



TÀI LIỆU SINH HOẠT CHI ĐOÀN

THÁNG 1: *Tôi - người đoàn viên TNCS Hồ Chí Minh*



BAN BIÊN TẬP TỈNH ĐOÀN

- ❖ Điện thoại: 02713.879.249
- ❖ Ban Xây dựng Đoàn.
- ❖ www.tinhdoanbinhphuoc.vn
- ❖ Địa chỉ: Số 880, quốc lộ 14, phường Tiến Thành, thành phố Đồng Xoài, tỉnh Bình Phước.

06-01-1946: Tổng tuyển cử bầu Quốc hội đầu tiên của nước Việt Nam dân chủ cộng hòa.

07-01-1979: Chiến thắng biên giới Tây Nam chống quân xâm lược.

09-01-1950: Ngày truyền thống học sinh, sinh viên Việt nam.

13-01-1941: Khởi nghĩa Đô Lương.

11-01-2007: Việt Nam gia nhập WTO.

27-01-1973: Ký hiệp định Paris.

NHỮNG NỘI DUNG CHÍNH

HỌC TẬP VÀ LÀM THEO TÁM GƯƠNG ĐẠO ĐỨC HỒ CHÍ MINH

Trang 3

HỌC TẬP LÝ LUẬN CHÍNH TRỊ

Trang 4

THÔNG TIN THỜI SỰ

Trang 7

TUYÊN TRUYỀN, GIÁO DỤC CÁCH MẠNG

Trang 9

THANH NIÊN VỚI PHÁP LUẬT

Trang 10

SỔ TAY NGHIỆP VỤ CÔNG TÁC ĐOÀN

Trang 12

TÁC GIẢ - TÁC PHẨM

Trang 14

MÔ HÌNH KINH NGHIỆM

Trang 15

ĐỌC SÁCH CÙNG BẠN

Trang 17

NGHỆ THUẬT SỐNG

Trang 18

DU HỌC - DU LỊCH

Trang 19

TIẾNG ANH MỖI NGÀY

Trang 21



HỌC TẬP VÀ LÀM THEO TẤM GƯƠNG ĐẠO ĐỨC CHỦ TỊCH HỒ CHÍ MINH



Bác Hồ ăn tết cùng nhân dân

Xuân Tân Tỵ, năm 1941, Bác mới được đặt chân trở về giữa lòng Tổ quốc thân yêu sau đúng 30 năm trời ra đi tìm đường cứu nước (1911-1941). Hành trang theo Bác trở về vẹn vẹn chỉ có một chiếc va ly xách tay bằng mây, trong đựng hai bộ quần áo đã cũ và tập tài liệu Con đường giải phóng tập hợp những bài giảng trong lớp huấn luyện ở Nậm Quang (Quảng Tây, Trung Quốc) do Bác phụ trách vừa mới kết thúc trước Tết mấy hôm.

Mùa Xuân năm ấy, từ hang Pác Bó đã ra đời một bài thơ Xuân tuyệt đẹp của Bác Hồ:

“Non xa xa, nước xa xa
Nào phải thênh thang mới gọi là
Đây suối Lênin, kia núi Mác
Hai tay xây dựng một sơn hà”

Chỉ hơn bốn năm sau, ngày 02/9/1945, sơn hà của Tổ quốc đã được thu về một mối, từ Lạng Sơn đến mũi Cà Mau. Hồ Chí Minh trở thành vị Chủ tịch đầu tiên của nước Việt Nam Dân chủ Cộng hoà. Và mùa Xuân độc lập đầu tiên, Xuân Bính Tuất năm 1946 đã trở về trên toàn cõi đất nước với một sắc màu khác lạ làm gợi nhớ đến một thời Nghiêu Thuấn xa xưa. Vào thời khắc mọi gia đình quây quần bên nhau chuẩn bị đón giao thừa thì vị Chủ tịch nước xắn quần, bước thấp bước cao đến các ngõ hẻm ở phố Sinh Từ, phố Hàng Lọng... để được chính mắt nhìn thấy cảnh Tết vừa, Tết nghèo của bà con lao động Hà Nội mới vừa thoát khỏi ách thực dân phong kiến.

Chính trong cuộc “vi hành” đêm Ba mươi Tết của mùa Xuân độc lập đầu tiên đó, Bác Hồ đã chứng kiến cảnh gia đình một người đạp xích lô “Tết mà không có Tết” ngoài một nén hương đang cháy dở trên bàn, còn chủ nhà thì đang đắp chiếu nằm mê mết vì ốm. Bác đã xúc động lấy khăn lau nước mắt, lặng lẽ bước ra khỏi nhà, bảo đồng chí thư ký ghi lại địa chỉ để hôm sau báo cáo cho đồng chí Chủ tịch Hà Nội biết.

Cũng đêm Ba mươi Tết Bính Tuất đó, đúng giờ giao thừa, khi Đài Tiếng nói Việt Nam truyền khắp đất nước lời chúc mừng năm mới của Chủ tịch Hồ Chí Minh, thì chính Người lại đang vui Xuân cùng nhân dân ở đền Ngọc Sơn, trong vai một cụ già cùng cháu đi hái lộc.

Lần đầu tiên nhân dân Hà Nội, nhân dân cả nước, được hưởng một mùa Xuân mới mẻ, giao thừa nghe đọc thư chúc Tết của Bác Hồ:

“Hỡi đồng bào cả nước!

Hôm nay là mừng một Tết năm Bính Tuất, ngày Tết đầu tiên của nước Việt Nam Dân chủ Cộng hoà. Tôi thay mặt Chính phủ chúc đồng bào năm mới muôn sự tốt lành”.

Cuối thư là một bài thơ ngắn:

“Trong năm Bính Tuất mới
Muôn việc đều tiến tới
Kiến quốc chóng thành công
Kháng chiến mau thắng lợi”

Kể từ mùa Xuân đầu tiên đó, suốt 24 năm làm Chủ tịch nước, mỗi lần Tết đến, Xuân về, Bác lại nghĩ đến dân, lo sao cho dân có một mùa Xuân ấm no, hạnh phúc. Thường thì trước Tết ba tháng, Bác đã nhắc các cơ quan, các ngành chuẩn bị Tết cho dân. Riêng Bác cũng tự mình chuẩn bị sớm ba việc. Tìm ý thơ cho bài thơ mừng năm mới, nhắc văn phòng chuẩn bị thiệp “Chúc Mừng Năm Mới” để kịp gửi đến những nơi xa xôi nhất, kể cả bộ đội ở các vùng rừng núi, hải đảo xa xôi và cán bộ công tác ở nước ngoài.

BÀI HỌC

Bác Hồ tuy đã đi xa, nhưng người Việt Nam cảm thấy như Bác vẫn ở bên cạnh mình. Và cứ mỗi dịp xuân về, nhân dân ta vẫn cảm thấy như có Bác trong ngày Tết ấm áp, vẫn nghe rõ những lời Bác căn dặn qua mấy câu thơ vừa giản dị, vừa sâu sắc:

“Trăm năm trong cõi người ta,
Cần kiệm xây dựng nước nhà mới ngoan,
Mừng xuân, xuân cả thế gian
Phải đầu lẫm phí, cổ bàn mới xuân”.

(Nguồn: <https://www.bqllang.gov.vn/danh-sach-khach-vieng.html?id=3243:mua-xuan-va-nhung-cau-chuyen-y-nghia-ve-bac>)



HỌC TẬP LÝ LUẬN CHÍNH TRỊ

Học tập và làm theo Chủ tịch Hồ Chí Minh về công tác giáo dục lý luận chính trị

Đương thời, Chủ tịch Hồ Chí Minh với cương vị là người lãnh đạo cao nhất của Đảng và cách mạng Việt Nam, Người đã dành nhiều thời gian cho công tác giáo dục lý luận chính trị, để không ngừng nâng cao trình độ lý luận và nhận thức chính trị đối với cán bộ, đảng viên.

Qua nghiên cứu tư tưởng của Người về giáo dục lý luận chính trị, thì đây là vấn đề lớn và rất quan trọng trong sự nghiệp cách mạng của dân tộc ta, có thể nêu ra một số vấn đề cơ bản sau đây:

Chủ tịch Hồ Chí Minh luôn khẳng định vị trí, vai trò to lớn của lý luận, vì vậy, Chủ tịch Hồ Chí Minh yêu cầu cán bộ, đảng viên phải thường xuyên học tập lý luận chính trị để nâng cao nhận thức, giác ngộ cách mạng. Chủ tịch Hồ Chí Minh chỉ ra rằng: Lý luận là sự tổng kết kinh nghiệm của loài người, là sự tổng hợp những tri thức về tự nhiên và xã hội tích trữ lại trong quá trình lịch sử. Lý luận của Chủ nghĩa Mác - Lê nin là sự tổng kết kinh nghiệm của phong trào công nhân từ trước đến nay của tất cả các nước trên thế giới. Do đó, với công việc kháng chiến kiến quốc, lý luận rất quan trọng không hiểu lý luận thì như “Người mù đi đêm”. Người đã chỉ ra rằng: “Tư tưởng không đúng đắn thì công tác ắt sai lầm, trong và ngoài Đảng có nhận thức rõ tình hình mới hiểu rõ nhiệm vụ mới thì tư tưởng mới thống nhất, tư tưởng thống nhất thì hành động mới thống nhất”. Chủ tịch Hồ Chí Minh nói: “Lãnh đạo quan trọng nhất là lãnh đạo tư tưởng, phải hiểu tư tưởng của mỗi cán bộ để giúp đỡ thiết thực trong công tác; vì tư tưởng thông suốt thì làm tốt, tư tưởng nhùng nhằng thì không thể làm được việc”. Chủ tịch Hồ Chí Minh yêu cầu “Cán bộ lãnh đạo và cán bộ các ngành, tư tưởng phải thông, phải thật thông. Phải có quyết tâm khắc phục khó khăn, làm tròn nhiệm vụ...mọi người quyết tâm làm cho được và tin tưởng làm nhất định được”.

Chủ tịch Hồ Chí Minh chỉ rõ: “Nếu đảng viên tư tưởng và hành động không thống nhất, không nhất trí, thì khác nào một mớ cắt rời, trống đánh xuôi, kèn thổi ngược. Như vậy, thì không thể lãnh đạo quần chúng, không thể làm cách mạng”. Vì vậy, Chủ tịch Hồ Chí Minh luôn mong muốn và kỳ vọng làm sao tư tưởng tiên tiến, tư tưởng Xã hội Chủ nghĩa phải trở thành chủ đạo, trường tồn cùng với Đảng, với cán bộ, đảng viên và nhân dân. Chủ tịch Hồ Chí Minh chỉ ra rằng: “Tư tưởng thông suốt thì mọi việc làm đều tốt, phải làm cho tư tưởng Xã hội chủ nghĩa hoàn toàn thắng, tư tưởng cá nhân hoàn toàn thất bại”.

Về học tập lý luận, Chủ tịch Hồ Chí Minh đã chỉ ra rằng: Học để sửa chữa tư tưởng; Hăng hái theo cách mạng, điều đó rất hay nhưng tư tưởng chưa thật đúng là tư tưởng cách mạng, vì thế cần phải học tập để sửa chữa cho đúng, tư tưởng đúng mới khỏi sai lạc và làm tròn nhiệm vụ cách mạng được; học để tu dưỡng đạo đức cách mạng, có đạo đức cách mạng mới hy sinh tận tụy với cách mạng, mới lãnh đạo được quần chúng, đưa cách mạng thắng lợi hoàn toàn; học để hành, “Học với hành phải đi đôi, học mà không hành thì học vô ích,

hành mà không học thì hành không trôi chảy. Học để làm việc, làm người làm cán bộ. Học để phụng sự đoàn thể, giai cấp và nhân dân, Tổ quốc và nhân loại”.

Đối với người dạy, Chủ tịch Hồ Chí Minh yêu cầu: Phải bảo đảm tính chính xác, và sức lay động lan tỏa đối với dân chúng, phải biết cách nói. “Nói thì phải đơn giản, rõ ràng, thiết thực, phải có đầu có đuôi, sao cho ai cũng hiểu được, nhớ được”. Đến một địa phương nào cần phải đi thăm các cụ phụ lão, các người phụ trách, rồi đi thăm các nhà đồng bào dễ gây cảm tình và dễ hiểu biết tình hình địa phương, “Thấy dân làm việc gì, bất kỳ to hay nhỏ, ta cũng ra tay làm giúp. Đó là cách gây cảm tình tốt nhất, nó sẽ giúp cho việc tuyên truyền kết quả gấp bội”. Người cán bộ làm công tác giảng dạy, tuyên truyền phải chủ động học tập nâng cao trình độ, kiến thức, nếu không sẽ lạc hậu, cần luôn luôn nắm vững chủ trương nghị quyết của Đảng, pháp luật của Nhà nước, tập quán, sinh hoạt của nhân dân. Chú trọng nâng cao trình độ lý luận, gắn liền công tác lý luận với thực tiễn cách mạng; phải đi sát thực tế, phải liên hệ mật thiết với quần chúng. Chủ tịch Hồ Chí Minh chỉ ra: “Người tuyên truyền không điều tra, không phân tích, không nghiên cứu, không hiểu biết quần chúng, chỉ gặp sao nói vậy, bạ gì viết nấy, nhất định thất bại”. Người phê phán một số người sính dùng chữ, nhất là thích dùng chữ Hán “Tiếng ta có thì không dùng, mà cứ ham dùng chữ Hán. Dùng đúng đã là một cái hại, vì quần chúng không hiểu, mà cả cán bộ cũng không hiểu. Nhiều người biết không rõ, dùng không đúng, mà cũng ham dùng, cái hại lại càng to”, do đó “Mỗi tư tưởng, mỗi câu nói, mỗi chữ viết, phải tỏ rõ cái tư tưởng và lòng ước ao của quần chúng”. Chủ tịch Hồ Chí Minh yêu cầu người làm cán bộ tuyên truyền phải là tấm gương sáng, Người nói: “Một tấm gương sống còn giá trị hơn một trăm bài diễn văn”, muốn hướng dẫn nhân dân thì tự mình phải mực thước để người ta bắt chước. Đây là phương pháp tuyên truyền không thông qua nói, viết mà bằng việc làm, bằng hành động cụ thể.

Quán triệt sâu sắc tư tưởng của Chủ tịch Hồ Chí Minh về công tác giáo dục lý luận chính trị, trong suốt chặng đường đấu tranh giải phóng đất nước và sự nghiệp xây dựng, bảo vệ tổ quốc Việt nam Xã hội chủ nghĩa, Đảng ta luôn khẳng định vị trí, vai trò hết sức quan trọng của công tác giáo dục chính trị tư tưởng. Những lời dạy bảo ân cần và quý báu của Chủ tịch Hồ Chí Minh luôn là cảm nang là công cụ sắc bén của Đảng ta trong công tác giáo dục chính trị tư tưởng, góp phần “Xây dựng đất nước ta ngày càng đàng hoàng hơn to đẹp hơn” như mong ước của Bác Hồ kính yêu!

(Nguồn: <https://moj.gov.vn/qt/cacchuyenmuc/Pages/nganh-tp-lam-theo-dao-duc-hcm.aspx?ItemID=104>)



THÔNG TIN THỜI SỰ

Thanh niên Trần Văn Hòa “Tỏa sáng nghị lực Việt” năm 2020

Anh Trần Văn Hòa - Chi hội Trưởng Chi hội Khu phố 5, Hội Liên hiệp thanh niên Việt Nam phường Thác Mơ, thị xã Phước Long là 01 trong 64 gương thanh niên khuyết tật tiêu biểu được tuyên dương tại Chương trình “Tỏa sáng nghị lực Việt”, năm 2020. Chương trình do Trung ương Hội LHTN Việt Nam cùng Ủy ban Quốc gia về người Khuyết tật Việt Nam phối hợp tổ chức tại Thủ đô Hà Nội.

Đây là hoạt động thường niên trong những năm gần đây của Trung ương Hội LHTN Việt Nam nhằm tôn vinh các tấm gương thanh niên khuyết tật tiêu biểu, giàu nghị lực, có nhiều đóng góp tích cực cho sự phát triển của cộng đồng. Qua đó góp phần giáo dục, bồi đắp lý tưởng sống tốt đẹp cho thanh niên Việt Nam trong thời kỳ mới.

Vũ Hằng- TB

Chủ tịch UBND tỉnh phát động phong trào thi đua năm 2021

Năm 2021 có ý nghĩa đặc biệt quan trọng, là năm diễn ra Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XIII của Đảng, bầu cử đại biểu Quốc hội khóa XV và đại biểu Hội đồng nhân dân (HĐND) các cấp nhiệm kỳ 2021-2026, là năm đầu tiên thực hiện Kế hoạch phát triển kinh tế - xã hội 5 năm theo Nghị quyết Đại hội Đảng bộ tỉnh lần thứ XI.

Chủ tịch UBND tỉnh yêu cầu Thủ trưởng các sở, ban, ngành, đoàn thể tỉnh, các cơ quan, tổ chức đóng chân trên địa bàn tỉnh, Chủ tịch UBND các huyện, thị xã, thành phố tổ chức thực hiện nghiêm Chỉ thị này và thực hiện đầy đủ chế độ báo cáo định kỳ 6 tháng và tổng kết năm về UBND tỉnh (thông qua Thường trực Hội đồng Thi đua - Khen thưởng tỉnh)./.

Hải Thanh- VH

Sôi nổi giao lưu với doanh nhân Úc, bạn trẻ Việt mong sớm đưa hàng hóa “xuất ngoại” sang xứ sở chuội túi

Mới đây, hơn 50 startup Việt - Úc vừa cùng chia sẻ bí quyết vượt khó trong đại dịch, tìm cách để các sản phẩm, mặt hàng của mình “xuất ngoại” thông qua các sự kiện trực tuyến: Diễn đàn “Vietnam - Australia Biz Matching” và Hội thảo “Technology megatrends driving the future of work”.

Bí thư Tỉnh Đoàn Bình Phước Trần Quốc Duy nhấn mạnh rằng theo Báo cáo gần đây của Trung tâm Nghiên cứu châu Á (Asia Society) và Trung tâm Nghiên cứu APEC tại Đại học RMIT (Úc), Việt Nam là một thị trường đầy tiềm năng của Úc; các nhà xuất khẩu bông, cây trồng, ngũ cốc, thịt bò, thực phẩm chế biến, dịch vụ giáo dục và y tế, thiết bị khai thác mỏ và các công nghệ “Công nghiệp 4.0” tại Úc có những cơ hội lớn ở thị trường Việt Nam. Những sự kiện trực tuyến kể trên sẽ giúp doanh nghiệp Việt - Úc kết nối giao thương, tìm hiểu về thị trường ở 02 nước, hướng đến phát triển bền vững.

Thắng Trân



Tuyên truyền, giáo dục cách mạng



Tàu Ô, xóm Ruộng - Một thời máu và hoa

Vào chiến dịch Nguyễn Huệ (bắt đầu từ ngày 4/4/1972), Bộ Chỉ huy Miền sử dụng 3 sư đoàn bộ binh, gồm: Sư 5, Sư 9 và Sư 7. Sư đoàn 5 giải phóng Lộc Ninh, Sư đoàn 9 giải phóng Bình Long. Riêng Sư đoàn 7 nhận nhiệm vụ chốt chặn Tàu Ô (xóm Ruộng), kết hợp đánh vận động, sau đó chuyển sang chiến đấu phòng ngự khu vực đã chia cách địch trên đường 13. Chiến thuật này nhằm tạo điều kiện cho chiến dịch tiến công mục tiêu then chốt và giữ vững vùng mới được giải phóng. Đơn vị chủ lực trong trận chiến này là Sư đoàn 7. Liên tục suốt 5 tháng (từ ngày 5/4/1972-28/8/1972) trên quốc lộ 13 dài gần 20 km, đoạn từ nam Bình Long đến bắc Chơn Thành dài khoảng hơn 10 km, trọng điểm là khu vực Tàu Ô. Sư đoàn 7 xây dựng khu vực phòng ngự chốt cắt then chốt; đây cũng là nơi có phong trào chiến tranh nhân dân phát triển cao, nên đơn vị có điều kiện để xây dựng thế trận liên hoàn, vững chắc. Sư đoàn 7 đã phối hợp cùng với quân dân địa phương chiến đấu kiên cường suốt 150 ngày đêm...

Địch hủy diệt biến Tàu Ô thành vùng đất trắng

Thực hiện chốt cứng, chặn đứng, giữ vững trận địa dài ngày và không để một tên địch, một xe tăng, xe cơ giới nào vượt qua chốt chặn Tàu Ô. Đồng thời hình thành thế bao vây chia cắt chiến dịch ngay từ đầu, chặn cho được bộ binh, cơ giới thuộc lực lượng của địch lên tăng viện đường bộ và ngăn không cho địch tháo chạy về Sài Gòn. Mục đích của ta giao Sư đoàn 7 chốt chặn Tàu Ô, nhằm đảm bảo cho lực lượng Sư đoàn 5 tiến công tiêu diệt địch giải phóng Lộc Ninh làm thủ đô cách mạng lâm thời miền Nam Việt Nam và Sư đoàn 9 giải phóng căn cứ An Lộc (Bình Long).

Để khơi thông đường 13 và đập tan lực lượng quân giải phóng chốt chặn Tàu Ô. Địch đã huy động toàn bộ lực lượng của Sư đoàn 18, Sư đoàn 21, Sư đoàn 25, Lữ đoàn 15 tăng thiết giáp, 1 Lữ đoàn lính dù và sử dụng ba vạn năm ngàn quả pháo 105, 155ly. Trong ba ngày đầu, địch đã dùng hai phi đội máy bay chiến thuật với 120 lần chiếc đánh vào Tàu Ô; 80 lần chiếc chỉ việc yểm trợ cho bộ binh tấn công trong 2 ngày vào Tàu Ô. Máy bay chiến lược B52, địch dùng 9 phi đội đánh 2 lần vào 2 giờ gần nhau, đánh thành chữ (X) lấy Tàu Ô làm giao điểm từ tây sang đông sâu vào Tàu Ô 800m. Cuộc đọ sức vào những ngày căng thẳng nhất giữa ta và địch. Trước sự hủy diệt của lực lượng không quân, bộ binh và các hỏa lực pháo của địch, Việt cộng vẫn tồn tại và chống trả quyết liệt mỗi ngày. Đại tướng Cao Văn Viên, Tổng tham mưu trưởng quân đội Việt Nam cộng hòa đi máy bay UH1 đáp xuống căn cứ Lai Khê. Tướng Nguyễn Văn Minh, Tư lệnh Quân đoàn 3 và tướng Nguyễn Văn Nghi, Sư đoàn trưởng Sư 21 ra đón. Tướng Viên hỏi: “Các anh nói coi? Tại sao đến nay vẫn chưa khai thông được Tàu Ô? Tàu Ô là cái gì? Anh Minh, anh Nghi và tất cả các anh nói đi. Tổng thống và tướng Uây-OLen đang đợi các anh trả lời câu hỏi đó. Trong ba mặt trận là Hoa Kỳ và Sài Gòn, quan trọng nhất là mặt trận 13. Cấp trên không muốn để cuộc chiến này giằng co mãi”. Tướng Nghi đáp: “Tôi bay quan sát thấy trên mặt đất Tàu Ô lúc này còn ghê gớm hơn cả hình ảnh trên mặt trăng mà nhà du hành vũ trụ của Hoa Kỳ chụp được. Tôi

không thể giải thích được vì sao Cộng sản lại có thể sống được ở đó và lại có thể từ đó trồi lên chặn đứng các cuộc tấn công của ta. Tôi nghĩ rằng cũng như Củ Chi, Cộng quân đào địa đạo xuyên qua đường 13 từ đông sang tây. Khi phi pháo của ta oanh kích, Cộng sản rút xuống đường hầm, hết oanh kích, Cộng sản lại chui lên quạt AK47, B40, ném lựu đạn tấn công chúng ta. Chúng tôi hứa chỉ trong thời gian ngắn sẽ khôi phục lại tình hình như trước, khi Cộng quân khởi sự tấn công”. Nhưng hoàn toàn chúng không đạt được như ý muốn.

“Đoạn gây cản nhất cuộc chiến đấu này với ta rất quyết liệt. Địch dùng cả ba sư đoàn và lữ đoàn tăng thiết giáp, lữ đoàn dù mà vẫn không khơi thông được đường 13. Địch đã dùng mọi phương tiện quân sự hiện đại, hỏa lực hùng hậu nhằm hủy diệt lực lượng quân giải phóng. Khu vực Tàu Ô, hầm chữ A, kể cả ngọn cỏ cũng không còn, tất cả đều bay hết. Qua đó, thấy được lượng bom đạn địch dội xuống đây nhiều đến mức nào? Ta và địch đánh nhau và tranh nhau từng hố bom, lấy hết thức ăn của địch và súng đạn địch để đánh. Địch và ta quạt lộn nhau trên từng mét đất. Lực lượng của ta hy sinh trong cuộc chiến này, riêng Sư đoàn 7 hy sinh 981 người, lực lượng địa phương hy sinh 120 người”, Thiếu tướng Nguyễn Ngọc Doanh nói.

Ý nghĩa, thắng lợi của trận chiến Chốt chặn Tàu Ô

Trong suốt 150 ngày đêm trấn giữ chốt chặn Tàu Ô, lực lượng vũ trang Sư đoàn 7 đã tổ chức đánh gần 800 trận lớn nhỏ với nhiều hình thức khác nhau như: đánh phục kích, tập kích, vây ép... tiêu diệt 8.189 tên; bắt 211 tên ngụy; bắn rơi và phá hủy 119 máy bay các loại; phá hủy 202 xe các loại, 102 khẩu pháo, 20 hầm đạn và nhiên liệu, 3 hệ thống siêu tần số; thu 390 súng các loại.

Địch thiệt hại nặng và buộc chúng phải rút chạy khỏi khu vực tác chiến, từ bỏ ý đồ giải tỏa đường 13. Chiến thắng chốt chặn Tàu Ô trên đường 13 đã làm cho Mỹ - ngụy khiếp vía. Đây là chiến công oanh liệt của Sư đoàn 7 cùng với quân dân địa phương đã góp phần quan trọng vào thành tích chung của chiến dịch Nguyễn Huệ, trong cuộc tiến công chiến lược năm 1972, đưa cuộc kháng chiến chống Mỹ của dân tộc ta bước sang một giai đoạn mới, buộc Mỹ phải ngồi vào bàn đàm phán để bàn về vấn đề chấm dứt chiến tranh ở Việt Nam.

(Trích nguồn: <http://www.trian.com.vn/tin-tuc/chien-truong-xua-3571/cuoc-chien-dau-bi-trang-tai-chot-chan-tau-o-371502>)

THANH NIÊN VỚI PHÁP LUẬT

KHÁM CHỮA BỆNH BHYT ĐÚNG TUYẾN

(Thông tư 30/2020/TT-BYT)



Địa chỉ...

Đến đúng nơi cơ sở khám chữa bệnh ban đầu ghi trên thẻ BHYT



Đến khám, chữa bệnh tại tuyến xã, huyện khác trong cùng tỉnh



Cấp cứu



Chuyển tuyến khám chữa bệnh BHYT theo quy định



Có giấy hẹn khám lại khi đã được chuyển tuyến



Phải điều trị ngay sau khi hiến bộ phận cơ thể



Trẻ sơ sinh điều trị ngay sau khi sinh



Có giấy tờ chứng minh đang công tác, làm việc... tại nơi khác và khám chữa bệnh tại nơi cùng tuyến với cơ sở đăng ký khám chữa bệnh ban đầu ghi trên thẻ BHYT



Những cách giúp “cai nghiện” điện thoại thông minh

Xem smartphone như “chế độ ăn”



Xác định “đồ ăn vặt” ít chất dinh dưỡng về công nghệ là gì, từ đó cân nhắc nhu cầu thực sự cần sử dụng email, facebook, instagram...



Áp dụng quy tắc “hết giờ làm việc”



Hạn chế sử dụng trong giờ ăn trưa, lúc đi lại hay về nhà vào buổi chiều tối

Xóa bớt lời nhắc trên điện thoại



Chỉ nên cài đặt một số thông báo cần thiết



Đặt giới hạn

Kiểm soát hợp lý thời gian sử dụng email theo giờ giấc nhất định



Để ẩn các ứng dụng mạng xã hội

Đưa các ứng dụng mạng xã hội có khả năng “gây nghiện” cao ẩn vào các thư mục hoặc thay mật khẩu thường xuyên



Định vùng không dùng smartphone

Tự đặt những nơi, trường hợp nhất định không dùng điện thoại như phòng ngủ, phòng tắm, nhà bếp, giờ họp, kỳ nghỉ...


TÁC GIẢ - TÁC PHẨM





Nguyễn Trọng Tạo

Người nghệ sỹ đa tài


NHẠC SỸ

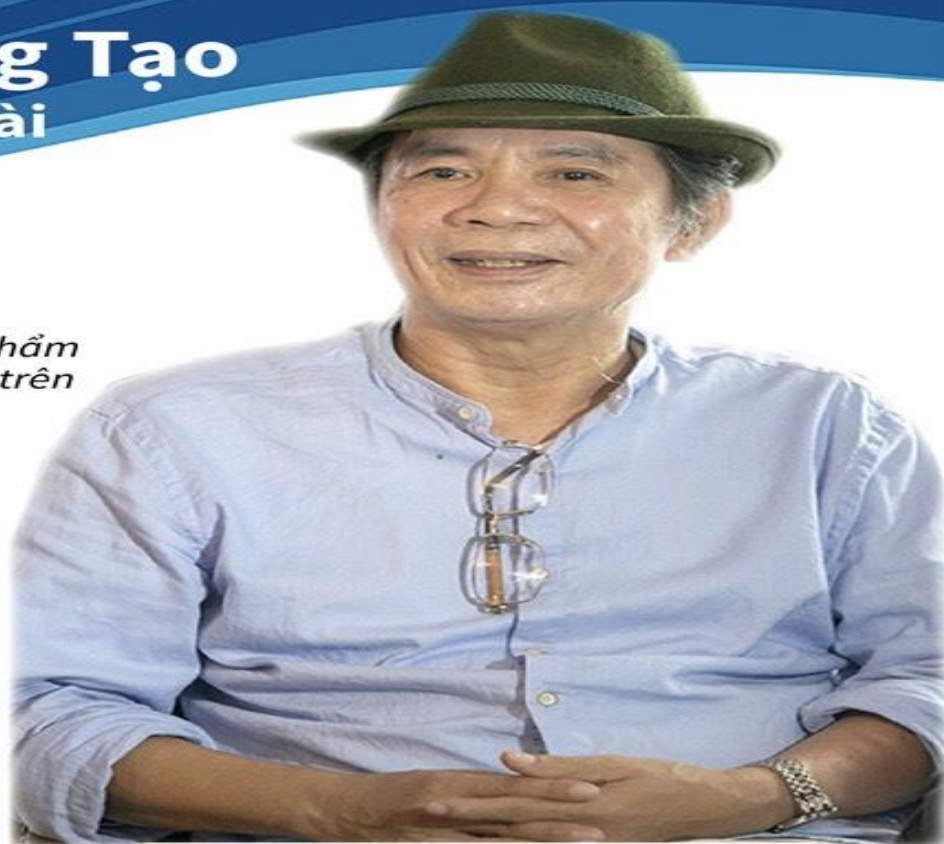
 Trong kháng chiến chống Mỹ cứu nước, ông có nhiều tác phẩm được biểu diễn và phát sóng trên Đài Tiếng nói Việt Nam như: **Đất nước Bác Hồ và cuộc hành quân không nghỉ, Cái dốc nó cao...**

 Sau 1975, ông có nhiều ca khúc nổi tiếng gắn liền với tình yêu quê hương, đất nước như: **Làng Quan họ quê tôi, Đôi mắt dò ngang, Khúc hát sông quê...**

 Một số tác phẩm được trình diễn tại Đức, Nga, Ba Lan, Trung Quốc, Canada, Mỹ...

NHÀ THƠ

 Tác giả của những tập thơ, truyện, trường ca như: **Đồng dao cho người lớn, Nương Thân, Thế giới không còn trắng, Con đường của những vì sao (Trường ca Đồng Lộc), Miền quê thơ ấu...**



Nhà thơ, nhạc sĩ, nhà báo, họa sĩ
Nguyễn Trọng Tạo

Ngày sinh: 25/8/1947 tại Nghệ An
Ngày mất: 7/1/2019 tại Hà Nội

Học vấn
**Tốt nghiệp Trường
Viết văn Nguyễn Du khóa I**

★
**Giải thưởng Nhà nước về Văn học
Nghệ thuật 2012**



MÔ HÌNH KINH NGHIỆM

Thành công từ sữa bắp non

Những năm qua, thanh niên huyện Lộc Ninh đã mạnh dạn với cách nghĩ, cách làm trong khởi nghiệp phát triển kinh tế và không ít bạn trẻ đã thành công. Mô hình sữa bắp non của thanh niên Trương Vĩnh Sang (SN 1989) là một điển hình tiêu biểu.

Sau nhiều năm cùng gia đình trông tiêu phát triển kinh tế, khi giá tiêu bấp bênh, nhất là 2 năm gần đây xuống thấp, nguồn thu không đủ trang trải cuộc sống, tháng 8-2018, thanh niên Trương Vĩnh Sang ở ấp 6, xã Lộc Thuận đã quyết định khởi nghiệp bằng con đường kinh doanh. Sang cho biết: “Thời gian gần đây, tôi thấy ở thành phố Hồ Chí Minh, người tiêu dùng rất nhạy cảm với sữa tươi không rõ nguồn gốc, đồng thời giảm lượng nước ngọt vì chứa rất nhiều đường, không tốt cho sức khỏe nên mọi người chuyển sang dùng sữa bắp non. Nắm bắt thị hiếu của người tiêu dùng ở thành phố và hiện tại ở huyện Lộc Ninh chưa phát triển nghề làm sữa bắp non, nên tôi quyết định đầu tư làm sữa bắp non bán”.



Thanh niên Trương Vĩnh Sang khởi nghiệp từ mô hình sản xuất sữa bắp non

Sau đó, anh Sang đã tham gia lớp học chế biến sữa bắp tại Công ty Vinaorganic (TP. Hồ Chí Minh) và đầu tư 200 triệu đồng mua máy nấu sữa bắp, tủ đông lạnh, máy in hạn sử dụng, xây nhà xưởng và thành lập cơ sở sản xuất sữa bắp non Vĩnh Sang. Ban đầu do là sản phẩm mới nên người tiêu dùng chưa mặn mà với sữa bắp non. Mỗi ngày cơ sở sản xuất sữa bắp non Vĩnh Sang chỉ cung cấp từ 60-120 chai, loại 330ml/chai. Dần dần khách hàng thân thuộc và tin tưởng lợi ích do sữa bắp mang lại nên cơ sở sản xuất đã mở rộng thị trường,

không chỉ cung cấp tại các xã, thị trấn trong huyện mà thương hiệu sữa bắp non Vĩnh Sang đã đến với khách hàng ở Bù Đốp, Bình Long, với 600 chai loại 330ml/ngày. Nguyên liệu anh Sang dùng để chế biến thành phẩm sữa gồm: đường nước, sữa bột Mã Lai, phụ gia làm đặc sữa, đều được nhập từ thành phố Hồ Chí Minh. Riêng bắp non, anh đặt hàng từ chợ Hóc Môn (TP. Hồ Chí Minh) trung bình 2 ngày nhập 5 bao, với số lượng 80 trái nên bắp lúc nào cũng tươi ngon.

Với các ưu điểm hỗ trợ tốt cho tiêu hóa, cung cấp dinh dưỡng... mà sữa bắp mang lại, cộng với khâu chế biến đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm, các nguyên liệu có nguồn gốc rõ ràng, cơ sở sản xuất sữa bắp non Vĩnh Sang của anh Sang đã được Bộ Y tế cấp giấy chứng nhận an toàn thực phẩm. Cơ sở tạo việc làm thường xuyên cho 6 thanh niên địa bàn, với mức lương 4 triệu đồng/người/tháng.

Bí thư Đoàn xã Lộc Thuận Hoàng Thị Hà cho hay: Hiện trên địa bàn xã có 2 mô hình khởi nghiệp phát triển kinh tế của thanh niên đem lại hiệu quả cao, trong đó tiêu biểu có mô hình của thanh niên Trần Vĩnh Sang. Đây là mô hình mới, đầu tiên không chỉ trên địa bàn xã mà còn toàn huyện Lộc Ninh. Tất cả nguyên liệu làm sữa bắp đều tự nhiên, không hóa chất độc hại và các nguyên, vật liệu có nguồn gốc rõ ràng, quy trình sản xuất áp dụng tiến bộ khoa học, kỹ thuật. Đoàn xã đã vận động đoàn viên thanh niên tham gia học hỏi mô hình này để nhân rộng, phát triển kinh tế.

Hướng đi đúng, cộng với sự đam mê đã góp phần làm nên thành công trên con đường khởi nghiệp của thanh niên Trương Vĩnh Sang. Sau 10 tháng hoạt động, hiện nay trung bình mỗi tháng sau khi trừ chi phí và trả lương cho công nhân, cơ sở sản xuất sữa bắp non Vĩnh Sang thu lợi nhuận 10 triệu đồng. Anh Sang cho biết thêm: Hiện sữa bắp non, tôi bỏ mỗi tại các điểm tạp hóa trong và ngoài huyện với giá 45.000 đồng/lốc 6 chai loại 330ml. Tôi đang đặt hàng mua máy nấu sữa bắp non lớn hơn, phấn đấu mỗi ngày cung cấp ra thị trường từ 2.000-3000 chai sữa bắp non, tương đương 660.000-990.000ml.

Với cách làm bài bản, tin rằng thương hiệu “Sữa bắp non Vĩnh Sang” sẽ ngày càng vươn xa, góp phần tạo việc làm cho nhiều lao động tại địa phương. Hy vọng thời gian tới, trên địa bàn huyện Lộc Ninh sẽ ngày càng có nhiều thanh niên mạnh dạn khởi nghiệp và khởi nghiệp thành công từ các mô hình phát triển kinh tế không chỉ trong lĩnh vực nông nghiệp mà còn cả lĩnh vực kinh doanh các ngành nghề.

(Nguồn <http://baobinhphuoc.com.vn/Content/thanh-cong-tu-sua-bap-non-47310>)



NGHỆ THUẬT SỐNG



10 MẸO NHỎ ĐỂ CUỘC SỐNG ĐƠN GIẢN

Ngày nay, chúng ta thường nghĩ rằng nhu cầu vật chất là quan trọng nhất. Nhiều vật chất hơn sẽ tốt hơn và theo cách nào đó nó phản ánh địa vị của chúng ta trong xã hội.

Thành công được đo lường bằng việc có nhiều tiền, có một ngôi nhà to với đầy đủ tiện nghi, có xe hơi, điện thoại đắt tiền và thậm chí còn được đo lường bằng việc chúng ta có bao nhiêu bạn bè.

Sống đơn giản hơn có thể cải thiện cách suy nghĩ, cảm nhận và khám phá thế giới. Dưới đây là 10 cách giúp bạn có cuộc sống đơn giản để dành chỗ cho hạnh phúc và niềm vui.

1. Loại bỏ những suy nghĩ tiêu cực

Bản chất tự nhiên khiến chúng ta mất nhiều thời gian suy nghĩ tiêu cực mà chẳng đem lại lợi ích gì cho cuộc sống. Khi chúng ta đối mặt với những cảm xúc tiêu cực này, chúng sẽ trở nên nguy hiểm hơn nhiều vì sức lan tỏa nhanh chóng và gây nên sự u sầu.

Những suy nghĩ tiêu cực như sự ai oán, phẫn uất, đố kỵ và ghen ghét hoàn toàn không có lợi mà còn khiến chúng ta trở nên đáng thương thảm hại.

Con người có khả năng kiểm soát suy nghĩ rất tốt vì vậy hãy chọn cách giảm những suy nghĩ và cảm giác tiêu cực đi. Học cách tha thứ, suy nghĩ và nhìn vào những khía cạnh tích cực của cuộc sống.

2. Giảm thời gian ngồi trước màn hình

Chúng ta có xu hướng dành nhiều thời gian sử dụng máy vi tính hoặc tivi. Nghiện xem những chương trình truyền hình nhiều tập, chúng ta thường ngồi hàng giờ hoặc suốt đêm dán mắt vào màn hình tivi. Hay những người có công việc đòi hỏi thường xuyên làm việc trên máy tính.

Xem tivi, các video trên youtube hay chơi điện tử trên máy vi tính có thể là 1 hình thức giải trí khá hay để thoát khỏi áp lực thực tại, nhưng nếu lạm dụng quá nhiều có thể gây ra tác động xấu đến quan điểm và thái độ sống của bạn. Bạn sẽ không nhận thức được lượng thời gian đã dành cho những hoạt động này thay vì có thể sử dụng chúng một cách có lợi và hiệu quả hơn trong những hoạt động bổ ích khác.

3. Hạn chế dùng những từ vô nghĩa

Điều này không có nghĩa là bạn phải giữ im lặng. Tuy nhiên, hãy chú ý tới những gì bạn nói. Chúng có tích cực không? Có chân thật không? Có ý nghĩa gì không? Hay bạn chỉ thốt ra những lời đó theo kiểu tọc mạch, ghen ghét hay đố kỵ?

Chúng ta không ai hoàn hảo và hầu hết chúng ta có xu hướng thích dùng những từ mà chúng ta biết rằng không nên dùng. Hãy loại bỏ những từ ngữ sáo rỗng không liên quan tới những điều bạn muốn nói hay suy nghĩ. Chất lượng luôn tốt hơn số lượng.

4. Giảm tiếp cận các mạng xã hội

Mạng xã hội luôn hiện hữu trong đời sống hằng ngày của chúng ta, thế nên hiếm ai lại không sử dụng Facebook, Instagram hay Twitter. Thế nhưng mặc cho những mặt tích cực mà mạng xã hội mang lại, nếu cứ bị ám ảnh bởi cuộc sống của “bạn bè ảo” có thể khiến chúng ta bế tắc.

Có những lúc khi cuộc sống không theo ý mình, chúng ta lại hay so sánh với người khác nhưng lại quên rằng chúng ta chỉ nhìn vào lúc hạnh phúc nhất của người khác. Chúng ta không bao giờ thực sự nhìn thấy bức tranh toàn cảnh và điều này có thể khiến chúng ta cảm thấy không hài lòng và buồn bã.

Nhận thông báo từ bạn bè trên mạng xã hội có thể khiến chúng ta thấy quan trọng nhưng nó chỉ là trong thoáng chốc và sự quan trọng vô nghĩa này thật sự chẳng giúp ích gì cho cuộc sống của chúng ta cả. Một khi bạn thực sự giảm thời gian dùng các mạng xã hội thì bạn sẽ có nhiều thời gian hơn để làm những việc có ích khác.

5. Xem xét lại tài sản của mình

Khối lượng tài sản chúng ta sở hữu có thể gây hại cho chính chúng ta. Chúng khiến bạn quên đi người khác và bỏ ngoài tai thế giới xung quanh và thậm chí là giá trị của bản thân.

Luôn chạy theo vật chất và ham muốn có được những món đồ hợp thời nhất thường là dấu hiệu cho thấy chúng ta đang tập trung vào hạnh phúc sai cách. Thực tế, chúng khiến chúng ta tiêu tốn sức lực và sự tập trung (chưa kể tiền bạc), trong khi chúng ta nên dành sức lực và tinh thần để làm những chuyện có ích hơn.

Có ít của cải hơn sẽ giúp chúng ta biết trân trọng những thứ đang có và nuôi dưỡng tinh thần vui vẻ hơn.

6. Thanh toán các khoản nợ

Cách sử dụng tiền bạc chỉ rõ tại sao chúng ta lại nợ nần, giàu có hay nghèo khổ. Và tiếc là hầu hết nhiều người trong chúng ta không biết cách tiêu xài tiền bạc.

Nếu bạn đang mắc nợ, hãy bắt đầu từng bước để trả hết nợ. Đặt ra kế hoạch trả nợ cho từng tháng cho dù số tiền đó không nhiều.

Bất cứ động thái nào giúp bạn thanh toán bớt nợ, dù rằng nhỏ nhất, cũng sẽ mang lại cảm giác tự do tài chính hơn vào ngày hôm sau, tháng sau hay năm sau.

7. Hạn chế ăn các loại thực phẩm không lành mạnh

Nhận thức rõ những gì chúng ta đưa vào cơ thể là điều hết sức quan trọng. Hãy cố gắng chủ động loại bỏ thực phẩm có hại khỏi thực đơn của bạn.

Thức ăn chứa hàm lượng đường tinh luyện, muối, chất béo chuyển hóa, hương liệu nhân tạo và ngũ cốc tinh chế cao có thể gây hại nếu ăn thường xuyên. Giảm lượng thức ăn độc hại không chỉ giúp bạn cảm thấy khỏe hơn và nhiều năng lượng hơn mà còn giúp cho cuộc sống bạn đơn giản hơn về lâu dài.

Ngoài ra, việc hướng đến một cuộc sống lành mạnh có thể nhanh chóng giảm các loại bệnh mà chúng ta phải đối mặt, đặc biệt khi lớn tuổi.

8. Giảm số lượng mục tiêu bạn đặt ra cho bản thân

Với nỗ lực cải thiện chính mình và biến mình thành con người hoàn hảo hơn, chúng ta thường đặt ra các mục tiêu. Điều này rõ ràng là tốt, nhưng có quá nhiều mục tiêu có thể ngăn cản chúng ta đạt được chúng vì mức độ tập trung bị phân tán.

Bằng cách chỉ đặt ra 1 hoặc 2 mục tiêu quan trọng, bạn vừa có thể tập trung và tỷ lệ thành công sẽ cao hơn. Một khi bạn đã hoàn tất một mục tiêu thì tiến tới mục tiêu tiếp theo, điều này sẽ loại bỏ căng thẳng, khiến bạn thấy mọi thứ có trật tự và hài lòng, vì bạn biết rằng bạn đã dành 100% sức lực và sự tập trung vào nó.

9. Không làm nhiều công việc cùng lúc và loại bỏ cảm giác muốn bận rộn

Cũng giống như việc đặt ra quá nhiều mục tiêu, ngày nào cũng làm nhiều việc cùng lúc có thể gây ra căng thẳng và lo lắng không mong muốn. Đừng ôm đồm quá nhiều thứ hay cho rằng bận rộn mới là cách bạn sống một cuộc sống trọn vẹn.

Quá bận rộn và làm việc quá sức khiến chúng ta đánh mất những giây phút thực tại. Nhận ra hạnh phúc trong từng khoảnh khắc là điều rất quan trọng.

Giải quyết nhiều việc cùng lúc có thể cũng dẫn đến kiệt sức nếu chúng ta cứ quay vòng vòng cố gắng hoàn thành chúng. Cuộc sống đơn giản bằng cách hoàn thành từng việc một và cũng nên nghỉ ngơi thư giãn để lấy lại sức cho việc tiếp theo.

10. Đơn giản hóa việc tuân thủ thời gian

Thời gian không chờ đợi ai, từng giờ từng ngày dường như trôi qua rất nhanh. Chúng ta cứ tuân theo giờ giấc hằng ngày và mọi thứ cần phải được hoàn thành trước hoặc kịp lúc.

Hãy cố gắng thoát khỏi việc phải hoàn thành công việc, hoạt động hay mục tiêu trong 1 thời gian giới hạn. Không những điều này giải phóng tinh thần của bạn khỏi áp lực mà còn cho phép bạn làm việc theo đúng nhịp độ của bạn, nhịp độ khiến bạn cảm thấy vui vẻ hơn.

(Nguồn: <https://doanhnhansaigon.vn/di-nghi-viet/10-meo-nho-de-co-cuoc-song-don-gian-1084829.html>)



TIẾNG ANH MỖI NGÀY



all
(toàn bộ)

All đứng trước:

- danh từ đếm được số nhiều
- danh từ không đếm được



*I drank **some** milk.*
(Chú mèo đã uống một ít sữa.)

most
(phần lớn, hầu hết)

Most đứng trước:

- danh từ đếm được số nhiều
- danh từ không đếm được



***Most** toys are mine.*
(Hầu hết đồ chơi là của tôi.)

no
(không)

No đứng trước:

- danh từ đếm được số ít/ nhiều
- danh từ không đếm được



*He has **no** wife.*
(Anh ấy không có vợ.)

(a) little

(A) little đứng trước danh từ không đếm được

a little
(một ít)

*I have **a little** money.*
(Tôi có một ít tiền.)



little

(ít/ hầu như không)

*I have **little** money.*
(Tôi có ít tiền.)

mang tính tiêu cực,
không như mong đợi

(a) few

(A) few đứng trước danh từ đếm được số nhiều

a few
(một ít)

*I have **a few** friends.*
(Tôi có một vài người bạn.)



few

(ít/ hầu như không)

*I have **few** friends.*
(Tôi có ít bạn.)

mang tính tiêu cực,
không như mong đợi

! Lưu ý: Phân biệt tính từ bất định và đại từ bất định

Tính từ bất định

+

Danh từ

Tính từ bất định luôn được theo sau bởi danh từ mà nó bổ nghĩa.

Tính từ bất định đi kèm với danh từ "people" và bổ nghĩa cho "people".



*I have met **many** people.*
(Tôi đã gặp nhiều người.)

Đại từ bất định

Đại từ bất định chỉ đứng một mình.

Đại từ bất định "most" đứng một mình.



***Most** are friendly.*
(Hầu hết thì thân thiện.)

