



Thái Bình

Chủ nhật

SỐ 839
Chủ nhật
Ngày 28 - 1 - 2024

CƠ QUAN CỦA ĐẢNG BỘ ĐẢNG CỘNG SẢN VIỆT NAM TỈNH THÁI BÌNH
TIẾNG NÓI CỦA ĐẢNG BỘ, CHÍNH QUYỀN VÀ NHÂN DÂN THÁI BÌNH

TÒA SOẠN:
13 LÝ THƯỜNG KIỆT - THÀNH PHỐ THÁI BÌNH
ĐT: 0227.3731.308 - 0227.3733.958 - 0227.3735.544
BÁO THÁI BÌNH ĐIỆN TỬ: www.baothaibinh.com.vn
EMAIL: tsbaothaibinh@gmail.com



THÀNH PHỐ

Đột phá giải phóng mặt bằng - động lực phát triển đô thị

(Xem trang 2)



Đẩy nhanh tiến độ thi công đường Nguyễn Tông Quai, đoạn từ đường Lý Bôn đến đường quy hoạch số 1 phường Trần Lâm.

LÀNG HOA HỒNG VIỆT

Rộn ràng sắc xuân



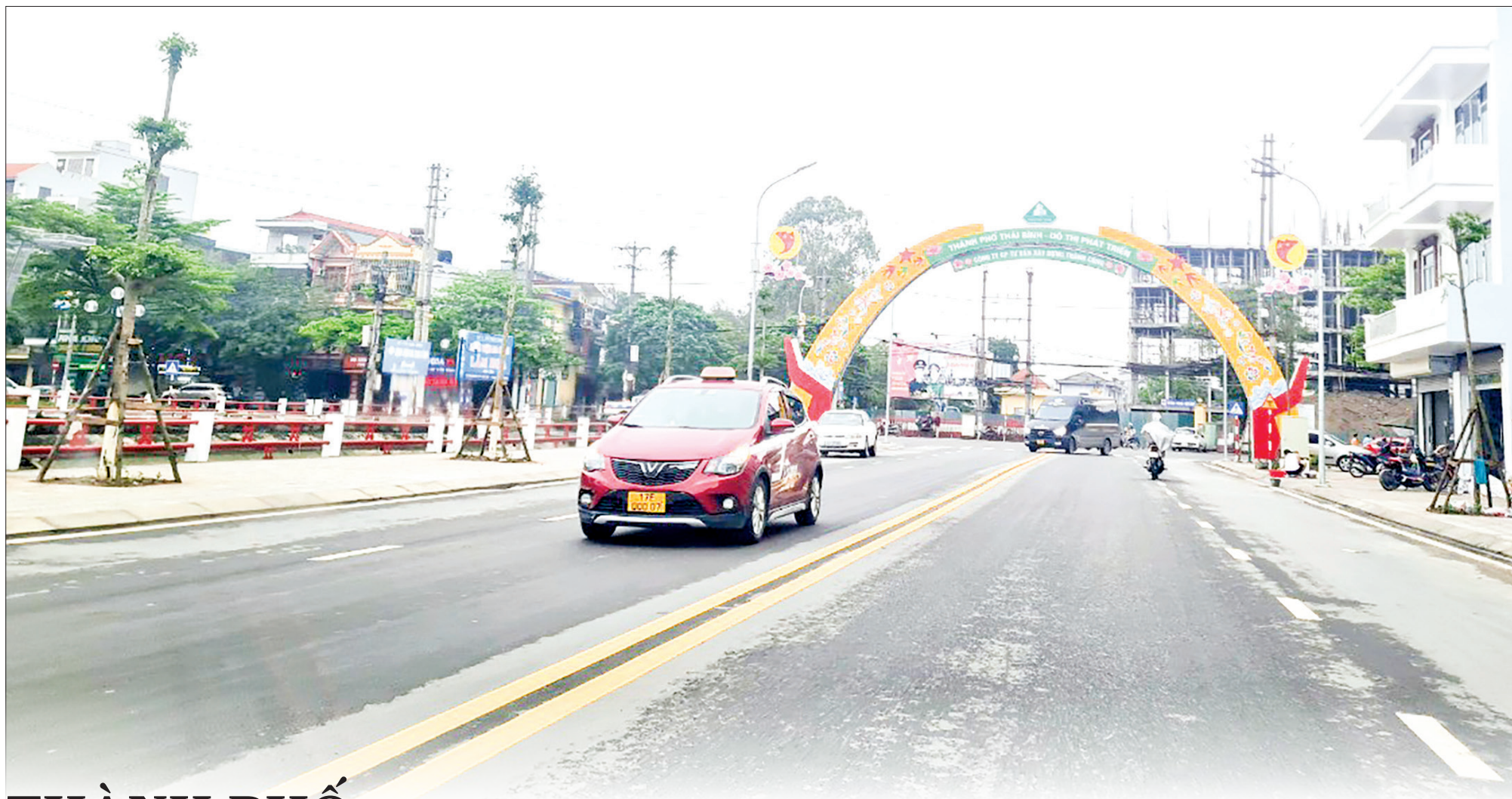
Trang 3

THÁI XUYÊN

Cả làng đò lửa nướng cá ngày cận tết



Trang 8



THÀNH PHỐ

Đột phá giải phóng mặt bằng - động lực phát triển đô thị

Làm tốt công tác tuyên truyền, vận động nhân dân, tạo sự ủng hộ lan tỏa trong cộng đồng; giải quyết đúng đắn mối quan hệ lợi ích giữa người bị thu hồi đất với chính quyền... Với cách làm này, thành phố Thái Bình đã triển khai thực hiện hiệu quả nhiều dự án trọng điểm về giao thông, chỉnh trang đô thị.

MINH NGUYỆT

Tăng cường đối thoại

Dự án hạ tầng kỹ thuật khu trung tâm thành phố Thái Bình tại phường Lê Hồng Phong và Bồ Xuyên thực hiện thu hồi trên 250.350m² đất của 22 đơn vị, doanh nghiệp và 61 hộ gia đình, cá nhân. Đến nay, UBND thành phố đã phê duyệt phương án bồi thường, hỗ trợ giải phóng mặt bằng (GPMB) đối với 9/13 doanh nghiệp; hoàn thành đi dờ 3 cơ sở bến bãi. Tập trung hoàn thành kiểm đếm, lập phương án bồi thường, hỗ trợ GPMB đối với 61 hộ gia đình. Cơ bản các đơn vị, hộ gia đình cá nhân đã đồng thuận nhưng còn một số hộ do phải di chuyển nhà ở, chưa đồng thuận với giá đền bù, hỗ trợ GPMB của nhà nước. Để tháo gỡ, cấp ủy đảng, chính quyền từ thành phố đến cơ sở thường xuyên tới các hộ dân để tuyên truyền, vận động và trực tiếp các đồng chí lãnh đạo UBND thành phố đã tăng cường gặp gỡ, đối thoại để nắm bắt tâm tư, nguyện vọng, kiến nghị của người dân, doanh nghiệp còn đang băn khoăn, chưa nhất trí với giá đất, giá đền bù. Ông Trần Văn Hùng, phường Lê Hồng Phong cho biết: Khi biết dự án có lấy vào phần đất của gia đình, người dân ở đây cũng rất tâm tư nhưng khi được tuyên truyền, vận động, chúng tôi rất đồng thuận với chủ trương của thành phố trong việc chỉnh trang đô thị. Mong muốn của người dân là sớm được đền bù, hỗ trợ GPMB và bàn giao đất ở khu tái định cư để yên tâm đến nơi ở mới, ổn định cuộc sống. Phó Chủ tịch UBND thành phố Nguyễn Văn Đức cho biết: Để triển khai thi công các dự án lớn trên địa bàn đạt nhiều kết quả, công tác GPMB được quan tâm và triển khai quyết liệt. Thực hiện nghiêm chủ trương công khai, minh bạch và bảo đảm tối đa quyền lợi của nhân

dân, để nhân dân thấy được ý nghĩa của các dự án đối với sự phát triển chung, những lợi ích trực tiếp, gián tiếp mà nhân dân có được khi dự án hoàn thành. Lãnh đạo thành phố luôn bám sát, lắng nghe các khó khăn, vướng mắc của nhân dân trong việc đền bù GPMB; thường xuyên tổ chức tiếp công dân, từ đó kịp thời tiếp thu, trả lời, chỉ đạo giải quyết bảo đảm quyền lợi chính đáng của người dân, doanh nghiệp theo quy định của pháp luật. Đồng thời xác định, đối với các hộ vướng mắc, chưa đồng thuận về GPMB sẽ tổ chức đối thoại trực tiếp với từng hộ để giải quyết. Đối với các hộ đòi hỏi vượt quá chính sách, quy định của nhà nước sẽ tổ chức cưỡng chế. Chính vì vậy, năm 2023 thành phố đã tuyên truyền, vận động 56/99 trường hợp đã có quyết định cưỡng chế chấp hành không phải cưỡng chế để thực hiện các dự án; ban hành quyết định cưỡng chế, thu hồi đất đối với 43 trường hợp. Đã chỉ đạo giải quyết, trả lời 176 lượt đơn thư kiến nghị, khiếu nại liên quan đến công tác GPMB, bảo đảm thời gian, quy định của pháp luật, không để tồn đọng.

Khơi thông các nút thắt

Để gỡ các nút thắt trong công tác GPMB, thành phố đã lãnh đạo, chỉ đạo kịp thời, giải quyết các khó khăn, vướng mắc. Huy động cả hệ thống chính trị vào cuộc, trong đó đặc biệt coi trọng vai trò của những người có uy tín trong nhân dân để tạo sức lan tỏa. Các tổ chức đoàn thể tham gia tuyên truyền, vận động, tạo sự đồng thuận trong nhân dân. Với đặc điểm đất đai bị thu hồi ở những khu vực đô thị lõi có giá giao dịch thị trường cao so với khung giá đất, việc vận dụng tối đa chính sách nhằm bảo đảm quyền lợi cao nhất cho người dân bị thu hồi đất là rất quan trọng. Đồng thời, trong tổ chức thực hiện quy hoạch, việc tái định cư phải đi trước một bước, bố trí quỹ đất tái định cư tại chỗ ở những nơi có điều kiện, việc tái

định cư phải bảo đảm điều kiện sống và sinh kế bằng và tốt hơn. Dự án hồ Ty Rượu có diện tích hơn 4ha, sau nhiều năm vướng mắc về mặt bằng đã hoàn thành đưa vào sử dụng, đáp ứng mong mỏi và kỳ vọng của đông đảo các tầng lớp nhân dân. Thành quả đó khẳng định, chính quyền thành phố đã luôn lắng nghe, thấu hiểu tâm tư, nguyện vọng của người dân trong công tác bồi thường, hỗ trợ GPMB. UBND thành phố đã linh hoạt trong việc vận dụng đúng chính sách, quy định của pháp luật cũng như lợi ích của người có đất bị thu hồi phục vụ dự án. Tích cực, chủ động trong việc báo cáo, xin ý kiến các sở, ngành, đề xuất giải pháp tháo gỡ vướng mắc trong từng trường hợp cụ thể.

Hay tại nút thắt tuyến đường Ngô Quyền, đoạn còn lại đến đường Lý Thường Kiệt, tồn tại hơn 10 năm, song với sự vào cuộc quyết liệt, chủ động của cấp ủy đảng, chính quyền từ tỉnh, thành phố đến cơ sở, đến giữa tháng 7/2023 đã hoàn thành công tác GPMB và thông tuyến vào tháng 10/2023. Giám đốc Trung tâm Phát triển quỹ đất và Cụm công nghiệp thành phố Phạm Thị Lan Anh cho biết: Thực hiện chỉ đạo của UBND thành phố, năm 2023, Trung tâm đã tập trung gỡ nhiều "điểm nghẽn" về mặt bằng để đẩy nhanh tiến độ các công trình, dự án đường giao thông, cơ sở hạ tầng, phát triển nhà ở, nhất là các công trình trọng điểm của tỉnh. Đã thực hiện GPMB 50 dự án, lập 65 phương án với số tiền 450 tỷ đồng, chi trả 300 tỷ đồng cho trên 400 lượt đơn vị, doanh nghiệp, hộ gia đình, cá nhân. Bàn giao gần 40ha đất cho các chủ đầu tư thực hiện thi công công trình. Trong đó, có nhiều dự án tồn đọng, kéo dài như dự án phát triển nhà ở thương mại khu dân cư xứ đồng Vạn Đê; khu dân cư, tái định cư phường Kỳ Bá - Quang Trung; khu dân cư và khu nhà ở xã hội cho người có thu nhập thấp tại tổ 39, 40 phường Quang Trung...

Có thể thấy, nhờ tuyên truyền tốt, nắm bắt sát địa bàn, lắng nghe người dân trong quá trình GPMB, thành phố đã từng bước tạo được niềm tin cho người dân, giúp đẩy nhanh quá trình phát triển đô thị; diện mạo thành phố từng bước thay đổi với không gian sống hiện đại, khang trang cho người dân cũng như góp phần vào thực hiện mục tiêu phát triển kinh tế - xã hội.

LÀNG HOA HỒNG VIỆT Rộn ràng sắc xuân

Trước đây, Hồng Việt (Đông Hưng) là xã thuần nông và bây giờ sản xuất nông nghiệp vẫn là chủ đạo, nhưng thay vì cấy 2 vụ lúa/năm thì Hồng Việt nay đã trở thành địa phương trồng hoa, cây cảnh trọng điểm của tỉnh. Những ngày giáp tết Nguyên đán Giáp Thìn 2024, Hồng Việt trăm hoa đua nở đón khách các nơi về tham quan và mua về chơi tết.

THU HIỂN

Năm nay, gia đình bà Nguyễn Thị Miên, thôn Quán Thôn, xã Hồng Việt trồng 3,2 vạn cây hoa đồng tiền các loại phục vụ thị trường tết. Vườn hoa đồng tiền hiện đang khoe sắc thắm. Những ngày này khách đến mua rất đông. Đến nay, 2.000 cây hoa trà đã bán hết, nếu đồng tiền cũng bán hết thì năm nay gia đình bà Miên thu từ trồng hoa trên 1 tỷ đồng. Để có vụ hoa tết thắng lợi, không chỉ trồng, chăm sóc đúng thời điểm, đúng cách, bà Miên còn đầu tư hàng chục triệu đồng làm nhà khung che nắng, che mưa, lắp hệ thống tưới tự động cho hoa sinh trưởng, phát triển tốt. Bà Nguyễn Thị Miên chia sẻ: Trong năm gia đình trồng 2 đợt hoa đồng tiền, đợt trồng tháng 6 đã bán hết, đợt trồng tháng 8 đang bán. Hoa đồng tiền đẹp, chơi được lâu nhưng cây đồng tiền khó tính, chăm sóc vất vả, sương muối mưa nhiều, rét quá cây đều hỏng. Vì thế, tháng 6 năm nay gia đình đã đầu tư 50 triệu đồng lắp hệ thống giàn khung phủ lưới để che mưa, che nắng và sương cho hoa, đầu tư cả hệ thống tưới tự động giảm công lao động, tưới đều hơn. Mỗi tháng chăm bón cho vườn hoa đồng tiền 1 lần sẽ đủ chất dinh dưỡng, cây khỏe, cho hoa đẹp. Không chỉ trồng nhiều hoa đồng tiền nhất xã, gia đình bà Miên còn cung

cấp hàng chục vạn cây giống đồng tiền chất lượng cho bà con trong và ngoài xã. Đó cũng chính là loại cây giúp gia đình bà Miên thoát nghèo vươn lên trở thành hộ giàu của xã.

Nắm bắt xu hướng chơi cây và hoa tết của người dân, ông Phạm Duy Khuynh, thôn Đông, xã Hồng Việt đã mạnh dạn chuyển đổi đất trồng lúa kém hiệu quả sang trồng hoa, cây cảnh. Với sự đam mê, bằng bàn tay khéo léo của chủ vườn, cứ tết đến xuân về, vườn nhà ông Khuynh muôn hoa đua nở, tỏa hương thơm ngát, níu chân người qua. Đến nay, 90% hoa, cây cảnh tết của gia đình ông đã được khách đến đặt mua. Theo ông Phạm Duy Khuynh: Vụ tết này, gia đình chuẩn bị nhiều hoa, cây cảnh phục vụ người chơi, trong đó có đào, mầu đơn, nhài Nhật, mộc hương. Số lượng trên 1.000 cây, đào chiếm 60%. Giá đào năm nay cao hơn năm ngoái khoảng 20 - 30% do thời tiết bất thuận ảnh hưởng tới kỹ thuật điều tiết hoa nở đúng dịp tết, giá phân bón, nhân công đều tăng; còn các loại hoa khác như mầu đơn, nhài Nhật giá bình ổn. Gần tết, tôi và các thành viên HTX cây giống, cây cảnh Hồng Việt sẽ đưa vào thị trường miền Nam khoảng 30 chuyến xe ô tô tải với khoảng 9.000 cây đào phục vụ bà con chơi tết.

Càng gần tết thì làng hoa Hồng Việt càng đông vui, tấp nập vì khách nhiều tỉnh, thành tìm về đây mua, chuyển hoa, cây cảnh đi khắp các nơi bán cho người dân chơi tết. Các nam thanh nữ tú, các đoàn khách cũng về đây ngắm hoa, lưu giữ những bức ảnh đẹp làm kỷ niệm vừa để lựa cây, hoa vừa ý về trưng bày ở nhà ngày tết. Ông Phạm Văn Giới, xã Tân Lập (Vũ Thư) cho biết: Tôi về Hồng Việt lấy hoa, cây cảnh về địa phương bán nhiều năm nay vì cây và hoa ở đây đa dạng, phong phú, đẹp, giá phải chăng. Bình quân 1 tháng tôi mua 3 - 5 xe tải cây hoa, cây giống của các nhà vườn ở Hồng Việt, còn dịp tết khoảng 8 - 10 xe, 1 năm mua hàng vạn cây. Người dân Hồng Việt trồng hoa lâu năm, nhiều kinh nghiệm, kỹ thuật trồng,



Ông Phạm Duy Khuynh, xã Hồng Việt giới thiệu hoa nhài Nhật cho khách mua về chơi tết.

chăm sóc hoa cao vì thế hoa rất chất lượng, đào cánh to, đẹp, đặc biệt khi mang về nhà chơi được lâu, hoa tươi, tạo không khí xuân vui vẻ, an lành cho mỗi gia đình.

Hiện Hồng Việt có trên 1.000 hộ dân mạnh dạn cải tạo vườn tạp, chuyển ruộng cấy lúa kém hiệu quả sang trồng hoa, cây cảnh, cây giống các loại với tổng diện tích 100ha. Kinh tế vườn ở đây đem đến nguồn thu lớn cho người trồng, bình quân 800 triệu đồng/ha. Ông Lê Văn Thanh, Chủ tịch Hội Làm vườn xã Hồng Việt cho biết: Phát triển nghề làm vườn, các hộ có việc làm, thu nhập ổn định. Nhiều hộ trồng hoa, cây cảnh đã du nhập những giống hoa, cây cảnh có giá trị cao, thị trường tiêu thụ lớn đưa vào sản xuất, phục vụ nhân dân trong cả nước.

Sắc xuân từ làng hoa, cây cảnh Hồng Việt đang được lan tỏa đi muôn nơi. Người trồng hoa nơi đây luôn tự hào bởi nghề này không chỉ giúp họ có đời sống sung túc mà còn góp phần tô điểm cho mùa xuân thêm rực rỡ, tươi mới, cho ngôi nhà của các gia đình thêm đẹp, tràn đầy hương xuân.





Danh gia Đoàn Nguyễn Thục

Đoàn Nguyễn Thục (1718 - 1775) vốn dòng họ Nguyễn ở làng Đại Hạnh, huyện Văn Giang, nay thuộc tỉnh Hưng Yên sang làm con nuôi nhà họ Đoàn ở làng Hải An, xã Quỳnh Nguyên, huyện Quỳnh Phụ. Nguyên họ tên ông là Đoàn Duy Tĩnh, sau tránh tên húy chúa Trịnh vương Trịnh Sâm nên đổi thành Đoàn Nguyễn Thục. Đến nay, thị trấn Quỳnh Côi và nhiều thành phố lớn của Việt Nam có đường phố mang tên Đoàn Nguyễn Thục.

NGUYỄN THANH

Vũ Quý, Kiến Xương

Khoa thi Nhâm Thân niên hiệu Cảnh Hưng thứ 13 (1752), Đoàn Nguyễn Thục thi đỗ Hoàng giáp. Khoa thi này đáng được coi là một hiện tượng độc đáo, là một dấu son rất đáng tự hào về truyền thống khoa bảng của Thái Bình. Cả nước có hơn 2.000 sĩ tử dự kỳ thi Hội nhưng chỉ có 6 người thi đỗ thì vùng đất nay thuộc Thái Bình có 4 người. Đó là Lê Quý Đôn người làng Phú Hiệu, nay thuộc huyện Hưng Hà đỗ đầu với học vị Tam nguyên Bạng nhân; Đoàn Nguyễn Thục là người đỗ thứ hai với học vị Hoàng giáp; tiếp theo là Nghiêm Vũ Đăng người làng Kỳ Nhại, nay thuộc huyện Thái Thụy và Nguyễn Xuân Huyền người làng Hoàng Xá, nay thuộc huyện Vũ Thư đỗ đồng Tiến sĩ.

Sau khi thi đỗ, Đoàn Nguyễn Thục được bổ dụng nhiều ngạch quan trong triều, ngoài trấn, được chúa Trịnh Sâm rất tin dùng. Ông đã từng được giao cho kiểm bấu, làm giám quân các đạo Hưng Hóa, Thanh Hóa, Tuyên Quang, Sơn Tây đánh dẹp các cuộc bạo loạn trong phong trào nông dân vào nửa cuối thế kỷ XVIII. Nhiều nguồn sử liệu cho biết ông là người cương trực, uy phong khảng khái, làm quan trong triều luôn giữ được khí tiết.

Năm 1771, Đoàn Nguyễn Thục được triều đình Lê - Trịnh cử làm chánh sứ dẫn đầu đoàn sứ bộ sang triều cống nhà Thanh. Thời trước, người được cử làm chánh, phó sứ phải là người không chỉ có tài trí bang giao mà còn phải là người thông kim, bác cổ và giàu sở trường xướng họa, ứng đáp văn chương. Mười năm trước đó, Lê Quý Đôn cũng từng đã làm phó sứ sang triều cống và đã được

quan quân nhà Thanh nể phục. Việc đi sứ đối với Đoàn Nguyễn Thục cũng như nhiều danh sĩ khác là dịp để thực thi hoài bão "lấy văn chương tăng thế nước" và ông đã toại nguyện hoài bão này. Những bài thơ xướng họa với quan lại nhà Thanh và sứ thần các nước ở Yên Kinh đã được chép lại thành tập mang tên "Đoàn Hoàng giáp phụng sứ tập". Bài Tiền Triều Tiên quốc sứ Doãn Đông Thăng, Lý Trí Trung là một trong những bài đã được dịch và giới thiệu khá rộng rãi:

Phiên âm tiếng Việt:

Việt điện sơn xuyên giảng biện thân,

Tha hương kim hạnh áp thanh trần.

Tầng chiêm đại tiết vì tinh đấu,

Cánh địch nam trì huyền phụng lân.

Lữ hướng hữu tâm giai thượng hữu,

Văn quang vô địa bất đồng luân.

Tương phùng mạc nhạ phân tiêu tảo,

Cố quốc mai hoa kim hựu xuân.

Dịch giả Đoàn Trọng Hân đã dịch thơ:

Đại Việt sứ thần sang Bắc quốc,

Tha hương năm tháng hóa phong trần.

Đức cao tiết trọng xem sao Đấu,

Khí rạng Nam trời đất phụng lân.

Lữ khách có tình thêm bạn quý,

Văn chương tâm ý chẳng hề phân.

Hữu duyên thiên ý hồi xa cách,

Cố quốc mai vàng ngậm tiết xuân.

Sử gia Phan Huy Chú đã chép một số bài của Đoàn Nguyễn Thục vào mục Văn tịch chí của sách "Lịch triều hiến chương loại chí" và đánh giá là: "Lời thơ phong nhã, rèn luyện, thanh tao, phóng khoáng... Tả cảnh hồn nhiên, nhẹ nhõm và siêu thoát, đáng gọi là danh gia",

đồng thời luận định: "Ông học vấn rộng rãi, phong thể khí độ chững chạc, dọc ngang văn võ, việc gì cũng làm được... Ông tiến lui có lẽ phải, không khuất tất để cầu cạnh. Tiết tháo cương trực như thế càng làm cho người đời hâm mộ".

Đoàn Nguyễn Thục đã trải các chức quan: Đông các hiệu thư hành Ngự sử, Ngự sử, Đô ngự sử, tước Quỳnh Xuyên bá. Năm 1774, ông nhận chức Đốc thị Nghệ An. Do thể sự nhiều nhượng, triều thần lục đục nên Đoàn Nguyễn Thục xin cáo quan về trí sĩ ở quê được hơn một năm sau thì qua đời.

Khi luận đàm về thân thế và sự nghiệp của Đoàn Nguyễn Thục, đã một thời, có người thường mang định kiến là ông đã từng tham gia đánh dẹp nông dân khởi nghĩa. Cũng như một thời có người đã cho rằng việc Lê Quý Đôn đi đánh dẹp các cuộc khởi nghĩa nông dân là một vết vết trong chân dung của một danh nhân. Cần phải thấy rằng, ở Việt Nam thế kỷ XVIII là thế kỷ nông dân khởi nghĩa. Vào những thập niên nửa sau thế kỷ XVIII, chính sử đã chép là "khắp nơi giặc dã nổi lên như ong". Bản thân các vua Lê, chúa Trịnh cũng thường phải đích thân đi "dẹp loạn" thì các văn thần võ tướng làm sao có thể đứng ngoài cuộc. Đương nhiên, lịch sử từng đã rất công bằng, sòng phẳng tôn vinh cả lãnh tụ khởi nghĩa và người cầm quân đánh dẹp khởi nghĩa đều là danh nhân như các trường hợp Hoàng Công Chất và Lê Quý Đôn hoặc trường hợp Phan Bá Vành và Nguyễn Công Trứ.

Đoàn Nguyễn Thục là bạn làm quan đồng triều với Đại tư đồ Nguyễn Nghiễm, thân phụ của đại thi hào Nguyễn Du và hai người đã kết tình thông gia. Đoàn Nguyễn Thục đã gả con gái của mình cho Nguyễn Du. Con trai của Đoàn Nguyễn Thục là Đoàn Nguyễn Tuấn (anh vợ Nguyễn Du), thi đỗ Hương cống nhưng không ra làm quan, ở làng Hải An dựng một cái chòi cao giữa vườn đặt tên là Phong nguyệt sào (ổ gió trăng) tụ tập các danh sĩ về xướng họa văn chương và từng đã cứu mạng, che chở Nguyễn Du trong những năm tháng loạn lạc. Nguyễn Du cũng đã nương náu 10 năm ở tư dinh của Đoàn Nguyễn Thục, mà "ngẩn ngơ trông ngọn cờ đào" để thai nghén Truyện Kiều. Sau một thời tao loạn, mỗi người mỗi ngả, Nguyễn Du thì về quê rồi ra làm quan ở triều Gia Long, từng đi sứ sang triều cống nhà Thanh, còn Đoàn Nguyễn Tuấn thì tìm đường vào Huế yết kiến Tây Sơn và được trọng dụng. Khi Quang Trung lên ngôi, Đoàn Nguyễn Tuấn cũng được cử sang sứ nhà Thanh.

Một sự trùng lặp ngẫu nhiên là Đoàn Nguyễn Thục, con trai là Đoàn Nguyễn Tuấn và con rể là Nguyễn Du đều là sứ thần ở ba triều đại. Sự kỳ thú là ba triều đại này đối lập, lật đổ nhau và cả ba cha con đều là những danh gia đã đóng góp những áng văn chương truyền đời trong dòng thơ bang giao của nước nhà. Có lẽ, đó là một sự kỳ thú riêng có về "Người Thái Bình - đất Thái Bình".



Chùa Phương Quả, xã Quỳnh Nguyên (Quỳnh Phụ).

Ảnh: NGUYỄN CƯỜNG

THƯỢNG BINH NGUYỄN KHẮC LỊCH Tâm sáng - chí bền



Tác giả cùng cựu chiến binh Nguyễn Khắc Lịch.

NGUYỄN CÔNG LIÊM

Thành phố Thái Bình

Sau khóa huấn luyện “đặc biệt”, đầu tháng 10/1962 ông Nguyễn Khắc Lịch được về phép có 3 ngày và cưới vợ. Vợ chồng ở bên nhau chưa êm chân, bèn gọi là ông Lịch phải trở về đơn vị và được tăng cường vào chiến trường Quân khu 5 đánh Mỹ. Tám năm biệt lập ở chiến trường Quân khu 5, bà Đào Thị Nháng, vợ ông - một nhà giáo trường làng có ít nhất hai lần nghe được tin ông Lịch đã hy sinh... Năm 1970, ông Lịch được ra miền Bắc và mang trên mình nhiều vết thương, cánh tay trái oặt đi và ngắn lại. Bây giờ mỗi lần bà Nháng ngồi bên chồng, được nghe ông kể về sự biệt lập, về những khốc liệt chiến tranh: “Tôi ngắt lịm, mãi sau tình dục thấy mình đang nằm trong trạm phẫu dã chiến, cảm giác cánh tay còn có khả năng hoạt động. Tôi nén đau hỏi đồng chí y tá đang ngồi bên: Đồng chí ơi! Bao giờ tôi được quay lại cùng anh em chiến đấu? Đơn vị tổn thất có nhiều không? Tôi thương các đồng đội quá”.

Tôi đã có vinh hạnh được chứng kiến phút giây hạnh phúc, xúc động của cựu chiến binh Nguyễn Khắc Lịch bên người vợ thủy chung - bà Đào Thị Nháng. Có lẽ, sau lần bị thương thứ bảy trong một trận chiến ác liệt vào tháng 8/1969 ở mặt trận huyện Quế Sơn, tỉnh Quảng Nam, cựu chiến binh Nguyễn Khắc Lịch ở thôn Thượng, xã An Thanh (Quỳnh Phụ) mới lại có thêm phút giây hạnh phúc được ngồi bên người vợ mà ông rất đổi yêu thương để hồi nhớ và hoài niệm cho chúng tôi nghe về những ký ức khốc liệt chiến trường. Câu chuyện chiến tranh đã lùi vào quá khứ 55 năm được ông Lịch kể lại như một thước phim quay chậm.

Hôm ấy trời vừa nhá nhem tối, Đại đội trưởng Nguyễn Khắc Lịch chỉ huy đơn vị vượt qua trăng trắng thuộc huyện Quế Sơn, tỉnh Quảng Nam thì bất ngờ đơn vị rơi vào ổ phục kích của quân Mỹ. Các loại hỏa lực của địch thi nhau xối vào đội hình, nhiều đồng đội của ông Lịch hy sinh. Đại đội trưởng Nguyễn Khắc Lịch gục xuống, cánh tay trái trúng đạn địch đập nát, máu tràn ứ đọng hết thân người. Khi tỉnh dậy, Nguyễn Khắc Lịch mới biết trong đêm đồng đội đã đưa ông về trạm phẫu dã chiến và một bác sĩ người Pháp là hàng binh của ta theo cách mạng vào miền Nam mổ cấp cứu đã giữ lại cánh tay trái cho mình. “Chiến tranh thật khốc liệt, có biết bao đồng đội của tôi phải nằm lại ở chiến trường để tôi được trở về với quê hương, với gia đình. Tôi có được cuộc sống hạnh phúc hôm nay là nhờ sự hy sinh xương máu của đồng đội tôi đấy!” - ông Lịch xúc động và bật khóc.

Tám năm tham gia thực chiến ở chiến trường Quân khu 5, cựu chiến binh Nguyễn Khắc Lịch đã nếm trải đủ sự khốc liệt của chiến trường, chứng kiến những giờ phút sau chiến thắng và chứng kiến sự hy sinh của đồng đội. Đơn vị của ông từng đối mặt với các đơn vị khét tiếng tàn bạo và đặc biệt tinh nhuệ của quân đội Mỹ như Sư đoàn bộ binh Anh Cả Đờ Mỹ, Sư đoàn kỵ binh không vận số 1, Sư đoàn Mãnh Hồ Nam Triều Tiên, Sư đoàn lính thủy đánh bộ “Rồng Xanh”. Năm 1964, được đơn

vị điều động về làm Chủ tịch UBND xã Kỳ Sơn, huyện Trà Bồng, trực tiếp bám dân lãnh đạo phong trào cách mạng ở nơi này, Nguyễn Khắc Lịch tham gia cả trăm trận đánh lớn nhỏ và bảy lần bị thương. Ông bảo ngày ấy sống chết ở nơi chiến trường với người lính nào có sá chi, sẵn sàng hy sinh vì độc lập, tự do của Tổ quốc, vì nhân dân, có người tình nguyện hy sinh thay đồng đội. Nén lại xúc động, ông Lịch kể tiếp về trường hợp hy sinh của chiến sĩ Nguyễn Anh Hùng quê huyện Tiên Hải. Được bổ sung về đơn vị chưa đủ ba ngày nhưng chiến sĩ Nguyễn Anh Hùng lại là đảng viên dự bị được ba tháng. Trước khi vào trận đánh, Nguyễn Anh Hùng đã chích đầu ngón tay lấy máu viết đơn đề nghị chi bộ cho tình nguyện lập công. Anh Hùng ôm theo hai chục ki-lô-gam thuốc nổ để đánh cửa mở và rồi mãi nằm lại với đất rừng Quảng Nam.

Những ký ức và hoài niệm về chiến tranh cứ như vậy được cựu chiến binh Nguyễn Khắc Lịch chậm rãi kể cho chúng tôi nghe. Mỗi câu chuyện chiến trường là một kỷ niệm về trường đời người lính đã trải nghiệm. Mỗi câu chuyện là một khúc tráng ca về người lính đã vì Tổ quốc, vì nhân dân quên mình. Tóm ghi lại những hoài niệm về hai mươi năm quân ngũ, về chiến tranh, về tình yêu thương đồng đội, câu chuyện đời thường của cựu chiến binh Nguyễn Khắc Lịch là hạnh phúc gia đình bên người vợ yêu thương của ông - bà Đào Thị Nháng xuân này đã mừng thọ tuổi tám mươi. Cái ngày ông ra trận, cái ngày nghe tin ông hy sinh, bà ở tuổi thanh xuân đảm đang việc nhà, việc nước, vững tin một lòng, một dạ chờ đợi ông trở về.

Tham gia quân ngũ đợt đầu tiên thực hiện nghĩa vụ quân sự năm 1959, hai mươi năm quân ngũ, tám năm chiến đấu ở chiến trường khu 5 gian khổ và ác liệt, tham gia hàng trăm trận đánh, bảy lần bị thương và sau lần bị thương đập cánh tay trái, ông Nguyễn Khắc Lịch được điều ra miền Bắc an dưỡng rồi nhận nhiệm vụ ở Tỉnh đội Hà Nam Ninh, đến năm 1979 thì được Quân đội cho về nghỉ hưu.

Hạnh phúc nơi tổ ấm của cựu chiến binh Nguyễn Khắc Lịch hôm nay nở hoa kết trái, dưới nếp nhà khang trang thoáng đẹp ở thôn Thượng, xã An Thanh (Quỳnh Phụ) mỗi chiều thứ 7, chủ nhật, ngày lễ là sự sum vầy của các con, các cháu về bên ông bà. Bốn người con gồm ba người con trai và một người con gái út của cựu chiến binh Nguyễn Khắc Lịch đều được học hành, giáo dục nền nếp. Tất cả đều là những công dân, những công chức, viên chức đang viết tiếp truyền thống của gia đình, đóng góp công sức, trí tuệ xây dựng quê hương, đất nước. Dưới nếp nhà an hòa của cựu chiến binh Nguyễn Khắc Lịch còn đó là những tấm bằng vinh danh của Đảng và Quân đội dành cho ông. Đó là Huy hiệu 60 năm tuổi đảng, Huân chương Kháng chiến hạng Nhất, Huân chương Giải phóng, Huân chương chiến công hạng Ba, hai tấm bằng dũng sĩ diệt Mỹ và nhiều phần thưởng cao quý khác.

Trước xuân mới Giáp Thìn 2024, xin được ghi lại chút ký ức đời quân ngũ của cựu chiến binh Nguyễn Khắc Lịch mừng ông đón tuổi 86 mạnh khỏe, an lành, tuổi cao gương sáng, chí bền cho những người trẻ noi theo học tập.

Mừng xuân

NGUYỄN PHƯƠNG THÙY
Thành phố Munich, Đức

Gió buốt mưa dầm,
Chân lấm đất,
Mẹ ra đồng cấy nhánh mạ non.
Lá xanh run chìm trong nước ruộng
Cái lạnh rừng mình,
Sự sống gặp nhau.

Con ở xa chót vót non cao
Khoan La San*
Rét dầm sâu, sương phủ,
Núi điệp trùng như tình yêu ngàn đời ấp ủ,
Rừng nổi rừng,
Sông chảy cuộn bên sông.
Biển dạt dào ôm, từ Nam tới Bắc
Đất Việt mình, nơi mẹ âm ru con,
Nơi cha ra đi, niềm tin còn thắm đỏ
Trong màu cờ tươi, Tổ quốc thiêng liêng!

Mẹ dẫu yêu, lá đã biếc trên cành,
Rễ vườn mình, cây chất nhựa hồi sinh.
Một sớm mai xinh, hoa đào hé nở
Con sẽ về, ôm mẹ kín vòng tay,
Thơm gò má nhả, thơm mái tóc mây,
Hát mẹ nghe bài ca mùa trăng hội.
Nhóm ngọn lửa hồng, treo câu đối đỏ,
Nỗi nhớ sẽ mềm,
Hương trăm bay trong gió,
Non nước mở lòng
Vui đón mùa xuân!

.....
*cột mốc biên giới số không nằm trên đỉnh ngọn núi này

Xuân sang

LẠI TÂY DƯƠNG
Thành phố Thái Bình

Bồi hồi khi tiễn mùa đông
Heo may bịn rịn, khóm hồng trở hoa
Xôn xao thời khắc giao thoa
Đong đầy kỷ niệm chan hòa niềm vui
Trái bao cay đắng, ngọt bùi
Xóm làng đổi mới, cuộc đời sang trang
Rạng ngời truyền thống vẻ vang
Quần gò vất vả, gian nan rập rình
Nhìn bông hoa nở hết mình
Nhận ra sâu lắng nghĩa tình quê hương
Cho tôi ánh mắt tinh tường
Hành trang vượt những dặm đường quan san
Tóc dù nhuộm trắng thời gian
Trở về vẫn thấy hội làng còn xanh
Đất trời đẹp tựa bức tranh
Đón mừng xuân mới trong lành tháng hoa.

Xuân về làng

PHẠM MINH GIANG
Thành phố Thái Bình

Ngoài đồng lúa mới bén chân
Mưa bụi bụi đã rắc xuân về làng
Cành ai treo trái bưởi vàng
Bếp ai thơm nức mấy hàng bánh chưng.
Bồn chồn ăn vục ăn lừng
Bồi hồi nghe bước người đứng lại gần
Rau cần xanh muốt ao xuân,
Bắp chân ai lội ngó cần ao quê.
Trăng vàng lấp ló bờ tre
Gió xuân hây hây bên hè băng khuâng
Lô nhô mái ngói, nhà tầng,
Đêm nay thấp thoáng những vầng lửa xuân...

ĐỘC NHĨ ĐẠI VƯƠNG

Sử cũ ghi: Sau khi chiến thắng quân Nam Hán, Ngô Quyền xưng vương, chia đặt các quan. Đỗ Cảnh Thạc là tướng trí dũng bên cạnh Ngô Quyền, có nhiều công lao trong chiến đấu được Ngô vương trao chức Thái úy, đứng đầu các quan võ. Đất nước ta bước vào thời kỳ độc lập, tự chủ. Đỗ Cảnh Thạc tiếp tục giúp vua và triều đình xây dựng đất nước, quân đội vững mạnh. Ông mở các trường luyện võ, đào tạo võ quan, đặt đồn trú thủ những nơi hiểm yếu, để phòng giặc dã... Trên đường truy diệt giặc ngoại bang, ông từng “dừng chân, hạ trại” ở làng An Bình, xã Lô Giang, huyện Đông Hưng...

QUANG VIÊN

Theo cổ sử, Hoàng Thao, thái tử vua Nam Hán nhận lệnh vượt biển vào nước ta hội quân với lực lượng nội gián của Kiều Công Tiễn đánh dẹp nghĩa quân nước ta, Đỗ Cảnh Thạc đã tập hợp lực lượng giúp Ngô Quyền đánh tan quân phản tặc Kiều Công Tiễn cùng giặc ngoại bang, hạ thành Đại La, nơi đóng quân của giặc Nam Hán. Đặc biệt, trong trận huyết chiến trên sông Bạch Đằng, Đỗ Cảnh Thạc lập công lớn diệt giặc. Với Ngô Quyền khi có trong tay tướng công Đỗ Cảnh Thạc thì Hoàng Thao chỉ là “đứa trẻ đại khờ”. Quả vậy, trận thủy chiến lịch sử trên sông Bạch Đằng được Ngô Quyền tính toán kỹ lưỡng, ông cho quân lính đóng cọc gỗ lim, đầu nhọn bọc thép. Lực lượng thủy chiến của quân Nam Hán rất mạnh và hung hãn, chúng tràn vào nước ta qua cửa sông Bạch Đằng, trước thế trận đã định sẵn, Ngô Quyền cho một lực lượng thuyền chiến nhỏ ra giao chiến, cầm chân giặc, lúc thủy triều lên, nhử giặc vào bãi cọc. Tại đây, lực lượng giao chiến của quân ta kiên cường chống trả giặc, để cầm chân giặc và để chúng không nghi ngờ về kế hoạch bẫy cọc. Khi nước thủy triều xuống, bãi cọc dần nhô lên, quân chủ lực tiến hành phản công, tàu chiến của giặc bị cọc nhọn đâm thủng, số còn lại vướng vào cọc không thể di chuyển, lúc này đội quân của Đỗ Cảnh Thạc hội với các cánh quân của Ngô Xương Ngập, Dương Tam Kha và dân binh hai bên bờ ập ra tiêu diệt giặc. Ngô Quyền chỉ huy lực lượng quân tinh nhuệ ra áp chiến, tiêu diệt giặc Nam Hán, nhiều tên lính giặc bỏ thuyền bơi vào bờ nhưng đều bị dân chúng hai bên bờ bắt sống hoặc tiêu diệt. Cuộc chiến kết thúc trong 1 ngày, thắng lợi của cuộc thủy chiến trên sông Bạch Đằng đã chấm dứt hơn 1 ngàn năm Bắc thuộc, mở ra kỷ nguyên mới cho dân tộc ta vào năm Mậu Tuất 938.

Ngọc phá đền thờ “Độc Nhĩ Đại vương” Đỗ Cảnh Thạc ở làng An Bình, xã Lô Giang, huyện Đông Hưng có ghi: Tướng quân Đỗ Cảnh Thạc trên đường tuần tiễu giặc ngoại xâm đã dừng chân, hạ trại ở làng An Bình. Nghe danh tiếng tướng quân phò tá Ngô Vương Quyền, thanh niên trai tráng khắp vùng kéo đến xin đầu quân. Dân chúng nể phục tướng quân đã đem sản vật, lương thảo đến cổ súy đội quân. Đáp lại thịnh tình dân chúng, tướng quân Đỗ Cảnh Thạc ân cần chỉ bảo dân chúng tích cực khai khẩn đất đai, cấy trồng lúa gạo, ngô khoai cung cấp lương thảo cho triều đình, nuôi quân đánh giặc. Ngược dòng



Đền Độc nhĩ, làng An Bình, xã Lô Giang (Đông Hưng) - nơi thờ tướng quân Đỗ Cảnh Thạc có công lao to lớn giúp Ngô Quyền đánh tan giặc Nam Hán.

lịch sử, thế kỷ X, Ngô Quyền, tù trưởng đất Đường Lâm (Sơn Tây, nay thuộc Hà Nội) đã lựa thời cơ, tập hợp dân binh đứng lên chống lại quân Nam Hán, giành độc lập, xưng vương. Đất nước độc lập tự chủ sau hơn ngàn năm Bắc thuộc không bao lâu, Ngô Quyền đột ngột qua đời, các thế lực cát cứ trong nước nổi dậy, tranh giành quyền lực. Cuộc biến loạn đẩy lên thành đỉnh cao khi em vợ Ngô Quyền là Dương Tam Kha tập hợp lực lượng làm cuộc chính biến, cướp ngôi vua, xưng Bình Vương. Bị truất ngôi, con trưởng Ngô Quyền, người lẽ ra được tôn lên ngôi vương, đành phải bỏ kinh thành Cổ Loa chạy về phương Nam. May thay, người con thứ của Ngô Vương Quyền không nản chí, âm thầm chờ thời. Đến năm 950, Ngô Xương Văn, con trai thứ, em của Ngô Xương Ngập mới “hạ” được Dương Tam Kha, đưa anh trai trở về kinh thành. Ngô Xương Văn xưng là Nam Tấn Vương; Ngô Xương Ngập xưng là Thiên Sách Vương. Hai anh em Ngô vương tập trung gây dựng lại cơ đồ. “Thiên thời, địa lợi” nhưng “nhân” lại không hòa, năm 955, Ngô Xương Văn đột ngột qua đời, đất nước lại chìm trong loạn lạc, vương triều họ Ngô nhanh chóng tan rã. Trong nước hình thành các thế lực tranh nhau quyền kiểm soát cương vực mà sử cũ chép là

“loạn 12 sứ quân”... trong đó, Trần Lâm (tức Trần Minh Công) cát cứ vùng Kỳ Bó Hải khẩu (Thái Bình ngày nay). Cuốn “Việt sử lược” có chép: “Lúc bấy giờ, 12 sứ quân cùng nổi lên, mỗi người chiếm giữ lấy châu, quận tự trị”. Theo các nguồn khảo luận, vương triều nhà Ngô lập nên trị vì trong 26 năm nhưng kể cả lúc thịnh trị nhất, trung ương tập quyền phong kiến này cũng không đủ mạnh để “vội tay” xuống đến các làng quê trong nước, đặc biệt là miền biên viễn... Đây được coi là mắt xích dễ đứt nhất của chính quyền nhà Ngô vương và chính yếu khuyết này đã làm tan rã vương triều phong kiến đầu tiên sau khi thống nhất đất nước chấm dứt thời kỳ đô hộ của nhà Nam Hán trong lịch sử các vương triều phong kiến Việt Nam. Lịch sử ghi nhận công lao của tướng quân Đỗ Cảnh Thạc trong việc phò tá Ngô Quyền đánh tan các đạo quân Nam Hán xâm lược và cai trị nước ta, song Đỗ Cảnh Thạc cũng nổi lên là 1 trong 12 sứ quân khi nhà Ngô tan rã. Cổ sử chép: Đỗ Cảnh Thạc là tướng công lỗi lạc, ngoài lo việc chính gia đại sự, ông còn chăm lo sinh kế cho người dân, “đồng thời dạy dân nông tang, canh cửi, buôn bán, làm ăn”.

Sử cũ chép: Sứ quân Đỗ Cảnh Thạc được coi là mạnh trong 12 sứ quân, bởi

có đội quân thiện chiến, ông là người giàu kinh nghiệm trận mạc lại có thành lũy phòng thủ chắc chắn, hiểm sâu bao quanh bộ chỉ huy. Các nguồn khảo luận cũng chỉ ra rằng, Đỗ Cảnh Thạc là tướng công trí dũng mưu lược, Đinh Bộ Lĩnh (con nuôi Trần Lâm, sứ quân Kỳ Bó Hải khẩu) cũng phải bày nhiều mưu sâu, kế hiểm mới hòng đánh được Đỗ Công (danh xưng Đỗ Cảnh Thạc khi cát cứ 12 sứ quân). Một lần đánh nghi binh, do mắc mưu Đinh Bộ Lĩnh mà Đỗ Công mất thành Quên, nơi đặt bộ chỉ huy của Đỗ Công, đó là ngày 14 tháng 3 năm Đinh Mão (967). Mặc dù thua trận, thành tan vỡ nhưng ý chí kiên cường của Đỗ Công không hề suy, ông cho dựng lại thành, tập hợp lại quân cầm cự chiến đấu với Đinh Bộ Lĩnh gần 1 năm nữa, đến ngày 8 tháng Giêng năm Mậu Thìn (968) trong cuộc giao tranh không phân thắng bại với Đinh Bộ Lĩnh, Đỗ Cảnh Thạc bị trúng tên độc, ông phi ngựa chạy về chân núi Sài Sơn (Sơn Tây cũ, nay là Hà Nội) thì tắt thở, thọ 56 tuổi. Các triều đại sau đều sắc phong ông là Độc Nhĩ Đại vương. Nhiều làng quê lưu dấu ông (trong đó có làng An Bình, xã Lô Giang, huyện Đông Hưng) đều tưởng nhớ và lập đền thờ ông, tôn vinh ông là Độc Nhĩ Đại vương thượng đẳng thần, thờ làm thành hoàng làng.

Ông Đỗ Thanh Phúc, Chủ tịch Hội đồng họ Đỗ (Đậu) huyện Đông Hưng cho biết: Đền “Độc Nhĩ Đại vương” làng An Bình, xã Lô Giang thờ tướng quân Đỗ Cảnh Thạc, tương truyền, sau khi Lý Thái Tổ (Lý Công Uẩn) lên ngôi, đã sắc phong tướng quân Đỗ Cảnh Thạc, người có công lao lớn giúp Ngô Vương Quyền đánh tan giặc Nam Hán trên sông Bạch Đằng là “Độc Nhĩ Đại vương thượng đẳng thần”. Đền thờ còn giữ được 3 sắc phong thời vua Thành Thái (1889); Duy Tân (1909) và Khải Định. Hàng năm, vào ngày 8 tháng 4 âm lịch, dân làng An Bình tổ chức mở hội dâng hương tưởng nhớ tướng quân Đỗ Cảnh Thạc.



LỢI ÍCH TO LỚN của việc KHÁM SỨC KHỎE ĐỊNH KỲ

Bác sĩ **BÙI VŨ KHỨC**

Tuyên ngôn Alma-Ata là một văn kiện quan trọng bậc nhất thế giới về chăm sóc sức khỏe ban đầu, ngay từ năm 1978 bản tuyên ngôn đã khẳng định: "Mọi người có quyền và bổn phận tham gia vào việc xây dựng kế hoạch và tiến hành các biện pháp bảo vệ sức khỏe cho mình".

I/ NHỮNG GÓC NHÌN KHÁC NHAU VỀ KHÁM SỨC KHỎE ĐỊNH KỲ

Mỗi người đều có một lý do riêng để ý lại không tham gia hoặc trì hoãn việc khám sức khỏe định kỳ như: Mải lo cơm áo gạo tiền, con cái học hành, rồi việc cá nhân, việc nhà, việc họ, việc làng, việc cơ quan, đơn vị... mà quên đi việc lo cho sức khỏe của bản thân mình, kể cả khi có triệu chứng đau ốm bệnh tật.

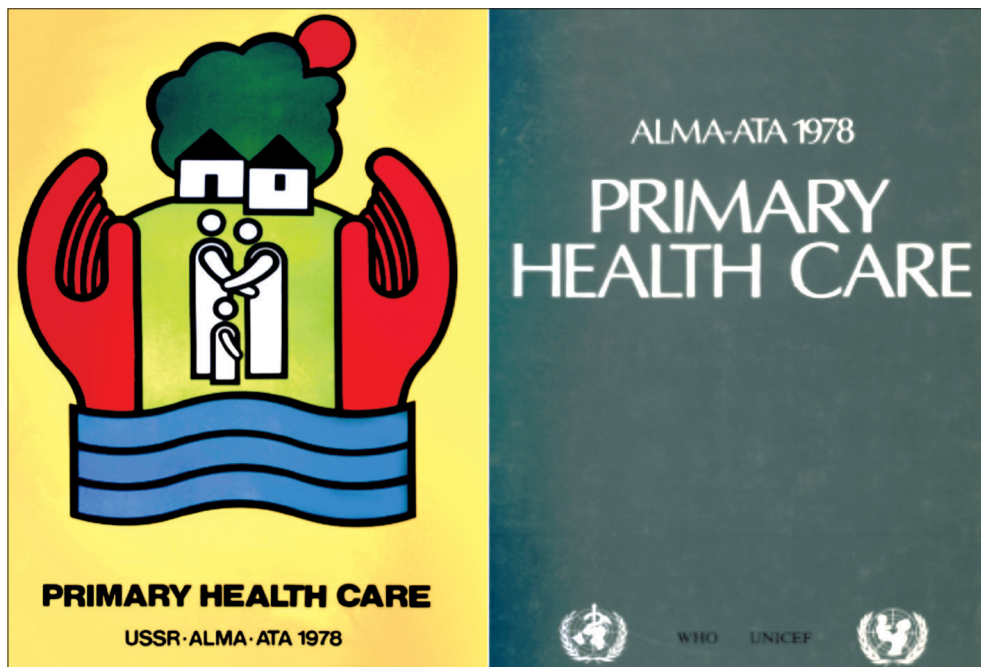
Một số người thì cho rằng, về chuyện, khám sức khỏe định kỳ làm gì cho tốn tiền, mất thời gian, chẳng giải quyết vấn đề gì.

Một số người khác lại cho rằng, mình đang khỏe mạnh thế này, có bệnh tật gì đâu mà khám với chả xét?...

Có một số người lại quan tâm thái quá, lúc nào cũng chỉ chăm chăm muốn đi thăm khám bệnh, tưởng tượng ra bệnh và đòi đi khám cho bằng được.

Đa số những người ở trong các tổ chức, đơn vị, có chế độ và kể cả một số người dân tiến bộ, thông minh; họ luôn tuân thủ nghiêm túc lịch khám sức khỏe định kỳ và điều đó đã mang lại lợi ích cho chính bản thân họ.

II/ NHỮNG LỢI ÍCH TO LỚN CỦA VIỆC KHÁM SỨC KHỎE ĐỊNH KỲ



1) Khám sức khỏe định kỳ để đánh giá tình hình sức khỏe hiện tại của bạn

Điều kiện sống và thói quen sinh hoạt hàng ngày chưa chắc hẳn là ai cũng đều khỏe mạnh. Vì có thể do ăn uống, tiếp xúc, nguồn nước, không khí, môi trường rác thải, sử dụng thuốc..., hoặc làm việc quá sức mà có thể dẫn đến tình trạng mất cân bằng tạng phủ, âm dương, khí huyết, sẽ tạo cơ hội cho các căn bệnh nguy hiểm hình thành như: các bệnh lý tim mạch, huyết áp, tiểu đường, sỏi, khối u...

Việt Nam là một trong những quốc gia có tỷ lệ bệnh nhân mắc bệnh ung thư cao so với thế giới. Xuất phát từ nhiều nguyên nhân khác nhau và thường phát hiện ở giai đoạn muộn. Điều đó làm mất cơ hội ngăn chặn bệnh sớm và phục hồi sức khỏe trở lại.

Việc kiểm tra sức khỏe định kỳ sẽ giúp bạn tầm soát được bệnh tật và hiểu được tình trạng sức khỏe đang ở đâu. Từ đó giúp bạn an tâm hơn và cũng như có sự điều chỉnh kịp thời để duy trì trạng thái khỏe mạnh.

Bác sĩ sẽ đưa ra lời khuyên và đọc các chỉ số khi bạn tham gia khám sức khỏe định kỳ. Với chuyên môn trong lĩnh vực y học, họ sẽ dành cho bạn những lời khuyên cực kỳ hữu ích để cải thiện thói quen sinh hoạt và góp phần duy trì lối sống lành mạnh.

2) Kịp thời phát hiện bệnh sớm

- Bạn có chắc chắn rằng bản thân hoàn toàn khỏe mạnh và không mắc bất kỳ một căn bệnh nào không? Điều này chắc chắn là không. Vì có nhiều căn bệnh

mới khởi phát ở giai đoạn đầu, mặc dù bản thân không cảm nhận được nhưng chúng đã hình thành trong cơ thể và từ từ phát triển. Vì vậy, lợi ích của việc kiểm tra sức khỏe định kỳ sẽ giúp bạn phát hiện những tiềm ẩn nguy cơ gây bệnh bên trong cơ thể.

Nhiều căn bệnh ung thư ở giai đoạn đầu chưa có biểu hiện gì nên nhiều người không biết mà thờ ơ, cho rằng mình đang rất khỏe mạnh.

Thông qua việc xét nghiệm máu, xét nghiệm nước tiểu, hay chẩn đoán qua hình ảnh chụp X-quang, siêu âm, nội soi... cũng có thể phát hiện ra các mầm bệnh đang sinh sôi nảy nở bên trong cơ thể. Chính vì thế, khám sức khỏe định kỳ sẽ là biện pháp phát hiện những căn bệnh có nguy cơ ngay từ khi còn sớm.

3) Có cơ hội điều trị kịp thời

Việc phát hiện bệnh sớm sẽ tạo ra cơ hội chữa trị và loại bỏ các mầm bệnh nguy hiểm ra khỏi cơ thể. Nhiều người đã đánh mất cơ hội chữa khỏi bệnh vì họ không được điều trị kịp thời, dẫn đến tình trạng tồi tệ và phải chuẩn bị tinh thần cho tình huống xấu nhất.

Theo các chuyên gia y tế đánh giá rằng, việc kiểm tra sức khỏe định kỳ sẽ giúp mọi người phát hiện sớm các mầm bệnh đang ẩn chứa bên trong và được điều trị bằng các phương pháp hiệu quả. Ví dụ, ở giai đoạn đầu của các bệnh như suy thận, viêm gan, hẹp mạch vành tim... hay một số căn bệnh ung thư nguy hiểm, vẫn có cơ hội điều trị khỏi nếu bệnh nhân được phát hiện kịp thời.

(còn nữa)

HỘP THƯ BẠN ĐỌC



Tuần qua, Tòa soạn Báo Thái Bình tiếp tục nhận được nhiều tin, bài, ảnh, tản văn, thơ, tạp bút, truyện ngắn... của các cộng tác viên (CTV) trong và ngoài tỉnh. Tiêu biểu như các CTV: Nguyễn Văn Thuyền (Vũ Thu); Nguyễn Thanh, Ngọc Tuyền (Kiến Xương); Hà Thị Luyện, Đỗ Trọng Khởi (thành phố Thái Bình); Tất Đạt (Văn phòng UBND tỉnh); Lương Thế Lộc (MTTQ tỉnh); Thành Đô, Đỗ Văn Dũng (Bộ CHQS tỉnh); Lại Hợp Khánh (Bộ đội Biên phòng tỉnh); Bình Vân (Công an tỉnh); Bá Mạnh (Liên đoàn Lao động tỉnh); Phạm Hưng, Vũ Đông (Đài TTTH Kiến Xương); Trần Hiền, Hồng Thắm (Đài TTTH Tiên Hải); Trúc Lành (Đài TTTH Hưng Hà); Hoàng Hương, Lê Lan (Đài TTTH Thái Thụy); Tô Phượng (Đài TTTH Đông Hưng); Kim Anh (Đài TTTH Vũ Thu); Mạnh Tường, Hoài Thương, Kiên Trung (Đài TTTH Quỳnh Phụ); Nguyễn Thị Loan (Học viện Thanh thiếu niên); Đào Minh Anh, Trịnh Viết Hiệp, Lê Thị Kết (Hà Nội); Nguyễn Phương Thủy (thành phố Munich Đức); Nguyễn Chí Ngoan, Nguyễn Khối, Du Miên, Huỳnh Thị Mộng Tuyền, Nguyễn Thị Luyện Nhỏ (Kiên Giang); Trần Đăng Huy (Cần Thơ); Ngô Ngọc Thơ (Thanh Hóa); Vũ Thị Lành (Hải Phòng); Nguyễn Gia Long,

Lê Thị Ngọc Nữ, Nguyễn Lê Ái Ngọc (Thành phố Hồ Chí Minh)...

Nhân kỷ niệm 94 năm ngày thành lập Đảng Cộng sản Việt Nam (3/2/1930 - 3/2/2024) và mừng xuân Giáp Thìn, CTV Ngọc Tuyền có thơ "Trọn nghĩa vẹn tình"; CTV Đào Minh Anh có thơ "Hội chợ Thái Bình mừng Đảng mừng xuân"; CTV Lê Hứa Huyền Trân có tản văn "Bắt chợt xuân"; CTV Trần Đăng Huy có nhiều bài thơ xuân như: "Khúc tình xuân", "Xuân chút ngọc nhà", "Xuân của đời ta", "Vẫn thuở còn xuân", "Yêu quá xuân này", "Xuân miền miền", "CTV Nguyễn Thị Luyện Nhỏ có thơ "Miền xuân trong ngân", "Nỗi nhớ mùa xuân"; CTV Lê Thị Ngọc Nữ có thơ "Chờ xuân"; CTV Đỗ Trọng Khởi có bài "Đạo lý và triết lý Việt"; CTV Nguyễn Lê Ái Ngọc có thơ "Mùa sum họp"; CTV Hà Thị Luyện có thơ "Lúng liếng xuân", "Đầu năm chúc thọ", "Hơi ấm mùa xuân"...; CTV Nguyễn Phương Thủy có thơ "Mừng xuân"; CTV Huỳnh Thị Ngọc Tuyền có thơ "Ngày cuối năm"...

Trong tuần, các CTV cũng sâu sát cơ sở, kịp thời gửi cộng tác nhiều tin, bài thời sự ở các lĩnh vực. Tiêu biểu, CTV Thành Đô có tin: Đoàn công tác Quân khu 3 thăm,

chức tết Tỉnh ủy, UBND tỉnh Thái Bình; CTV Tất Đạt có tin: Tòa Giám mục Thái Bình chúc tết UBND tỉnh; các CTV: Bá Mạnh, Vũ Đông, Phạm Hưng đưa tin về hoạt động trao quà tết, tặng sổ bảo hiểm xã hội, thẻ bảo hiểm y tế cho đoàn viên, người lao động, hộ nghèo, người có hoàn cảnh khó khăn của Công đoàn Khu kinh tế và các khu công nghiệp tỉnh, Công đoàn ngành công thương, Công ty Tân Đề, Bảo hiểm xã hội huyện Kiến Xương; CTV Hồng Thắm có tin: Hội Cựu chiến binh tỉnh thăm, động viên cựu chiến binh làm nhiệm vụ bảo đảm an toàn giao thông; CTV Thành Đô có tin: Tổng kết công tác quốc phòng ở các bộ, ngành, trung ương, địa phương năm 2023, triển khai nhiệm vụ năm 2024; CTV Văn Dũng có tin: Bộ CHQS tỉnh tổ chức hội nghị tổng kết hoạt động công tác đảng, công tác chính trị của lực lượng vũ trang tỉnh năm 2023; CTV Trúc Lành có tin: Đảng bộ Khối cơ quan Huyện ủy Hưng Hà trao Huy hiệu Đảng đợt 3/2 và triển khai nhiệm vụ năm 2024 và tin: Trường Tiểu học Thống Nhất, huyện Hưng Hà phối hợp Công ty Honda Việt Nam, Công an xã Thống Nhất tổ chức chuyên đề an toàn giao thông... CTV Lê Lan có bài "Trường THCS Nguyễn Đức Cảnh - hiệu ứng lan tỏa từ việc học tập và làm theo Bác"; CTV Lương Thế Lộc có bài "Nữ công an viên trẻ tận tụy vì bình yên thôn xóm" viết về gương công an viên tâm huyết, trách nhiệm với công việc. Đó là chị Nguyễn Thị Mỹ Hải, công an viên bán chuyên trách xã Châu Sơn, huyện Quỳnh Phụ... Chuyên

mục "Người Thái Bình - đất Thái Bình", CTV Nguyễn Thanh có bài "Người được gặp Bác Hồ năm ấy" viết về ông Vũ Hồng Thái, nguyên Phó Bí thư thường trực Thành ủy Thái Bình, quê xã Thái Thụy (Thái Thụy), hiện ở phường Bồ Xuyên (thành phố Thái Bình). Gần 60 năm qua, cứ vào dịp cả nước sôi nổi không khí mừng Đảng mừng xuân là ông Vũ Hồng Thái lại thường thao thức nhớ về thuở được gặp, được Bác tặng quà, được chụp ảnh với Bác và với ông, học tập và làm theo tư tưởng, đạo đức, phong cách Hồ Chí Minh là xuất phát từ con tim, khối óc của chính mình trong mọi hoàn cảnh sống.

Tin, bài của các bạn gửi về cộng tác đã, đang được biên tập, chọn đăng tải trên Báo Thái Bình điện tử (baothaibinh.com.vn) và báo in Báo Thái Bình. Ban Biên tập Báo Thái Bình trân trọng cảm ơn sự nhiệt tình cộng tác của các bạn và mong các bạn tiếp tục cộng tác thường xuyên.

Tin, bài gửi về cộng tác đề nghị các bạn ghi rõ họ tên, địa chỉ và số điện thoại liên lạc. Mỗi tin, bài gửi về cộng tác, đề nghị gửi kèm 1 - 3 ảnh cùng nội dung, có chú thích đầy đủ. Tin, bài thời sự, đề nghị các bạn gửi kịp thời trong ngày để đáp ứng nhu cầu của bạn đọc.

Tin, bài, ảnh cộng tác của các bạn gửi về địa chỉ: Tòa soạn Báo Thái Bình, số 13, phố Lý Thường Kiệt, thành phố Thái Bình, tỉnh Thái Bình hoặc hộp thư điện tử: tsbaothaibinh@gmail.com.

Trân trọng!

THÁI XUYÊN

Cả làng đổ lửa nướng cá ngày cận tết

Những ngày giữa tháng Chạp, người dân Thái Xuyên (Thái Thụy) tất bật nướng cá phục vụ khách hàng dịp tết Nguyên đán Giáp Thìn 2024. Đây không chỉ là nét đặc trưng truyền thống của địa phương mà còn mang lại thu nhập cao cho người dân.

NGUYỄN THẨM

Đến thôn Lũng Đầu (Thái Xuyên), từ xa chúng tôi đã thấy mùi cá nướng thơm lừng, quyến rũ, lan tỏa quyện vào trong làn gió biển khiến cái lạnh của mùa đông được xua tan. Ông Vũ Đức Thăng, Trưởng thôn Lũng Đầu cho biết: Nghề nướng cá của chúng tôi có từ rất lâu đời. Ngày xưa, nhà nào cũng có ít nhất 1 cái ao, tôi nhớ cứ đến rằm tháng Chạp, khắp làng nhà nào cũng gọi anh em họ hàng đi kéo lưới, chuẩn bị than củi nổi lửa nướng cá. Vì thế, người dân có câu cửa miệng “Không cá nướng phi thành cỗ”, ý muốn nói nhà có cỗ mà không có món cá nướng thì chưa thể gọi là cỗ ngon. Trước đây, món cá nướng chỉ có trong ngày lễ tết hay khi nhà có việc đại sự. Những năm gần đây, đời sống vật chất, tinh thần của người dân ngày một khá hơn, nhiều người muốn tìm về với giá trị truyền thống nên từ một món ăn dân dã,

một đặc sản, bình dị của địa phương, món cá nướng Thái Xuyên đã trở thành đặc sản. Cá nướng Thái Xuyên không chỉ nổi tiếng ở Thái Bình mà còn được đưa đi tiêu thụ khắp các tỉnh như một món quà đặc biệt. Đến thăm cơ sở sản xuất cá nướng đạt tiêu chuẩn OCOP 3 sao duy nhất của xã Thái Xuyên, ông Vũ Minh Hoa, chủ cơ sở cho biết: Chỉ còn hơn 2 tuần nữa đến tết Nguyên đán, khi các đơn hàng đặt cá nướng làm quà biếu nhiều, cơ sở nướng cá của tôi phải hoạt động hết công suất, cả người nhà và nhân công phải 7 người thay nhau thực hiện các công đoạn chế biến, tẩm ướp, vào kẹp, nướng cá... Vừa xếp từng lát cá tươi ngon lên kẹp chuẩn bị nướng, ông Hoa chia sẻ: Để có những mẻ cá nướng thơm ngon, tôi thường chọn nguyên liệu là cá trắm cỏ, trọng lượng từ 3 - 6kg. Cá được sơ chế: bỏ đầu, bỏ ruột, làm sạch vảy, cắt khúc dài khoảng 15 - 20cm, sau đó chia mỗi khúc làm 2 theo chiều dọc, để ráo nước mới ướp gia vị. Cá sau khi ướp 30 phút với các loại gia

vị: nước mắm Diêm Điền, thì là, hạt tiêu, nghệ và riềng được giã nhỏ vắt lấy nước, sả và ớt băm nhỏ... sẽ được kẹp vào hai thanh tre cật, cũng được ngâm chuốt kỹ càng. Lò nướng cá xây hai hàng gạch song song, than củi đơm nóng rải đều bên dưới, từng kẹp cá được gác lên để hứng hơi nóng từ than tỏa ra. Trong 7 - 8 tiếng nướng cá, hai vợ chồng tôi thay nhau người lật cá, người cho than hoa vào lò. Đến khi miếng cá vàng đều, thịt săn lại, mỡ cá không còn nhỏ xuống than tạo ra tiếng xèo xèo thì cá nướng đạt đến độ chín kỹ. Hiện nay, cứ 3 ngày tôi nướng 5 tạ cá, đến 25 tháng Chạp mỗi ngày tôi nướng 1 tấn cá tươi được 3 tạ cá nướng nhưng vẫn không đủ hàng cho khách đặt. Năm nay, giá nguyên liệu đầu vào tăng cao nên cá nướng tôi bán 350.000 - 400.000 đồng/kg.

Cũng như gia đình ông Hoa, gia đình ông Phạm Trung Kiên, thôn Lục Nam hiện có 10 lao động đang tất bật làm việc không ngơi nghỉ để kịp đáp ứng sản phẩm

cho khách hàng ở trong và ngoài tỉnh. Mỗi người một việc, người mổ cá, người giã riềng, người rửa kẹp..., không khí nhộn nhịp, các công đoạn được mọi người thực hiện một cách chuyên nghiệp. Ông Kiên tâm sự: Tôi mở cơ sở nướng cá được hơn 15 năm, nghề này giúp cho gia đình có thu nhập ổn định. Để phục vụ thị trường tết Nguyên đán, từ tháng 10 âm lịch tôi đã mua dự trữ khoảng hơn 5 tấn cá trắm, mỗi con nặng 3,5 - 7kg. Có được những mẻ cá nướng tươi ngon, thơm phức, chúng tôi làm rất kỹ công, công đoạn nướng rất vất vả, người nướng phải có kinh nghiệm, lật trở càng đều tay thì cá càng thơm ngon. Sau khi cá nướng xong, sẽ được hút chân không gửi xe khách đi các tỉnh. Nghề này duy trì quanh năm nhưng dịp gần tết nhu cầu của người dân tăng gấp 2 - 3 lần so với ngày thường nên gia đình tôi thuê thêm 5 lao động làm từ 3 giờ đến 22 giờ. Hiện khách đã đặt hàng đến 28 tháng Chạp lấy khoảng 2 tấn cá nướng.

Ông Nguyễn Quang Dũng, Chủ tịch UBND xã Thái Xuyên cho biết: Trên địa bàn xã có 60 - 70 hộ gia đình làm nghề nướng cá ở các thôn Lũng Đầu, Lục Nam; dịp gần tết, số hộ làm nghề nướng cá tăng gấp đôi, góp phần tăng thu nhập cho người dân ở địa phương. Năm 2023, sản phẩm cá nướng Hoa Hương được công nhận sản phẩm OCOP 3 sao, đây là cơ hội để sản phẩm của địa phương được quảng bá và mở rộng thị trường tiêu thụ. Thời gian tới, chúng tôi tiếp tục tuyên truyền người dân nâng cao thương hiệu cá nướng Thái Xuyên, thực hiện bảo đảm vệ sinh an toàn thực phẩm, quảng bá giới thiệu sản phẩm... xây dựng thương hiệu cá nướng Thái Xuyên bền vững. Để mỗi dịp tết đến xuân về, món cá nướng Thái Xuyên trở thành món quà quê được nhiều người biết đến và tin dùng.



Cá nướng Thái Xuyên được chế biến cầu kỳ.