



# Thái Bình

## Chủ nhật

**SỐ 782**  
**Chủ nhật**  
**Ngày 25 - 12 - 2022**

**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](http://www.baothaibinh.com.vn)**  
**EMAIL: [tsbaothaibinh@gmail.com](mailto:tsbaothaibinh@gmail.com)**



# Phát triển “hạt nhân” KINH TẾ NÔNG THÔN

(Xem trang 2)



Làm thủy lợi phục vụ sản xuất vụ đông xuân 2022 - 2023 của HTX DVNN xã An Ninh (Quỳnh Phụ).



**Khát vọng vươn lên**  
**của những người**  
**linh cữu**

Trang 3



*Giáng sinh*

**tràn đầy phúc lộc**

Trang 5



# Phát triển “hạt nhân”

## KINH TẾ NÔNG THÔN

■ NGÂN HUYỀN

HTX nông nghiệp được xem là “hạt nhân” của kinh tế nông thôn, có vai trò quan trọng góp phần thúc đẩy phát triển nông nghiệp, nông thôn. Thời gian qua, tỉnh ta tập trung chỉ đạo các ngành, địa phương củng cố hoạt động của các HTX nông nghiệp để nâng cao hiệu quả về kinh tế.

*Làm thủy lợi phục vụ sản xuất vụ đông xuân 2022 - 2023 của HTX DVNN xã An Ninh (Quỳnh Phụ).*

Sản xuất manh mún, thiếu lao động trong nông nghiệp là nguyên nhân tăng chi phí đầu vào, hiệu quả sản xuất trên đơn vị canh tác thấp. Xác định được điều đó, hai năm qua, HTX DVNN xã An Ninh (Quỳnh Phụ) đã đầu tư mua sắm 3 máy cấy, 1 máy làm đất, 2 máy phun thuốc trừ sâu, 1 máy bón phân để phục vụ thành viên. Dịch vụ của HTX đã có sức cạnh tranh và làm “lành mạnh hóa” các dịch vụ phục vụ cho sản xuất tại địa phương. HTX còn đứng ra quy tụ 8 máy gặt của địa phương và các máy tính ngoài về phục vụ nông dân với giá hợp lý, bảo đảm an ninh trật tự tại địa phương. HTX DVNN xã An Ninh cũng là điểm sáng của khối kinh tế tập thể với cách làm sáng tạo nhằm khôi phục sản xuất, xóa bỏ ruộng hoang tại địa phương. Bà Nguyễn Thị Mai, Giám đốc HTX cho biết: Với máy móc trang bị giúp chủ động sản xuất, HTX đã mạnh dạn đứng ra vệ sinh đồng ruộng khôi phục diện tích người dân để hoang không gieo cấy. Tổ chức sản xuất có hiệu quả ở vụ đầu, từ vụ thứ hai, HTX bàn giao lại cho các cá nhân tích cực sản xuất, động viên khuyến khích họ bằng cách miễn phí dịch vụ trong 2 năm. HTX tiếp tục khôi phục các diện tích khác. Cách làm này được cấp ủy, chính quyền địa phương đánh giá rất cao. Với giải pháp có hiệu quả, từ chỗ diện tích bỏ hoang không canh tác năm cao nhất đến hơn 80ha cho đến nay diện tích bỏ hoang không đáng kể. Năm 2021, HTX đã xóa bỏ được 8ha, năm 2022 được 29ha ruộng bỏ hoang.

Không chỉ có cách làm sáng tạo, hiệu quả trong hoạt động, sản xuất, HTX đã quy hoạch được vùng tập trung diện tích 15,2ha, áp dụng đồng bộ cơ giới hóa các khâu sản xuất đồng thời bao tiêu đầu ra ổn định, từng bước hướng tới xây dựng thương hiệu gạo của địa phương, thay đổi tư duy sản xuất cũ, manh mún, truyền thống.



*Vùng trồng cây hương thảo chiết xuất tinh dầu của HTX SXKD DVNN Hoàng Minh (xã Quỳnh Hồng, huyện Quỳnh Phụ).*



*Thành viên HTX DVNN xã Minh Tân (Đông Hưng) tạo dáng cho cây phát lộc phục vụ thị trường tết.*

Theo thống kê của Sở Nông nghiệp và Phát triển nông thôn, toàn tỉnh hiện có 344 HTX nông nghiệp, trong đó 315 HTX tổ chức lại hoạt động theo Luật Hợp tác xã năm 2012, 29 HTX thành lập mới,

riêng năm 2022 có 6 HTX thành lập mới. Có trên 250 HTX tham gia liên kết sản xuất, tiêu thụ sản phẩm với 20 doanh nghiệp trong và ngoài tỉnh với tổng diện tích gieo trồng có hợp đồng liên kết tiêu

thụ sản phẩm đạt trên 10.000ha/năm. Đã có 18 HTX nông nghiệp xây dựng được 21 thương hiệu sản phẩm nông nghiệp có nhãn mác, bao bì, trong đó có 14 sản phẩm được công nhận sản phẩm OCOP cấp tỉnh.

Đồng chí Đinh Vĩnh Thụy, Giám đốc Sở Nông nghiệp và Phát triển nông thôn cho biết: Có thể nói, HTX nông nghiệp trên địa bàn tỉnh những năm qua có nhiều chuyển biến quan trọng về nội dung hoạt động, từng bước thích ứng với cơ chế thị trường, tiếp tục giữ vai trò quan trọng trong truyền tải, hướng dẫn, tổ chức thực hiện các chủ trương của Đảng, chính sách của Nhà nước về phát triển sản xuất nông nghiệp, tích cực tham gia xây dựng nông thôn mới. Trên hành trình đó, xuất hiện thêm nhiều HTX kiểu mới liên kết hiệu quả, từng bước khẳng định vai trò, vị trí nòng cốt trong phát triển kinh tế của địa phương.

Tuy nhiên, bên cạnh những thành quả đạt được, quá trình phát triển HTX nông nghiệp trên địa bàn tỉnh còn bộc lộ một số hạn chế: quy mô, năng lực hoạt động của nhiều HTX còn nhỏ, nguồn lực thấp; trình độ cán bộ quản lý còn hạn chế; năng lực tổ chức các hoạt động dịch vụ và sản xuất, kinh doanh chưa đủ mạnh để cạnh tranh trong cơ chế thị trường...

Để HTX nông nghiệp phát triển nhanh và bền vững trong những năm tới, cần có cơ chế, chính sách phù hợp khuyến khích thành lập mới các HTX chuyên ngành, chuyên lĩnh vực theo lợi thế của từng địa phương; nhân rộng các mô hình HTX kiểu mới hoạt động hiệu quả. Tăng cường công tác đào tạo, bồi dưỡng nhằm nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ, kinh nghiệm quản lý và tổ chức hoạt động sản xuất, kinh doanh cho cán bộ và thành viên các HTX nhằm đáp ứng nhu cầu công việc, qua đó từng bước thay đổi tập quán sản xuất nhỏ lẻ của kinh tế hộ để mạnh dạn góp vốn giúp HTX thay đổi về chất lượng, hiệu quả hoạt động.



# Khát vọng vươn lên của những người lính cựu

■ KHẮC DUẨN

Khởi nghiệp từ hai bàn tay trắng, bám đất quê hương vươn lên làm giàu, sống thủy chung, nghĩa tình với đồng chí, đồng đội - đó là những hành động và phẩm chất tốt đẹp của các doanh nhân cựu chiến binh (CCB) trên địa bàn xã Đông Hoàng, huyện Tiên Hải.



Vùng bãi biển Đông Hoàng đẹp hoang sơ, bốn mùa sóng vỗ và lao xao gió hát trên những tán cây đầu rừng ngập mặn. Đưa chúng tôi đi thăm “đại bản doanh” của doanh nhân CCB, thương binh hạng 1/4 Vũ Văn Tường, ông Đỗ Xuân Biên, Chủ tịch Hội CCB xã Đông Hoàng không ngớt lời ca ngợi bản lĩnh và sức sáng tạo đối với hội viên của mình. Từ chuyện ngày đầu ông Tường ra vùng bãi triều thăm dò chất đất, độ mặn nước biển, dùng cỏ trồng để đánh giá điều kiện sinh tồn của một số loại cây đến chuyện ươm cây giống, ngập lặn khuya sớm với thủy triều để trồng rừng ngập mặn. Những chuyện mà ngày đầu CCB Vũ Văn Tường làm khiến nhiều người ngỡ ông bị khùng vì chưa thấy ai dám làm cái việc khó khăn và ẩn chứa nhiều rủi ro thất bại như vậy. Nói về ý tưởng làm giàu của mình, CCB Vũ Văn Tường chia sẻ: Sau khi rời trung tâm điều dưỡng thương binh nặng về địa phương, tôi kinh qua nhiều nghề từ xe ôm, chăn nuôi, buôn bán nhưng thực sự không thành công và cũng không phù hợp với điều kiện kinh tế, sức khỏe. Một lần đứng trước biển, nhìn cả vùng đất bãi rộng dài không một bóng cây, trong đầu lóe lên ý nghĩ trồng cây chắn sóng bảo vệ đất quê hương kết hợp khai thác gỗ và thủy hải sản làm kế sinh nhai. Vậy là tôi quyết định đi tìm hiểu kiến thức trồng rừng ngập mặn, chọn lọc loài cây phù hợp về ươm giống và trồng.

Khởi nghiệp từ con số không, đến nay, sau gần 30 năm, CCB Vũ Văn Tường đã trồng, chăm sóc, khai thác 30ha rừng phi lao, 40ha rừng ngập nước với các loại cây như bần, vẹt, mắm, sù. Cũng trên diện tích rừng ngập mặn, mỗi năm ông ươm từ 3 - 4 vạn cây giống cung cấp cho các địa phương ven biển từ Quảng Ninh tới Đà Nẵng trồng chắn sóng. Khai thác gỗ từ rừng ngập mặn và bán cây giống, bình quân mỗi năm ông thu lãi hơn 200 triệu đồng. Không chỉ làm giàu cho bản thân, CCB Vũ Văn Tường còn tạo việc làm, thu nhập ổn định cuộc sống cho 8 lao động của địa phương từ hoạt động ươm cây giống, trồng và khai thác rừng ngập mặn.

Cũng là bám biển làm giàu nhưng doanh nhân CCB Nguyễn Đình Thường ở xã Đông Hoàng (Chi hội trưởng Chi hội Doanh nhân CCB huyện Tiên Hải) lại chọn cho mình hướng đi phát triển trang trại nuôi trồng và khai thác thủy hải sản. Ông là một trong những người dân miền biển Tiên Hải đầu tiên mạnh dạn đầu tư cải tạo bãi triều, vây thả ngao nuôi thương phẩm. Nghề nuôi ngao được nhiều người ví như mang tiền “đổ xuống biển” cũng đầy rủi ro vì thiên tai, biến đổi khí hậu, ô nhiễm môi trường đòi hỏi người ta phải có bản lĩnh, kinh nghiệm và nhất là kiến thức về sinh trưởng, phát triển của dòng nhuyễn thể này. Với khí chất của người lính Cựu Hồ và trai miền biển, CCB Nguyễn Đình Thường đã dám xông vào nơi khó để làm giàu. Từ một vài héc-ta nuôi ban đầu, đến nay ông là chủ của 3 khu nuôi ngao tại xã Đông Minh (Tiên Hải), xã Thái Đô và xã Thái Thượng (Thái Thụy) với tổng diện tích hơn 50ha, doanh thu bình quân

hàng năm đạt 2,7 tỷ đồng, lợi nhuận đạt 600 triệu đồng. Ngoài đầu tư vào lĩnh vực nuôi trồng thủy hải sản, CCB Nguyễn Đình Thường còn thành lập đội khai thác với 4 tàu hoạt động dịch vụ đánh bắt ngao. Ông cho biết: Quá trình nuôi ngao đã chịu nhiều rủi ro, đến khi thu hoạch nếu khai thác chậm, gặp thời tiết bất thuận có thể công thì quá vất vả. Trước thực trạng đó, tôi quyết định đầu tư tàu khai thác ngao bằng máy cho năng suất cao vừa phục vụ thu hoạch ngao của trang trại vừa hỗ trợ bà con có đầm bãi ở các địa phương của 2 huyện Tiên Hải, Thái Thụy.

Nói đến tấm gương CCB có khát vọng vươn lên làm giàu ở xã Đông Hoàng không thể không nhắc tới doanh nhân CCB Trần Văn Tuấn, chủ gia trại sản xuất, kinh doanh giống gia cầm. Ông đã chủ động liên kết với các trung tâm giống gia cầm lớn khắp cả nước để chuyển giao công nghệ, nhập trứng, con giống về

ươm cung cấp cho nông dân trong tỉnh. Ngoài ra ông còn dày công sưu tầm các giống gà, ngan, vịt thuộc dòng đặc sản của địa phương để nuôi, nhân giống vừa bảo tồn gen gia cầm quý vừa tạo cơ hội làm giàu cho nhiều người chăn nuôi. Mỗi năm cung cấp ra thị trường từ 8 - 10 vạn con giống gia cầm các loại, CCB Trần Văn Tuấn thu về gần 1 tỷ đồng, trừ mọi chi phí còn lãi từ 250 - 300 triệu đồng.

Ông Đỗ Xuân Biên, Chủ tịch Hội CCB xã Đông Hoàng cho biết thêm: Chúng tôi luôn tự hào về tinh thần vượt khó, lao động sáng tạo trong sản xuất, kinh doanh và cũng rất tích cực tham gia các hoạt động nhân đạo, từ thiện, chia sẻ với cộng đồng của các doanh nhân CCB. Họ là những tấm gương sáng về giữ gìn phẩm chất cao đẹp của người lính Cựu Hồ và truyền cảm hứng cho nhân dân địa phương vươn lên phát triển kinh tế làm cho quê hương giàu đẹp, đổi mới từng ngày.



Việc sử dụng máy thu hoạch ngao giúp doanh nhân cựu chiến binh Nguyễn Đình Thường và bà con ngư dân đỡ vất vả và cho năng suất thu hoạch cao gấp 10 lần thu hoạch thủ công.





# Nặng lòng với tò he

■ XUÂN PHƯƠNG

Giữa vô vàn trò chơi hiện đại, tò he - món quà quê đặc trưng cho nét đẹp văn hóa dân gian Việt Nam tưởng chừng mai một. Thế nhưng, với niềm đam mê, tâm huyết, vợ chồng ông Lưu Văn Tâm và bà Lương Thị Thêm, tổ 21, phường Trần Lãm (thành phố Thái Bình) vẫn bền bỉ gìn giữ nét văn hóa truyền thống, “thổi hồn” cho những con giống tò he.



## Bao giờ cho đến ngày xưa...

“Tò he mỗi cái một đồng/ Em mua một cái cho chồng em chơi”... Vừa ngâm nga câu đồng dao, bà Thêm vừa tỉ mỉ hướng dẫn các em nhỏ nặn tò he ngay tại nhà mình. “Trả hàng” cho bà Thêm, em Hòa Quang Ngọc, Trường Tiểu học Kỳ Bá (thành phố Thái Bình) hào hứng khoe: Cháu đang tập nặn con rồng. Có ông bà dạy, cháu rất thích. Nhắc đến các em nhỏ với món quà quê xưa, ông Tâm trầm ngâm: Thời giờ trẻ đi học thêm nhiều, ít thời gian vui chơi, có thì lại chơi các thiết bị điện tử, đồ chơi công nghệ cao. Dần dần tò he bị lãng quên.

Bà Thêm cho biết: Ban đầu, tò he dùng để cúng lễ nên chúng thường có hình thù các con vật như công, gà, trâu, bò, lợn, cá, nải chuối, quả cau... nên nhiều người gọi là “con bánh”. Về sau, sản phẩm được gắn vào một chiếc kèn ống, khi thổi phát ra âm thanh “tò te” nên nói chệch thành “tò he”. Tò he được làm từ bột gạo nếp xay nhuyễn trộn với bột gạo tẻ làm sao cho đúng tỷ lệ, sau đó nhào kỹ với nước cho thật nhuyễn. Tiếp đó, bột phải đờ lên, bột đạt yêu cầu phải mịn dẻo, không dính tay. Về cách tạo màu cho tò he, ông Tâm chia sẻ: Màu được tạo từ chính những loại hoa quả, lá cây như củ nghệ, quả dành dành, lá gai, lá riềng, quả gấc, quả mùng tot... đem giã lấy nước nhuộm. Làm hoàn toàn từ những nguyên liệu tự nhiên, bởi thế sau khi chơi trẻ em lại có thể ăn tò he ngon lành. Bây giờ, công nghệ đã phát triển, tôi lấy màu thực phẩm làm bánh pha chế vào thì thuận tiện hơn và màu sắc cũng tươi, đẹp và để được lâu hơn.

Ông Tâm nhớ lại: Ngày xưa đi các lễ hội, ngày tết thì người nặn tò he sẽ đem các nguyên liệu đến nặn trực tiếp, bán cho mọi người và nó dần trở thành đồ chơi phổ biến của trẻ em. Hành trang đồ nghề khá đơn giản: một con dao nhỏ, vài que tre, sáp ong, một cái lược (một đầu có răng, một đầu vót nhọn), một con dao nhỏ, một thùng xốp để cắm tò he. Dưới bàn tay của các nghệ nhân, những cục

bột màu vô tri vô giác đã được tạo thành những hình tượng sống động, độc đáo và ngộ nghĩnh, không chỉ cuốn hút trẻ thơ mà còn hấp dẫn cả người lớn. Từ 12 con giáp, hoa quả đến hình chú bộ đội, Tôn Ngộ Không, Trư Bát Giới... Trẻ em, người lớn vây quanh, háo hức chờ đợi từng đường nét lẩn lộn hiện ra trên đôi tay thoăn thoắt của người nặn. Bà Thêm hồi tưởng thời rực rỡ của tò he: Nặn tò he là nghề truyền thống của gia đình. Chỉ tò he và làm ruộng mà các cụ để ra tôi đã nuôi được 10 người con khôn lớn.

## Giữ sức sống cho nghề đang mai một

Theo ông Tâm, người nặn tò he có một nguyên tắc là chỉ truyền nghề cho con trai và con dâu. Gia đình ông cũng

vậy, tuy nhiên, gánh nặng mưu sinh đè lên đôi vai, sở thích của con trẻ cũng thay đổi nhiều nên đến nay chỉ còn vợ chồng ông bám trụ với nghề. Một góc nhỏ khiêm nhường bên đường hay các khu vui chơi, cổng chợ, gần trường học là nơi vợ chồng ông Tâm kể những câu chuyện, thổi hồn vào các hình tượng, nhân vật bằng đôi bàn tay khéo léo. Không chỉ riêng thành phố, ông bà mang gánh hàng đi khắp nơi trong tỉnh, đi khắp miền đất nước. Bên cạnh những hình mẫu như ngày xưa, ông Tâm, bà Thêm luôn cập nhật những hình ảnh mới nhất được các em nhỏ quan tâm như nhân vật hoạt hình, truyện tranh, chân dung... phù hợp với giới trẻ. Ông bà cũng tích cực tham gia dạy nặn tò he tại các trường học, lớp kỹ năng cho trẻ, các

điểm tiêm chủng trẻ em, giúp các em nhỏ hiểu, làm quen với đồ chơi truyền thống.

Mỗi lần thấy con trẻ xúm xít xung quanh, trăm trở chỉ trở, rồi nhờ ông bà nặn cho mình hình này hình khác, lòng ông Tâm, bà Thêm lại cảm thấy ấm áp. Vui vì cái nghề của mình vẫn còn mang lại niềm thích thú đến cho trẻ nhỏ, chính điều đó đã khiến ông gắn bó với những chú tò he, muốn lan tỏa nét văn hóa dân tộc đến thế hệ trẻ. “Nặn tò he là một nghề quý, nó đã nuôi sống gia đình tôi vượt qua những năm tháng khốn khó. Nhưng hơn thế, điều làm chúng tôi tự hào chính là đang góp phần giữ gìn những giá trị văn hóa của người Việt Nam” - ông Lưu Văn Tâm chia sẻ.



Qua bàn tay khéo léo của ông Tâm, bà Thêm, những cục bột vô tri vô giác biến thành những hình tượng sống động.



# Giáng sinh

## tràn đầy phúc lạc

■ VY ANH



**T**háng 12, mỗi khi xuống phố, dường như ai cũng rộn rịp, hân hoan theo tiếng nhạc Giáng sinh lan trong gió. Các trung tâm thương mại, khu vui chơi công cộng, quán xá ở thành phố Thái Bình thoát trở nên rực rỡ với những cây thông Noel lớn được trưng bày lung linh sắc màu. Dường như ngày lễ Giáng sinh mang theo nguồn năng lượng an lành, phúc lạc lan tỏa đến muôn nơi.

Theo truyền thuyết, lễ Giáng sinh là dịp những giáo hữu kỷ niệm ngày sinh của Chúa Giê-su, bậc thầy tâm linh của họ. Theo thời gian, lễ Giáng sinh ngày càng phát triển và trở thành một ngày lễ quốc tế cùng hình ảnh ông già Noel với gương mặt vui tươi, thân hình to béo mặc bộ đồ màu đỏ, cưỡi tuần lộc, mang các món quà đến tặng trẻ em trên khắp mọi miền. Không những thế, đây còn là ngày mang ý nghĩa đặc biệt khi mọi người cùng chung tay chia sẻ với những người lang thang cơ nhỡ, các hoàn cảnh khó khăn trong xã hội.

Lễ Giáng sinh không chỉ mang ý nghĩa về tôn giáo mà đây còn là ngày cả gia đình sum họp bên nhau vào dịp cuối năm. Thời gian đi học xa, chúng tôi thường đến nhà một bạn, cùng trang trí cây thông, gói quà, tổ chức tiệc vào đêm Noel. Mọi người quây quần bên nhau, cùng lắng lòng, nhìn lại một năm với bao vui buồn, thăng trầm. Ngoài cửa sổ, tuyết rơi phủ ngập lối đi, những “bông sao băng” động trên cành thông lung linh một cách kỳ ảo. Giây phút đó, miễn ký ức đón Giáng sinh cùng cha mẹ chợt ùa về trong tâm trí tôi...

Ngày còn nhỏ, tôi vẫn luôn tin rằng ông già Noel sẽ thực hiện điều ước của những đứa trẻ ngoan ngoãn. Những ngày trước lễ Giáng sinh, tôi và anh trai thường



Nhà thờ chính tòa thành phố Thái Bình.

viết điều ước của mình cho vào phong bì, nhờ bố mẹ gửi đến ông già Noel và hồi hộp chờ đón “phép màu” xảy ra. Thật lạ, hầu hết các mong ước được tặng các món quà nho nhỏ của chúng tôi đều được thực

hiện. Mãi đến sau này tôi mới hiểu bố mẹ đã phải tiết kiệm chất chiu để có tiền mua quà tặng chúng tôi.

Đêm Giáng sinh, cả gia đình cùng xuống phố, bố mẹ đưa hai anh em tôi hòa

vào dòng người náo nức, hân hoan tới một nhà thờ nhỏ gần nhà dạo chơi. Ngày hôm đó, không chỉ những người theo đạo Thiên chúa mà tất cả mọi người cùng hòa vào niềm vui của lễ Giáng sinh. Hai anh em tôi mê mãi ngắm hàng đá lung linh đèn hoa có Chúa hài đồng nằm trong máng cỏ, xung quanh có các thiên thần và mẹ Maria với ánh mắt hiền từ... Đêm về, hình ảnh nhà thờ huyền ảo theo tôi cả vào giấc ngủ.

Những ngày này, Thái Bình chìm trong cái lạnh ngọt ngào của mùa đông. Thế nhưng, mọi người vẫn rộn ràng xuống phố mua sắm quà tặng nhân dịp Giáng sinh. Không chỉ trẻ nhỏ mà người lớn cũng háo hức đón nhận mùa Giáng sinh an lành với những món quà, lời chúc trao nhau. Trong quán cà phê nhỏ xinh trên đường Hai Bà Trưng, tôi lặng ngắm hai bạn trẻ tặng nhau chiếc khăn quàng len. Gió lạnh mùa đông bỗng như ngừng lại nơi đây, chỉ còn ánh mắt lấp lánh niềm vui và vòng tay ấm áp yêu thương họ dành cho nhau.

Giáng sinh còn được một số người bạn của tôi tổ chức theo cách riêng. Năm nào cũng vậy, cứ vào quãng giữa tháng 11 dương lịch, cả nhóm đã cùng lên kế hoạch góp tiền mua áo ấm, mũ, khăn và những món đồ chơi dễ thương. Đêm Giáng sinh, họ hóa trang thành ông già Noel mang quà tới tặng các em nhỏ trong trại trẻ mồ côi, trong bệnh viện, người lang thang cơ nhỡ... Với họ, nụ cười và niềm vui của những phận đời bất hạnh là món quà Giáng sinh tràn đầy ý nghĩa.

Phải rồi, Giáng sinh chính là mùa của niềm vui, lòng nhân ái, niềm phúc lạc lan tỏa khắp nhân gian.





# PHÒNG VÀ CHỮA TRỊ CÁC CHỨNG BỆNH VỀ MỖ HÔI

■ *Bác sĩ BÙI VŨ KHÚC*

## I/ MỖ HÔI

Mỗi chúng ta trong cuộc sống ai cũng phải làm việc đổ mồ hôi sôi nước mắt thì mới có được miếng cơm manh áo, ai cũng có lúc toát mồ hôi vì gặp phải những tình huống rủi ro bất lợi, hoặc đôi khi bệnh mồ hôi đã làm ta mất đi sự tự tin và khó chịu...

### 1) Mồ hôi là gì?

Mồ hôi là chất lỏng được tiết ra bởi tuyến mồ hôi, được tiết qua da. Ở người hiện tượng đổ mồ hôi là một phương thức điều hòa nhiệt độ. Khi cơ thể cảm thấy quá nóng, cơ thể bắt đầu tiết mồ hôi để làm mát, thúc đẩy quá trình điều hòa lại nhiệt độ cơ thể.

### 2) Tuyến mồ hôi

Là cấu trúc hình ống nhỏ của da có công dụng sản xuất ra mồ hôi. Tuyến mồ hôi là tuyến ngoại tiết, sản xuất và tiết ra các chất trên bề mặt biểu mô bằng ống dẫn.

**3) Thành phần chủ yếu của mồ hôi là:** nước (98%) và một số khoáng chất khác như: Natri 0,9 gram/lít; Kali 0,2 gram/lít; Canxi 0,015 gram/lít; Magiê 0,0013 gram/lít.

Một số nguyên tố vi lượng khác cũng được bài tiết qua mồ hôi như: Kẽm 0,4 miligam/lít; Đồng 0,3 0,8 miligam/lít; Sắt 1 miligam/lít; Crom 0,1 miligam/lít; Iken 0,05 miligam/lít; Chì 0,05 miligam/lít.

**4) Tổng thể tích mồ hôi:** sản xuất phụ thuộc vào số lượng tuyến mồ hôi và kích thước của bề mặt da. Mức độ hoạt động bài tiết được điều chỉnh bởi các cơ chế thần kinh và nội tiết tố (nam giới thường đổ mồ hôi nhiều hơn phụ nữ). Khi tất cả các tuyến mồ hôi hoạt động ở công suất tối đa, thể tích mồ hôi có thể đạt đến 3 lít mỗi giờ và có thể dẫn đến mất nước và điện giải. Điều này có thể dẫn đến một số rối loạn và nguy hiểm nhất định.

### 5) Một số tuyến mồ hôi chính trong cơ thể

Có hai loại tuyến mồ hôi được công nhận là Eccrine và Apocrine.

#### 5.1. Tuyến mồ hôi Eccrine:

Có ở khắp mọi nơi trên cơ thể, ngoại trừ ở môi và ở một số nơi trên bộ phận sinh dục. Các tuyến mồ hôi Eccrine có ba chức năng chính:

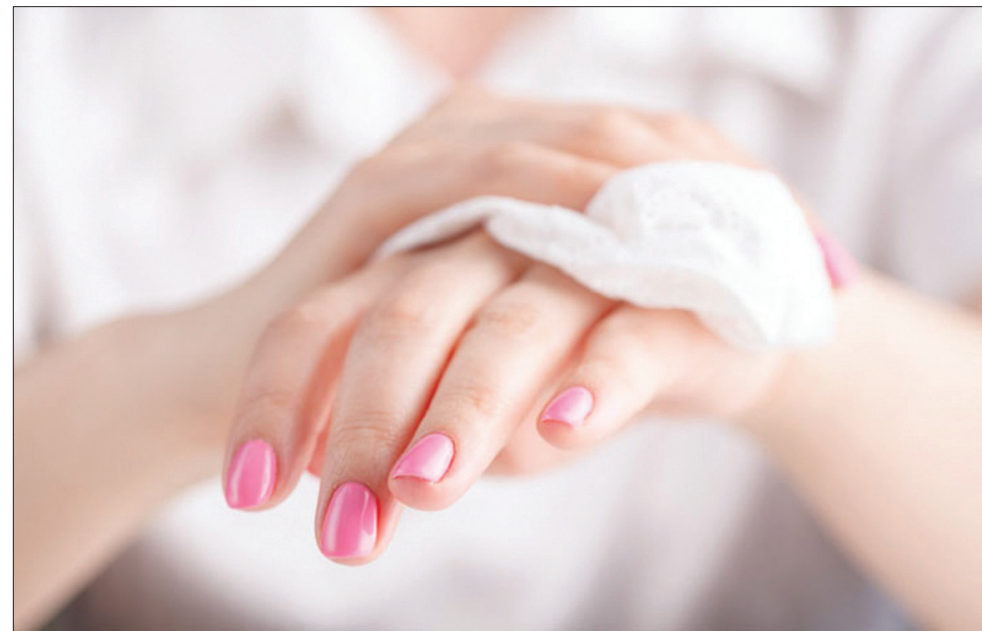
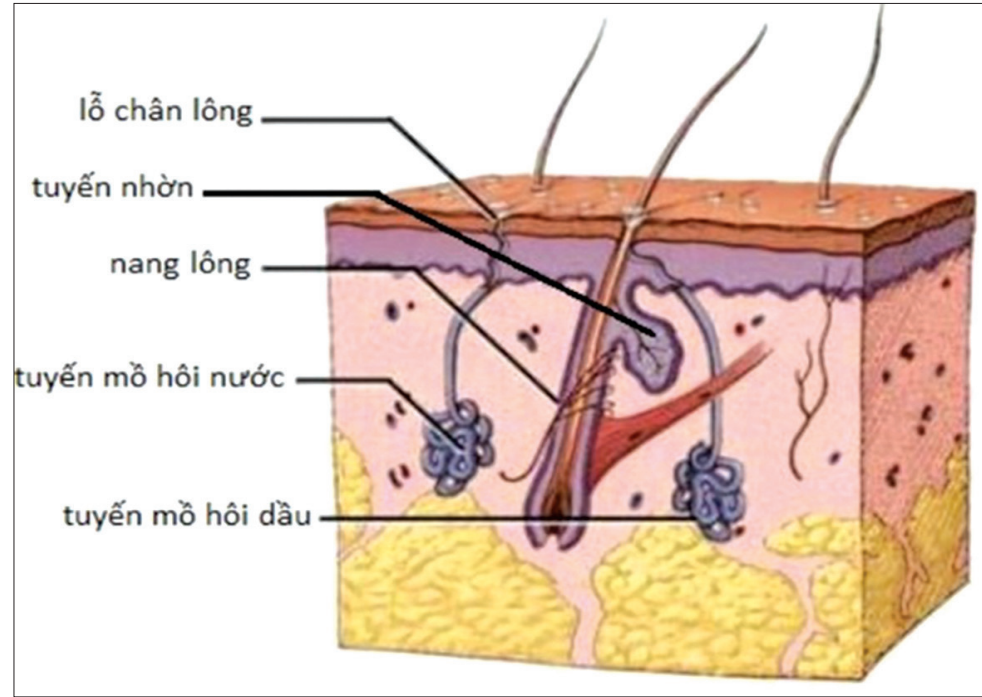
- Điều chỉnh nhiệt: Mồ hôi có tác dụng làm mát bề mặt da và làm giảm nhiệt độ cơ thể.

- Tác dụng bài tiết: Giúp cơ thể bài tiết nước và chất điện giải.

- Tác dụng bảo vệ: Tuyến mồ hôi Eccrine có thể bảo tồn lớp phủ axit của da, giúp bảo vệ da khỏi sự xâm nhập của vi khuẩn và các sinh vật gây bệnh.

#### 5.2. Tuyến mồ hôi Apocrine

Các tuyến mồ hôi Apocrine được tìm thấy ở nách, quầng vú, ở giữa hậu môn và bộ phận sinh dục, bên trong tai và trong



mí mắt. Tuyến mồ hôi Apocrine thường nằm sâu ở dưới biểu bì da và phát triển ở tuổi dậy thì. Trước tuổi dậy thì, tuyến mồ hôi Apocrine không hoạt động, khi đến tuổi dậy thì, sự thay đổi nội tiết tố khiến các tuyến Apocrine tăng kích thước và bắt đầu tạo ra mồ hôi. Các chất được tiết ra bởi tuyến Apocrine dày hơn mồ hôi thuộc tuyến Eccrine. Tuyến Apocrine tiết ra có mang theo cả chất dinh dưỡng, do vậy tạo môi trường cho vi khuẩn trên da hoạt động và gây ra mùi cơ thể, mùi hôi nách và hôi chân. Các tuyến mồ hôi Apocrine hoạt động mạnh mẽ nhất trong thời gian căng thẳng, stress và trong khi hoạt động tình dục.

Tuyến mồ hôi Apocrine chứa các hợp chất giống Pheromone để thu hút các thể khác giới đồng loại. Do đó, đối với một số người, mồ hôi Apocrine có thể dẫn đến sự quyến rũ và sự hưng phấn tình dục.

5.3. Ngoài 2 loại tuyến mồ hôi nói trên vẫn còn một loại tuyến mồ hôi chưa được phân loại, gọi chung là Apoeccrine. Các tuyến này lớn hơn Eccrine nhưng nhỏ hơn các tuyến Apocrine. Phần bài tiết của các tuyến này hẹp và hoạt động tương tự như các tuyến Eccrine.

### 6. Một số thông tin cần biết về mồ hôi

- Các yếu tố kích thích tuyến mồ hôi gồm:

+ **Nhiệt độ:** Khi nhiệt độ trung bình của cơ thể tăng lên, tuyến mồ hôi hoạt động mạnh để làm mát cơ thể.

+ **Tâm trạng:** Khi căng thẳng, lo lắng, sợ hãi và đau đớn có thể làm cơ thể tăng tiết mồ hôi. Đổ mồ hôi do cảm xúc có thể xảy ra ở bất cứ đâu nhưng thường phổ biến ở lòng bàn tay, lòng bàn chân và vùng nách.

+ **Thức ăn:** Một số loại thực phẩm có thể dẫn đến tăng tiết mồ hôi và mồ hôi có mùi. Thức ăn nóng và cay cũng dẫn đến đổ mồ hôi nhẹ ở mặt, da đầu và cổ. Ăn các thức ăn có mùi như tỏi, tanh, gây thì mồ hôi cũng có mùi đặc trưng các đồ ăn như vậy.

98% của mồ hôi là nước và mồ hôi tinh khiết thì không có mùi. Do đó, mùi cơ thể thường là sự kết hợp giữa mồ hôi Apocrine và vi khuẩn phân hủy mồ

hôi thành các axit béo (có thể hôi hoặc thơm).

Bản chất của mồ hôi là không có mùi nhưng vi khuẩn hoạt động trong mồ hôi có thể tạo ra mùi hoặc gây nên bệnh hôi nách, hôi chân.

Một chế độ ăn nhiều các loại thức ăn chứa nhiều lưu huỳnh như cải, bắp cải, bông cải xanh, mầm cải có thể dẫn đến sự thay đổi của mùi cơ thể.

## II/ CÁC CHỨNG BỆNH VỀ MỖ HÔI

- Mỗi ngày ở một người lớn tiết ra trung bình khoảng 1 lít mồ hôi, do vậy nếu cơ thể tiết ra quá nhiều hoặc không tiết mồ hôi, hoặc ra mồ hôi trộm, hoặc mồ hôi có mùi khó chịu như hôi nách, hôi chân... thì đó là thuộc các chứng bệnh về mồ hôi.

- **Bệnh tự hãn:** Nếu không hoạt động gắng sức, trời không nóng bức, mà cơ thể vẫn tự tiết ra quá nhiều mồ hôi thì đồng y gọi đó là bệnh tự hãn. Phần lớn là do cơ thể suy nhược, sau khi ốm nặng hoặc ốm lâu ngày, phụ nữ sau sinh đẻ... dẫn tới tình trạng dương khí suy kém, dịch thể hao tổn nhiều, phế khí bất cố, khiến mồ hôi dễ ra và ra nhiều.

- **Bệnh vô hãn:** Nếu không ra được mồ hôi, đặc biệt là lúc có cảm sốt mà cơ thể không có mồ hôi thì đồng y gọi là bệnh vô hãn. Do dương khí không đầy đủ, tân dịch không đầy đủ, hoặc tà bệnh xâm nhập cơ thể gây rối loạn.

- **Bệnh đạo hãn:** Khi ngủ mà tự ra nhiều mồ hôi thì đồng y gọi đó là bệnh đạo hãn (mồ hôi trộm). Phần lớn là do lao lực quá độ, dịch thể hư tổn nhiều dẫn đến phân âm suy kém, hư nhiệt phát sinh làm tình trạng và mồ hôi khi ngủ.

- Ngoài ra còn các bệnh về mồ hôi khác như: hôi nách, hôi chân, hoàng hãn (mồ hôi vàng...).

## III/ PHÒNG VÀ CHỮA CÁC CHỨNG BỆNH VỀ MỖ HÔI

1) Nói chung các chứng bệnh mồ hôi về nguyên nhân sâu xa đều do chính khí hư suy, dương khí hư tổn, tân dịch không đầy đủ... làm mất cân bằng âm dương, tạng phủ, biểu lý, hàn nhiệt... mà gây ra.

2) Chính vì vậy, để chữa tận gốc các chứng bệnh về mồ hôi, cần đến các thầy thuốc đông y để chẩn trị cho đúng và mang lại hiệu quả. Ngày nay ngành y học cổ truyền đã phát triển đạt trình độ cao, cả về phương pháp chữa bệnh, thuốc chữa bệnh và các thủ thuật độc đáo như châm cứu, lý liệu pháp xoa bóp bấm huyệt... rất có giá trị.

3) Phòng bệnh: Cần ăn uống đầy đủ, duy trì tập luyện thân thể thường xuyên, giữ gìn vệ sinh cá nhân và vệ sinh môi trường sống.

4) Những bệnh hôi nách, hôi chân thì việc khử mùi hôi tốt nhất là lau rửa thường xuyên, lau khô và có thể lăn nhẹ lọ lăn nách để hạn chế vi khuẩn hoạt động sẽ giảm bớt mùi hôi. Với chân cần ngâm chân mỗi ngày với nước muối hoặc thuốc ngâm chân, lau khô và để thoáng.

**thơm ngon từng giọt  
vị ngọt đọng đầy**

CƠ SỞ 1: LÔ 26, 27 ĐƯỜNG LÊ QUÝ ĐÓN, KHU ĐÔ THỊ KỶ BÀ, TỐ 10, PHƯỜNG KỶ BÀ, THÀNH PHỐ THÁI BÌNH  
 CƠ SỞ 2: SỐ 121 ĐƯỜNG NGUYỄN VĂN NẮNG, TỐ 22, PHƯỜNG TRẦN LÂM, THÀNH PHỐ THÁI BÌNH  
 CƠ SỞ 3: SỐ 128 ĐƯỜNG HAI BÀ TRƯNG - NGUYỄN THÁI HỌC, PHƯỜNG ĐẾ THÁM, THÀNH PHỐ THÁI BÌNH  
 CƠ SỞ 4: SỐ 23, 24 ĐƯỜNG ĐINH TIÊN HOÀNG, PHƯỜNG KỶ BÀ, THÀNH PHỐ THÁI BÌNH

**HÂN HẠNH ĐỒNG HÀNH CÙNG CHUYÊN MỤC NÀY**



# DÌ DẠT ĐÀI LAO

■ QUANG VIỆN

Dưới sự lãnh đạo trực tiếp của các vua Trần, Hưng Đạo vương Trần Quốc Tuấn và Bộ Thống soái Đại Việt, cuộc kháng chiến chống quân Nguyên Mông lần thứ 3 (1288) của quân và dân nhà Trần giành thắng lợi vang dội, đập tan mưu đồ xâm lược Đại Việt của phương Bắc. Chiến thắng oanh liệt là kết quả của tập yếu, trong đó có sự vận dụng linh hoạt, sáng tạo kế sách “lấy gần chờ xa, lấy khỏe chờ mệt, lấy no chờ đói” của quân đội nhà Trần thế kỷ XIII.



Chùa Bôn, xã Hồng Bạch, huyện Đông Hưng, địa danh cổ thời nhà Trần là căn cứ quân sự được Hưng Đạo Đại vương sử dụng làm bàn đạp tấn công đồn A Lỗ, đánh tan quân Nguyên Mông.

Sử cũ chép: Khi quân Nguyên Mông tràn từ phương Bắc xuống ải Chi Lăng, vua Trần hỏi Hưng Đạo vương Trần Quốc Tuấn: “Thế giặc năm nay sao?”, Hưng Đạo vương bình tĩnh trả lời: “Năm nay thế giặc dễ đánh”. Câu trả lời đánh thép đó khẳng định nhà Trần có sự chuẩn bị chu đáo về mọi mặt đồng thời nắm rõ thế của giặc hành quân xa, lâu ngày không thể không mệt mỏi, tinh thần chiến đấu mệt mỏi, thế của quân đội nhà Trần là chờ kẻ mệt mỏi đến để đánh, tất sẽ thắng. Theo các nguồn khảo luận và sử cũ chép: Tháng 7/1286, vua Trần lệnh cho các vương hầu, tôn thất tuyển chọn thêm binh lính, chấn chỉnh lực lượng, luyện tập quân sĩ; gấp rút chế tạo, tu sửa khí giới, chiến thuyền; giao cho các tướng trấn giữ, tiêu hao, tiêu diệt quân giặc ở một số hướng, khu vực hiểm yếu: Trần Quốc Toản và Nguyễn Khoái vùng Lạng Sơn, Trần Khánh Dư vùng biển Vân Đồn, Trần Nhật Duật vùng Bạch Hạc... Sau một thời gian chuẩn bị, tháng mười âm lịch năm đó (19/10 - 16/11/1286) một cuộc luyện tập lớn đã được tiến hành nhằm đánh giá khả năng chuẩn bị, sẵn sàng đánh giặc của quân và dân ta.

Trước đó, hai cuộc kháng chiến chống Nguyên Mông (1258 và 1285) đã để lại cho quân đội nhà Trần cả một “kho” kinh nghiệm. Do có sự nghiên cứu thấu đáo hai cuộc kháng chiến chống quân Nguyên Mông trước đó, Hưng Đạo vương Trần Quốc Tuấn đã cùng với Bộ Thống soái nhà Trần vận dụng linh hoạt, sáng tạo kế “dĩ dật đãi lao” trong “ Binh pháp Tôn Tử” để chỉ huy quân và dân đập tan

Không chỉ chú trọng xây dựng, huấn luyện đội quân cấm vệ tinh nhuệ, nhà Trần còn tích cực xây dựng hệ thống phòng thủ ven biển mà các cửa biển lớn như Đại Toàn (tức cửa biển Diêm Hộ, Diêm Điền, Thái Thụy nay); cửa biển Giao Hải (tức cửa Ba Lạt, xã Nam Phú, huyện Tiền Hải nay) đều là những điểm trọng yếu... Tại cửa Thái Bình, nơi hội tụ của nhiều nhánh sông thuộc hệ thống sông Thái Bình, nhà Trần cho lập các điểm phòng thủ chiến lược như Lưu Đồn, Bát Đụn Trang (thuộc các xã Thụy Hồng, Thụy Dũng, nay là xã Hồng Dũng, huyện Thái Thụy) ngoài nhiệm vụ trấn giữ, điểm phòng thủ này còn là nơi dự bị, sẵn sàng chi viện hoặc chặn đánh đường rút lui của giặc.

cuộc tiến công xâm lược Đại Việt lần thứ 3 của quân xâm lược Nguyên Mông. Sách “Lịch triều hiến chương loại chí” của Phan Huy Chú biên khảo có chép: “Trần Thái Tông, năm 1239 chọn đình tráng làm binh, định làm 3 bậc thượng, trung, hạ. Năm 1241, chọn người có sức khỏe, biết võ nghệ sung làm quân thượng đô túc vệ... Thánh Tông, năm 1261 tuyển đình tráng các lộ làm binh, số còn thừa cho sung làm sắc dịch ở các sảnh viện cục và các đội tuyển phong ở các phủ, lộ, huyện”. Hưng Đạo vương Trần Quốc Tuấn đã soạn ra bộ “Binh thư yếu lược” để huấn luyện cho tướng sĩ. Học tập binh pháp là nhiệm vụ bắt buộc cho mọi tướng sĩ. Bộ “Binh thư yếu lược” này gồm 33

mục, là một bộ binh pháp rất có giá trị, nói nhiều về kinh nghiệm, những quy luật về tổ chức và thực hành các phương thức tác chiến trên các loại địa hình. Đại Việt sử ký toàn thư chép: Trần Quốc Tuấn từng nói: “Quân số cốt phải tinh nhuệ, không cần nhiều, cứ xem như Bồ Kiên có hàng trăm vạn quân cũng không làm gì được”. Sách “Cuộc kháng chiến chống xâm lược Nguyên - Mông thế kỷ XIII” của Giáo sư Hà Văn Tấn cho biết: Trong tháng 4 năm Ất Dậu (1285), Hưng Đạo vương Trần Quốc Tuấn đã đem quân tấn công đồn Đại Mang (A Lỗ). Đồn này nằm gần chỗ sông Hồng nối với sông Luộc (nay thuộc địa phận huyện Hưng Hà). Có lẽ đây là cứ điểm đầu tiên trên phòng tuyến của quân

Nguyên trên sông Hồng nối với sông Luộc ngày nay. Viên tướng Nguyên giữ đồn này là Vạn Hộ Lưu Thế Anh đã phải rút chạy... Theo các tài liệu khảo cứu, để chống lại sự xâm lăng của phương Bắc, nhà Trần quyết định xây dựng lộ Long Hưng thành hậu phương lớn của nhà Trần, ngoài việc chăm lo phát triển sản xuất, tích trữ lương thảo, nhà Trần còn đồng thời phải chủ động xây dựng về mặt quân sự, sẵn sàng huy động sức người, sức của cho các cuộc chiến đấu bảo vệ giang sơn, xã tắc. Nhà Trần đã cho lập hệ thống phòng thủ ở ven sông Hồng, sông Luộc, sông Trà Lý và cửa biển, tuyển mộ binh lính bổ sung vào đội quân túc vệ. Sách “Đại Việt sử ký toàn thư” ghi: “Bính Ngọ năm thứ 15 (1246), mùa xuân, tháng hai định các quân. Chọn người khỏe mạnh sung làm quân Tứ Thiên, Tứ Thánh, Tứ Thần...”. Các tài liệu khảo cứu cho thấy, để chống lại sức mạnh của quân Nguyên Mông thiện chiến với vũ khí sở trường của chúng là cung nỏ, giáo dài và để hạn chế điểm mạnh của kỵ binh Nguyên Mông trên mặt đất bằng phẳng, vua quan nhà Trần và Hưng Đạo vương Trần Quốc Tuấn đã tận dụng tối đa địa hình sông ngòi chằng chịt của nước ta ngăn bước tiến của kỵ binh và để khi rút lui có thể bảo toàn được lực lượng, khi tấn công có thể khiến giặc bất ngờ. Binh pháp của Hưng Đạo vương đã chỉ rõ: “Lấy đoán binh để chế trường trận, lấy ít địch nhiều, lấy yếu thắng mạnh...”. Sử cũ ghi: “Trong tháng 4 năm Ất Dậu, Hưng Đạo vương Trần Quốc Tuấn đã đem quân tấn công đồn Đại Mang (A Lỗ). Đồn này nằm gần chỗ sông Hồng nối với sông Luộc. Có lẽ đây là cứ điểm đầu tiên trên phòng tuyến của quân Nguyên trên sông Hồng nối với sông Luộc ngày nay. Viên tướng Nguyên giữ đồn này là Vạn Hộ Lưu Thế Anh đã phải rút chạy”. Sử liệu cũng ghi: “Cùng ngày hôm đó và trong tháng 4 âm lịch, một loạt các đồn trại khác của giặc trên sông Hồng bị quân ta tấn công” ở Tây Kết, cửa Hàm Tử, Chương Dương và thành Thăng Long.

Trên địa bàn tỉnh ta, các địa danh có liên quan tới quân đội nhà Trần và Hưng Đạo vương khi đóng quân, khi hành quân, tấn công căn cứ đồn giặc ở sông Hồng, đó là các địa danh: Cầu Quan (trương truyền xưa kia nhân dân bắc cầu tre cho quan quân nhà Trần đi đường bộ vượt qua cánh đồng Long Xà (xã Hồng Châu), Bạch Đằng (Hồng Bạch nay), Chí Hòa, Hồng Minh để bắt ngờ tấn công căn cứ đồn giặc. Ngoài ra còn có địa danh cống Ba Vạn (trương truyền nơi đây xưa kia là khu vực có 3 vạn quân và thủy quân nhà Trần ém thuyền từ khúc sông (xã Hồng Giang), đến khu vực sông thuộc xã Hồng Châu (nay là Hồng Bạch) và cửa Ba Vạn (xã Hồng Việt) để ra sông Trà Lý (ở khu vực xã Hồng Bạch nay và cũng có thể là khu vực Tịnh Xuyên, xã Hồng Minh, huyện Hưng Hà). Các tài liệu khảo cứu cho hay, vào thời Trần, Hưng Đạo vương đã đóng quân ở khu vực thuộc xã Hồng Giang, xã Hồng Châu, Bạch Đằng (nay là xã Hồng Bạch, huyện Đông Hưng), để tấn công giặc Nguyên tại căn cứ đồn Đại Mang (thuộc đất A Lỗ). Sông Chanh nối từ sông Tiên Hưng chảy qua đất Hồng Việt qua làng Bôn rồi đổ ra sông Trà Lý là tuyến đường thủy lợi hại của nhà Trần đánh quân Nguyên Mông. Đoạn nối sông Chanh với sông Trà Lý hiện bây giờ là cống Hậu Thượng được xây dựng từ năm 1960, nay đã nâng cấp, tương truyền đây là nơi tập kết quân nhà Trần trước khi hội quân ra sông Trà Lý rồi tiến ra sông Hồng vì thế, sau này khi Hưng Đạo vương mất dân làng các xã kể trên đã lập đền thờ.



**HỘP THƯ BẠN ĐỌC**



Tuần qua, Tòa soạn Báo Thái Bình 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 CTV Phạm Minh Giang, Thủy Mai (thành phố Thái Bình); Tạ Xuân Sinh (Hưng Hà); Bình Vân (Công an tỉnh); Ngọc Tuyền (Bệnh viện Đa khoa Kiến Xương); Ngọc Khánh (Bộ đội Biên phòng tỉnh); Lương Thế Lộc (Mặt trận Tổ quốc tỉnh); Phạm Phương Hồng (Học sinh Trường THPT Chuyên Thái Bình); Hoàng Linh (Đài TTHH Đông Hưng); Phạm Hưng, Thanh Huyền (Đài TTHH Kiến Xương); Lê Trung (Đài TTHH Vũ Thư); Trúc Lành (Đài TTHH Hưng Hà); Ngọc Hà (Đài TTHH Tiên Hải); Nguyễn Lê Ái Ngọc; Đặng Đức Phán, Thạch Bích Ngọc, Nguyễn Gia Long (Thành phố Hồ Chí Minh); Trần Văn Hợi (Hà Nam); Ngô Thế Lâm (Khánh Hòa); Đỗ Văn Xuân, Trịnh Hiệp, Nguyễn Tiến Bình (Hà Nội); Minh Thuận (Bạc Liêu); Nguyễn Thanh Hoàng (Cần Thơ); Lê Hứa Huyền Trân (Bình Định)...

Trong tuần, các CTV tiếp tục cộng tác với các số báo dịp trước, trong và

sau tết Nguyên đán Quý Mão 2023 với nhiều thể loại như bài, ảnh, tranh biếm họa, câu đối, thơ, tản mạn, truyện ngắn, tùy bút... Tiêu biểu như CTV Nguyễn Lê Ái Ngọc với tạp bút "Huông tết chợ quê"; Đặng Đức Phán với "Tết đến đủ đầy các thành viên trong gia đình mới trọn niềm vui"; Đào Mạnh Long với tản văn "Vấn vương hương mùi già", "Những ngày giáp tết"; Thạch Bích Ngọc với "Hạnh phúc khi tết đến xuân về"; Ngô Thế Lâm với "Tháng Chạp thương về"; Nguyễn Gia Long với "Tháng Chạp về là thấy tết"...

Kỷ niệm 78 năm ngày thành lập Quân đội nhân dân Việt Nam (22/12/1944 - 22/12/2022), CTV Ngọc Hà có bài "Đại đội 4 dân quân gái tập trung - 55 năm canh giữ bình yên nơi cửa biển" viết về Đại đội dân quân gái tập trung tại xã Đông Lâm, huyện Tiên Hải. Với quân số 100% là nữ nên bên cạnh những thuận lợi, chị em cũng gặp rất nhiều khó khăn. Tuy nhiên, ai cũng có chung một ý chí là nỗ lực vượt khó, chung tay bảo vệ vững chắc vùng trời thiêng liêng của Tổ quốc...

Nhân dịp lễ Giáng sinh, CTV Lương Thế Lộc có bài "Mùa Giáng sinh an lành ấm tình đồng bào"; Nguyễn Thanh Hoàng có

bài "Tấm lòng của Bác với đồng bào Công giáo". Theo bài viết, tấm lòng của Bác Hồ đối với những người có đạo nói chung, đồng bào Công giáo nói riêng vô cùng bao la, vĩ đại. Tư tưởng, tình cảm và đạo đức của Người luôn chứa đựng chủ nghĩa yêu nước và chủ nghĩa nhân văn sâu sắc, như là những lời dặn dò, tâm tình của Người gửi đến đồng bào Công giáo phải sống và hoạt động để xứng đáng với tấm gương sáng ngời tốt đời, đẹp đạo... Đối với đồng bào Công giáo, Giáng sinh là ngày đại lễ trong năm. Vào những dịp như vậy, Bác Hồ thường viết thư, viết báo hoặc gặp gỡ, nói chuyện với đồng bào có đạo. Những bức thư, những lời dặn của Người như lời tâm tình của một người cha, người bạn, người anh, đã để lại trong lòng đồng bào Công giáo ấn tượng tốt đẹp về tình cảm bao dung chân thành của Bác...

Phân ánh gương người tốt việc tốt, điển hình tiên tiến, CTV Trúc Lành có bài "Anh Trần Văn Luận đáng viên gương mẫu, làm kinh tế giỏi" nêu gương đáng viên người Công giáo Trần Văn Luận ở thôn Hải Triều Xuân, xã Tân Lễ, huyện Hưng Hà. Sau hơn 10 năm làm nghề trồng nấm, anh Luận hiện có một trang trại quy mô hàng nghìn bịch nấm, thu hoạch từ 15 - 17 tấn mỗi năm, mang lại thu nhập cao và tạo việc làm thường xuyên cho 6 - 10 lao động... CTV Phạm Minh Giang có bài "Một con người lạ lùng đáng quý" viết về cựu chiến binh Lê Văn Cam, sinh năm

1937, hiện ở xã Vũ Phúc, thành phố Thái Bình - người đã dành nửa cuộc đời đi tìm mộ liệt sĩ. Hiện nay, tuy đã tuổi cao sức yếu song ông vẫn nhiệt tình, tâm huyết với việc tìm mộ liệt sĩ qua những lá thư... CTV Tạ Xuân Sinh có bài "Tủ thuốc từ thiện của người lính cựu" nêu gương cựu chiến binh Trần Văn Nạp với nghề làm thuốc nam gia truyền chữa bệnh miễn phí cho người dân...

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 hòm thư điện tử: tsbaothaibinh@gmail.com.

Trần trọng!

# Phát động phong trào học tiếng Anh

\* Tại Trường Tiểu học Lý Tự Trọng (thành phố Thái Bình), Bộ Giáo dục và Đào tạo phối hợp với Sở Giáo dục và Đào tạo vừa tổ chức lễ phát động phong trào học tiếng Anh, xây dựng và phát triển môi trường học và sử dụng ngoại ngữ trong các trường tiểu học trên địa bàn tỉnh.

Để xây dựng và phát triển môi trường học và sử dụng tiếng Anh trong các trường tiểu học, Bộ Giáo dục và Đào tạo phát động các nhà trường đẩy mạnh giảng dạy tiếng Anh theo chương trình giáo dục phổ thông 2018. Ngoài chương trình dạy học tiếng Anh chính khóa, các trường tích cực liên kết với các trung tâm ngoại ngữ được cấp phép; thường xuyên tổ chức các hoạt động ngoại khóa, tạo môi trường sử dụng tiếng Anh phù hợp với lứa tuổi học sinh tiểu học như: thành lập câu lạc bộ tiếng Anh, tổ chức lễ hội, giao lưu, hội thi bằng tiếng Anh, tổ chức dạy hát, xem video, sách truyện bằng tiếng Anh... Đội ngũ giáo viên tiếng Anh cấp tiểu học chú trọng tự học, nâng cao trình độ chuyên môn, nghiệp vụ giảng dạy tiếng Anh, nhất là kỹ năng phát âm bảo đảm chuẩn quốc tế và thường xuyên giao tiếp với học sinh những câu, từ tiếng Anh đơn giản. Đối với học sinh tiểu học, ngoài nhà



Học sinh Trường Tiểu học Lý Tự Trọng (thành phố Thái Bình) hào hứng theo dõi các hoạt động thực hành tiếng Anh.

trường, cần có sự kết hợp với gia đình trong việc hỗ trợ, định hướng, tạo môi trường tốt nhất để các em học, sử dụng tiếng Anh hiệu quả hơn.

Tại lễ phát động, Trường Tiểu học Lý Tự Trọng đã tổ chức các hoạt động thực hành ngoại ngữ trong nhà trường như: Greeting (chào hỏi), game show (trò chơi), topic - Tet holiday (thuyết trình chủ đề về tết cổ truyền)... tạo sự hứng thú và giúp nâng cao kỹ năng nghe, nói tiếng Anh cho học sinh. Nhân dịp này, đại diện Trung tâm ngoại ngữ Better English (thành phố Thái Bình) đã trao học bổng trị giá 390 triệu đồng cho học sinh Trường Tiểu học Lý Tự Trọng.

\* Sáng ngày 24/12, tại Trường THCS Nguyễn Đức Cảnh (Thái Thụy), Bộ Giáo dục và Đào tạo phối hợp với Sở Giáo dục và Đào tạo tổ chức lễ phát động phong trào học tiếng Anh, xây dựng và phát triển môi trường học và sử dụng ngoại ngữ trong các trường THCS trên địa bàn tỉnh.

Sau phát động của Bộ Giáo dục và Đào tạo, các đại biểu đại diện ngành giáo dục các cấp và giáo viên Trường THCS Nguyễn Đức Cảnh đã bấm nút khởi động, hưởng ứng phong trào học tiếng Anh, xây dựng và phát triển môi trường học và sử dụng ngoại ngữ trong các trường THCS trên địa bàn tỉnh. Đặc biệt, tại buổi lễ, các đại biểu và học sinh được giao lưu, tham gia chương trình tọa đàm với giáo viên người nước ngoài và em Lê Ngọc Thiên Ân, học sinh Trường Tiểu học thị trấn Diêm Điền, một học sinh xuất sắc có thể nói được nhiều ngoại ngữ và là người xác lập kỷ lục Việt Nam về học sinh nhỏ tuổi nhất sáng tác, dịch và vẽ minh họa tập truyện ngắn song ngữ "The stories of the wind - Chuyện của gió" vào tháng 9/2022. Qua đó truyền cảm hứng khuyến khích học sinh, giáo viên toàn tỉnh học tập nâng cao trình độ, kỹ năng nghe, nói các ngoại ngữ nói chung, tiếng Anh nói riêng. Nhân dịp này, Trường THCS Nguyễn Đức Cảnh tổ chức nhiều hoạt động thực hành tiếng Anh hấp dẫn như đồng diễn hát múa bài hát tiếng Anh, các trò chơi nhằm rèn luyện, thử thách kỹ năng nghe, nói, vốn từ vựng tiếng Anh cho học sinh.

QUỲNH LƯU

**Thích ứng an toàn, linh hoạt, kiểm soát hiệu quả dịch Covid-19**  
Đường dây nóng: 1800 9402 - 0227.3831.398

## Tình hình dịch Covid-19 đến ngày 24/12

**Thế giới:** Hơn 661,1 triệu người đã mắc Covid-19

Tính đến chiều ngày 24/12, số ca mắc Covid-19 tại các quốc gia, vùng lãnh thổ là hơn 661,1 triệu ca, trong đó hơn 6,68 triệu người đã tử vong.

**Việt Nam:** Ghi nhận 107 ca mắc Covid-19 mới trong ngày

Bản tin phòng, chống dịch Covid-19 của Bộ Y tế cho biết, ngày 24/12, cả nước ghi nhận 107 ca mắc Covid-19 mới. Đây là ngày có số ca mắc mới thấp nhất trong hơn một năm qua.

Đến nay, cả nước đã tiêm được hơn 265,3 triệu mũi vắc-xin phòng Covid-19.

Trong ngày, 71 bệnh nhân Covid-19 được công bố khỏi bệnh. Số bệnh nhân Covid-19 nặng đang phải thở oxy là 39 bệnh nhân.

**Thái Bình:** 18 bệnh nhân Covid-19 đang điều trị tại các cơ sở y tế

Theo báo cáo của Sở Y tế, ngày 23/12, các cơ sở y tế tiếp nhận thêm 6 bệnh nhân Covid-19 nhập viện điều trị. Tổng số bệnh nhân Covid-19 đang điều trị tại các cơ sở y tế là 18 bệnh nhân.

Tính đến hết ngày 23/12, Thái Bình đã tiêm được hơn 4.336.300 mũi vắc-xin phòng Covid-19, trong đó, người từ 18 tuổi trở lên đã tiêm mũi 3 đạt 95,52%; trẻ từ 12 - 17 tuổi đã tiêm mũi 3 đạt gần 69,5%; trẻ từ 5 - 11 tuổi đã tiêm mũi 1 đạt hơn 92,7%, tiêm đủ 2 mũi vắc-xin là hơn 70,8%.

HOÀNG LANH

**SỐ ĐIỆN THOẠI TIẾP NHẬN CÁC THÔNG TIN VỀ DỊCH COVID-19**

SỞ Y TẾ:  
0969.851.212  
0227.3640.786

TRUNG TÂM KIỂM SOÁT BỆNH TẬT TỈNH:  
0931.581.292 - 0914.590.476  
0227.3831.885