

**BAN CHỈ ĐẠO ĐỀ ÁN ĐOÀN KẾT TẬP HỢP THANH NIÊN
CÔNG NHÂN TỈNH BÌNH DƯƠNG GIAI ĐOẠN 2011 - 2015**

TÀI LIỆU

SINH HOẠT CHI HỘI THANH NIÊN CÔNG NHÂN

Tháng 01/2015

Chủ đề tháng:

**Tuổi trẻ Bình Dương
Chào Mừng 18 Năm Ngày Tái Lập Tỉnh Bình Dương
(1/1/1997 – 1/1/2015)**

SỐ 38/2015 - LƯU HÀNH NỘI BỘ

MỤC LỤC

1. Học tập và làm theo lời Bác - Sống đẹp vì cộng đồng	3
2. Theo dòng lịch sử	4
3. Mô hình – kinh nghiệm	10
4. Sổ tay nghiệp vụ	11
5. Bạn cần biết	12
6. Góc Kỹ năng..	19
7. Trang Dân số - Sức khỏe – Môi trường.....	20
8. Thanh niên và nghề nghiệp	23
9. Thanh niên và pháp luật	26
10. Bài hát thanh niên	29
11. Góc thư giãn	30
12. Nghệ thuật sống.....	31

Chịu trách nhiệm nội dung:

Phạm Hồng Thắng - Phó Bí thư Tỉnh Đoàn - Tổ trưởng Tổ Biên tập

Nguyễn Thị Lê An - Phó Chủ tịch TT Hội LHTN tỉnh - Tổ phó

Nguyễn Thị Lanh – Phó văn phòng Hội LHPN tỉnh – Tổ phó

Biên tập, thiết kế:

Ban Biên tập Website Tỉnh Đoàn

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

Mẫu chuyện kể về Bác:

BÁC HỒ VÀ CÁI TẾT ẤN TƯỢNG

Đó là Tết Kỷ Sửu (1949) ở Sơn Dương, Tuyên Quang

Ngày 10-1-1949, theo lệnh của Bác, cơ quan Phủ Chủ tịch di chuyển từ xã Trung Trục, huyện Yên Sơn đến Lũng Tầu, xã Tân Trào, huyện Sơn Dương, tỉnh Tuyên Quang. Khi cơ quan đã ổn định xong nơi ăn chỗ ở, thì Tết đã đến gần. Năm ấy, ông Hồ Tùng Mậu, Tổng thanh tra Chính phủ được cơ quan bầu làm Trưởng Ban Tổ chức Tết Kỷ Sửu. Ông Hồ Tùng Mậu tổ chức một buổi họp chuyên bàn về việc đón Tết cho cơ quan. Khi cuộc họp đang diễn ra sôi nổi với những quyết định về trang trí, hái hoa, văn nghệ, thể thao... thì Bác Hồ đến. Bác hỏi:

Tết năm nay, ta tổ chức vui như thế nào?

Thưa Bác, chúng cháu đang bàn đây ạ! Ông Hồ Tùng Mậu trả lời.

Bác hỏi tiếp:

Thế đã bàn mục pháo chưa?

Dạ chưa ạ!

Một số anh em bàn tán xôn xao về chuyện lấy pháo ở đâu. Thấy vậy, ông Hồ Tùng Mậu liền hỏi ý kiến của Bác:

Thưa Bác, rừng núi như thế này thì kiếm đâu ra pháo...

Bác cười, chỉ tay ra rừng núi:

Pháo ở rừng đấy, tha hồ!

Anh em có mặt trong buổi họp cùng à lên và hiểu rằng, đốt lửa thì núi nổ, đấy là pháo, thứ pháo thực vật rất thiên nhiên, gần gũi với con người.

Sau đó, Bác còn “đạo diễn” nhiều hình thức vui Tết nữa rồi mới về.

Ông Hồ Tùng Mậu đề nghị anh em đi chặt nữa, bó lại thành những bó ngắn, vừa dễ vác, dễ xếp đống, khi đốt lại gọn. Đống nữa ở sân cứ cao dần, khô dần và ngày của cuối năm Tý cũng hết. Anh em trong cơ quan tuy rất mong Bác đến sớm nhưng lại đoán phải mừng hai, mừng

ba gì đó Bác mới có thời gian sang thăm cơ quan được. Nhưng, đúng đêm 30, giao thừa thì Bác tới. Mọi người chạy ùa ra đón Bác, tranh nhau nói một câu chúc Tết Bác. Bác vui vẻ chúc lại mọi người rồi chỉ một chỗ thuận tiện bảo anh em xếp nửa đốt. Bác nói:

- Tết này, Bác ăn Tết lửa trại với các chú.
Lửa bốc lên, nửa nổ lép bép như tràng pháo tiếp nhau, nghe rất vui tai. Việc đầu tiên là Bác mở chiếc túi vải đeo bên mình ra rồi nói:

- Đây là quà Tết đồng bào tặng Bác. Bác biếu các chú...
Bác đưa tận tay từng cán bộ, chiến sĩ mỗi người một quả cam. Sau đó, mọi người trong cơ quan ca hát, cầm tay nhau nhảy quanh ngọn lửa trại ấm cúng đầy tình cảm gia đình cách mạng.

Đêm ấy, Bác nghỉ lại cơ quan. Sáng Mùng một Tết, Văn phòng tổ chức chúc Tết năm mới Bác. Bác cảm ơn rồi bảo mọi người ngồi lại nghe Bác kể chuyện về tình hình thế giới, tình hình trong nước. Bác cho biết, quân ta vừa thắng địch ở Ba Thá, Tế Tiêu (Hà Đông), Ý Yên (Nam Định) và đặc biệt ở Thừa Thiên, Quảng Nam, Đà Nẵng ta đánh đoàn tàu gần 20 toa xe, phục kích ở đèo Hải Vân phá hủy mấy chục xe, diệt hàng trăm tên địch. Bác khuyên mọi người thi đua làm tròn nhiệm vụ ở hậu phương để xứng đáng với tiền tuyến.

Khi mọi người trong cơ quan chuẩn bị thi đấu bóng chuyền, Bác nói:

- Để Bác làm trọng tài cho. Các chú chia thành đội ra chơi đi.

Trước khi hai đội chào nhau vào trận đấu, Bác giơ tay thổi một tiếng còi tuyên bố:

- Đội nào thắng, sẽ được trọng tài chính thưởng mỗi người một điều thuốc lá thơm. Cuộc đấu bóng chuyền diễn ra thật sôi nổi, hấp dẫn và gay go, vì đội nào cũng muốn giành phần thắng. Nhưng cuối cùng cũng có bên được, bên thua. Bên thắng xếp hàng ngay ngắn, chỉnh tề, hân hoan. Đội trưởng hô nghiêm rồi báo cáo:

- Thưa Bác, chúng cháu thắng ạ!

- Bên thua, thấy vậy cũng làm lễ chào ra xếp vội hàng báo cáo:

- Thưa Bác, chúng cháu cũng thắng đấy ạ. Thắng một séc ạ.

- Các cổ động viên thấy thế cũng chạy tới xếp hàng:

- Thưa Bác, thưa Bác, chúng cháu cũng thắng đấy ạ. Bác cười rất vui rồi nói:

Đúng, năm nay sẽ là năm đại thắng lợi, không ai được phép thua cả... Nói xong, Bác thưởng cho mỗi người một điều thuốc lá. Ai nấy đều hơn hờ, phấn khởi, chỉ duy có một chiến sĩ cảnh vệ là buồn ra mặt, lẩm bẩm nói một mình:

Thế là hết tiêu chuẩn cả ngày của Ông Cụ rồi...

Như biết ý người cảnh vệ, trên đường về, Bác cứ khen mãi là anh em mình “thông minh”.

Nguồn: (Theo 117 Chuyện kể về Tám gương đạo đức Hồ Chí Minh)

THEO DÒNG LỊCH SỬ: NGÀY NÀY NĂM ẤY

- Ngày 06/01/1946 : Ngày Tổng tuyển cử bầu Quốc hội đầu tiên của nước Việt Nam DCCCH
- Ngày 07/01/1979: Ngày Chiến thắng biên giới Tây Nam chống quân xâm lược
- Ngày 09/01/1950: Kỷ niệm ngày truyền thống Học sinh sinh viên Việt Nam
- Ngày 11/01/1960: Ngày tết trồng cây
- Ngày 27/01/1973: Ký hiệp định Paris về chấm dứt chiến tranh, lập lại hoà bình ở Việt Nam
- Ngày 29/01/1258: Kỷ niệm chiến thắng Nguyên - Mông lần thứ nhất

Ngày 06/01/1946 : Ngày Tổng tuyển cử bầu Quốc hội đầu tiên của nước Việt Nam Dân Chủ Cộng Hoà

Ngày 6 tháng 1 năm 1946, báo chí xuất bản hôm đó đều dành vị trí trang trọng nhất, giới thiệu cuộc tổng tuyển cử đầu tiên trong lịch sử dân tộc. Báo Sự Thật ghi lên đầu trang nhất dòng chữ đậm nét: "Tất cả hãy đến thùng phiếu". Báo Quốc hội in hình Hồ Chủ tịch với lời khuyên của Người: "Khuyến đồng bào nam nữ 18 tuổi trở lên, hôm nay tất cả đều đi bỏ phiếu để bầu những đại biểu xứng đáng vào hội đầu tiên của nước ta

Chỉ hơn 4 tháng sau ngày Độc Lập, toàn thể nhân dân ta đón chào ngày hội lớn - ngày Tổng tuyển cử. Dưới ách thống trị tàn bạo của đế quốc và phong kiến, người dân Việt Nam bị tước đoạt mọi quyền dân chủ. Cách mạng tháng Tám đã thổi một luồng gió mới vào mọi mặt của đời sống xã hội, đem lại quyền làm chủ cho mỗi công dân. Lần đầu tiên, mọi người được tự do thảo luận, bàn bạc và chọn lựa những đại biểu xứng đáng vào Quốc hội của nước Việt Nam Dân chủ Cộng hòa. Nhưng cuộc bầu cử diễn ra trong một hoàn cảnh chính trị rất phức tạp, ở Nam Bộ và Nam Trung Bộ, thực dân Pháp đã mở rộng cuộc chiến tranh xâm lược. Chúng âm mưu chia cắt lâu dài đất nước ta, dựng lên chế độ "Nam Kỳ tự trị" với một chính phủ bù nhìn tay sai. ở phía Bắc, 18 vạn quân Tưởng lấy danh nghĩa đồng minh tràn vào tước vũ khí quân Nhật. Chúng kéo theo bè lũ tay sai Việt Nam quốc dân đảng, Việt Nam cách mệnh đồng minh hội... về nước, hòng chiếm lấy chính quyền. Ý thế bọn Tưởng, những tên Việt gian hoành hành dữ dội, nói xấu chính phủ lâm thời, phá hoại tổng tuyển cử và gây ra nhiều vụ cướp của, giết người rất dã man. Mặc dầu bọn chúng dùng nhiều thủ đoạn bỉ ổi để đe dọa và xuyên tạc, nhân dân các nơi vẫn phân biệt được trắng đen, bày tỏ niềm tin tưởng vào những đại biểu Việt Minh và những người yêu nước chân chính. Nhân dân Hà Nội rất phấn khởi khi được tin Hồ Chủ tịch ứng cử ở Thủ đô; 118 vị đại biểu các tầng lớp ở ngoại thành Hoàng Diệu (tức là Hà Nội) đã gửi thư "đề nghị cụ Hồ Chí Minh không phải ứng cử trong cuộc tổng tuyển cử này và suy tôn cụ là Chủ tịch vĩnh viễn của nước

Việt Nam Dân chủ Cộng hòa". Hồ Chủ tịch đã gửi lời cảm tạ và nói: "Tôi là một công dân nước Việt Nam Dân chủ Cộng hòa nên không thể vượt qua thể lệ tổng tuyển cử đã định". Trong lời phát biểu ngày 5 tháng 1, Người kêu gọi "Ngày mai là một ngày sẽ đưa quốc dân ta đến con đường mới mẻ. Ngày mai là một ngày vui sướng của đồng bào ta, vì ngày mai là ngày Tổng tuyển cử, vì ngày mai là ngày đầu tiên trong lịch sử Việt Nam mà nhân dân bắt đầu được hưởng quyền dân chủ của mình".

Từ sáng sớm ngày 6 tháng 1, nhân dân Hà Nội đã nô nức đi bỏ phiếu với nét mặt hân hoan, áo quần tươi sắc. Hồ Chủ tịch và các vị trong chính phủ cùng đi bỏ phiếu với nhân dân tại các trụ sở khu phố.

Ở Nam Bộ và Nam Trung Bộ, cuộc bầu cử được tiến hành trong khói lửa chiến tranh. Giặc Pháp cho máy bay oanh tạc, mở những cuộc hành quân càn quét, tung tay sai đi phá hoại bầu cử. Chỉ tính riêng những người làm công tác vận động, đã có hơn bốn chục cán bộ hy sinh anh dũng. Lá phiếu trong cuộc bầu cử này được gọi là "lá phiếu máu" vì nó thấm máu của những chiến sĩ đã quên mình cho nền Độc lập của Tổ quốc, vì sự nghiệp Kháng chiến cứu nước, vì công cuộc xây dựng chính quyền cách mạng.

Với lòng yêu nước nồng nàn, ý chí quyết tâm xây dựng và bảo vệ Nhà nước dân chủ cộng hòa, toàn thể nhân dân từ Nam chí Bắc đã tham gia bỏ phiếu. Hồ Chủ tịch trúng cử với tỷ lệ cao nhất 98,4% số phiếu bầu.

Trong cuộc mít tinh của 40 ngàn đồng bào thủ đô chào mừng các đại biểu đã trúng cử, Hồ Chủ tịch tuyên bố: "Trong cuộc tranh thủ hoàn toàn độc lập, chúng tôi thề xin đi trước!".

Ngày 2 tháng 3, Quốc hội họp kỳ thứ nhất. Đây là Quốc hội đầu tiên của nước Việt Nam Dân chủ Cộng hòa, bao gồm 403 đại biểu, trong đó 87 phần trăm là những người xuất thân từ công nhân, nông dân, viên chức và quân nhân cách mạng. Lần đầu tiên ở nước ta, và ở cả vùng Đông Nam Á, xuất hiện một quốc hội thật sự dân chủ, được bầu theo nguyên tắc phổ thông, bình đẳng, trực tiếp và bỏ phiếu kín. Thắng lợi của cuộc Tổng tuyển cử thể hiện niềm tin sắt đá của toàn dân vào sự lãnh đạo của Đảng và Hồ Chủ tịch. Nó biểu dương sức mạnh đại đoàn kết của dân tộc trong cuộc chiến đấu chống ngoại xâm, đập tan bọn phản động, xây dựng chế độ xã hội mới. Quốc hội

đã công nhận Chính phủ liên hiệp kháng chiến do Hồ Chủ tịch đứng đầu. Trong lời bế mạc kỳ họp thứ nhất. Người nói: "Chúng ta cùng hứa với nhau rằng Quốc hội họp lần này là Quốc hội Kháng chiến và Chính phủ cử ra là Chính phủ Kháng chiến. Tôi mong rằng Quốc hội họp lần sau sẽ là Quốc hội Thắng lợi và Chính phủ sẽ là Chính phủ Thắng lợi". Người đại biểu quốc hội mang tấm thẻ số 305 đã xứng đáng với niềm tin của nhân dân, đã hoàn thành vẻ vang trách nhiệm của người công dân số Một, đã hiến trọn đời mình cho sự nghiệp quang vinh của cách mạng, đó là Chủ tịch Hồ Chí Minh vĩ đại.

Đúng như lời Hồ Chủ tịch, Quốc hội khóa I đã làm tròn nhiệm vụ vẻ vang của sự nghiệp kháng chiến chống thực dân Pháp. Trong thời gian từ 1946 đến 1960 (vì điều kiện chiến tranh không tổ chức bầu cử theo đúng nhiệm kỳ 4 năm một lần), Quốc hội đã thông qua hiến pháp đầu tiên của nước ta, đã ban hành sắc lệnh cải cách ruộng đất và phê chuẩn hiệp định Giơ-ne-vơ về Việt Nam. Quốc hội đã thông qua luật công đoàn, xác định địa vị lãnh đạo của giai cấp công nhân; ban hành các đạo luật bảo đảm quyền tự do dân chủ của nhân dân, luật hôn nhân và gia đình. Quốc hội đã ra các nghị quyết cải tạo và xây dựng miền Bắc tiến lên chủ nghĩa xã hội và cuối năm 1959, thông qua bản Hiến pháp xã hội chủ nghĩa của nước ta. Quốc hội khóa II (1960 - 1964) có 453 đại biểu. Vì điều kiện đất nước tạm thời bị chia làm 2 miền, 91 đại biểu miền Nam của khóa I vẫn tiếp tục tham gia khóa II, không phải thông qua bầu cử. Quốc hội khóa II không ngừng tăng cường và củng cố chuyên chính vô sản, động viên toàn dân đẩy mạnh cải tạo xã hội chủ nghĩa, xây dựng cơ sở vật chất - kỹ thuật, đưa miền Bắc tiến nhanh, tiến mạnh, tiến vững chắc lên chủ nghĩa xã hội làm cơ sở cho cuộc đấu tranh thống nhất nước nhà.

Quốc hội khóa II (1964-1971) và khóa IV (1971-1975) đã hoàn thành thắng lợi sự nghiệp chống Mỹ cứu nước, để quốc Mỹ buộc phải ký hiệp định Paris, quân Mỹ buộc phải rút khỏi Việt Nam, chấm dứt cuộc chiến tranh xâm lược hai miền đất nước ta.

Quốc hội khóa V được bầu ra ngày 6-4-1975. Không đầy một tháng sau, chiến dịch Hồ Chí Minh đại thắng, cả miền Nam được hoàn toàn giải phóng. Quốc hội ra sức chuẩn bị cho công tác thống nhất nước nhà về mặt nhà nước. Một năm sau, tháng 4-1976, nhân dân cả nước đã sôi nổi đi bầu một Quốc hội chung của nước Việt Nam thống nhất.

Trong ngày hội lịch sử của non sông, ý chí của toàn dân tộc thể hiện trên những lá phiếu thiêng liêng; 98,77% số cử tri đi bầu đã chọn lựa 492 đại biểu ưu tú của toàn dân. Ngày 24 tháng 6 năm 1976, Quốc hội chung cả nước đã khai mạc kỳ họp đầu tiên tại Hà Nội.

Trên suốt chặng đường 30 năm đấu tranh anh dũng của toàn dân tộc, Quốc hội đã hoàn thành sứ mệnh thiêng liêng là người đại biểu đáng tin cậy của nhân dân, là cơ quan quyền lực cao nhất của đất nước, là nơi tập trung trí tuệ của giai cấp công nhân và các tầng lớp nhân dân lao động. Quốc hội đã thể hiện tinh thần đại đoàn kết, ý chí thống nhất đất nước và lòng quyết tâm xây dựng Tổ quốc Việt Nam xã hội chủ nghĩa. Những thành tựu rực rỡ, những trang sử vẻ vang của Quốc hội nước ta gắn liền với từng bước đi của dân tộc được bắt đầu từ ngày 6 tháng 1 năm 1946, ngày tổng tuyển cử đầu tiên của nhân dân Việt Nam.

Ngày 27/01/1973: Ký hiệp định Paris về chấm dứt chiến tranh, lập lại hoà bình ở Việt Nam

Báo nhân dân số ra ngày chủ nhật 28-1-1973 đã in trên trang nhất những dòng chữ to, nét đậm, in hai màu đỏ và đen nổi bật: Cuộc kháng chiến chống Mỹ, cứu nước đã giành được thắng lợi vĩ đại.

Hiệp định Pa-ri đã được ký chính thức.

Từ 7 giờ sáng nay, chiến tranh chấm dứt ở cả hai miền nước ta. Thế là "Chính nghĩa đã thắng phi nghĩa! ý chí bất khuất đã thắng bạo tàn! Việc đạt một Hiệp định như vậy là một thắng lợi vĩ đại của nhân dân Việt Nam" - như tuyên bố của Cố vấn đặc biệt Lê Đức Thọ tại cuộc họp báo lớn vào chiều ngày 24-1-1973 ở thủ đô Pa-ri. Trong những ngày tháng Giêng năm bảy mươi ba đó, tất cả các báo chí, các đài phát thanh và vô tuyến truyền hình ở Pa-ri cũng như ở trên thế giới đều liên tiếp đưa tin về Hội nghị Pa-ri và bản Hiệp định chấm dứt chiến tranh, lập lại hòa bình ở Việt Nam. Trung tâm các hội nghị quốc tế ở đại lộ Clê-be đã trở thành trung tâm thu hút sự chú ý của dư luận toàn thế giới. Những ngày lịch sử nối tiếp nhau dồn dập. Ngày 22-1-1973, các chuyên viên của Việt Nam và Hoa Kỳ so lại lần cuối cùng các văn kiện đã thỏa thuận xong giữa hai bên.

Ngày 23-1-1973, đúng 12 giờ 30 phút (giờ Paris) Hiệp định chấm dứt chiến tranh, lập lại hòa bình ở Việt Nam đã được ký tắt giữa cố vấn đặc biệt Lê Đức Thọ và Kít-xinh-giơ.

Ngày 27-1-1973, đúng 11 giờ (giờ Paris) Hiệp định chấm dứt chiến tranh, lập lại hòa bình ở Việt Nam đã được ký chính thức giữa các bộ trưởng ngoại giao của các bên.

Cùng ngày, bốn Nghị định thư của Hiệp định cũng đã được ký kết. Như thế là sau 4 năm, 8 tháng, 14 ngày, với 202 phiên họp công khai và 24 đợt gặp riêng, cuộc đấu tranh của nhân dân ta trên bàn thương lượng đã giành được thắng lợi. Tập văn bản Hiệp định và Nghị định thư bằng hai thứ tiếng Việt và Anh đã được thỏa thuận xong. Buổi lễ ký kết đã diễn ra trong khung cảnh tranh nghiêm tại phòng họp lớn của trung tâm các hội nghị quốc tế Clê-be. ở bên ngoài, dọc đại lộ Clê-be, hàng ngàn đại biểu Việt kiều và nhân dân Pháp đã nồng nhiệt vỗ tay, vẫy cờ đỏ sao vàng và cờ xanh đỏ có sao vàng ở giữa, hô khẩu hiệu chào mừng các đại biểu Việt Nam chiến thắng. Năm 1954, Hiệp định Giơ-ne-vơ về Đông Dương vừa ký còn chưa ráo mực, đế quốc Mỹ đã nhảy vào, nhanh chóng hất căng thực dân Pháp và âm mưu biến miền Nam nước ta thành thuộc địa kiểu mới và căn cứ quân sự của chúng. Từ đó, nhân dân ta đã phải đương đầu chống lại tên đế quốc đầu sỏ, giàu mạnh nhất trong phe đế quốc chủ nghĩa, đã lần lượt đánh bại mọi chiến lược chiến tranh cực kỳ tàn bạo và xảo quyệt của kẻ thù - chiến lược thống trị miền Nam bằng những thủ đoạn điển hình của chủ nghĩa thực dân kiểu mới, chiến lược chiến tranh "đặc biệt" chiến lược "chiến tranh cục bộ" và chiến lược chiến tranh "Việt Nam hóa". Năm 1968, sau những thất bại nặng nề của chiến lược chiến tranh cục bộ và chiến tranh phá hoại ở miền Bắc, ngày 31-3-1968, tổng thống Mỹ Giôn-xơn đã phải tuyên bố ném bom hạn chế từ vĩ tuyến 20 trở vào; ngày 1-11, Mỹ phải chấm dứt không điều kiện chiến tranh phá hoại miền Bắc. Vì vậy, từ ngày 13-5-1968 ta đồng ý ngồi nói chuyện với Mỹ ở Pa-ri. Sau đó, khi Mỹ đã phải chấp nhận đại biểu Mặt trận Dân tộc Giải phóng (từ 6-1969 là Chính phủ Cách mạng lâm thời Cộng hòa miền Nam Việt Nam), hội nghị bốn bên đã được bắt đầu từ ngày 18-1-1969. Những cuộc thương lượng đã kéo dài với cuộc đấu tranh hết sức gay go phức tạp, do phía Mỹ luôn luôn theo đuổi chính sách "đàm phán trên thế mạnh", đòi ta phải chấp nhận

những điều kiện do Mỹ đặt ra. Năm 1969, sau khi lên cầm quyền, Ních-xon đã thi hành chiến lược chiến tranh "Việt Nam hóa", mở rộng và đẩy mạnh cuộc chiến tranh lên tới mức ác liệt nhất, hòng cứu vãn tình thế nguy ngập của Mỹ và tay sai. Nhưng Mỹ vẫn thất bại và bộn tay sai ngày càng suy sụp nghiêm trọng. Tháng 10-1972, Mỹ đã phải chấp nhận bản dự thảo Hiệp định về chấm dứt chiến tranh, lập lại hòa bình ở Việt Nam, do ta chủ động đưa ra. Ngày 22-10-1972, văn bản Hiệp định đã được hoàn thành giữa ta và Mỹ. Nhưng, ngày ngày hôm sau, Mỹ lại tráo trở, lật lọng. Đầu tháng 12-1972, Mỹ lại ngang ngược đòi sửa đổi nhiều điểm quan trọng trong nội dung Hiệp định, đồng thời tính toán bước leo thang mới, hòng gây áp lực đối với ta trên bàn thương lượng. Cuối tháng 12-1972, Ních-xon tàn bạo và tráo trở đã huy động một lực lượng lớn không quân chiến lược và chiến thuật mở cuộc tập kích đánh phá có tính chất hủy diệt dã man thủ đô Hà Nội, thành phố cảng Hải Phòng và nhiều địa phương khác trên miền Bắc. Trong mười hai ngày đêm đọ sức quyết liệt của trận "Điện Biên Phủ trên không" ấy, quân và dân ta đã bắn rơi 81 máy bay, trong đó có 34 chiếc B.52 và 5 chiếc F.111 - những con chủ bài cuối cùng của Mỹ. Trước những thất bại hết sức nặng nề trong cuộc tập kích chiến lược ấy, bị lên án và cô lập hơn bao giờ hết về chính trị trên thế giới và ngay cả trong nước Mỹ, tập đoàn Ních-xon đã phải từ bỏ thái độ "thương lượng trên thế mạnh", cuối cùng phải ký Hiệp định Pa-ri về Việt Nam vào ngày 27-1-1973. Hiệp định nêu rõ: Hoa Kỳ và các nước khác cam kết tôn trọng độc lập, chủ quyền, thống nhất và toàn vẹn lãnh thổ của nước Việt Nam.

Hoa Kỳ phải hoàn toàn chấm dứt chiến tranh xâm lược, chấm dứt sự dính líu về quân sự và can thiệp vào công việc nội bộ của miền Nam Việt Nam. Rút hết quân đội của Mỹ và của các nước khác, cố vấn và nhân viên quân sự, vũ khí và dụng cụ chiến tranh, hủy bỏ tất cả các căn cứ quân sự. Tôn trọng quyền tự quyết và bảo đảm các quyền tự do dân chủ của nhân dân miền Nam Việt Nam. Nhân dân miền Nam Việt Nam tự quyết định tương lai chính trị của mình thông qua tổng tuyển cử thật sự tự do và dân chủ. Không bao lâu sau Hội nghị Pari, từ ngày 27-2 đến 2-3-1973, cũng tại trung tâm các hội nghị quốc tế đại lộ Clê-be đã tiến hành Hội nghị quốc tế về Việt Nam. Với sự tham gia của các vị bộ trưởng ngoại giao thay mặt 12 chính phủ (Việt Nam

Dân chủ Cộng hòa, Cộng hòa Miền Nam Việt Nam, Liên Xô, Trung Quốc, Ba Lan, Hungari, Pháp, Hoa Kỳ, Anh...) và với sự có mặt của ông Tổng thư ký Liên hợp quốc, Hội nghị đã chính thức ký "Định ước của Hội nghị quốc tế về Việt Nam". Bản Định ước trình trọng ghi nhận, tuyên bố tán thành và ủng hộ Hiệp định Paris về chấm dứt chiến tranh, lập lại hòa bình ở Việt Nam ký ngày 27-1-1973 và bốn Nghị định thư kèm theo, khẳng định rằng hiệp định và các Nghị định thư phải được tôn trọng và thi hành nghiêm chỉnh: công nhận và cam kết tôn trọng các quyền dân tộc cơ bản của nhân dân Việt Nam và quyền tự quyết của nhân dân miền Nam Việt Nam.

Hiệp định Paris được ký ngày 27-1-1973 là thắng lợi vĩ đại của nhân dân Việt Nam anh hùng sau 30 năm tiến hành chiến tranh giải phóng dân tộc, nhất là sau hơn 18 năm kiên trì chiến đấu chống Mỹ, cứu nước, vượt qua muôn vàn hy sinh gian khổ và ghi lại những trang rực rỡ nhất trong lịch sử dân tộc.

Đó là thắng lợi vĩ đại của tinh thần "không có gì quý hơn độc lập tự do" của sức mạnh đoàn kết dân tộc trong cả nước, từ Bắc chí Nam. Là thắng lợi rực rỡ của chủ nghĩa Mác - Lê-nin bách chiến bách thắng, của đường lối chính trị, quân sự và ngoại giao đúng đắn, sáng tạo của Đảng ta. Đó cũng là thắng lợi về vang của nhân dân ba nước Đông Dương - những người bạn chiến đấu cùng chiến hào chống kẻ thù chung. Đó cũng là thắng lợi có ý nghĩa thời đại của phong trào cách mạng thế giới, của các lực lượng xã hội chủ nghĩa, độc lập dân tộc, dân chủ và hòa bình, của nhân dân yêu chuộng tự do, công lý trên toàn thế giới.

Với việc ký kết Hiệp định Paris, đế quốc Mỹ và bè lũ tay sai đã phải chấp nhận những thất bại hết sức nặng nề, nhưng chúng vẫn chưa chịu từ bỏ những âm mưu duy trì chủ nghĩa thực dân kiểu mới đối với miền Nam nước ta. Ngay từ khi Hiệp định Paris vừa được ký kết, Mỹ - ngụy đã liên tiếp vi phạm, phá hoại trắng trợn các điều khoản chủ yếu của bản Hiệp định. Chúng đã tiếp tục tiến hành cuộc chiến tranh thực dân kiểu mới trên qui mô lớn bằng các kế hoạch cực kỳ tàn bạo. Đế quốc Mỹ đã tăng cường viện trợ quân sự cho ngụy quyền tay sai, vẫn duy trì bộ máy chỉ huy chiến tranh với hàng vạn cố vấn và nhân viên quân sự Mỹ đội lốt dân sự. Chúng ôm ấp hy vọng chỉ ba năm sau đó, đến năm 1976, sẽ có thể ung dung xây dựng và củng cố chế độ

thực dân kiều mới ở miền Nam và thực hiện chia cắt lâu dài đất nước ta. Rõ ràng nhân dân ta không có cách nào khác là phải dùng bạo lực cách mạng để chống lại bạo lực phản cách mạng của chúng. Để bảo vệ và thi hành Hiệp định Paris, quân và dân ta đã trừng trị đích đáng mọi hành động phá hoại đầy tội ác của chúng, không những ở các nơi chúng lấn chiếm mà còn ở tất cả các căn cứ xuất phát của chúng. Thắng lợi vĩ đại, trọn vẹn của cuộc Tổng tiến công và nổi dậy long trời lở đất vào mùa Xuân năm 1975 của quân dân ta đã đập tan mọi hành động phá hoại của Mỹ - ngụy, lật đổ toàn bộ chế độ kìm kẹp thực dân kiều mới của chúng, và đã giải phóng hoàn toàn miền Nam, kết thúc vẻ vang cuộc kháng chiến vĩ đại nhất trong lịch sử 4000 năm của dân tộc.

Nguồn: lichsvietnam.vn

MÔ HÌNH KINH NGHIỆM

TỦ SÁCH THANH NIÊN CÔNG NHÂN

Nhằm tạo điều kiện cho thanh niên công nhân được học hỏi, nắm bắt và tìm hiểu thông tin trên sách, báo, từ đó hình thành văn hóa đọc sách để giúp cho thanh niên công nhân nâng cao kiến thức và có nhiều niềm vui hơn sau những giờ làm việc căng thẳng, Ủy Ban Hội khối Doanh nghiệp tỉnh Bình Dương xây dựng kế hoạch và triển khai mô hình “*Tủ sách thanh niên*” tại các chi đoàn, chi hội có đông thanh niên công nhân đang làm việc.

Tủ sách thanh niên được Ủy ban Hội khối triển khai đến hiện nay đã xây dựng được 02 tủ sách thanh niên tại chi hội Thanh niên Công ty TNHH CMC Vina, Liên chi đoàn Công ty TNHH May mặc Bình Dương. Tủ sách thanh niên với trên 50 đầu sách, báo, tạp chí về tấm gương đạo đức Hồ Chí Minh, về những tấm gương trong lao động sản xuất, sách giới thiệu các mô hình hay trong tất cả các lĩnh vực; các loại sách báo mang tính chất tuyên truyền về pháp luật về văn hóa, đạo

đức lối sống, tài liệu sinh hoạt chi hội, bản tin thanh niên công nhân... Các tạp chí, sách báo liên quan đến các chính sách hỗ trợ cho thanh niên công nhân như: dự án nhà ở xã hội, cho vay ưu đãi, bán hàng giá gốc, các dịch vụ giảm giá...

Nguồn sách, báo, tạp chí một phần là do chi hội tham mưu với lãnh đạo doanh nghiệp hỗ trợ, một phần từ những sách, báo do các cơ sở Đoàn trực thuộc hỗ trợ. Hiện tại, 02 tủ sách thanh niên đã đi vào hoạt động, đáp ứng một phần nhu cầu đọc sách của thanh niên công nhân. Ủy ban Hội khối sẽ tiếp tục xây dựng 08 tủ sách thanh niên trong các doanh nghiệp ngoài nhà nước theo chỉ tiêu Nghị quyết Đại hội đã đề ra.

Nguồn: Hội LHTN khối Doanh Nghiệp

SỔ TAY NGHIỆP VỤ

KỸ NĂNG GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

Giải quyết vấn đề là một kỹ năng rất cần thiết trong học tập và làm việc... Trong công việc hằng ngày, khi có một vấn đề nào đó xảy ra, ta thường phân vân không biết giải quyết theo hướng nào, bài viết sau đây sẽ phân nào giúp các bạn tự trang bị về kỹ năng giải quyết vấn đề:

Quy trình giải quyết vấn đề:

1. Tiếp nhận công việc

2. Nhìn nhận và phân tích:

Chưa hiểu rõ nguồn gốc của vấn đề sẽ dễ dẫn đến cách giải quyết sai lệch, hoặc vấn đề cứ lặp đi lặp lại. Nếu nói theo ngôn ngữ của y khoa, việc "bắt không đúng bệnh" thì chỉ trị triệu chứng, chứ không trị được bệnh, đôi khi "tiền mất, tật mang". Bạn nên dành thời gian để lấy những thông tin cần thiết liên quan vấn đề cần giải quyết.

Ở đây ta cần xác định được những thông tin của công việc bằng cách đặt ra những câu hỏi.

- Tính chất của công việc (khẩn cấp, quan trọng)?
- Yêu cầu chỉ thị của cấp trên là gì?
- Nguồn lực để thực hiện công việc?
- Công việc này có thuộc quyền giải quyết của mình hay không?
- Bản chất của công việc là gì?
- Những đòi hỏi của công việc?
- Mức độ khó – dễ của công việc?

3. Đề ra mục tiêu:

Đặt ra mục tiêu sẽ giúp ta đi đúng hướng trong việc giải quyết vấn đề. Câu hỏi ở đây sẽ là: "Tôi đang cố gắng đạt được điều gì?".

4. Đánh giá giải pháp:

Sau khi đã tìm hiểu được cội rễ của vấn đề, bạn sẽ đưa ra được rất nhiều giải pháp để lựa chọn. Câu hỏi ở đây sẽ là:

- Trên cơ sở những thông tin có được và mục tiêu cần đạt được, các giải pháp mà tôi có thể chọn lựa là gì?

5. Chọn lựa và xác định giải pháp:

Yếu tố sáng tạo sẽ giúp bạn tìm được giải pháp đôi khi hơn cả mong đợi. Cần lưu ý là một giải pháp tối ưu phải đáp ứng được ba yếu tố: có tác dụng khắc phục giải quyết vấn đề dài lâu, có tính khả thi, và có tính hiệu quả.

Ở giai đoạn này, bạn cần thử nghiệm tính khả thi của từng giải pháp nhưng chỉ là thử trong đầu. Các câu hỏi ở đây như sau:

- Các giải pháp sẽ được thực hiện như thế nào?
- Chúng sẽ thỏa mãn các mục tiêu của tôi đến mức độ nào?
- Phí tổn (về tài chính, thời gian, công sức...) cho việc áp dụng mỗi giải pháp là bao nhiêu?
- Giải pháp nào tốt hơn, giải pháp nào tốt nhất?

6. Thực hiện:

Khi bạn tin rằng mình đã hiểu được vấn đề và biết cách giải quyết nó, bạn có thể bắt tay vào hành động.

7. Đánh giá kết quả:

Sau khi đã đưa vào thực hiện một giải pháp, bạn cần kiểm tra xem cách giải quyết đó có tốt không và có đưa tới những ảnh hưởng không mong đợi nào không. Những bài học rút ra được ở khâu đánh giá này

sẽ giúp bạn giảm được rất nhiều "calori chất xám" và nguồn lực ở những vấn đề khác lần sau. Có thể bạn sẽ cảm thấy hơi rườm rà nếu làm theo các bước trên. Vạn sự khởi đầu nan. Lần đầu tiên áp dụng một kỹ năng mới bao giờ cũng đòi hỏi sự kiên nhẫn và quyết tâm của bạn. Nếu bạn thường xuyên rèn luyện, thì dần dần kỹ năng giải quyết vấn đề sẽ trở thành phản xạ vô điều kiện.

Nguồn: <http://www.kynang.edu.vn>

BẠN CẦN BIẾT

THÔNG BÁO VỀ VIỆC TỔ CHỨC CÁC PHIÊN GIAO DỊCH VIỆC LÀM TRÊN ĐỊA BÀN TỈNH BÌNH DƯƠNG TRONG THÁNG 01- 2015

Phiên giao dịch lần thứ 111 năm 2015:

Thời gian: 07^h30' ngày 25/01 /2015 (**Chủ nhật**)

Địa điểm đơn vị tổ chức: Trung tâm giới thiệu việc làm tỉnh Bình Dương, số 615 Đại lộ Bình Dương, phường Hiệp Thành, thành phố Thủ Dầu Một, tỉnh Bình Dương.

Đối tượng: Tất cả các đối tượng có nhu cầu về việc làm

Để biết thông tin chi tiết vui lòng liên hệ:

Phòng giới thiệu việc làm- Trung tâm giới thiệu việc làm Tỉnh

ĐT: 06503.822.870 – Email: phonggtvl@gmail.com

Website: <http://binhduongworks.com>

Đại hội đại biểu
Hội Liên hiệp thanh niên Việt Nam tỉnh Bình Dương
lần VI, nhiệm kỳ 2014-2019

Trong hai ngày 25 và 26/10/2014, tại Trung tâm Hội nghị và Triển lãm tỉnh, Hội Liên hiệp thanh niên Việt Nam(LHTN) tỉnh đã long trọng tổ chức Đại hội đại biểu Hội LHTN Việt Nam tỉnh Bình Dương lần thứ VI, nhiệm kỳ 2014-2019.

Trong nhiệm kỳ qua (2009-2014), công tác Hội và phong trào Thanh niên (TN) đã cơ bản hoàn thành các mục tiêu, nhiệm vụ đề ra, thu hút đông đảo TN tích cực tham gia. Các cuộc vận động, chương trình của Hội đã đáp ứng nguyện vọng của TN; nhiều đề án, công trình đã được các cấp Hội triển khai hiệu quả đến hội viên, thu hút sự quan tâm, tin tưởng của TN đối với tổ chức Hội.

Các chương trình tình nguyện vì an sinh xã hội được nâng cao chất lượng trong tổ chức và hoạt động, phát huy được trí tuệ, chuyên môn, năng lực của các khối đối tượng TN; công tác Hội và phong trào TN đã tạo được nhiều điểm nhấn có tính sáng tạo, đột phá vào những mảng, lĩnh vực, những nhóm đối tượng khó, giải quyết nhiều vấn đề mà xã hội đặt ra.

Trong nhiệm kỳ VI, Hội LHTN tỉnh sẽ tập trung thực hiện Phong trào “Tôi yêu tổ quốc tôi” và các giải pháp đề củng cố và phát triển tổ chức Hội, mở rộng mặt trận đoàn kết, tập hợp TN. Trong đó, chương trình trọng tâm là công tác xây dựng, phát triển tổ chức Hội trong các doanh nghiệp ngoài quốc doanh và các chương trình chăm lo, hỗ trợ và phát huy vai trò của thanh niên công nhân (TNCN) trong phát triển kinh tế xã hội, bảo đảm trật tự xã hội.

Đại hội đã hiệp thương ủy ban Hội LHTN tỉnh khóa VI gồm 45 anh chị. Chị Nguyễn Phạm Duy Trang, Bí thư Tỉnh đoàn đắc cử chức danh chủ tịch Hội LHTN khóa VI (nhiệm kỳ 2014 - 2019), đại hội cũng đã hiệp thương và giới thiệu 10 đại biểu tham gia đại hội Hội LHTN toàn quốc.



Ủy ban Hội LHTN Việt Nam tỉnh Bình Dương khóa VI ra mắt Đại hội

Phát biểu chỉ đạo tại hội nghị, Đ/c Nguyễn Anh Tuấn, Bí thư Trung ương Đoàn; Đ/c Nguyễn Hữu Từ, Phó Bí thư Tỉnh ủy đã biểu dương những kết quả mà Hội LHTN tỉnh đã đạt được trong thời gian qua. Đồng thời, để Hội LHTN phát huy tốt vai trò của mình trong nhiệm kỳ tới, các vị lãnh đạo đã đề nghị: cần đẩy mạnh công tác đoàn kết tập hợp TN; tổ chức tốt các hoạt động chăm lo cho thanh niên đặc biệt là đối tượng TNCN; thực hiện tốt Nghị quyết Trung ương 7 khóa X về “Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng đối với công tác thanh niên thời kỳ đẩy mạnh công nghiệp hóa, hiện đại hóa”; đẩy mạnh việc học tập và làm theo lời Bác gắn với việc thực hiện di chúc của Bác, phát huy vai trò của TN trong sự nghiệp phát triển kinh tế - xã hội của tỉnh nhà...

Trích nguồn: tuoitrebinhduong.vn

ĐỒNG HÀNH CÙNG THANH NIÊN CÔNG NHÂN

Chương trình “Kết nối xanh công nhân”

Trung tâm Hỗ trợ thanh niên công nhân và Lao động trẻ tỉnh vừa phối hợp với Tổng Công ty Viễn thông Mobifone - Chi nhánh Bình Dương tổ chức chương trình “Kết nối xanh công nhân”.

Tham gia chương trình, đông đảo công nhân lao động trên địa bàn Khu công nghiệp Mỹ Phước, TX.Bến Cát đã được thưởng thức chương trình ca nhạc, bốc thăm trúng thưởng, tìm hiểu các thông tin, dịch vụ ưu đãi của mạng Mobifone dành cho thanh niên công nhân (TNCN). Ngoài ra, Ban tổ chức chương trình còn tổ chức nhiều hoạt động chăm lo cho TNCN như khám bệnh, phát thuốc miễn phí, tặng 30 phần quà cho con em TNCN có hoàn cảnh khó khăn.

Nguồn: Hội LHTN Việt Nam tỉnh Bình Dương

Hội nữ Doanh nhân Việt Nam trao quà cho con em thanh niên công nhân tỉnh Bình Dương

Sáng ngày 22/12/2014, tại Hội trường Đội Thanh niên xung phong tỉnh, Ban Thường vụ Tỉnh Đoàn Bình Dương phối hợp với Hội nữ Doanh nhân Việt Nam và nhãn hàng TH True Milk tổ chức lễ trao tặng quà cho con em thanh niên công nhân tỉnh Bình Dương.



Trao tặng bằng tượng trưng sữa TH True Milk cho đại diện các đơn vị

Đến dự chương trình có các đồng chí lãnh đạo Tỉnh Đoàn, đại diện Hội nữ Doanh nhân Việt Nam, đại diện nhãn hàng sữa TH True Milk và đại diện Ban Thường vụ các huyện thị thành Đoàn và Đoàn trực thuộc và các bạn thanh niên công nhân trong tỉnh Bình Dương.

Tại chương trình cô Vũ Kiều Nữ - Ủy viên Ban Chấp hành Hiệp hội Nữ Doanh nhân Việt Nam - Chủ tịch Hiệp Hội Nữ Doanh nhân Việt Nam tỉnh Bình Dương đã chia sẻ: “Đây là chương trình với thông điệp “Chung tay vì tầm vóc Việt” của Hiệp Hội nữ Doanh nhân Việt Nam, qua đó sẽ trao tặng 1 triệu ly sữa của nhãn hàng TH True Milk với tổng trị giá 7 tỷ đồng cho con em các gia đình công nhân chủ yếu là con em của chị em công nhân ở các khu cụm công nghiệp trên 15 tỉnh thành trong cả nước nhân dịp tết đến xuân về. Thông qua nghĩa cử cao đẹp này hiệp hội mong muốn góp phần chia sẻ những khó khăn với chị em công nhân trong các xí nghiệp đồng thời thể hiện sự quan tâm của nữ doanh nhân trong việc phát triển trí tuệ, thể lực cho thế hệ trẻ nhằm nâng cao tầm vóc Việt trong tương lai”.

Dịp này Hội nữ Doanh nhân Việt Nam đã trao tặng 120.000.000 hộp sữa TH True Milk cho 10.000 con em của các gia đình thanh niên công nhân đang sinh sống và làm việc tại Bình Dương.

Thay mặt cho các bạn thanh niên công nhân tỉnh Bình Dương bạn Nguyễn Thị Thanh Tâm – Thanh niên công nhân Công ty TNHH điện tử Foster Việt Nam đã gửi lời cảm ơn sâu sắc đến Hội nữ Doanh nhân Việt Nam và Tỉnh Đoàn Bình Dương đã quan tâm chia sẻ và hỗ trợ cho thanh niên công nhân Bình Dương giúp chúng em có được một mùa giáng sinh và một năm mới an lành, vui tươi, ý nghĩa. Hi vọng trong thời gian tới sẽ nhận được nhiều sự quan tâm hơn nữa để thanh niên công nhân Bình Dương có những điều kiện tốt nhất tiếp tục xây dựng tỉnh Bình Dương và đất nước ngày càng phát triển vững mạnh”.

Chương trình “Trái Mọc đường về yêu thương”

Nhằm chia sẻ khó khăn, hỗ trợ sinh viên, công nhân và thanh niên tình nguyện đang học tập, sinh sống và làm việc xa quê có điều kiện sum họp cùng gia đình trong tết Ất Mùi 2015. Trung tâm Công tác xã hội Thanh niên thành phố Hồ Chí Minh, nhãn hàng Rejoice (thuộc Công ty P&G Việt Nam) phối hợp với Trung tâm Hỗ trợ Thanh niên Công nhân và Lao động trẻ tỉnh Bình Dương phát động

Chương trình “Trái ngọt đường về yêu thương” tại Bình Dương, cụ thể như sau:

1. Đối tượng: Thanh niên công nhân (từ 18 tuổi trở lên) xa quê đang sinh sống và làm việc tại Bình Dương.

2. Hình thức: Để nhận phần hỗ trợ trị giá **300.000đ** về quê ăn Tết, bạn cần chia sẻ với chương trình câu chuyện hướng về gia đình ngày Tết, hoặc những kỷ niệm với gia đình ngày Xuân, những cảm xúc trên đường về quê thăm nhà bằng một trong 3 cách sau:

2.1. Đăng ký qua trang web: đăng ký thông tin và câu chuyện của bạn bằng cách truy cập trang web **www.duongveyeuThuong.com** hoặc www.tuoitrebinhduong.vn; và điền vào mẫu đăng ký tham gia chương trình.

2.2. Đăng ký qua kênh Radio: đăng ký qua chương trình radio “Đường về yêu thương” của VOH bằng cách gọi số điện thoại: 08-3910 4866 và chia sẻ câu chuyện của bạn cùng với tổng đài.

2.3. Bài viết tối đa là 300 từ, có thể viết bằng tay hoặc đánh máy ở mặt sau phiếu đăng ký chương trình “Trái ngọt đường về yêu thương”. Đối với những bài viết đề nghị các Công ty gửi trực tiếp về: Trung tâm Hỗ trợ Thanh niên Công nhân và Lao động trẻ tình Bình Dương – Đường NA7, KCN Mỹ Phước III, Tx. Bến Cát, Bình Dương, ĐT: 06503. 877277 - 0987.983605 (gặp Đ/c Long).

3. Thời gian nhận bài đợt 1: Từ ngày 26/11/2014 đến ngày 22/12/2014.

4. Phần hỗ trợ: Ban tổ chức sẽ chọn 200 bài chia sẻ hay, ý nghĩa, xúc động và sẽ được giới thiệu trong chương trình “Đường về yêu thương” phát trên sóng FM 99,9 Mhz Đài Tiếng nói Nhân dân TP.HCM, mỗi bài viết hay sẽ được hỗ trợ phần quà trị giá 300.000 đ. Chương trình được phát sóng từ 20:05 – 21:00 tối thứ Hai và thứ Năm hàng tuần.

– **Thời gian dự kiến công bố danh sách các bạn được chọn:**

+ Đợt 1: Vào ngày 22/12/2014

+ Đợt 2: dự kiến vào tháng 01/2015

Nguồn: Tuoitrebinhduong.vn

GÓC KỸ NĂNG

PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC SINH HOẠT TẬP THỂ

Sinh hoạt tập thể là một yếu tố chính để duy trì và phát triển các phong trào và đoàn thể thanh thiếu niên, nhưng ít anh chị Phụ trách nào nắm bắt được cốt lõi của những sự việc hay phải làm gì khi tổ chức sinh hoạt tập thể. Các em đã quá mệt mỏi với những bài vở, lý thuyết ở trong nhà trường rồi, nếu khi đến sinh hoạt mà gặp một anh chị Phụ trách cứ thao thao bất tuyệt hay một anh chị Phụ trách đọc diễn suốt buổi sinh hoạt, chúng tôi tin rằng khó tồn tại lâu dài.

Để cho các em có thể “tiêu hóa” được những bài học về đạo đức, nhân bản, luân lý... chúng ta nên biến những bài học đó thành những bài ca, điệu múa, vở kịch hay trò chơi. Những hoạt động này không những giúp cho các em tiếp thu bài học một cách thoải mái, tự nhiên, mà còn giúp cho các em được vui chơi thư giãn.

Nhưng làm thế nào để cho những hoạt động như: ca hát, nhảy múa, vui chơi... đạt được hiệu quả cao? Chúng tôi xin mời các bạn tham khảo các phần sau đây:

1. Ca hát

Trong sinh hoạt của các phong trào thanh thiếu niên, ca hát là một hoạt động chủ lực không thể thiếu, vì nó nói lên được sức mạnh, sự đoàn kết, vui tươi và trẻ trung của đoàn thể đó.

Ca hát là giáo dục bằng truyền cảm, là bộc lộ tâm tình của mình bằng ngôn ngữ của âm thanh và nhịp điệu. Nó biểu dương ý chí và tình đồng đội, giải tỏa những buồn chán, ức chế, làm hưng phấn tinh thần, giải bày tâm trạng của cá nhân hay tập thể, đem lại bầu khí vui tươi trong sinh hoạt...

Ca nhạc mang tính đa diện như hùng tráng, bi thương, vui vẻ, trầm buồn, kích động... tùy theo bài hát cũng như tâm trạng người hát và người nghe. Cho nên chỉ cần nghe một cá nhân hay tập thể hát lên một vài bài hát, thì chúng ta cũng có thể đánh giá được tâm trạng và

“trình độ” sinh hoạt của cá nhân hay tập thể đó. Vì vậy, muốn hát cho đúng, cho hay và cho hợp với hoàn cảnh, tuổi tác... chúng tôi xin đưa ra một số nguyên tắc cơ bản sau đây, giúp cho các bạn thành công trong việc dạy hát và học hát.

*** Chọn bài hát:**

- Chọn những bài thích hợp với lứa tuổi. Thiếu niên thì chọn những bài hát ngắn, vui tươi, hồn nhiên, dễ hát, dễ thuộc.... Thanh niên thì chọn những hùng ca, dân ca, những bài mang tính yêu nước, ca ngợi các chiến công tiền nhân, anh hùng dân tộc...

- Chọn những bài hát hợp với hoàn cảnh như: vui tươi, kích động tinh thần (khi buồn ngủ, mệt mỏi...), buồn rầu, nuối tiếc (khi chia tay...) và các hình thức sinh hoạt tập thể khác.

- Không chọn những bài tình cảm ủy mị, ướt át, rên rỉ... những bài hát quảng cáo, kích động bạo lực, xuyên tạc... những bài hát mang tính phi giáo dục.

*** Sắp xếp đội hình:**

Thường thì chúng ta sinh hoạt ngoài trời, cho nên phải chọn đội hình vòng cung hay vòng tròn. Cho các đoàn sinh ngồi sát nhau để tiếng hát đỡ bị loãng. Người hướng dẫn đứng ở giữa hay ở vị trí nào mà mọi người có thể nghe và thấy mình rõ ràng.

Sắp xếp cho những em tinh nghịch hay hiếu động ngồi xa nhau.

*** Chuẩn bị tập hát:**

- Nếu là bài hát dài thì nên in sẵn để phát hay cho ghi chép. Nếu ngắn thì tập thuộc lòng.

- Cho một băng reo hay một động tác thư giãn trước khi tập.

- Yêu cầu tất cả phải im lặng và tập trung cao.

*** Tập hát:**

- Người hướng dẫn hát thử bài hát một vài lần thật đúng nhịp điệu và rõ ràng.

- Ngắt ra từng đoạn ngắn và tập từng câu. Mỗi câu tập 3-4 lần cho thuộc rồi mới sang câu khác.

- Từ câu thứ hai trở đi, mỗi khi tập xong một câu thì hát lại từ câu đầu cho bài hát được liên tục.

- Để ý nghe chỗ nào sai thì sửa ngay, vì khi quen rồi thì rất khó sửa, khi nào hát đúng mới sang câu khác.

- Khi đã tập hết bài thì phân nhịp bằng cách cho vỗ tay.

- Tập xong nên chia ra từng nhóm nhỏ để kiểm tra.
- Nhắc người học hát nên học thuộc lòng, đừng nhìn vào giấy.
- Yêu cầu hát lớn và mạnh dạn để tạo bầu không khí.

Sự khéo léo của người hướng dẫn

- Kiên nhẫn, tập kỹ từ đầu để ai cũng có thể hát được.
- Đừng tập quá nhanh, lướt qua những câu chưa thuộc.
- Luôn luôn khuyến khích mà không chế giễu người hát kém hay có chất giọng “đặc biệt”.

2. Ca múa tập thể

Ca múa là một trong những sinh hoạt ưa thích của thanh thiếu niên, nó vừa giải trí, vừa vận động, vừa là một phương tiện giáo dục rất hiệu quả.

Ca múa là hình thức bộc lộ tình cảm bằng những cử chỉ và điệu bộ một cách có nghệ thuật, cho nên điệu múa phải đi đôi với lời ca, bổ túc cho nhau, làm nổi bật ý tưởng của lời ca. Phải rập ràng, linh động, uyển chuyển, nhịp nhàng theo tiết tấu nhịp điệu của bài ca.

Ở đây, chúng tôi không đề cập tới các vũ đoàn chuyên nghiệp, các vũ công nghiệp dư, mà nói đến Ca Múa tập thể nghĩa là những điệu múa mà tất cả mọi người đều có thể thực hiện được. Vì vậy, để đạt được kết quả tốt, chúng ta cần giữ những nguyên tắc cơ bản sau đây:

Nguyên tắc sáng tác các điệu múa tập thể:

- Biết tiết điệu của bài hát
- Cử điệu đơn giản, dễ dàng nhưng không đơn điệu. Tự nhiên mà không cầu kỳ hay quái dị.
- Động tác phải đi đôi với lời ca.
- Chú ý từng cử điệu của đầu cổ, mình, tay chân, bàn chân, ngón tay, ngón chân... làm sao cho nhịp nhàng.
- Có đi có về, tiến bao nhiêu bước thì lùi bấy nhiêu bước.

Làm thế nào để khi kết thúc mọi người lại ở vị trí lúc bắt đầu.

Nguyên tắc tập múa:

- Tập thật thuộc bài hát và hát đúng nhịp, đúng tiết điệu.
- Người hướng dẫn phải thuộc kỹ điệu múa, không ngập ngừng (có thể tập trước ở nhà nhiều lần).
- Nhắc lại những chỗ khó.
- Tập kỹ những động tác của từng câu, từng đoạn, sửa ngay nếu thấy sai.

- Như cách tập hát, sau mỗi đoạn chúng ta nên quay lại từ đầu để cho bài múa được liền lạc.

- Thoải mái và tự nhiên trong các động tác.

Để cho khỏi quên, thỉnh thoảng chúng ta phải ôn lại.

Biểu diễn

Thường thì “Ca múa tập thể” không phải là một tiết mục biểu diễn mà chỉ để cùng nhau vui chơi sinh hoạt, nhưng nếu cần (thí dụ trong buổi lửa trại), chúng ta cũng có thể biến nó thành một tiết mục văn nghệ hấp dẫn sinh động mà không phải đầu tư nhiều (vì đã thuộc). Muốn như vậy, khi trình diễn các bạn nhớ:

- gương mặt phải vui tươi, tay chân uyển chuyển, thỉnh thoảng mỉm cười đúng chỗ.

- Đồng bộ, rập ràng (nuơng theo người đầu đàn, chờ nhau), nhưng không liếc ngó trắng trợn.

- Đặt mình vào khung cảnh, nhập vai, lột tả được ý nghĩa của bài múa.

Nguồn: doanthanhvien.vn

DÂN SỐ - SỨC KHỎE - MÔI TRƯỜNG

PHÒNG NGỪA BỆNH CẢM CÚM KHI TRỜI LẠNH



Khi thời tiết chuyển từ ấm áp sang lạnh lạnh bởi gió heo may, đó là dấu hiệu của mùa xuân tươi vui, nhưng cũng là lúc những chứng bệnh như cảm cúm, bệnh đường ruột rất khó chịu có thể xuất hiện.

Tiết trời từ mùa Đông chuyển sang Xuân với thời tiết lạnh có độ ẩm cao, nhiệt độ thấp, cộng thêm khả năng đề kháng của cơ thể bị suy giảm, tất cả là điều kiện thuận lợi để vi trùng, virus, nấm mốc, ký sinh trùng... phát triển nên con người nhất là người cao tuổi dễ mắc bệnh hơn các mùa khác, trong đó cao

nhất là bệnh về hô hấp. các virus gây cảm cúm thường lây truyền qua không khí bởi các hạt nước bọt li ti được bắn ra do ho, hắt hơi hoặc qua các chất dịch tiết của người bệnh. Bệnh lan truyền từ người bệnh sang người lành, khi những hạt nước bọt li ti có chứa virus cúm bắn ra từ mũi, miệng người bệnh khi ho hắt hơi.

Sau khi tiếp xúc với người mắc bệnh cúm, trong vòng 4 ngày sau người bị nhiễm có thể xuất hiện các triệu chứng nhiễm bệnh và sau đó khoảng 1-3 ngày sẽ xuất hiện các dấu hiệu của bệnh cảm cúm. Biểu hiện đầu tiên, thường gặp nhất của người mắc bệnh là mệt mỏi, sốt, nhức đầu và lờ đờ, kế đến bị đau hay rát họng, nghẹt mũi, chảy nước mũi, ho, sốt có thể gặp sốt nhẹ trong những ngày đầu, sau đó sốt cao và bệnh có thể kéo dài trong vài ngày, có thể kéo dài 7-10 ngày. Nếu không được chăm sóc tốt, bệnh có thể dẫn đến những biến chứng nguy hiểm khác như viêm phổi, suy hô hấp, nhất là với những người có sức đề kháng kém.

Để phòng bệnh cúm, mỗi người cần vệ sinh cá nhân tốt, giữ ấm cơ thể, ăn uống đầy đủ dinh dưỡng, tăng cường bổ sung vitamin C cho cơ thể, hạn chế tiếp xúc với người bệnh, hạn chế đến chỗ đông người khi có dịch.

Đề phòng bệnh lý trên hệ tiêu hóa

Mùa xuân còn là dịp để những cuộc vui, tiệc tùng với các món ăn giàu chất dinh dưỡng nên nó phá vỡ chế độ cân bằng thường ngày của mọi người. Do vậy, cơ thể sẽ bị mất cân bằng nên sẽ gây ra những xáo trộn trên hệ thống tiêu hóa.

Mặt khác, nếu không bảo quản tốt thực phẩm thì đây sẽ là nơi thu hút ruồi nhặng và tạo môi trường thuận lợi cho vi khuẩn, nấm mốc phát triển và gây nên các bệnh lý về đường tiêu hóa mà thường thấy nhất là bệnh tiêu chảy.

Vì vậy, để phòng ngừa rối loạn tiêu hóa, bệnh tiêu chảy do vi khuẩn thức ăn, mọi nhà cần có chế độ bảo quản thức ăn và có chế độ ăn phù hợp, không nên ăn uống nhiều chất bổ dưỡng, không nên sử dụng nhiều bia, rượu, không nên dự trữ thức ăn trong nhiều ngày, nếu thức ăn có mùi vị lạ, phải hủy bỏ ngay.

Với các loại bánh như bánh tét có thể tồn trữ lâu nếu thấy nấm mốc xuất hiện bên ngoài và lan đến phần bánh bên trong thì kiên quyết hủy bỏ; lạp xưởng trước khi ăn cần nướng hoặc chiên cẩn thận. Trong

các bữa tiệc có lượng chất dinh dưỡng dồi dào nhưng lượng sinh tố, chất khoáng thường bị thiếu hụt nên gây mất cân bằng của bữa ăn cần thiết. Do vậy thực đơn trong các ngày lễ tết phải chú ý đến việc gia tăng các loại rau và hoa quả tươi nhằm phòng ngừa được một số bệnh đường ruột, giảm tác hại đối với tim mạch do thức ăn gây ra, cần thiết phải cân đối các chất trong bữa ăn và ăn kèm với các thức ăn nhiều chất xơ.

Sau khi uống quá nhiều rượu, bia nên uống nhiều nước để cung cấp nước cho cơ thể, vì gan rất cần nước để chuyển hóa rượu và mỡ.

Riêng với các bậc cao tuổi, để bảo vệ sức khỏe trong dịp này cần lưu ý:

- Thường xuyên mặc đủ ấm, chú ý giữ ấm đầu, cổ, ngực, đôi bàn chân; không nên đi xa, không đi chơi khuya, nhất là những ngày thời tiết giá lạnh cần tránh ra ngoài trời, đặc biệt là không ra ngoài trời khi vừa uống rượu, bia... để đề phòng cảm lạnh.

- Duy trì nền nếp sinh hoạt, ăn uống, nghỉ ngơi.

- Về ăn uống, tránh quá bữa, bỏ bữa nhưng cũng không ăn quá nhiều bữa, dù ngon miệng cũng chỉ nên ăn vừa phải. Người có bệnh tim mạch chẳng hạn, nếu ăn quá no, làm máu dồn nhiều về dạ dày để tăng cường tiêu hóa thức ăn, dẫn đến thiếu máu cục bộ ở cơ tim và não bộ làm phát sinh các cơn đau thắt ngực, nhồi máu cơ tim; có thể gây đột quỵ nếu có tình trạng thiếu năng tuần hoàn trước đó.

Cần giảm các thức có nhiều mỡ, tránh ăn các thực phẩm như thịt mỡ và các phủ tạng, hạn chế uống nước ngọt, ăn mứt, bánh kẹo, nhớ uống đủ nước, nên ăn nhiều rau quả tươi để cung cấp cho cơ thể đủ lượng các chất khoáng, các loại vitamin nhất là các vitamin C, E, beta-caroten... là những chất chống oxy hóa

(Nguồn TNO)

THANH NIÊN VÀ NGHỀ NGHIỆP

KỸ NĂNG TRẢ LỜI PHÒNG VẤN XIN VIỆC

Để xin việc thành công, ngoài bằng cấp và năng lực, bạn phải có kỹ năng phỏng vấn xin việc làm. Nhiều bạn có năng lực nhưng vẫn bị trượt từ

vòng phỏng vấn là do thiếu kỹ năng phỏng vấn xin việc. Vậy làm cách nào tăng khả năng thành công khi xin việc? Sau đây là một số kinh nghiệm về kỹ năng phỏng vấn xin việc.

1. Đối với nữ

-Phải luôn mở to mắt cho dù có mệt mỏi ra sao. Điều đó thể hiện sự tôn trọng người đang phỏng vấn bạn. Nếu mắt bạn cứ sụp lên sụp xuống họ sẽ cho rằng bạn nghĩ họ nói chuyện quá buồn ngủ dẫn đến ấn tượng không tốt, ảnh hưởng xấu đến khả năng trúng tuyển của bạn.

-Lưng phải thẳng, vẻ mặt hiền hòa, nghiêm túc: tư thế đứng và ngồi cũng ảnh hưởng không ít đến cách đánh giá của người khác đối với bạn. Hãy luôn giữ lưng thẳng, nghiêm túc họ sẽ thấy bạn chuyên nghiệp, có trách nhiệm.

2. Đối với nam

Phải luôn bước thẳng, chậm và đều khi đi phỏng vấn. Cách đi như vậy thể hiện bạn là người trung thực, thẳng thắn. Khi ngồi phải nhẹ nhàng và dứt khoát. Khi phỏng vấn, các bạn phải để tay ngang lên bàn, nhìn thẳng người phỏng vấn, không liếc ngang liếc dọc, nhìn một cách ôn hòa. Nói vừa đủ nghe, không gượng. Điều đó sẽ tỏ ra bạn là người tự tin, biết cách giao tiếp.

Bên cạnh đó, khi được hỏi hoặc trả lời bạn phải dạ và gật đầu, thể hiện sự lễ phép. Những cử chỉ, thái độ tốt sẽ tạo thiện cảm cho người đối diện, từ đó khả năng trúng tuyển của bạn sẽ cao hơn. Kỹ năng phỏng vấn xin việc làm là rất cần thiết cho mỗi chúng ta. Nó giúp cho cơ hội bạn được nhận vào làm cao hơn. Có năng lực không vẫn chưa đủ, cách giao tiếp cũng góp phần không nhỏ đến thành công của mỗi chúng ta. Chúc bạn thành công với những kỹ năng giao tiếp trong phỏng vấn xin việc làm.

Nguồn vieclam.com

THANH NIÊN VÀ PHÁP LUẬT

Từ ngày 1-1-2015, Luật Bảo hiểm Y tế sửa đổi có hiệu lực: Quyền lợi BHYT của người dân sẽ được mở rộng

Từ ngày 1-1-2015, nhiều điểm mới trong việc tính bảo hiểm y tế (BHYT) sẽ được áp dụng theo hướng có lợi cho người tham gia BHYT. Điều này tạo thuận lợi và khuyến khích, hướng tới mục tiêu toàn dân tham gia BHYT.

Người tham gia BHYT sẽ có lợi hơn từ ngày 1-1-2015 khi mà Luật BHYT sửa đổi có hiệu lực. Điều này liên quan đến quyền lợi của hàng chục triệu người tham gia khám, chữa bệnh theo BHYT. Trao đổi với chúng tôi, lãnh đạo các cơ sở y tế cho biết sẽ thực hiện đúng quy định về các dịch vụ, thuốc men cũng như tiếp tục thực hiện việc cải cách thủ tục hành chính, rút ngắn thời gian khám chữa bệnh và thanh toán viện phí để người dân hài lòng.

Luật sửa đổi, bổ sung một số điều của Luật BHYT lần này có nhiều điểm mới quan trọng, có tính đột phá mạnh mẽ, hội nhập quốc tế, mở rộng quyền lợi người tham gia BHYT. Đặc biệt là đối tượng người nghèo, cận nghèo, đồng bào dân tộc thiểu số đang sinh sống tại vùng có điều kiện kinh tế - xã hội khó khăn, đặc biệt khó khăn; người đang sinh sống tại vùng biển đảo để tiến tới BHYT toàn dân. Trong đó, đáng chú ý là bỏ quy định cùng chi trả 5% đối với người nghèo, bảo trợ xã hội, người dân tộc thiểu số đang sinh sống tại vùng có điều kiện kinh tế - xã hội khó khăn và đặc biệt khó khăn; Bỏ quy định cùng chi trả 20% đối với thân nhân của người có công với cách mạng là cha đẻ, mẹ đẻ, vợ hoặc chồng, con của liệt sĩ, người có công nuôi dưỡng liệt sĩ; giảm mức cùng chi trả từ 20% xuống còn 5% với thân nhân khác của người có công và người thuộc hộ gia đình cận nghèo. Một điểm mới mà người tham gia BHYT rất phấn khởi nữa đó là quỹ BHYT sẽ thanh toán 100% chi phí khám, chữa bệnh khi người bệnh có thời gian tham gia BHYT từ 5 năm liên tục trở lên và có số tiền cùng chi trả chi phí khám chữa bệnh trong năm lớn hơn 6 tháng lương cơ sở. Cũng theo quy định tại Luật BHYT, từ 1-1-2015, người bệnh khám ngoại trú sẽ không được cùng chi

trả 30%. Thay vào đó các quyền lợi cho bệnh nhân khám chữa bệnh nội trú vượt tuyến sẽ được mở rộng hơn...

Về việc giảm bớt chi phí khi có bệnh đến bệnh viện điều trị, nhiều người dân tỏ ra rất phấn khởi. Trao đổi với chúng tôi, ông Nguyễn Văn Hiền (Dầu Tiếng) đang chờ thanh toán viện phí tại Bệnh viện Đa khoa tỉnh vui mừng: “Nhờ có BHYT cho hộ nghèo nên chúng tôi rất yên tâm khi đi khám, chữa bệnh. Con trai tôi nhập viện mổ ruột thừa, nằm viện được 3 ngày nhưng tính ra chi phí thanh toán cho bệnh viện rất thấp. Các quy định mới về BHYT lại càng có lợi hơn cho người dân trong chuyên tuyến, vượt tuyến nên người dân có thể yên tâm khi đau ốm, bệnh tật nếu có tham gia BHYT”.

Bác sĩ Dương Tấn Tài, Phó Giám đốc Bệnh viện Đa khoa tỉnh cho biết, bệnh viện đã cử cán bộ của Phòng Tài chính Kế toán đi tập huấn về chuyên môn nghiệp vụ; trong đó có những lớp tập huấn để triển khai thực hiện các quy định mới trong luật sửa đổi, bổ sung một số điều của Luật BHYT. Tất cả nhằm bảo đảm quyền lợi cho người tham gia BHYT. Bên cạnh đó, bệnh viện sẽ nâng cao chất lượng, thái độ phục vụ để người dân tin tưởng, yên tâm khi đi khám, chữa bệnh.

Nguồn: baobinhduong.org.vn

BÀI HÁT THANH NIÊN

BÀI CA THANH NIÊN BÌNH DƯƠNG

Hành khúc - Sôi nổi

Nhạc và lời PHẠM ĐẮC HIẾN

Với màu áo xanh, ta về đây từ mọi miền Tổ quốc. Kết chặt vòng tay ta chung sức đắp xây ngày mai. Tiếp bước truyền thống cha anh vượt lên tầm cao thời đại. Ta thấp lên lửa hồng sức sôi sục sống thanh niên. Thanh niên Bình Dương lập thân - kiến quốc Thanh niên Bình Dương đoàn kết - sáng tạo Ngàn trái tim triệu ý chí Dù gian khó ta vẫn vượt qua. Thanh niên Bình Dương vì ngày mai no ấm Thanh niên Bình Dương vì quê hương mến yêu Với sức xuân đang dâng trào Ta dựng xây quê hương đẹp tươi.

Nguồn: tuoitrebinhduong.vn

MÓN NGON MỖI NGÀY

Gỏi đu đủ tôm thịt

Nguyên liệu: 200gr đu đủ xanh bào sợi, 1 miếng thịt heo ba chỉ, 100gr tôm, 1/4 muống cà phê tiêu, 1 trái ớt thái lát, 1 muống cà phê tỏi băm nhuyễn, rau ăn kèm: rau húng quế, rau bạc hà, rau ngò thái rối, hành phi

- Pha nước mắm: 1 muống canh nước cốt chanh + 1,5 muống canh nước mắm + 1 muống canh xì dầu + 1,5 muống canh đường + 3 muống canh nước hoà tan cùng với ớt tỏi băm trong 1 bát. Bạn có thể bào thêm cà rốt nếu thích.

Thực hiện: - Thịt heo ba chỉ luộc chín thái lát mỏng. Tôm luộc chín chẻ đôi nếu tôm to.

- Đu đủ bào, cà rốt bào (nếu có), tôm, thịt cho hết vào trộn đều. Sau đó cho 1/2 chén nước mắm vào trộn chung.

- Cuối cùng cho tiêu, ớt, tỏi băm và các loại rau vào trộn sơ. Nêm nếm vừa miệng là bạn đã hoàn thành xong.

Nguồn: monngonmoingay.vn

NGHỆ THUẬT SỐNG

MÙI ĐIỀU TUỔI TRẺ THƯỜNG LÃNG PHÍ

Trong hành trình tạo dựng một cuộc đời có ý nghĩa, nếu bạn lơ coi thường một trong 10 điều thiết yếu dưới đây, coi như bạn đã tự đánh mất một phần nhựa sống của chính mình.

Sức khỏe: Lúc còn trẻ, người ta thường ỷ lại vào sức sống tràn trề đang có. Họ làm việc như điên, vui chơi thâu đêm, ăn uống không điều độ.... Cứ như thế, cơ thể mệt mỏi và lão hoá nhanh. Khi về già, cổ nứu kéo sức khoẻ thì đã muộn.

Thời gian: Mỗi thời khắc “vàng ngọc” qua đi là không bao giờ lấy lại được. Vậy mà không hiếm người ném 8 giờ làm việc qua cửa sổ. Mỗi

ngày, hãy nhìn lại xem mình đã làm được điều gì. Nếu câu trả lời là “không”, hãy xem lại quỹ thời gian của bạn nhé!

Tiền bạc: Nhiều người hễ có tiền là mua sắm, tiêu xài hoang phí trong phút chốc. Đến khi cần một số tiền nhỏ, họ cũng phải đi vay mượn. Những ai không biết tiết kiệm tiền bạc, sẽ không bao giờ sở hữu được một gia tài lớn.

Tuổi trẻ: Là quãng thời gian mà con người có nhiều sức khỏe và trí tuệ để làm những điều lớn lao. Vậy mà có người đã quên mất điều này. “Trẻ ăn chơi, già hối hận” là lời khuyên dành cho những ai phí hoài tuổi thanh xuân cho những trò vô bổ.

Không đọc sách: Không có sách, lịch sử im lặng, văn chương câm điếc, khoa học tê liệt, tư tưởng và suy xét ứ đọng. Từ sách, bạn có thể khám phá biết bao điều kỳ thú trên khắp thế giới. Thật phí “nửa cuộc đời” cho những ai chưa bao giờ biết đọc sách là gì!

Cơ hội: Cơ hội là điều không dễ dàng đến với chúng ta trong đời. Một cơ may có thể biến bạn thành giám đốc thành đạt hay một tỷ phú lắm tiền. Nếu thờ ơ để vận may vụt khỏi tầm tay, bạn khó có thể tiến về phía trước.

Nhan sắc: Là vũ khí lợi hại nhất của phụ nữ. Có nhan sắc, bạn sẽ tự tin và chiếm được nhiều ưu thế hơn so với người khác. Tuy nhiên, “tuổi thọ” của nhan sắc có hạn. Thật hoang phí khi để sắc đẹp xuống dốc. Hãy chăm sóc mình ngay từ bây giờ.

Sống độc thân: Phụ nữ ngày nay theo trào lưu “chủ nghĩa độc thân”. Thực tế là khi sống một mình, bạn rất cô đơn và dễ cảm thấy thiếu vắng vòng tay yêu thương của chồng con. Bạn bị gia đình chính là một niềm vui. Sống độc thân, bạn đã lãng phí tình cảm đẹp đẽ ấy.

Không đi du lịch: Một vĩ nhân đã từng nói: “Khi đi du lịch về, con người ta lớn thêm và chắc chắn một điều là trái đất phải nhỏ lại”. Vì thế, nếu cho rằng đi du lịch chỉ làm hoang phí thời gian và tiền bạc, bạn hãy nghĩ lại nhé!

Không học tập: Một người luôn biết trau dồi kiến thức sẽ dễ thành công hơn người chỉ biết tự mãn với những gì mình biết. Nếu không học hành, bạn đang lãng phí bộ óc đấy!

Nguồn: ngethuatsong.org