hậu sự rất chu toàn cho hai thân hữu có hoàn cảnh neo đơn nghèo khó: ông Lữ Lai và ông Nam. Ông cũng đã tích cực đóng góp trong việc xây dựng nghĩa trang cho các thai nhi ở Việt Nam.

Là người có tâm hồn nghệ sĩ, suốt cuộc đời ông gắn liền với âm nhạc. Đi đến đâu ông cũng đều mở quán cafe tụ tập giới văn nghệ sĩ tổ chức những buổi ca nhạc, dạ vũ... Vào cuối thập niên 1999-2000, ông đã đồng hành cùng Đài Quê Hương tổ chức cuộc thi Tuyển Lựa Giọng Ca Vàng Arizona. Những năm gần đây, ông còn tích cực tham gia trình diễn quốc phục Việt Nam tại lễ hội đa văn hóa Á Châu. Ông xuất hiện trên sân khấu, thể hiện hình ảnh vua Bảo Đại uy nghi, phong độ, đem lại niềm tự hào cho văn hóa Việt Nam cũng như vinh dự cho Cộng Đồng chúng ta so với các cộng đồng bạn.

Xin mượn câu thơ của thi sĩ Tôn Nữ Hỷ Khương như một kim chỉ nam trong cuộc sống:

"Còn gặp nhau thì hãy cứ vui
Cuộc đời như nước chảy mây trôi
Lợi danh như bóng mây chìm nổi
Chỉ có tình thương để lại đời!!!"

Xin chúc mừng ông Duy Lý với chặng đường 25-75 cuộc đời. Mong rằng những tình thương và lòng bác ái của ông, ông sẽ tiếp tục được chở che với những duyên lành trong cuộc sống. Kính chúc ông tiếp tục cuộc sống tích cực và bình an cho đến cuối cuộc đời này.

WEST USA REALTY

FRED LIEN, CRS
ASSOCIATE BROKER

DỊCH VỤ ĐỊA ỐC

COMPLETE REAL ESTATE SERVICE

- Trên 25 Năm Kinh Nghiệm Trong Ngành Địa Ốc
- Chuyên về mua, bán, và cho thuê nhà cửa, cơ sở thương mại, và bất động sản.
- Chúng tôi giúp thân chủ tìm địa điểm mở business như tiệm nail, nhà hàng, v.v.
- Ngoài ra, chúng tôi còn có dịch vụ về loan cung cấp cho quý thân chủ nhiều chương trình để lựa chọn từ A to Z, từ mua nhà lần đầu tiên cho đến mua để đầu tư hay loan cho để trùng tu nhà, cơ sở thương mại, v.v..

ASSOCIATE BROKER
West USA Realty
4505 E. Chandler Blvd #170-209
Phoenix, AZ 85048

REFINANCE CASH-OUT SPECIALIST
NMLS 806178 Equity Mortgage LLC
4500 S. Lakeshore Dr., #280
Tempe, AZ 85282

Hãy gọi cho chúng tôi, nơi tận tâm uy tín.
602-339-9988

Office: 480-820-3333 - Fax: 602-863-4680
Email: FREDLIEN@WESTUSA.COM

Just Listed: Scottsdale Nails Salon $98K Grocery Anchor Center, 8 Spas , 10 mini stations, Low rent!!! Call for more info.

OSAGO AUTO GLASS

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**

Bác sĩ ALKESKUMAR PATEL, MD
BOARD CERTIFIED

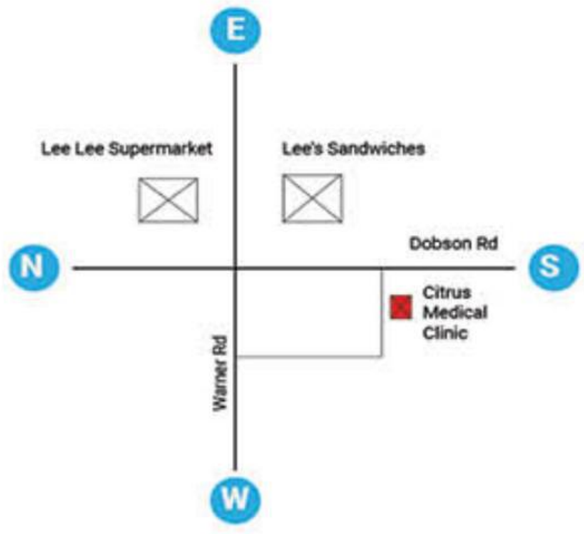
CITRUS MEDICAL CLINIC

CHUYÊN KHOA GIA ĐÌNH
2051 West Warner Road, Suite 5
Chandler, AZ 85224

- Khám và trị các bệnh tiểu đường, Cao máu, Tim Phổi, Gan và Ruột.
- Có hệ thống EKG để thử hơi thở cho người hút thuốc và bệnh suyển.
- Khám sức khỏe tổng quát cho người lớn.
- Thử máu và nước tiểu.
- Văn phòng có nhận bệnh nhân mới.
- Có thể lấy hẹn trong ngày hoặc trong vòng 2-3 ngày.
- Có nhân viên giúp phiên dịch tiếng Việt.

Đặc Biệt :
Chúng tôi có phương pháp kiểm tra và chữa trị các loại dị ứng (allergies) nhẹ nhàng không đau.

Nhận hầu hết các loại bảo hiểm:
AHCCCS,MEDICARE,UNITED và các thẻ tín dụng.
Có giá đặc biệt cho bệnh nhân không có bảo hiểm.



CẦN TUYỂN GẤP THƯ KÝ
văn phòng thông thạo tiếng Việt và tiếng Anh. Hãy gọi văn phòng để apply.

BUSINESS HOURS:
Monday - Thursday 8:00 AM – 4:30 PM
Friday 8:00 AM - 1:30 PM
Saturday 8:00 AM - 12:30 PM
Closed on Sunday

Xin gọi : (480) 659 - 6695 & (480) 821 - 8555
www.citrusmedicalclinic.com

HỘI Á-MỸ CAO NIÊN ARIZONA

1920 W.BROADWAY RD. ROOM #107 MESA AZ 85202
(Bên trong chợ AZ International Marketplace)

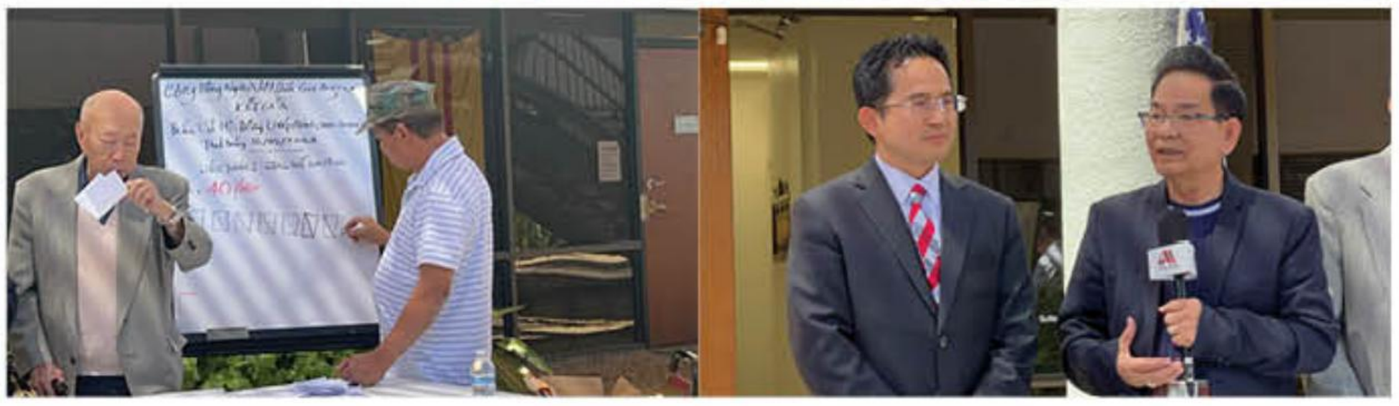
1. Địa điểm sinh hoạt vùng East gồm có: Thành Phố Mesa và phụ cận.
Thời gian: Thứ Bảy tuần thứ 2 và tuần thứ 4 trong tháng từ 10:00AM-14:00PM.
Chi tiết xin gọi Ông Phụ tá Hội trưởng Nguyễn Hoàng Phi (480) 245 - 6392.
2. Địa điểm sinh hoạt vùng West gồm có: Thành Phố Glendale và phụ cận.
Thời gian : Thứ Bảy tuần thứ 3 trong tháng từ 9:00AM - 1:00PM.
7138 N. 45TH Avenue Glendale AZ 85301
Chi tiết xin gọi Ông Phụ tá Hội trưởng Phan Thông Nhơn (602) 384 - 5335.
Chú-ý: Quý vị cao niên muốn tham gia hội xin gọi các số điện thoại ghi trên.

Hội Trưởng: Lê Ngàn (480) 582 - 6539

Copyright by Viet Lifestyles Magazine.

KẾT QUẢ BẦU CỬ BAN CHẤP HÀNH CỘNG ĐỒNG NVQG ARIZONA
Nhiệm Kỳ 2021- 2024

Phóng viên Việt Lifestyles ghi nhận



Sau hơn vài tháng phát động và kêu gọi những người trẻ trong Cộng Đồng ra lập liên danh ứng cử vào Hội Đồng Điều Hành CĐNVQG-Arizona nhiệm kỳ 2021-2022, tin vui cho Cộng Đồng khi có 2 liên danh trẻ ra tranh cử. Liên 1 do Dược sĩ Đặng Thế Khương, cựu Chủ Tịch Cộng Đồng thụ ủy. Liên danh 2 là do ông Anton Vũ, cựu Phó Chủ Tịch Cộng Đồng thụ ủy. Cả hai liên danh đều là những người trẻ, có lòng và tràn đầy nhiệt huyết phục vụ Cộng Đồng.

Trước ngày bầu cử, Đài Asian Media Network đã mời đại diện hai liên danh, ông Anton Vũ và Dược sĩ Đặng Thế Khương lên Đài để giới thiệu về liên danh và kế hoạch phát triển Cộng Đồng nếu liên danh của họ được đắc cử. Tuy nhiên, vì lý do gia đình, vài ngày trước ngày bầu cử, ông Anton Vũ đã gửi thông báo rút lui khỏi cuộc tranh cử. Như vậy, chỉ còn lại liên danh của ông Đặng Thế Khương.

Tuy nhiên, theo điều lệ Cộng Đồng, cho dù chỉ có 1 liên danh ra ứng cử, liên danh đó cũng phải đạt được số phiếu chấp thuận trên 50% thì mới được đắc cử.

Ban Bầu Cử Cộng Đồng NVQG Arizona 2022 gồm các ông: ông Lucky Nguyễn, ông Nguyễn Văn Tạo, ông Nguyễn Ngọc Xuân và ông Hoàng Nguyễn đã bỏ công sức và thời gian sắp đặt, đã tổ chức thành công chương trình bầu cử CĐNVQG AZ thật chu đáo và vẹn toàn. Sáng thứ Bảy, ngày 16 tháng 4 vừa qua, buổi bầu cử được diễn ra tại 2 địa điểm ở vùng East và vùng West để tiện cho quý đồng hương. Địa điểm ở vùng East Valley tại văn phòng Hội Á Mỹ Cao Niên Arizona bên trong chợ AZ International Marketplace, và địa điểm ở vùng West Valley tại trụ sở văn phòng Hội Cựu Quân Cán Chính VNCH AZ địa chỉ 747 East Bethany Home Rd., Phoenix, AZ 85014.

Theo lịch trình, từ 9:00AM- 9:30AM, Ban Bầu Cử có mặt tại 2 chi nhánh trên để chuẩn bị set up cũng như thông qua một số điều lệ bầu cử. Sau đó, đồng hương bỏ phiếu bầu cử từ 9:30AM- 11:30AM. Từ 11:35AM, Ban Bầu Cử kiểm phiếu và đọc kết quả bầu cử.

Kết quả bầu cử như sau: Tổng số phiếu bầu ở 2 địa điểm là 75 phiếu, liên danh ông Đặng Thế Khương đã đắc cử với tổng số 71 phiếu, tương đương 95%.

Sau đó, ông Đặng Thế Khương, đọc diễn văn nhậm chức trong vai trò là 1 tân Chủ Tịch Cộng Đồng. Ông cũng đã mời một số thành viên trong liên danh của ông lên ra mắt đồng hương, dù vẫn còn thiếu một vài thành viên không tham dự được vì lý do sức khỏe hay do công việc. Sau đây là bài diễn văn nhậm chức của tân Chủ Tịch Cộng Đồng Đặng Thế Khương.

----------oOo----------

Kính thưa:

Ông Chủ Tịch HDQT CĐNVQG AZ
Quý Hội Trưởng Hội Đoàn/Đoàn Thể trong CĐNVQG AZ
Quý vị lãnh đạo tôn giáo
Quý đồng hương trong Cộng Đồng

Thế Khương rất xúc động khi được sự tín nhiệm của quý đồng hương tại Arizona. Đây thật sự là niềm vinh dự và trách nhiệm lớn lao mà quý đồng hương đã giao phó! Thế Khương xin trân trọng cảm ơn quý vị đã tín nhiệm, bỏ phiếu ủng hộ Thế Khương và các anh chị em trẻ trong liên danh của Thế Khương nắm giữ các vai trò lãnh đạo trong CĐNVQG Arizona nhiệm kỳ 2022-2024. Thế Khương xin chân thành cảm ơn các vị trong Ban Bầu Cử, ông Lucky Nguyễn, ông Nguyễn Văn Tạo, ông Nguyễn Ngọc Xuân và ông Hoàng Nguyễn đã bỏ công sức và thời gian sắp đặt, tổ chức chương trình bầu cử CĐNVQG AZ thật chu đáo và vẹn toàn.

Trong bầu không khí long trọng ngày hôm nay, Thế Khương xin một vài phút trang nghiêm để được bày tỏ lòng thành kính, biết ơn sâu sắc đến các vị cựu Hội Trưởng Hội Đoàn/Đoàn Thể và nha sĩ Ki Ngô, một vị mạnh thường quân hảo tâm đã quá cố trong CĐNVQG AZ:

Ông Đàm Thường Vũ: Cựu Hội Trưởng Hội Không Quân
Ông Nguyễn Văn Lẹ: Cựu Hội Trưởng Hội Biệt Động Quân
Ông Bùi Quang Lâm: Cựu Hội Trưởng Hội Cựu Quân Cán Chính
Ông Nguyễn Ngọc Thạch: Cựu Hội Trưởng Hội Cựu Quân Cán Chính
Ông Nguyễn Thành Sanh: Cựu Hội Trưởng Hội Biệt Động Quân
Ông Lê Công Truyền

Các vị này lúc sinh thời đã dốc hết tâm sức và nhiệt huyết, một lòng vì sự tồn vong và phát triển của CĐNVQG AZ. Tấm lòng cao cả của các vị dành cho CĐNVQGAZ lúc sinh thời thật đáng cho chúng ta và thế hệ mai sau luôn kính nể và ghi nhớ công ơn.

Thưa quý đồng hương, việc đắc cử ngày hôm nay không phải là thành quả cá nhân của Thế Khương mà chính là một thành quả của sự đoàn kết chặt chẽ của một liên danh bao gồm các anh chị em trẻ có tài, có học thức và có nhiệt huyết phục vụ đồng hương chúng ta. Nhân đây, Thế Khương xin trân trọng giới thiệu các thành viên trong liên danh của Thế Khương:

Dược sĩ Đan Phượng Nguyễn: Chief of Staff (Phụ Tá Chánh Hội Đồng Chấp Hành)
Nha Sĩ Quyên (Gwen) Huỳnh: Phó Chủ Tịch Nội Vụ (Vùng West Phoenix)
Dược Sĩ Nguyễn Huỳnh Thiên Phong: Phó Chủ Tịch Nội Vụ (Vùng East Phoenix)
Dược Sĩ Vy Ái Nguyễn: Phó Chủ Tịch Ngoại Vụ (Vùng East Phoenix)
Dược Sĩ Nguyễn Hoàng Ngọc Hân: Phó Chủ Tịch Ngoại Vụ (Vùng West Phoenix)
Alvin Tiệp Nguyễn: Tổng Thư Ký (Vùng West Phoenix)
Trâm Chu: Tổng Thư Ký (Vùng East Phoenix)
Nguyễn Thùy Ngọc: Thủ Quỹ (Vùng East Phoenix)
Minh Thư Trần: Thủ Quỹ (Vùng West Phoenix)
Đỗ Trọng Xuân Hoài (Andy): Trưởng Ban Gây Quỹ
Trần Quốc Chương: Trưởng Ban Kinh Doanh (Marketing)

Hôm nay, đứng trước đồng hương và bên cạnh lá cờ Vàng thiêng liêng, Thế Khương xin hứa với đồng hương sẽ luôn tuân thủ hiến chương và bản nội quy của CĐNVQG AZ, lắng nghe ý kiến đóng góp và nguyện vọng của đồng hương, phục vụ đồng hương và hết lòng dìu dắt và chia sẻ kinh nghiệm lãnh đạo Cộng Đồng với các em trẻ trong Tân Ban Chấp Hành.

Cuộc sống chúng ta vẫn đang bị ảnh hưởng bởi dịch đện COVID-19, tuy nhiên, trong bất kỳ hoàn cảnh nào, dù khó khăn

hay thuận lợi, Thế Khương trong vai trò Chủ Tịch CĐNVQG AZ, sẽ duy trì sức mạnh của CĐNVQG AZ bằng cách đẩy mạnh và bồi đắp tinh thần đoàn kết trong Cộng Đồng, cùng nhau lưu giữ, phát huy giá trị lịch sử, bản sắc văn hóa truyền thống 4,000 năm văn hiến của dân tộc Việt, và phổ biến lá cờ Vàng thiêng liêng của dân tộc Việt đến các con em sinh trưởng ở nơi đất khách quê người.

Thưa quý vị, CĐNVQG AZ là một trong 4 Cộng Đồng thiểu số sắc dân Á Châu Thái Bình Dương lớn mạnh ở bang Arizona. Tiềm năng của CĐNVQG AZ chúng ta rất lớn! Người Việt Nam chúng ta có bản năng cần cù và thông minh, không bao giờ chịu chùn bước trước gian nan hoặc khó khăn. Kế thừa thành quả và nối tiếp từ những nhiệm kỳ trước qua 2 nhiệm kỳ của Thế Khương 2013-2018, và một nhiệm kỳ vừa qua dưới sự lãnh đạo năng nổ của Dược Sĩ Phượng Nguyễn, CĐNVQG AZ chúng ta đã gặt hái nhiều thành tích vang dội về các công tác đối ngoại lẫn nội vụ.

Trong 3 năm tới, Tân Ban Chấp Hành CĐNVQG AZ sẽ dành nhiều nguồn lực và chủ động xúc tiến các chương trình y tế, giáo dục, khuếch trương các chương trình phục lợi và chăm lo đời sống cho đồng hương, đặc biệt các hộ gia đình khó khăn. Song song với việc chú trọng vào mang lại phúc lợi cho đồng hương, Tân Ban Chấp Hành CĐNVQG AZ cũng sẽ quyết tâm phấn đấu phát huy lịch sử và truyền thống Lá Cờ Vàng thiêng liêng ở cấp tiểu bang và ở cấp quốc gia Hoa Kỳ.

Với sự quyết tâm của Tân Ban Chấp Hành CĐNVQG AZ cùng với tinh thần đoàn kết của mỗi người Việt chúng ta hiện đang sinh sống tại Arizona, Thế Khương cam đoan với tất cả đồng hương rằng CDNVQG AZ chúng ta lại một lần nữa sẽ toả sáng và nỗi bật trong tiểu bang Arizona và trên toàn quốc Hoa Kỳ.

Thế Khương xin kính chúc quý đồng hương sức khoẻ, vạn sự an lành và vô vàn hạnh phúc trong đời sống.

Đặng Thế Khương, PharmD, MBA
Chủ Tịch CĐNV Quốc Gia Arizona

----------oOo ----------

Sau đây mời quý đồng hương cùng gặp gỡ tân Ban Điều Hành Cộng Đồng Người Việt Quốc Gia Arizona vừa đắc cử cho nhiệm kỳ 2022- 2024.

TÂN HỘI ĐỒNG CHẤP HÀNH CỘNG ĐỒNG
NGƯỜI VIỆT QUỐC GIA ARIZONA
NHIỆM KỲ (2021-2024)

Đặng Thế Khương Kevin
Chức Vụ: Chủ Tịch

Năm Sinh: 1978
Sinh Quán: Quy Nhơn, Việt Nam
Học Vấn: Doctor of Pharmacy, Master of Business Administration in Healthcare
Nghề Nghiệp: Pharmacy Director, Dignity Health Arizona General Hospital; Biological and Pharmaceutical Sciences Adjunct Professor at Grand Canyon University

Sau hai nhiệm kỳ phục vụ đồng hương sinh sống tại Arizona, công cuộc vận động Nghị Quyết Cờ Vàng đã đạt được nhiều thành tích và để lại nhiều dấu ấn tại các thành phố và tiểu bang Arizona. Trong nhiệm kỳ mới, Thế Khương sẽ nỗ lực hết mình cùng các thành viên trẻ trong tân Hội Đồng Điều Hành CDNVQG AZ vận động Quốc Hội Hoa Kỳ công nhận lá cờ Vàng là biểu tượng cho Cộng Đồng Người Việt Quốc Gia trên toàn quốc Hoa Kỳ và ban hành Nghị Quyết Cờ Vàng, Nghị Quyết Tháng Tư Đen để thế hệ trẻ Việt Nam sinh trưởng ở Hoa Kỳ luôn ghi nhớ cội nguồn dân tộc và hành trình tìm tự do gian nan của thế hệ cha anh.

Nguyễn Thị Đan Phượng
Chức Vụ: Chief of Staff (Phụ Tá Chánh Hội Đồng Chấp Hành)

Năm Sinh: 1989
Sinh Quán: Saigon, Việt Nam
Học Vấn: Doctor of Pharmacy
Nghề Nghiệp: Dược Sĩ
Trong nhiệm kỳ qua dưới vai trò chủ tịch Cộng Đồng, Đan Phượng đã tiếp tục phục vụ đồng hương sinh sống tại Arizona và cố giữ sứ mệnh bảo tồn văn hóa và truyền thống của dân tộc Việt qua những chương trình như khai trương lớp Việt Ngữ và tổ chức từ thiện VCAF. Trong nhiệm kỳ mới, Đan Phượng sẽ tiếp tục ủng hộ Ban Điều Hành với mục đích tạo thêm cơ hội cho thế hệ trẻ tiếp súc và tham gia trong những sinh hoạt của Cộng Đồng.

Quyên (Gwen) Huỳnh
Chức Vụ: Phó Chủ Tịch Nội Vụ (Vùng West Phoenix)
Năm Sinh: 1973
Sinh Quán: Sài Gòn,Việt Nam
Học Vấn: Doctor of Dentistry, Case Western Reserved Dental School, Ohio.
Nghề Nghiệp: General Family Dentist
Quyên tham gia phục vụ Cộng Đồng từ năm 2016 với vai trò Tổng Thư Ký Hội Đồng Chấp Hành (2016-2019), và cũng đã từng giữ vai trò lãnh đạo các em sinh viên Việt Nam trong hội VACAZ. Nguyện vọng của Gwen nhiệm kỳ mới là giúp đỡ đồng hương chúng ta về các phương diện liên quan đến y-tế và xã hội.

Nguyễn Huỳnh Thiên Phong
Chức Vụ: Phó Chủ Tịch Nội Vụ (Vùng East Phoenix)
Năm Sinh: 1992
Nguyên Quán: Cần Thơ, Việt Nam
Học Vấn: Doctor of Pharmacy
Nghề Nghiệp: Pharmacist
Sinh ra tại Việt Nam nhưng lại may mắn trưởng thành và nhận được nền giáo dục tiến bộ ở Hoa Kỳ, cháu cảm thấy mình có thể phần nào hiểu được sự khó khăn của người Việt chúng ta khi mới bước chân lên vùng đất mới, đặc biệt là các bạn trẻ phải hội nhập vào môi trường sống, học tập, và làm việc mới. Đến Arizona từ năm 2009 và qua một thời gian dài gắn bó với hội Á Mỹ Cao Niên trong vai trò tình nguyện viên, cháu có cơ hội được tham gia cùng với các bác trong các sinh hoạt cộng đồng từ đó có thêm sự hiểu biết về cộng đồng người Việt tại Arizona. Đây là lần đầu tiên tranh cử cho Ban Chấp Hành Cộng Đồng Người Việt Quốc Gia Arizona, cháu sẽ nỗ lực cùng với các anh chị và các bạn tạo được mối quan hệ chặt chẽ với các thế hệ người Việt tại Arizona. Chúng cháu sẽ giúp đỡ các bác về các vấn đề về sức khoẻ, an sinh xã hội; cũng như giúp đỡ các bạn trẻ vấn đề học vấn và phát triển tương lai, quan trọng hơn là giúp các bạn hiểu thêm về ngôn ngữ, văn hóa Việt Nam, và qua đó góp phần gìn giữ và phát triển nét đẹp văn hóa Việt trên Arizona.

Vy Ái Nguyễn
Chức Vụ: Phó Chủ Tịch Ngoại Vụ (Vùng East Phoenix)

Năm Sinh: 1992
Sinh Quán: Sài Gòn, Việt Nam
Học Vấn: Doctor of Pharmacy
Nghề Nghiệp: Pharmacist at Exceptional Healthcare

Từ khi đăng quang Á Hậu Việt Nam Arizona 2016, Vy Ái đã tích cực tham gia các chương trình thiện nguyện quảng bá nét đẹp văn hoá dân tộc với các nước bạn trên thế giới. Trở thành Phó Ngoại Vụ của CDNVQG AZ, Vy Ái sẽ quyết tâm gây quỹ hỗ trợ cho các đồng hương cần sự giúp đỡ, đồng thời tổ chức nhiều hoạt động văn hoá thu hút giới trẻ người Việt tại Arizona giúp các em ghi nhớ về truyền thống cội nguồn dân tộc.

Nguyễn Hoàng Ngọc Hân
Chức Vụ: Phó Chủ Tịch Ngoại Vụ (Vùng West Phoenix)

Năm Sinh: 1995
Nguyên Quán: Cleveland, OH
Học Vấn: Doctor of Pharmacy
Nghề Nghiệp: Pharmacist

Là một người Việt sinh ra tại Mỹ, cháu phải đối diện với một số khó khăn khi lớn lên được dạy dỗ bằng văn hóa và ngôn ngữ Việt Nam, nhưng khi đến trường lại giao tiếp hằng ngày với các bạn Mỹ. Cháu cảm thấy như có một rào cản để có thể chấp nhận được sự khác biệt của mình. Mãi đến khi đến với tiểu bang Arizona, có dịp được đi học tiếng Việt và được tham gia vào hội Á Mỹ Cao Niên, cháu mới hiểu được và trân trọng cội nguồn của mình. Trong thời gian qua, ngoài tham gia hội Á Mỹ Cao Niên, cháu còn tham gia các sinh hoạt cộng đồng khác như Serenity Dance Group và Ca Đoàn AZ. Cháu rất may mắn vì gia đình đã dạy dỗ và tạo điều kiện cho cháu có thêm sự hiểu biết về văn hóa Việt Nam. Vì thế, cháu muốn giúp đỡ các bạn trẻ khác sinh ra và lớn lên tại Mỹ có cơ hội để tìm hiểu và từ đó trân trọng về cội nguồn và văn hóa Việt. Thêm vào đó, là một dược sỹ, cháu muốn giúp đỡ các bác trong cộng đồng hiểu biết thêm về cách điều trị các căn bệnh và được hướng dẫn thêm về các chương trình an sinh xã hội.

Alvin Tiệp Nguyễn
Chức Vụ: Tổng Thư Ký (Vùng West Phoenix)

Năm Sinh: 1982
Sinh Quán: Sài Gòn, Việt Nam
Học Vấn: BS of Business Management, Diagnostic Medical Sonography
Nghề Nghiệp: Sonographer, Sonopro; Business Owner; Photographer
Alvin luôn mong muốn được đóng góp cho Cộng Đồng NVQG AZ trong lĩnh vực văn nghệ, thể thao, phim ảnh hầu góp phần duy trì nền văn hóa nghìn năm của dân tộc Việt cho thế hệ mai sau.

Trâm Chu
Chức Vụ: Tổng Thư Ký (Vùng East Phoenix)
Năm Sinh: 1956
Sinh Quán: Đà Nẵng, Việt Nam
Học Vấn: Real Estate Designations: CIPS (Certified International Property Specialist) Real Estate. CRS (Certified Residential Specialist); GRI (Graduate Realtor Institute)
Nghề Nghiệp: Real Estate Broker Associate over 34 yrs. Hơn 34 năm chuyên gia địa ốc bao gồm Commercial, Residential, Business, Investment and land development.

Trâm Chu tham gia phục vụ Cộng Đồng Việt Nam và các cộng đồng bạn Á Châu tại Arizona trong nhiều thập niên qua. Trong nhiệm kỳ mới, Trâm Chu sẽ cố gắng kết nối CDNVQG AZ với các cộng đồng bạn và hết mình phục vụ đồng hương chúng ta, mang các chương trình phúc lợi đến những hộ gia đình Việt Nam đang sống trong cảnh nghèo khó.

Nguyễn Thùy Ngọc
Chức Vụ: Thủ Quỹ (Vùng East Phoenix)

Năm Sinh: 1974
Sinh Quán: Cần Thơ, Việt Nam
Học Vấn: Master of Business Administration in Finance and Accounting
Nghề Nghiệp: Accountant

Thùy Ngọc định cư tại Arizona từ năm 1989. Năm 2006, cô bắt đầu tham gia vào các sinh hoạt của cộng đồng Việt Nam tại Arizona và đã từng giữ chức vụ Thủ Quỹ CDNVQG/AZ. Cô luôn luôn tham gia vào những phong trào tranh đấu dành Tự do, Dân chủ, Nhân quyền cho Việt Nam. Thùy Ngọc hy vọng có thể góp một bàn tay xây dựng một cộng đồng mạnh hơn tại Arizona.

Minh Thư Trần
Chức Vụ: Thủ Quỹ (Vùng West Phoenix)
Năm Sinh: 1959
Sinh Quán: Sài Gòn, Việt Nam
Học Vấn: Master of Business Administration
Nghề Nghiệp: Accountant

Minh Thư tham gia phục vụ Cộng Đồng trong nhiều năm qua, và cũng đã từng giữ chức vụ Thủ Quỹ CDNVQG AZ nhiệm kỳ 2016-2019. Trong nhiệm kỳ mới, Minh Thư sẽ cùng các anh chị em trẻ xây dựng Cộng Đồng trên mọi phương diện, đặc biệt chú trọng vào các chương trình xã hội và lễ hội truyền thống dân tộc để thế hệ trẻ sinh sống ở Arizona luôn nhớ về lịch sử và cội nguồn dân tộc Việt.

Đỗ Trọng Xuân Hoài (Andy)
Chức Vụ: Trưởng Ban Gây Quỹ
Năm Sinh: 1966
Sinh Quán: Đà Nẵng Việt Nam
Học vấn: Machine Programming
Nghề nghiệp: Programer tại Yamaichi Electronics, USA

- Điều ước muốn trong nhiệm kỳ:
* Tạo một ngân quỹ cho các sinh hoạt của cộng đồng để giảm bớt sự đóng góp của các mạnh thường quân
* Tạo cơ hội cho giới trẻ sinh hoạt với cộng đồng hầu để giúp giới trẻ duy trì truyền thống Việt và tiếp tục giữ vững tinh thần VNCH qua các vai trò/công việc của cộng đồng.

Trần Quốc Chương
Chức Vụ: Trưởng Ban Kinh Doanh (Marketing)
Năm Sinh: 1971
Học Vấn: Master of Business Administration, Finance & Real Estate
Nghề Nghiệp: sáng lập và điều hành công ty địa ốc US Delta Realty (Tempe, AZ), chuyên đại diện khách hàng mua, bán và đầu tư nhà cửa.
Luôn luôn mong muốn được chia sẻ những kiến thức, kinh nghiệm có được trong việc làm và cuộc sống, Chương tích cực tham gia các sinh hoạt xã hội. Chương đã từng giữ chức vụ Phó Chủ Tịch Nội Vụ của Cộng Đồng Người Việt Quốc Gia AZ hai nhiệm kỳ 2009-2011 và 2013-2015.
Trở lại sinh hoạt trong CDNVQG/AZ trong nhiệm kỳ 2022-2025, Chương sẽ đảm nhận trách nhiệm Marketing với mục đích chính là giới thiệu, quảng bá đến tất cả đồng hương người Việt sống ở Phoenix và các vùng phụ cận cũng như các cộng đồng bạn các sinh hoạt văn hóa và chính trị đặc sắc của CDNVQG/AZ. Chương sẽ làm việc chặc chẽ với các anh chị em trong Ban Chấp Hành mới để giúp CDNVQG/AZ hòa nhập vào các sinh hoạt chính trị dòng chính ở địa phương và tranh đấu cho quyền lợi của đồng hương người Việt ở Arizona.

HỘI ĐỒNG QUẢN TRỊ CỘNG ĐỒNG NGƯỜI VIỆT QUỐC GIA ARIZONA

727 E. BETHANY HOME RD UNIT D122 PHOENIX, AZ 85014
PHONE: 602-503-8340 & 602-332-0733 & 805-760-4678
Email: qrichphuocnguyen@gmail.com

THÔNG BÁO TÂN BAN CHẤP HÀNH CĐNVQG/AZ

Kính gởi: Quý vị Lãnh Đạo Tinh Thần, Quý Đồng Hương, Quý Hội Đoàn, Đoàn Thể Ban tổ chức bầu cử Hội Đồng Chấp Hành Cộng Đồng Người Việt Quốc Gia Arizona nhiệm kỳ 2021-2024 xin thông báo:

Theo kết quả bầu cử lúc 12 giờ trưa ngày 16 tháng 4 năm 2022 tại 2 địa điểm: 1 và 2:

LIÊN DANH CỦA ÔNG ĐẶNG THỂ KHƯƠNG ĐÃ ĐẮC CỬ BAN CHẤP HÀNH CỘNG ĐỒNG NGƯỜI VIỆT QUỐC GIA ARIZONA

Tại địa điểm 1, ông Đặng Thể Khương thay mặt các thành viên trong ban chấp hình cảm ơn đồng hương đã tin nhiệm, xin nhận trách nhiệm, quyết tâm trong 3 năm sẽ xây dựng Cộng Đồng thật vững mạnh, phát huy truyền thống là cơ vùng phát huy lịch sử văn hóa phong tục dân tộc Việt Nam và đặc biệt dành nhiều nguồn lực và chủ động xúc tiến các chương trinh y tế, phúc lợi và chăm lo đời sống cho đồng hương.

Kính thưa quý vị,

Chúng tôi, những thành viên trong ban bầu cử: Lucky Nguyễn, Nguyễn Ngọc Xuân, Võ Thành Long. Nguyễn Kim Hoang, Nguyễn Lân chân thành cảm ơn những quy

vị đã hỗ trợ tích cực cho Ban tổ chức bầu cử hoàn thành trách nhiệm:

- **Hội Cựu Quân Căn Chinh Việt Nam Cộng Hoà Anizona**
- **Hội Á Mỹ Cao niên Arizona**
- **Cô Lê Văn Thanh mai, Giám Đốc Asian Media Network và Viet Life Styles Magazine**
- **Ông Nguyễn Văn Tạo, Lê Văn Ngân, Lê Duy Trung, Nguyễn Ngọc Sẵng và tất cả quy vị trong Hội Đồng Quản Trị Cộng Đồng Người Việt Quốc Gia Arizona**

Phoenix, ngày 16 tháng 04 năm 2022
TM Hội Đồng Quản Trị CĐNVQGAZ
CHỦ TỊCH
Trưởng Ban bầu cử
Lucky Nguyen

THỰC PHẨM CHO NGƯỜI GIÀ VIỆT NAM SAU TẾT

TRẦN PHÚ ĐA

Tết cổ truyền Việt Nam đã đi qua, mọi nôn nao mong ngóng dần trở lại bình thường. Chúng tôi làm một cuộc du hành quanh một số Quận, Thành Phố trong Tiểu Bang Georgia nơi có đông người Việt định cư để cảm nhận cuộc sống của cộng đồng người Việt nhất là với người cao niên, từ South cho đến North ai ai cũng được con cháu và các Hội Đoàn, Trung Tâm chăm sóc tận tình. Một điều thú vị ở đây là những vị Hội trưởng, Giám Đốc điều hành ngoài lo lắng về mặt tinh thần, quý vị cao niên đều được cung cấp thực phẩm tươi xanh hằng tuần, trong đó có Trung Tâm First Senior Center.

Tòa nhà này rất thoáng mát, rộng rãi được một người con gái Việt Nam tên Von Tran và vị phu quân là Cường Khai Thuế gầy dựng nên và cũng là người sáng lập Trung Tâm chăm sóc cho người cao niên đang sinh sống chung quanh các Quận Gwinett, Dekalb, Futon... Ở đây từng ngày có hàng trăm quý vị cao niên đến để sinh hoạt vui chơi giải trí khi đã bước sang tuổi xế chiều. Sau khi Trung Tâm tổ chức chích ngừa vaccine Covid-19 được 3 mũi, bà con đã dần trở lại ngôi nhà chung để cùng hàn huyên tâm sự. Hôm chúng tôi đến Trung Tâm đang tổ chức cấp thực phẩm hằng tuần miễn phí cho mọi thành viên như thịt bò, trứng, đùi gà, phi lê cá, thịt heo, hành tây, nước giặt đồ, khăn giấy... ai nấy đều hài lòng với cách đón tiếp và phục vụ chu đáo của từng nhân viên ở đây. Cô Von Tran người sáng lập nên Trung Tâm đi công việc bên ngòai vừa về, trên tay cầm một chùm bong bóng có hình trái tim màu đỏ, thoáng nhìn chúng tội chợt hiểu rằng hôm nay là ngày lễ Tình nhân, Valentine's day ai cũng biết, cũng nhớ. Quý cụ vừa nhận thực phẩm vừa được cô Von đến tận nơi thăm hỏi và chúc mừng cái ngày thiêng liêng của đời người, nó không những là tình yêu lứa đôi mà xa hơn nữa đó là ngày thể hiện tình yêu thương đối với ông bà, cha mẹ, anh em, con cháu, nên ai cũng thấy ấm lòng.

Dạo quanh một vòng để thấy cả một hội trường rộng lớn hôm nay đầy thực phẩm, nhiều chiếc tủ đông, tủ lạnh to đùng được dùng để bảo quản thịt cá, nhân viên thì làm việc liên tục, người trực điện thoại, kẻ phân chia thực phẩm, bộ phận theo dõi sổ sách, y tế, tài xế đều sẵn sàng phục vụ khi bà con có nhu cầu. Giới thiệu với chúng tôi từng phòng chức năng của Trung Tâm cô Von Trần cho biết thêm rằng, ngoài việc quý cô chú bác cao niên đến đây sinh hoạt, khi đau yếu hoặc lúc dịch bệnh Trung Tâm luôn phân công nhân viên đưa cơm nước, thực phẩm đến tận nhà, được tặng áo lạnh, tặng quà trong các dịp lễ tết, giúp thông dịch các loại giấy tờ, xin giúp tiền Food Stamp, renew Medicaid/ Medicare, xin giúp Senior Housing, điện thoại, máy trợ thính, làm hồ sơ xin SSI, chích ngừa... tất cả đều hoàn toàn miễn phí. Quý vị cao niên đến đây sinh hoạt nhận thực phẩm và còn được Trung Tâm lo cắt tóc, hướng dẫn tập thể dục dưỡng sinh, học thêm tiếng Anh giao tiếp và Bác sĩ, Y tá tư vấn chăm sóc sức khỏe hằng tuần, hằng tháng. Tại nơi nhận thực phẩm sau Tết này chúng tôi đã trực tiếp gặp gỡ một số cô chú cao niên như cô Kim Cúc Nguyễn cùng chồng năm nay 79 tuổi thường đưa mẹ mình năm nay ở tuổi 92 đến sinh hoạt và nhận quà thực phẩm hằng tuần. Chú Đoàn Ba mặc dù đi lại khó khăn vậy mà trên môi luôn nở nụ cười tươi tắn khi đẩy xe thực phẩm của mình. Cả chú Chánh Nguyễn đều có chung một tâm sự là được nhận thêm niềm vui lúc tuổi già cũng cảm thấy ấm lòng và hạnh phúc lắm!

"... Đâu còn đương độ trẻ trai, nhưng mà lớp trẻ chạy dài theo ông. Chẳng bằng thời của bóng hồng, các bà vẫn ối kẻ trông mà...thèm."

(Rằm Nguyên Tiêu Nhâm Dần 2022)

AANHPI for EQUITY
ASIAN AMERICAN · NATIVE HAWAIIAN · PACIFIC ISLANDER
VACCINE
COVID-19
BE A PART OF THE VACCI-NATION
CHÍCH NGỪA COVID MIỄN PHÍ
Cộng đồng người Việt
và Á Châu cần sự giúp đỡ:
Lấy hẹn chích ngừa
Cần đưa đón đến nơi chích ngừa
Cần thông dịch viên khi đi chích ngừa
Mọi chi tiết về chích ngừa xin nhắn tin cho Ngọc Lan:
602-321-0957

AANHPI for EQUITY
ASIAN AMERICAN · NATIVE HAWAIIAN · PACIFIC ISLANDER
CHÚNG TÔI ĐANG TUYỂN
Nhiều Nhân Viên Vận Động
Lương
$20/giờ & bảo hiểm sức khỏe
Công việc:
- Vận động mọi người ghi danh đi bầu
- Khuyến khích mọi người cam kết bỏ phiếu
Muốn biết thêm chi tiết,
hãy vào link dưới đây:
https://bit.ly/3rY1DBd
Mọi thắc mắc,
xin vui lòng liên lạc Liz:
elizabeth@onearizona.org
Or scan QR code

MỪNG THƯỢNG THỌ QUÝ CAO NIÊN
HỘI Á MỸ CAO NIÊN ARIZONA

Sáng ngày 9 tháng 4 vừa qua, Hội Á Mỹ Cao Niên Arizona trong buổi họp mặt mỗi tháng, đã tổ chức ngày Sinh Nhật của hội viên trong tháng. Trong tháng 4 này, Hội có đến ba vị cao niên có ngày sinh nhật trong tháng 4 và cả 3 người đều ở độ tuổi 90 hoặc hơn.

Đặc biệt là Ông Ngàn Lê, hôm nay đúng ngày sinh nhật thứ 90 của ông. Ông Ngàn Lê là người sáng lập hội Á Mỹ Cao Niên và cũng là linh hồn của hội. Gần hai thập niên qua, ông đã tích cực lèo lái hội vượt qua bao khó khăn. Thành lập Hội đã khó, những để duy trì và phát triển nó lại càng khó hơn. Vậy mà ông Ngàn Lê đã làm được công việc khó khăn này, duy trì Hội gần 2 thập niên qua.

Ghi nhận công lao đóng góp của ông không chỉ cho riêng Hội Á Mỹ Cao Niên, mà ông còn giúp rất nhiều cho Cộng Đồng trong thời gian qua. Vì vậy, nhân dịp Thượng thọ 90 tuổi của ông, đại diện cho Cộng Đồng NVQG Arizona, ông Lucky Nguyen, Chủ tịch Hội Đồng Quản Trị đã trao tặng ông Ngàn tấm plaque như một lời tri ân.

Mặc dù tuổi già với nhiều vấn đề sức khỏe, nhưng tinh thần ông vẫn còn minh mẫn, ông vẫn lái xe và lo bao công việc cho hội. Thật ngưỡng mộ tinh thần của ông. Chúc mừng Sinh Nhật ông Ngàn Lê và các hội viên có ngày sinh nhật tháng 4. Kính chúc tất cả một Sinh Nhật vui vẻ và hạnh phúc!!!!

Asian Pacific Community in Action

Advocating for Better Health

Cộng Đồng Á Châu Thái Bình Dương,
Vận động để có súc khoẻ tốt hơn

602-265-4598

Website: apcaaz.org | Facebook: apcaaz

CẦN TUYỂN NGƯỜI VẬN ĐỘNG CHÍCH NGỪA VACCINE:

- Vận động, giúp làm hẹn, thông dịch cho người cần chích vaccines.

Không cần kinh nghiệm, chúng tôi sẽ đào tạo.

- Lương: $20/giờ
- Giờ làm việc uyển chuyển từ 10-40 tiếng/tuần (bao gồm cả buổi tối và weekend nếu muốn).
- Ưu tiên cho người thông thạo 2 ngôn ngữ: tiếng Việt, Quan Thoại, Chuukese, Hàn Quốc, Marshallese, hoặc các ngôn ngữ khác của người Mỹ gốc Á hoặc người Đảo Thái Bình Dương.

Ghi danh ngay qua email với Ms. Layal: Layal@apcaaz.org
Hoặc nhắn tin/gọi:

602-492-2302

CHÚNG TÔI GIÚP GIA ĐÌNH QUÝ VỊ GHI DANH VÀO CÁC CHƯƠNG BẢO HIỂM Y TẾ MIỄN PHÍ HOẶC GIÁ THẤP NHẤT.

We assist families in finding no cost or low cost healthcare options.

a) Giúp điền đơn xin bảo hiểm sức khoẻ AHCCCS miễn phí. (Free application help to apply for AHCCCS)

b) Giúp ghi danh vào chương trình Hỗ Trợ Dinh Dưỡng miễn phí (SNAP Nutrition Asistance)

c) Giúp ghi danh vào Thị Trường Bảo Hiểm Sức Khỏe (Help enroll in The Health Insurance Marketplace)

CẦN NHIỀU NGƯỜI THAM GIA VÀO CUỘC THĂM DÒ DƯ LUẬN VỀ SỨC KHOẺ CỘNG ĐỒNG Á CHÂU:

- 100 người tham gia đầu tiên sẽ được thưởng $20/ người.

Phải từ 18 tuổi trở lên và là người Mỹ gốc Á, người Hawaii bản địa và người dân Đảo Thái Bình Dương (AANHPI).

- Dữ liệu bạn cung cấp sẽ giúp chúng tôi:
  - Xác định nhu cầu sức khỏe cộng đồng
  - Xác định cách đáp ứng những nhu cầu đó
  - Tìm tài nguyên cho cộng đồng
- Dữ liệu này cũng sẽ được sử dụng để:
  - Ghi lại các vấn đề sức khỏe và các ưu tiên trong cộng đồng
  - Xác định các vấn đề quan trọng cần nghiên cứu
  - Hỗ trợ phát triển các chương trình và dịch vụ liên quan đến sức khỏe mới hoặc hiện có.

Nguyễn Ngọc Duy Hân

TRỨNG

Mùa Phục Sinh sắp tới, phố xá hàng quán bán đầy những đồ trang trí mừng Easter như trứng, thỏ.... Xin được bắt đầu câu chuyện tản mạn về trứng với câu hỏi: Con gà có trước hay trái trứng có trước. Câu trả lời của bạn là gì? Theo tiến sĩ Colin Freeman, nghiên cứu tại trường Đại học Sheffield thì người ta đã có bằng chứng khoa học để nói rằng con gà có trước quả trứng. Tuy nhiên tin hay không là tùy ở bạn, câu chuyện vẫn còn chưa hết tranh cãi.

Trứng đã có từ lâu đời, các nhà khảo cổ tìm thấy vỏ một trái trứng gà gần như nguyên vẹn ở thị trấn Yavne miền trung Do Thái, có thể đã xuất hiện cách đây 1,000 năm. Trứng (miền Nam gọi là hột - hột gà, hột vịt) là sản phẩm từ các loại gia cầm, chim chóc đẻ ra, là nguồn thức ăn bổ dưỡng. Bề ngoài của trứng thường có hình bầu dục, hai đầu to nhỏ không cân bằng. Các loại trứng phổ biến nhất là trứng gà, trứng vịt, trứng chim, trứng ngỗng, trứng đà điểu.

Trong đạo Phật, khi ăn chay có ăn trứng gà được không là câu hỏi rất nhiều người thắc mắc. Các bậc cao minh trả lời là nếu trứng gà không có trống, không có mầm sanh thì không có sự giết hại. Cho nên Phật tử dùng trứng vào những ngày ăn chay thì sẽ không phạm luật sát sanh.

Còn Kinh Thánh Công Giáo cũng có những câu liên hệ đến trứng như sau:

"Người ta cưu mang điều tai hại và đẻ ra điều gian ác. Chúng ấp trứng rắn, dệt màng nhện. Ai ăn trứng của chúng sẽ chết; Còn trứng bị bể sẽ nở ra rắn độc".
Hoặc Chúa Giêsu đã tiên đoán nói với Phêro: "Thầy bảo thật anh, nội đêm nay, gà chưa kịp gáy, thì anh đã chối Thầy ba lần".

Trên thực tế, loài thỏ chỉ sinh con chứ không đẻ trứng, thế nhưng mùa Phục Sinh người ta hay trưng bày hình ảnh con thỏ và trái trứng vì có liên hệ đến câu chuyện thần thoại sau: Thần Ostara thấy một con chim sắp chết vì hai cánh bị đóng băng. Cảm thương, Ostara biến chim thành con thỏ và giữ nó bên mình làm thú cưng. Ostara cho thỏ có khả năng đẻ trứng, Tuy nhiên sau này, thỏ vô tình khiến Ostara nổi giận. Nó bị thần ném lên bầu trời, hóa vào chòm sao Lepus. Từ đó mỗi năm, thỏ chỉ được xuống trần gian một lần vào mùa Phục Sinh để tặng những quả trứng đáng yêu cho người trần thế. Và cũng từ đó, hình ảnh thỏ mang trứng trở thành một nét đặc biệt trong ngày lễ Phục Sinh của phương Tây.

Về văn hóa, trứng gà rất gần gũi với thôn quê, hình ảnh mẹ gà bảo vệ đàn con tượng trưng cho tình mẫu tử cao quý. Chắc ai cũng biết truyền thuyết Lạc Long Quân và Âu Cơ sinh ra bọc có 100 trứng, sau đó trứng nở ra 100 người con, là tổ tiên của dân tộc Việt.

Trong kho tàng ca dao, có bài nói về cái khổ của người dân qua chuyện "Mười quả trứng" như sau:
"Ra chợ Kẻ Diên mua con gà mái
Về nuôi ba tháng; hắn đẻ ra mười trứng
Một trứng: ung, hai trứng: ung, ba trứng: ung,
Bốn trứng: ung, năm trứng: ung, sáu trứng: ung,
Bảy trứng: cũng ung
Còn ba trứng nở ra ba con
Con diều tha
Con quạ quắp
Con mặt cắt xơi"
Quả là rất khổ, 10 trái trứng coi như hỏng hết cả mười, xui tận mạng! Cuộc sống dân nghèo luôn bị đủ thứ tai ương là như thế.

Kho tàng văn chương bình dân cũng có các câu:
"Khôn từ trong trứng khôn ra, dại đến già vẫn dại"
hoặc ví von cảnh "Lấy trứng chọi đá" coi như biết trước sức yếu, thế nào cũng thua: "Em ơi chị bảo em này
Trứng chọi với đá có ngày vỡ tan"
Ông bà cũng khuyên bậc cha mẹ: "Dạy con từ lúc còn trong trứng nước", nghĩa là phải uốn nắn từ lúc trẻ còn thơ kẻo quá trễ.
Khi đứa trẻ thiếu kinh nghiệm mà lên mặt dậy đời, người ta mắng:
"Trứng mà đòi khôn hơn vịt!"

Hoặc ông bà đã chia sẻ nghệ thuật chăn nuôi:
"Nuôi gà phải chọn giống gà
Gà di bé giống nhưng mà đẻ mau
Nhất to là giống gà nâu
Lông dày thịt béo về sau đẻ nhiều"

Trong sách tập đọc cho trẻ em cũng có dạy:
"O tròn vo như trứng vịt", câu này nói về khoa học thì không đúng lắm vì trứng vịt đâu có tròn vo, nó hình oval bầu dục với đầu to đầu nhỏ mà! Chắc là trẻ em không phân biệt được điều này nên thầy cô dạy thế cho đơn giản.

Ông bà ta cũng có câu: "Trứng rồng lại nở ra rồng,
Liu điu lại nở ra dòng liu điu" để chỉ việc giống nào sẽ ra giống nấy, khó mà có thể thay đổi được.
Bạn có biết câu đố: Mình rồng, đuôi phụng le te, mùa Đông ấp trứng, mùa Hè nở con - Là cây gì không? Thưa đó là cây cau.

Khi xem trình diễn văn nghệ, nghe giảng thuyết, người ta có tục chọi trứng thối lên sân khấu để tỏ ý phản đối, chê bai. Điều này cũng lạ, tức là trước khi đi xem phải thủ sẵn mớ cà chua thối, trứng thối trong giỏ. Nếu biết dở sao lại còn mua vé đi coi??!!

Trong chuyện Kiều, cố thi hào Nguyễn Du không hề nhắc tới trứng trong hơn 3000 câu lục bát, tuy nhiên đã có mấy câu nhắc tới gà:
"Nước vỏ lựu máu mào gà,
Mượn màu chiêu tập lại là còn nguyên
Tiếng gà nghe đã gáy sôi mái tường.
Tiếng gà xao xác gáy mau"

Đặc biệt ở gia cầm, chúng nằm trên trứng để ấp rồi từ đó nở ra con. Có một số loài chim không tự ấp trứng mà lại luôn biết canh me, đẻ trứng trộm vào ổ các chim khác để nhờ ấp hộ. Việc này cũng có loài khác làm đấy! Đó là loài người, khi có người xấu luôn rình mò cơ hội cướp công, giành "credit" người khác, lợi dụng sự tốt bụng của người khác.

Linh vật biểu tượng của đất nước Tân Tây Lan là một loài chim tên là Kiwi, thuộc dòng họ Apterygidae. Trứng của loài này có thể chiếm tới 1/4 trọng lượng cơ thể chim cái. Kiwi đẻ được mỗi năm 2 - 3 lứa, mỗi lứa chỉ một quả trứng. Loài chim này không bay, nằm trong nhóm chim chạy trên 2 chân giống như loài đà điểu. Kích thước của Kiwi khoảng 50cm, nặng 1kg, tức là chỉ khoảng một con gà cỡ nhỏ.

Tại sao trứng gà nâu lại mắc hơn trứng gà trắng? Ở Mỹ giống gà đẻ trứng nâu thường to con hơn, cần ăn uống nhiều hơn mới đủ năng lượng tạo màu cho vỏ trứng. Nhưng trên thực tế, các loại trứng gà đều khá giống nhau về mặt dinh dưỡng. Có khác nhau chăng là môi trường sống của gà mái. Chẳng hạn trứng của những con gà thả ngoài trời chứa lượng vitamin D gấp 3 hay 4 lần trứng của các con gà nhốt trong chuồng. Thức ăn của gà mái cũng ảnh hưởng đến hàm lượng chất dinh dưỡng trong trứng hoặc màu sắc của lòng đỏ trứng. Nếu lòng đỏ màu sẫm, điều đó chứng tỏ gà mái đã ăn nhiều loại rau xanh. Còn nếu trứng có lòng đỏ màu vàng nhạt thì hẳn là con gà đó ăn nhiều bắp và cỏ linh lăng, nếu gà mái ăn nhiều thóc gạo sẽ có lòng đỏ màu vàng tươi.
Trứng cũ thường bị mất hương vị, kém thơm ngon, nếu để trứng trong tủ lạnh, có thể giữ hương vị lâu hơn.
Ngoài ra còn có giống gà lông đen, đẻ ra trứng vỏ màu đen thui nữa.

Người ta chế biến ra trứng bắc thảo, hột vịt hoặc hột gà lộn, tức là có gà con thật nhỏ bên trong. Hột vịt muối cũng rất phổ thông, ăn với cháo trắng hoặc làm bánh Trung Thu thật ngon. Ngoài ra còn món trứng gà non, tức là cả chùm trứng lớn nhỏ còn trong bụng gà mái, chưa có vỏ ăn ngon và bổ.

Ngoài gia cầm, loài cá cũng có trứng, nhiều loại trứng cá rất hiếm, ngon, mắc tiền, mỗi muỗng cà-phê cả $100 đô. Rùa, thằn lằn, rắn, cá sấu … cũng đẻ trứng. Phụ nữ cũng có trứng, khi rụng trứng mà gặp tinh trùng thì sẽ thụ thai sinh ra con.

Không giống trái trứng, cũng không thuộc về động vật, nhưng chúng ta lại có cây trứng cá. Cây này rất phổ thông ở Việt Nam, trái nhỏ tròn màu vàng hoặc đỏ, có hột li ti bên trong giống như trứng cá. Thân cây trứng cá to, gỗ xốp, lá có răng, quả khi chín có màu đỏ, vị ngọt. Từ đó khi mặt nổi mụn lấm tấm cũng được gọi là có mụn trứng cá. Mụn này thường thấy trên da mặt người đang tuổi dậy thì.

Chuối khi chín tới mức vỏ chuyển sang màu vàng sẫm và lốm đốm chấm nâu, trông tựa như màu vỏ trứng chim cuốc, nên người ta ví là "chín trứng quốc".

Quả trứng lớn nhất thế giới có chiều dài hơn 28cm và bề ngang 18cm, tìm thấy ở vùng đất băng giá của Nam Cực, có khoảng 68 triệu năm trước. Đây là trứng của một loài bò sát to như khủng long, nhưng không phải là trứng khủng long. Người ta ước tính con vật đẻ ra quả trứng này phải có chiều dài lên đến 7m.
Trứng đà điểu có đường kính khoảng 13 cm, nặng 1,4 kg, gấp 20 lần trọng lượng một quả trứng gà. Tuy nhiên, trứng chỉ nặng khoảng 1 tới 4% so với đà điểu mẹ.
Riêng trứng cá sấu chỉ lớn hơn quả trứng gà, nhưng nặng hơn, tức là trứng rất bé so với khích thước của cá sấu mẹ.

Trứng cút có những chấm nâu trên vỏ và tương đối nhỏ so với trứng gà, vì thân mình con chim cút nhỏ thôi.
Trứng vịt có lòng đỏ lớn hơn lòng đỏ trứng gà, vì thế có hàm lượng chất béo, hợp chất vitamin B và protein nhiều hơn. Trứng vịt có vỏ dày hơn nên giữ độ tươi ngon trong thời gian dài hơn.
Trứng ngỗng, trứng gà tây to hơn trứng vịt. Trứng đà điểu châu Phi là loại trứng chim lớn nhất hành tinh với trọng lượng khoảng 2 kg.

Anh chàng Mohammed Muqbel 20 tuổi, người Yemen sống ở Malaysia mới được trao kỷ lục thế giới Guinness vì xếp chồng 3 quả trứng lên nhau. Anh khéo tay xếp 3 quả trứng đứng lên nhau, tạo thành "tháp trứng", nhưng vẫn chưa xếp được trái thứ tư. Bạn thử xem, biết đâu tạo được kỷ lục.

Chuyện chú gà trống bất ngờ đẻ trứng tại Nghệ An được cho là chuyện có thật. Chuyện này có lẽ cũng tin được, vì với hiện tượng lưỡng tính hiện nay, khoa học có thể giải thích lý do.
Theo tin tức trên Daily Mail, con gà mái có tên là Ping Pong đã đẻ ra một quả trứng hình tròn xoe như trái banh (không phải banh cà na!) Được biết cả tỷ quả mới có một quả "tròn vo như chữ O" như thế. Quả trứng có hình dạng đặc biệt này được rao bán với giá gần 750 đô Mỹ trên trang mạng eBay. Ăn thì chắc chẳng có hương vị gì khác, chỉ giữ cái vỏ trứng để chưng bày thôi.

Trứng lộn là món ăn giàu dinh dưỡng nhưng không nên ăn vào buổi tối vì sợ khó tiêu. Ngoài ra cũng nên ăn với rau răm để có tác dụng ấm bụng, chống đầy hơi, sát trùng.

Trứng gà là nguồn protein rất tốt, tuy nhiên ăn trứng sống có thể làm giảm chất lượng của protein. Người ta thử nghiệm thấy ăn trứng nấu chín sẽ được hấp thu khoảng 90% protein, trong khi chỉ có 50% trong trứng sống. Ngoài ra trứng nấu chín dễ tiêu hóa hơn không gây sình bụng, đầy hơi. Do đó món uống bổ dưỡng soda sữa hột gà cần được xét lại.

Theo nghiên cứu, lượng cholesterol có trong trứng gà là 470mg nhưng người ta chỉ cần 300mg cholesterol mỗi ngày, nên tốt nhất là không nên ăn quá 3 lòng đỏ trong 1 tuần.
Trứng có thể làm nhiều món ăn, có khi chỉ xử dụng lòng trắng hay lòng đỏ chứ không dùng nguyên trái. Ngoài cung cấp chất dinh dưỡng, trứng gà còn giúp làm đẹp và chữa các bệnh thông dụng như kiết lỵ, đau dạ dày, giảm nguy cơ mắc bệnh tim, đột quỵ, tốt cho sức khỏe của mắt.

Có nhiều người thích ăn trứng ung, tuy nhiên nếu hệ tiêu hóa yếu, bạn dễ bị tiêu chảy. Ăn trứng chín "lòng đào" là tốt nhất, vì nếu ăn trứng sống cơ thể chỉ hấp thu được 30% - 50% dinh dưỡng, còn có thể bị nhiễm vi khuẩn. Còn nếu trứng luộc chín quá sẽ khiến các ion kim loại trong lòng đỏ và các ion lưu huỳnh trong lòng trắng khó hấp thu.
Trứng tươi ngay sau khi đẻ có thể để lâu đến 2 tháng khi cho vào trong tủ lạnh. Bên Mỹ các trại chăn nuôi rửa trứng rất sạch trước khi đem bán. Bên châu Âu ngược lại cấm rửa vì cho rằng gà vịt đã tự có một chất riêng để bảo vệ trứng, rửa đi thì phản thiên nhiên!

Tản mạn về trứng thì không thể không nhắc tới Christopher Columbus, người phát hiện ra châu Mỹ cũng từng nổi tiếng với câu chuyện trái trứng. Ông được nữ hoàng Isabella trọng thưởng, tuy nhiên, những kẻ ghen ghét ông cũng nhiều. Họ nói: "Trái đất vốn tròn, cứ đi mãi thì kiểu gì chẳng phát hiện ra châu Mỹ". Columbus bèn đố mọi người đặt quả trứng luộc lên bàn theo chiều đứng sao cho nó không lăn. Mọi người thử nhưng không thành công. Columbus liền đập nhẹ đầu quả trứng xuống mặt bàn, sau đó để đầu móp của quả trứng lên bàn. Quả trứng vì thế có thể đứng im không lăn. Cả phòng nhao nhao:
- Ôi dào, tưởng sao, chuyện nhỏ!
Columbus nói:
- Đúng, chuyện nhỏ như chuyện tôi tìm ra châu Mỹ vậy.
Khi người khác làm được điều gì mới lạ, trổ tài, thái độ của mình nên như thế nào? Câu này mời bạn trả lời dùm nhé.

Về ngụ ngôn cũng có một câu chuyện khác, kể về cô gái luôn than thở về những khó khăn gặp phải. Người cha liền dẫn cô xuống bếp, ông cho cà rốt, trứng và hạt cà phê vào nồi nấu. Cả 3 nguyên liệu đều gặp phải một nghịch cảnh là nước sôi 100 độ, nhưng kết quả thật khác nhau. Cà rốt khi còn sống thì rất cứng, nhưng sau khi luộc chúng trở nên mềm xèo. Trứng khi chưa luộc thì dễ vỡ, khi luộc xong trứng trở thành đặc và chắc. Hạt cà phê khi qua nước đun sôi thì ra chất nước màu nâu thơm ngon. Người cha liền hỏi con gái:
"Còn con, khi gặp với khó khăn trong cuộc sống, con sẽ phản ứng như thế nào? Nếu đương đầu với thử thách, con muốn mình sẽ là gì: Cà rốt, trứng hay hạt cà phê?" Bạn cũng hãy tự hỏi mình câu này nhé.

Chuyện Leonard và vị thầy giáo cứ bắt ông vẽ trứng gà cũng là một chuyện có ý nghĩa. Thầy bảo vẽ trứng không hề đơn giản, một quả trứng ở những góc độ khác nhau sẽ nhìn rất khác nhau. Leonard de Vinci vâng lời chăm chỉ luyện tập, cuối cùng ông cũng đã kiên nhẫn, tinh tế để sáng tạo ra những bức họa bất hủ, trở thành một nhà họa sĩ, điêu khắc vĩ đại của lịch sử nhân loại. Quả thế, thành công luôn được xây dựng trên nền tảng của sự chăm chỉ, cố gắng không ngừng. Có những người siêng năng nhưng xui xẻo lại thất bại, nhưng rất hiếm người thành công mà do làm biếng.

Ngoài ra, cũng xin mời bạn cùng đọc lại câu chuyện ngụ ngôn Con gà đẻ trứng vàng nhé. Chuyện kể rằng có một chàng trai bắt được con gà mái định làm thịt. Con gà van xin: "Nếu anh tha chết cho tôi, mỗi ngày tôi sẽ đẻ một quả trứng vàng cho anh". Từ đó, mỗi ngày con gà đẻ một quả trứng vàng, nhưng anh chàng lại tham lam nghĩ: "Nếu mình mổ bụng con gà ra, mình có thể lấy được tất cả vàng, không phải đợi mỗi ngày". Rồi anh mổ bụng gà ra và không thấy vàng đâu cả, sự tham lam mau giàu "dục tốc bất đạt", kém suy nghĩ đã gây ra tai hại. Anh ta hối hận khóc than nhưng mọi chuyện đã quá muộn màng. Đây là câu chuyện ngụ ngôn mình có thể áp dụng trong đời sống.

Trở về thực tế, trứng là một loại thực phẩm tốt cho sức khỏe, về dinh dưỡng có nhiều chất protein, vitamin A, B, D, E, K tổng hợp, lại có can-xi, kẽm, chất béo lành mạnh. Thị lực chúng ta sẽ yếu đi theo tuổi tác, nhưng hai chất chống oxy hóa trong trứng là zeaxanthin và lutein sẽ giúp rất nhiều cho mắt. Chất canxi trong trứng giúp hình thành xương, tóc và móng tay móng chân. Trứng lại giúp tăng hàm lượng cholesterol tốt mà lại có thể giảm cân vì ăn trứng giúp bạn cảm thấy no hơn, không ăn thêm những thứ linh tinh "junk food" khác.

Các món ăn từ trứng thì không kể xiết, quen thuộc như trứng omelet, trứng luộc ăn với muối tiêu, nước mắm hoặc ăn kèm thịt, bò viên trong tô hủ tiếu, bỏ trong cái bánh bao. Riêng món trứng cuộn ta đã có thể biến đổi các loại nhân như hành lá, cà chua, thịt bằm, phô mai, jambon... Người Hàn cho nguyên lòng đỏ vào món cơm trộn, người Hoa dùng trong cơm chiên. Trứng muối được ngâm trong hỗn hợp muối, đường, hồi, quế trong khoảng từ 3-4 tuần, ăn ngon mà lại giữ được lâu. Trứng bắc thảo ngâm trong hỗn hợp bùn nhão được làm từ đất sét pha kiềm và nước, hoặc tro gỗ, vôi muối trong khoảng 3 tháng trở thành món ăn rất đặc biệt. Trứng được dùng làm bánh ngọt, bánh flan, bông lan, ngay cả trong chả ram. Trứng chưng với mắm ăn với cơm trắng thì "bá cháy". Người ta có thể đánh bông lòng đỏ với sữa đặc và đường trắng rồi sau đó đổ cà phê đang đun sôi lên thành thức uống nổi tiếng ở Hà Nội. Trứng nướng với lá mơ để trị bệnh đau bụng, kiết lỵ rất hay. Món kho thịt với trứng là món truyền thống không thể thiếu trong các ngày Tết đầu

năm. Nhớ hồi sau 1975, đổi tiền mấy lần khiến nhà tôi nghèo hơn bao giờ, khi có ông cậu tới thăm phải vội vàng ra chợ mua 2 trái trứng vịt, về trộn thêm với bột chiên lên ăn cơm. Bây giờ sung sướng ăn không biết bao nhiêu món trứng ngon, nhớ tới 2 trái trứng ngày ấy mà ngậm ngùi muốn rơi nước mắt. Thương cho ba má, thương cho ông cậu hiền lành, thương cho chế độ Việt Nam Cộng Hòa bị bức tử, cũng như đất nước Afghanistan vừa bị Mỹ bỏ rơi, phải chịu quân Taliban cai trị bây giờ.

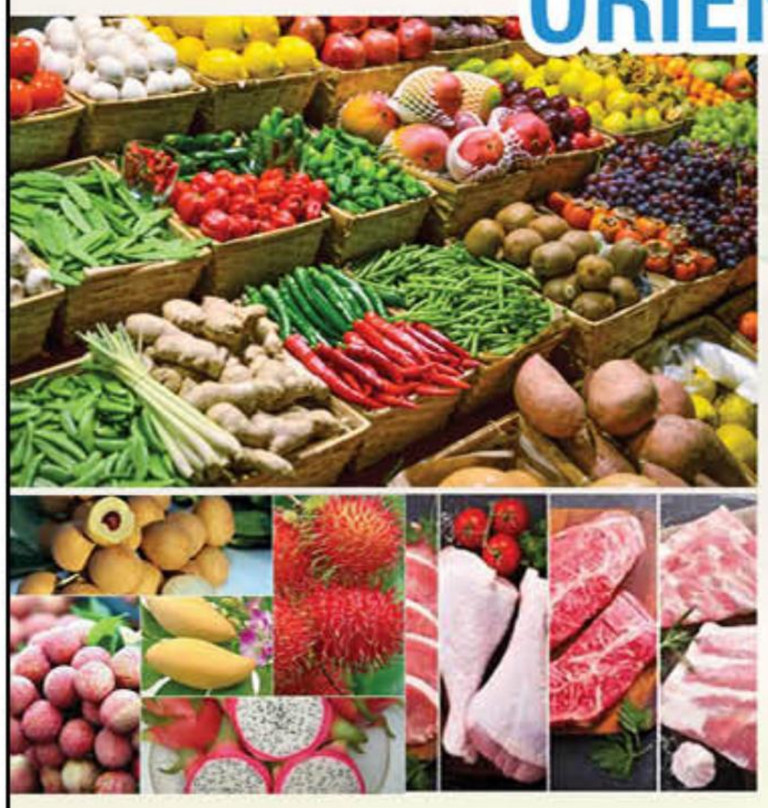
Ngoài để ăn, trong trứng gà còn có thành phần tốt cho da như protein, đạm, abumin, collagen, enzyme… Nó có tác dụng se khít lỗ chân lông, tăng sắc hồng cho làn da, giảm lượng bã nhờn và ngăn ngừa mụn. Dù mặt nạ trứng gà có nhiều công dụng nhưng nếu xử dụng mỗi ngày thì không tốt. Bạn chỉ nên đắp mặt nạ trứng 2-3 lần mỗi tuần kẻo có thể bị tắc nghẽn lỗ chân lông, tăng cơ hội bị lên mụn, da bị sưng đỏ và ngứa.

Tiếp theo chuyện về Trứng, cũng không quên nhắc tới loài chim cánh cụt Penguin gồm gần 20 loài khác nhau, chúng sống ở cực Nam của trái đất. Chim cánh cụt ấp trứng theo cách rất đặc biệt. Chim cái đẻ chỉ 1 quả trứng mỗi lứa, rồi chim đực đến lăn quả trứng lên mu bàn chân, nhờ nếp da đặc biệt ở vùng bụng chim bảo vệ được trứng khỏi cái lạnh. Do đó chim cánh cụt trống không di chuyển cũng như không ăn trong suốt thời gian ấp trứng. Trong khi đó chim mái đi ra biển tìm thức ăn và chỉ trở lại sau 2 tháng. Chờ khi chim mái trở lại chim trống mới đi kiếm ăn. Vai trò làm cha của chim penguin thật đáng khen.

Chuyện phong tục vui vui là trong mâm cơm đãi khách của người Thái Lan thường thiếu món trứng. Lý do là chủ nhà tin rằng nếu khách ăn trứng, lần sau họ sẽ chẳng đến nhà thăm nữa, vì thế phải kiêng. Người Trung Hoa khi đón dâu về, đôi vợ chồng mới cưới sẽ theo phong tục cổ truyền cùng ăn chung hai quả trứng luộc, vỏ nhuộm màu đỏ để chỉ sự may mắn. Mỗi quả cắt làm hai, cặp tân hôn sẽ chia nhau mỗi người ăn nửa quả để minh chứng sự cộng tác, cùng nhau chia ngọt xẻ bùi. Ừ nhỉ, biết đâu vì các cặp vợ chồng mới cưới ngày nay không chịu giữ phong tục này, nên tỉ lệ li dị mới cao như thế!

Nói chuyện tản mạn nãy giờ, đã đến lúc phải kết bài. Tôi xin "thành thật khai báo" là khi còn bé, tôi đã ra vườn và lượm được trứng chim trong tổ. Vì tuổi nhỏ ngây thơ, tôi đã vui vẻ đem những trái trứng bé tí xinh xắn này chiên ăn, không biết mình đã quá ác với chim mẹ. Bây giờ hiểu biết hơn, hối lỗi thì đã muộn. Tôi nhủ lòng phải biết học hỏi, thực hành, bồi dưỡng tri thức để tránh điều ác, làm điều thiện nhiều hơn. Nói vậy nhưng chẳng có cái ngu nào giống cái ngu nào, dù sao thì cũng cố gắng.
Cầu chúc bạn và gia đình luôn tròn đầy hạnh phúc như trái trứng.

CHỢ TẤN PHÁT
ORIENTAL SUPERMARKET



GIỜ MỞ CỬA **Monday- Sunday: 8AM-8PM**

Đây là sự lựa chọn uy tín của nhiều đồng hương vùng Phoenix Arizona trong suốt hơn 20 năm qua.

- *Bán đầy đủ các loại thực phẩm Á Đông*
- *Nhiều loại trái cây, rau quả hợp khẩu vị người Á Đông*
- *Thịt cá tươi mới mỗi ngày*
- *Bán đủ các loại gia vị, đồ gia dụng trong nhà*

ĐẶC BIỆT CÓ BÁN THỨC ĂN TOGO

- *Cá chiên nóng giòn tại chổ mỗi ngày*
- *Bánh mì thịt nguội,thịt nướng, bì, xíu mại…*
- *Các loại bánh và xôi, chè thơm ngon, hấp dẫn*
- *Đặc biệt là nước MÍA ÉP tại chổ*

1702 W. Camelback Rd., Suite#5 Phoenix, AZ 85015 *(Góc Tây Bắc đường Camelback & 17th Ave)*

Phone **602-242-6119**

PHỞ THÀNH
Authentic Vietnamese Food

Các món ăn đặc biệt

Cơm tấm tàu hũ ky
Phở - Bún Bò Huế
Mì Hoành Thánh - 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 ÂN CẦN, LỊCH SỰ
Cùng những thức ăn đậm đà
hương vị Quê Hương, hợp khẩu vị

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.

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 - CHỈNH 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

Hair & make up by Nguyen T. Quynh
Photographer by Huong Pham.

Anne Oliver

Founder & CEO

House of M Beauty

Phỏng vấn đặc biệt do Thanh Mai (TM) thực hiện

Hãy cùng gặp gỡ doanh nhân trẻ tuổi, Founder và CEO của House of M Beauty, một thương hiệu mỹ phẩm do người Việt Nam làm chủ. Cô Anne Oliver lập nghiệp bằng hai bàn tay trắng ở tuổi 15, cô đã phải tự lực cánh sinh nơi xứ người khi cả hai cha mẹ đều qua đời. Chỉ trong một thời gian ngắn không đầy 10 năm, nay ở tuổi chỉ mới 26, cô được xem là một doanh nhân thành công khi cô tạo ra và phát triển dòng mỹ phẩm House of M trở thành thương hiệu được nhiều người biết đến, không chỉ trong Cộng Đồng Việt Nam ở Mỹ, mà còn được nhiều celebrities Mỹ biết đến, cũng như sản phẩm của Cô được dùng trong Pre-Oscar event năm nay. Hãy nghe Anne chia sẻ bí quyết thành công của cô.

TM: Em có thể giới thiệu cho mọi người biết chút xíu về em chẳng hạn như em qua Mỹ năm nào, em tốt nghiệp ngành gì và cơ duyên nào đã đưa em bước vào ngành nghề này?

Anne: Em tên Anne, sinh ra ở Việt Nam và qua Mỹ vào năm 2010 lúc 15 tuổi. Em bắt đầu học lớp 10 tại một trường trung học all girl catholic school tại quận Cam. Lúc em lên lớp 12, mẹ em bệnh nặng và sau đó qua đời nên em không thể tiếp tục đi học được nữa, và phải tự mình trang trải cũng như nuôi sống bản thân. Em yêu thích ngành làm đẹp là vì lúc em 12 tuổi ở Việt Nam em tình cờ biết đến chị Michelle Phan trên Youtube, em rất yêu thích khi xem chị ấy trang điểm cũng như nói về những sản phẩm làm đẹp. Từ đó em rất mê và luôn tìm hiểu cũng như theo dõi trend làm đẹp và sưu tầm những sản phẩm làm đẹp.

TM: Tại sao em đặt tên công ty là House of M?

Anne: Chữ M là cho "miracles" vì những gì em trải qua và có được ngày hôm nay là những phép màu em được ban bởi bề trên. Trước khi em qua Mỹ du học, ba em qua đời vì ung thư gan, không lâu sau đó mẹ em qua đời vì ung thư đường ruột, sau đó em phải tự lo cho bản thân mình. Để có được ngày hôm nay, một gia đình của riêng mình, một người chồng yêu thương em và hai con, hai đứa con ngoan, và được theo đuổi đam mê của mình là một phép màu.

TM: House of M gồm có những sản phẩm gì vậy em?

Anne: House Of M hiện tại có 3 sản phẩm, serum saffron giúp làm sáng da, giúp làm mờ vết thâm nám và vết thâm mụn, bảo vệ tế bào da khỏi những tác hại của môi trường, ngăn ngừa lão hoá cũng như cân bằng lại tuyến nhờn của da. Kem dưỡng Saffron Silk Night Concentrate giúp khắc phục những vết nhăn trên da, cung cấp chất ẩm cũng như dưỡng chất cần thiết giúp collagen và elastin sản sinh, phục hồi da cấp tốc, và bột tẩy da chết saffron giúp nhẹ nhàng lấy đi lớp da chết trên da và nhờ có saffron nên rất phù hợp với da nhạy cảm. Tất cả những sản phẩm của House of M đều được chiết xuất 100% từ thực vật nên rất an toàn cho da, hợp với tất cả các loại da kể cả da nhạy cảm.

TM: Sản phẩm nào của House of M được xem là bán chạy nhất rất là mặt hàng hot sale của công ty? Điểm đặc biệt của sản phẩm này so với những cái sản phẩm khác tương tự trên thị trường?

Anne: Sản phẩm bán chạy nhất trong collection của House of M Beauty là Saffron Miracle Serum. Serum này em làm ra là vì khi em sinh em bé đầu lòng da em có rất nhiều nám do hóc môn thay đổi, tuy nhiên khi mang thai da em cũng trở nên rất nhạy cảm. Những sản phẩm dành cho da nhạy cảm trên thị trường chỉ cấp ẩm cho da, và những sản phẩm giúp làm mờ vết nám lại quá mạnh và nhiều chất tẩy làm em bị dị ứng, không có một loại serum giúp làm sáng da trên thị trường hiệu quả mà khách hàng với da nhạy cảm có thể dùng được, vì thế em mới quyết định làm ra một sản phẩm toàn diện. Đó cũng là điểm khác biệt lớn nhất của Saffron Miracle Serum, vì saffron là một thành phần có nhiều ưu điểm như anti inflamatory, rất nhiều chất chống Ôxi hoá, và nhiều vitamin C.

TM: Được biết sản phẩm của House of M được sản xuất tại Pháp. Lý do tại sao em lại chọn sản xuất ở Pháp thay vì ở Mỹ? Điều này có khó khăn gì cho em trong việc quản lý hay không?

Anne: Lý do chính House of M Beauty được sản xuất tại Pháp là do những standards của Châu Âu rất khó khăn và chặt chẽ, nên em muốn chọn nhà máy tốt nhất làm ra những sản phẩm của House of M cũng như tuân thủ những tiêu chuẩn của Châu Âu. Vì những tiêu chuẩn của thị trường Châu Âu rất vượt trội và là những tiêu chuẩn khó nhất trên thế giới, nên khi nhập vào những nước khác cũng sẽ dễ dàng hơn.

TM: Hiện nay tất cả các công ty đều gặp khó khăn chung đó là nguồn supplies, thế thì em có gặp khó khăn đó không, nhất là khi em phải nhập hàng từ nước ***ngoài và sản xuất từ nước ngoài?***

Anne: Hiện tại production timeline cũng lâu hơn bình thường, cách giải quyết của House of M Beauty là tăng số lượng hàng mỗi lần sản xuất lên. Ngoài ra shipping bằng đường biển cũng lâu hơn và giá thành cao hơn rất nhiều, do đó bên em đã ship hàng bằng đường máy bay qua DHL từ cuối năm 2021.

TM: Thành công nào thì cũng có những cái khó khăn của nó, thế thì những khó khăn trở ngại em đã gặp phải trong bước đầu thành lập công ty là gì?

Anne: Em nghĩ khó khăn lớn nhất lúc mới bắt đầu đó là tìm ra được một nhà máy có thể extract tinh chất của raw material in house thay vì đi mua active ingredients từ 3rd party supplier, và là một nhà máy đã biết đến saffron. Lúc em mới bắt đầu đa số các nhà máy sản xuất không hề biết đến saffron và cũng

không dùng saffron là thành phần trong sản xuất mỹ phẩm. Và việc control 100% chất lượng của saffron trong quá trình sản xuất là một yêu cầu thiết yếu của em, vì như chị cũng đã biết saffron có rất nhiều loại, chỉ có loại saffron thượng hạng mới có những dưỡng chất tốt cho da, những loại saffron còn lại chỉ dùng để tạo màu và tạo mùi cho thức ăn, nên ngay từ đầu em muốn control 100% quá trình cung cấp cũng như chiết xuất tinh chất saffron chứ không sử dụng active ingredient từ nhà phân phối khác.

TM: Em đã làm gì để vượt qua những khó khăn này?

Anne: Em kiên trì dành rất nhiều thời gian ban đầu phỏng vấn từng nhà máy, cũng như đưa ra các yêu cầu thiết yếu của em.

TM: Sản xuất ra một sản phẩm đã khó nhưng đưa nó được vào thị trường để ***nhiều người biết đến lại càng khó hơn. Em đã làm gì để đưa sản phẩm của House of M trở thành một thương hiệu không những trong cộng đồng Việt Nam chúng ta mà cho cả mainstream của Mỹ?***

Anne: Thị trường mỹ phẩm hiện tại đã có rất nhiều nhãn hiệu, và để đứng vững cũng như để tạo được điểm nhấn trong lòng khách hàng điều quan trọng nhất

vẫn là chất lượng của sản phẩm cũng như sản phẩm phải thật sự hiệu quả như những gì nhãn hàng quảng cáo. Để làm được điều đó, ngay từ đầu em đã quyết định đầu tư rất nhiều cho R&D (research and development) và đầu tư vào tạo ra formula riêng cho từng sản phẩm của House of M Beauty và không dùng những formula có sẵn trên thị trường. Vì đòi hỏi của em khá cao: sản phẩm phải có nhiều tính năng khác nhau bao gọn trong một sản phẩm (multitasks), phải thật sự hiệu quả, nhưng không có chất hoá học độc hại làm hư da, sản phẩm phải 100% chiết xuất từ thực vật. Nhưng vì điều đó khi khách hàng sử dụng khách hàng cảm nhận được sự khác biệt cũng như thấy rõ những cải thiện mà lại không quá rườm rà cũng không mất quá nhiều thời gian dành cho chăm sóc da, từ đó khách hàng là driving force giúp mở rộng và phát triển House of M Beauty nhanh chóng.

TM: Mọi người muốn tìm mua sản phẩm của House of M, họ tìm mua ở đâu?

Anne: Khách hàng có thể mua qua website của công ty houseofmbeauty.com hoặc Amazon hoặc Verishop (beauty e-commerce platform)

TM: Em làm gì để có thể balance cuộc sống của gia đình khi phải điều hành & phát triển công ty trong khi hai con của em còn rất nhỏ?

Anne: Thật sự áp lực balance việc nhà và việc công ty cho trọn vẹn đối với em khá là bất khả thi. Quan niệm của em là em sẽ cố gắng hết sức khi mình làm một việc gì đó, khi em ở công ty em sẽ 100% tập trung vào những công việc của mình, và khi em về đến nhà em sẽ 100% dành hết attention của mình cho các con, không bắt phone hay check tin nhắn, cơm nước, chơi với con cho con làm bài, vệ sinh cá nhân và đi ngủ. Khi hai con ngủ rồi thì em sẽ lại tiếp tục làm việc.

TM: Theo em thì bí quyết thành công của em là gì?

Anne: Nhìn lại chặng đường không dài của mình em nghĩ hai yếu tố chính đó là giữ tinh thần lạc quan và không bỏ cuộc. Hai yếu tố đó đã giúp em rất nhiều trải qua những khó khăn trên chặng đường này.

TM: Em có thể chia sẻ những hoạch định kế tiếp của em trong tương lai?

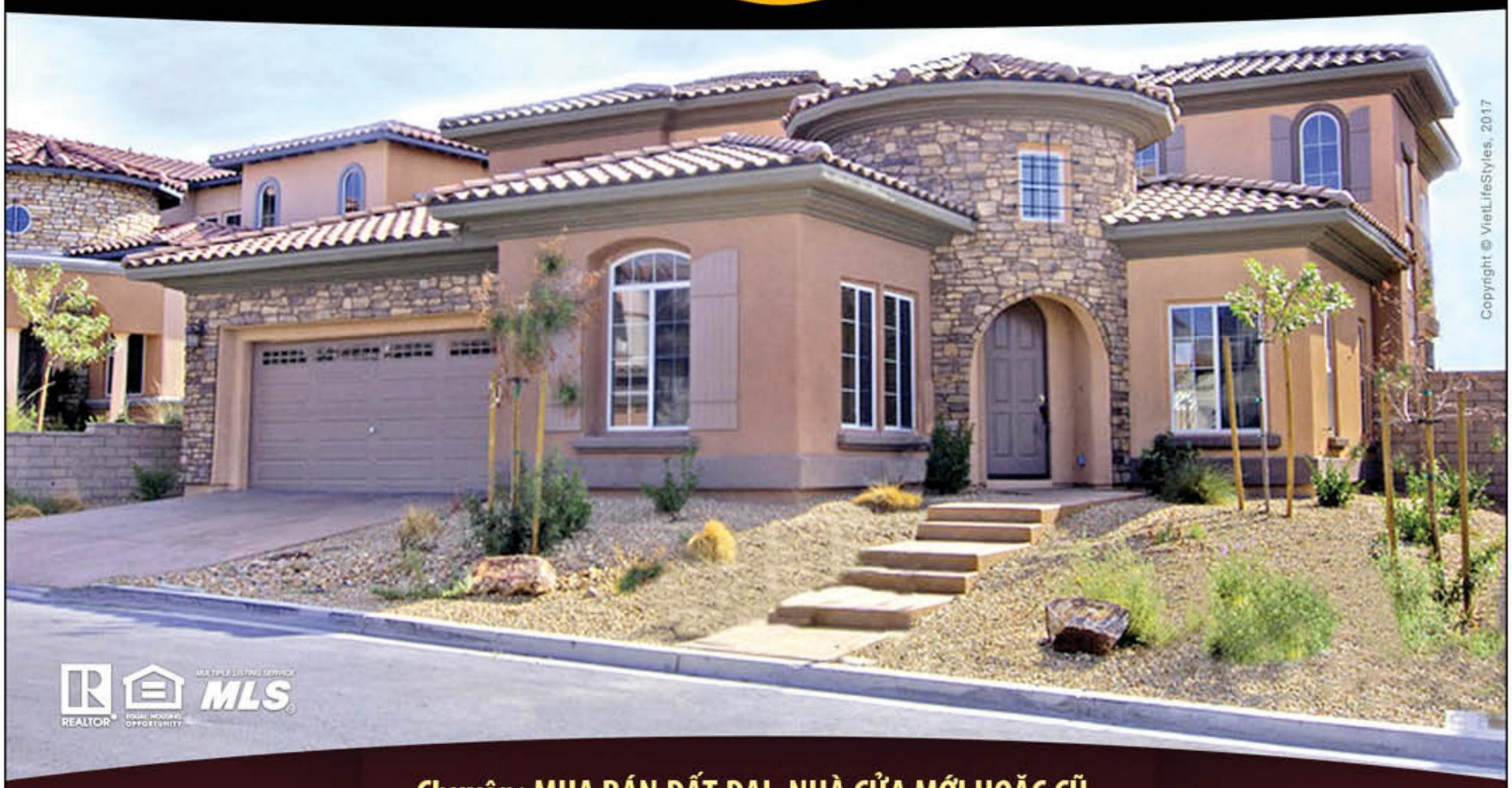
Anne: Năm 2022 House of M Beauty sẽ tập trung giới thiệu thương hiệu cũng như phát triển thương hiệu tại thị trường mainstream US market.

TM: Cám ơn Anne đã dành thời gian trò chuyện cùng chị hôm nay. Mến chúc em thành công trong việc phát triển thương hiệu House of M Beauty trong thời gian tới.

Anne: Cám ơn chị Thanh Mai và báo Việt Lifestyles đã cho em cơ hội chia sẻ về House of M Beauty.

REALTY ONE GROUP

A Team of Professional



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.*

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

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

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%

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

XIN TRÂN TRỌNG THÔNG BÁO

Đài Tiếng Nước Tôi Arizona đã ngưng chương trình phát thanh địa phương từ trụ sở thành phố Phoenix toạ lạc tại số 2013 W. Bethany Home Rd., Phoenix, AZ, 85015 (gần góc đường 19th Ave & Bethany Home Rd) - Riêng Dịch Vu ABC Prepay Phone Card và Chuyển Tiền cũng như các dịch vụ khác của TNT Center tại đây vẫn tiếp tục hoạt động không thay đổi.

Bắt đầu ngày 1 tháng 2 năm 2021, Đài đã dời về về địa điểm mới, phát sóng từ phòng studio toạ lạc tại 2081 N. Arizona Ave., suite 126, thành phố Chandler, AZ trong khu thương mại Little Saigon Plaza Arizona.

THÔNG TIN TRUNG THỰC, PHỤC VỤ THÍNH GIẢ HƠN 15 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:

NGHE QUA INTERNET:

- Vào trang nhà:..... **www.tntmedia-arizona.com** (Bấm nút Listen Live)

NGHE QUA APP:

- Tai "Radio Garden" app tư "Play Store" cua Google hay "App Store" cua Apple
- Sau khi install xong, thi tim "TNT Media Arizona". Khi thây tên cua đai hiên lên thi bâm vao đê nghe.

- **SỐ PHONE LIÊN LẠC QUẢNG CÁO, THÔNG TIN:**

480-366-4880 | 480-213-5987

SỐ PHONE ĐỂ GỌI VÔ ĐÀI THAM GIA TRONG GIỜ PHÁT THANH:

833-853-1166

VIET LIFESTYLES HEALTH & BEAUTY ZONE

www.Vietlifestyles-Homeshopping.com - Phone (480) 366-4880

Quynh Dao (Jennifer)

Tháng Tư hằng năm thường được xem như là tháng ăn chay vì tháng tư dương lịch có ngày Lễ Phục Sinh ngày Đức Chúa Jesus sống lại, tháng Tư âm lịch có ngày Lễ Phật Đản tức ngày Đức Phật chào đời. Nhiều người theo đạo thiên chúa giáo thì không thể bỏ qua ngày lễ trứng, còn những người con Phật cũng không thể không dành chút thời gian để đến chùa cùng nhau cúng hoa dâng Phật cũng như cúng dường Tam Bảo.

Bên cạnh đó, tháng 4 còn là tháng giao mùa chuyển từ mùa Xuân sang mùa Hạ, bầu trời dương như trong xanh và cao hơn, những tia nắng cũng vàng hơn. Hoạt động vui chơi ngoài trời diễn ra nhiều hơn thì việc có một thể lực tốt cũng như có một làn da khỏe mạnh là điều không thể thiếu. Đừng để sau mùa hè chúng ta trở nên yếu đi hoặc da xạm đen hơn hay không muốn nói là làn da bị cháy xém vì không chịu nổi cái nóng mùa hè, hoặc mất quá nhiều nước ảnh hưởng đến sức khỏe và làn da. Mụn, đồi mồi cũng như tàn nhan, nếp nhăn và lão hóa xuất hiện nhiều hơn từ đó.

Đồng thời, sắp tới chúng ta cũng không thể nào bỏ qua 2 ngày lễ quan trọng là ngày của Mẹ và của Cha. Món quà quí giá mà ta có thể dành tặng cho Cha Mẹ mà không gì có thể so sánh được chính là sức khỏe. Chỉ có sức khỏe mới làm cha mẹ sống vui và khỏe với con cháu mà thôi.

Vì vậy, trong mục làm đẹp và sức khỏe với Vietlifestyles tháng 4 này, Quỳnh Dao xin giới thiệu với bạn đọc một số sản phẩm uy tín, tốt và an toàn về chất lượng, hiện đang bán chạy trên thị trường nhằm giúp bảo vệ và tăng cường sức khỏe, làm đẹp làn da cho người những thân yêu và bản thân của quí vị. Hãy để chúng tôi giúp bạn trao gửi tấm chân tình đến những người mình yêu thương.

YẾN ĐẢO INDONESIA

Từ hàng trăm năm nay, yến sào được biết đến như một trong những sơn hào hải vị cao cấp của giới thượng lưu trong việc bồi bổ sức khỏe và sắc đẹp. Hiện nay, có nhiều loại yến trên thị trường nhưng yến đảo Indonesia là một trong những loại tốt nhất trên thế giới được nhập hợp pháp vào Mỹ bởi tính an toàn và độ trung thực.

Yến của chúng tôi là 100% yến đảo tươi thiên nhiên, được khai thác theo qui trình chuẩn, không có chất bảo quản, chất làm trắng cũng như chất tạo màu. Được bảo quản trong môi trường lạnh như nhiệt độ trong hang động nên hoàn toàn không làm mất đi tinh dược chất vốn có của tổ yến.

Công dụng:

Kích thích tiêu hóa, giúp ăn ngon miệng

Phục hồi tổn thương, kích thích phát triển hồng cầu

Tốt cho mẹ bầu và thai nhi phát triển mạnh, tăng cường hệ miễn dịch

Bổ phế, long đờm, giảm ho

An thần, bổ não, tăng cường trí nhớ

Phát triển xương, ổn định thần kinh và tăng trí nhớ cho trẻ

Tăng cường sinh lý nam, nữ

Phòng ngừa béo phì

Giúp bổ sung collagen, giảm nếp nhăn, tàn nhang, nám, làm da săn chắc

Cải thiện sức khỏe cho người mới ốm dậy, mới phẫu thuật, hoặc trong quá trình điều trị ung thư

Thành phần: Protein chất đạm cần thiết cho cơ thể, 18 loại axit amin, kẽm, Ca...là khoáng chất cần thiết cho cơ thể, Aspatic acid tốt cho sự phát triển mô, cơ và tế bào, 31 loại nguyên tố vi lượng, Threonine, Cystine Tyrosine, ...

Cách dùng:

Cách chế biến, sử dụng đơn giản và hiệu quả nhất là chưng tổ yến với đường phèn. Vì đây là cách giữ được nguyên vẹn các chất có trong tổ yến. Nếu quý khách muốn dùng chung với các món khác thì nên nấu món đó xong rồi mới trộn yến đã chưng vào dùng chung với nhau. Ngoài ra còn có thể dùng để nấu súp yến, cháo yến...

Nên dùng tổ yến thường xuyên và đều đặn mỗi ngày với một lượng vừa đủ cho từng người thay vì thỉnh thoảng mới dùng với liều lượng lớn. Vì yến sào dùng thường xuyên và lâu dài mới mang lại hiệu quả tốt nhất.

Giá: Hộp 4oz/$375 (tặng 1 hộp sâm viên Hoa Kỳ)

Hộp 8oz/$675 (tặng 1 hộp hồng sâm Hoa Kỳ)

ĐÔNG TRÙNG LINH CHI

Công dụng:

Tốt cho Hệ Miễn Dịch: khả năng tăng cường miễn dịch, giải độc cơ thể, ngăn ngừa ung thư, ức chế sự phát triển của tế bào ác tính.

Tốt Cho Hệ Thần Kinh: Giúp kích thích sản sinh ATP (Adenozin triphotphat) và oxy tăng cường trao đổi chất, làm giảm triệu chứng mỏi mệt, mất ngủ, căng thẳng, giúp ngủ ngon, sâu giấc...

Tốt Cho Hệ Tuần Hoàn: giãn nở cơ tim và mạch máu não, đồng thời còn làm giảm mỡ máu, giảm cholesterol và lipo-protein, chống nhiễm mỡ và xơ vữa động mạch, giúp cơ thể có một trái tim khoẻ mạnh

Tốt Cho Hệ Hô Hấp: Tăng cường chất Adrenalin, cải thiện chức năng của phổi. Đặc biệt Polysaccharides có tác dụng khôi phục tế bào phổi bị hư hỏng, giúp điều trị hiệu quả các bệnh về phổi, hen phế quản, hạn chế nguy cơ tắc nghẽn động mạch phổi ở người cao tuổi.

Tốt Cho Hệ Tiêu Hoá: làm sạch hệ tiêu hoá, loại bỏ các chất thải và cặn bã, giảm nguy cơ mắc các bệnh loét dạ dày, viêm ruột, trào ngược...

Cải Thiện Chức Năng Sinh Lý: Thúc đẩy chuyển hóa glucose, sản sinh Adenosine triphosphate giúp cơ bắp hoạt động dẻo dai, bền bỉ, tác động tích cực đến sức khỏe và s.inh l.ý của nam giới. Hỗ trợ điều trị rối loạn kinh nguyệt ở phụ nữ tiền mãn kinh.

Thần Dược Làm Đẹp: chống oxy hoá, có khả năng chống nhăn, ngăn ngừa d.a chảy xệ, chùng nhão và những nếp gấp trên d.a, chống lại sự l.ão h.oá hiệu quả.

Thành phần: Nguyên liệu quí hiếm từ 4 "thần dược" chính là cao Đông Trùng Hạ Thảo, cao nấm Linh Chi đỏ, cao Đương Quy, cao Hà Thủ Ô v.v

Cách dùng: Dành cho mọi trường hợp từ 13 tuổi trở lên

- Ngày uống 1-2 viên/ngày

- Duy trì đều đặn để đạt kết quả tốt nhất

Giá: $80/chai 30 viên dùng được 1 tháng

Mua 3 tặng 1

SỮA ONG CHÚA

Công dụng: Sữa ong chúa vừa để uống mà cũng vừa để đắp mặt nạ hiệu quả. Công dụng viên uống sữa ong chúa Royal Jelly Natural giúp tăng cường hệ miễn dịch, làm chậm quá trình lão hóa. Hỗ trợ tốt trong quá trình trị nám da, đồi mồi và tàn nhang, cho làn da mịn màng, khỏe mạnh. Ngăn ngừa rụng tóc, cho một mái tóc suôn mượt và các móng tay, chân khỏe mạnh. Giảm triệu chứng xơ vữa động mạch và cholesterol cao trong máu.Tăng cường sinh lực, giảm stress. Giúp ngăn ngừa chứng viêm thấp khớp và bệnh đa xơ cứng.

Thành phần: Sữa ong chúa Royal Jelly chiết xuất 100% từ Sữa ong chúa tự nhiên. Sữa ong chúa là một loại dịch đặc biệt, do tuyến họng của ong thợ tiết ra. Ấu trùng được nuôi bằng loại dịch mật này sẽ trở thành ong chúa, sống lâu gấp 50 lần ong thợ. Đây cũng là thức ăn của ong chúa nên được gọi là sữa ong chúa; Tinh dầu hoa anh thảo có công dụng tuyệt vời với sức khỏe, đặc biệt là nữ giới. Có tác dụng cân bằng hormone, tốt cho da, tóc, xương, hỗ trợ giảm cân; Dầu đậu nành rất lợi cho sức khoẻ, dầu đậu nành có thể chống lão hóa và tốt cho hệ tim mạch

Cách dùng: 2 viên/lần/ngày

Liệu trình: Dùng kéo dài 1-3 tháng có thể cải thiện tích cực tình trạng nám da, trứng cá và lão hóa da, đồng thời cơ thể sẽ khỏe mạnh, yêu đời hơn với một làn da khỏe, mịn màng không tì vết.

Giá: 40$/hộp 100 viên dùng hơn 1 tháng

Mua 3 tặng 1

TONER DR. PEPTI CENTELLA

Dr.Pepti thương hiệu mỹ phẩm nổi tiếng được phái đẹp yêu thích, đặc biệt dòng sản phẩm nước hoa hồng Centella toner Dr.Pepti đang làm mưa làm gió trên thị trường, là thương hiệu đến từ Hàn Quốc. Đây là một trong những sản phẩm được sử dụng nhiều nhất ở các spa làm đẹp ở Hàn Quốc với công dụng chính là làm dịu da và không gây kích ứng, dịch có chất tẩy có thể làm mất cân bằng độ pH trên da của bạn. Toner giúp làm sạch da sâu, tạo điều kiện cho các chất dưỡng ẩm thấm hút nhanh vào da.

Công dụng:

Tăng sản sinh collagen: Nhờ vào hoạt chất Peptide giúp tăng khả năng sản sinh collagen cho da. Nhờ đó, chỉ sau thời gian ngắn sử dụng centella toner Dr.Pepti bạn sẽ thấy làn da của mình trở nên căng bóng, mềm mịn và căng tràn sức sống. Đồng thời làm chậm quá trình lão hóa ngăn ngừa nếp nhăn hình thành giúp trẻ hóa làn da.

Làm sạch da mặt: Hoạt chất Niacinamide giúp làm sạch da, đặc biệt là tẩy đi lớp dầu nhờn trên da, giúp da dễ dàng hấp thu dưỡng chất tốt hơn.

Cung cấp độ ẩm, cân bằng pH cho da: Toner có rất nhiều hoạt chất giúp dưỡng ẩm như Glycerin, Sodium Hyaluronate giúp phục hồi tế bào da bị tổn thương. Thúc đẩy hình thành tái tạo lớp tế bào da mới khỏe mạnh hơn.

Thành phần

Trong Centella toner Dr.Pepti chắc chắn không thể không nhắc đến đó chính là Peptide - một chất chống lão hóa da rất tốt, đồng thời thân thiện và an toàn với làn da, không gây kích ứng.

Glycerin và Sodium Hyaluronate giúp duy trì độ ẩm cho da đồng thời giúp da sáng hơn không bị xỉn màu.

Betaine chống viêm vô cùng hiệu quả đồng thời còn giúp sáng da và chống lão hóa.

Niacinamide giúp giảm dầu nhờn, trị mụn và kháng viêm.

Adenosine có tác dụng làm dịu da giúp da mịn màng và trẻ trung hơn.

Cách dùng:

Sản phẩm này thích hợp dùng cho mọi loại da kể cả những bạn có làn da nhạy cảm, mỏng manh, hay da đang bị khô ráp, sần sùi, thiếu nước, da bị lão hóa hay chị em đang cần cải thiện tông da.

Bước 1 Bạn rửa mặt thật sạch với sữa rửa mặt.

Bước 2 Lấy một lượng Centella toner Dr.Pepti vừa đủ dùng ra bông tẩy trang. Sau đó lau khắp mặt theo chiều từ dưới lên trên.

Bước 3 Dùng tay vỗ nhẹ để các dưỡng chất thấm lên da đồng thời massage nhẹ nhàng, sau đó có thể sử dụng thêm các sản phẩm dưỡng da khác.

Giá: $35/chai

Mua 3 tặng 1

CẤP NƯỚC CHO DA VỚI XỊT DƯỠNG TẾ BÀO GỐC MIOSKIN – MIOSKIN PLUS

Là loại một dược mỹ phẩm của Hàn Quốc, được kiểm nghiệm nghiêm ngặt như dược phẩm. Vì vậy, sử dụng an tâm hơn. Không lo tác dụng phụ. Nó có tính tiện lợi cao. Cực kỳ phù hợp cho các chị em và cả anh em nào muốn làm đẹp. Mà thời gian lại không có. Sản phẩm có nhiều công dụng. Có thể thay thế cho một đống mỹ phẩm như nước hoa hồng, kem dưỡng, serum v.v

Chất gel của Mioskin có tính thẩm thấu tốt. Không có hiện tượng bóng dầu. Hay nhờn rít, bít lỗ chân lông.

Công dụng:

Dưỡng ẩm cho da, giúp bạn bạn có được làn da mềm mại, mịn màng

Giúp chống lão hóa, tăng collagen, giúp bạn có được làn da săn chắc, đàn hồi

Giúp phục hồi làn da hư tổn, làm dịu, giảm viêm, làm giảm tình trạng kích ứng da

Giúp nâng cơ mặt, chống chảy xệ, làm mờ nếp nhăn, vết chân chim

Giúp dưỡng trắng da, giúp bạn có được làn da trắng hồng tươi sáng

Giúp bảo vệ làn da khỏi tác hại của ánh sáng xanh

Đa công năng vì vậy dùng sản phẩm này, bạn không còn cần đến nước hoa hồng, kem dưỡng da, serum, tinh chất kháng khuẩn trị mụn.

Thành phần:

Arbutin: trị nám, tàn nhang, làm trắng da bằng cách ức chế enzym tyrosinase (chất này tham gia vào quá trình tổng hợp hắc tố melanin- hắc tố làm da có màu sẫm).

Chiết xuất cam thảo: làm dịu tình trạng kích ứng da.

Chiết xuất nhụy hoa nghệ tây: chống oxy hóa, giảm viêm, tang collagen, chống nắng, làm trắng da

Hyaluronic Acide (HA): nổi tiếng về khả năng dưỡng ẩm cho da, làm nhanh lành các tổn thương trên da.

Chiết xuất tảo biển: tăng sản sinh collagen type III, bảo vệ da khỏi tác hại của ánh sáng xanh, giảm quá trình lão hóa da

3-0-ethyl ascorbic acid: một dạng dẫn xuất của vitamin C giúp tăng sinh collagen, giảm nám, tàn nhang, làm mịn và trắng da...

Ngoài ra con có, Niacinamide (vitamin B3), Gluconolactone (PHA), Sodium DHA

Cách dùng:

Bước 1: Làm sạch da trước đã.

Bước 2: Xịt sản phẩm vào 5 điểm trên da mặt (trán, hai má, cằm, mũi).

Bước 3: Bạn mát xa da mặt trong khoảng 20-30 giây. Như vậy dưỡng chất sẽ dễ hấp thu hơn.

Hoặc:

Xịt trực tiếp sản phẩm lên da mặt sau khi đi nắng về. Giống như xịt khoáng vậy. Cách này giúp làm dịu da, dưỡng ẩm cho da.

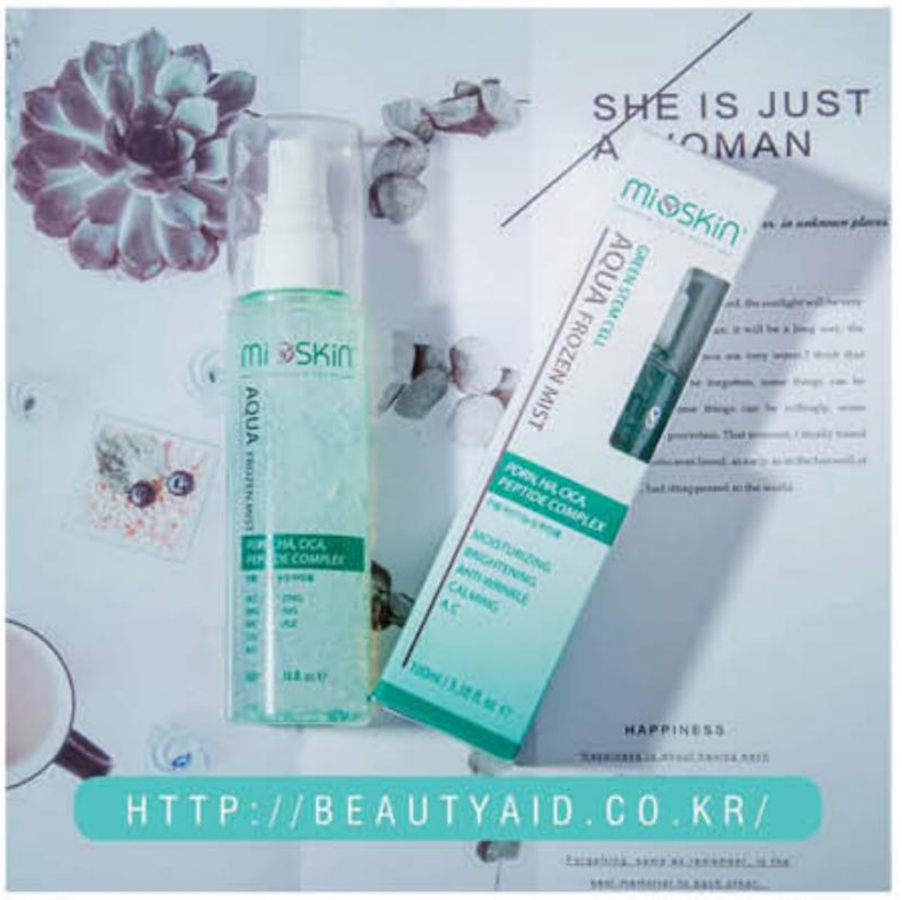
Xịt trước khi trang điểm, giúp cho lớp trang điểm bền đẹp hơn. Bảo vệ bụi bẩn, các chất độc hại thẩm thấu vào da.

Xịt mỗi 2-3 tiếng để cung cấp ẩm và bảo vệ da

Giá: $42/ chai

Mua 2 tặng 1

Quý độc giả có thắc mắc về sản phẩm, xin vui lòng liên lạc Quỳnh Dao để được tham khảo **(480) 366-4880**. Quý vị ở vùng Arizona có thể đến shop chúng tôi nằm trong Đài Asian Media Network, địa chỉ 2081 N. Arizona Ave#126, Chandler, AZ 85225 (trong Khu Little Saigon Plaza Arizona). Quý vị ở xa, chúng tôi sẽ ship đến tận nhà cho quý vị, chỉ cần vào order từ trang nhà: **www.vietlife-styles-homeshopping.com**



NƯỚC KANGEN

BÍ QUYẾT SỐNG KHOẺ, SỐNG THỌ!!!

Enagic®

1 **GIẢI ĐỘC**
Thanh lọc cơ thể, đào thải độc tố mỡ và axit1 thừa.

2 **LÀM CHẬM QUÁ TRÌNH LÃO HÓA**
Đặc tính chống oxy hóa cao, trung hóa góc tự do tăng cường hệ miễn dịch.

3 **GIẢI QUYẾT TÌNH TRẠNG DƯ THỪA AXIT**
Ngăn ngừa ung thư, gout, tiểu đường, tiêu hóa... Nhờ nước có tính kiềm cao.

4 **THÚC ĐẨY QUÁ TRÌNH TRAO ĐỔI CHẤT**
Thẩm thấu nhanh do cấu trúc phân tử nước nhỏ hơn nước thường.

5 **TINH KHIẾT, TƯƠI MỚI, DINH DƯỠNG & KHOÁNG CHẤT**
Bổ sung những khoáng chất thiết yếu mang lại nhiều lợi ích thiết yếu cho cơ thể

Hãy liên lạc chúng tôi để tìm hiểu thêm về nguồn nước Kangen:

LONG NGUYỄN: 623-262-5110 | VIVIAN NGUYỄN: 602-432-9813

CHÚNG TÔI HỖ TRỢ GẮN MÁY VÀ SẼ HƯỚNG DẪN TẬN TÌNH NHỮNG CHI TIẾT CẦN THIẾT TRONG THỜI SỬ DỤNG

Dr. Thao Nguyen, D.C.
CHIROPRACTIC PHYSICIAN

Quý vị bị thương tích,
đau nhức do tai nạn giao thông
hay do công việc, hãy để chúng tôi chữa trị
với những pháp hữu hiệu nhất, an toàn nhất,
hồi phục nhanh nhất!!!

- **Chúng tôi làm việc với tất cả luật sư.**
- **Quý vị không cần phải có luật sư để được điều trị.**

Dr. Thảo Nguyễn
với trên 10 năm trong nghề,
nhẹ nhàng, chu đáo và thông thạo tiếng Việt.

- **AUTO INJURY**
- **YOUR EVERYDAY PAIN**
- **INJURY REHAB**
- **GRASTON CERTIFIED**

VÙNG WEST VALLEY:
5225 N.19th Ave #E
Phoenix, AZ 85015
Office Hours:
Monday-Wednesday-Friday
(7:30PM - 12PM & 2PM - 6PM)

VÙNG EAST VALLEY
2330 N. Alma School Rd #124
Chandler, AZ 85224

Office Hours:
Tuesday-Thursday:
(7:30AM - 12PM & 2PM - 6PM)
Saturday: (7:30AM - 12PM)

Tel: 602-339-4228
Fax: 602-916-0286
Emergency: 602-730-5422

Copyright by Viet Lifestyles Magazine

TRUNG TÂM DỊCH VỤ TNT

CHUYỂN HÀNG VỀ VIỆT NAM

- Nhanh chóng, bảo đảm, an toàn
- Giá cả hợp lý
- Phuc vụ tận tâm

CHUYỂN VỀ VN VÀ BÁN

- Sữa Ensure (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.
- Đại lý độc quyền Đông trùng hạ thảo 950(Cordyceps 950) Mua 1 tặng 1.

MỘT SỐ DỊCH VỤ KHÁC

- Nhận chứng thị thực (Notary Public), Fax và Copy
- Chi nhánh đại diện văn phòng Luật Sư Phạm Viết Anh

Giờ Mở Cửa: Monday - Saturday: 10AM - 6PM | Thursday & Sunday: Closed

Liên lạc Minh Vy - Business: 602-335-8888

Cellphone: 602-574-3995

2013A West Bethany Home Road, Phoenix, AZ. 85015

ABC Phone Card
Cầu Nối Của Tình Thương

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, Sữa và hàng hoá về Việt Nam

2013A W. Bethany Home Rd. Phoenix, AZ 85015
(ĐÀI PHÁT THANH TIẾNG NƯỚC TÔI ARIZONA)

VIET LIFESTYLES' HOME SHOPPING

Shop Online: www.vietlifestyles-homeshopping.com

PHONE: 480-366-4880 | TEXT: 480-213-5987

$150 **SAFFRON:**

Saffron là nhụy của bông hoa nghệ tây, nguyên chất từ Iran, giúp trị mất ngủ, trầm cảm, điều hoà hiếu áp và cholesterol, tăng cường hệ miễn dịch và hệ tiêu hoá, giúp giảm cân...

Thành phần: Saffron, Corcin, Crocetin, Picorocin và Safranal, Vitamin B2 và B1

Giá: $150/hộp 5gr (sử dụng được 2-5 tháng)
Sử dụng theo liệu trình để có kết quả tốt nhất.

$90 **FUCOIDAN:**

Được kết hợp chính bởi 2 thành phần là tảo nâu Mekabu từ Okinawa và nấm Thái Dương Agaricus, giúp nâng cao sức đề kháng, hỗ trợ hoạt động các cơ quan bên trong cơ thể liên quan tới tim mạch, tuần hoàn, phổi, gan..., làm chậm quá trình lão hóa, hỗ trợ điều trị cho bệnh nhân ung thư đang trải qua hoá trị và xạ trị, tăng cường năng lượng, giảm lo âu, mệt mỏi và hỗ trợ ngăn ngừa các bệnh hiểm nghèo.

Giá $90/hộp - Mua 2 tặng 1

$75 **NỊT BỤNG US WAIST SECRET:**

Là nịt bụng được thiết kế hai lớp, bên trong là bản thun to giúp định hình và thấm hút mồ hôi. Bên ngoài là lớp vải cao cấp có độ co giãn tốt giúp định hình một lần nữa và tăng tính thời trang. Nit bụng us waist secret giúp nén mỡ thừa vùng bụng tốt, định hình vòng eo làm vóc dáng của bạn cân đối hơn tức thì ngay sau khi mặc.

Giá $75/cái

$110 **DẦU PHỦ BẠC SAFFRON:**

Là loại dầu phủ bạc đầu tiên được sx tại Hàn Quốc, được các chuyên gia Hàn Quốc đánh giá là loại tốt nhất thế giới và đạt tiêu chuẩn quốc tế về phủ bạc. Màu tóc bóng tự nhiên sau khi nhuộm, độ bền màu theo thời gian, phủ nhanh, đơn giản, dễ dàng thao tác, không độc hại, không lo ung thư da, không khô tóc, đỏ da đầu, thơm nhẹ dễ chịu, không sơ cứng, mang lại mái tóc mềm mại chắc khoẻ. Chỉ cần 5 đến 30 phút là bạn đã có 1 màu tóc như mong muốn, phù hợp với cả tóc nhuộm, độ phủ tóc nhuộm trên 95%.

Giá $110/chai - Mua 2 tặng 1

$55 **SÂM HOA KỲ:**

Nhân sâm Hoa Kỳ nổi tiếng là loại sâm có chất lượng tốt nhất thế giới do chứa hàm lượng hoạt chất ginsenosides cao hơn các loại nhân sâm khác. Sâm Hoa Kỳ tính mát, vị ngọt hơi đắng, giúp tăng cường năng lượng, phục hồi phục sức khoẻ, tăng cường miễn dịch, tốt cho hệ thần kinh, ổn định đường huyết, tăng cường sức khỏe tim mạch, làm đẹp và giảm cân. Đặc biệt, sâm Hoa Kỳ còn dùng được cho người cao huyết áp và không gây mất ngủ như sâm Châu Á.

Giá $55/hộp - Mua 2 tặng 1

FREE SHIPPING WITHIN US IF ORDER OVER $200

WWW.VIETLIFESTYLES.COM

VIET LIFESTYLES™

ISSUE 135 - APRIL 2022

YOUR LIFE ▪ YOUR STYLE ▪ YOUR MAGAZINE

ARIZONA • CALIFORNIA • FLORIDA

GEORGIA • HAWAII

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 (Uỷ 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) & Uỷ 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

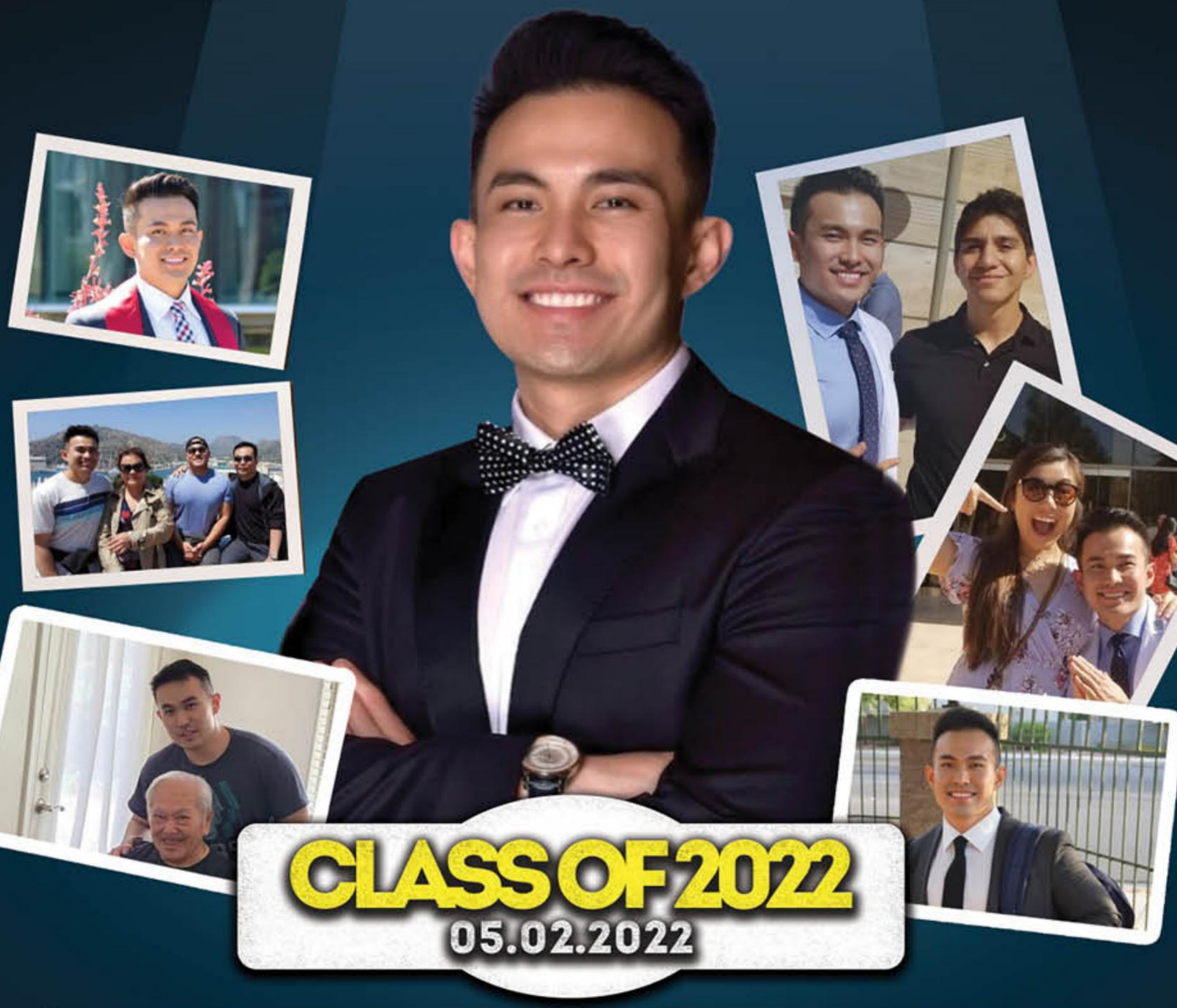
480-300-5556

AZ Legacy Law Group, PLLC
10201 S.51st, Ste 257, Phoenix, AZ 85044
Email: LMai@azllg.com

Congratulation

DOCTOR

GIA HUY LEPHAN



CLASS OF 2022

05.02.2022

Congratulation on our grandson's graduation to be a medical doctor on May 2, 2022. We hope that you have all the best things in the future, and we are so proud of you.

Sau bao năm cố gắng, nay con tốt nghiệp bằng Bác sĩ y khoa vào ngày 05/2/2022. Chúc mừng con, và cầu chúc con được hoàn thành ý nguyện và luôn may mắn.

Ông bà nội: Lê Văn Yến
Cô: Lê Nguyễn Thiên Hương và Gia Đình
Chú: Lê Nguyễn Quang Minh và Gia Đình

Chúng tôi có thể giúp quý vị đạt đến những mục tiêu tài chính của mình.

- Hãy nắm bắt ngay và lập kế hoạch cho tương lai. Hãy liên lạc một đại diện tài chính nói tiếng Việt tại MassMutual Arizona để được tư vấn tài chính chuyên nghiệp.
- MassMutual, một công ty bảo hiểm nhân thọ hàng đầu, có hơn 165 năm kinh nghiệm giúp thân chủ như quý vị xây dựng một tương lai tài chính vững mạnh.
- MassMutual được xếp hạng trong top 100 công ty của danh sách FORTUNE 500.

MassMutual là thành viên của cộng đồng tại Arizona trong một thời gian dài, cam kết phục vụ quý vị những sản phẩm và dịch vụ UY TÍN, TẬN TÂM VÀ TRÁCH NHIỆM.

Chinh D. Nguyen, MBA
Senior Vice President
cnguyen24@financialguide.com
Phone: (408) 582-4879

Tina Bac Le
Financial Services Professional
ble@financialguide.com
Phone: 316-789-4682

Huong Le
Financial Services Professional
leh@financialguide.com
Phone: 602-373-0299

Hy Nguyen
Insurance Professional
hynguyen@financialguide.com
Phone: 657-342-1094

An Cao, MBA
Financial Advisor
acao@financialguide.com
Phone: 682-313-1446

Bảo hiểm, Nghỉ hưu, Kế Hoạch Tài Chính

MassMutual
Arizona Cultural Market
2727 W Frye Rd, Suite 215 - Chandler, AZ 85224
(Gần Chander Mall, và cách chợ Lee Lee Supermarket 5 phút).

Nhân Viên Đại Diện Bảo Hiểm của Massachusetts Mutual Life Insurance Company (MassMutual), Springfield, MA 01111-0001, và các công ty Bảo Hiểm liên kết trên nước Mỹ. Các đại lý địa phương là những cơ sở kinh doanh của MassMutual, và không phải là những chi nhánh của MassMutual hay những công ty liên kết. Các sản phẩm bảo hiểm được cung cấp do Massachusetts Mutual Life Insurance Company (MassMutual) và những công ty bảo hiểm liên kết trên nước Mỹ. Những dịch vụ về tư vấn đầu tư và chứng khoán được cung cấp thông qua MML Investors Services, LLC, Member SIPC® và chi nhánh của MassMutual. Supervisory Office: 17550 N. Perimeter Dr., Suite 450, Scottsdale, AZ 85255. Phone: 480-538-2900. Các chính sách, mẫu đơn, giấy tờ hành chính và biểu mẫu chỉ có bằng tiếng Anh. 1FORTUNE® Magazine, May 21, 2018. CRN202103-211100

VĂN PHÒNG ĐỊA ỐC

3530 S. Val Vista Dr #114 - Gilbert, AZ 85297

Quang Le, Realtor

480-828-9050

lequang93@yahoo.com

- Phục vụ chất lượng và chuyên nghiệp cho quý vị cần mua - bán nhà, đất theo yêu cầu và thời gian.
- Chúng tôi có chuyên viên tài chánh lo mọi thủ tục vay mượn cho quý vị từ A đến Z
- Khi MUA, chúng tôi sẽ hoàn tiện lại cho quý vị lên tới 1%
- Khi BÁN, chúng tôi sẽ giúp quý vị bán nhà trong thời gian nhanh nhất & chỉ có 5% hoặc thấp hơn Total

Xin gọi chúng tôi để được kham khảo miễn phí

Ai nghĩ.? Phận mái hồng núp bóng nam nhi...?
Giặc đến nhà đàn bà SẼ đánh...
Việc nhà em vẫn lo toan vẹn tròn
PN Việt Nam gương sáng hai bà Trưng,
Bà Triệu, Cô Giang...

VNS Trịnh Thanh Thủy
xin thượng đế bao, che tuổi trẻ trong thời loạn

March/2022

Gái THỜI LOẠN ...!

Em thiên thần trong biển lửa , !!
Anh là trai, có hơn em là gái..?
Phấn son tô điểm sơn hà...
Nợ nước.! Nam nữ thù nhà.! khác chi.!?
Đồng lòng diệt giặc xâm lăng....!
Anh dùng súng lục, em mang súng trường.!
Ta cùng ngang dọc tung hoành...
Em đi, em chạy, em bò...Như anh...!!
Tóc bay làn đạn bay theo...
Ngỡ ngàng, khép vội trên môi nụ cười.!!
Đồng trinh em giữ trong người....
Mang theo giết giặc tung vào không gian.!!
IRYNA TSVITA ..!! Em là văn sĩ ..?!
Bút không cầm..? Sao cầm súng há em..!?
Xung phong bảo vệ giang sơn..
Quyết tâm, phận gai non sông đắp bồi...
Tại gia...Tứ đức tam tòng...
Khi ra tác chiến.!! Không màng gian nan...
Cần chi DANH.! LỢI.! Phù du..!?
Các em căm hận.! xả thân chiến trường.!!
TỔ QUỐC, DANH DỰ, QUÊ HƯƠNG.
Chuyện tình.! Ném bỏ bên đường em đi.!!
Quê cha điêu đứng não nề..!!!
Khi nào hết giặc..!!? em về bên anh..

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, nứu răng*
- *Phòng ngừa bệnh sâu răng cho trẻ em*
- *Clean răng nhẹ nhàng*
- *Trám răng*
- *Nhổ răng và tiểu giải phẩu 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 rang – Zoom!*
- *Niềng răng thẩm mỹ - Invisalign*

Permanent Make-up by
Licensed Professional Cosmetician
(480) 678-0072

SONORAN SMILE ORTHODONTICS

Shadow Asgari
DDS, MS

Samantha Mai Vu
DMD, MS

SONORAN SMILE
ORTHODONTICS

- Chuyên về niềng răng người lớn và trẻ em
- Có chương trình trả góp không có tính tiền lời
- Thứ Bảy chỉ làm việc theo hẹn
- Tham khảo hoàn toàn miễn phí

4 Convenient Locations

WEST PHOENIX OFFICE
1209 N. 35 Ave. #129
Phoenix, AZ 85051

ARCADIA OFFICE
4840 E. Indian School Rd. #107
Phoenix, AZ 85018

CHANDLER OFFICE
4015 S. Arizona Ave. #7
Chandler, AZ 85248

GILBERT OFFICE
3336 E. Chandler Heights Rd. #111
Gilbert, AZ 85298

GIẢM GIÁ $500

CHO DỊCH VỤ
NIỀNG RĂNG TOÀN DIỆN
(Không bao gồm Bảo hiểm hay các discount khác)

480-988-0028

www.SonoranSmile.com

Tổ Hợp Luật Sư

Văn Phòng Samuel P. Moeller, PLLC

QUÍ VỊ SẼ THAM KHẢO VỚI LUẬT SƯ

Samuel P Moeller
ESQ

Licensed in Nevada, Arizona, Texas

Nicolas Bui
ESQ

Xin Liên Lạc Văn Phòng

(602)
(480)
(623)

900-9000

Tiếng Việt : (480) 709-7219

Chuyên Lo Về Thương Tích Cá Nhân

* Tai nạn xe cộ (Uber & Lyft cases)
* Trượt té trong siêu thị
* Thương tích bởi thú vật

KHÔNG NHẬN LỆ PHÍ NẾU KHÔNG ĐƯỢC BỒI THƯỜNG

FREE CONSULTATION

(TAI NẠN XE CỘ)

1419 N. 3rd Street, Suite 100
Phoenix, AZ 85004

www.spmoellerlaw.com

CHƯƠNG TRÌNH VĂN NGHỆ GÂY QUỸ

A Fundraising Event

SALMON

For Arizona Governor

SUNDAY, MAY 22, 2022
5PM - 8PM

PHOENIX PALACE RESTAURANT
2075 N. Dobson Rd.
Chandler, AZ. 85224
5PM - 8PM

Vé Ủng Hộ: $50 - VIP: $100

Bao gồm ẩm thực 4 món

Liên lạc:

- Kevin Đặng: 602-999-2934
- Quỳnh Như: 602-882-1067

STATE 48 DENTAL
FRIENDLY SMILES

www.FriendlySmilesFamilyDentistry.com | www.state48dental.com

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 cóchương 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!

VÙNG GLENDALE
FRIENDLY SMILES
7510 W. ASPERA BLVD. #105
GLENDALE, AZ. 85308
(Góc đường 75th Ave & Loop 101)

VÙNG PHOENIX/AVONDALE
STATE 48 DENTAL
5122 N. 95TH AVE. #100
GLENDALE, AZ. 85305
(Kế bên Walmart)

623-241-9200

Đường dây tiếng Việt: **602-312-1348**

LAVISH BEAUTY RN

Lavish Beauty RN is a boutique med spa focusing on "K-Beauty" aesthetic skin treatments.

Chúng tôi chuyên về dịch vụ thẩm mỹ chăm sóc và làm đẹp da với công nghệ Hàn Quốc hiện đại.

Nancy's aesthetic techniques will subtly sculpt and lift, taking years off your face and achieving a natural and fresh look with dermal fillers such as Restylane®, Juvederm®, and neuromodulators such as Dysport® or Botox®, especially SkinPen®, the only FDA-approved microneedling device on the market.

Cô Nancy dùng các phương pháp kỹ thuật thẩm mỹ giúp tạo hình và nâng cơ một cách tinh tế, giúp khuôn mặt bạn trẻ đẹp tự nhiên với các sản phẩm làm đẹp da đang được yêu chuộng như Restylane®, Juvederm®, Dysport® hoặc Botox®, đặc biệt là SkinPen®, thiết bị điều trị da Microneedling duy nhất được FDA công nhận trên thị trường hiện nay.

Nancy Park

AN ARTIST AND A NURSE

(Nancy biết nói tiếng Việt)

WE PROVIDE THESE SERVICES

- **Botox/Dysport**
- **Fillers**
- **Microneedling**
- **PRP**

END OF YEAR SPECIALS!

(Valid until Dec 31, 2021)

- **Botox**
  $8/unit (50+ units)
  $9.50/unit (<50 units)
- **Microneedling**
  Buy 2, get 1 Free $700 ~~$1050~~ (Save $350)
  or
  Buy 1, get 1 half-off $525 ~~$700~~ (Save $175)
- **Lip Filler $450** ~~$650~~ (Save $200)
- **Cheek Filler $500** ~~$800~~ (Save $300)
- **Chin Filler $450** ~~$650~~ (Save $200)

CALL/TEXT TO BOOK FREE CONSULTATION/APPOINTMENT:

480-933-2328
(English & Vietnamese)

480-780-2044
(Korean 한국어 상담 가능)

1712 E. Guadalupe Rd., Suite 107-105 Tempe, AZ 85283 (Inside L'mage Salon Studios)
Website: www.lavishrn.com | Email: nancy@lavishrn.com | Instagram: @lavishbeautyrn

Huge Memorial Day Sale!

15% OFF* Entire SHOWROOM

30% OFF* ACCESSORIES

UP TO 75% OFF* on CLEARANCE

Finance 60 Months 0% INTEREST (OAC)

Voted **BEST OF CHANDLER** for 4 consecutive years by consumers!

Chandler BEST OF 2021 East Valley Tribune

Chandler BEST OF 2018 East Valley Tribune

Chandler BEST OF 2019 East Valley Tribune

Chandler BEST OF 2017 East Valley Tribune

4PC OUTDOOR SET WAS $1498

NOW $998

FIREPLACE

COUNTER DINING

FOLDABLE CHAISE LOUNGE WAS $298

NOW $198

ALL MATTRESSES **50% OFF**

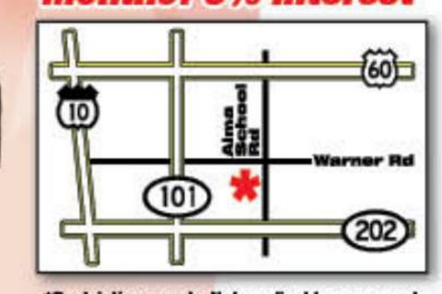
5 PIECE BEDROOM SETS

NOW $598

AMERICAN FURNITURE GALLERIES

"Where America Buys QUALITY Furniture For LESS!"

Finance for 60 Months! 0% Interest



*Restrictions apply. Not applicable on current sale or discounted items. See store for details.

480-786-0777

1980 N. Alma School Road
Chandler, AZ 85224

Hours:
Monday-Friday 10 a.m. - 8 p.m.
Saturday 10 a.m. - 7 p.m.
Sunday 11 a.m. - 6 p.m.

SOFAS NOW $398

Visit us online: afg.us.com

Chủ Nhân Người Việt Trân Trọng Kính Mời!!!

Tôi không còn phải trả phí thẻ tín dụng nữa. Tôi đang tiết kiệm hơn $2,000 mỗi tháng nhờ vào Go Zero Fees

TRI LE
Chủ doanh nghiệp
Kelly's Nails & Spa
Gilbert, AZ

Tìm hiểu về chúng tôi tại
GoZeroFees.com

MERRY *Christmas* AND HAPPY NEW YEAR

CHƯƠNG TRÌNH GO ZERO FEES CỦA CHÚNG TÔI CÓ THỂ GIÚP BẠN...

Loại bỏ 100% phí thẻ tín dụng của bạn

Tiết kiệm hàng ngàn đô la mỗi năm

Giữ được nhiều lợi nhuận hơn.

NHỮNG KHÁCH HÀNG HÀI LÒNG CỦA GO ZERO FEES

Biagio Nail & Spa II · Bien Nails · Boba Tea House · Cyclo · Grand Nails Lounge · Pho Aosen Restaurant · Regal Nails Salon • Spa · Westgate Nails & Spa

*Hơn **14.300 doanh nghiệp** trên khắp nước Mỹ đã và đang tiết kiệm. **Bạn cũng có thể!***

LE DUONG
Chuyên gia
Go Zero Fees

Dùng thử Go Zero Fees không rủi ro trong 90 ngày.

Nếu bạn không thích chương trình này sau 90 ngày, bạn có thể hủy và nhận $250* chỉ để thử.

90 DAY FREE TRIAL TRY IT NOW

VIP SMART BUSINESS SOLUTIONS

4535 S Lakeshore Dr #5
Tempe, AZ 85282

1-888-847-4445

www.GoZeroFees.com

ĐĂNG KÝ VÀ TIẾT KIỆM!

*Điều khoản và điều kiện được áp dụng

MỤC LỤC QUẢNG CÁO

Để có được Báo đến tay bạn đọc hàng tháng, Việt Lifestyles xin chân thành tri ân đến những quý thân chủ quảng cáo sau đây:

NHÀ HÀNG

AZ Pho Grill....43
Phở Leo....23
Phở Gia Đình....42
Phở Thành....62
Mekong Sandwiches....35

VĂN PHÒNG BÁC SĨ - LUẬT SƯ-NHÀ THUỐC

AZ Dental....B15
Citrus Medical Clinic....47
Dr. Bình Tô....63
Dr. Thao Nguyen....74
Dr. Lee's Acupunctune....B14
Hi-Tech Dentistry....19
KB Canyon State....37
Luật Sư Phạm Viết Ánh....18
Văn Phòng Edwards & Wu....22

DỊCH VỤ ĐỊA Ốc & TÀI CHÁNH

Ondi Maxim....42
HomeSmart....B14
Realty One Group-Luis Nguyen....68
Realty One Group-My Le....61
Văn Phòng Địa Ốc Phương Trần....26
Văn phòng kế toán Đôn Nguyễn....17
Vina Realty....B25

CÁC DỊCH VỤ KHÁC

ABC Gửi Tiền & Gửi Hàng Về Việt Nam....75
AZ Window Covering....B43
BAM Electrical Services....34
GCE....B19
GGG Florist....B42
Kangen....73
Franklin's Fine Sign....B42
Mai Air Conditioner....25
Japanese Auto Pro's....B31
Le Plumbing....B21
THD Contrusction....B30
Tran Insurance....B35
Trung Tâm TNT....69
Sago....46
West USA....46

DỊCH VỤ NGÀNH NAILS

Negev Design Build LLC....B67
Rao Vặt....B68

SHOP - BÁN LẺ

Golden Jade Jewelry....B25
Viet Lifestyles Beauty Zone....76

SIÊU THỊ - CHỢ

Chợ Lee Lee....B18
Chợ Tấn Phát....62

HỘI ĐOÀN - THÔNG BÁO -LINH TINH

Asian Pacific Community....57

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

PHẬT GIÁO HÒA HẢO

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 **SẤM 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 SẤM GIẢNG nầy, 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 biếu quyển Sấm Giảng qua đường bưu điện tới quý vị.

HOMESMART

REALTOR® MLS

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."

DR. LEE'S ACUPUNCTURE

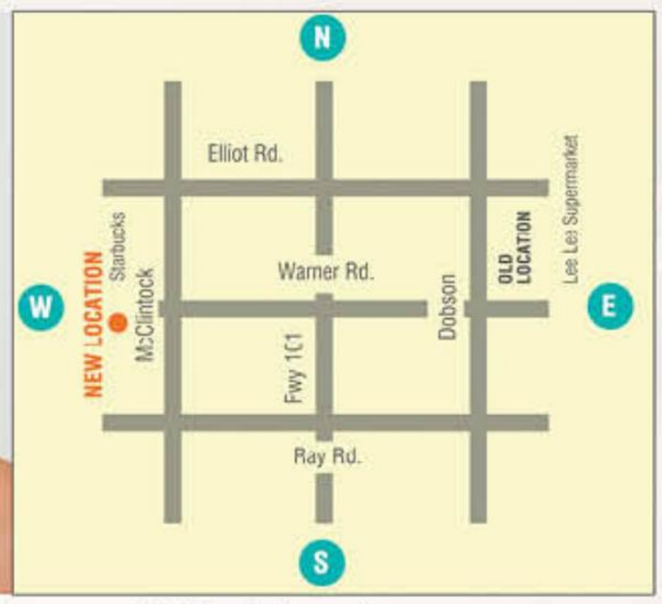
CHÚNG TÔI ĐÃ DỜI VỀ ĐỊA ĐIỂM MỚI!!!

BÁC SĨ LEE CHUYÊN VỀ CHÂM CỨU VỚI TRÊN 20 NĂM KINH NGHIỆM, TRỊ BỆNH MÁT TAY.

Walk-ins Welcome

Bác sĩ Lee lúc trước làm ở cạnh Lee Lee Market nay đã dời về góc Southwest của Warner & McClintock (dằng sau Starbucks).

Làm hẹn Appoinment với Dr. Lee:



Ghi chú thêm: Văn phòng cũ của chúng tôi ở gần Lee Lee nay là tiệm bán nước.

1721 E. Warner Rd, #C2 Tempe, AZ 85284 (trong khu coffee Starbuck)

Phone	Website	Email
480-857-8911	www.Drleesacu.com	DrLeesacuTempe@gmail.com

Văn Phòng Nha Khoa Gia Đình

AZ DENTAL

Dr. Brian Tong, D.D.S

Văn phòng chúng tôi chuyên nhận bảo hiểm United Care Dual Complete cho người già trên 65 tuổi. Nếu quý vị có Medicare và AHCCCS, chúng tôi sẽ giúp quý vị xin bảo biểm làm răng hoàn toàn miễn phí.

Bác sĩ Nha Khoa Brian Tong với nhiều năm kinh nghiệm trong nghềsẽ phục vụ quý đồng hương Việt Nam tận tình và chu đáo.

Chuyên làm răng sứ thẩm mỹ để có nụ cười *Đẹp*

Nói tiếng Việt xin gọi:

(714) 657-5937

Giờ làm việc

Mon - Sat, 9:00 AM - 5:00 PM

PHOENIX
515N. 35TH AVE #122, Phoenix, AZ 85009
602-455-0505

WEST PHOENX
9014 W. Thomas #103, Phoenix, AZ 85097
623-872-9117

NGUY CƠ ĐANG RÌNH RẬP TRÊN BIỂN NAM TRUNG HOA

Phi Luật Tân dưới thời Tổng thống Rodrigo Duterte (2016-2022) công khai thần phục Tập Cận Bình trong khi Cộng hòa Xã hội chủ nghĩa Việt Nam nâng biện pháp ngoại giao từ 3 thành 4 Không (Không tham gia liên minh quân sự; Không cho bất cứ nước nào đặt căn cứ quân sự ở Việt Nam; Không dựa vào nước này để chống nước kia; Không xử dụng vũ lực hoặc đe dọa xử dụng vũ lực trong quan hệ quốc tế) nhằm làm vừa lòng Bắc Kinh.

Hai thành viên quan trọng nhất trong Hiệp hội các Quốc gia Đông Nam Á (ASEAN) không có đồng minh mạnh hỗ trợ thì Việt Nam và Phi Luật Tân sẽ làm lá chắn cho tham vọng bá quyền Biển Nam Trung Hoa cho Trung Cộng.

Cuộc xâm lăng chưa thành công suốt một tháng qua của Nga vào láng giềng Ukraine quá tàn ác và vô luân khiến cho dư luận ít lưu ý tới Biển Nam Trung Hoa có thể dậy sóng bất cứ lúc nào mà thiệt thòi nhất phải kể tới Việt Nam, Phi Luật Tân hai quốc gia rất cần trong chiến lược làm chủ vùng biển này liên quan đến tranh chấp quân sự và tài nguyên thiên nhiên.

Do đó, Bắc Kinh xử dụng nhiều biện pháp khác nhau nhằm kéo Việt Nam và Phi Luật Tân phục vụ cho chiến lược của Trung Cộng.

Nhưng, giải pháp cho Biển Nam Trung Hoa cứ như ma trơi, nay hiện mai biến.

Lịch sử Biển Nam Trung Hoa

Trung Cộng và tất cả các quốc gia Duyên hải Đông Nam Á tuy khác nhau, nhưng, có những nét tương đồng khó thay đổi: tinh thần đế quốc.

Qua bao thời đại, chính quyền có thay đổi danh nghĩa mà đầu óc độc tài, độc đoán vẫn như kim chỉ nam trong việc tổ chức và điều hành quốc gia: Tu thân, Tề gia, Trị quốc, Bình thiên hạ. Tinh thần đế quốc vẫn đóng vai trò chủ đạo nên khó xây dựng một đất nước do người dân quyết định vận mệnh.

Vì thế, họ sống trong môi trường nghi kỵ lẫn nhau, đặc biệt trong vấn đề lãnh thổ mà ai cũng viện mọi lý do để chứng minh là của tiền nhân để lại dẫn tới chính sách bành trướng bá quyền. Chiến tranh luôn luôn rình rập, đặc biệt trong vùng biển mênh mông mà ai cũng xác quyết do tiền nhân lưu lại.

Chủ quyền quốc gia trên Biển Nam Trung Hoa (SCS)

Vùng biển mênh mông này chứa nhiều tài nguyên nên người Việt Nam thường ví như "tiền rừng, bạc biển". Khoảng gần 500 triệu người hiện đang sinh sống trải dài từ Tân Gia Ba tới Eo biển Đài Loan rộng 3.4 triệu km2, chiều dài bờ biển 130,000 km. Nhưng, Bắc Kinh xác định vùng biển bao la này thuộc về Trung Cộng dù chỉ chiếm 2,800 km bờ biển.

SCS chiếm 8% lượng cá trên thế giới cộng thêm lượng dầu hỏa, khí thiên nhiên và băng cháy (natural hydrate hoặc gas hydrate), "nguyên liệu tương lai", vì trữ lượng dầu khí trên thế giới chỉ còn 60 năm nữa là cạn kiệt.

Tuy nhiên, vấn đề tranh chấp chủ quyền biển đảo trên Biển Nam Trung Hoa hầu như bế tắt do các quốc gia liên hệ đều không thực thi đúng đắn Công ước Liên Hiệp Quốc về Luật Biển năm 1982 (UNCLOS), đã có hiệu lực từ năm 1994.

UNCLOS làm thay đổi tất cả khái niệm cũng như các luật lệ trên biển đã có từ trước. Nhưng, các quốc gia đã ký hoặc phê chuẩn đều phớt lờ một số quy định trong UNCLOS nên tạo ra các vụ tranh chấp dựa vào sức mạnh quân sự. Điều này có lợi cho Bắc Kinh nhiều nhất bởi vì Giải phóng quân Trung Cộng có sức mạnh tuyệt đối trên phương diện nhân lực và khí giới trang bị trên Biển Nam Trung Hoa so với Hiệp hội các Quốc gia Đông Nam Á (ASEAN).

Chủ quyền trên SCS của Trung Cộng như vết dầu loang trước sức chống trả yếu ớt của các Quốc gia Duyên hải Đông Nam Á.

Hình thức tranh chấp trên SCS

Cộng đồng quốc tế có hai cách tranh chấp chủ quyền trên biển. Đó là tranh chấp chủ quyền và tranh chấp quyền-chủ-quyền được phán xét ở hai Tòa án Quốc tế khác nhau.

Toà án Công lý Quốc tế (ICJ) là cơ quan pháp lý quốc tế chuyên xét xử vụ án "tranh chấp chủ quyền", kể cả chủ quyền trên biển. Toà án chỉ thụ lý vụ án nếu cả hai bên đương sự đồng lòng yêu cầu được phán xét. Tuy nhiên, ICJ không có cơ chế trừng phạt kẻ vi phạm nên hiệu lực còn tùy thuộc vào thiện chí của các bên tranh tụng. Phán quyết của ICJ góp phần duy trì luật pháp quốc tế trên Biển.

Muốn kiện về chủ quyền quốc gia phải nhờ tới Tòa án Công lý Quốc tế. Thập niên 1930, Pháp Quốc nhân danh "quyền bảo trợ An Nam tức Việt Nam" đã hai lần đâm đơn kiện Trung Hoa

trong thập niên 1930 liên quan đến chủ quyền Paracel Islands (Hoàng Sa, Tây Sa) và Spratly Islands (Trường Sa, Nam Sa). Trung Hoa từ chối ra Tòa nên ICJ không thể phân xử. Các quốc gia Duyên hải Đông Nam Á cũng không có ý định nhờ ICJ phân xử nên chủ quyền biển, đảo trên Biển Nam Trung Hoa vẫn chưa được xác định thỏa đáng.

Trong khi đó Tòa án Trọng tài Thường trực về Luật Biển (PCA) do UNCLOS thành lập từ năm 1982 để phán xét về quyền-chủ-quyền và quyền-tài-phán trên biển đã xét xử thỏa đáng một vài vụ kiện liên quan ở vài nơi trên thế giới tạo được sự ổn định, tránh nguy cơ chiến tranh quyền hạn trên Biển.

PCA được quy định có quyền phân xử mà không cần sự có mặt của bị đơn. Phán quyết của Tòa vẫn có giá trị pháp lý và mang tính chung thẩm.

Năm 2013, Philippines đâm đơn kiện Trung Cộng lên PCA liên quan đến quyền-chủ-quyền và quyền-tài-phán trên Biển Nam Trung Hoa. Bắc Kinh từ chối tham gia. Năm 2015, PCA tuyên bố có đủ thẩm quyền thụ lý và xét xử vụ án này.

Ngày 12/07/2016, Tòa án Trọng tài Thường trực về UNCLOS công bố phán quyết: "Quyền lịch sử và Đường 9 đoạn không có cơ sở pháp lý nào cho việc Trung Cộng yêu sách chủ quyền lịch sử đối với các tài nguyên ở các vùng biển nằm bên trong Đường Chín Đoạn. Không có thực thể nào ở Spratly Islands (Trường Sa, Nam Sa) có thể mang lại Vùng Đặc quyền Kinh tế (EEZ) cho Trung Cộng. Bắc Kinh đã vi phạm quyền-chủ-quyền của Philippines. Các hoạt động bồi đắp và xây dựng nhân tạo trên 7 cấu trúc của Nhóm đảo Trường Sa do Trung Cộng thực hiện đã gây hại nghiêm trọng với môi trường biển và vi phạm nghĩa vụ bảo tồn và bảo vệ các hệ sinh thái".

Dù Bắc Kinh ngang ngược mà Phán quyết này vẫn vạch trần bộ mặt Đế quốc gian ác của Trung Cộng trong nền bang giao quốc tế.

Vai trò của Hải quân quốc tế trên SCS

Họ không có nghĩa vụ can thiệp vào các vụ tranh chấp chủ quyền giữa Trung Cộng và các Quốc gia Duyên hải Đông Nam Á. Bổn phận của họ nhằm duy trì quyền tự do hàng hải trên Biển Nam Trung Hoa theo đúng quy định của UNCLOS.

Do đó, khó xảy ra các vụ xung đột quân sự vì điều đó không có lợi cho Trung Cộng và các Hải quân hùng hậu trên thế giới.

Sự hiện diện đúng lúc và kịp thời của Hải quân Quốc tế ở khu vực tranh chấp có thể hóa giải hoặc làm giảm nguy cơ xung đột, chèn ép trên Biển. Họ chỉ đóng vai trò trực tiếp khi có Hiệp ước Phòng thủ chung với quốc gia đang bị chèn ép. Phi Luật Tân có Hiệp ước Phòng thủ Hổ tương với Hoa Kỳ từ năm 1951, nhưng, Hoa Thịnh Đốn chỉ kích hoạt khi Manila rơi vào trường hợp nguy kịch.

Nhiệm vụ của các Quốc gia Duyên hải Đông Nam Á

Biển Nam Trung Hoa có thể bùng nổ bất cứ lúc nào đòi hỏi các Quốc gia Duyên hải Đông Nam Á phải tìm một giải pháp hữu hiệu hầu bảo vệ quyền-chủ-quyền và quyền-tài-phán trước tham vọng vô bờ của Tân Đế Quốc Cộng sản Trung Hoa.

Thứ nhất, Hải quân của các Quốc gia Duyên hải Đông Nam Á không bao giờ cân bằng lực lượng với Trung Cộng nên cần đồng minh mạnh làm đối trọng. Một sự hiểu sai về vai trò của Hoa Kỳ trên Biển Nam Trung Hoa khiến cho các quốc gia duyên hải Đông Nam Á lơ là về nhiệm vụ bảo vệ chủ quyền và quyền-chủ-quyền và quyền-tài-phán của Tổ Quốc.

Hiệp ước Phòng thủ Hổ tương Hoa Kỳ-Phi Luật Tân năm 1951 viết "sẽ cùng nhau tham khảo ý kiến… khi sự toàn vẹn lãnh thổ, độc lập chính trị hoặc an ninh của một trong hai Bên bị đe dọa bởi cuộc tấn công vũ trang ở Thái Bình Dương". Cụ thể, các vụ Lực lượng Dân quân Biển của Trung Cộng tấn công tàu, thuyền của Phi Luật Tân chưa đủ điều kiện để kích hoạt Hiệp ước.

Túc giận Tổng thống Barack Obama làm mất Bãi Scarborough vào tay Trung Cộng năm 2012 nên Tổng thống Rodrigo Duterte ngả theo Bắc Kinh và tuyên bố rút khỏi Hiệp ước với Mỹ. Tổng thống Donald Trump đáp gọn "Hoa Kỳ khỏi tốn tiền". Duterte hoảng hồn đính chính: "sẽ tuân thủ Hiệp ước".

Hoạt động của Hải quân Hoa Kỳ trên Biển Nam Trung Hoa chỉ nhằm bảo vệ quyền hàng hải chính đáng được Công ước Liên Hiệp Quốc về Luật Biển năm 1982 (UNCLOS) quy định mà không can thiệp vào tranh chấp chủ quyền biển, đảo.

Tân Gia Ba là một đồng minh Hổ tương, không hiệp ước, nhưng, hợp tác chặt chẽ với Hoa Kỳ trên nhiều phương diện, kể cả cho phép Khu trục hạm, Cận duyên hạm Tác chiến, Phi cơ Hải tuần của Hoa Kỳ đồn trú để giám sát Biển Nam Trung Hoa.

Cho tới nay, Bộ Quy tắc ứng xử (CoC) ở Biển Đông cũng chưa đi tới đâu vì Bắc Kinh loại các cường quốc biển, kể cả Hoa Kỳ khỏi các điều khoản CoC.

Thứ hai, Việt Nam, Philippines, Malaysia, Brunei, Indonesia, và Singapore phải xây dựng thành một Lực lượng Đặc biệt chống sự bành trướng của Đế quốc Phương Bắc. Từ đó, hợp tác với các Hải quốc hùng mạnh mà duy trì một Biển Nam Trung Hoa hoạt động phù hợp với Công ước Liên Hiệp Quốc về Luật Biển năm 1982.

Thứ ba, Hải quân các quốc gia Duyên hải Đông Nam Á phải phối hợp với các cường quốc biển để cùng thực hiện Tự do Hàng hải (FONOP) mà xác lập quyền được ghi trong UNCLOS. Phải chứng tỏ, các Quốc gia Duyên hải Đông Nam Á có trách nhiệm và khả năng hợp tác bảo vệ quyền tự do hàng hải trên Biển Nam Trung Hoa thì mới xứng đáng làm chủ nhân vùng biển giàu tài nguyên thiên nhiên này.

Thứ tư, các vấn đề liên quan đến SCS phải do Tân Gia Ba, Mã Lai Á, Phi Luật Tân, Việt Nam, Brunei, và Indonesia giải quyết mà không nên đưa tới Cộng đồng Kinh tế ASEAN chắc chắn sẽ thất bại. Thái Lan, Lào, Myanmar, và Cambodia không liên quan trực tiếp tới vấn đề tranh chấp trên Biển Nam Trung Hoa nên họ nghiêng về phía Bắc Kinh để hưởng lợi.

Đường đi không khó vì ngăn sông, cách núi mà khó vì lòng người ngại núi, e sông.

Tài liệu tham khảo:

- *Biden's summit with Southeast Asian leaders postponed (Politico).*
- *Rethinking the Philippines' Deterrence in the South China Sea (Diplomat).*
- *US, Philippines kick off their largest-ever war games as defence ties deepen amid China tensions (SCMP).*
- *Philippines Calls Out Dangerous Chinese Actions Near Disputed Shoal (Diplomat).*
- *Chính sách Bốn Không làm VN cô quạnh khi có quyền lợi chung với Mỹ? (TS Nguyễn Tiến Hưng).*

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**

GCEX
=GLOBAL COURIER EXPRESS=
飛洋快遞

GLOBAL COURIER EXPRESS, INC. (GCE)

66 S.Dobson Rd., Ste # 103, Mesa, AZ 85202 (Trong Khu Mekong Plaza)
626-500-9387 gặp Jenny (Tieng Viet)
626-377-1530 | 480-525-9988 | 480-786-0605
Email: gcephoenix@yahoo.com | Website: www.shipgce.com
Giờ mở cửa: Open 7 days from 11AM-7PM

GỞI HÀNG VỀ VIỆT NAM

PERSONAL PACKAGE/GIFT/COMMERCIAL PACKAGE/DOCUMENT/E-COMMERCE/CARGO

10 năm kinh nghiệm vận chuyển hàng hóa nhanh chuyên nghiệp, giao hàng đảm bảo, chuyến hàng mỗi thứ Tư hàng tuần khởi hành từ Arizona về Việt Nam.

LOWEST PRICE GUARANTEED

SÀI GÒN $3.25/lb

TỈNH $4.25/lb

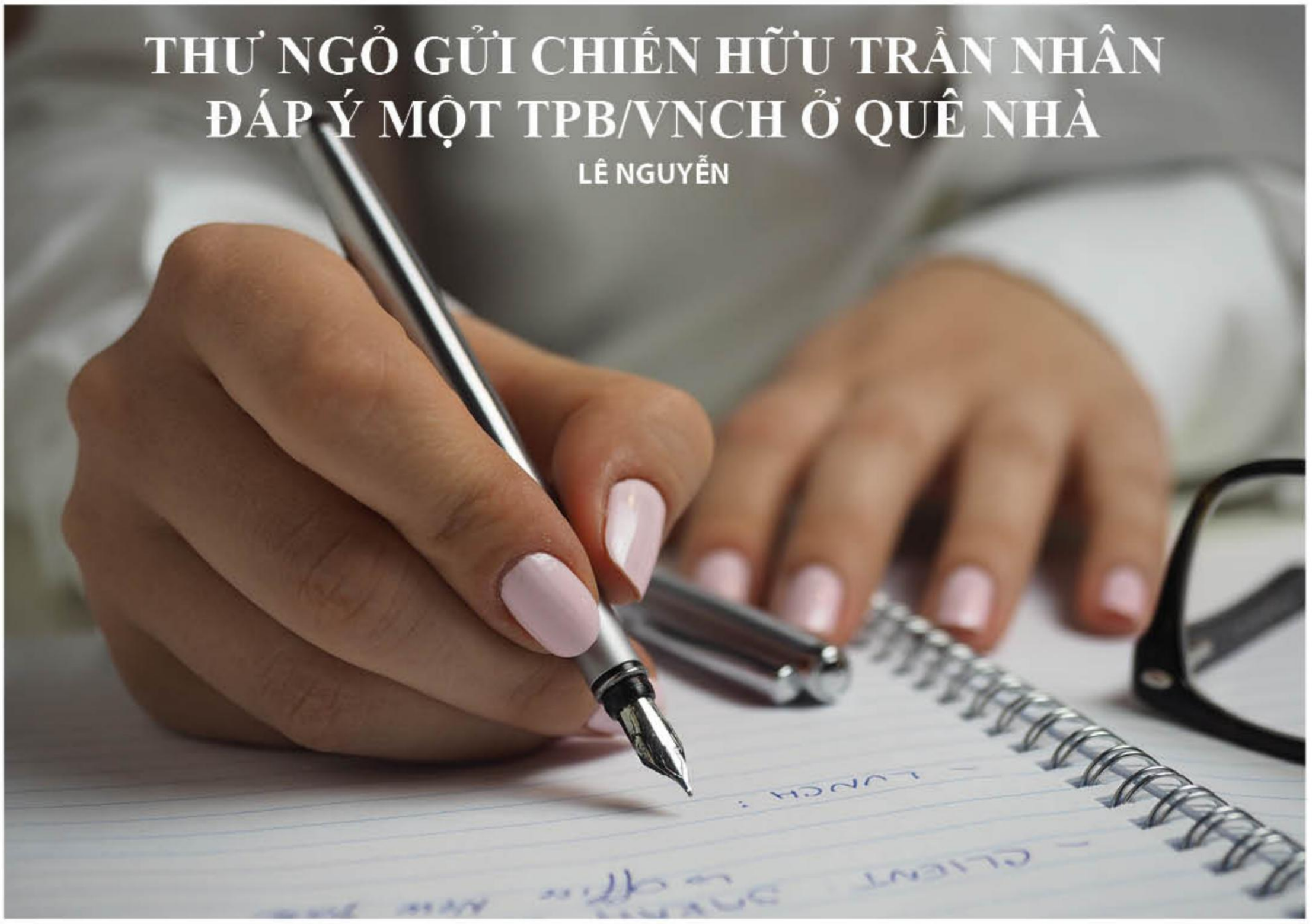
Dịch vụ vận chuyển hàng hóa nhanh tận nơi, thời gian vận chuyển trọn gói từ Arizona về Việt Nam khoảng 10-12 ngày, đảm bảo giá rẻ.

PHỤC VỤ CHUYÊN NGHIỆP
BẢO ĐẢM GIÁ RẺ NHẤT
TỪ MỸ VỀ VIỆT NAM 10 - 15 NGÀY
GIAO TẬN NHÀ

ĐẠI LÝ VN POST CHUYỂN PHÁT NHANH BƯU ĐIỆN - 626-500-9387 TIẾNG VIỆT

THƯ NGỎ GỬI CHIẾN HỮU TRẦN NHÂN ĐÁP Ý MỘT TPB/VNCH Ở QUÊ NHÀ

LÊ NGUYỄN



Đi VN vừa về lại Mỹ, đọc báo bức thư ngỏ thật chân tình, xúc động của chiến hữu Trần Nhân được gởi đi từ quê nhà.

Nội dung thư vừa bộc bạch, vừa tâm cảm đến thế nào! Và cũng ẩn dụ hờn trách! Xem ra có phần đúng - lại vừa thiếu chút cảm thông với những người ra đi, là chúng tôi chăng? Và âu đó cũng là lý do tôi - một HO - nguyên Sĩ Quan Quân Báo - đã ba lần góp máu chiến trường, dự trận quyết tử sáng 30/4/75 cần lên tiếng!

Nhân ạ! Với ba lần thương trận và 13 năm tù ngục CS - tôi mới được đặt chân lên phần đất tự do nầy nhé! Đất tự do chớ không phải là đất hứa, đất hẹn gì đâu! Phải làm vất vả - mới có cơm ngon no, áo mới đẹp mà! Mong Nhân cùng tập thể TPB/QLVNCH còn ở lại quê nhà hãy có chút cảm thông với đa số HO. chúng tôi bên này - những cấp chỉ huy cũ của các anh em. Nhân ạ! Trong cảnh kiêu hùng vừa khổ lụy thuở ấy, trên chiến trường bom đạn, vợ con không có ở bên, thân quyến cũng không. Chúng ta vốn coi nhau như ruột thịt. Cái tình nghĩa ấy, tới giờ - vẫn hỏi, làm sao nguôi quên? Có những đêm dài tù ngục, cả tới giờ nầy, không phải nằm mơ, mà hồi tưởng lại quá vãng thân thương chung khổ ấy - tôi, chúng tôi bao giờ cũng vậy, khó dằn lòng trước nỗi khắc khoải nhớ tiếc! Đặc biệt, khi nhớ nghĩ về số chiến hữu, em út TPB/QLVNCH - vì hoàn cảnh còn trụ lại cơ khổ nơi quê nhà.

Hỏi chớ làm sao chúng tôi quên được cái thảm cảnh bại hàng tức tưởi ngoài ý muốn.

«Tháng Tư ôm nhau khóc òa

Trưa ba mươi ấy - lệ nhòa sử xanh?

Tháng Tư Tướng chết theo thành

Tháng Tư tướng lại... nỡ đành bỏ quân"

Để rồi qua tới vùng đất hứa (?) - tuy đã già cả rồi vẫn phải lăn thân kiếm sống - ngày ngày anh em chúng tôi:

«Heo đất nhớ đút từng cent

Cuối năm mong có trăm tiền giúp nhau»

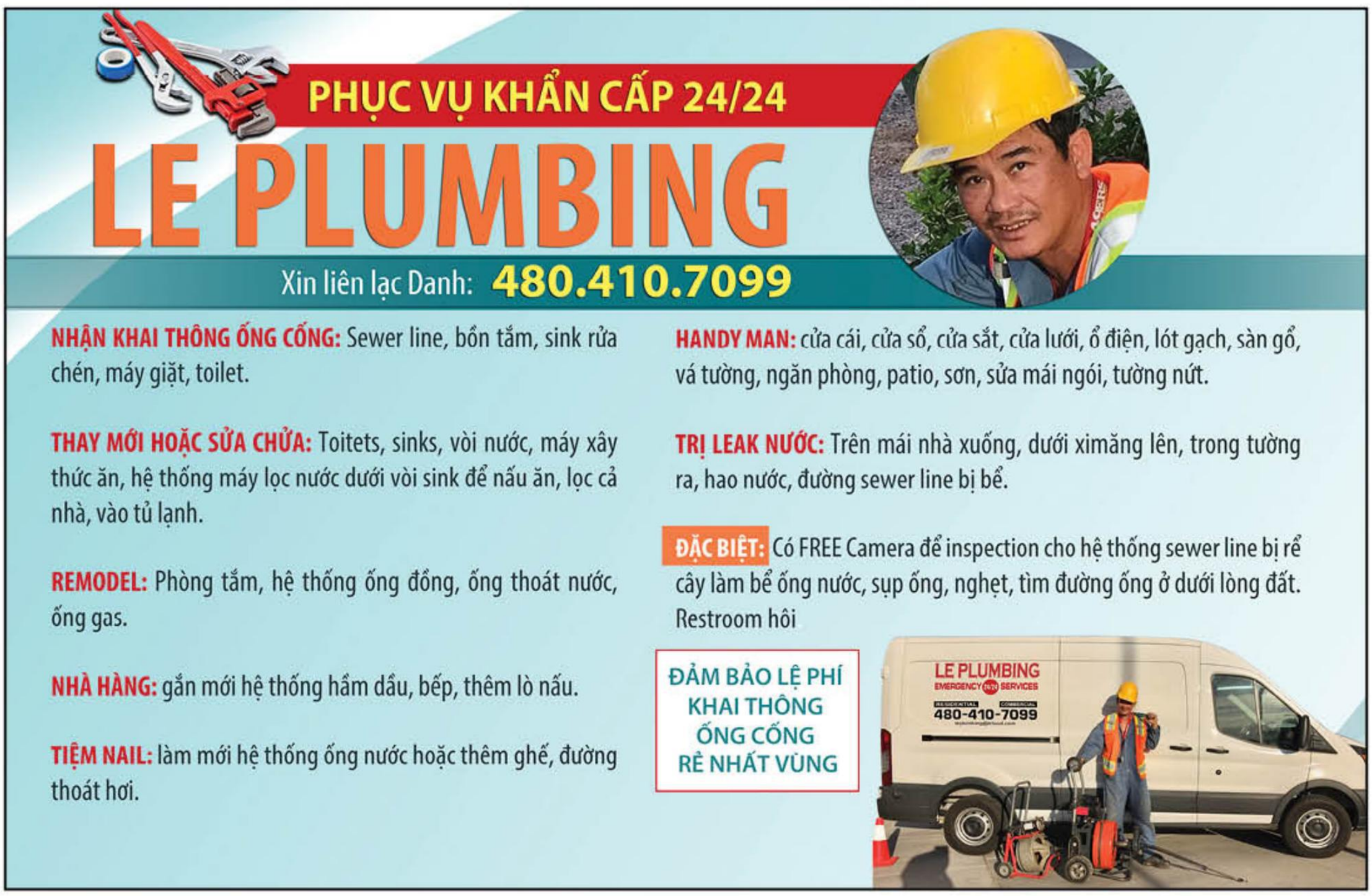
Rồi bao nhiêu cuộc quyên góp, cả Đại Hội «Cám ơn Anh» Tiền chục, tiền trăm triệu đô dành gửi về... Ấy, nào chúng tôi quên chiến hữu, thuộc cấp của mình? Nỗi đời mà, kẻ này, người khác, tâm nết nào ai giống ai đâu? Trần Nhân đã có suy tư đúng về số Tướng, Tá ngoảnh mặt quay lưng - đạp bỏ đồng đội để ra biển, lên tàu trốn chạy - có đứa (vâng, tôi gọi đứa) còn ban lệnh... tử thủ. Thế nhưng, bên cạnh vẫn có các cấp chỉ huy đã ra tới cửa biển - chiến hạm há mồm ra đón, vẫn cố nán ở lại chờ

quân, để phải chết thảm vì đạn pháo giặc truy đuổi tới cùng! Cũng xin đừng quên, Trần Nhân cũng đã ghi nhận đúng một số HO. vô tâm - súng sính "Áo gấm về làng» vung vít bốc phét, cả liên hệ buôn bán, đút lót cho giặc Cộng để mưu lợi bất chính - số tướng tá hèn hạ có điều kiện, phương tiện «Tẩu vi thượng sách» qua đây còn trơ trẽn vỗ ngực…. đây đàn anh đến nhờm tởm - chường mặt ra xưng hùng, xưng bá!

Chưa hết, có cả tên Sĩ Quan Phế Binh cụt hai chân, vượt biên bày trò viết sách - ta đây… anh hùng bạt mạng, từng nọc lính ra, đánh 50 hèo thanh ngang giường bố. Trời ơi! Lính cũng là người - đâu thịt đồng, da sắt? Mà khoe thành tích vô nhân, dã man đến vậy? Cứ cho là thuộc cấp có lỗi, có tội. Sao không xử phạt theo quân kỷ? Có kỷ luật nào của QLVNCH cho phép một sĩ quan hành xử tày đình như thế? Nếu là hắn ta nói... đúng? Còn như cường điệu? Quên là đã phản tuyên truyền quá nặng rồi sao? Có người đọc tới chương sách này - cho là hắn ta đã bị luật Nhân Quả của nhà Phật cho hắn nhận lãnh quả báo kinh hoàng cụt cả hai chân.

Nhưng Trần Nhân ơi! số «vị» chỉ huy tầm cở ấy trong QLVNCH ít hay nhiều? Cho nên khi viết phát biểu - không nên vơ đũa cả nắm! Vô tình phụ ân nhau và làm đau lòng một tập thể. Mong Trần Nhân cùng các chiến hữu hãy cảm thông với số tuổi tác, đa phần ngoài « thất thập», tuổi hiếm - còn làm được gì? Dù tấm lòng son dành cho đất nước không phai. Có người trong chúng tôi - trước khi về «Vùng Năm chiến thuật» cũng mong sẽ trở lại quê hương với chủ đích thăm mồ mả, thân tộc còn kẹt lại - thăm bè bạn chiến hữu là chính. Chớ nào liên hệ, bán buôn, giao tiếp gì với giặc thù Cộng Sản Việt Nam…

Đáp ý nhau cùng qua thư ngỏ này, chủ yếu của người viết - là không tranh luận, cả xác nhận một phần - lời trách cứ của Trần Nhân là đúng. Song bên cạnh cũng mong sự cảm thông sâu sắc, tránh vơ đũa - khiến đau lòng nhau… Được vậy, thì không gì quý hơn - lại giữ được tình Huynh Đệ Chi Binh keo sơn đoàn kết. Hãy lắng lòng quên đi số đàn anh không xứng đáng kia. Và ghi nhận việc làm, tình cảm sâu đậm đáng quý phục với nhiều chiến hữu HO. tốt - những cựu binh Tù cải tạo - trong số có Tướng Lê Minh Đảo, người hùng cố bám giữ cửa ngỏ Xuân Lộc tới giờ phút chót. Chuẩn Tướng Trần Quang Khôi, tới giờ thứ 25 - vẫn kéo chiến đoàn về mong giải vây Thủ Đô Sài Gòn yêu dấu! Cố anh hùng Lý Tống, người tù bất khuất Phan Nhật Nam mút mùa kiên giam. Và còn nhiều, rất nhiều nữa - bao tấm gương trung tiết - ngoài 7 vị Tướng, Tá anh hùng: Nguyễn Khoa Nam, Lê Văn Hưng, Nguyễn văn Phú, Lê Nguyên Vỹ, Trần văn Hai, Hồ Ngọc Cẩn, Nguyễn Văn Long mà đời đời sẽ lưu danh muôn thuở qua Quân Sử/ QLVNCH - để hồn lòng mỗi chúng ta được dịu xuống và nghĩa tình giữa anh em - huynh đệ chúng ta - giữa kẻ ở, người đi - mãi êm thắm, đẹp bền.



LỜI TẠ ƠN THAY CHO MỘT NGƯỜI

KIM LOAN

Gia đình tôi có tám anh chị em, anh Hai tôi là con trai lớn, sau bà chị Cả. Trước năm 1975, ba tôi làm Cảnh Sát Quốc Gia Việt Nam Cộng Hòa, má tôi mở quán cà phê giải khát tại nhà, đối diện khu Lục Quân Công Xưởng ở Hạnh Thông Tây, Gò Vấp.

Anh Hai, là con trai trưởng, đã sớm ý thức việc học hành để làm gương cho lũ em nhỏ, hầu sau này tiến thân, không phải vất vả. Anh học rất giỏi, vì yêu thích Y Khoa, anh vào học Khoa Học Sài Gòn. Nhưng vì Mùa Hè Đỏ Lửa tổng động viên năm 1972 anh phải từ bỏ giấc mộng Bác Sĩ, vào trường Sư Phạm. Miền Nam bị cưỡng chiếm, đưa biết bao người vào bước ngoặt mới của cuộc đời, trong đó có gia đình tôi. Má tôi mất sau đó một tháng, ba đi cải tạo về chưa có việc làm, mọi việc trong nhà đều đặt nặng trên vai bà chị Cả và anh Hai vì lũ chúng tôi còn trong lứa tuổi ăn chưa no lo chưa tới.

Lúc đó anh đang dạy học ngoài Cần Thơ, nhưng là thủ lĩnh tinh thần của cả nhà. Một vài tuần anh bắt xe về thăm nhà, dặn dò mọi điều, rồi trở về Cần Thơ. Anh cũng là người cương quyết không cho gia đình nghe lời dụ dỗ và ép uổng của chính quyền đi kinh tế mới. Và cũng chính anh, là người nhen nhóm trong nhà tôi hai chữ "vượt biên", vì như theo lời anh nói, "không thể sống chung với cộng sản".

Lần đó anh về thăm nhà như thường lệ, rồi họp cả gia đình, báo tin buồn, anh bị "trúng tuyển nghĩa vụ quân sự" theo chỉ tiêu của nhà trường để đáp ứng nhu cầu gửi quân qua biên giới Campuchia. Bà chị Cả khóc lóc, ba tôi rầu rĩ, mấy anh em khác thì lặng im che dấu nỗi buồn, nhưng anh Hai tôi mỉm cười cho mọi người lên tinh thần. Sau đó anh nói:

- Đây chính là cơ hội để con tìm đường đi bộ qua biên giới, vào Thailand tỵ nạn, xin mọi người bình tâm mà cầu nguyện cho đầu xuôi đuôi lọt.

Nói rồi anh lấy trong túi xách ra tấm bản đồ biên giới Campuchia-Thailand mua ngoài chợ trời. Tấm bản đồ bằng Tiếng Anh, nhưng với vốn liếng mấy năm học ở Hội Việt Mỹ trước năm 1975, và giáo viên dạy Anh Văn tại trường Phan Thanh Giản Cần Thơ, thì tờ bản đồ anh xem không khó gì. Anh vẽ chi chít và ghi chú cẩn thận trên bản đồ, và chỉ cho mọi người xem dự tính của anh, sẽ đào ngũ, đi qua Siêm Riệp, rồi từ đó theo đường mòn biên giới vào Thái. Nghe anh nói ngon ơ, nhưng ai cũng biết là biết bao hiểm nguy chờ đợi. Bọn Khmer Đỏ còn rình rập giết chóc, đường rừng ngập các bãi mìn, chưa kể là lính đào ngũ còn bị quân đội Việt Nam tìm bắt ráo riết, chạy đâu cho thoát.

Cả nhà ngày đêm cầu nguyện, lắng lo thì bỗng ba tuần sau anh về nhà, báo tin vui, vì nhà trường cần những giáo viên giỏi như anh, nên đã xin đặc biệt cho vài giáo viên được tạm hoãn thi hành "nghĩa vụ quân sự".

Sau lần đó, anh vẫn kiên quyết tìm đường vượt biển, nên mùa hè năm tới anh ra khơi, và xui xẻo thay, cả nhóm bị bắt khi đang chờ tàu lớn, rồi bị giam lại Long Đất chín tháng trời. Khi ra tù, anh mất việc, mất cả hộ khẩu nên tìm về Sài Gòn, ở nhà "ăn không ngồi rồi" đợi chờ cơ hội tiếp theo. Trong thời gian này, anh lại đi tìm ngoài chợ trời mua sách của Hải Quân VNCH, và la bàn đi biển để học cách làm hoa tiêu. Anh vào thư viện tìm thêm tài liệu, lục lọi các tiệm sách cũ… và rồi cuối cùng, nhờ bạn bè giới thiệu với một chủ tàu, anh được mời đi vượt biên miễn phí với tư cách là hoa tiêu. Họ còn cho anh dẫn theo một người, mà trong gia đình tôi lúc đó, tôi là "ứng cử viên" sáng giá nhất cho chuyến đi vì tuổi mới lớn, vừa bước vào trung học, có cơ hội học tiếp khi qua Mỹ. Anh đã trằn trọc mấy đêm liền, không biết có nên mang tôi đi theo hay không. Vì lúc đó thời tiết bị ảnh hưởng bão nên mưa gió, ngoài biển đâu phải lúc nào cũng êm ả. Mà chuyện đi vượt biên thì đầy may rủi, "con nuôi má" thì ít, mà "con nuôi cá" và "má nuôi con" cũng chẳng hiếm, chưa kể nạn cướp biển đang hoành hành. Xóm tôi cũng đã có mấy gia đình cho con cái đi mà chẳng bao giờ đến nơi, cũng không trở về nhà. Đêm cuối cùng trước khi ra biển, anh thao thức đến khi trời gần sáng. Không ngủ được, anh ra ngoài phòng khách tìm nước uống. Khi đi ngang qua chiếc giường thấy tôi đang ngủ say, bên cạnh là chiếc bàn học của tôi sách vở xếp gọn gàng với chiếc cặp táp chuẩn bị đến trường ngày mai. Thế là anh quyết định dứt khoát, anh sẽ ra đi một mình, để tôi được tiếp tục những ngày tươi đẹp hồn nhiên của tuổi học trò. Vì anh là "mạng cùi", không còn gì để mất, còn tôi là "mạng vàng", mới lớn ngây thơ, anh không dám mang ra biển cả gian nguy, bấp bênh.

Trời không phụ lòng người, chuyến đi may mắn thành công, cập bến Bidong, Malaysia dù anh mới lần đầu làm hoa tiêu. Thuyền vừa vào bờ đất Mã, mọi người sung sướng lạy trời lạy đất cảm tạ, còn anh thì xót xa day dứt khi để tôi ở lại nhà. Suốt thời gian ở trại, mỗi lần ra cầu Jetty đón người mới đến, hay khi đứng trên lớp dạy Tiếng Anh cho đồng bào tỵ nạn, anh vẫn chưa nguôi nỗi buồn tiếc nuối đó. Vì vậy, anh quyết tâm bằng mọi giá, sẽ bảo lãnh toàn bộ gia đình qua Mỹ trong thời gian sớm nhất.

Từ trại tỵ nạn, anh đến định cư tại thành phố Wichita, Kansas là bắt đầu tìm hiểu chuyện học đại học. Giấc mơ Y Khoa năm nào chợt bừng sống lại, nhưng ở độ tuổi ngót nghét ba mươi, chương trình học Y vừa dài vừa tốn kém. Vì mục tiêu lớn hơn là cứu gia đình còn kẹt lại Việt Nam, một lần nữa, anh phải từ bỏ ước mơ của mình, vào học ngành Engineer. Anh vừa đi học vừa đi làm cuối tuần để một vài tháng "tiếp tế" cho gia đình một thùng quà giá trị. Hàng xóm chung quanh hay nói với tôi:

- Nhà người ta có con gái qua Mỹ gửi đồ về là hãnh diện lắm, vì con gái biết thu vén tối đa cho gia đình. Còn nhà cô, chỉ cần một ông anh thôi cũng bằng hai, ba cô con gái nhà người ta cộng lại.

Nhờ thông minh, siêng năng cần cù, dù vừa học vừa đi làm, anh tốt nghiệp Electrical Engineer với điểm xuất sắc (Cum Laude), được chọn ghi tên vào cuốn sách Who's Who Among Students in American Universities. Vừa ra trường, anh đầu quân cho hãng Boeing, sau làm cho Kelly Air Force Base ở San Antonio, Texas. Khi Base này đóng cửa anh chuyển qua Tinker Air Force Base ở Oklahoma, rồi lại qua Defense Contract Management Agency (DCMA) under U.S. Department of Defense tai Dallas, Texas cho đến ngày nay.

Ngay khi vừa vào đại học, anh đã bắt tay vào việc làm hồ sơ bảo lãnh gia đình. Trong khi nhiều người bạn học khác chỉ lo học hoặc đi làm, chưa thấy được tầm quan trọng của việc bảo lãnh thân nhân, thì anh đã xúc tiến từng bước thủ tục. Anh tự tìm hiểu qua phone hoặc trên giấy tờ (thuở ấy chưa có internet để lên mạng dễ dàng như ngày nay). Không cần đến văn phòng luật sư, anh xử dụng khả năng English của mình rất kiên nhẫn, tự tin, theo dõi cập nhật hồ sơ một cách khoa học, đúng trình tự.

Cuối năm 1989, vì nôn nóng không thể đợi giấy tờ bảo lãnh hiệu lực, gia đình đã cho tôi đi vượt biên, và tôi đến trại tỵ nạn Panatnikhom, Thailand. Nghe tin tôi đến trại, anh mừng rỡ vô cùng. Mỗi tháng anh gửi tiền chu cấp đều đặn. Khi những người xung quanh tôi, cũng có thân nhân nước ngoài, người thì nhận tiền nhỏ giọt, người thì tháng có tháng không, còn tôi thì cứ tuần đầu tháng là có thư, vì cứ mỗi ngày mồng một của tháng, anh hoặc vợ anh (lúc ấy anh mới lập gia đình) đi gửi tiền, suốt bốn năm như thế, chưa trễ một lần nào.

Đặc biệt, lúc đó, anh tôi còn "nổi tiếng" trong trại, ít nhất là khu tôi ở, vì sự chăm lo "có một không hai" dành cho cô em gái là tôi. Sợ tôi bị rớt thanh lọc, anh bảo tôi cứ bình tĩnh để anh tìm cách, chứ dứt khoát không để tôi phải quay về Việt Nam. Anh nghĩ ra cách đăng trên mục "Tìm Bạn Bốn Phương" của Mỹ giùm tôi, với ước mong sẽ tìm được một người nào đó, tốt đẹp, và biết đâu sẽ tiến xa hơn, đưa tôi qua khỏi cuộc thanh lọc. Nên mới có chuyện một buổi sáng kia, cả dòng người xếp hàng chờ thư bên bưu điện xôn xao vì tôi có hơn 20 lá thư trên list, mà toàn là từ Mỹ và tên người gửi cũng là tên Mỹ. Nhưng rồi giải pháp đó cũng chẳng có kết quả gì.

Còn nữa, sợ viết trong thư không thể nói hết về nước Mỹ để tôi mở mang kiến thức, anh còn ngồi thâu băng cassette, kể chuyện nước Mỹ cho tôi nghe. Kể về thành phố Wichita thời sinh viên của anh, về thành phố San Antonio nơi gia đình anh đang sinh sống, về các trường đại học, về cuộc sống người Việt và người Mỹ, về mọi thứ trên đất Mỹ. Đêm đêm tôi mở cuộn băng "Nước Mỹ" cho cả lô nhà cùng nghe (bằng cái máy cassette nho nhỏ chạy bằng loại battery có thể rechargeable anh gửi). Mọi người nằm nghe say mê, rồi đi vào giấc mộng êm ái mơ màng với nước Mỹ bên kia bờ đại dương. Một hôm, có người tìm đến căn nhà tỵ nạn tôi, hỏi lớn:

- Cô Loan ơi, cho tôi mượn cái băng cassette.

- Băng ca sỹ Ngọc Lan hả anh? (Vì chị

dâu tôi cũng hay gửi băng nhạc cho tôi nghe, bà con xung quanh cũng hay qua mượn)

- Khồng…ồng …!! Tui muốn cái băng "Nước Mỹ" mà anh cô kể chuyện hấp dẫn đó.

Trời! Tôi đâu ngờ sự "nổi tiếng" của anh tôi đã vượt ra khỏi lô nhà tôi đang ở, mà lan truyền qua cả những lô khác. Cho người đó mượn băng "Nước Mỹ" hơn hai tuần chưa thấy trả lại, tôi đến tìm, họ xin lỗi bằng cách cười trừ, rồi khai thiệt là đã chuyền tay cho người này, người nọ cùng nghe. Cuối cùng, tôi tìm được nhà chú kia, người thứ bao nhiêu sau khi chuyền tay cũng chẳng nhớ. Chú ấy phân trần:

- Chẳng dấu gì cô, tui cũng có thằng con bên Mỹ. Tiền viện trợ nó gửi còn thưa thớt, tháng nhớ tháng quên, chớ đừng nói gì đến chuyện kể về nước Mỹ cho tui nghe.

- Dạ, vậy bây giờ chú nghe băng "Nước Mỹ" xong chưa, cho con xin về cho người khác mượn.

- Cô để thủng thẳng tui nói hết đã chứ. Tuần sau cô quay lại lấy được không, vì tôi đem cuốn băng đó ra tiệm nhờ sang ra hai ba cuốn, mà họ làm chưa xong!

- Úi trời, chú sang ra hai ba cuốn làm gì?

- Thì để cho bà con chung trại cùng nghe, và một cuộn tôi sẽ gửi về Việt Nam cho vợ con tui biết về nước Mỹ, cô thông cảm nha!

Nhờ may mắn, có thêm sự "cố vấn" của anh, tôi đã vượt qua cửa ải thanh lọc, nhưng "phúc bất trùng lai", tôi bị phái đoàn Mỹ từ chối tại cuộc phỏng vấn, và theo lời khuyên của anh, tôi xin định cư bên Canada. Vừa qua Canada chưa kịp nóng chỗ, anh tôi đã lên ngay chương trình "giải cứu" tôi qua Mỹ, nhưng "người tính không bằng trời tính", tôi có nợ có duyên với xứ lạnh tình nồng cho đến nay.

Trong thời gian bốn năm tôi bị kẹt bên trại, gia đình tôi bên Việt Nam lần lượt đi qua Mỹ theo diện ODP bảo lãnh của anh tôi. Vậy là anh đã thỏa mãn ước mong, không còn một thân nhân ruột thịt nào còn lại với chế độ Cộng Sản. Mấy người bạn cũ thời đại học Wichita của anh, có người lận đận mãi mới đưa được người nhà qua đây, thậm chí có người vẫn còn cha mẹ bên quê nhà, chỉ vì hồi đó chủ quan và… làm biếng! Họ nói với anh:

- Tụi tôi phục ông sát đất! Không tốn một đồng xu nào cho luật sư mà đưa được cả gia đình anh chị em qua đây đầy đủ. Hồi đó tụi tôi không chịu nghe lời khuyên của ông, giờ hối hận thì đã muộn!!

Là người đi trước, anh hướng dẫn, chỉ bảo kinh nghiệm cho các anh chị em trong nhà những bước đầu hội nhập trên xứ Mỹ. Tới đám con, cháu, thế hệ thứ hai, anh luôn khuyến khích hướng tới các ngành đại học danh giá, dễ kiếm việc, nhất là Y Khoa, mà anh đã phải từ bỏ.

Anh là cuốn "Từ Điển Bách Khoa" của đại gia đình tôi với trí nhớ dẻo dai, hiểu biết rộng và chính xác. Mỗi lần qua Mỹ, tôi say sưa ngồi nghe anh nói chuyện hàng giờ mà vẫn chưa đủ. Tên quốc tịch của anh là David, và tôi hay gọi một cách thân thương là "anh Dave thông thái của chúng ta". Riêng kiến thức về nước Mỹ thì anh có thể nói không cạn đề tài. Ngoài lãnh vực chuyên môn nghề nghiệp, còn có chuyện chính trị, xã hội, y tế …vì anh là một công dân Mỹ gương mẫu, yêu nước Mỹ và tự hào về nước Mỹ. Các gia đình anh chị em chúng tôi (kể cả tôi bên Canada) đều treo tấm bản đồ nước Mỹ trong nhà, là món quà đầu tiên anh tặng cho mỗi gia đình.

Cứ ngỡ anh đã an phận vì "giấc mơ Mỹ Quốc" của gia đình mình đã trọn vẹn, nhưng anh vẫn quan tâm giúp đỡ những người quen khác còn ở Việt Nam. Hàng năm vào dịp Tết, anh đều đặn gửi tiền cho vài hàng xóm vẫn còn lao đao nghèo khó. Chị Nga Sún bán khoai luộc đầu xóm mỗi lần nhận tiền đều cười vui vẻ, khoe:

- Ôi, hồi đó mỗi lần ảnh từ Cần Thơ về xóm là chiều chiều đi ngang qua nhà tui. Thằng con tui thấy ảnh về là ôm bài tập qua hỏi thầy giáo liền á!

Bác Sương kế bên nhà tôi ngày xưa phát biểu:

- Nói thiệt, hồi đó tui chỉ mong cậu ấy ngắm nghía con gái tui là tui bắt về làm rể. Ai ngờ, cậu ấy ôm mộng vượt biên!

Riêng tôi còn nhớ chị Quỳnh Giao, xinh đẹp thùy mị nhất nhì trong xóm, có lần đến thăm anh khi anh mới về thăm nhà. Hai người ngồi ngay phòng khách nói chuyện tới khuya. Chiếc giường ngủ của tôi kế bên đó, tôi chỉ nhắm mắt giả vờ ngủ, để nghe được những câu dịu dàng nũng nịu chị đã trách móc anh tôi:

- Lần nào anh về cũng không có thời giờ qua nhà thăm em sao? Em chờ hoài chẳng thấy nên đành phải… xuống nước qua đây tìm anh đó, anh hiểu không?

Hình như anh tôi có cười xin lỗi, và chắc sau này chị ấy đã hiểu, anh phải gạt bỏ chuyện tình yêu để ưu tiên cho chuyện vượt biên, tìm tương lai tươi sáng và lo cho gia đình.

Với những học trò trường Phan Thanh Giản xưa và những họ hàng xa ngoài miền Bắc, anh làm theo phương châm "giúp họ câu cá tốt hơn là cho họ cá", vì quà cáp cho họ anh cũng vẫn làm, nhưng biết bao giờ mới đủ? Ai đang độ tuổi kết hôn, hoặc đã dang dở hôn nhân, nếu có ước muốn, anh đều giúp bước đầu bằng cách đăng mục Tìm Bạn Bốn Phương của Mỹ (kiểu này nhanh hơn Tìm Bạn Bốn Phương với Việt Kiều). Sau đó tùy theo duyên phận của từng người, mà kết quả cũng có vài mối lương duyên Việt-Mỹ, đang có happy ending trên đất Cờ Hoa.

Mới đây trong lần Family Reunion bên Texas nhân dịp đám cưới đứa cháu, tôi hỏi đùa anh:

- Giờ anh có còn muốn đưa ai qua Mỹ nữa không nà?

Anh cười lớn:

- Nếu được, anh ước gì mang toàn dân Việt Nam qua đây, cho họ nếm mùi "tư bản rẫy chết" của Mỹ, nhưng coi bộ khó quá. Thôi thì chỉ cầu mong cho quê hương mau dẹp tan cái đảng Cộng Sản ăn hại, cho người dân được nhờ.

Edmonton, Tháng 3. 2020

REALTOR – REALTOR – REALTOR – REALTOR – REALTOR – REALTOR

MUA - BÁN - ĐẦU TƯ
ĐỊA ỐC

- Hơn 15 năm **Full - Time Realtor** ở Arizona
- Nhiều kinh nghiệm trong việc thương lượng giá cả *(Experienced Negotiator)*
- Bảo vệ quyền lợi tối đa cho thân chủ trong giao dịch **Mua + Bán** nhà.

VINA Realty

MLS

List Nhà SPECIAL

TAI LE
602.595.7555

REALTOR – REALTOR – REALTOR – REALTOR – REALTOR – REALTOR

EST. GJ 1992

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)

Vài dòng giới thiệu tác giả

Bác sĩ Lê Ánh là hội viên HỘI Á MỸ CAO NIÊN ARIZONA (Arizona Asian American Seniors Assciation - 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 đôc 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 Ký tập 2.

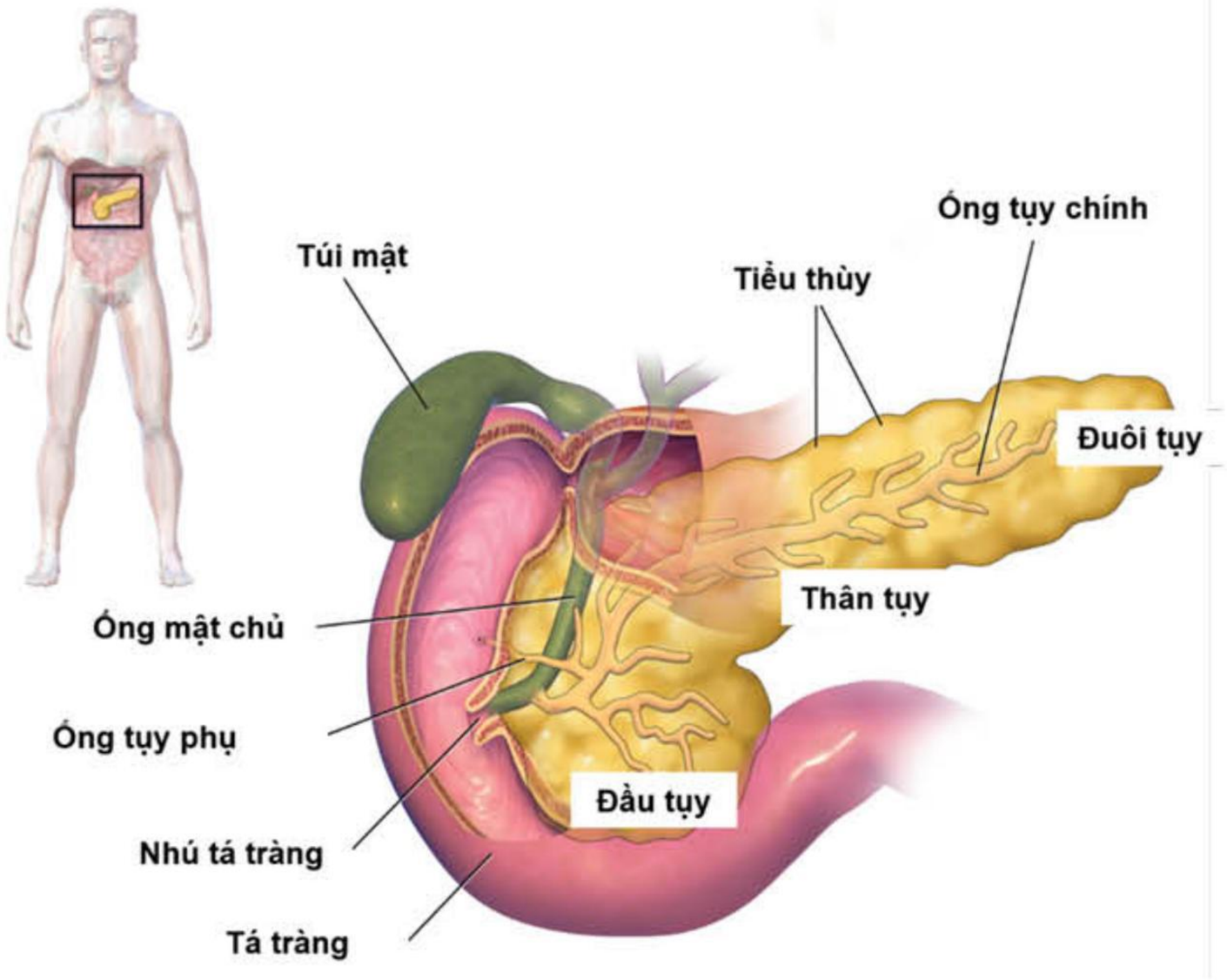
UNG THƯ TUYẾN TỤY

I. TỔNG QUAN

Sơ lược về cơ thể học

Tụy là một cơ quan thuộc hệ tiêu hóa, nằm sau dạ dày và có hình giống như một cái búa gồm 3 phần: đầu, thân và đuôi tụy. Kích thước của tụy thay đổi tùy theo mỗi người, trung bình dài khoảng 15 cm, cao 6 cm, dày 3 cm và nặng khoảng 80 gram. Cơ quan này đảm nhận đồng thời cả hai chức năng, đó là nội tiết (như tiết hormone insulin giúp điều hòa lượng đường trong máu) và ngoại tiết (như tiết dịch tụy chứa các men giúp tiêu hóa glucid và protid phục vụ cho quá trình tiêu hóa thức ăn).

Vì vậy, một trong những dấu hiệu gợi ý bệnh lý ở tụy là sự thay đổi bất thường về cân nặng và chỉ số đường huyết. Ngoài ra, trong một số trường hợp đặc biệt, một số bệnh nhân thường xuyên ngất xỉu do chỉ số đường huyết hạ thấp đột ngột mà không tìm được nguyên nhân. Insulinoma, một dạng khối u ở tụy liên tục tiết ra insulin làm hạ thấp chỉ số đường huyết, là nguyên nhân thường gặp cho tình trạng trên. Bệnh chiếm tỉ lệ khá thấp và là một trong số các u tụy có tiên lượng rất tốt sau điều trị phẫu thuật.



Cùng với ống mật, tụy đóng vai trò rất quan trọng đối với quá trình tiêu hóa thức ăn

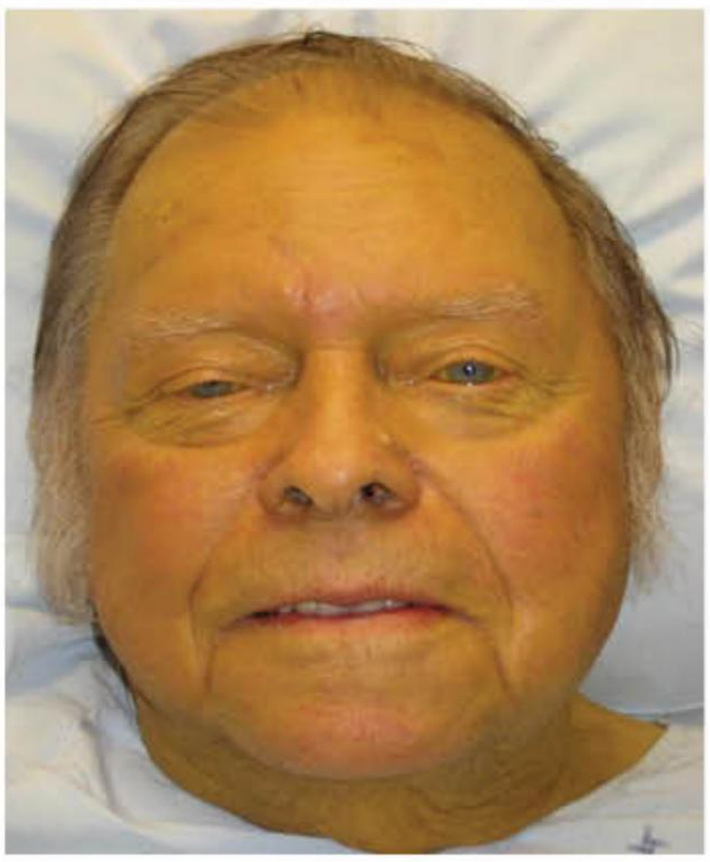
Nguồn ảnh: Wikipedia

II. TRIỆU CHỨNG

Bác sĩ Matthew Katz khuyến cáo nếu thấy cơ thể xuất hiện nhiều hơn một trong số những triệu chứng dưới đây, đặc biệt là ở những người trên 65 tuổi, bạn nên sắp xếp gặp bác sĩ trong thời gian sớm bởi đây có thể là dấu hiệu cảnh báo rằng tụy của bạn đang gặp phải vấn đề rất nghiêm trọng. Hãy luôn nhớ rằng, việc phát hiện sớm ung thư có thể giúp tăng tỉ lệ thành công trong việc điều trị.

Vàng da:

Đây là tình trạng nhuốm màu vàng ở da niêm và niêm kết mạc mắt do lượng bilirubin trong máu tăng vượt quá giới hạn bình thường. Đây là một triệu chứng thường thấy ở những bệnh nhân mắc phải vấn đề về gan – mật. Tuy nhiên, trong ung thư tụy, nếu khối u chèn ép vào đường mật (gây tắc nghẽn sự bài tiết của dịch mật) thì cũng có thể gây ra tình trạng tương tự. Ở giai đoạn đầu, bệnh nhân thường không phát hiện thấy điều này, cho đến khi bệnh tiến triển dần thì tình trạng vàng da ngày một trầm trọng hơn và kèm theo cảm giác ngứa ngáy chỉ thuyên giảm khi vấn đề tắc mật được giải quyết.



Hình ảnh vàng da ở một bệnh nhân ung thư tụy

Nguồn: Wikipedia

Sụt cân không rõ nguyên nhân:

Việc sụt cân nhanh chóng (từ 4,5 kg trở lên) mà không do áp dụng bất kỳ phương pháp giảm cân nào (*ví dụ như*: chế độ ăn kiêng hoặc tập thể dục) có thể được xem là dấu hiệu cảnh báo bởi ung thư tụy có khả năng gây hiện tượng nhược cơ (muscle wasting). Không những vậy, triệu chứng này cũng có thể đi kèm với tình trạng chán ăn hoặc cảm thấy khó chịu khi ăn (*ví dụ như*: khó nuốt, buồn nôn). Tuy nhiên, đây không phải là một triệu chứng hoàn toàn đặc hiệu bởi nó có thể xuất hiện khi bạn mắc một số loại ung thư khác.

Cơn đau:

Rất nhiều bệnh nhân cho biết họ phải chịu đựng những cơn đau bụng và chúng có xu hướng lan ra sau lưng. "Đó là những cơn đau âm ỉ và thường xuất hiện vào ban đêm khiến cho họ không tài nào ngủ được", dẫn lời của Bác sĩ Matthew Katz.

Phát hiện thấy mình đột nhiên bị mắc đái tháo đường:

(New – onset diabetes):

Như đã trình bày, tụy có chức năng điều hòa lượng đường trong máu nhưng chính vì vậy, đối với những người không có nguy cơ mắc bệnh đái tháo đường (tiền sử gia đình không có người bị đái tháo đường, chế độ dinh dưỡng tốt, cân nặng hợp lý), đặc biệt ở những người lớn tuổi, ung thư tụy cần được tầm soát khi đường huyết tăng cao và không kiểm soát.

Mệt mỏi và suy nhược:

Cần tiến hành nhiều nghiên cứu hơn để hiểu rõ mối tương quan giữa tình trạng này và bệnh lý ung thư tụy. Mặc dù vậy, theo Bác sĩ Matthew Katz thì tỷ lệ suy nhược cơ thể ở những bệnh nhân mắc ung thư tụy cao hơn mức trung bình nên cũng có thể xem là một yếu tố cần được lưu tâm.

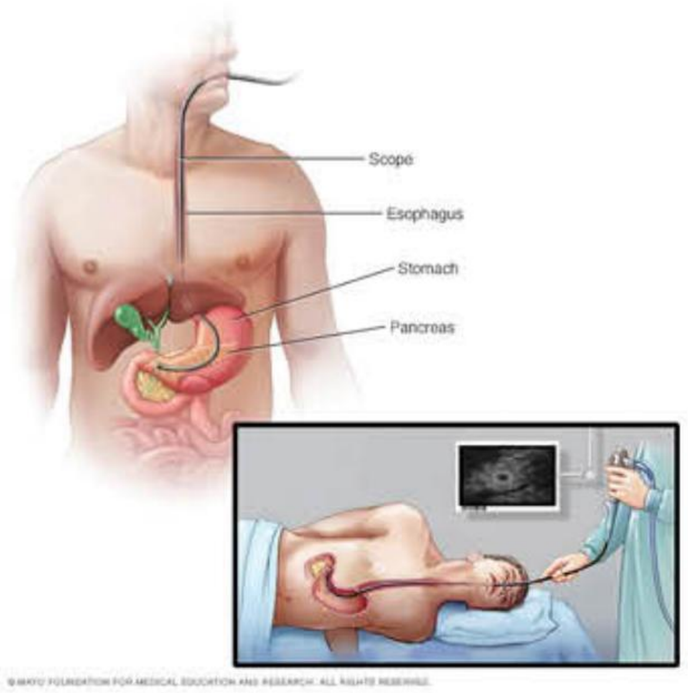
"Bệnh nhân chính là những người hiểu rõ nhất về những gì đang xảy đến với cơ thể của mình. Nếu những triệu chứng này xuất hiện dai dẳng mà không rõ nguyên nhân, họ cần được có một đánh giá xác đáng về tình trạng sức khỏe của mình… Ngay cả khi điều này đòi hỏi đến việc phải tham vấn ý kiến thứ hai hoặc thứ ba từ những bác sĩ khác", dẫn lời của Bác sĩ Matthew Katz.

III. CHẨN ĐOÁN

Nếu bác sĩ chẩn đoán ung thư tụy tạng, thì bệnh nhân phải được khảo sát những xét nghiệm sau đây:

Thăm dò kiểm soát các hình ảnh nội tạng.

Những xét nghiệm giúp bác sĩ nội soi các cơ quan trong ổ bụng cùng với tuyến tạng. Kỹ thuật thường chẩn đoán ung thư tuyến tụy gồm có siêu âm, CT scan, MRI và, đôi khi phải dùng đến PET (positron emission tomography) scans.



Siêu Âm Tuyến Tạng

Nội soi hình ảnh tuyến tụy bằng siêu âm.

Nội soi bằng siêu âm (Endoscopic ultrasound - EUS) để chụp hình tuyến tụy từ trong ổ bụng. Dụng cụ ấy đưa qua một ống nhỏ, mềm (endoscope) qua thực quản và vào bao tử để từ đó chụp những hình ảnh tuyến tụy.

Cắt một miếng mô nhỏ để làm sinh thiết (biopsy).

Đôi khi bác sĩ dùng kim đâm qua da chui vào tuyến tụy (fine needle aspiration) để lấy một mẫu mô nhỏ làm sinh thiết.

Thử nghiệm máu (blood test).

Thử máu để tìm "tumor markers". Một tumor marker test thường dùng trong ung thư tuyến tụy gọi là CA 19-9.

Khi bác sĩ chẩn đoán xác nhận là ung thư tuyến tụy, bác sĩ cố tìm ra ung thư đến giai đoạn (stage) nào. Việc xác đoán ung thư ở giai đoạn nào giúp cho bác sĩ quyết định cách điều trị thỏa đáng cho bệnh nhân.

Những giai đoạn của ung thư được ký hiệu bằng số La Mã sắp từ 0 đến IV. Giai đoạn thấp nhất chỉ ra rằng ung thư chỉ nằm ở trong tuyến tụy. Giai đoạn IV cho biết ung thư đã di căn đến các cơ quan khác trong cơ thể bệnh nhân.

Thử Phân

Có một số bệnh nhân thử phân tìm thấy máu đen. Điều đó chứng tỏ ung thư tụy đã lan vào tá tràng (duodenum) chảy máu vào ruột.

Bệnh nhân không nên do dự hỏi xem bác sĩ có nhiều kinh nghiệm về việc chẩn đoán ung thư tụy. Nếu có vấn đề

gì còn lưỡng lự chưa được thỏa đáng, bệnh nhân nên hỏi thêm ý kiến thứ hai (second opinion).

IV-ĐIỀU TRỊ

Việc điều trị ung thư tuyến tụy lệ thuộc vào giai đoạn và ung thư nằm ở nơi nào của tuyến tụy cũng như tình trạng sức khỏe tổng quát và sở thích mong muốn của bệnh nhân.

Một cách tổng quát, phần đông bệnh nhân muốn lấy toàn bộ khối u nếu có thể được. Nếu không thể, chỉ còn một lựa chọn là điều trị đem lại sự sống còn được thoải mái và giới hạn không cho khối u lớn hơn hoặc gây thêm đau đớn.

Điều trị gồm có giải phẫu, xạ trị, hóa trị hoặc phối hợp các cách điều trị.

Khi ung thư đã vào giai đoạn quá trễ và những cách điều trị trên không đem lại kết quả lợi ích cho bệnh nhân, bác sĩ cố gắng với mục đích làm giảm bớt các triệu chứng (palliative care) để giúp bệnh nhân sống dễ chịu và lâu dài hơn nếu có thể.

Giải Phẫu

Giải phẫu thường áp dụng cho ung thư tụy gồm có:

1- Giải phẫu ung thư đầu tụy (Surgery for tumors in the pancreatic head).

Nếu ung thư tại đầu tuyến tụy, bác sĩ sẽ dùng phẫu thuật Whipple (Whipple procedure). Phẫu thuật lấy phần đầu ung thư tụy và một đoạn tá tràng (pancreaticoduodenectomy).

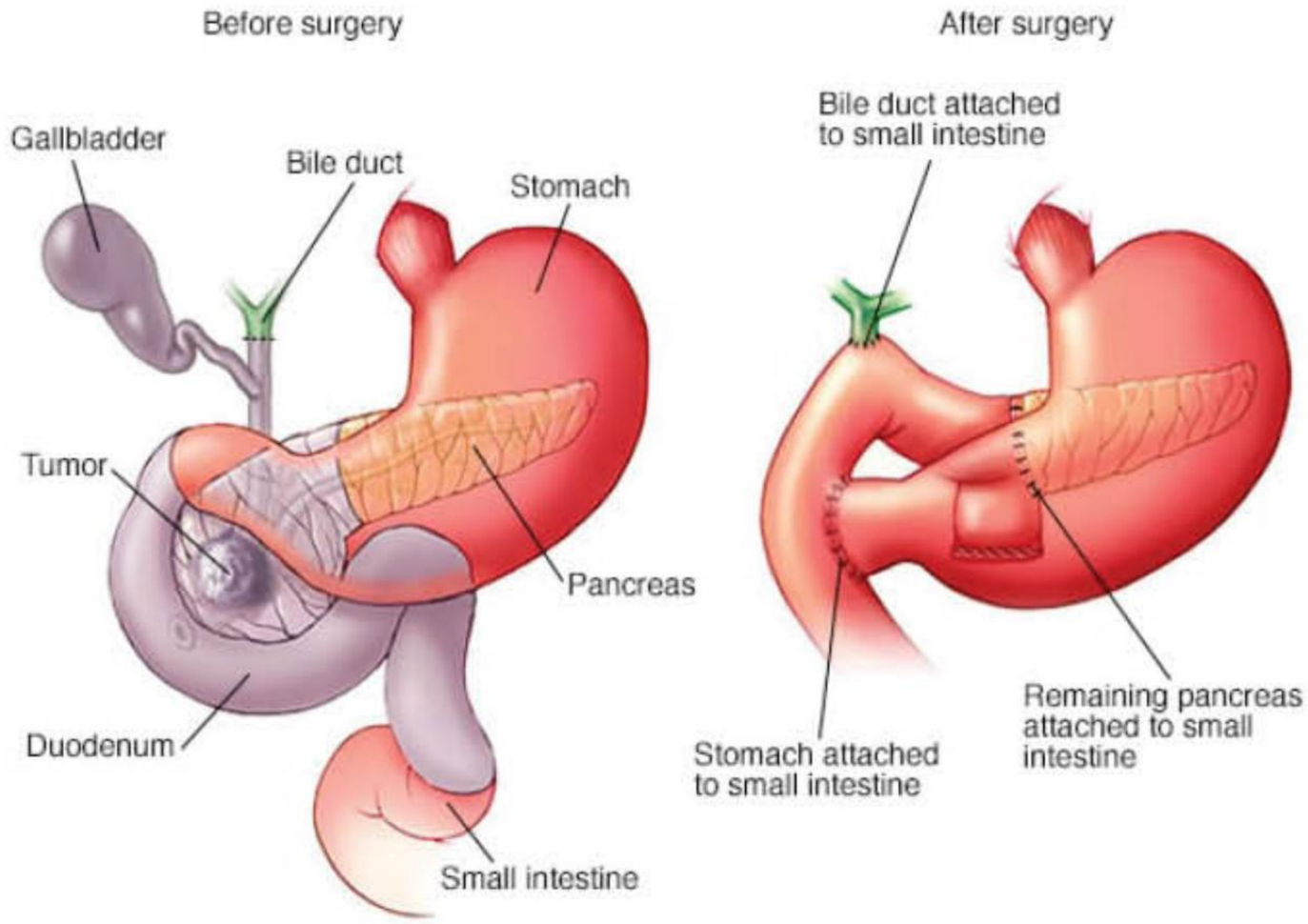
Phẫu thuật Whipple (Whipple protocole)

Phẫu thuật này là một cuộc giải phẫu khó khăn để lấy ra đầu tuyến tụy, phần đầu của tá tràng (duodenum), túi mật, một phần ống dẫn mật và các cục hạch gần bên. Trong vài trường hợp một phần dạ dày và ruột non (tá tràng) có thể cắt bỏ.

Bác sĩ sẽ nối phần tụy còn lại với dạ dày và tá tràng (duodenum) để sự tiêu hóa được dễ dàng.

2- Giải phẫu khối u trong phần thân và đuôi tuyến tụy. (Surgery for tumors in the pancreatic body and tail).

Bác sĩ sẽ lấy ra phần bên trái của tuyến tụy (thân và đuôi tuyến tụy). Giải phẫu này gọi giải phẫu phần sau của tuyến tụy (distal pancreatectomy).



© MAYO FOUNDATION FOR MEDICAL EDUCATION AND RESEARCH. ALL RIGHTS RESERVED.

3- Giải phẫu toàn phần tuyến tụy (Surgery to remove the entire pancreas)

Trong những bệnh nhân này, bác sĩ phải lấy toàn bộ tuyến tụy. Phẫu thuật này là toàn tuyến tụy được lấy ra (total pancreatectomy). Bệnh nhân có thể sống bình thường không có tuyến tụy nhưng phải cần dùng insuline suốt đời và một số diếu tố (enzymes) tiêu hóa thay thế.

4- Phẫu thuật ung thư lấn gần các mạch máu (Surgery for tumors affecting nearby blood vessels).

Nhiều bệnh nhân ung thư tuyến tụy ở giai đoạn cuối không thể dùng phẫu thuật Whipple hoặc những phẫu thuật khác được nếu ung thư lấn gần các mạch máu. Ở những trung tâm chuyên khoa sâu và nhiều kinh nghiệm, bác sĩ có thể lấy ra những mạch máu và tái tạo các mạch máu khác thay vào.

Các cuộc giải phẫu trên thường có những rủi ro là chảy máu và nhiễm trùng sau mổ.

Sau giải phẫu, vài bệnh nhân nôn mửa nếu dạ dày khó tiêu thức ăn (delayed gastric emptying). Sự phục hồi chậm sau các cuộc giải phẫu trên. Bệnh nhân phải nằm lại nhiều ngày trong bệnh viện và sau đó dần dần phục hồi sau vài tuần ở nhà.

Nhiều nghiên cứu sâu rộng cho biết rằng giải phẫu ung thư tụy ở các trung tâm đã giải phẫu nhiều trường hợp ung thư tụy do các phẫu thuật viên cao tay dày kinh nghiệm cho ít biến chứng. Vì thế bệnh nhân nên hỏi xem kinh nghiệm giải phẫu viên và bệnh viện về việc giải phẫu ung thư tụy. Nếu có điều gì còn ngờ vực, bệnh nhân nên tham khảo ý kiến thứ hai (second opinion).

V- Hóa Trị (Chemotherapy)

Hóa trị liệu là dùng thuốc để tiêu diệt tế bào ung thư. Những loại thuốc này có thể điều tri tiêm qua tĩnh mạch hoặc uống qua miệng. Bệnh nhân có thể dùng một cách hóa trị hoặc phối hợp nhiều loại.

Hóa trị có thể phối hợp với xạ trị (chemoradiation).

Việc điều trị phối hợp hóa trị và xạ trị thường dùng để điều trị trường hợp các loại ung thư tụy chưa lan ra khỏi tuyến tụy đến các cơ quan khác. Ở những trung tâm chuyên biệt danh tiếng, cách điều trị này thường dùng để cho khối ung thư teo nhỏ bớt (shrink) lại trước khi giải phẫu. Đôi khi cách điều trị này cũng áp dụng sau khi mổ để phòng ngừa ung thư tái phát.

Ở những bệnh nhân ung thư phát hiện trễ và ung thư đã lan ra đến những phần khác của cơ thể, hóa trị có thể dùng để

theo dõi kiểm soát khối u lớn dần, làm dịu bớt các triệu chứng và kéo dài sự sống cho bệnh nhân.

Xạ Trị (Radiation Therapy)

Xạ trị dùng các tia năng lượng cao (high energy beams) như tia X-rays và protons để giết tế bào ung thư. Bệnh nhân có thể xạ trị trước giải phẫu hoặc sau giải phẫu và thường phối hợp với hóa trị. Đôi khi bác sĩ cho xạ trị và hóa trị phối hợp điều trị khi ung thư tụy không thể giải phẫu được.

Xạ trị truyền thống dùng X-rays để điều trị ung thư, nhưng một loại xạ trị mới dùng protons thường được xử dụng trong nhiều trung tâm. Trong vài trường hợp, điều trị bằng proton dùng chữa trị ung thư tụy và cách điều trị này ít biến chứng hơn xạ trị thông thường (standard radiation).

Xạ trị thường dùng một cái máy rà quanh bệnh nhân, hướng tia phóng xạ đến các vị trí đặc biệt (ung bướu) trên cơ thể bệnh nhân (external beam radiation). Trong vài trung tâm y khoa danh tiếng, xạ trị có thể ứng dụng trong khi giải phẫu (intraoperative radiation).

VI- PHÒNG NGỪA

Để từng bước giảm thiểu nguy cơ mắc căn bệnh này, bạn cần lưu tâm đến những vấn đề quan trọng sau đây:

Từ bỏ thói quen hút thuốc:

Nếu bạn đang hút thuốc, hãy cố gắng từ bỏ thói quen này. Hiện nay có rất nhiều chương trình cũng như phương pháp giúp chúng ta cai thuốc lá. Tuy nhiên, đây là một quá trình lâu dài đòi hỏi ý chí cao ở bạn. Còn nếu bạn chưa từng hút thuốc thì hãy nhớ đừng bao giờ thử làm điều đó bởi những người hút thuốc có nguy cơ mắc ung thư tụy cao gấp đôi những người không có thói quen nguy hại cho sức khỏe này.

Chú ý đến cân nặng và vòng eo:

Duy trì một cân nặng phù hợp bởi việc thừa cân hay béo phì chính là những yếu tố nguy cơ của một số loại ung thư, trong đó có ung thư tụy. Tuy nhiên, không chỉ có cân nặng mà vòng eo cũng là một điều cần được lưu tâm đến. Bởi cho dù cân nặng của bạn đang ở "mức an toàn" đi chăng nữa thì việc tăng kích thước vòng eo cũng có thể khiến cho nguy cơ mắc ung thư của bạn tăng lên.

Xét nghiệm di truyền:

Nếu như trong gia đình bạn có người mắc ung thư tụy hay bất kỳ một loại ung thư nào khác, hãy cân nhắc làm các xét nghiệm di truyền. Các kết quả này có thể giúp phát hiện xem liệu bạn có đang mang gene đột biến làm tăng nguy cơ mắc ung thư hay không, từ đó giúp bạn có được chế độ tầm soát và theo dõi hợp lý.

Những khảo cứu gần đây chỉ dẫn cho việc phòng ngừa

Vì là một chứng ung thư của hệ tiêu hóa nên có nhiều khảo cứu về liên hệ giữa ung thư tụy tạng và lối ẩm thực của những sắc dân khác nhau trên thế giới. Các kết quả sơ khởi đều khuyến cáo nên ăn nhiều loại rau cỏ nhóm crucifers như bắp cải, su hào, rau xanh, cà rốt vì trong các loại rau này có rất nhiều hóa chất chống lại các tế bào ung thư. Một khảo cứu của Hội Ung Thư cho biết là những người dùng nhiều rau xanh thì nguy cơ bị ung thư đường ruột và tụy tạng giảm 55 % so với những người ít ăn rau xanh.

Vai trò của chất xơ (fiber) rất quan trọng vì một khảo cứu của báo Journal of Epidemiology cho biết là dùng thêm chất xơ dưới hình thức ngũ cốc, lúa mạch, chất cám bran thì nguy cơ bị ung thư tụy tạng giảm 48 %.

Nên tránh uống nước ngọt (sugary drinks) vì một khảo cứu của Đại Học Georgetown cho biết là những người uống 2 hộp nước ngọt mỗi ngày thì nguy cơ bị ung thư tụy tạng tăng gấp đôi bình thường.

Một khảo cứu của Đại Học Y khoa Hawaii và một số Đại Học khác xác nhận vai trò nguy hiểm của những loại thịt được chế biến (processed meats) như hotdog, thịt đóng hộp, sausage, thịt bò gây ra ung thư đường ruột và tụy tạng hơn 50% so với những người ít ăn thịt. Có thể những chất mỡ trong thịt bò hay các hóa chất bảo quản nitrites làm thay đổi các DNA trong các tế bào tiêu hóa rồi dẫn đến ung thư.

Một vài loại hóa chất lên men có trong các loại thực phẩm như tương, chao, mắm ruốc, mắm tôm cũng gây ra nhiều chứng ung thư đường ruột và tụy tạng.

Gần đây có một vài khảo cứu về vai trò của một số gia vị có khả năng chống lại ung thư. Một khảo cứu của trung tâm trị ung thư nổi tiếng MD Anderson cho thấy là chất curcumin trong củ nghệ (turmeric) hay được người Ấn Độ dùng làm cà ri và có khả năng tiêu diệt những tế bào ung thư tụy tạng trong loài chuột và hiện nay đang có những khảo cứu trên loài người. Một khảo cứu khác kết hợp củ nghệ với loại mỡ cá fish oil làm giảm mức tăng trưởng các tế bào ung thư tới 70%.

BS Robert Wascher chuyên viên về ung thư khuyến cáo là nên dùng những loại thực phẩm và gia vị kể trên vì hoàn toàn không có hại và có thể giúp tránh một số ung thư nguy hiểm. Chất curcumin trong củ nghệ còn giúp chống lại bệnh Alzheimer và một số bệnh tim mạch khác và hiện nay đang có nhiều khảo cứu về công dụng của loại gia vị này.

Hiện nay đang có nhiều khảo cứu về những phương pháp mới nhất trong việc điều trị bệnh ung thư tụy tạng nhưng quan trọng nhất vẫn là phòng bệnh hoặc như trường hợp của Steve Jobs thì nên tin cậy vào những phương pháp điều trị đã được chứng minh tại những trung tâm Y khoa nổi tiếng nhất vì ít có mấy ai được may mắn như quan tòa Ruth Ginsberg tìm ra được bệnh khi còn chưa lan đi nơi khác.

Tài liệu tham khảo:

1- https://mayoclinic.org>syc-20355421

2- https://mayoclinic.org>drc-20355427

3- Healther A (2018) Symptoms of Pancreatic cancer. (MD Anderson Cancer Center).

4- Society AC (2018) Key Statistics for Pancreatic Cancer. (American Cancer Society).

5- Quyen Quang N (2012) Bài giảng Giải phẫu học - Tập 2 (NXB Y học) 14th Ed p 122.

6- Quyen Quang N, Dieu Dang P, Duc Van N, & Cuong Van N (2012) Giản yếu giải phẫu người (NXB Y học) 7th Ed p 284.

7- Hoa Ngoc C (2012) Triệu chứng học nội khoa (NXB Y học) p 136.

(02/2022)

THD CONSTRUCTION LLC

THD Construction LLC - DBA dark hourse 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 THẢM - CHẠY ĐIỆN - NÓC NHÀ - TƯỜNG DRYWALL
THỢ MỘC - MÁY LẠNH/SƯỞI A/C - TỰ ĐỘNG - REMODEL - NÂNG CẤP

TI (Cải thiện nhà cho mướn)

Remodel Cơ Sở Thương Mại

Sửa sang Văn phòng cho đúng luật

Nhà kho / Garage

Nhà hàng - Fast Food - Quán Bars

Yogurt, Thức 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

Thử Mốc & Gỡ Mốc

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

WE ACCEPT VISA

www.thdconstructionllc.com

Email: duongtran1@gmail.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

VISA MasterCard

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

NISSAN

xin liên lạc

ĐẠT NGÔ 602.841.2424

Mon - Fri 8:00 AM - 5:30 PM Sat 8:00 AM - 3 PM

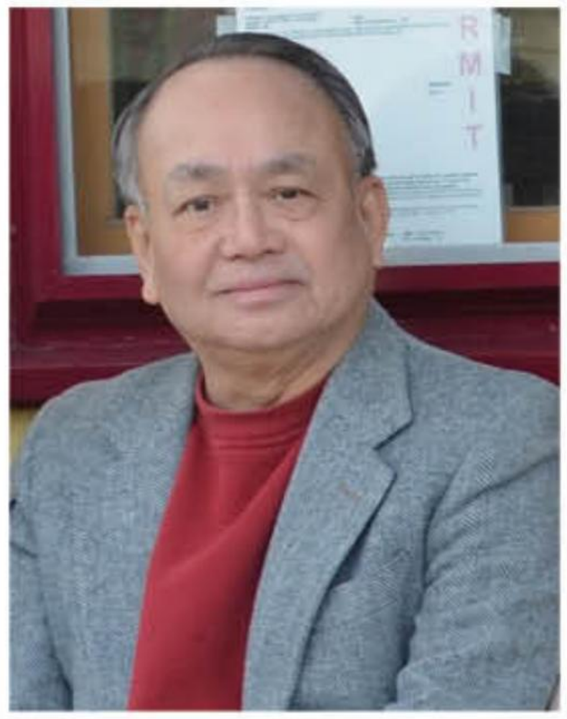
2427 W NORTHERN AVE PHOENIX, AZ 85021

SE CORNER I-17 & NORTHERN

Bảo Đảm – Thành Thật – Uy Tín – Nhanh Chóng

CHUYỆN ÁI TÌNH TRONG NHÀ TÙ

Cô gái mặc váy cưới chạy đến cổng nhà tù để cầu hôn bạn trai.



LS Ngô Tằng Giao

Chuyện nước Trung Hoa: Yêu nhau được 9 năm nhưng vì bạn trai quá bận rộn với công việc trong trại giam nên Yuan đã tự đi mua nhẫn để cầu hôn. Nữ giáo viên 28 tuổi người Trung Quốc Yuan Mingyu, đã cầu hôn bạn trai của mình, Zhao Wanping, bên ngoài một trại giam ở Đạt Châu, tỉnh Tứ Xuyên. Bạn trai của Yuan đã rất ngạc nhiên khi bước ra khỏi cổng trại giam sau giờ làm và bắt gặp Yuan đang mặc váy cưới trong khi bạn bè của cô cầm giúp tấm băng rôn ghi dòng chữ "Zhao Wanping, hãy cưới em!".

Trước đó, Yuan và Zhao đã yêu nhau được 9 năm nhưng luôn phải xa cách vì tính chất công việc của cả hai. Trong khi Yuan làm giáo viên ở Thành Đô thì Zhao lại làm nhân viên trại giam ở Đạt Châu.

Một đoạn video được chia sẻ trên mạng xã hội cho thấy Zhao cởi áo khoác để ủ ấm cho bạn gái trong tiết trời giá lạnh vì cô chỉ mặc độc chiếc váy cưới mỏng manh nhưng Yuan lại nói rằng cô không cần. "Em vui quá nên em chẳng hề thấy lạnh", Yuan nói. Sau đó, Yuan chính thức cầu hôn Zhao. Zhao quỳ xuống và đeo nhẫn vào tay Yuan như một cách chấp nhận lời cầu hôn của bạn gái.

Zhao cho biết Yuan từng đề cập đến chuyện cưới xin với anh trước đây nhưng ý nghĩ về chuyện đó đã trôi khỏi đầu Zhao vì anh quá bận rộn với công việc. Trong khi đó, Yuan tiết lộ cô đã lên kế hoạch cho màn cầu hôn từ năm ngoái và đã tự đi mua nhẫn. Khi được hỏi có cảm thấy khó chịu khi mình phải đi mua nhẫn chứ không phải bạn trai, Yuan nói: "Không, tại sao tôi lại không thể chứ? Anh ấy hay tôi mua thì đều chẳng có gì khác biệt cả".

Nữ giảng viên luật cùng "kẻ sát nhân" kết hôn trong tù.

Chuyện nước Mỹ: Bất chấp sự phản đối từ gia đình, nàng vẫn quyết đi theo tiếng gọi của con tim với một "kẻ sát nhân" đang thụ án trong tù. Nàng là một nữ giảng viên ngành luật ở Mỹ. Theo New York Times, câu chuyện "bất bình thường" này diễn ra tại Washington. Nàng tên là Chelsea Moore, tốt nghiệp ngành Luật tại đại học Washington, hiện đang là giảng viên kiêm trợ giảng. Mùa hè năm 2017, Moore tình nguyện tham gia giảng dạy một khóa học về "Quyền tự do dân sự trong hiến pháp" tại một nhà tù ở Washington. Tại đây, nàng đã gặp chàng Blackwell (39 tuổi), một tù nhân đang thụ án vào thời điểm đó. Năm 2007, Blackwell bị kết án 8 năm vì tội cướp tài sản và 17 năm tù cho tội giết người cấp độ một vì sát hại một cô gái 17 tuổi, tổng án phạt là 38 năm tù.

Cho đến năm 2017, Blackwell tham gia lớp giáo dục pháp luật trong tù và đã bị thu hút bởi giảng viên Moore. Sau đó, cả hai bắt đầu trao đổi sâu hơn về mọi thứ, từ những cuốn sách cho đến âm nhạc và phim ảnh, rồi họ nhanh chóng dành tình cảm cho nhau và bắt đầu một tình yêu kiểu "cổ điển" bằng những bức thư tình viết tay như thời đời chưa có Internet. Blackwell thậm chí còn viết bức thư tựa đề "50 điều yêu em" để thổ lộ tình cảm với nàng. Về phía Moore, sau khi đọc 360 trang về vụ án của Blackwell, nàng vẫn quyết định ở bên tù nhân này. Cuối cùng, Blackwell và Chelsea Moore quyết định kết hôn vào tháng 1/2020.

Tuy nhiên, sau khi đại dịch COVID-19 bùng phát, hôn lễ của cả hai buộc phải tạm hoãn. Moore thậm chí không thể thường xuyên đến nhà tù thăm Blackwell do lệnh giãn cách xã hội. Cho đến tháng 5, Blackwell và Moore cuối cùng cũng có thể ký giấy đăng ký kết hôn, và đến tháng 8 họ đã được phép tổ chức một hôn lễ đơn giản trong tù. Cô dâu khoác lên mình chiếc váy trắng tinh khôi, một mình bước vào nhà tù. Blackwell với hai dòng nước mắt hạnh phúc, đã trao cho Moore một chiếc nhẫn kim cương màu vàng, mà chàng dùng toàn bộ số tiền tiết kiệm nhờ một nhân viên của nhà tù mua giúp. Sau hôn lễ, cả hai chỉ có thể chụp một vài bức ảnh kỷ niệm đơn giản, và Moore lại một mình bước ra khỏi nhà tù. Nàng sẽ phải đợi 25 năm nữa để 2 vợ chồng chính thức được đoàn tụ khi chàng mãn hạn tù vào năm 2045.

Nữ quản giáo nóng bỏng "quan hệ tình dục" với tù nhân trẻ.

Chuyện nước Úc: Một nữ quản giáo xinh đẹp với thân hình quyến rũ đang phải đối mặt với án tù sau khi nảy sinh tình cảm và có quan hệ tình dục với một tên cướp đang thụ án. Nữ quản giáo Melissa Goodwin (25 tuổi), bị truy tố vì "chuyện tình lãng mạn" với tù nhân Corey London (21 tuổi) tại nhà tù Silverwater, Sydney (Úc).

Theo cáo buộc, Melissa Goodwin đã quan hệ tình dục với Corey London tổng cộng 5 lần trong nhà tù nơi cô này làm nhiệm vụ quản giáo. Cô cũng bị cáo buộc là đã mang thuốc lá, bật lửa trái phép cho Corey London. Tên cướp này bị kết án 6 năm tù vì hành vi cướp có vũ khí và dự kiến có thể mãn hạn vào tháng 8 năm 2022.

Robert Hallows, thanh tra bang New South Wales thông báo về trường hợp của tù nhân trẻ Corey London như sau: Khi bị phanh phui, nữ quản giáo Melissa Goodwin bị điều tra và đuổi việc. Khi bị điều tra, cô ta bị đưa tới đồn cảnh sát và nhận quyết định truy tố, cô bị áp giải từ nhà riêng để tiến hành thủ tục truy tố. Cô may mắn được cho tại ngoại. Cô có thể đối mặt với án tù 2 năm

Sau khi cuộc tình vụng trộm với Corey London, Melissa Goodwin tiếp tục nảy sinh tình cảm với một phạm nhân khác tên là Caleb Valeri. Tuy nhiên, có vẻ như Melissa Goodwin không quan hệ tình dục với Caleb Valeri trong tù. Chuyện tình của họ chỉ được công khai khi Valeri đã ra khỏi tù.

Nữ quản ngục "quan hệ tình dục" với tù nhân đến có thai.

Chuyện nước Anh: Trong khoảng thời gian có 4 tháng trời mà một nữ quản ngục đã có quan hệ tình dục với một tù nhân. Tù nhân này đang thụ án tù vì tội giết người rồi bỏ trốn. Theo Daily Mail, nữ quản ngục Kerianne Stephens, 26 tuổi, đã quan hệ tình dục với tù nhân Louis Tate, 35 tuổi, trong 4 tháng ở nhà tù HMP Swaleside, trên đảo Sheppey (Anh). Mối quan hệ tình cảm giữa nữ quản ngục và tù nhân diễn ra từ tháng 9 năm 2018 đến tháng 1 năm 2019. Cả hai còn gọi điện và nhắn tin qua lại cho nhau. Kết quả của những lần ân ái giữa cả hai là việc Kerianne có thai. Nữ quản ngục sinh con vào tháng 6 năm 2019. Tate sau đó được xác định là bố của đứa trẻ. Kerianne sau đó thừa nhận có hành vi sai trái xảy ra trong một văn phòng ở nhà tù loại B.

Mối quan hệ tình cảm giữa Kerianne và Tate bị phát hiện khi tù nhân được chuyển tới một nhà tù khác hồi tháng 10 năm 2018. Tại đây, Tate đã nói với một bạn tù rằng đã bỏ quên một chiếc điện thoại thông minh tại phòng giam cũ. Và tù nhân này cũng vô tình nhắc đến nữ quản ngục tên Kerianne. Khi nhận được tin báo, cảnh sát đã khám xét phòng giam cũ của Tate và phát hiện một chiếc iPhone 6 được giấu trong một chiếc tất ở trên bàn. Kiểm tra dữ liệu điện thoại, cảnh sát phát hiện các

cuộc gọi và tin nhắn tới điện thoại của nữ quản ngục Kerianne trong 11 ngày trước khi Tate bị chuyển sang nhà tù mới ở Nottingham.

Ngày 8/1/2019, Kerianne bị bắt giữ khi tới nhà tù làm việc. Nữ quản ngục xác nhận đã có thai 3 tháng. Nhật ký của nữ quản ngục cũng cho thấy cô đã đi siêu âm thai một tháng trước đó và ngày thụ thai là 29/9.

Bethan Rogers, luật sư của Kerianne, nói rằng, mối quan hệ tình cảm của nữ quản ngục với tù nhân diễn ra vào thời điểm Kerianne "gặp đổ vỡ trong tình cảm" khi liên tục bị bạn trai cũ bạo hành. Điều đó khiến nữ quản ngục uống nhiều rượu, xử dụng cần sa và tự làm hại bản thân. Luật sư Rogers nói trước tòa rằng đứa trẻ là "một sự an ủi" với nữ quản ngục thời điểm đó. Về chiếc điện thoại, một điểm mấu chốt là thân chủ tôi không mang điện thoại vào cho tù nhân. Cô ấy chỉ cho phép anh ta xử dụng và nội dung trong các cuộc trao đổi cũng chỉ liên quan tới chuyện tình cảm của họ", luật sư Rogers biện hộ.

Có mặt tại tòa án hôm 25/3, nữ quản ngục đã bật khóc khi thẩm phán Philip Statman nói rằng dù hành vi của cô này có mức độ nghiêm trọng, nhưng tòa đã cân nhắc một số yếu tố giảm nhẹ như việc con của bị cáo còn nhỏ nên tuyên bố Kerianne chịu mức án 16 tháng tù giam nhưng tạm dừng thi hành án trong 2 năm. Kerianne còn phải thực hiện 300 giờ làm việc không lương và tuân thủ 25 ngày tham gia hoạt động phục hồi nhân phẩm. "Bị cáo được đào tạo và huấn luyện để nhận thức được trách nhiệm của mình và tầm quan trọng của việc tuân thủ các quy định. Bị cáo cũng hiểu được nguy cơ khi tiếp xúc với tội phạm giết người. Sẽ có nhiều người nhìn vào trường hợp của bị cáo và đặt câu hỏi vì sao lại xảy ra chuyện quản ngục quan hệ tình dục với tù nhân đến có thai ở trong nhà tù. Hành vi này phá vỡ luật lệ nghiêm khắc của nhà tù, cấu thành nên một tội rất nghiêm trọng", thẩm phán Statman tuyên bố trước tòa.

Tate, phạm nhân đang thụ án tù chung thân vì tội giết người, phải chịu thêm 10 tháng tù vì hành vi sai trái với nữ quản ngục.

Nữ cai ngục có quan hệ không phù hợp với nam tù nhân

Chuyện nước Anh: Ayshea Louise Gunn, 27 tuổi, là một nữ cai ngục đã có mối quan hệ không phù hợp với tù nhân Khuram Razaq tại nhà tù Berwyn ở Wrexham. Gunn đã bị tòa tuyên án 12 tháng tù giam, sau khi mối quan hệ kéo dài 4 tháng với tù nhân nam nói trên bị phanh phui.

Các nhà điều tra xác định Gunn liên lạc với tù nhân nam 1.200 lần bằng 3 số điện thoại khác nhau, một số được gọi chuyển tiếp để che dấu danh tính. Gunn có những hành động không phù hợp như chia sẻ hình ảnh, video nóng, mang

vào nhà tù nhiều vật phẩm cho tù nhân. Gunn đã mang vào nhà tù cho người tình quần áo, đồng hồ thông minh, giúp người tình chơi cá cược. Đổi lại, tù nhân Khuram Razaq đưa cho Gunn 1.500 bảng Anh.

Vì sao nữ cai ngục bất chấp tất cả để "quan hệ tình dục" với tù nhân?

- Chuyện khắp nơi: Tin tức về các vụ nữ cai ngục quan hệ với tù nhân liên tục xuất hiện khiến nhiều người đặt ra câu hỏi: Tại sao? Đôi bên có quan hệ lợi ích hay tình cảm thực sự?

Tại Úc mới đây, một nữ cai ngục giấu tên nói với báo chí rằng việc cai ngục quan hệ với tù nhân trong trại giam Úc là "điều thường thấy". Người này nói cô từng thấy đồng nghiệp vén váy lên và không mặc quần lót trong khi một tù nhân nam khỏa thân tiến lại gần. Trước đó, tờ Daily Telegraph đã phơi bày mối quan hệ giữa nữ cai

ngục Úc Linda Russell và tù nhân Christian Manu Birch trong nhà tù. Một nữ cai ngục khác tên Demmi Zeschke còn hẹn hò vào ban đêm với tù nhân Jarad Smith, kẻ đang thụ án giết người.

Tại Mỹ tháng 10.2016, một nhà tù ở tiểu bang Maryland cũng trở thành tâm điểm sau khi một vụ bê bối tình dục được tiết lộ. 18 viên chức cải huấn bị sa thải vì quan hệ tình dục và tuồn ma túy, thuốc lá vào cho tù nhân, theo báo USA Today.

Tại Anh, các bê bối tình dục trong tù cũng không phải điều mới lạ. Năm 2014, nữ cai ngục Julie Turton bị phạt tù hơn hai năm sau khi quan hệ tình dục với tù nhân. Năm 2009, một nữ cai ngục Anh khác cũng bị bỏ tù vì có con với tù nhân.

- Nhà tâm lý học Elie Godsi cho rằng môi trường nhà tù có thể khiến con người vượt qua ranh giới. Ông nói rằng các mối quan hệ giữa tù nhân và cai ngục giống như "hương vị trái cấm" với sức hút lớn. "Đây không phải là mối quan hệ bình thường, chúng đều có màu hồng", ông nói với BBC. "Những người này không gặp nhau trong hoàn cảnh bình thường". "Các tù nhân không phải lo lắng về tiền thuê nhà, hay tiền mua đồ ăn, họ được chăm sóc tốt", Godsi thêm. "Ranh giới giữa những người trong tù rất rõ ràng. Mối quan hệ này giống như trái cấm và một số người bị thu hút bởi điều đó".

Sức hút của tù nhân: Theo Godsi, tù nhân thường hành động khôn ngoan trong nhà tù vì họ biết quan hệ với cai ngục sẽ có lợi. Mối quan hệ bất chính này khiến tù nhân nhận được một số quyền lợi trong khi các nữ cai ngục an tâm về "người đàn ông của mình". "Một số nữ viên chức từng trải qua các mối quan hệ khó khăn hoặc từng bị lạm dụng", ông nói. "Nhưng quan hệ với tù nhân an toàn hơn. Họ không thể bị đánh đập vì có rất nhiều người xung quanh". Nhà tâm lý học Elie Godsi cho rằng môi trường nhà tù có thể khiến con người vượt qua ranh giới.

- Glyn Travis, đến từ Hiệp hội Viên chức Nhà tù của Anh, thì nói rằng con người có thể yêu nhau bất cứ lúc nào. "Khi tim đập nhanh thì bạn sẽ không thể làm gì", Travis nói. Tuy nhiên, ông cũng thừa nhận có những cai ngục thích hình ảnh "trai xấu" của những kẻ phạm tội. "Các tù nhân thường không phải là những người sạch sẽ nhất", ông nói. "Họ thường trông rối bời, mệt mỏi, không cạo râu. Có thể hình ảnh này thu hút các nữ cai ngục. Tôi không chắc".

- Theo Robin Kay Miller, 53 tuổi, cựu cai ngục Mỹ, tù nhân thường là người chủ động. "Các tù nhân là những nghệ sĩ lừa đảo", cô nói với ABC News. "Họ biết cách chơi trò chơi và họ biết cách thao túng người khác". Miller cho biết một số nữ cai ngục sẵn sàng mạo hiểm quan hệ với tù nhân vì thích sự chú ý họ nhận được hoặc có tình cảm thật sự. "Cai ngục ứng xử với tù nhân không khác gì với những người đàn ông bình thường ngoài phố", Miller nói. "Các sĩ quan nữ làm việc từ 8 đến 16 tiếng mỗi ngày. Đó cơ bản là ngôi nhà thứ hai của họ. Nếu họ không có ai ở nhà chờ đợi hoặc bạn trai hay chồng đối xử không tốt với họ, họ dễ mủi lòng trước các lời khen và tỏ tình của tù nhân. Một khi họ đã lấn sâu vào mối quan hệ, họ sẽ không nghĩ điều đó là sai". Theo Miller, tù nhân nam thường nhắm mục tiêu vào các nữ cai ngục. "Họ tìm kiếm những người yếu đuối, tìm kiếm sự bất an", cô nói. "Họ tìm những người xinh đẹp nhưng không quá thông minh, hoang mang và cô đơn". "Tù nhân bắt đầu khen ngợi cai ngục, như kiểu: Hôm nay em trông rất đẹp, tóc em thật đẹp", Miller tiếp tục. "Đàn ông biết nói những điều phụ nữ thích nghe mà!".

Nếu tôi chết ở sa trường

If I die in a war zone, box me up
and send me home.
Put my medals on my chest, tell
my mom I did my best.
Tell my dad not to bow, he
won't get tension from me now.
Tell my bro to study
perfectly, key of my bike will
be his permanently.
Tell my sister not to be
upset, her bro will take a long
sleep after sunset.
Tell my nation not to cry,
"Because I'm a soldier born to die."

Nameless

Nếu tôi chết ở sa trường
Xin người tẩm liệm gọn gàng xác tôi
Gửi về quê cũ mà thôi.
Huy chương hãy gắn trên nơi ngực này
Và thưa để Mẹ được hay
Việc quan trọng nhất tôi nay hoàn thành.
Nay thưa Cha rõ sự tình
Đừng âu lo tới con mình làm chi.
Nhắn em trai chăm học đi
Xe anh để lại mãi thì tặng em.
Nhắn em gái chớ buồn thêm
Anh đây an giấc ngủ yên lâu dài
Sau khi khuất bóng mặt trời.
Thưa trình tổ quốc đừng rơi lệ sầu
Vì tôi chiến sĩ nguyện cầu
"Hy sinh bảo vệ tuyến đầu quê hương"

Tâm Minh Ngô Tằng Giao
(chuyển ngữ 3-2022)

Allstate.
You're in good hands.

OPEN Monday-Friday: 9:00 am - 6:00 pm
Saturday By Appt. Sunday: Closed

TRAN INSURANCE INC.

Auto-Home-Business and Life

KIM DUNG TRẦN
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)

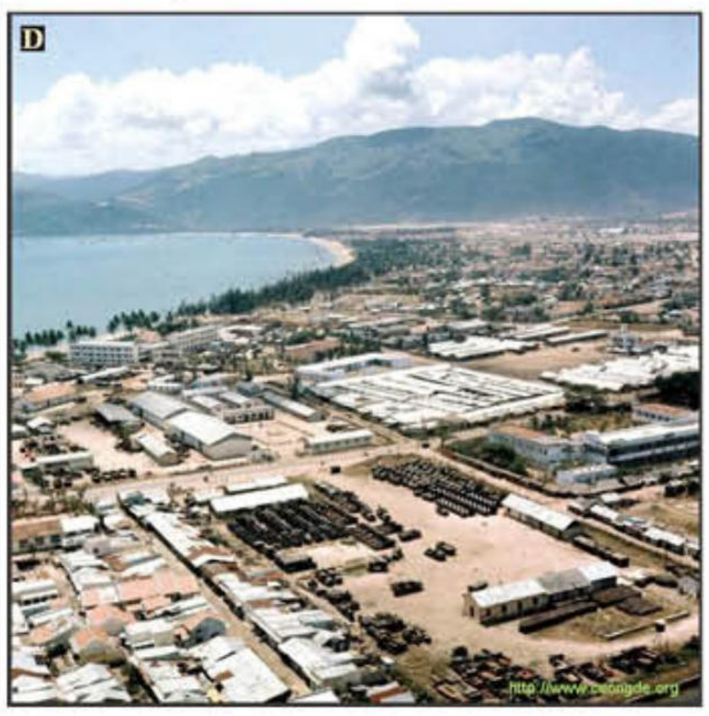
- Đủ loại bảo hiểm thương mại
(nhà hàng, tiệm Nails, văn phòng bác sĩ . . .)

BẢO HIỂM CẦN THIẾT CHO ĐỜI SỐNG CỦA QUÝ VỊ VÀ GIA ĐÌNH

TRƯỜNG SƯ PHẠM QUI NHƠN
(Đoạn I)

ĐÀO ĐỨC CHƯƠNG

Trước tháng Tư năm 1975, từ bến xe Qui Nhơn băng qua đường Gia Long, theo đại lộ Võ Tánh, đi về phía biển, cuối cùng gặp đường Nguyễn Huệ, rẽ mặt về hướng Tây Nam. Con đường Nguyễn Huệ chạy dọc theo bờ biển, bên trái là xóm dân chài Khu Hai, bên mặt có Trung Tâm Y Tế Toàn Khoa Qui Nhơn, rồi qua khúc quanh "Eo Nín Thở," đến ngã ba Nguyễn Huệ và Nguyễn Hữu Lộc, ở góc đường phía Tây là cơ sở Quân Sự. Vẫn trên con đường Nguyễn Huệ, từ đây, bên trái là bãi Thùy Dương; bên phải, đi một quãng nữa, sẽ gặp Trường Trung Học Vi Nhân, rồi **Trường Sư Phạm Qui Nhơn**, kế đến là Trường Trung Học Kỹ Thuật, tiếp theo có Quân Y Viện và kho Y Dược 720 của Quân Đoàn 2.



H1: Một góc Qui Nhơn, không ảnh chụp năm 1966,

từ Bệnh viện Thánh Gia nhìn về Ghềnh Ráng và núi Vũng Chua.

(Ảnh: Khổng Xuân Hiền, Cuongde.org)

Nơi đây, qua khỏi ngả ba, là khu vực Ghềnh Ráng, nếu vẫn tiếp tục đi trên đường Nguyễn Huệ, bên phải là phía hông của Trung Tâm Huấn Luyện Nhân Dân Tự Vệ của ông Võ Trấp, nằm dựa lưng vào núi Vũng Chua. Và bên trái, nhìn lên chân đồi là mộ Hàn Mạc Tử.

A - TRƯỜNG SƯ PHẠM QUI NHƠN

Có thể nói Trường Sư Phạm Qui Nhơn là trường cao cấp nhất của tỉnh Bình Định trong thời VNCH. Nhiệm vụ chính là đào tạo Giáo chức ngạch Giáo Học Bổ Túc cho các tỉnh Miền Trung. Theo Trần Đình Thái [1] trường còn giữ vai trò mở những khóa Tu nghiệp vào dịp ba tháng nghỉ hè, cho Giáo viên Tiểu học của các Ty Tiểu Học thuộc Vùng I và Vùng II.

H 2: Trường Sư Phạm Qui Nhơn còn giữ vai trò tu nghiệp.

(Ảnh: Nguyễn Đạt, cựu giáo sinh khóa 5, cung cấp)

I - Quá trình thành lập:

Trường Sư Phạm Qui Nhơn thành lập bởi Nghị định số 701- GD/BC/NĐ, ký ngày 10- 5- 1962, của Bộ Quốc Gia Giáo Dục Việt Nam Cộng Hòa [2]. Trường được xây cất trên thửa đất rộng ở Khu Sáu, mặt tiền ngó ra Biển Đông và giáp đường Nguyễn Huệ. Theo Trần Đình Thái, *Ai Có Về Qui Nhơn* [3], đồ án với kinh phí 20 triệu [4] xây cất trong 18 tháng mới xong, và khánh thành ngày 3 tháng 10 năm 1962. Cơ sở gồm hai dãy lầu với đầy đủ phòng học, giảng đường, thư viện, phòng âm nhạc, câu lạc bộ, trung tâm Y tế và chỗ ở cho một số viên chức nhà trường.

H3: Toàn cảnh Sư Phạm Qui Nhơn xây dựng xong đợt đầu.

(Ảnh: Cựu giáo sinh Nguyễn Đạt cung cấp)

Tháng 12 năm 1967, trường xây cất thêm khu nội trú với kinh phí 737.761 Mỹ Kim và 11.320.754 đồng Việt Nam [5], gồm hai dãy lầu 3 tầng, một cho nam giáo sinh và một cho nữ giáo sinh, cách biệt nhau.

H4: Cổng Trường Sư Phạm QN trước năm 1975.

(Ảnh từ Đặc San Sư Phạm Qui Nhơn - 2012)

II - Quy chế nhập học:

Muốn vào học Trường Sư Phạm Qui Nhơn phải có bằng Tú tài 1 trong các khóa đầu, sau tăng lên Tú tài 2, tuổi từ 18 đến 26, tình trạng Hợp lệ Quân dịch (cho Nam ứng viên), và qua kỳ thi tuyển.

Thí sinh trúng tuyển phải làm giấy cam kết phục vụ cho ngành giáo dục ít nhất là 10 năm, sau khi tốt nghiệp. Khóa học trong hai năm, tốt nghiệp với ngạch Giáo Học Bổ Túc. Trong 3 khóa đầu, chỉ số lương 320, từ khóa 4 tăng thành 350. Các khóa trước cũng được điều chỉnh chỉ số và truy lãnh [6].

Giai đoạn đầu (1962 - 1969), Trường thu nhận giáo sinh tất cả các tỉnh Miền Trung từ Quảng Trị đến Phan Thiết. Từ các niên khóa 1969 - 1975, Trường chỉ thu nhận giáo sinh 5 tỉnh gồm Quảng Tín, Quảng Ngãi, Bình Định, Phú Yên, Phú Bổn. Và niên khóa 1972- 1973, Trường có khoảng gần 1000 giáo sinh, tính cả học viên năm thứ nhất với năm thứ hai.

H5: Trước sân Trường Sư Phạm QN, nk.1967 - 1968.

(Ảnh từ Đặc San Sư Phạm Qui Nhơn, 2009)

III - Vấn đề nội trú:

Sư Phạm Qui Nhơn thu nhận giáo sinh cho tất cả các tỉnh Miền Trung, nên ngay từ niên khóa đầu, nhà Trường đã nghĩ đến việc nội trú cho những giáo sinh từ xa đến. Nhưng lần xây dựng đợt đầu (1961), chú trọng vào trường sở, nên phương tiện nội trú còn hạn chế, nhà trường chỉ nhận nội trú cho nữ giáo sinh. Tháng 12 năm 1967, xây cất đợt hai, dành cho hai khu nội trú, gồm một cho nam và một cho nữ, cách biệt nhau.

Mỗi khu nội trú có: 1 Văn phòng, 1 Phòng khách khá rộng rãi đủ cho các Giáo sinh tiếp thân nhân cùng lúc, 1 Phòng phát thuốc, 1 Nhà giặt, 1 Nhà ủi quần áo, 7 Khu nhà tắm và vệ sinh, 6 Đơn vị cư trú dành cho Quản đốc và Giám thị, Khu công viên và sân chơi cho giáo sinh.

Niên khóa 1968 - 1969, có 393 nữ giáo sinh nội trú. Kể từ niên khóa1969 - 1970, hai khu nội trú mới hoàn thành, có thể chứa 392 nam và 312 nữ. Cứ 4 giáo sinh ở một phòng riêng, với đầy đủ tiện nghi cho từng người như giường, nệm, tủ gương, bàn ghế, kệ sách v.v... [7].

H 6: Khu nội trú của Giáo sinh.

(Ảnh: Nguyễn Đạt cung cấp)

IV - Chương trình giáo khoa:

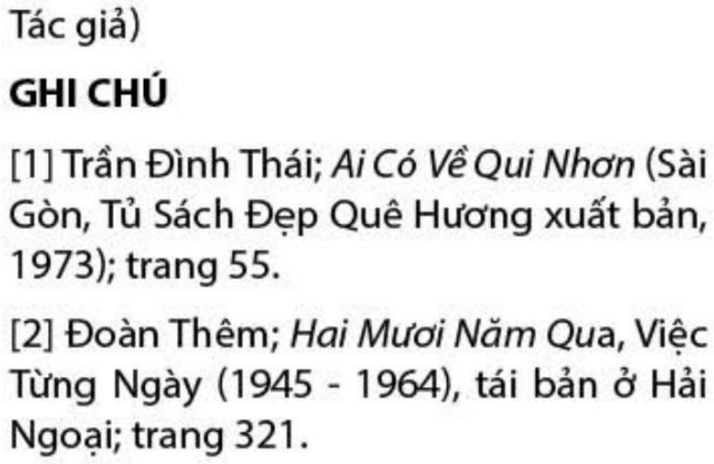
Khóa trình năm thứ nhất [8], phân phối số giờ học trong một tuần, gồm các môn chuyên nghiệp như: Sư phạm Lý thuyết 4 giờ, Sư phạm Chuyên biệt 2 giờ, Giáo dục Cộng đồng 4 giờ, Tâm lý Giáo dục 2 giờ, Luân lý Chức nghiệp 1 giờ, Giáo dục Y tế (Y tế Học đường) 1 giờ, Hoạt động Thanh niên 1 giờ, Dụng cụ Giáo khoa 2 giờ, Canh nông 2 giờ, Thủ công 1 giờ, Thể dục 2 giờ, Âm nhạc 1 giờ. Ngoài ra, còn các môn nâng cao trình độ học vấn như: Quốc văn 2 giờ, Sinh ngữ 2 giờ, Toán học ứng dụng 2 giờ, Hội họa 1 giờ. Tổng cộng, giáo sinh phải học mỗi tuần 30 giờ.

H7: Lớp 6, khóa 3, năm thứ nhất, nk.1964 - 1965,

trong giờ dạy của Thầy Dương Minh Ninh [9].

(Ảnh từ Cuongde.org)

Khóa trình năm thứ hai [10], gồm các môn: Sư phạm Thực hành 8 giờ, Quản trị và Thanh tra Học đường 2 giờ, Giao tế Xã hội 1 giờ, Kinh tế Chính trị 2 giờ, Giáo dục Cộng đồng 4 giờ, Các vấn đề Giáo dục 2 giờ, Thể dục 2 giờ, Hoạt động Thanh niên 1 giờ, Giáo dục Phụ nữ (cho nữ giáo sinh) 2 giờ, Ngành mộc (cho nam giáo sinh) 2 giờ. Ngoài ra cũng học môn Quốc văn 2 giờ, Sinh ngữ 2 giờ, Âm nhạc 1 giờ, Hội họa 1 giờ, để trau dồi trình độ văn hóa. Tổng cộng 30 giờ mỗi tuần.



H 8: Tan buổi học, giáo sinh ngoại trú ra về.

(Ảnh: Nguyễn Đạt cung cấp)

Còn tiếp

San Jose, ngày 15- 7- 2011

Bổ chính xong 12- 6- 2016

(Trong tập *"Các Trường Trung Học Và Cao Đẳng Ở Bình Định Trong Thời VNCH"* của Tác giả)

GHI CHÚ

[1] Trần Đình Thái; *Ai Có Về Qui Nhơn* (Sài Gòn, Tủ Sách Đẹp Quê Hương xuất bản, 1973); trang 55.

[2] Đoàn Thêm; *Hai Mươi Năm Qua*, Việc Từng Ngày (1945 - 1964), tái bản ở Hải Ngoại; trang 321.

[3] Trần Đình Thái; *Ai Có Về Qui Nhơn*; trang 55.

[4] Trần Vũ Mỹ Trân; *Đôi Nét về Trường Sư Phạm Qui Nhơn*; "Đặc San Sư Phạm Qui Nhơn 2009"; trang 370 và 371: Kinh phí xây cất Trường Sư Phạm Qui Nhơn là 19.389.199 đồng Việt Nam.

[6] Khóa 3 (1964 - 1966) ra trường vẫn chỉ số lương là 320, nhưng khoảng 3 hay 4 tháng sau chỉ số được điều chỉnh thành 350, và truy lãnh từ tháng 9 năm 1966.

[5, 7, 8, 10] Trần Đình Thái, sách đã dẫn, từ trang 55 đến 57.

[9] Email ythnguyen@yahoo.com ngày 16- 6- 2012 của cựu giáo sinh Nguyễn Thy Tứ (người ngồi đầu bàn của bàn đầu, mặc áo dài trắng), hiện ở Canton (GA) đã xác nhận: Đây là ảnh chụp vào niên khóa 1964 - 1965 tại Lớp Sáu, Năm thứ nhất, Khóa 3, Trường Sư Phạm Qui Nhơn.

CHIẾC BÓNG BÊN TRỜI

Truyện ngắn

NAM GIAO

Trường về đến ngả ba Tháp thì trời bắt đầu nhá nhem tối. Đèn màu của các tụ điểm quán hàng chiếu sáng chen lẫn trong ánh đèn đường vàng câm. Thành phố Bến Tre đã chuyển mình sau hai mươi lăm năm xa cách đối với chàng. Từng dòng xe gắn máy đủ màu sắc như ánh đèn đêm dong ruổi qua lại nhịp nhàng gần như là mắc cửi. Dăm phút, cũng có vài chiếc xe con vụt qua. Chàng tìm một quán Phở nhỏ nằm nép mình cuối dãy phố dọc theo bùng binh. "Phải ăn thức ăn gì cho no no cái bụng trước đã." Trường thầm nghĩ như thế.

Ngồi sát chiếc bàn kê ở góc quán, chẳng phải đợi chờ lâu lắc, người phục vụ bàn đã đến gật đầu chào Trường. Đó là một cô gái trông vẫn còn trẻ với nước da trắng hồng. Cô mặc chiếc áo bà ba màu xanh sậm càng làm tăng thêm nước da trắng của cô. Mái tóc đen tuyền, quăn, được uốn từng lọn lớn và thả dài. Cô gái nhìn Trường và cười thay cho lời hỏi khách. Trường ra dấu bằng tay kèm theo lời hỏi: "Ở đây ngoài Phở ra thì còn có thức ăn gì khác nữa hay không, thưa cô?" - "Dạ, thưa ông, ở đây chỉ bán Phở thôi ạ." Tiếng của cô gái phục vụ thốt lên nhẹ nhàng. Trường im lặng và nhìn ngay mặt cô gái một hồi khá lâu, làm cho cô gái cảm thấy ngượng ngùng và bỗng chốc, Trường bật cười. -"Thưa ông, ông muốn ăn Phở gì ạ?" - "Cô nấu cho tôi một tô Phở tái." Cô gái hỏi nhỏ: -"Chỉ là Phở tái thôi à?» Trường ngước lên nhìn cô gái và cô gái ấy cũng đang nhìn lại chàng với đôi mắt tròn xoe. Trường hơi nghiêm giọng: - "Vậy chớ quán của cô còn có bán thêm những món ăn hoặc món nhậu nào nữa hay sao?" Rồi chàng bật cười. Cô gái đứng nhìn chàng và đôi môi mọng đỏ mấp mái như muốn nói thêm điều gì đó với chàng. Nhưng cô lại quay lưng bước đến quầy nói vói vào trong: "Bà chủ, làm cho khách lạ một tô Phở tái." Trường đưa mắt nhìn theo dáng cô gái phục vụ. Dáng nàng trông thật thon thả với mái tóc lọn quăn to thả dài gần nửa lưng. Mái tóc trông thật đẹp như một dòng suối đen tuyền. Đối với Trường, chàng luôn có ý tưởng đẹp về mái tóc của người con gái. Không giấu gì, ngày xưa chàng cũng phải lòng với những cô con gái có mái tóc thể óng mượt. Tóc phủ trọn bờ vai thon. Tóc bay bay theo từng cơn gió nhẹ. Tóc lướt thướt, tóc trễ tràng trên vóc dáng đẫy đà. Chỉ cần những lọn tóc mai phất phơ nhẹ nhàng trên đôi gò má hồng hồng là đã bắt mắt Trường rồi. Thật ra, ở mỗi người con trai đều có những sở thích rất là gần giống nhau, tỉ như đa số cùng thích mái tóc dài hiền dịu, cùng thích đôi mắt mơ mơ, mộng mộng, buồn buồn hiu hắt trông như đang nhìn về phiá trời xa vời vợi. Cũng có đôi khi thích nụ hoa môi hồng thắm điểm thật nhẹ nụ cười duyên dáng, hoặc là chiếc mũi nho nhỏ, xinh xinh... Ngày xưa với Trường là cả một khung trời đầy thơ và đầy mơ mộng với phấn trắng, bảng đen, với hoa bướm học trò, với áo trắng quần xanh và những cô gái trên đường đến trường như những đàn bướm trắng nhởn nhơ nói cười, hồn nhiên vui vẻ. Tuổi thơ học trò ai mà không có những khoảng trời thơ mộng ấy?

- "Thưa ông, tô Phở của ông đây." Tiếng cô gái nói nhỏ bên vai Trường cùng với động tác khom người xuống để cái mâm tô Phở bốc khói nóng lên mặt bàn. Cô gái xoay người đẩy nhẹ đĩa giá sống cùng với mớ rau ngò và rau quế thơm. Vô tình, mái tóc đen dài bên phải của cô gái phủ xòa xuống ống đựng đũa ăn, làm cho ống đũa lăn ngang trên mặt bàn. Việc ấy xảy ra thật bất ngờ, cùng một lúc tay Trường và tay cô gái chạm vào nhau khi cả hai người cùng chụp ống đũa, trước khi ống đũa sắp sửa lăn ra khỏi cạnh bàn. - "Xin lỗi ông. Tôi không cố ý đâu." Trường khẽ gật đầu: - "Không có gì. Cô đừng ngại.Tôi thoáng giật mình một chút rồi thôi." - "Vậy là ông... chắc yếu bóng vía lắm phải không?" Nói xong, cô gái bỗng bật cười. Tiếng cười giòn tan thật lòng, thật dạ. Trường cũng cười theo cô gái. Chàng nhìn cô gái trong nét mặt cười mà thấy lòng thanh thản lạ. Lòng bỗng trống không, không vướng bận chút gì trong tâm khảm. Cô gái nói câu ấy rất đúng với tâm trạng và hoàn cảnh của Trường lúc còn mài đủng quần áo ở trường học. Thuở ấy, Trường là đứa con trai nhút nhát nhất nhà và thường hay giật mình khi có người nhát ma chàng. Nhưng kể từ khi vào quân ngũ thì ma với quỷ không làm gì cho chàng lo lắng và sợ sệt. Trường đã nằm ngủ hằng đêm bên

xác chết của bạn bè và kẻ thù qua những trận đánh nhau thật khốc liệt. Phải nói thật rằng - không có một người lính nào mà sợ ma, sợ quỷ dữ cả.

Trường ăn xong tô Phở thật ngon miệng. Cái hương vị Phở ở Việt Nam thật là khác biệt với những tô Phở đầy đủ gia vị và hương liệu của các quán Phở bên Mỹ. Không thể nói là vì lạ miệng ăn, vì bao tử đang lên cơn đói mà ăn cảm thấy ngon. Cái ngon ở đây là cái ngon thơm thật khó diễn tả cho hết từ ngữ được. Vị cay cay của ớt trái vẫn còn làm cho lưỡi Trường tăn tăn, thích thú. Chàng gọi thêm ly cà phê đá. Trong chốc lát, chính cô gái ấy mang ly cà phê đá đến cho chàng. Lần nầy, cô gái nhìn Trường thật kỷ. Với môi cười tươi, cô gái hỏi Trường: - "Thưa ông, tôi nghĩ có lẽ ông không phải là người dân đang sống ở nơi nầy?" Trường hớp một hớp cà phê rồi nhẹ tay khuấy đều nước đá sóng sánh trong ly, tiếng muỗng khua với đá trong thành ly nghe "leng keng" vui tai. -"Sao cô biết tôi không phải là người dân sống ở nơi đây?" - "Bởi vì theo tôi nhận xét, người dân ở nơi đây họ ăn uống với một phong cách khác, không chậm rãi, không biết dành thời gian đang ăn mà tận hưởng được hương vị của món ăn. Tóm lại, phần đông trong cách ngồi ăn và trò chuyện của họ thì rất là xô bồ, và..." Cô gái bỏ lửng câu nói của mình và cười với Trường bằng đôi mắt cười, trông thật dễ thương mà không phải mang chất tinh nghịch đầy luyến thắng.

Trường uống thêm ngụm cà phê nữa và không ngớt nhìn thẳng về phía cô gái đang trò chuyện với chàng. - "Theo ý cô nghĩ, vậy là... tôi ở đâu đến đây?" Cô gái khẽ đưa tay vén lại mái tóc dài: - "Thưa ông, tôi đoán không lầm... là ông không phải... là người đang sống tại Việt Nam. Có đúng không ông?". Trường chỉ mỉm cười như thay cho câu trả lời gửi đến cô gái. Khách đến quán giờ nầy vài ba người, nên cô gái đành cúi đầu chào Trường và đi nhanh đến bàn của họ để phục vụ.

Trường ngồi một mình, lơ đãng nhìn ra ngoài cửa quán. Người đàn bà lớn tuổi từ đâu đó đến đứng ở một bên cửa quán, đầu vấn khăn màu chàm đã cũ, che gần như hết một phần gương mặt héo hon, già nua của bà. Bà đưa mắt nhìn sâu vào quán như tìm kiếm người thân quen nào đó. Bà đứng nhấp nhỏm hồi lâu, rồi lại ngồi bệt xuống phía bên ngoài cánh cửa quán. Bây giờ đã quá 8 giờ tối. Trường nhìn đồng hồ tay, lẩm bẩm một mình. Chàng ngồi đợi cô gái đến để tính tiền. Cũng không đợi quá lâu, vừa lúc cô gái quay đầu nhìn lại chàng với cái nhìn rất thân thiện. Và đôi mắt mở to hơn như đã nhìn thấy bàn tay vẫy cô đến.

- "Tiền Phở và ly cà phê hết bao nhiêu hở cô?" Trường chậm rãi hỏi. - "Dạ, thưa ông. Tổng cộng là ba mươi ngàn."

Trong lúc đợi Trường móc ví trả tiền, cô gái hỏi nhỏ: - "Vậy chớ ông có cần mua gì thêm không? Thuốc lá để hút?"

Trường lắc đầu sau khi đưa gọn vào tay cô gái số tiền ba mươi ngàn trả cho phần ăn uống. - "Còn đây là một trăm đô la tôi gửi riêng cho cô phục vụ." Trường nói nhỏ nhẹ với cô gái.

- "Tại sao ông lại cho tôi số tiền lớn như thế nầy? Tôi không dám lấy đâu. Tôi không có bán... cái… ấy đâu. Ông giữ số tiền lại đi." Trường nheo mắt cười thật tươi như để cho cô gái biết đây là ý tốt của Trường, chớ Trường không có ý gì xấu cả. -"Cô hãy nhận đi, đây là tiền tôi gửi tặng cô. Bởi vì càng nhìn cô, tôi thấy cô hình như giống người cháu gái của tôi ở dưới quê Đại Điền đấy. Chắc cô biết cái xã Đại Điền chứ?" Cô gái không trả lời vội, mà lại hỏi Trường: - "Vậy thưa ông. Bộ… tôi… rất giống người cháu của ông à? Nói vậy thì người bà con của ông ở dưới xã Đại Điền à?" Trường gật gật đầu. Cô gái nói tiếp: - "Không giấu gì ông, gia đình Mẹ tôi cũng ở dưới đó. Nhưng ở gần Dinh Bà đó ông. Vậy chớ còn ông?"

- "Gia đình chị tôi gốc gác cũng ở Dinh Bà, đối diện tiệm thuốc bắc của ông thầy Bảy Liên đó cô."

Cô gái ra vẻ ngạc nhiên lắm. Cô kéo ghế và ngồi xuống đối diện với Trường: - "Ở đó tôi rành lắm. Tôi nhớ gần như hết mọi người ở chung quanh khu xóm đó. Vậy chớ… ông ở đâu mà tới đây? Chắc là ở Mỹ phải không? Tôi đoán chắc không sai chứ? Phải không ông?" Rồi cô gái nhoẻn miệng cười,không một chút e lệ rụt rè và giữ kẻ như từ trước nữa.

Trường cũng thấy không khí vui lên trước những lời cô gái hỏi chàng.- "Cô có thể cho tôi biết tên được không?".Cô gái lấy tay phải chống lên chiếc càm và nhìn trân trối vào Trường: - "Ông hỏi tên tôi làm chi vậy? Tên của tôi xấu xí lắm ông à!" - "Cái tên xấu đẹp không làm cho người ta nể nang hoặc sợ hãi. Người ta chỉ thích tính nết một cô gái lương thiện và hiền hậu mà thôi."

Cô gái nhìn vào trong bếp như để suy nghĩ một điều gì. Thoảng chốc, cô nói: - "Thưa ông, Mẹ tôi đặt tên cho tôi là Hận. Ông thấy có xấu không?". Trường nhìn cô gái và lắc lắc đầu - như là cách trả lời "Không phải vậy đâu, nghe cô gái". Chợt dưng Trường nói: - "Sáng ngày mai, tôi phải về Đại Điền. Vậy cô có thể làm người hướng dẫn cho tôi được không?" Cô gái không trả lời. Hình như lời đề nghị của Trường quá đột ngột đối với cô. Trường vội nói tiếp : - "Thú thật với cô, tôi ở Mỹ lâu lắm rồi và hôm nay mới về quê một lần đầu tiên. Nói cô không tin. Nhưng đây là sự thật. Tôi muốn về và mới bắt đầu bằng chuyến đi nầy. Tôi có người rất thân ở đưới đó. Cô có thể giúp tôi chứ? Tôi sẽ bao hết phí tổn cho chuyến đi và bao luôn ăn, uống cho cô. Cô bằng lòng chứ?" Cô gái cúi mặt nhìn xuống bàn. Mái tóc dài đen tuyền được vén gọn viền quanh mép tai. Phần tóc thà dài nghiêng rơi qua một bên vai trái. Mái tóc quá giống mái tóc thề của người con gái xứ dừa năm xưa đã làm điêu đứng trái tim của người lính chiến như Trường. Trường đã phải mất gần trọn một năm mới vuốt được mái tóc thề đó. Và sau ngày 30 tháng Tư đầy khắc nghiệt, Trường đã vượt biển để tìm tự do và để lại một mối hận sâu kín trong lòng người con gái ấy với cái thai vừa tròn ba tháng tuổi.

Cô gái phục vụ đã đứng lên bởi cái ngoắc tay của người đàn bà đứng lấp ló ngoài cửa tiệm. Cô xin phép Trường được ra ngoài tiếp chuyện với người đàn bà đó. Trường ngồi nhìn theo dáng đi của cô gái. Ý nghĩ thoáng qua trong hồn "Sao dáng đi, dáng đứng giống người yêu của mình năm xưa quá? Không lẽ nơi thị xã Bến Tre nầy vẫn có một vài trường hợp người giống người hay sao?" Nghĩ như thế, nhưng Trường không tin được chính ý nghĩ của mình. Trong phút chốc, cô gái quay lại bàn của Trường trên nét mặt chợt thay đổi hẳn với vẻ đăm chiêu, lo lắng.

Trường không hỏi điều gì. Nhưng cô gái liếc nhìn Trường khi đi ngang qua bàn Trường ngồi để đến quầy giao tiền cho chủ tiệm. Và Trường nghe loáng thoáng lời nói của cô gái với bà chủ: - "Bà Tám à, ngày mai con xin phép bà cho con nghỉ làm vài ngày để về lo thuốc men cho Mẹ của con. Mẹ của con đang trở bệnh nặng. Con xin bà phát tiền lương tháng nầy cho con luôn và cho con thiếu lại năm ngày lượng vì làm chưa đủ tháng." Tiếng bà chủ nói oang oang: - "Ừ thì mầy thiếu lại đây

năm ngày. Tao nhớ, mầy khỏi có lo. Thấy hoàn cảnh mầy, tao cũng thương. Ừ tao giúp cho." Ngưng một lát, bà nói tiếp: - "Nhưng ở đây không có đủ tiền, sáng sớm ngày mai, mầy đến đây lấy tiếp rồi về dưới cũng không muộn. Được hông? Cái con nhỏ nầy?"

- "Dạ, thưa bà, con đành phải vâng lời bà dạy. Con cảm ơn bà nhiều lắm."

Cô bỏ xấp tiền vào túi áo và từ từ tiến lại bàn của Trường: - "Thưa ông, hồi nảy ông nói gì với tôi, mà bây giờ tôi quên rồi. Ông làm ơn nhắc lại giùm." Trường phá ra cười: - "Cô còn nhỏ tuổi mà sao hay quên dữ vậy?" - "Ờ, Hể tôi có chuyện buồn lo là tôi hay quên lắm, ông à… Mong ông đừng cười tôi như vậy."

- "Tôi nhắc lại là - nếu cô không ngại, thì sáng ngày mai xin cô dẫn đường cho tôi theo cô về dưới quê Đại Điền. Vì tôi nghe cô nói hồi nảy là nhà Mẹ của cô cũng ở ngay cái xóm Dinh Bà đó mà."

- "Vậy tối nay ông ngủ ở đâu? Tôi làm sao liên lạc với ông cho được. Bởi vì sáng mai tôi đi sớm lắm."

- «Tôi tính là ngủ ở khách sạn, rồi mai ra bến xe đò để đi." Cô gái cười cười, lo lắng nhìn vào mặt Trường; - "Như vậy chắc không tiện lắm đâu. Tôi chỉ sợ ông ngủ quên thì tôi lại phải chờ ông trễ chuyến về của tôi nữa. Mẹ tôi đang bệnh và đang chờ tôi về đó."

Và không đợi Trường trả lời, cô gái nhanh miệng nói: - "Hay là ông đi theo tôi về nhà chú Bảy của tôi ngủ qua đêm, rồi sáng đi cho cùng một lúc?" Thấy Trường ngồi suy nghĩ, Cô gái liền giục:- "Suy nghĩ cái gì nữa chớ. Ông đi với tôi đi, ngại gì đâu mà ngại. Chỉ sợ ông là người nước ngoài không muốn ngủ tạm ở nhà nghèo nầy thôi. Có thiếm của tôi đang chờ ngoài cửa tiệm kìa." Trường nhìn theo tay cô gái chỉ ra cửa và thấy người đàn bà hồi nảy vẫn còn đứng lấp ló ngoài cửa tiệm. Trường đứng lên theo cái nắm tay của cô gái. Tay kia Trường với lấy cái xách tay nhỏ và bước theo cô gái ra ngoài. Trường gật đầu chào người đàn bà lớn tuổi. Người đàn bà cúi đầu chào lại Trường: - "Xin chào anh...anh… đây là... người quen của cháu Hận?" Cô gái nhìn người đàn bà và nhanh miệng trả lời: - "Thưa thiếm bảy, ông ấy là người ở Mỹ mới về đó. Ổng muốn về thăm người bà con ở xóm Dinh Bà của mình dưới Đại Điền. Con nói, ngày mai con về thăm Mẹ con rồi dẫn đường cho ổng đi theo. Nói về nhà chú thiếm nghỉ qua đêm để sáng mai đi sớm đó thiếm."

- "Ờ... Thiếm tưởng là… ai chớ... người cùng thôn, cùng xóm mà." Rồi bà thiếm Bảy nhìn sang Trường mà nói: - "Thôi, anh cứ về ngủ qua đêm ở nhà chúng tôi thì tiện lắm. À… anh à, xin anh đừng có ngại. Nhà thì cũng dư phòng, ngủ qua đêm đâu có sao." Cả ba người cùng sánh bước và cùng cười vui như là người trong một gia đình.

Trời đêm thị xã Bến Tre cũng còn quá nhiều xe cộ qua lại. Gió đêm thổi nhẹ mang lại cho lòng Trường đôi chút thoải mái và chàng cảm nhận như mình đang nhìn ra được cảnh sum họp dưới một mái nhà lá đơn sơ của một gia đình hạnh phúc. Trong đó có Trường, người vợ sắp cưới và đứa con nhỏ vừa tròn 3 tháng tuổi, đến nay chắc đã lớn khôn rồi. Trường hít thở không khí tươi mát của trời đêm và đưa mắt quan sát cảnh nhộn nhịp ăn chơi quanh bờ hồ. Những quán hàng cà phê nhạc trổi lên từng thanh âm chát chúa đập vào tai với đầy dẫy ánh đèn màu chớp tắt. Thật có quá nhiều cách biệt giữa giai cấp những người sống ở thành phố hoặc thị xã, với những xóm làng xơ xác ở những huyện ngoại thành mà mắt Trường đã chứng kiến nhìn thấy được trên tuyến đường quốc lộ mà xe chàng đã chạy qua.

Giã từ thị xã Bến Tre với tâm trạng háo hức, mong chờ gặp lại người thân yêu qua bao nhiêu thăng trầm của cuộc sống làm cho Trường trằn trọc mãi mà không ngủ được qua một đêm ở nhà Chú thiếm Bảy của Hận, kể cả khi ngồi trên chiếc xe đò cũ kỷ chạy ì ạch về xã Đại Điền - Thạnh Phú. Bao nhiêu trăn trở, bao nhiêu ý tình như sống lại trong lòng Trường đầy ắp những kỷ niệm khó quên. Nầy là cầu bắc Mỏ Cày, nầy là cầu Hương Mỹ với những tấm ván lót trên cầu mà mỗi khi xe cộ chạy qua đều kêu lên "rầm rầm" như muốn gãy vụn ra. Phía dưới cầu là chợ Hương Mỹ với những chiếc ghe chở hàng hóa, chở trái cây, thổ sản tấp nập ra vào hai bên bờ sông. Lan man suy nghĩ trong dòng chảy của kỷ niệm mà chiếc xe đò đã ngừng hẳn lại giữa ngả tư Đại Điền - Thới Thạnh với giọng hét to vang lên của cậu lơ xe làm cho Trường bừng tỉnh dòng suy nghĩ: -"Xe tới ngả tư về đến Đại Điền và xa Thới Thạnh rồi. Mời bà con cô bác ở nơi nầy xuống xe nhanh lên… nhanh lên…" Cô Hận nắm lấy tay Trường nhanh chóng kéo Trường bước xuống xe: - "Đi nhanh lên ông à, sắp tới nơi rồi. Mình đến bến xe ngựa để đi Dinh Bà." Không cần biết Trường có ý kiến gì không, cô Hận cứ nắm chặt cánh tay Trường kéo chàng đi nhanh qua chiếc cầu ván bắc qua giòng kênh xán múc, chạy song song với con lộ đá.

Trường đi theo Hận mà không một thắc mắc nào cả. Bàn tay của Hận như ấm lại trong cánh tay của Trường. "Cô gái nầy trông thật lanh lợi. Hèn gì buôn bán nơi thị xã Bến tre chắc cũng chẳng ai dám ăn hiếp đâu." Trường suy nghĩ như thế rồi mỉm cười một mình.

Hận thấy tự nhiên Trường cười, nàng giật giật tay Trường: - "Ông nè, ông đang cười gì vậy? Có phải ông đang cười tôi phải không?" Trường gật đầu tỏ vẻ cho cô gái biết là chàng đang cười cô gái đấy. Hận chẳng cần biết ất, giáp gì cả, nàng nói tiếp:- "Ông cười tôi thì cười, tôi chịu cũng được. Nhưng lát nữa đây ông sẽ khóc cho mà coi nghe ông."

Trường vụt hỏi:- "Làm gì mà khóc? Ai làm cho tôi khóc đây?"

- "Rồi ông sẽ khóc mà. Tôi đã thấy rất nhiều người đã khóc trong hoàn cảnh nầy cũng như ông vậy đó." Nói xong cô gái cười với nụ cười thật hả lòng, hả dạ. Trường cũng cười theo cô gái. Chiếc xe ngựa đã dừng lại nơi Dinh Bà. Bên tay phải con đường đất giồng, sát bên đường là cây da cổ thụ sống từ bao đời người với tán lá xanh và những rễ chằng chịt, gân guốc buông thỏng dính sát vào nhau. Tán lá xanh che phủ cả một vùng rộng mát. Nơi gốc cây da nầy có một cái miễu thờ Bà, nghe nói rất linh thiêng mà ngày xưa Trường và Thuận - người yêu của Trường - đã có lời khấn nguyện yêu nhau và sống bên nhau đến trọn đời nầy. Đối diện với miễu thờ Bà là cái quán nhỏ bán cà phê nước đá và các loại bánh trái.

Trường xuống xe, nhìn Hận và nói: - "Cô theo tôi vào quán uống nước và ngồi nghỉ mệt trong chốc lát rồi mình sẽ chia tay." Hận gật đầu: -"Dạ, cảm ơn ông." Ngồi ở quán nước quen thuộc, Hận vả là với người chủ quán: - "Dì Năm à, con đây. Dạo nầy bán đắt khách không hở Dì?" - "Cũng lai rai vậy thôi." Dì trả lời Hận và hỏi tiếp: - "À... mà con đi với người nào vậy?" - "Dạ, đây là người quen với xứ mình đó. Ông ấy về đây tìm người thân đã thất lạc lâu rồi." Hận trả lời cho Dì Năm và không quên đưa mắt hướng về Trường. Trường mỉm cười nhìn Hận và nói thật

nhỏ cho chính Hận nghe: - "Cô thật giỏi đấy nghe. Chuyện của tôi chỉ có mình cô biết thôi mà cô lại nở nói tùm lum hết vậy?" Dì Năm liếc nhìn Trường tỏ vẻ ngạc nhiên vì người đàn ông nầy Dì chưa bao giờ gặp mặt dù chỉ một lần trong đời. Hay là thời gian quá lâu nên hình dạng con người đã thay đổi khác đi. Dì Năm cũng không để ý nữa.

Uống xong, Trường trả tiền nước và cùng đi theo chân Hận rẽ vào con đường đất nhỏ cặp sát bên hông quán nước. Hai bên đường là những bóng cây điệp cao lêu nghêu và phía trong không xa mấy là vườn trúc với thân xanh mướt thẳng tắp vươn lên vòm trời. Vài mái nhà lợp lá xé, lá chằm đốp, lợp tôn hiện ra dưới tán lá dừa xanh um. Con đường đất giồng vào trưa cũng thoáng bóng mát.

- "Ủa. Mà ông đi theo tôi thì làm sao tìm được người bà con của ông?" Hân bất chợt hỏi Trường.

- "Cô Hận à. Cô cho tôi theo cô đến nhà cô để trước là thăm bệnh Mẹ của cô, sau lại hỏi Mẹ cô chắc là biết người thân của tôi ở đâu. Cô cho phép tôi chứ?" Không đợi Hận trả lời, Trường nói tiếp: -"Vã lại, tôi cũng muốn gửi một chút ít tiền vừa đền ơn cho cô, vừa gửi chút ít để thang thuốc cho Mẹ của cô. Cô thấy như thế nào?"

- "Trời đất ơi, Ông làm như tôi làm mướn cho ông không bằng vậy. Tối hôm qua, ông đã tăng tôi một trăm đô la rồi còn gì nữa. Thôi, tôi nhất định không lấy tiền của ông nữa đâu." Như chợt nghĩ ra điều gì còn thiếu sót, Hận nói thêm: - "Ông à, mà từ hôm qua tới giờ, tôi cũng chưa biết được tên ông là gì nữa. Ông có thể cho tôi biết tên để dễ xưng hô được không ông?" Trường vẫn giữ nụ cười, vừa đi, vừa trả lời: - "Được thôi mà. Tôi tên là Trường và đã hơn năm mươi tuổi rồi cô à. Còn cô, thế cô có còn Ba hay không? Sao tôi không nghe cô nhắc tới mà chỉ nói về người Mẹ mà thôi?" - "Ờ… ờ… tại vì tôi chỉ nghe Mẹ tôi kể lại là Ba tôi đã ra đi biệt tích giang hồ sau ngày 30 tháng 4 năm nầm và không thấy trở về nữa. Trong lúc ấy, Mẹ tôi lại đang mang thai tôi. Cho nên đến bây giờ tôi sống bên Mẹ mà không biết được mặt người Cha như thế nào?"

- "Vậy, chớ Ba của cô không có tấm hình nào để lại cho Mẹ cô và cô à?» - «Có chớ ông. Đó là tấm hình chụp Mẹ và Ba tôi. Mà Ba tôi mặc quân phục người lính đẹp lắm ngồi bên Mẹ tôi. Mẹ tôi bây giờ vẫn còn để tóc dài như bức ảnh chụp chung với Ba tôi ngày ấy, ông à. Mẹ không cắt ngắn tóc. Mẹ nói giữ tóc dài cho Ba tôi nhìn ngắm. Khi ra đồng làm ruộng, thì Mẹ bới lên cũng gọn gàng. Khi về nhà thì Mẹ xõa tóc ra. Tóc Mẹ dài hơn tóc của tôi nữa đó."

- "Nhìn cô để tóc dài, tôi chợt nghĩ ra là cô giống Mẹ cô lắm phải không?" Hận lắc đầu: - "Tôi không giống Mẹ nhiều đâu. Chỉ giống Mẹ có mái tóc và vóc dáng mà thôi. Còn gương mặt nầy, Mẹ nói tôi giống hệt như Ba của tôi."

Vừa dứt câu nói là Hận chỉ tay về phiá trái có một căn nhà lợp lá xé nho nhỏ: - "Ông Trường à, đó là nhà của Mẹ tôi đấy." - "Tôi nghĩ là chắc Mẹ của cô biết người thân của tôi." - "Vậy chớ ông có thể cho tôi biết người thân của ông tên gì hay không?" - "Người ấy tên là Thuận, cũng có mái tóc dài như cô đấy. Nhưng có lẽ giờ nầy đã cắt tóc ngắn rồi." - "Ủa, người thân của ông có cái tên cũng giống như tên của Mẹ của tôi." - "Sao lại trùng hợp vậy?" Trường thắc mắc. Hận nhanh miệng nói: - "Sự trùng hợp tên nhau là bình thường thôi. Ông biết không? Ở lớp tôi học năm xưa cũng có 2 đứa bạn trùng tên của tôi vậy. Là tên Hận đó."

Đúng rồi. Bây giờ qua bao nhiêu đổi thay, cảnh sắc có thay đổi đôi chút. Nhưng căn nhà lá xé nhỏ ấy đối với Trường hình như đã quen quen trong mắt chàng. Trước sân nhà vẫn là hàng dâm bụt được cắt tỉa gọn gàng, với những cụm hoa màu đỏ thắm. Bên trái nhà là cây vú sữa cao thật cao, vẫn đầy bóng mát. Trường thầm nghĩ: "Không lẽ đây là nhà của Thuận - người yêu năm xưa của chàng? Chỉ cần nhìn thấy lại một vài cảnh sắc quen thuộc là Trường đã nghĩ ra. Không lẽ…không lẽ…" Hận giật tay Trường làm cho Trường giật mình cắt đi dòng suy nghĩ: - "Ông Trường à. Tới nhà rồi. Để tôi vào trước nghe. Ông đứng ở hàng ba nầy chờ tôi nói với Mẹ tôi nghe về ông rồi Mẹ sẽ chỉ nhà người thân của ông. Tôi nghĩ là chắc Me tôi sẽ biết. Vì cũng là những người lớn tuổi với nhau mà." Nói xong, Hận cúi đầu chào Trường với nụ cười tươi tắn.

Hơn hai mươi lăm năm xa người yêu, xa nơi ăn chốn ở của gia đình người yêu. Bây giờ hồi tưởng lại, Trường muốn gặp lại ngay người yêu của mình. Có lẽ giờ nầy cô ấy vẫn còn nhớ đến mình nhiều lắm và hận mình cũng nhiều lắm. Bao nhiêu năm cách xa không một lời nhắn gửi, không một lá thư thăm hỏi cùng nhau đã làm cho lòng Trường luôn bức rức. Bởi vì Trường quen Thuân, yêu Thuận, đến nhà Thuận mà không để ý gì đến địa chỉ của nhà nàng. Cho nên khi đã xa nhau, không thể nào viết thư báo tin cho nhau biết được. Có lẽ đứa con trai, hay là gái của chàng đến nay cũng đã ngoài 25 tuổi rồi và không biết, nó đã có một mái ấm gia đình hay chưa? Trường mãi mê đứng nhìn ra ngoài khung cảnh trước nhà và suy nghĩ mông lung. Bỗng dưng chàng nghe tiếng con Hận nói lớn trong niềm vui: -"Ông Trường à, Mẹ tôi mời ông vào nhà nói chuyện." Trường giật mình quay lại nhìn Hận. - "Sao đứa con gái nầy mặc áo bà ba màu tím than, trông giống người yêu của mình năm xưa quá vậy?" Chàng cứ đứng nhìn Hận mà mắt không chớp mắt được.- "Ông Trường à, ông sao vậy? Mời ông vào nhà, Mẹ tôi đang chờ ông đấy."

Trường theo Hận bước vào nhà. - "Thưa Mẹ, đây là ông Trường, người ở Mỹ mới về quê lần đầu tiên để tìm người thân cũng ở nơi xóm Dinh Bà của mình đó Mẹ. Con chắc rằng Mẹ biết người thân của ông ấy." Hận nói lớn cho Mẹ nghe. Trong ánh sáng nhạt nhòa của căn nhà nhỏ, Trường đứng nơi cạnh bàn tiếp khách và nhìn người đàn bà bỏ tóc xõa đang ngồi trên chiếc ghế phía trong cũng đang ngước mắt nhìn lại Trường. Cả hai người nhìn nhau trong ánh mắt ngạc nhiên, pha lẫn sự mừng vui trong phút chốc đối diện nhau. Hận đứng trân trân nhìn Mẹ mình và nhìn Trường mà không hiểu được điều gì xảy ra giữa hai người. Và Hận thấy được trong khóe mắt của Mẹ mình và ông Trường, có những giọt nước mắt mặn nồng chảy ra... chảy ra. Bên tai Hận nghe thật rõ lời của Mẹ và của ông Trường nói cùng một lượt: - "Có phải anh Trường đây không?" - "Và em là Thuận phải không?"

Hận đứng không còn vững nữa. Trước mắt nàng, Mẹ Thuận của nàng và ông Trường đang ôm chầm lấy nhau, mừng mừng, tủi tủi. Họ không còn lời nói nào nữa để nói cho nhau nghe. Hai người ôm nhau trong tiếng nức nở trùng phùng. Và Hận đã nhận ra một điều - nàng chính là đứa con ruột thịt của ông Trường. Trường chính là người Cha của Hận sau bao nhiêu năm dài mà nàng muốn biết.

Hận chạy đến ôm chầm lấy Mẹ và người đàn ông xa lạ kia, và khóc nức nở. Môi nàng kêu lên nho nhỏ: - "Ba ơi...Ba ơi…"

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 Nguyen:

Direct # 602-828-1787

Office: (602) 269-2888
(480) 460-8828

Lowest Price Guaranteed!!

Shopping Center Panels Sign

NAILS & SPA Coming Soon

Grand Opening Special 10% OFF For Any Service

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

GGG FLORIST

Flowers For All Occasions

Tel: 480-812-8005

Cel: 602-326-2373

BUSINESS HAS GENERATED GREAT INCOMES IN THE PAST 10 YEARS.
DUE TO RETIREMENT, WE WOULD LIKE TO SALE THIS BUSINESS.

CALL US FOR MORE DETAILS.

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 Khoẻ Hồi Phục
- Sinh Nhật
- Gói Quà gồm Trái Cây Tươi

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

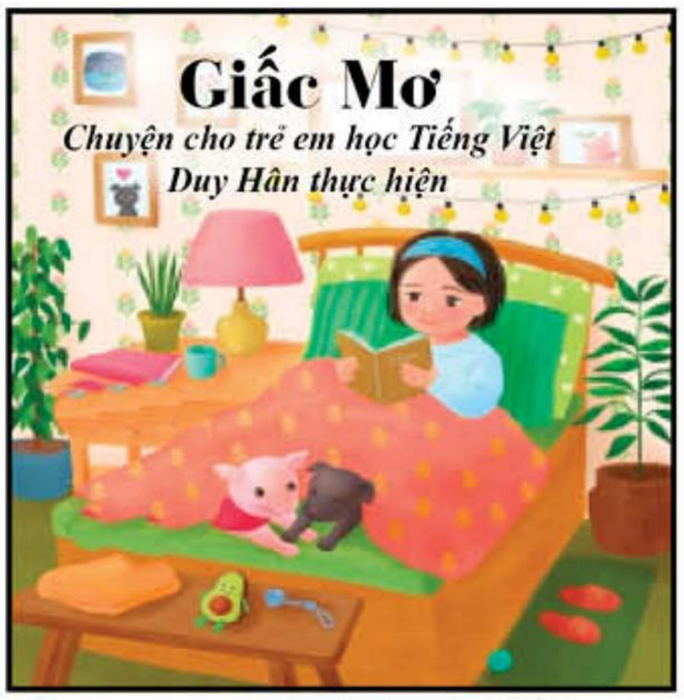
Office (602) 278 – 3667

2540 N. 33rd Ave. Phoenix, AZ 85009

10% OFF TOTAL ORDER

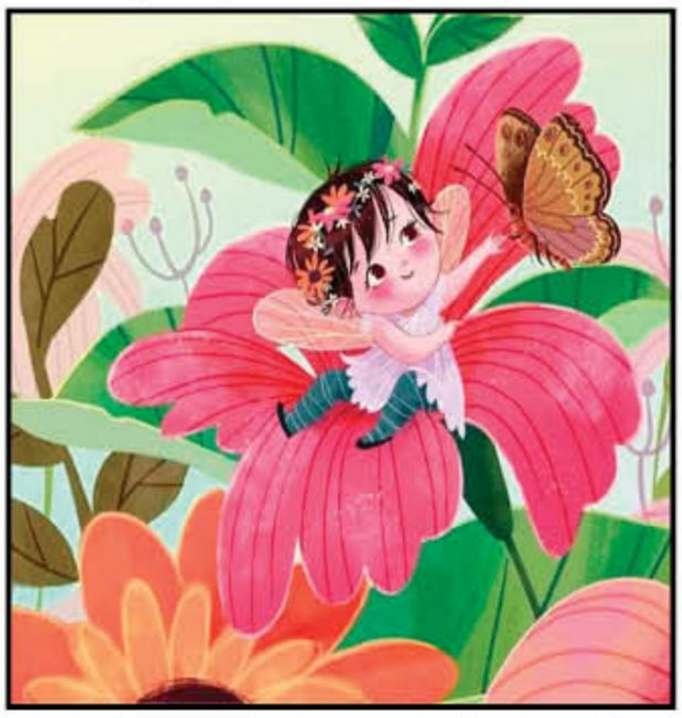
LOWEST PRICE GUARANTEED!

Rồng Tiên Bay Lượn Khắp Năm Châu
Lạc Việt Vẫy Vùng Trong Bốn Bể
FLAG RAISING IN COMMEMORATION OF APRIL 30th



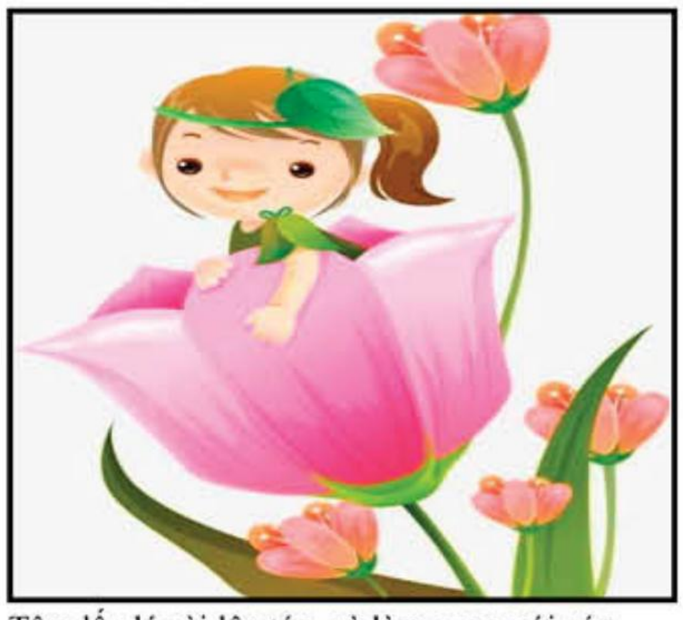
Tối nào Tâm cũng đọc sách trước khi đi ngủ. Ba mẹ và cô giáo khuyên nên đọc sách để mở mang kiến thức và giải trí.

Sách Tâm đọc hôm nay nói về cây trái, chim bướm nên Tâm nằm mơ thấy mình là cô tiên với những bông hoa thật to, thật đẹp.



Tâm thấy mình nói chuyện và hiểu được tiếng của bướm, của chim, của những con sâu trên cành cây. Chúng thật dễ thương và biết quan tâm đến nhau. Tâm nói với cô bướm xinh đẹp: "Bạn đẹp quá, cám ơn bạn đã chuyển phấn hoa để hoa có thể trở nên trái cây ngon."

Trong giấc mơ Tâm cũng thấy mình có cánh giống như loài bướm. Tâm ngồi trong bông hoa màu tím, ca hát cũng chim bướm thật vui.

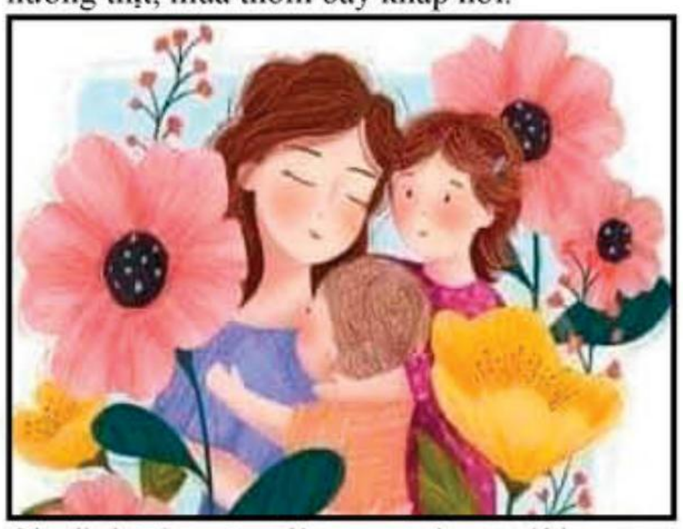


Tâm lấy lá cài lên tóc, và làm quen với các con chim đang hót líu lo. Chim nói chim rất cảm ơn mẹ của chim đã vất vả đi tìm mồi cho chim ăn. Tâm cũng nói với chim là Tâm rất yêu thương ba mẹ của mình.

Thật là một giấc mơ đẹp. Khi thức dậy, Tâm và anh Thảo được ba mẹ cho chạy xe đạp chơi. Cây lá và nắng đẹp làm Tâm nhớ tới giấc mơ. Tâm kể cho anh Thảo nghe bướm và chim đã nói chuyện với mình như thế nào.

Tâm cũng dắt chó ra ngoài vườn chơi, cho chó ngửi mùi thơm của hoa.

Rồi vào cuối tuần, Tâm và gia đình được đi xa cắm trại. Cả nhà thích được đốt lửa trại ấm áp, cùng nhau nướng thức ăn. Thảo giúp mẹ chuẩn bị ướp thịt, rau cải. Anh Tâm giúp đốt lò và nướng thịt, mùa thơm bay khắp nơi.



Gia đình Tâm cũng làm quen được với bạn mới cắm trại ở gần đó. Mọi người cùng vui vẻ nói chuyện với nhau. Ba bảo chúng ta rất cần thiên nhiên với không khí trong lành. Tất cả mọi người đều có bổn phận tìm hiểu và bảo vệ môi trường, để tránh những tai nạn như bão lụt, cháy rừng... Nhiều người không cẩn thận hoặc thiếu hiểu biết đã gây ra các đám cháy nguy hiểm, thú rừng bị giết hại. Phải học hỏi nhiều và cố gắng kẻo chính mình và con cháu về sau phải chịu hậu quả xấu.

Lom Wong & KHLA

218 E Portland St Phoenix, AZ 85004
www.lomwongaz.com - www.khlaphx.com

Lom Wong is pretty spot on with their Thai style food. The place is hip and I'm glad they didn't over stylize the place, but instead a more subtle black interior.

We started with some drinks; which I'm sure is similar to the bar KHLA out back. For food starters with went with the fried chicken wings; crispy to the bite and tad bit flaky, but perfect with beer pairing. Next, was the papaya salad; fresh to the palates with a crunchy texture while a hint of spice and fish sauce brought out the traditional flavors of this fan favorite.

Moreover, for the main bites we ordered some curry crab, not on the menu, and the minced pork with cilantro salad. The curry crab was a welcoming change to some of the other ingredients; pungent with the yellow curry, but enough texture with the eggs, Chinese celery, and onions. My favorite of the night had to be the minced pork salad; fresh and light similar to the phoenix nights.

In the back, KHLA is a fun quaint bar with some Asian inspired flare. I love the Thai music playing in the background! I'm generally a basic when it comes to ordering cocktails; I like it neat.

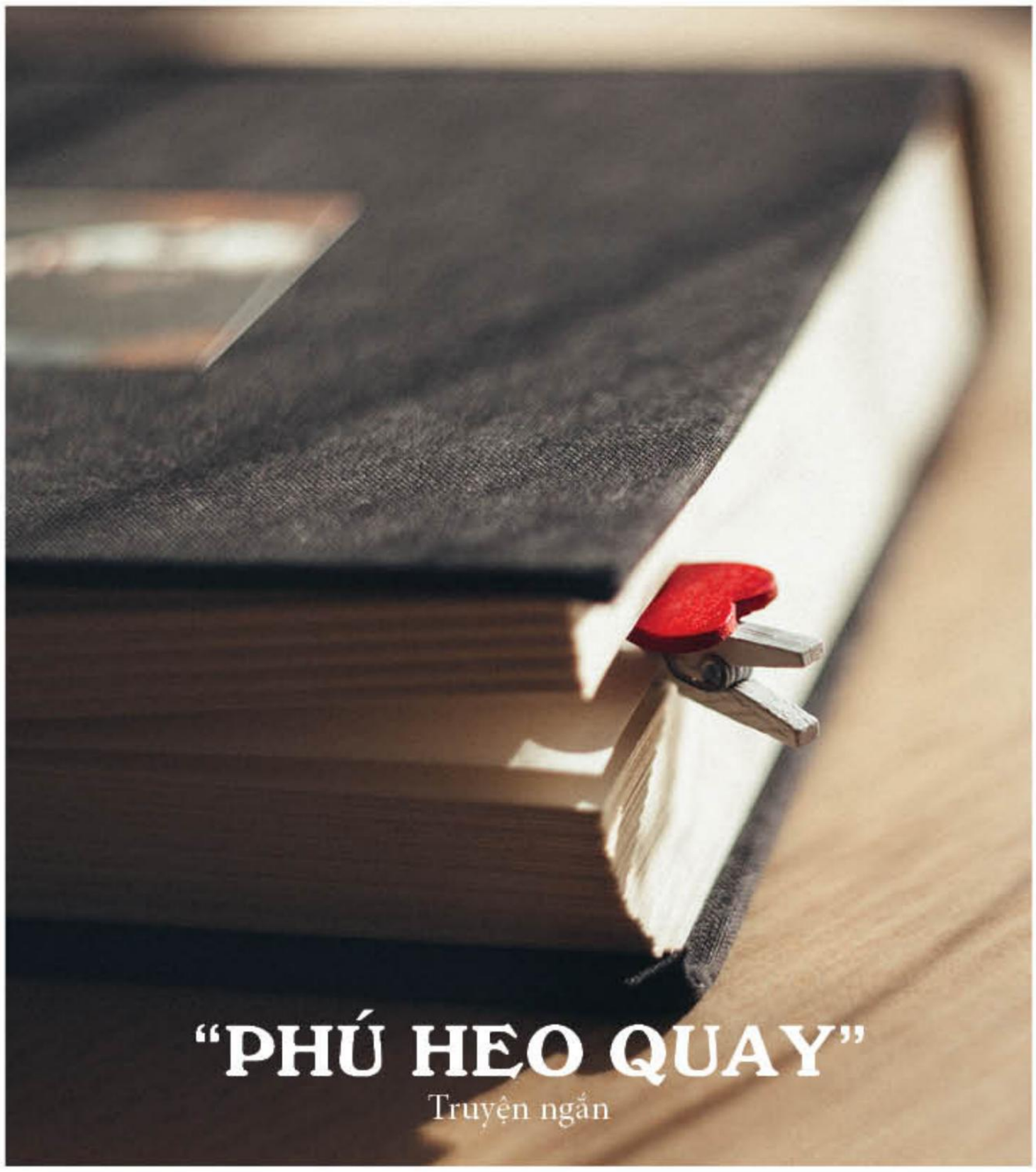
Needless to say, it was a hot day and I needed something refreshing and lucky me they had a refreshing menu. I shot for the Love Language; coconut oil washed cognac, Americano Rosa, or great, lemon, creole bitters. Okay, aside from the cognac and lemon, who cares! The drink was sour and bitter, but chill enough to sooth my warmth. Plus, it came out pretty! They serve Highball cocktails which has a more bubbly texture to it; definitely my next go!

KHLA has a full bar which has some local beers and along with your typical Asian beers. However, why go so basic when they have such an eclectic menu! Enjoy!

BẢO HOÀNG

Bo Bites here!

I'm a local foodie in the city of Phoenix, Arizona. My writings include musical lyrics from popular songs along with my food reviews. I recently received my gold badge from Yelp and I write for a local cultural website called AZCulture - www.azculture.com. Here are my current favorite places to bring my dates. Hope find them just as romantic and fun!



"PHÚ HEO QUAY"

Truyện ngắn

Nguyễn Thị Thanh Dương

Chiều nay bán hết heo quay vịt quay sạch bách như mọi ngày, Phú sửa soạn đi gặp Quang bạn cũ thời đại học ở Wichita tiểu bang Kansas sau mấy chục năm xa cách. Quang về thăm gia đình người chị tại thành phố Dallas Texas và gọi phôn hỏi thăm Phú. Hai người hẹn gặp gỡ hàn huyên, Phú sẽ đến nhà chị của Quang.

Phú và Quang cùng khóa kỹ sư cơ khí, sức học ngang nhau, cùng học hành chăm chỉ, cuối tuần không đi chơi không nhảy đầm. Từ năm học thứ ba cả hai xin đi làm part time về cơ khí, kỹ nghệ họa để lấy kinh nghiệm khi ra trường dễ xin việc làm. Trước khi ra trường khoảng một semester Quang đã được hãng Boeing gọi phỏng vấn và nhận với mức lương lý tưởng hơn 25 ngàn vào thời điểm năm 1986, còn Phú thì chẳng nơi nào nhận dù đã nộp đơn xin việc nhiều nơi, từ hãng tư nhân đến cơ quan chính phủ. Điểm tốt nghiệp của Phú và Quang đều 3 chấm.

Nhiều bạn khác cùng khóa trước sau đều xin được việc làm, thậm chí anh Chung điểm ra trường dưới 3 chấm cũng xin được việc tại một hãng nhỏ. Dù hãng lớn hãng nhỏ sinh viên vừa tốt nghiệp ra trường ai cũng mong được đi làm để kiếm tiền và nhất là cho bằng cấp của mình không bị cũ, không bị lãng quên theo thời gian uổng phí công học hành và tiền bạc. Theo kinh nghiệm chỉ dẫn của đàn anh đi trước mỗi lần được gọi phỏng vấn Phú đều chuẩn bị kỹ lưỡng, từ hình thức đến nội dung, quần áo chỉnh tề nhã nhặn, đầu tóc gọn gàng và chàng đã tập ăn nói trước gương cho lưu loát, khiêm tốn nhưng không tự đánh giá mình quá thấp, tự tin nhưng không tự cao… Thế mà lần nào chàng cũng rớt đài. Phú chán nản cho là phần số, có thể những lần Phú được phỏng vấn hoặc người phỏng vấn đang có tâm sự không vui nên… ghét lây Phú hoặc đợt phỏng vấn ấy có nhiều người tài giỏi hơn nên chàng thành lép vế.

Cũng kinh nghiệm từ những đàn anh đi trước nói rằng ra trường hai năm không xin được việc là… vĩnh viễn không xin được việc, văn bằng bỏ xó. Phú cần phải học lên Master cho bằng cấp mới lại thì may ra sẽ có cơ hội xin việc. Mỗi năm người ta lại tuyển việc những sinh viên vừa tốt nghiệp, ai quan tâm làm gì đến bằng cấp… năm ngoái năm kia của chàng. Phú mệt mỏi không muốn thử thách với học hành nữa, nhưng chàng loay hoay chưa biết làm ăn gì, chẳng lẽ mang văn bằng kỹ sư cơ khí ra xin việc làm lao động hãng xưởng ăn lương giờ. Đau cho cái bằng đại học lắm!

Cha Phú xưa kia làm công trong lò heo quay ở Bạc Liêu chủ nhân người Hoa, từ lúc ông mới mười mấy tuổi cho đến khi đi Mỹ mới thôi, ông quá rành quá giỏi với nghề quay heo vịt. Cha Phú những ước mong sang Mỹ các con sẽ học hành thành ông nọ bà kia không ngờ có lúc phải dùng đến nghề này, ông bàn với Phú, ông sẽ thuê chỗ trong chợ mở một tiệm heo quay cho Phú, mình làm chủ buôn bán kiếm tiền chẳng việc gì phải đi làm công cho hãng trong khi mình là… kỹ sư.

Hai anh chị của Phú đều tốt nghiệp đại học có công ăn việc làm ngon lành, còn Phú thì lận đận nên cha mẹ càng thương yêu muốn đỡ đần thằng út.

Nghĩ tới việc đứng trong quày bán heo quay nơi chợ búa Phú xấu hổ ngại ngùng nhưng nghe cha khích lệ, công việc tuy mỡ màng mắm muối mà lời bộn. Đường cùng, Phú đành theo ý cha, trước mắt là kiếm sống rồi sẽ tính sau, tìm công việc làm ăn khác lịch sự hơn, chàng chẳng trông mong xin việc làm theo ngành nghề mình đã học nữa. Bằng tốt nghiệp kỹ sư ai lộng kiếng treo trên tường riêng Phú xếp

dưới đáy rương coi như món đồ kỷ niệm. Đúng như cha tính toán, tiệm heo quay vịt quay mở trong chợ dần dần quen khách và đắt hàng hồi nào không hay, người ta truyền tai nhau khen heo quay vịt quay ngon mà cả heo xá xíu, dồi heo, phá lấu heo cũng ngon, chẳng những thu hút được mấy bà đi chợ mà người không đi chợ cũng ghé vào mua, rồi người ta đặt hàng những dịp ma chay cưới hỏi hay lễ lạc. Công việc bán heo quay tấp nập một vốn bốn lời, Phú bỏ hẳn ý định sẽ kinh doanh ngành nghề khác, nghề "lịch sự" ngồi văn phòng máy lạnh như bán bảo hiểm, khai thuế đăng quảng cáo quanh năm trên báo, nhiều người ngồi ngáp dài chờ khách kìa.

Vài bạn quen cùng lớp kỹ sư cơ khí với Phú ngày nào, nay họ ăn mặc quần áo lịch sự, làm việc trong văn phòng cũng lịch sự với danh xưng kỹ sư, thỉnh thoảng đi công tác đó đây giao thiệp với khách hàng được hãng chi trả tiền máy bay, tiền khách sạn thật le lói, còn nơi làm việc của Phú chỉ là một không gian nhỏ hẹp trong chợ, không tên không bảng hiệu, khách hàng tùy tiện gọi chàng bằng nghề bán heo quay: "anh heo quay, chú heo quay…" mà chẳng ai cần biết tên thật của chàng. Sau cái tủ kính treo lủng lẳng một con heo quay vàng rụm, những con vịt quay mới ra lò chảy mỡ bóng lộn là Phú mặc tạp dề sẵn sàng với dao thớt. Khách hàng của Phú đủ loại, từ ông già bà cả về hưu hay ăn trợ cấp đến các bà đi chợ, các cô cậu trẻ tuổi thanh xuân, kiểu nào Phú cũng chiều cũng làm vừa lòng khách hàng. Có ông trong lúc đợi Phú chặt heo quay đã cà kê dê ngỗng chẳng liên quan gì đến heo quay:

- Nghe nói năm nay tiền hưu trí, an sinh xã hội sẽ tăng nhiều vì vật giá leo thang, nhỉ…

Có lúc Phú đang cặm cụi lau chùi lại vài thứ trên bàn, lưng quay ra ngoài thì nghe tiếng gọi… thân thương:

- Chú heo quay ơi… cho chị pao heo quay chỗ này nè. Chặt size nhỏ cỡ này nè.

Có ông bị vợ sai đi mua, ở nhà sợ vợ thế nào không biết, ra chợ ông ra oai:

- Này… này… anh heo quay, tuần trước anh bán tôi miếng đùi nhiều nạc quá, lần này lựa cho tôi 2 pao chỗ sườn non coi. Chặt thêm cho tôi con vịt quay lấy phao câu coi.

Phú răm rắp chiều theo ý khách hàng. Đôi khi mấy bà mấy cô còn nhờ chàng "cố vấn" nấu nướng nữa chứ:

- Chú biết heo quay kho dưa chua cách nào cho ngon không?

- Vịt quay nấu vịt tiềm thế nào hả anh?

Dù sao những câu hỏi "gia chánh" này cũng liên quan đến món hàng Phú bán nên chàng vui vẻ trả lời, những món này má Phú thường nấu ăn trong nhà nên Phú cũng rành.

Phú lấy vợ, vợ chàng làm kế toán cho một công ty, nàng may mắn hơn Phú học xong là xin được việc ngay, nàng rất hiểu chuyện và thông cảm Phú tốt nghiệp đại học 3 chấm mà không xin được việc. Số trời!

Phú có hai đứa con, một gái và một trai. Gia đình chàng sống chung với cha mẹ, cha thì lo quay heo quay vịt, má ở nhà lo cơm nước cho con cháu, vợ chồng Phú yên tâm làm việc, buôn bán.

Mấy chục năm qua Phú đã nghiễm nhiên thành ông chủ tiệm heo quay nổi tiếng trong thành phố, chàng chẳng còn đau xót mỗi khi có dịp nhìn thấy tấm bằng kỹ sư dưới đáy rương nữa. Vài bạn đại học xưa biết chàng đang bán heo quay, có bạn gọi phone hỏi thăm và không quên nói vài câu vuốt ve an ủi chẳng làm Phú mủi lòng tủi thân như thời gian đầu mới làm nghề nữa.

Mấy bạn thân sơ ấy truyền nhau tin "không may" của Phú, học hành chẳng đến nỗi kém cỏi gì mà phải đành đoạn đứng bán heo quay trong chợ. Họ gọi chàng là "Phú Heo Quay" như các bà đi chợ đã gọi "anh heo quay". Chẳng lẽ cái nghề heo quay đã… vận vào cuộc đời chàng từ kiếp nào? Thế thì chàng đã đi lộn đường khi ngày xưa chọn học kỹ sư cơ khí.

……

Phú đã chặt đầy một hộp heo quay và một hộp vịt quay, chàng lựa miếng thịt heo ngon nhất, con vịt cũng ưng ý nhất để làm quà cho bạn, không gì bằng "cây nhà lá vườn".

Thấy Phú mang theo hai hộp heo quay vịt quay Quang ái ngại:

- Bày đặt làm chi, để thịt quay bán mà kiếm tiền, buôn bán lời lãi là bao. Tao tính đợi mày đến đây rồi mời ra quán, bất cứ quán nào mày thích.

- Thôi, mình ăn tại nhà cho vui tha hồ nói chuyện.

Hai người bạn gặp nhau sau mấy chục năm vắng tin nhau thật nhiều bồi hồi cảm xúc. Quang ra tủ lạnh lấy vài chai bia, bia thịt bày ra ê hề cho cuộc hàn huyên tâm sự. Quang đã là kỹ sư kỳ cựu thâm niên đầy kinh nghiệm của Boeing ở Long Beach California, đề án hãng giao một tháng Quang chỉ làm 3 tuần là xong nên luôn được boss tín nhiệm, mấy chục năm qua hãng Boeing những lúc gập ghềnh sóng gió phải lay off kỹ sư và nhân viên nhưng chỗ đứng của Quang vẫn an toàn cho đến giờ. Mãi sau này Quang mới biết tin Phú bán heo quay ở Dallas, Quang đã thất vọng và thương bạn biết bao. Quang lựa lời an ủi, nghe quen quen vì Phú đã từng nghe:

- Con người ai cũng có số, mày học giỏi nhưng số không may mắn mà thôi.

Khi Quang chân tình hỏi cuộc sống của bạn, lợi tức từ cửa hàng heo quay làm Quang ngạc nhiên giật cả mình khi so với lương kỹ sư hàng top của mình. Đứa con gái lớn của Phú đang học y khoa 1 năm nữa ra trường, thằng em thì đang học kỹ sư tin học mà học rất giỏi.

Quang thở phào vui vẻ nói với Phú:

- Trời ơi, vậy mà từ lúc nghe tin mày bán heo quay trong chợ, nghe các bạn thương cảm, tao cứ… tội nghiệp và ái ngại, không dám gọi phone hỏi thăm sợ mày buồn và mặc cảm. Nếu không có cuộc tâm sự ngày hôm nay thì ai mà ngờ cuộc sống mày sung túc nhờ heo quay vịt quay, tiền của đã nhiều lại có một gia đình hạnh phúc, hai đứa con ngoan là gia tài vô giá. Tao tin là hai con mày ra trường sẽ có tương lai, công việc đúng ngành nghề.

Phú cũng tự tin:

- Có lẽ ông trời không nỡ… bất công quá đáng với tao, đã… bù lỗ cho tao làm ăn khá giả và phần vợ con như ý. Tao cũng tin hai con sẽ… gỡ gạc giùm tao những thất vọng năm xưa.

Quang nâng ly bia:

- Nào tao với mày cùng uống ly bia đầy, mừng ngày tao ngộ và mừng cho "Phú Heo Quay" luôn. Bây giờ biết đâu bao đứa bạn cùng học với chúng ta năm xưa nếu biết rõ về "Phú heo quay" thì sẽ… ghen tị và ước gì được như thế đấy.

Nguyễn Thị Thanh Dương

(Oct. 03, 2021)

Nữ văn nhạc sĩ Trịnh 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 Đỗ. 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 Sâu Thương Nhớ và Thao Thức. Mời quý độc giả vào trang nhà sau đây để thưởng thức nhạc do Trịnh Thanh Thủy sáng tác: www.quoctoan.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 Trịnh 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 Trịnh 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 Thuy huan luyen ca sau sẽ được chứng kiến cảnh huấn luyện rất ngoạn mục.

Truyện Dài

Hoạn Thư Thời Đại

(Tiếp theo kỳ trước)

Trịnh Thanh Thủy

Bảo hôn Tuyền chàng nói : " Mình cứ đi chơi vui đi, anh tự biết lo mà, Anh gặp bạn hôm nay rồi chia tay biết bao giờ gặp lại.? hai khung trời cách biệt, tuy gọi là thân, tình bạn hữu, bao năm một thuở mới có cơ hội gặp nhau.!? nhưng cũng giới hạn, thành ra nhậu nhẹt tượng trưng cho vui câu chuyện, gặp nhau trong nhà họ chứ đâu có lang thang ngoài đường hay cà kê dê ngỗng quán nọ tiệm kia, không nơi nào họ chứa mấy lão già lẩm cẩm trong nơi họ làm ăn khách ra vào em ạ, em cứ yên tâm..Tuần tới mình cũng về Pháp rồi, thôi anh đi nhé...em cứ đi chơi, cho anh gửi lời chào anh chị Phúc và tất cả.."

Bảo theo đúng email của Lệ Thu dặn chàng bốn giờ chiều sẽ đợi chàng ở nhà hàng BA CUA trong Chợ lớn... Bảo kêu taxi vào Chợ lớn ba giờ chiều chàng đi bộ quanh trên phố vào tiệm vàng mua một đôi bông hạt trai để làm quà tặng cho Thu..Đúng bốn giờ chàng đi trở lại nhà hàng BA CUA thì đã thấy Lệ Thu đứng chờ ở ngoài đường trước cửa tiệm ăn...Thu thấy chàng từ xa đi bộ lại hơi ngạc nhiên, Thu hỏi : " Ủa sao chú Bảo không xuống xe ở đây mà lại đi bộ vậy..đi lộn hả.? chú đi taxi phải không..?" Bảo cười trả lời :

" *Ờ,* chú kêu taxi đến sớm, đi dạo phố, cả chục năm trời xa Việt Nam và ít có dịp đi Chợ Lớn chơi, nếu Thu không hẹn ở đây thì chắc hết cả đời này không nhớ tới Việt nam còn có Chợ Lớn , thành phố nơi dân Trung Hoa chiếm cứ..trong chợ lớn lại có chợ Hòa bình to và đông người qúa...Thôi mình đi vào tiệm ăn đi, hôm nay Thu bao, chú phải ăn nhiều đói rồi...ha... ha..." Bảo cười to để chứng tỏ chàng không thắc mắc, ngạc nhiên, hay mặc cảm có lỗi đã lén bố mẹ Thu đi chơi riêng với nàng...Tỉnh bơ cầm bàn tay Thu đi song song vào tiệm...Cả hai vào chọn bàn nhỏ cho hai người trong góc tiệm, nhưng ngay cửa kính nhìn ra ngoài đường trước cửa tiệm dọc theo con đường chính..Ngồi vào bàn vài phút, có cô bé bồi bàn cỡ tuổi Lệ Thu đến tươi cười chào mời và đưa tờ thực đơn cho hai người, cô ta nói tiếng Việt giọng Trung Hoa..lơ lớ : " Chào anh chị, anh chị uống gì ạ. Mời anh chị lựa món ăn, ở đây đặc biệt là đồ biển..Có tôm chiên bột, tôm hùm nướng bơ... Cá hấp hành, tỏi, gừng, tiêu sọ...Cua nướng, cua rang muối, cua hấp và đặc biệt cua rang xả, tỏi, ớt...ngon lắm còn nhiều món, anh chị cứ thư thả lựa món ăn, còn uống gì cho em biết sẽ mang đến ngay trước ạ..." Cả hai nhìn nhau mỉm cười khi nghe rõ cô bồi bàn kêu hai chú chaú là anh chị..Không cần đính chính cả hai thấy vui vui vì như vậy rất xứng đôi, Bảo không già lắm khi đi sánh đôi với LệThu...Bảo và Thu đều đồng ý kêu hai ly cam tươi, cô bé (dạ) và đi ngay...Bảo nghiêng đầu ghé sát miệng vào tai Lệ Thu chàng ngọt ngào:

" Thu ăn gì nào.? Tôm hùm nướng, tôm chiên bột, cá, hay cua rang muối, tùy Thu lựa chúng mình ăn giống nhau nghe.." Từ mái tóc Thu có mùi nước hoa Salome thoang thoảng bay vào mũi , Bảo hít hít khen nhỏ : " Thu thơm quá.." Thu cười không biết nên xưng em hay cháu.!? Khi Bảo hỏi, hay khen... Thu chỉ trả lời trống không :

" ăn gì cũng được, tiệm ăn này nổi tiếng về cua... nên họ dùng tên tiệm BA CON CUA thực tế và giản dị cho khách nhìn qua tên tiệm là nhớ đời.."

Bảo nghe vậy nói liền theo.." OK nhé.? kêu cua rang xả ớt, 2 con tôm hùm nướng bơ, 1 con cá hấp... đủ rồi nhé người đẹp..!? " Thu nhìn Bảo nàng mỉm cười gật...gật...

Cô bé bồi bàn mang hai ly cam tươi ra, hỏi và ghi những món ăn Bảo order..Cô ta ghi chép xong cúi đầu lễ phép nói : "Thưa anh chị nửa tiếng sẽ có thức ăn nóng ra ngay ạ"

Bảo gật cô ta lùi bước đi ngay sang bàn khác...Bảo cầm ly nước cam trước mặt Lệ Thu

đưa lên miệng nàng ...Chàng dùng ngón tay đẩy ống hút vào đôi môi Lệ Thu ngậm hút vừa cười Thu vừa nói : " Cảm ơn…chú..." Cả hai nhìn nhau âu yếm, cười tủm tỉm....im lặng giây lát Bảo hỏi : " Thu còn đi làm thường không..!? " Thu trả lời : " dạ vẫn một tuần năm ngày, không làm tiền đâu xài và thỉnh thoảng còn giúp phụ ba mẹ khi trong gia đình cần, mẹ không đi làm, lương bố giới hạn..Sở dĩ Thu chưa muốn lấy chồng vì có ý nghĩ giúp ba mẹ, mà lấy chồng nghèo đủ ăn như anh, với chị, thì chán phèo..!! lại mất tự do chưa kể có con nhỏ còn khổ nữa, chán đời sống khó khăn ở Việt nam..Thu cứ kệ chuyện gì đến sẽ đến.." Lúc nào nói chuyện, hay trả lời Bảo Thu cũng nói trống không, tránh né không dùng chữ CHÚ và không dám tự gọi Bảo là ANH...Thu muốn mở đường cho Bảo đi tới gần nàng nhưng dò ý xem Bảo ra sao..? Chứ lộ liễu ngộ Bảo không thích thì nàng trơ trẽn, xấu hổ chết..!! Chưa kể cha mẹ biết Thu hẹn hò tán tỉnh Bảo thì chết vì nhục chứ chả chơi..!! Bố mẹ tự ái và xấu hổ với Bảo..thì eo ơi..!! Không lường được..!! Bom nổ..!! Bảo thì khác chàng thấy Thu dịu dàng ít nói dễ thương, con bé đã hẹn là rõ ràng nó đã yêu chàng…Cứ ngọt với nó, rồi tùy nó muốn gì chiều theo cho xong chuyện, gió chiều nào ta theo chiều ấy…Bảo nghĩ trong đầu, chạy theo chiều gió...Đi theo chiều Lệ thu cho yên tâm… Chàng lấy hộp đôi bông hạt trai cầm ra một chiếc, nói với Thu :

" quà này tặng Thu đeo vào tai không được tháo ra, để nhớ kỷ niệm tối nay của chúng mình.." Lệ Thu ngồi im để Bảo đeo hai chiếc bông tai hạt trai trắng to, bóng óng ánh làm mặt Thu đẹp sáng hẳn ra...Lệ thu thấy Bảo không nói nhiều nữa, ngoài săn sóc hỏi han Thu vớ vẩn..Thức ăn đã bê ra để đầy đủ trên mặt bàn Tôm , Cua , Cá thơm nức, đĩa bún trắng cuộn nhỏ tròn từng cuộn trên đĩa, chiếc rổ tròn bằng tre mỏng mảnh đầy rau cải xanh non và các loại rau thơm, hai bát mắm trong vắt những mảnh ớt đỏ thái mỏng trông hấp dẫn làm người ăn không biết no, Bảo lo tiếp thức ăn cho Thu, hết món nọ đến món kia, chàng cứ gắp vào bát cho mình là không quên lựa những miếng ngon bỏ vào chén cho Lệ Thu...Không thiếu xót từng cọng rau thơm, gắp bún trắng hay muỗng nước mắm...Cả hai ăn uống vui vẻ...không nói gì với nhau lúc này, nhưng tình thật mặn mà và không bỡ ngỡ ngại ngùng...Các món ăn tôm, cua, cá đã theo nhau bỏ vào bao tử hai người, sạch bàn ăn... Thức ăn tráng miệng Bảo kêu hai ly kem dâu ngồi nhâm nhi, gần sáu giờ chàng đứng lên ra quầy trả tiền...Lệ Thu cản không kịp đành ngồi yên... Thu không nói gì chỉ nhìn theo người đàn ông thật sự nàng đã yêu..! Khổ thiệt, tại sao lại yêu ông già bằng tuổi bố..Ồ..!! ông ta còn là bạn của bố rõ ràng nữa chứ..!? Chết rồi nàng điên rồi ư..!? Nghĩ lung tung..!! Nhưng giải quyết sao đây..!? Trễ rồi.!! Ném lao

phải theo lao..! Thôi cứ một liều ba bẩy cũng liều..tới đâu hay tới đó..Tình yêu không biên giới...Nếu nghĩ tới... Tuổi tác, địa vị và giai cấp, tính toán so đo thì đâu còn gọi là tình yêu...Lệ thu suy tư nghĩ đắn đo... Sau khi trả tiền xong Bảo quay lại bàn nhìn thấy Thu ngồi thừ ra im lặng chàng hỏi làm Thu giật mình : " Thu sao vậy..? Ăn no mệt hả..? Bây giờ Thu muốn đi nghe nhạc ở Vũ trường hay đi cine'..? " Thu cầm bóp đứng lên trả lời: "Thu muốn yên tĩnh nghe nhạc thính phòng..." Bảo cầm nhẹ cánh tay Lệ Thu cánh tay kia ôm ngang lưng đưa nàng ra cửa chàng hỏi tỉnh bơ như anh hai hỏi cô em út bé bỏng : " Sao..? Cưng muốn đi đâu mình sẽ đến đó, do cưng hoàn toàn quyết định xong sẽ gọi Taxi..."

Lệ thu thấy Bảo đã biết ý nàng, chàng khéo léo chiều mình, nàng bèn bước đi nhưng tỏ tình khéo léo, nàng tự nhiên dựa hẳn người vào cánh tay của Bảo, chàng và nàng không uống rượu trong bữa ăn nhưng cả hai đã say TÌNH.. Bảo nói thẳng luôn : " Nếu muốn yên tĩnh nghe nhạc và tâm sự đưa cưng đến chỗ này sẽ không sợ trở ngại gặp ai, hay phiền toái, mất vui tối nay buổi hẹn đầu của chúng ta.." Bảo và Thu vẫn chưa dám xưng hay kêu nhau hai chữ anh, em... Còn xa cách, từng bước từng bước một.. ngày hẹn đầu đang ngây ngất hơi men anh đưa em vào con đường tình ái, môi anh nồng nàn sẽ phủ lấp môi em....Bảo cười...Chàng kêu xe và chủ động nói người tài xế Taxi đưa hai người trở ngược về SAIGÒN vào hotel cao ngất năm sao Caravel ngay đường Lê Thánh Tôn dưới hotel có sẵn vũ trường...Xuống xe Bảo hỏi :

" Thu muốn nghe nhạc sống và khiêu vũ không..? Mới bẩy giờ còn sớm.." Thu lắc đầu nói trong xúc động, ngượng ngùng : " Không,Thu muốn yên tĩnh mình nói chuyện với nhau cho tiện.." Bảo cười đồng ý và đã hiểu ý thầm kín của Thu : " Được rồi cưng muốn vậy mình đi thẳng lên lầu và vào phòng nghe nhạc có truyền hình và cine trong phòng riêng nhé...." Tự nhiên trong giây lát Lệ Thu như người mất hồn đi theo Bảo không nói, không cười, khuôn mặt Lệ Thu băn khoăn, trầm lặng nàng đi theo chàng như kẻ mất hồn...!!

Trả tiền phòng lấy chìa khóa Bảo đưa Lệ Thu ra cầu thang máy lên thẳng lầu năm...

Thu theo Bảo bước vào căn phòng rộng lớn bằng nửa căn nhà của bố mẹ...Chiếc giường to rộng trải ra trắng đệm dầy, thả màn voan lộng lẫy, có tủ lạnh nhỏ, máy truyền hình to, bộ salon hai ghế sofar..góc phòng gần tủ lạnh có bàn ăn nhỏ cũng hai ghế để ngồi ăn, căn phòng sang và đẹp quá, trong đời Thu chưa bao giờ nhìn thấy một căn phòng ngủ to đẹp như trong phòng ngủ vua chúa, hay chỉ có trong phim ảnh..Bảo đưa được Lệ Thu vào phòng là chàng đã biết rõ Thu muốn gì ở chàng, không nói gì thêm Bảo khóa cửa phòng đi lại mở TV để nhạc ngoại quốc êm dịu... quay nhìn Thu đứng lớ ngớ, ngần ngơ chàng bước lại gần ôm Thu chàng hôn lên đôi môi mọng đỏ, hôn không rời...Môi anh nồng nàn đã phủ lấp môi em...Thu không từ chối nàng nhận nụ hôn của Bảo ..Thu nhũn người trong vòng tay cứng rắn của Bảo..Chàng bế nàng công chúa đặt lên giường... Em là của anh...Anh thích và yêu em như báu vật vô giá trong đời... Chàng lột tất cả vướng víu trong thân thể hai người..Lệ Thu nằm im chờ

đợi hồi hộp đón nhận giây phút ái ân đầu tiên trong đời...Cuồng nhiệt nồng nàn, cho nhau giọt yêu đương tuyệt vời...Khi Bảo thở hồng hộc nằm yên trên nửa người Lệ Thu là lúc nàng cảm thấy xác thịt rã rời..!! bị xé rách tả tơi.!! Bảo nằm im cơn thở dồn dập bớt khò khè Bảo nói nhỏ : "Anh yêu em Lệ thu...Anh hứa sẽ không bỏ rơi em nếu em thật sự yêu anh...Anh thương em, anh đã quyết định rồi dù cuộc đời bão tố chông gai...Chuyện tình mình cũng khó chia hai, anh của em và em của anh...Em tin và yêu anh không Lệ Thu..? " Lệ Thu bật khóc..! Bây giờ nàng mới khóc.!! nàng nghẹn ngào nức nở nói trong nước mắt : "Anh còn hỏi em câu đó à..!? Không lý anh ngây thơ hơn em...!?.Em đã liều mạng lén bố mẹ đi theo anh...Và đã làm gì chúng ta muốn..!! mà anh còn nghi ngờ em sao.!? Anh mà bỏ rơi em sẽ bị nhục cả đời, tùy anh..!! Em chỉ biết em yêu anh và muốn sống với anh...Còn anh quyết định, xin anh đừng làm khổ em và cha mẹ em tủi buồn..! Rồi oán hận anh ..Anh Bảo em không phân biệt tuổi tác, còn đời sống em có thể đi làm nuôi em, chỉ cần anh yêu em..và yêu chân thật cho em mảnh tình thừa của vợ con anh... Em chấp nhận vì em yêu..!! "

Bảo nghe Lệ Thu than van xin mảnh tình thừa ở nơi vợ chồng Bảo và Lệ Thu Khóc..!! Chàng xót xa cho con bé, trong lòng Bảo giật mình thấy ân hận, chàng đã lợi dụng sự đam mê bồng bột của Thu phá nát đời con bé, đáng lẽ chàng như cha phải tránh né cản ngăn khuyên giải khi nó dại khờ chạy lao đầu vào ảo ảnh..! Chính Bảo còn quỷ ma vẽ bức tranh hoang tưởng cho nó mộng mơ, để chàng thỏa mãn giây phút thú tính..!! Và chính Bảo là con cáo già, là quỷ sa tăng.!! Chàng vô sỉ.!! Vô nhân tính.!! Vô lương tâm, vô đạo đức, đã tàn nhẫn đưa Lệ Thu tới hố sâu địa ngục và đẩy con bé xuống hố rồi..!! Bảo còn là con người hay không.?! Thôi chết rồi.!! Giông bão sóng gió lại đổ vào gia đình chàng kỳ này nếu oan gia nghiệp chướng Tuyền biết được..! Tuyền sẽ ra sao.!? Vợ chồng Ngôn sẽ xử thế nào với chàng.!? Còn sáu đứa nhỏ con chàng và anh, chị của Lệ Thu sẽ nghĩ gì về BÁC BẢO và người CHA của chúng.?!! Bảo thở dài không nghĩ xa chi cho mệt trí.. !! Chàng nằm duỗi thẳng trên nệm giường ôm chặt cả thân thể Lệ Thu trong hai vòng tay, Bảo vừa hôn vào cặp mắt đầy lệ, chàng vừa hứa hẹn trong ân hận và đầy trách nhiệm : " Lệ Thu , anh hứa sẽ lo cho em mãi mãi khi anh còn hơi thở, nếu em vẫn yêu thích anh và nhất quyết sống với anh thì về Pháp anh sẽ tính toán và quyết định trở về Việt nam đón em... Anh sẽ nói thẳng và nói rõ cho cha mẹ em và Tuyền vợ anh biết anh lỡ phá hoại đời con gái trinh nguyên của em, thì anh phải có trách nhiệm và đứng ra bảo vệ lo cho em cả đời. Như anh đang lo cho vợ và đã lo cho các con anh. Thu..! Giờ này, ngày nay em đã là một phần thân thể của anh, nếu em bỏ anh theo tình trẻ và tìm thấy niềm vui, hạnh phúc trong tình yêu khác thì anh lùi bước không theo làm phiền em nữa !! Nhưng em thật lòng yêu anh với giá nào anh cũng không bỏ em, không ai có quyền ngăn cản tình anh dành riêng cho em cả...Anh không bỏ bê vợ con, nhưng từ nay nếu em ưng thuận em sẽ mãi mãi là một thành phần trong gia đình anh.. Rồi, em yên tâm chưa.? Không được

khóc.! Anh về Pháp mỗi tối liên lạc với anh...Anh sẽ gửi tiền thêm ít nhiều cho em tiêu xài...Chờ anh dàn xếp gia đình xong sẽ bảo lãnh em sang Pháp ở, chúng mình sẽ tự do sống bên nhau...Lệ Thu nghe Bảo nhỏ to cứng rắn hứa hẹn, ngưng khóc nàng suy nghĩ, vẫn nằm gọn trong vòng tay Bảo...Nàng gật đầu khi nghe Bảo nói..Thu nghe, nàng đã nghe tất cả những lời an ủi và thật tâm hứa hẹn của Bảo, tuy vui khi nghe Bảo quyết định sẽ yêu và lo cho nàng cả đời.. Em yêu anh em đã quyết định rồi và anh yêu em anh cũng hứa cả rồi... Nhưng giờ này sao Thu cảm thấy buồn.!! Tại sao Thu lại buồn..!? Tại sao Lệ Thu lại yêu ông già có vợ..!? tuy họ nói yêu mình nhưng tình lẻ vẫn xẻ làm đôi.!? Tại sao nàng có thể kỳ lạ như vậy.!? Đi giành giựt hạnh phúc của người..!? TẠI SAO..!? TẠI SAO..?!! Trời ơi nhiều câu TẠI SAO cứ xoáy buốt tim óc của nàng..!! Đau đầu quá trời ơi..!!! Trễ rồi.!! Đã cho hết rồi.!! Cho cả thể xác lẫn tinh thần.! Thôi nhắm mắt đưa chân trong nhờ đục chịu..! Khi tỉnh trí biết rõ thì đã lỡ rồi.!! Cả hai cùng buông thả cuộc đời, lại cuồng loạn cho nhau giây phút cuối, đầy tình yêu trước khi tạm biệt..! chờ đợi tương lai, ngày mai sẽ ra sao.!? Trước khi chia tay, Bảo đưa Thu về tận nhà sau khi có lời hứa sẽ liên lạc thường xuyên, Bảo vui thở phào trong giây phút chia tay với thú dâm được đầy đủ thoải mái. Nửa đêm trời tối đen chiếc xe taxi ngừng trước cửa nhà Thu, bịn rịn Bảo nuối tiếc hỏi : " Chiều mai chủ nhật anh có thể gặp em lần cuối trước khi anh về Pháp được không..? Cho anh gặp em đi..!? "

Thu gật đầu, trả lời nhanh khi xuống khỏi xe.. " Dạ, em sẽ kêu anh sáng mai.." Cuộc hẹn Chiều chủ nhật của Bảo Thu đúng là định mệnh, gặp nhau với tình yêu nồng nhiệt dồn dập nóng bỏng, tả tơi.! quên đi tất cả chỉ biết thể xác đòi hỏi phải có nhau... Tuyền không để ý Bảo chồng nàng dối trá đi chơi với người yêu mới hai ngày liền, đi liên miên Tuyền không nghi ngờ, tuyệt đối tin chồng vui với bạn cũ, thì để chàng vui...Giây phút cuối từ giã Việt Nam biết bao giờ có cơ hội trở về..? Tiền bạc chi vào dịp đi này cũng bộn, tốn kém..! thật vô tư Tuyền chỉ nghĩ đơn giản có thế thôi và chiều chồng nàng đã tin tưởng không theo dính như đôi SAM để canh giữ chồng đi lầm đường lạc lối, trong cái tuổi về già..!? Mà lo gì.? gái hoang ở đâu bất tử có sẵn cho Bảo nhào vào.? Đó là tất cả lý do rất chính đáng Tuyền thờ ơ hững hờ không theo sát chồng và để Bảo tự do mới ra cớ sự..!! Trời biết, đất biết, hỡi ơi.!! Biết ra sao ngày mai.!?

Còn vợ chồng Ngôn không hề hay biết vẫn hãnh diện đặt niềm tin vui vào con gái cưng út ít đẹp, lanh lợi khôn ngoan hơn người...Đã làm chuyện động trời sau lưng cha mẹ...!! Với người bạn già của bố ở phương xa...!!!

Không ai có thể ngờ chuyện tình ngang trái đang xảy ra cho Thu và Bảo...

(Còn tiếp kỳ sau)

NHÀNH HOA CUỐI MÙA

Gió rơi từ phương nào qua
Rưng rưng nỗi nhớ nhành hoa cuối mùa
Tôi em rồi cũng già nua
Dãi dầu cơm áo hơn thua được gì
Đêm nằm tóc rối ướt mi
Môi gầy nghe chạm đáy ly tình đời
Mẹ xưa khoan nhặt à ơi
Thân gầy lụm cụm rối bời từng đêm
Và tôi đã gặp lại em
Ngàn lần ôm ấp vẫn thèm bên nhau
Sợ mai đời sẽ nát nhàu
Như nhành hoa cuối lắt lay chiều buồn
La đà cánh mỏng ngõ thuôn
Nụ hôn còn vướng từ muôn phương sầu
(TRẦN PHÚ ĐA)

ANH CÒN NHỚ ...

Anh có nhớ Sài Gòn, nhớ con phố nhỏ
Nơi ngày xưa hàng giậu rực bông vàng
Sao chỉ còn hoa rụng với trăng tan
Ly nghiêng ngả bên đàn loang vệt đỏ
Ai khép cửa cột bóng đêm nguyệt lão
Phong dấu hài chôn kỷ niệm hư vô
Mùa đi qua lòng lưu lạc bơ vơ
Cố dặn mình không còn gì để nhớ
Thềm rêu mọc lổ loang cùng trăng vỡ
Lũ côn trùng mở yến tiệc canh khuya
Em bâng khuâng hái sao kết giấc mơ
Tìm lại những mảnh mùa xuân đã mất
Hỏi anh nhớ hương hoàng hoa phảng phất
Chén hồng nhan đêm ly biệt trao người
Lời thiết tha nghèn nghẹn thốt trên môi
Sao quá vội chạm tay là vỡ vụn
Em chỉ hỏi, còn gì đâu nhen nhúm
Tình anh gầy trước cánh cửa thời gian
Mộng ta xây chỉ là dải đồng hoang
Còn đâu hỡi ,màu nắng vàng rót mật
Em chỉ tiếc cánh diều sao vội rách
Nhịp gió lên không bắt kịp cung mây
Để rượu nồng men hỏng vị chua cay
Tiếc chén ngọc trao nhau ngày tiễn biệt
(THIÊN DI)

mời anh tô mì quảng

Ở quê người món ăn nào cũng có
Món Tây món Tàu hay món quê hương
Anh thích ăn tô mì Quảng, Quảng Nam
Em sẽ mời anh tô mì viễn xứ
Mì Quảng ngon kết hợp từ nhiều thứ
Xương heo hầm lên để nấu nước lèo
Tôm tươi, thịt gà, trứng cút, thịt heo
Không thể thiếu bắp chuối tươi bào mỏng
Giá sống, sà lách trộn cùng rau húng
Bánh tráng nướng vàng, đậu phộng rang bùi
Sợi mì Quảng mềm chan nước ít thôi
Nước lèo sền sệt mới là đúng kiểu
Quả ớt đỏ vào tô mì sành điệu
Ăn lúc đói lòng, lúc nhớ thương quê
Xứ Quảng nghèo là tình mẹ tình cha
Mồ hôi nhọc nhằn đồng khô cỏ cháy
Ta đi đâu Sông Thu Bồn vẫn chảy
Ta về đâu sông Tam Kỳ vẫn trôi
Thương nhớ vô bờ những sông quê ơi,
Thương nhớ qúa những món ăn dân giã
Tô mì Quảng ta ăn từ lúc bé
Mộc mạc đơn sơ màu sắc sợi mì
Màu đỏ nâu từ gạo lức xay ra
Hay mì sợi màu vàng pha bột nghệ
Hôm nay mời anh ăn mì Quảng nhé
Nấu bằng những nguyên liệu ở quê người
Em mời anh ăn với tâm tình vui
Tô mì Quảng thấy đất trời quê cũ
(Nguyễn Thị Thanh Dương)

Hương Mùa Xưa

Trăng xưa còn đó đọng nhành
Vàng phai từ độ nhọc nhằn nhớ quên
Đã đành sương khói bồng bềnh
Gửi sao cho hết lênh đênh phận người
Niềm thương thả nổi dòng trôi
Thuyền tình mấy bận khuất rời chân mây
Lừng lờ nước cuốn thơ ngây
Xưa đâu còn nữa tuổi gầy tóc sương
Hồn còn vướng sợi tơ vương
Có trong nhau mãi mối buồn thuở nao
Ta ôm nhung nhớ dạt dào
Người hong tơ cũ ngọt ngào nắng xưa
Vén mây cho ngọn gió lùa
Lăn tăn mặt nước hương xưa vỗ về
Chiều tàn rụng giữa cơn mê
Dấu yêu ngày ấy có về thiên thu
(Bùi Kim Thảo)

NHỮNG BÀI CA EM HÁT

Em hát bài ca ngày tháng tư đen
Sao ta thấy mắt em đầy nước mắt
Sao ta thấy cõi lòng ta se thắt
Những tháng tư buồn ta khóc quê hương
Em biết không những ngày tháng nhiễu nhương
Giặc phá nát ruộng vườn quê ngày ấy
Làm lính như ta lương khô gạo sấy
Vẫn tự hào chiến đấu vững niềm tin
Bao nhiêu năm đất Mẹ sống yên bình
Là bấy nhiêu năm trọn tình người lính
Em hát bài ca ngợi ca người lính
Thuở tung hoành chưa thỏa chí làm trai
Một gánh sơn hà vẫn nặng oằn vai
Nay câm nín nhìn giặc thù cướp nước
Ta muốn vùng lên nhưng làm sao được
Chiến mã bây giờ thịt nát xương tan
Tổ Quốc bây giờ đầy ắp khăn tang
Dân oằn oại dưới xích xiềng giặc đỏ
Những tháng tư buồn trải dài gian khó
Những tháng tư buồn ta khóc thương ta?
Em hát bài ca gởi những nụ hoa
Về quê Mẹ chúc mừng ngày quang phục
Rợp cờ vàng niềm tin yêu hạnh phúc
Rợp cờ vàng ba sọc đỏ quang vinh
Ta mỉm cười mong nắng ấm bình minh
Trên quê Mẹ quét sạch loài giặc đỏ
Đêm Tháng Tư em làm chim Sáo nhỏ
Hát mãi hoài những bài hát thương quê
(NAM GIAO)

CÕNG NẮNG QUA THỀM

Chiều xa cõng nắng qua thềm
Thoảng nghe hương bưởi êm êm lối về
Tháng Tư rạo rực cơn mê
Người đi có nhớ lời thề ngày xưa
Tương tư tìm chút hương thừa
Nụ tình chớm nở đêm mưa lạnh gầy
Đường về buốt giá bàn tay
Ngổn ngang tâm sự đọa đày tuổi xanh
Ta như chiếc lá trên cành
Đong đưa trong gió mong manh chốn đời
Chán chường những cuộc rong chơi
Sóng soài trượt ngã rối bời ước mơ
Thôi thì ta cứ dại khờ
Tìm lời độ lượng ngu ngơ dệt tình
Tìm trong tâm tưởng phân minh
Ngậm ngùi tìm mãi bóng hình lạc trôi
(Nguyễn Hồng Linh)

Tím Hoa Xoan

Em về qua ngõ tím hoa xoan
Hoa của ngày xưa đẹp dịu dàng
Màu hoa tim tím làng quê cũ
Từng bước em qua lúc chiều tàn
Ngày xưa mới lớn nào biết yêu
Chỉ ngắm hoa rơi những buổi chiều
Có người vờ hỏi hoa chi lạ
Bẽn lẽn em cười mắt liếc yêu
Rồi một chiều kia dạ xốn xang
Mùa hoa kỉ niệm tím chiều hoang
Người đi biền biệt không trở lại
Ngắm cánh hoa xoan lệ hai hàng
Em cũng rời xa làng quê xưa
Quên cả con đò lúc đón đưa
Quên người hay hỏi về hoa tím
Quên cả bờ tre những sớm trưa
Hôm nay trở lại thấy hoa xoan
Tim bỗng rộn ràng lúc về ngang
Cánh hoa tím mỏng rơi đầy lối
Mới biết tình xưa đã lỡ làng
(LÊ THANH HÀ)

TÌNH XA

Lang thang chân bước lên đồi
Mà nghe có chút ngậm ngùi nhớ ai
Ngắm hoa nhìn lá nghẹn lời
Sao anh lỡ hẹn cho đời dở dang
Nếu tình còn những trái ngang
Ai gieo chi nỗi lỡ làng đắng cay
Gió lay liễu rủ trang đài
Tay ngà mắt ngọc người ơi xa rồi
Lặng nhìn mây lãng đãng trôi
Tình yêu nồng thắm mất rồi còn đâu
Tiếc thương chi nữa tình ơi
Chỉ là giấc mộng xa xôi phương nào
Xôn xao khóm trúc hôm nào
Lá vàng khẽ rụng rơi vào cỏ êm
Lòng nghe có chút yếu mềm
Lạnh lùng người đã bỏ quên lối về
Còn đâu những buổi hẹn thề
Vân vê tà áo thơm bờ vai ngoan
Nắng mưa chẳng ngại muộn màng
Dịu dàng câu nói chứa chan ân tình
Kề vai chung bóng chung hình
Chia sẻ nỗi nhớ khi mình bên nhau
Mà nay tình đã phai mau
Cuộc tình giờ đã hết câu duyên rồi
Tình buồn chia cắt hai nơi
Người giờ xa mãi hồn chơi vơi sầu
Khép mi lệ ứa lòng đau
Tình tan tình vỡ nát nhàu tình xa
(Nguyễn Ngọc Bích)

TÌNH YÊU HẢ ANH

Tình yêu đó, cho dài thêm nỗi nhớ
Luống cuống tìm những mảnh vỡ tim rơi
Tình vô tận cho xanh rì như biển
Nhặt lại rồi mà ngỡ lìa xa xôi.
Tình yêu hả, như muôn ngàn tia nắng
Ấm nồng nàn ru mãi những dấu yêu,
Ngày héo uá xác sơ niềm trống vắng
Nếu những ngày anh chẳng thấy em qua.
Cơn mưa biển chẳng thấy bóng nuột nà
Vì biển vắng dáng em nơi sóng vỗ
Tình yêu mãi lay hoay trong xa nhớ
Những nỗi buồn hoang dại thiết tay mơm.
Anh cứ hỏi mình yêu nhau thật hả
Ảo mộng nào cho nghiên ngã ngày yên
Tim xiềng xích, đến trăm ngàn nỗi nhớ
Dáng em buồn, giọng nói ấm tai êm.
Nhớ vô cùng như điên và rất dại
Cho vỗ về đêm trắng quá hoang vu
Thèm bờ mọng môi hồng em chạm đến
Hay ngực mềm cho ngộp mãi tim rơi.
Tình yêu hả, xa muôn trùng cách trở
Vẫn thơm nồng hơi thở dáng môi trơn
Tay anh buồn vân về đêm mộng tưởng
Ngỡ em về giữa phố nắng anh ôm!
Anh Đã Biết Nhưng Ngàn Lần Muốn Hỏi
Đến Trăm Lần Vẫn Mãi Ấm Tim Soi
Trong Bỡ Ngỡ Mơ Hồ Hư Và Thực
Giữa Hôn Mê Mong Tình Không Mộng!
(Châu Vũ Bảo Uyên)

Ta Với Tháng Tư

Người có ở lại tháng tư
Với nắng đồi, chùm hoa chưa rõ sắc
Chim vắt tiếng cách điệu trùm mùa nhớ
Lối cũ bây giờ, ta với ta
Người có ở lại tháng tư
Nghe tàng cây trở mình, gầy ốm, trong lời nhớ
Giọng thi ca, khản buồn mùi nắng ám
Khô nỗi niềm cạn ký tự thời gian.
Thôi...Ta không lãng du
Ta ngồi đây, riêng trời tàn thuốc rụng
Ta hóa thành đá cuội
Trong thiên thu ngõ chờ.
Chi tháng tư
Cây ái tình trơ trụi
Ai treo cổ
chết trên một nhành thơ.
(Quang Nguyễn)

QUÊ MẸ CHIỀU MƯA

Tôi về xóm nhỏ chiều mưa
Giấu đi nhung nhớ cũng thừa nhớ nhung
Sân quê hai đứa tắm cùng
Dăm ba tuổi lẻ ngại ngùng cho cam
Hai tôi đính chặt như sam
Ngỡ đâu đến lớn được làm một đôi
Ngờ đâu vật đổi sao dời
Em thương người khác bỏ tôi một mình
Tôi buồn làm cuộc đăng trình
Hành trang mang cả bóng hình em theo
Mất em ai sẽ mè nheo
Để tôi cuống quýt mà theo dỗ dành
Mưa chiều quê mẹ sao đành
Trút vào tôi những tròng trành nhớ thương...
(Phạm Thư)

KHUNG TRỜI THANH

Em con sóng cồn cào
Quay về nơi biển cả
Lời trong gió thì thào
Êm vỗ về khơi xa
Em chông chênh ghềnh đá
Trơ vơ đứng giữa đời
Rì rào nghe biển hát
Điệp khúc ca tuyệt vời
Em màu nắng rạng ngời
Tung tăng hòa mây gió
Dạo chơi đùa khắp ngõ
Rạng rỡ lấp lánh cười
Em rừng xanh reo vui
Chào buổi sớm bình minh
Giọt sương níu trĩu cành
Dệt một khung trời thanh.
(Lê thị Yến Hương)

VIẾT CHO NGÀY RŨ ÁO

Giờ đây rũ áo phong sương
Vuốt chòm râu bạc suy lường nghĩa nhân
Oán quên oán ân tìm ân
Lưng cơm phiếu mẫu một lần muôn sau
Khắc tâm đền đáp nhiệm mầu sáu mươi sáu năm bước qua cầu nhục, vinh
Tạ ơn thơ kết bóng hình
Chiến trường tù ngục bên mình, có ta
Giữa biển khổ hồn nở hoa
Bên tôi hoài mãi thơ, đời: niềm tin
(LÊ NGUYỄN)

CƠN MƯA CHIỀU

Có những buổi chiều mưa rơi tầm tã
Đứng lặng nhìn soi dấu vết mưa qua
Bước chân đêm lặng lẽ trước hiên nhà
Đời sương gió biết đâu hồn cô quạnh
Mưa rơi mãi mưa gieo sầu lữ thứ
Mưa có buồn cho một kiếp phong sương
Mưa khóc ai trong giá buốt canh trường
Hoen lệ sầu vấn vương tình viễn xứ
Chỉ là mưa sao lòng nghe buốt giá
Thêm phất phơ đẫm ướt giữa chợ đời
Dù tình yêu như bọt sóng bể khơi
Thoáng tan dần theo những ngày mưa đổ
Cơn mưa buồn đìu hiu đời viễn khách
Nắng tình yêu như quán trọ ven đường
Đến rồi đi không một chút vấn vương
Mộng xa dần sau những lần mưa phủ
Mưa rơi rơi như dạ khóc âm thầm
Đến phong cảnh cũng mượn làm nỗi khổ
Những mai mong tối đợi lẫn đêm chờ
Khi tình yêu mong manh vàng nỗi nhớ
Bóng chiều đi vụt bỗng lại đêm về
Mưa trong ta thêm âm thầm nuối tiếc
Biết nói gì cho hết một tình yêu
Cơn mưa chiều thấm thêm nghìn nỗi nhớ
(Đinh Sơn)

XIN CÒN CHO NHAU

Xin tạ ơn đời tấm tình ai dài rộng
Ngả đầu bình yên san sẻ lúc muộn phiền
Nửa vùng nắng đỏ ắng im, lòng tự hỏi
Vạt bóng râm kia chắc thật có an vui
Xin ngọt thêm lần câu người trao rất khẽ
Vỗ về em ơi, này ta vẫn còn nhau
Ngoảnh nhìn lối xưa mây tàn phai bóng vội
Tình giữ tình đầy an ủi buổi mai sau
Mỗi sớm lên nắng xin tràn trề nồng ấm
Giấu trong vòm cây ủ chín trái tình hồng
Còn bao lâu nữa như lòng trần ước muốn
Che chở thêm lần tình ấy gửi trao nhau
Nào ai biết được một ngày rồi có lẽ...
Phút giây sau cùng đọng vừa đủ hương xưa
Thì xin còn nhau với ngăn đầy thương nhớ
Lời tạ ơn tình ngừng lại giữa tâm tư
(ĐOÀN TUYẾT THU)

Tiếng Thời Gian

O về phố cổ chiều phai tím
Mưa bụi bùn thưa lấm tấm hoa
Đôi dòng bướm lạ dường xa quá
Bến gió vô tình lại thiết tha
Hài son đánh thức kinh thành cũ
Phiến đá rêu phong tích hoang trầm
Cánh hoa rơi chạm hồn thu thảo
Nghe một hoàng cung dậy thuở nào
Ơi, cô thiếu nữ còn rất trẻ
E ấp mộng vàng mơ quân vương
Chiều tan xóm học nâng nhành phượng
Giấu ở bình yên mối tình đầu
Bao là năm tháng dần trôi mãi
Lối cũ o về thôi mưa bay
Tiết xuân tê tái màu kỷ niệm
Tím cả triều đình đã ngủ say
O về phố cổ còn quên lại
Chiếc nón đề thơ hôm tiễn đưa
Thần kinh khép cửa sầu giăng kín
Ngõ nội thành gieo một bóng chim
(PHẠM QUANG TRUNG)

THẾ GIỚI ĐAU!

Thế giới hữu tình - Thế giới hoa
Bỗng nhiên úa sắc, chệch hài hòa
Chiến tranh, dịch bệnh màu u ám
Thảm cảnh bao trùm…thật xót xa!
Đau thương mất mát đầy quanh ta
Bĩ cực, chông chênh khắp mọi nhà
Tâm thấu điêu linh miền thế tục
Hồn đau đồng cảm trước can qua!
Thế giới đâu rồi - Thế giới ta?
Chính văn đạo lý bị lơ là…
Thiệt hơn, toan tính choàng nhân nghĩa
Thiện mỹ lu mờ, chẳng thiết tha...
Rã rời, rũ rượi ngữ thơ ca
Trầm mặc, ưu tư lẫn nhạt nhòa
Dáng bút mỹ thanh, gầy ý tưởng
Vật vờ, chệch choạc, bước qua loa
Thế giới đau rồi , gượng thán ca!
Tường vân nhạt nhẽo phủ sơn hà
Biển gầm, sóng vỗ nghiêng thành quách
Trời đất giận người tạo "thối tha"
Mong rằng biến động sớm đi qua
Trả lại an yên khắp mọi nhà
Dẫu biết thi vần tô ảo tưởng
Vẫn đề ước vọng, để phôi pha!
(Kim Minh)

HỘI ĐỒNG QUẢN TRỊ CỘNG ĐỒNG
NGƯỜI VIỆT QUỐC GIA AZ

727 E. Bethany Home Rd Unit D122 Phoenix, AZ 85014
Phone: 602-503-8340 & 602-332-0733 & 805-760-4678
Email: richphuocnguyen@gmail.com

THÔNG BÁO LỄ KỶ NIỆM 30 THÁNG 4

Kính gởi: Quý vị Lãnh Đạo Tinh Thần, Quy Đồng Hương, Quy Hội Đoàn, Đoàn Thể

Chương trình Lễ 30 tháng 4 năm nay 2022 có sự thay đổi:

Thứ nhất: Chương trình Lễ do Bộ Cựu Chiến Binh Hoa Kỳ tổ chức hằng năm có sự tham dự của CĐNVQG AZ vào ngày 24 tháng 4 năm 2022 đã hủy bỏ. Hôm qua, Chủ Tịch Cộng Đồng Đặng Thể Khương và tôi đã liên lạc lần chót và Ban tổ chức đã xác nhận không thực hiện được.

Thứ hai: Hội Đồng Chấp Hành Cộng Đồng Người Việt Quốc Gia cùng với Hội Cựu Quân Cản Chính VNCH AZ sẽ tổ chức **ĐÊM THẮP NÊN TƯỞNG NIỆM VÀ TRI ÂN NGÀY 30 THÁNG 4 :**

Thời gian 6 giờ chiều Thứ Bảy 30 tháng 4 năm 2022 Địa điểm: Kỷ Đài Việt Mỹ - Wesley Bolin Memorial Plaza 1700 W. Washington Street Phoenix, AZ 85007

Trân trọng kính mới quy đồng hương vui lòng nhìn chút thì giờ quy bầu đến tham dự.

Phoenix, ngày 18 tháng 04 năm 2022
T.M Hội Đồng Quản Trị CĐNVQGAZ
Chủ Tịch
Lucky Nguyễn

TRUC LAM BUDDHIST CENTER
CHÙA TRÚC LÂM

4949 W. Greenway Road, Glendale, AZ 85306
Phone: (602) 375-4248 | Email: truclambuddhistcenter@gmail.com

THƯ MỜI THAM DỰ
ĐẠI LỄ PHẬT ĐẢN LẦN THỨ 2646
PHẬT LỊCH 2566

Nam mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Để kỷ niệm ngày lịch sử thiêng liêng, Trung Tâm Phật Giáo-Chùa Trúc Lâm trân trọng kính mời quý Phật tử đến tham dự Đại Lễ kỷ niệm Phật Đản Phật lịch 2566 và Tiệc Chay Tri Ân Gây quỹ lúc 6 giờ 30 chiều tối Thứ Bảy ngày 21 tháng 5, 2022 và các thời khóa lễ theo chương trình sau:

CHƯƠNG TRÌNH

Thứ Năm: ngày 19 tháng 5, 2022: 7 giờ 30 tối: Đạo tràng tụng kinh Phật Đản
Thứ Sáu: ngày 20 tháng 5, 2022: 7 giờ 30 tối: Lễ cúng Tiên Thường

THỨ BẢY NGÀY 21 THÁNG 5 NĂM 2022

10 giờ 30 trưa:

Lễ Tưởng niệm Húy Nhật Tôn Sư.
Lễ Tiểu Tường Phật Tử Pháp Danh Nguyên Xuân
Pháp Đàn Phổ Thí Âm Linh

4 giờ chiều:

Lễ Quy Y Tam Bảo

5 giờ chiều:

Tiểu Thực

6 giờ 30 tối:

ĐẠI LỄ PHẬT ĐẢN CHÍNH THỨC
- Cung nghinh Chư Tôn Thiền Đức quang lâm
- Nghi Lễ Cầu Nguyện, Đãnh Lễ cuộc đời Đức Phật
- Đạo Từ của Chư Tôn Đức
- Lễ Tắm Phật Truyền Thống

7 giờ 30 tối:

Tiệc Chay gây quỹ, Văn nghệ, Bốc số trúng thưởng
Xin cảm niệm và mong được đón tiếp quý liệt vị.

Ghi Chú:
1. Cá nhân hoặc gia đình nào phát tâm Đặt bàn ủng hộ cho buổi tiệc xin vui lòng liên lạc với Chùa để ban tổ chức tiện bề sắp xếp.
2. Những ai phát tâm Quy Y Tam Bảo cho mình hoặc con em của mình xin hoan hỷ liên lạc về Chùa sớm.

Nam mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.
Kính Mời:
Thích Tâm Lương

Chùa Thiền Yên

CalmvillageBuddhistAssociation
726WestBaselineRoad,Phoenix,AZ85041
Tel.602.305.9115chuathonyen@gmail.com

Bảy Đóa Sen Vàng Nâng Giọt Ngọc

Ba Ngàn Thế Giới Đón Như Lai

Thư mời

Nhất Tâm Kính Lễ Đức
Bụt Sa-Ky-A Mâu Ni

Bậc Đại Giác viên mãn xuất hiện nơi cõi Ta Bà
Tấm lòng ôm trọn cả thái hư
Trí giác soi cùng đại thiên thế giới
Xin rủ lòng từ, xót thương minh chứng:

Kính thưa quý vị cận sự, chúng tôi xin thông báo ngày Đản Sanh Bụt Thích Ca Mâu Ni. Chùa sẽ tổ chức vào ngày 14 tháng 5 năm 2022, nhằm ngày 14 tháng 4 năm Nhâm Dần, vào lúc 7:00 giờ chiều thứ Bảy.

Thưa quý vị vẫn như mọi khi, vì Ban Trai Soạn của Chùa còn giới hạn nên không thể chuẩn bị thức ăn đầy đủ, nên chúng tôi xin quý vị cúng dường một ít thÙc ăn để chúng ta cùng dùng chung. Xin quý vị hoan hỷ dành chút ít thời giờ quý báo để tham dự buổi lễ đông đủ.
Chúng tôi nguyện chúc cho quý vị cùng gia quyến thân tâm thường An Lạc.

Invitation for Buddha's Birthday

Thầy Trụ Trì
Tỳ Kheo Chân Chủng Thiện

HỘI THIỀN HỌC VIỆT NAM

THIỀN VIỆN TRÚC LÂM HOA TỪ

430 South Olive. Mesa. AZ 85204.| Tel (480) 584-3681

THÔNG BÁO LỄ PHẬT ĐẢN

Kính bạch Chư Tôn Đức Tăng Ni!
Thưa cùng Quý Phật Tử đồng hương!
"Bảy đóa sen vàng nâng gót ngọc
Ba ngàn Thế giới đón Như Lai."

Dù vẫn còn trong Đại dịch **COVID 19** nhưng do lòng tin kính ngôi Tam Bảo và được sự Chứng Minh của **TT Thích Tuệ Tỉnh** cùng **Tăng đoàn Thiền Viện Đại Đăng (California)**, nhân kỷ niệm ngày **Đản Sinh** của **Đức Phật Thích Ca Mâu Ni** lần thứ **2646.**
Thiền Viện Trúc Lâm Hoa Từ sẽ long trọng tổ chức:
ĐẠI LỄ PHẬT ĐẢN
Phật lịch 2566 – 2022

Quý Phật tử tham gia tại Thiền viện và trên Online:
1. WebEx:https://thienvientruclamhoatu.my.webex.com/join/hoatu
Meeting ID or Access code: 627319978

Chương trình như sau:

Friday, April, 29, 2022:
7:30PM: Văn nghệ cúng dường Phật đản.

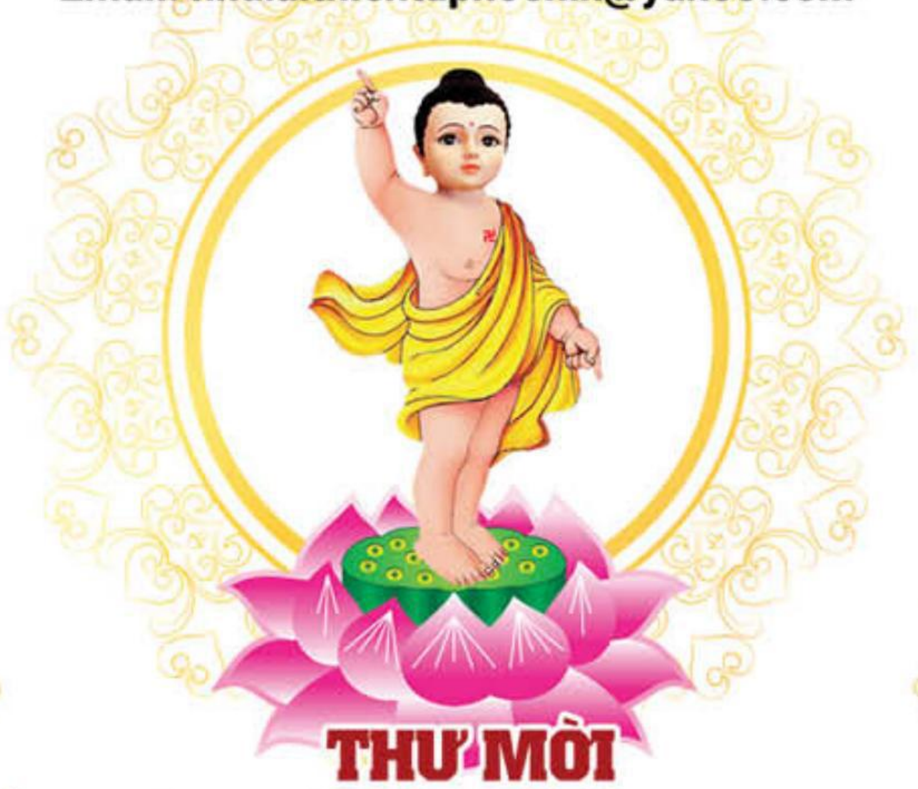
Sunday, May, 01, 2022:
9h30 : Phật tử vân tập về Thiền Viện.
10h00 : LỄ PHẬT ĐẢN(Tụng Phật đản và Lễ Tắm Phật).
11h15 : Pháp thoại của TT Thích Tuệ Tỉnh.
12h30 : Cúng dường Trai Tăng.
13h30 : LỄ QUY Y TAM BẢO
15h : Hoàn mãn.

Trân trọng kính mời Chư Tôn đức Tăng Ni cùng Quý Phật tử về Thiền Viện Tham dự, sự hiện diện của Quý vị góp phần cho buổi **Lễ Phật đản** được thành tựu Viên mãn.
Kính chúc Quý vị Cát tường – Như ý.

Thiền Viện Trúc Lâm Hoa Từ
Kính thông báo.

NHƯ LAI THIỀN TỰ

4842 N 51ST Ave, Phoenix, AZ 85031, Tel: (623)-274-6262
Email: nhulaithientuphoenix@yahoo.com



THƯ MỜI

LỄ PHẬT ĐẢN DƯƠNG LỊCH 2022

02 ngày Thứ bảy 14 tháng 05 đến Chủ Nhật 15 tháng 05 năm 2022.
Nhằm 14, 15 tháng 04 năm Nhâm Dần

Kính thưa quý đồng hương Phật tử,

Hằng năm đến mùa trăng tròn tháng Tư âm lịch, tất cả người con Phật trên khắp năm châu đều hân hoan tưởng nhớ đến ngày đản sinh của Đức Từ Phụ Thích Ca Mâu Ni, Người đã đem ánh sáng từ bi trí tuệ cho muôn loài chúng sanh. Hòa nhịp với niềm hân hoan đó, năm nay Như Lai Thiền Tự sẽ long trọng tổ chức lễ hội Phật đản tưởng niệm Đức Phật Đản Sinh trong 02 ngày với chương trình như sau:

CHƯƠNG TRÌNH LỄ PHẬT ĐẢN DƯƠNG LỊCH 2022

Thứ bảy 14 tháng 05 năm 2022 — Nhằm 14 tháng 04 năm Nhâm Dần

Pháp hội Lương Hoằng Sám

08:30 am: Khai Pháp Hội Lương Hoằng Sám cầu nguyện âm siêu dương thới.
10:30am -12:00pm: Thuyết pháp
12:30pm - 01:00pm: Thọ Trai
01:30pm - 02:30 pm: Sám Hối Lương Hoằng Sám .
03:00 pm - 04:30 pm: Sám Hối Lương Hoằng Sám .
05:00pm - 06:00pm: Dược Thực
07:00pm - 08:00pm: Khai Mạc Lễ Hội Phật đản.
08:00pm - 10:00 pm : Văn nghệ Phật Đản : ca sĩ Đan Trường và Ca nghệ Sĩ tại Arizona

Chủ nhật 15 tháng 05 năm 2022 — Nhằm 15 tháng 04 năm Nhâm Dần

Đại lễ Phật Đản Chính Thức

08:30 am-10:00 am: Sám Hối Lương Hoằng Sám .
10:00am : Trì bát khất thực, đặt bát hội
11:00am: Lễ Phật đản Chính thức, lễ tắm Phật tại chánh điện.
12:30pm: Cúng dường trai tăng, thọ trai
02:30pm - 03:30pm: Thuyết pháp
04:00pm -05:00pm: Hoàn kinh.
05:00pm - 06:00pm: Phổ thí cô hồn, dược thực
07:00pm- 08:00pm: Hoàn nguyện lễ hội.
08:00pm – 10:00pm: Văn nghệ hoa sen trắng II. Ca sĩ Quỳnh Vi & Ca Nghệ sĩ tại Arizona

- **Đặc biệt: Có tổ chức truyền thọ Tam Quy, Ngũ giới ban Pháp danh cho phật tử tại gia, quý vị phát tâm Quy Y Tam Bảo xin liên hệ với Chùa để ghi danh và sắp xếp thời gian.**
- **Quý vị có nhu cầu dâng sớ Cầu an, Cầu siêu có thể gửi sớ qua đường bưu điện, gọi điện thoại hay Text cho Chúng tôi: 623 274 6262 sẽ được dâng sớ cầu nguyện**

Trân Trọng kính báo
Đại Đức Thích Giác Tri

NHƯ LAI THIỀN TỰ

4842 N 51ST Ave, Phoenix, AZ 85031, Tel: (623)-274-6262
Email: nhulaithientuphoenix@yahoo.com

KHOẢN ĐÃI ĂN CHAY LỄ PHẬT ĐẢN

Chủ Nhật 15 tháng 05 năm 2022
Nhằm 15 tháng 04 năm Nhâm Dần

- **Đãi To Go: Bún Huế, Bún Rêu: Từ 09:00am đến 02:00pm**
- **Đãi ăn tại chổ: Bún Huế: Từ 09:00am đến 09:00pm.**
- **Đãi ăn tại chổ: Bún Rêu: Từ 09:00am đến 02:00pm.**
- **Đãi Cơm chay ăn tại chổ (không To go): Từ 12:00pm đến 02:00pm**

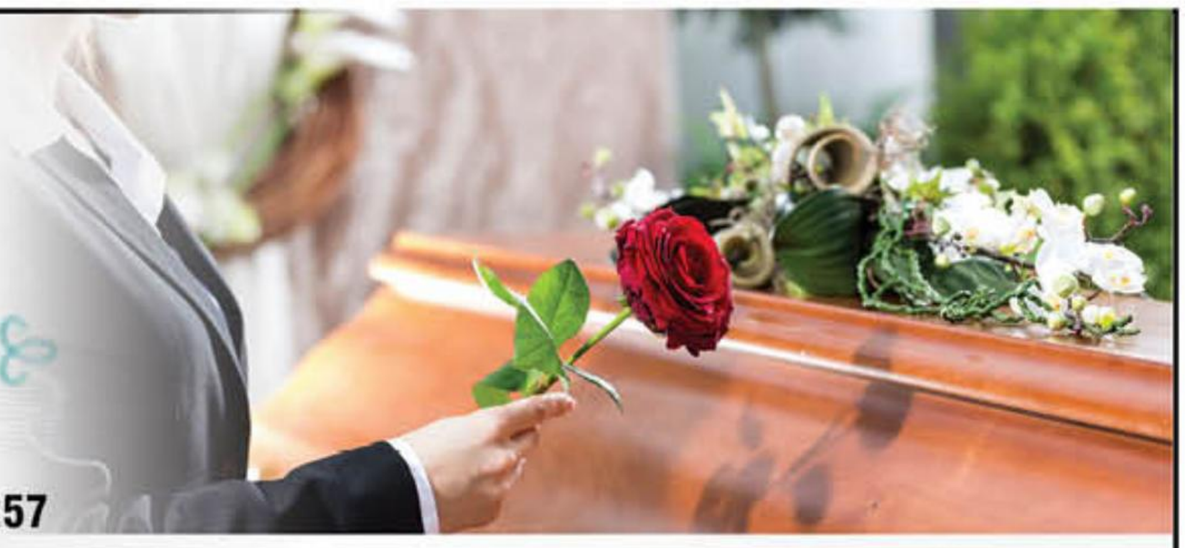
Ăn chay tạo Phước duyên lành hồi hướng công đức cầu nguyện Phật gia hộ cho người thân quá vãng được siêu sanh Lạc Quốc, Cầu
Nhân dịp lễ Mừng Phật Đản Sanh tại Chùa. Chúng tôi có chương trình khoản đãi ăn chay cho Quý vị đồng hương không Phân biệt Tôn giáo, Tín ngưỡng tự chọn Bún Huế hoặc Bún Rêu Chay ăn tại chổ hoặc To go hay Cơm chay ăn tại chổ.
Quý vị có nhóm bạn bè hay nhiều người thân thích ăn chay mà không đến ăn tại chổ, chỉ cần cử một vị đến nhận mang về cho nhóm.
Quý vị không thể tự đi cũng có thể nhờ người quen đến nhận mang về giùm.

Thân mời Quý vị tham dự.
Chúc Quý vị thân tâm an lạc.
Trân trọng kính báo

Như Lai Thiền Tự
Đại Đức Thích Giác Tri

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 lời
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 quàn 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.

- **Green Acres Cemetery/Mortuary - Scottsdale, AZ**
- **Greenwood Memory Lawn Cemetery/Mortuary - Phoenix, AZ**
- **Valley of The Sun Memorial Park - Chandler, AZ**
- **West Rest Haven Park Cemetery/Mortuary – Glendale, AZ**
- **East Rest Haven Park Cemetery/Mortuary – Tempe, AZ**
- **Phoenix Memorial Park /Mortuary – North Phoenix, AZ**
- **Sunland Memorial Park / Mortuary – Sun City, AZ**
- **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...

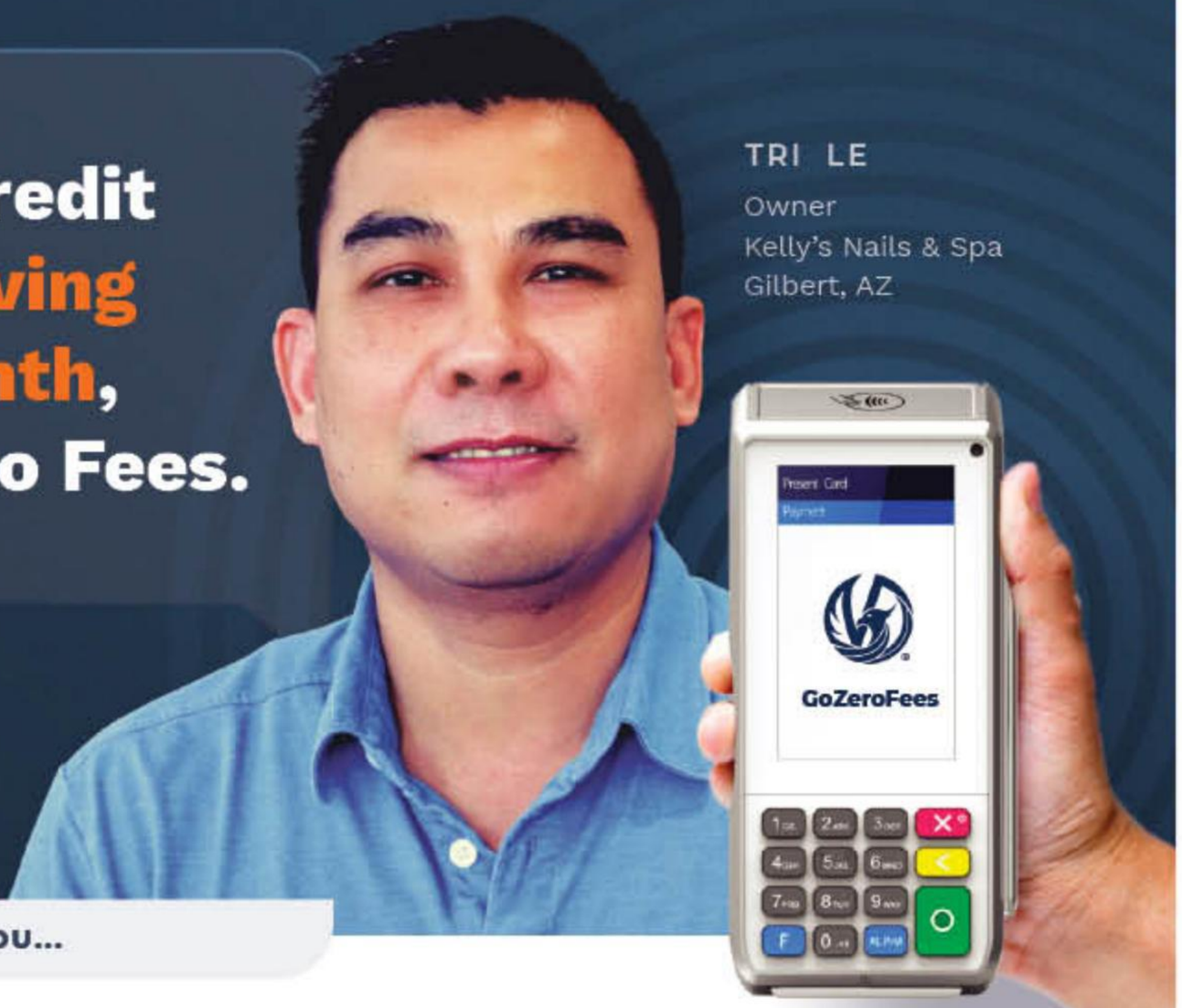
HÃY GỌI CHO DEBBIE NGUYỄN ĐỂ THAM KHẢO VÀ GIÚP ĐỠ TẬN TÌNH:

Office 480-945-2654 | Cellphone 602-400-6003

Email: Debbie.nguyen@dignitymemorial.com

I no longer pay credit card fees. I'm saving $2,000 each month, thanks to Go Zero Fees.

TRI LE
Owner
Kelly's Nails & Spa
Gilbert, AZ



VISIT US AT
GoZeroFees.com

OUR GO ZERO FEES PROGRAM CAN HELP YOU...

Eliminate 100% of your credit card fees

Save thousands or more each year

Keep more of your profits

OUR HAPPY GO ZERO FEES CUSTOMERS

Biagio Nail & Spa II · Bien Nails · Boba Tea House · Cyclo · Grand Nails Lounge · Pho Aosen Restaurant · Regal Nails Salon • Spa · Westgate Nails & Spa

*More than **14,300 businesses** across America are already saving. **You can too!***

Try Go Zero Fees *risk-free* for 90 days

If you don't love it after 90 days,
cancel and get $250* just for trying.

90 DAY FREE TRIAL TRY IT NOW

VIP SMART BUSINESS SOLUTIONS

4535 S Lakeshore Dr #5
Tempe, AZ 85282

1-888-847-4445

LE DUONG
Go Zero Fees
Expert

www.GoZeroFees.com

SIGN UP & SAVE

*terms and conditions apply

THE CHRISTIAN AND MISSIONARY ALLIANCE

HỘI THÁNH TIN LÀNH VIỆT NAM GREENFIELD

GREENFIELD VIETNAMESE EVANGELICAL CHURCH

301 N Hartford St , Chandler, AZ 85225

Quản Nhiệm Hội Thánh: Mục sư Đặng Văn Dũng
Email: msdungdang@yahoo.com
ĐT : 480.307.3456 (cell)

Kính mời Tham dự Chương Trình Sinh hoạt hằng tuần:

Chúa Nhật:
2:00PM-3:00PM: Lớp Chúa Nhật (Sunday School)
3:00PM-4:30PM: Giờ Thờ Phượng (Worship Service)
5:00PM-6:00PM: Lớp Tiếng Việt (Vietnamese Class)
Phụ trách: Cô Anh Đào (480.255.7869)

Thứ Sáu:
7:30pm-8:30pm: Sinh Hoạt Nhóm Trẻ (Youth Activity)
Học Kinh Thánh và Cầu Nguyện

Đặc biệt: Chương trình phát thanh Tin Lành "Nếp Sống Mới" mỗi tuần mỗi đề tài khác cùng với câu chuyện Phúc Âm của Mục sư Nguyễn Thỉ đã và đang được phát thanh đều đặn trên Đài Tiếng Nước Tôi Arizona vào mỗi tối thứ Sáu từ 5PM - 5:30PM

Nghe lại chương trình cũ mỗi tuần, bấm vào link dưới đây: www.tntmedia-arizona.com

SUN BEAUTY SUPPLY

MUA 4 HỘP
TẶNG 1 HỘP
Prolart Powder 2000/3000
MUA 4 GAL.
TẶNG 1 GAL.
Prolart Liquid 2000/3000

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
- KMX Massage Spa
- Daily Star Spa
- Venus Spa
- Và cái loại Pipeless Jets, Semi Jets Reducing the risk of bacterial infections

Free Delivery

Acrylic - Power - Liquid
- O.P.I - Creative - Rose - Bmi - L/S - Mix Powder and Nolift

Tel: (602) 347-0584 Cell: (602) 486-4503
Fax: (602) 347-6276

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

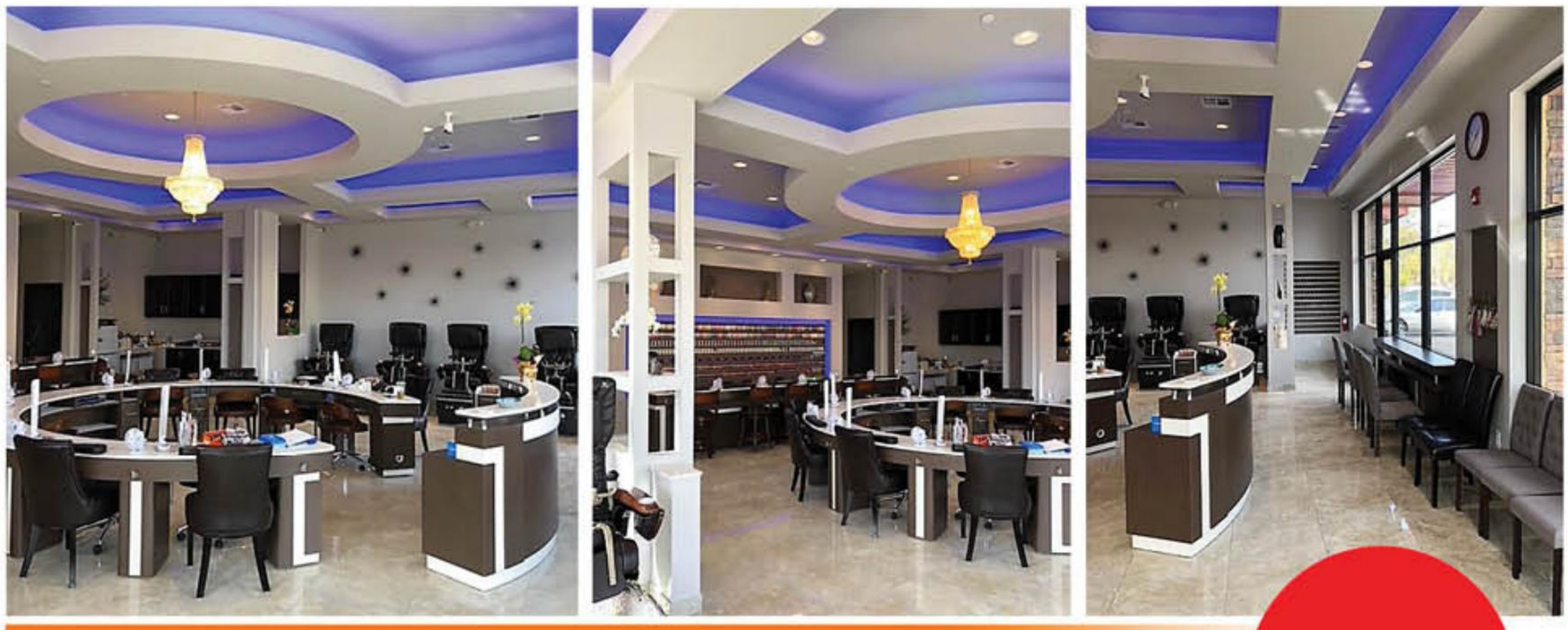
Negev Design-Build

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

Shop/Space layout, designs and architect/engineer drawings or building permit with construction agreement.

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.

GENERAL CONTRACTOR
 # AZ ROC: 266164

Nail Salons, Beauty Salons, Dental Offices, Retail shops, Restaurants, Office spaces and all tenant improvements.

CẦN TUYỂN 2 THƯ KÝ PHÒNG KHO

Cửa hàng bán lẻ trong trong khu Arrow Head Mall vùng Phoenix đang cần tuyển gấp hai cô thư ký phòng kho làm việc full time. Công việc nhẹ nhàng, gồm kiểm tra hàng hoá, vô sổ sách, order hàng mới...

Điều kiện: Trên 21 tuổi, thông thạo tiếng Việt và tiếng Anh, biết sử dụng computer microft words, excel spreadsheet, v.v.

VUI LÒNG LIÊN LẠC 480-676-8389

Help Wanted
Retail Store at Arrowhead Mall Area is looking
to hire two inventory staffs.
Must be at least 21 years old, pass background check,
experience in Microsoft excel and computer,
detail oriented and good work ethics.
Experience in inventory is a plus.

CẦN TUYỂN HAI NHÂN VIÊN **LÀM VIỆC INVENTORY.**

We offer competitive salary and benefits.
Please call 480-676-8389 for an interview

NHÀ HÀNG HELLO VIETNAM
Pho & Roll

CẦN TUYỂN

PHỤ BẾP NHÂN VIÊN PHỤC VỤ

GIỜ MỞ CỬA:
10AM - 8PM TẠI 5 CHI NHÁNH VÙNG ARIZONA

LOCATION 1
25245 N. Lake Pleasant Pkwy, Unit 1100, Peoria, AZ 85383
Phone: (480) 687-5244

LOCATION 2
2922 N Hayden Rd,
Scottsdale, AZ 85251
Phone: (480) 590-1980

LOCATION 3
8752 E Shea Blvd
Scottsdale, AZ 85260
Phone: (480) 998-6006

LOCATION 4
12847 N Tatum blvd.
E01 Phoenix, AZ 85032
(Coming Soon)

LOCATION 5
555 N Scottsdale Rd. Tempe,
AZ 85281 (Coming Soon)

RV-1121-0122–TM

Xin liên lạc:
623-853-7886

We Are Hiring

Canvassers

Wage:
$20/hour and healthcare benefits*

Duties:
- Registering people to vote.
- Encouraging people to pledge to vote.

***More Information or Application**
Go to the link:
https://bit.ly/3rY1DBd

Or scan QR code

Questions?
Email Liz
elizabeth@onearizona.org

CẨM TÚ SALON

HƠN 15 NĂM KINH NGHIỆM

CẮT, GỘI, UỐN, NHUỘM, HIGHLIGHT TÓC NAM, NỮ VÀ TRẺ EM

Nếu quý vị muốn sở hữu một mái tóc đẹp, đầy sức sống với giá cả hợp lý, hãy đến với CẩmTú salon.

Với hơn 15 năm kinh nghiệm trong nghành tóc. CẩmTú và chuyên viên sẽ tư vấn và thiết kế cho quý vị một kiểu tóc vừa ý...hãy giao phó việc làm đẹp cả gia đình của quý vị cho CẩmTú salon, chắc chắn quý vị sẽ hài lòng...

Chúng tôi chuyên về các dịch vụ làm đẹp sau đây:

* có dịch vụ Manicure & Pedicure dùng sản phẩm thiên nhiên
* Wax lông mày, môi và mặt.
* Dưỡng da mặt, làm mờ nếp nhăn. Chỉ sử dụng sản phẩm thiên nhiên chất lượng cao

Đặc biệt: Khách mới được giá ưu đãi, giảm 20%
cho tất cả dịch vụ nhân dịp khai trương www.camtusalon.com

HÃY GỌI LÀM HẸN:
623-810-0034

LỚP ANH NGỮ LUYỆN THI QUỐC TỊCH

hội á-mỹ Cao Niên Arizona
sẽ mở lại lớp Anh ngữ
luyện thi Quốc tịch
cho quý đồng hương.

Vào mỗi thứ Tư hàng tuần kể từ ngày 01 tháng 9 năm 2021.

Thời gian từ 7:00 PM đến 9:30 PM.

Muốn biết thêm chi tiết xin gọi thầy THÁI LƯƠNG:

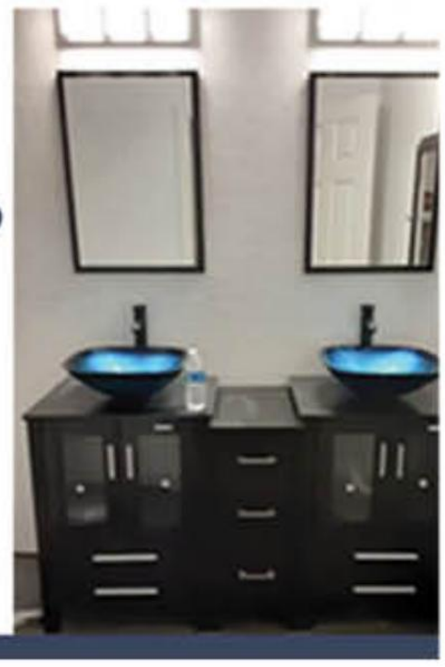
(928) 299-0803

RV-0921-1021U-TM

NGUYEN'S REMODELING

Liên lạc Nguyên
602 - 488 - 2163

- Tư Gia - Tiệm Nail
- Add thêm phòng, remodel nhà
- Điện, nước, gas, water heater
- Hệ thống Plumbing
- Sơn trong ngoài, phòng tắm, toilet
- Cabinet, counter top
- Sink, faucet

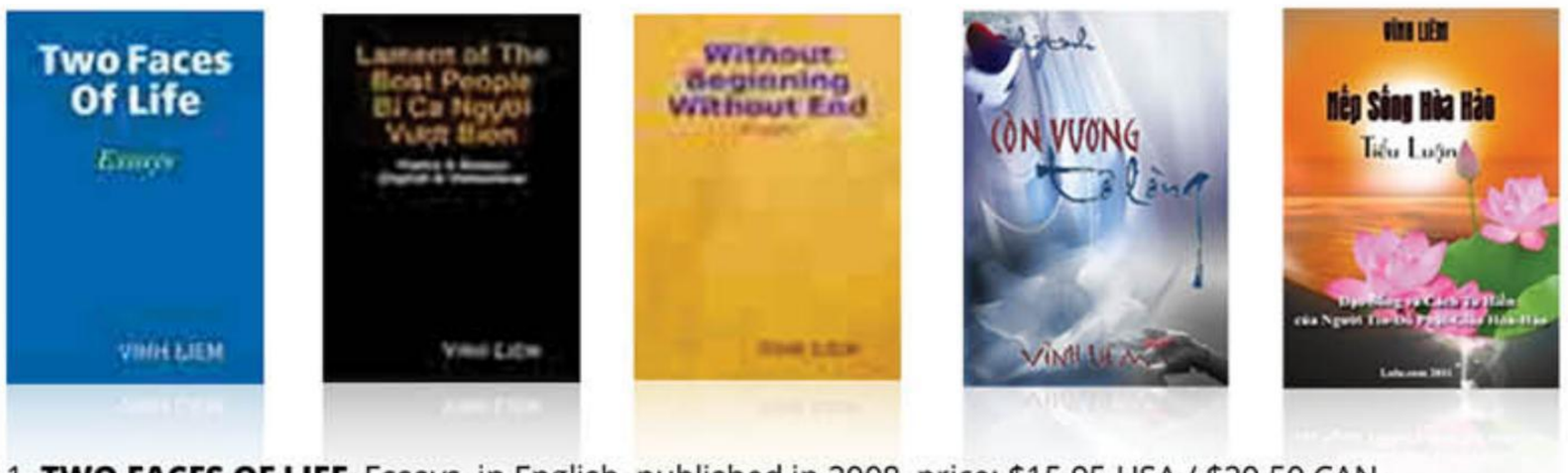


VIỆC LÀM TẬN TÂM
UY TÍN, BẢO ĐẢM
GIÁ CẢ PHẢI CHĂNG

TÁC GIẢ
VĨNH LIÊM

2021

VĨNH LIÊM, 2011
Các tác phẩm của VĨNH LIÊM hiện còn rất ít!



1. **TWO FACES OF LIFE**, Essays, in English, published in 2008, price: $15.95 USA / $20.50 CAN.
2. **LAMENT OF THE BOAT PEOPLE/BI CA NGƯỜI VƯỢT BIỂN**, Poetry & Essays, in English & Vietnamese, published in 2008, price: $10.95 USA / $13.95 CAN.
3. WITHOUT BEGINNING WITHOUT END, Poetry, in English, published in 2008, price: $14.95 USA / $18.95 CAN.
4. **CÒN VƯƠNG TƠ LÒNG** (Ties of Affection), Thơ Tình/The Loving Poem, tiếng Việt, in năm 2009, giá $15.95USA / $20.50CAN.
5. **NẾP SỐNG HÒA HẢO** (Hòa-Hảo Buddhism's Life), Tiểu luận/Essays, tiếng Việt, in năm 2011, giá $17.50 / $21.90 CAN.

Liên lạc mua sách/Contact to buy books:
MR. VINH LIEM
1112 S. CENTRAL AVE., AVONDALE, AZ 85323-2824 (USA)
Check payable to: MR. VINHLIEM NGUYEN
Thank you!
Email: vinhliem9@aol.com

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 luộm thuộm 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 emai: vinhliem9@hotmail.com

hoặc gửi thư về địa chỉ:

1112 S. Central Ave., Avondale, AZ 85323-2824 (USA).

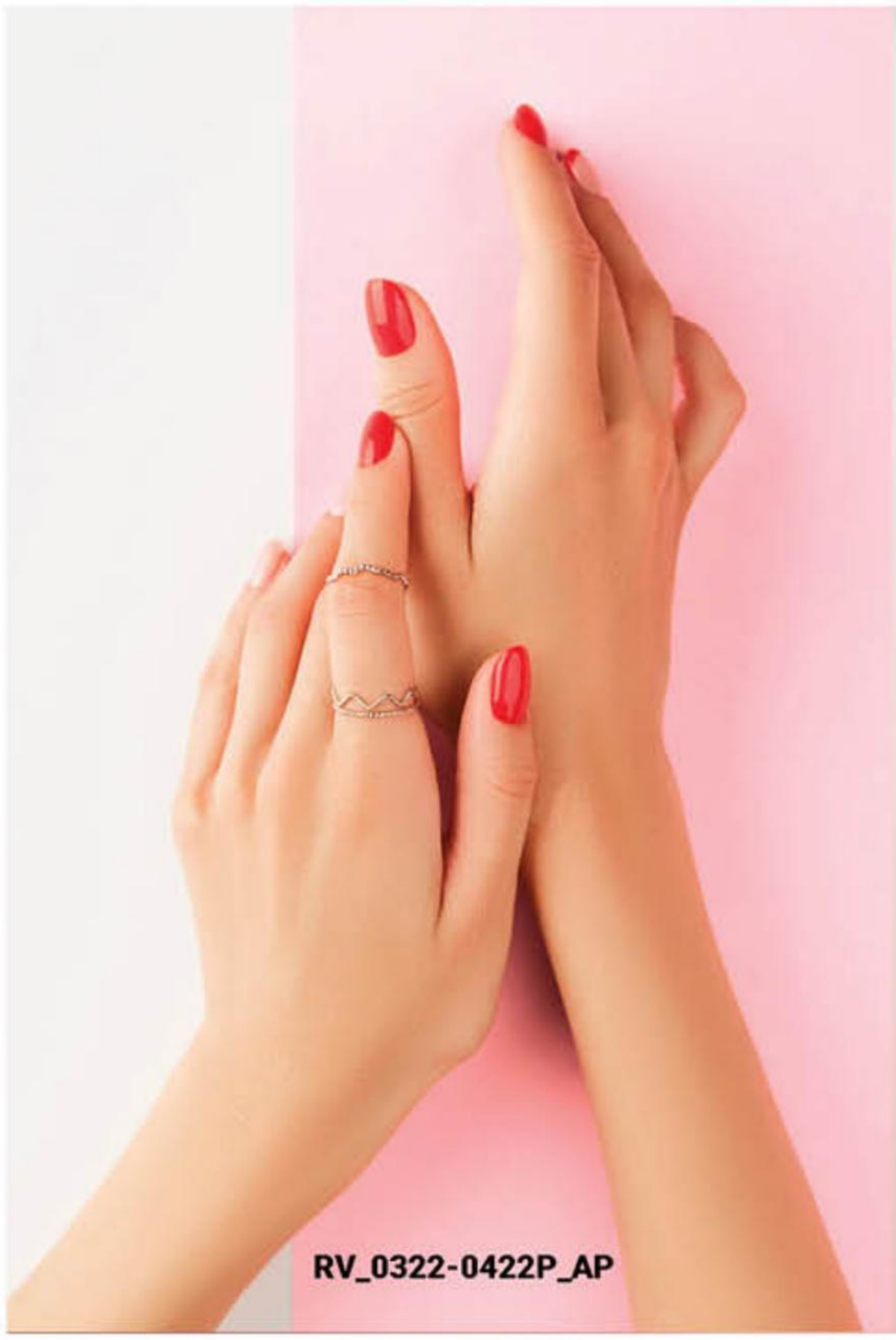
TÂN HANDYMAN
DỊCH VỤ THAY MỚI & SỬA CHỮA NHÀ CỬA

Nhận làm việc tại Phoenix và các vùng phụ cận. Nhận lót 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_0421-0322P_TM



CẦN SANG TIỆM Nail

CẦN SANG TIỆM NAIL, TIỆM CÓ 18 GHẾ SPA, 18 BÀN NAIL, 15 THỢ NAIL. TIỆM RỘNG 2,500 SQUARE FEET, ĐỊA ĐIỂM RẤT TỐT, KẾ BÊN CHỢ TARGET. CÔNG VIỆC KINH DOANH ĐANG PHÁT TRIỂN RẤT TỐT.

ANH CHỊ CẦN THÊM THÔNG TIN, XIN LIÊN LẠC:

(480) 603-7493

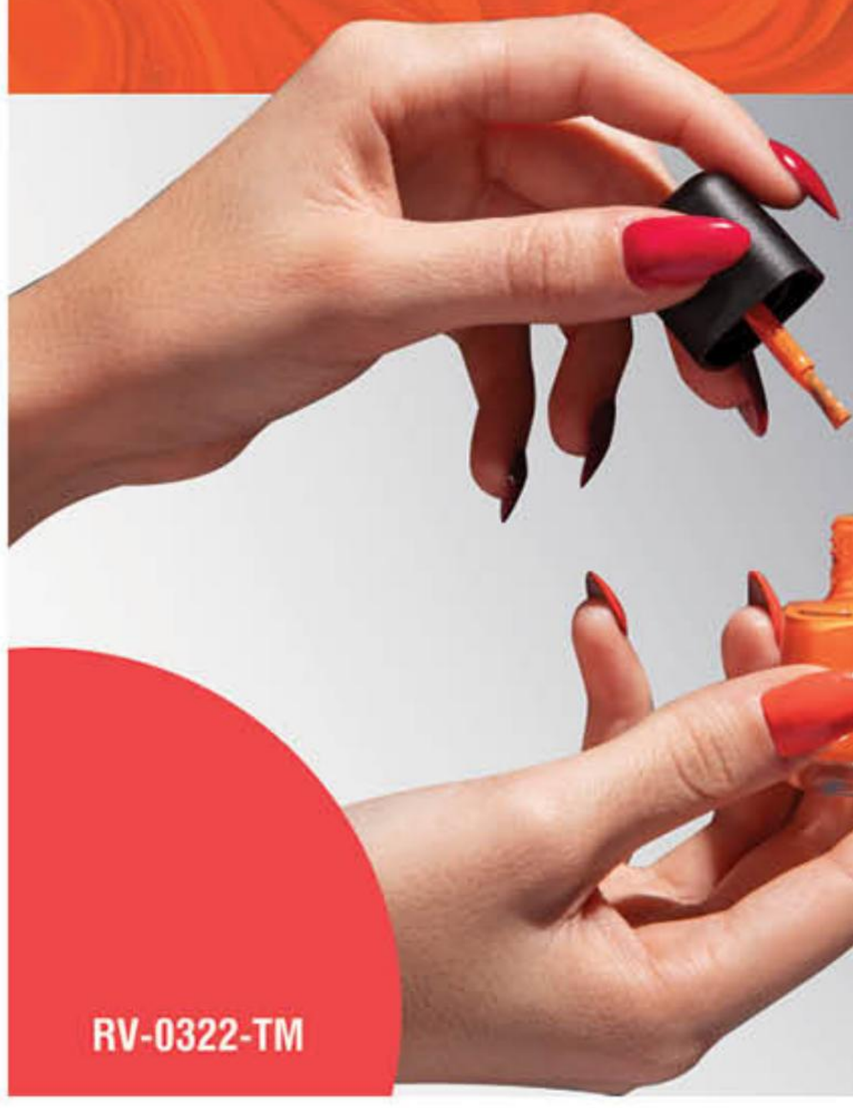
Cần thợ bột và thợ chân tay nước nam hoặc nữ ok, làm full-time or part-time OK. Bao lương $1,300/tuần trở lên, tùy theo kinh nghiệm.

XIN LIÊN LẠC: (480) 603-7493

RV_0322-0422P_AP

CẦN THỢ NAILS BỘT KINH NGHIỆM

TIỆM Ở NORTH PHOENIX



giá cao, tiếp nhiều.

$850-$1000/ tuần, hơn ăn chia!

Liên lạc Jennifer:

602-684-0516

RV-0322-TM

CẦN SANG GẤP TIỆM *Nail*

Tiệm Nail vùng Sun City trong khu shopping chợ Safeway sầm uất cần bán gấp!

Tiệm rộng 1,495 sq ft, có 5 ghế spa, 5 bàn đôi nail station, 6 thợ. Giá sang **$100K.**

Thật lòng muốn mua, hãy gọi:

(623) 256-5979

RV-0422-0522-TM

TQ International *Window shutters*

We specialize in window shutters, reliable, durable and affordable.

3334 W McDowell Rd # 10
Phoenix, AZ 85009

Phone: (480) 277-7653

GB TAX LLC

Certified Public Accountant

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 chánh 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

Cần Thợ Nails

Gọi điện thoại đi làm ngay . Biết làm tất cả hay chỉ làm bột hoặc tay, chân, nước .

• • •

Full time or part-time. All welcome!!!!

• • •

Bao lương $1200/week

Work: 480 966 3931 | Cell : 480 717 0551

RV-0322-0822P-TM

BÁN TIỆM NAIL Ở GILBERT

Tiệm trên 10 năm, có 8 ghế Spa, 6 bàn Nail, 1 phòng Wax, phòng ăn, máy giặc, máy sấy. Tiệm rộng 1.700sqf rent $3.150/ tháng. Cần bán gấp vì chủ vắng mặt.

GIÁ BÁN $29.000

GỌI JON:

480-241-5360

RV-0222-TM

NAIL SALON FOR SALE

Cần sang tiệm nail trong khu shopping Walmart, ở thành phố Tempe AZ.
Tiệm có 9 bàn nail stations, 9 ghế spa, 1 phòng wax. Giá bán $140K.

Thật lòng muốn mua, xin L/L

510-517-0189

RV-0222-0322P-TM

Cần Sang Tiệm Nails & Cần Thợ Nails

Tiệm nail vùng Surprise cần sang tiệm.

Tiệm nail ở thành phố Surprise, cần thợ nails nam và nữ làm bột, chân tay nước, gel, và deep. Làm việc 6 ngày từ thứ Hai đến thứ Bảy.

Tiệm đóng cửa ngày Chủ Nhật.
Bao lương $1,000/tuần.

Xin vui lòng liên lạc:

(909) 524-7374

RV_0222-0422P_AP

CẦN SANG
TIỆM NAIL

Nail Salon For Sale

Tiệm Nail Salon vùng West Mesa trong khu shopping nhộn nhịp, cần sang gấp vì thiếu người trông coi.

Tiệm có 7 bàn nail, 6 ghế spa và 1 ghế wax.

Giá sang $34,000.

Muốn biết thêm chi tiết, vui lòng gọi:

806-535-8228

RV-0222-0422-TM

NHẬN LÀM VIỆC
TẠI CHANDLER VÀ CÁC VÙNG LÂN CẬN.

- Dịch vụ thay mới & sửa chữa nhà cửa
- Sơn trong và ngoài
- Làm mới phòng tắm, nhà bếp
- Lót gạch, làm sàn gỗ

Giá cả nhẹ nhàng, tận tâm, uy tín

XIN LIÊN LẠC VŨ:

(480) 628-2634

THÀNH HANDY MAN

Nhận chạy sửa điện, thay bình nước nóng disposal, lót gạch, gỗ, sơn nhà trong ngoài.

Xin gọi Thành

(623) 455-0622
(480) 352-8066

RV_0222-0722P_AP

CẦN NHIỀU
THỢ NAIL
GẤP!!!

Cần nhiều thợ Nail: chân tay nước/ bột/ SnS/ waxing / eyelash extension/ eyebrow tinting/ facial

2 Tiệm: Phoenix hoặc Paradise Valley- tiệm lớn, đẹp, sạch sẽ, và đông khách

Lương: Bao $1200/ 6 ngày theo kinh nghiệm hoặc trên ăn chia 6/4

***Tiệm cũng đang cần receptionist và người giúp clean up cho tiệm.

Hãy gọi Peter:

(623) 414-5359

RV-1221-1122U-TM

VIET LIFESTYLES' HOME SHOPPING

PHONE: 480-366-4880 | TEXT: 480-213-5987

2081 N. Arizona Ave #126 Chandler, AZ. 85225

(Trong khu Little Saigon Arizona)

Nước uống
Collagen Birdnest - Collagen Yến thượng hạng
Giá: $129/ hộp 10 Chai

MUA 2 TẶNG 1

Collagen Yến thượng hạng đẩy lùi quá trình lão hoá, giúp da căng mịn, hồng hào, xoá mờ vết nám, cung cấp chất nhờn cho xương khớp, giúp thanh lọc phổi và cải thiện hô hấp.

FINE HYALURON COLLAGEN PLUS
Giá: $89/ hộp 10 Chai

MUA 2 TẶNG 1

Nước uống Collagen hàm lượng Collagen tinh khiết 5250 mg, các khoáng chất và vitamins thiết yếu cho cơ thể giúp kéo dài thanh xuân, làm chậm tiến trình lão hoá.

NHẬN GỬI NHỮNG SẢN PHẨM "Made In USA" SAU ĐÂY VỀ VIỆT NAM GIAO TẬN NHÀ

Cordeceps 950: $108
Mua 1 tặng 1

Sữa Ensure:
$105/box SG & $115/box Tỉnh

Blood Sugar 86: $50/chai

Dầu Tê Giác
Giá $8/chai

STRONG IMMUNE

Tăng Cường Đề Kháng Chống Lại COVID

Vitamin C, Vitamin D3 và Kẽm (Zn) góp phần vào việc tạo chất đề kháng, tăng cường hệ miễn dịch.

Hệ thống miễn dịch rất quan trọng của con người, nó như lá chắn, hay "đội quân" chống lại các vi khuẩn và virus xâm hại tới cơ thể.

Strong Immune: $25/chai

Đặc biệt: Trong thời kỳ dịch bệnh COVID, chúng tôi sẽ giảm giá và bao cước phí gửi VN cho quý vị mua số lượng lớn gửi người thân hay làm từ thiện)

Đại lý độc quyền thuốc dược thảo Nhà thuốc Hoa Đà Houston sản xuất tại Hoa Kỳ
(ĐYS Mai Tiên, ĐYS Thiện Đào)