

SỐ 52, THÁNG 02/2023

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

GIÁO DỤC & ĐỜI SỐNG

BIBA KAYEWICH



Cả cha và mẹ đều ảnh hưởng mạnh mẽ đến con cái

Các nghiên cứu cho thấy việc nuôi dạy con tốt từ cả cha lẫn mẹ đóng vai trò quan trọng cho sự phát triển và hạnh phúc của trẻ em

Đọc bài viết **trang 4**

Cả cha và mẹ đều ảnh hưởng mạnh mẽ đến con cái

Các nghiên cứu cho thấy việc nuôi dạy con tốt từ cả cha lẫn mẹ đóng vai trò quan trọng cho sự phát triển và hạnh phúc của trẻ em

PARNELL DONAHUE

Cậu Alec từng là một vận động viên chạy đường dài cấp tiểu bang. Cậu bắt đầu chạy từ năm lớp bảy và tiếp tục đến hết trung học. Cậu đã giành chức vô địch tại tiểu bang khi còn là một học sinh trung học cơ sở.

Tôi đã quên lý do cậu đến gặp tôi vào ngày hôm đó, nhưng trong chuyến thăm ấy, cậu nói với tôi rằng cuối tuần sau, cậu sẽ thi đấu trong cuộc thi chạy việt dã của tiểu bang. Cậu ấy rạng rỡ và hào hứng nói rằng: “Cháu được dự đoán sẽ giành chiến thắng.”

Tôi nói: “Cha cháu hẳn phải rất tỷ hào về cháu.”

Cậu bé cúi nhìn xuống chân và khẽ nói, “Cha cháu chưa bao giờ xem cháu chạy.”

“Ồi, chú xin lỗi. Cha cháu sống ở xa à?”

“Không, ông ấy sống ở thị trấn, nhưng ông nói ông rất bận nên không thể đến xem một cuộc thi nào của cháu. Thực sự, cháu mới chỉ gặp cha hai lần từ khi cháu bắt đầu học trung học.” Sau đó, cậu bé cố gắng bảo chữa cho cha mình, khi nói thêm: “Cha mẹ cháu ly hôn khi cháu chỉ mới 5 tuổi. Thật ra ông ấy không phải là một phần trong cuộc sống của cháu. Mặc dù, cháu ước gì ông ấy có thể ở bên cháu!”

“Chú rất lấy làm tiếc cho cha cháu,” tôi nói với cậu bé. “Ông ấy đang bỏ lỡ cơ hội hiểu con trai mình, như chú cảm nhận, thì cháu là một người con trai thực sự tuyệt vời!”

Tôi không thể tưởng tượng được điều gì đáng buồn hơn việc một người cha cố tình không hiểu con trai mình. Niềm vui mà những người cha như chúng ta cảm nhận được trước mỗi thành tích của con trẻ lớn lao hơn mọi niềm vui mà chúng ta có được từ thành quả của mình.

“Cháu muốn hiểu được các con của mình và trở thành một phần trong cuộc sống của bọn trẻ,” cậu Alec giải thích. Sau đó, cậu ấy gục đầu lần nữa và nói, “Nhưng, cháu đã nghe, và cũng đã đọc được rằng, những đứa trẻ rồi cũng trở thành các bậc cha mẹ, vậy nên cháu cho rằng cháu không thể thật sự kiểm soát được mình sẽ là một người cha như thế nào – nếu cháu có ngày sẽ là một người cha.”

“Chà, những gì cháu nói có lý ở một góc độ nào đó,” tôi đáp lời cậu ấy, “nhưng cháu có thể trở thành một người đàn ông hoặc một người cha mà cháu hằng mong ước, nếu cháu dành đủ sự quan tâm để trở thành người đàn ông và người cha mà cháu mong muốn và cần phải trở thành. Làm một người cha tốt là một công việc. Cháu biết cách làm điều đó, nếu không cháu sẽ không chạy vào cuối tuần tới. Chú thấy rằng cháu có đủ tình yêu cần thiết để trở thành bất kỳ kiểu đàn ông nào mà cháu mong muốn.”



ALL IMAGES BY BIBA KATYEWICH

Đối với những bậc làm cha – và những người cha tình nguyện – niềm vui trước những thành tích của con trai họ lớn lao hơn mọi niềm vui mà họ có được từ thành quả của mình.



Ảnh hưởng của người mẹ

Từ lâu đã có lời khuyên về cách trở thành một bậc cha mẹ tốt. Kinh Cựu Ước cảnh báo chúng ta rằng con trai không nên bị trừng phạt vì tội lỗi của cha mẹ mình (Đệ Nhị Luật 24:16), nhưng tội lỗi của cha mẹ thường giáng xuống các con. Hãy nghĩ đến Hội chứng kiếng cũ ở trẻ sơ sinh (NAS). Hội chứng này xảy ra khi trẻ sơ sinh của các bà mẹ nghiện ma túy bị tách rời khỏi nhau thai của mẹ khi sinh, dẫn đến trẻ sơ sinh dễ cáu kỉnh, run rẩy, nôn mửa, tiêu chảy, bú kém, quấy khóc, và thường co giật. Những em bé này cần ở trong phòng chăm sóc tích cực cho trẻ sơ sinh nhiều ngày, thậm chí nhiều tuần. Theo một nghiên cứu được Trung tâm Y tế Đại học Vanderbilt thực hiện, trong năm 2016, hơn 31,000 trẻ sơ sinh bị hội chứng NAS đã được xét nghiệm sớm bệnh giang mai và các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác.

Trái với suy nghĩ của nhiều người, nhiều bà mẹ trong số những bà mẹ này không nghiện ma túy mà nghiện thuốc giảm đau, thuốc ức chế thần kinh, thuốc an thần, hoặc các loại thuốc khác do bác sĩ kê toa.

Bác sĩ sơ sinh Sabine Iben ở Cleveland cho biết: “Mặc dù một số trẻ em này sinh ra đã nghiện heroin hoặc các loại ma túy khác, nhưng khoảng một phần ba số trẻ đó có người mẹ là phụ nữ thuộc tầng lớp trung lưu – những người đã âm thầm nghiện thuốc kê theo toa cho các vấn đề như đau lưng mãn tính và trầm cảm.”

Một số bệnh lây truyền qua đường tình dục (STDs) như virus u nhú ở người, một loại virus gây mụn cóc sinh dục và ung thư cổ tử cung, miệng, họng, và dương vật, có thể gây ra nhiều vấn đề đáng kể cho trẻ sơ sinh. Trong quá trình sinh nở, một người phụ nữ bị nhiễm bệnh có thể truyền virus sang con của mình, dẫn đến nhiều mụn cóc phát triển trong cổ họng, khí quản, và phổi của em bé. Việc loại bỏ những mụn cóc này rất khó, thường là không thể, và khả năng hô hấp có thể bị tổn hại đến mức dẫn đến tử vong.

Tương tự như vậy, một người mẹ mang thai có thể truyền cho con mình bệnh giang mai; bệnh này có thể ảnh hưởng đến tất cả các cơ quan của em bé, kể cả tim và não. Tại Hoa Kỳ, kể từ năm 2013, số trẻ sinh ra bị bệnh giang mai đã tăng lên hàng năm. Theo một nghiên cứu được Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh thực hiện, vào năm 2020, có 2,148 trẻ sinh ra bị bệnh giang mai bẩm sinh. Trong số này, 149 trẻ bị chết trong bụng mẹ hoặc tử vong vì bệnh giang mai trong thời kỳ sơ sinh. Trong thai kỳ, tất cả phụ nữ mang thai cần được xét nghiệm sớm bệnh giang mai và các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác.

Ảnh hưởng của người cha

Ngay cả trước khi đứa con được sinh ra, thái độ và hành vi của người cha rất quan trọng đối với những người con của anh ấy. Một nghiên cứu năm 2021 ở Phần Lan chỉ ra rằng hành vi của người cha đối với thai nhi đang phát triển dự đoán mối quan hệ của anh ấy với đứa trẻ khi được 4 tháng tuổi. Thái độ của anh ấy cũng báo trước mối quan hệ cha-con trong tương lai.

Chúng ta đều biết rõ, nếu một người mẹ bị trầm cảm, thì những người con của cô ấy sẽ sớm trở nên trầm cảm, và khi cô ấy khỏe lại, thì những người con của cô ấy cũng sẽ khỏe lại. Một nghiên cứu năm 2011 do Tập san Nhi khoa công bố phát hiện rằng những người cha trầm cảm cũng dẫn đến những đứa trẻ trầm cảm. Do đó, việc điều trị chứng trầm cảm của cha hoặc mẹ sẽ giải quyết được chứng trầm cảm của con họ, và việc điều trị sớm có thể ngăn ngừa con họ bị trầm cảm.

“Các nghiên cứu về song sinh ở Hoa Kỳ và Âu Châu cho thấy rằng khoảng 45-

65% nguyên nhân [đối với phát triển chứng nghiện rượu] là do các yếu tố di truyền,” theo bài viết về “Di Truyền Học và Chứng Nghiện Rượu” của hai tác giả Howard J. Edenberg và Tatiana Foroud đăng trên Tập san Nature Reviews Gastroenterology & Hepatology.

Nghiện rượu thường là một vấn đề đối với cả nam và nữ giới và ảnh hưởng đến trẻ em theo nhiều cách. Có nhiều loại gen có thể dẫn đến nghiện rượu; hai trong số đó đã được xác định, là: ADH1B và ALDH2.

Nhưng quý vị hãy nhớ rằng, bằng cách tránh uống rượu có thể khắc phục được các vấn đề về các gene trên đây. Nghiện rượu là một chứng bệnh kinh hoàng và có thể dẫn đến nhiều vấn đề về thể chất, cảm xúc, đặc biệt là các vấn đề về tài chính và làm tăng nguy cơ ly hôn. Những người nghiện rượu có xu hướng ly hôn, do bạo hành vợ chồng, hoặc ngược đãi vợ-chồng và/hoặc con cái.

Có nhiều nghiên cứu khẳng định vai trò quan trọng của cả cha và mẹ trong việc truyền bệnh cho các con của họ. Nhưng một nghiên cứu gần đây chỉ ra một điều mà hầu hết những người cha sẽ thích nghe. Theo kết quả của nghiên cứu này, trò chơi vật lộn giữa cha và con có liên hệ đến khả năng trẻ em phát triển trí nhớ ngắn hạn tốt hơn, ít gặp các vấn đề về trí nhớ ngắn hạn hơn, và khả năng ghi nhớ ngắn hạn cao hơn. Nghiện cứu này bổ sung thêm bằng chứng ngày càng vững chắc về tầm quan trọng của bất kỳ trò chơi nào giữa cha và con hoặc các hoạt động khác được thực hiện cùng nhau trong việc phát triển trí nhớ.

Hãy là cha mẹ tốt

Vì vậy, trở lại với trường hợp của cậu bé Alec. Tôi không biết tại sao cha của cậu Alec lại quyết định bỏ rơi cậu ấy, nhưng tôi biết rằng vào tuần kế đó, cậu Alec đã về nhất cuộc thi chạy việt dã ở tiểu bang. Lần thứ hai, cậu là quán quân vô địch của tiểu bang! Tôi gặp cậu ở vạch đích để chúc mừng, nhưng trước khi tôi kịp bắt tay, thì cậu ấy đã ôm tôi khi người còn uớt đầm mồ hôi.

Trong giây lát, cậu ấy đã biết cảm giác được làm một đứa con trai [trong vòng tay cha], và một lần nữa tôi được nhắc nhở rằng làm cha là như thế nào. Và giống như hầu hết các cuộc gặp gỡ giữa cha và con trai, tôi nghĩ rằng người cha tình nguyện như tôi đây là người được hưởng lợi nhiều nhất.

Cảm ơn cháu rất nhiều, Alec, vì đã chia sẻ buổi sáng hôm đó với chú.

Nếu quý vị biết một cậu bé hoặc cô bé không có người cha hoặc người mẹ “thật sự”, thì hãy trở thành người cha hoặc người mẹ của đứa trẻ đó – dù chỉ trong một phút. Quý vị sẽ vô cùng ngạc nhiên khi thấy mình được cảm kích nhiều như thế nào và quý vị sẽ thấy tuyệt vời ra sao.

Cầu Chúa tiếp tục ban phước lành cho quý vị và gia đình.

52% nguyên nhân [đối với phát triển chứng nghiện rượu] là do các yếu tố di truyền,” theo bài viết về “Di Truyền Học và Chứng Nghiện Rượu” của hai tác giả Howard J. Edenberg và Tatiana Foroud đăng trên Tập san Nature Reviews Gastroenterology & Hepatology.

Nghiện rượu thường là một vấn đề đối với cả nam và nữ giới và ảnh hưởng đến trẻ em theo nhiều cách. Có nhiều loại gen có thể dẫn đến nghiện rượu; hai trong số đó đã được xác định, là: ADH1B và ALDH2.

Nhưng quý vị hãy nhớ rằng, bằng cách tránh uống rượu có thể khắc phục được các vấn đề về các gene trên đây. Nghiện rượu là một chứng bệnh kinh hoàng và có thể dẫn đến nhiều vấn đề về thể chất, cảm xúc, đặc biệt là các vấn đề về tài chính và làm tăng nguy cơ ly hôn. Những người nghiện rượu có xu hướng ly hôn, do bạo hành vợ chồng, hoặc ngược đãi vợ-chồng và/hoặc con cái.

Có nhiều nghiên cứu khẳng định vai trò quan trọng của cả cha và mẹ trong việc truyền bệnh cho các con của họ. Nhưng một nghiên cứu gần đây chỉ ra một điều mà hầu hết những người cha sẽ thích nghe. Theo kết quả của nghiên cứu này, trò chơi vật lộn giữa cha và con có liên hệ đến khả năng trẻ em phát triển trí nhớ ngắn hạn tốt hơn, ít gặp các vấn đề về trí nhớ ngắn hạn hơn, và khả năng ghi nhớ ngắn hạn cao hơn. Nghiện cứu này bổ sung thêm bằng chứng ngày càng vững chắc về tầm quan trọng của bất kỳ trò chơi nào giữa cha và con hoặc các hoạt động khác được thực hiện cùng nhau trong việc phát triển trí nhớ.

Hãy là cha mẹ tốt

Vì vậy, trở lại với trường hợp của cậu bé Alec. Tôi không biết tại sao cha của cậu Alec lại quyết định bỏ rơi cậu ấy, nhưng tôi biết rằng vào tuần kế đó, cậu Alec đã về nhất cuộc thi chạy việt dã ở tiểu bang. Lần thứ hai, cậu là quán quân vô địch của tiểu bang! Tôi gặp cậu ở vạch đích để chúc mừng, nhưng trước khi tôi kịp bắt tay, thì cậu ấy đã ôm tôi khi người còn uớt đầm mồ hôi.

Trong giây lát, cậu ấy đã biết cảm giác được làm một đứa con trai [trong vòng tay cha], và một lần nữa tôi được nhắc nhở rằng làm cha là như thế nào. Và giống như hầu hết các cuộc gặp gỡ giữa cha và con trai, tôi nghĩ rằng người cha tình nguyện như tôi đây là người được hưởng lợi nhiều nhất.

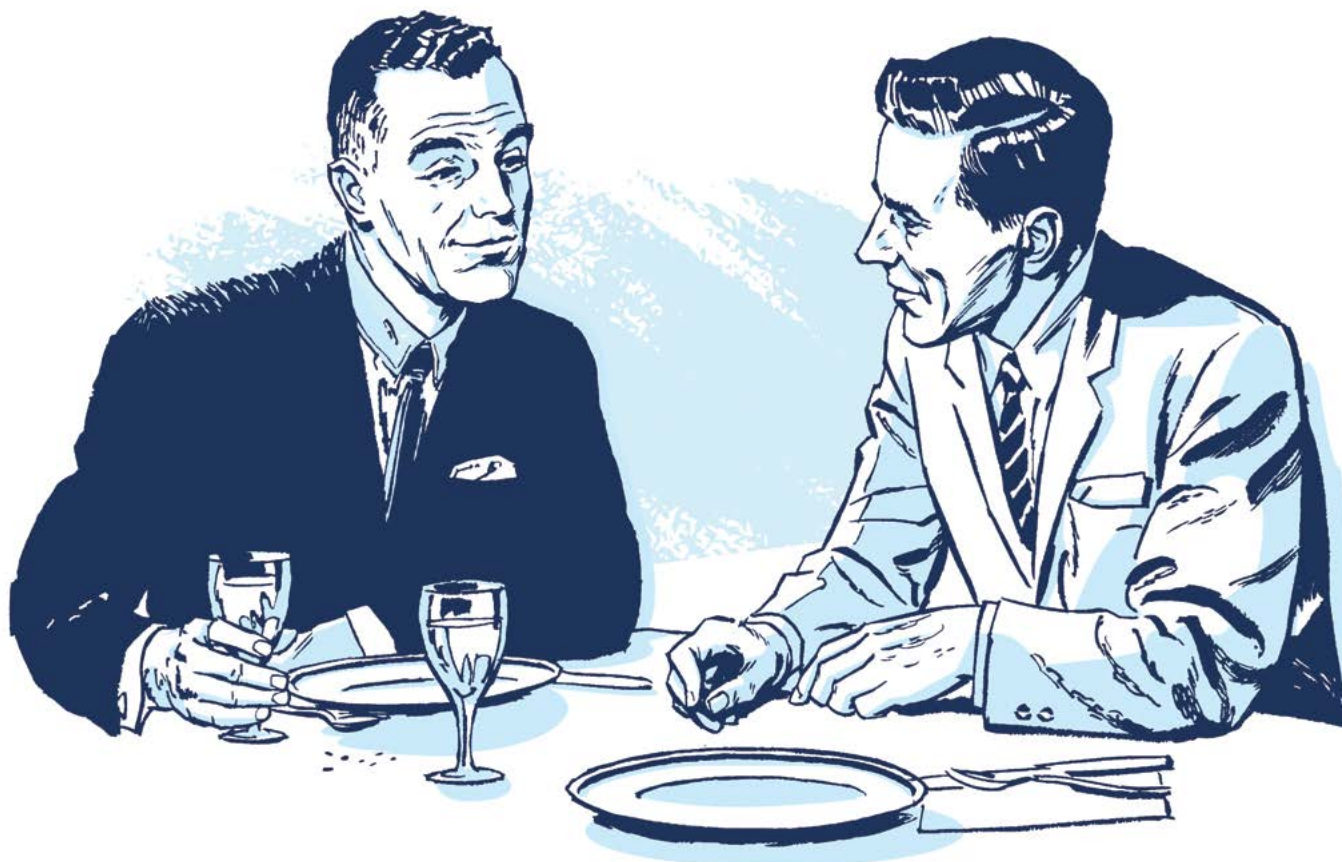
Cảm ơn cháu rất nhiều, Alec, vì đã chia sẻ buổi sáng hôm đó với chú.

Nếu quý vị biết một cậu bé hoặc cô bé không có người cha hoặc người mẹ “thật sự”, thì hãy trở thành người cha hoặc người mẹ của đứa trẻ đó – dù chỉ trong một phút. Quý vị sẽ vô cùng ngạc nhiên khi thấy mình được cảm kích nhiều như thế nào và quý vị sẽ thấy tuyệt vời ra sao.

Cầu Chúa tiếp tục ban phước lành cho quý vị và gia đình.

Tiến sĩ Parnell Donahue là một bác sĩ nhi khoa, cựu chiến binh, tác giả của bốn quyển sách, blog ParentingWithDrPar.com, và là người dẫn chương trình “Parenting Matters” (Cảm nang nuôi dạy con) của đài WBOU. Ông và vợ mình, bà Mary, có bốn người con trưởng thành; tất cả đều có học vị Tiến sĩ, hai trong số đó cũng là bác sĩ. Quý vị có thể liên lạc với ông qua trang web Parenting-Matters.com.

Minh Châu biên dịch



CSA/GETTY IMAGES

Những phép lịch sự quan trọng ít người biết đến

Hầu hết chúng ta đều cư xử hợp cách và đúng mực, nhưng đôi khi cũng gặp phải tình huống cần lưu tâm

BILL LINDSEY

Cũng không có gì lạ khi chúng ta bắt gặp những người từ những nơi xa xôi có cách hành xử hoặc những nghi thức trông có vẻ kỳ quặc, và đó là lý do vì sao tôi nhất quý vị nên biết cách đối đãi trong mọi tình huống.

Bắt tay ư, khoan đã

Hành động bắt tay lần đầu tiên do người Sumer cổ đại lưu lại và được cho là đã phát triển như một cách để những người lạ thể hiện rằng họ không phải là mối đe dọa. Thời nay, hành động này chỉ đơn giản là một cử chỉ thân thiện khi mới gặp một người nào đó hoặc gặp lại một người bạn cũ. Tuy nhiên, nếu tình huống của quý vị là mới làm quen một ai đó ở Nga, thì việc bắt tay ngay ở lối cửa ra vào được xem là điểm gỡ – vậy nên, hãy khoan bắt tay mà đợi cho đến khi quý vị đã vào hẳn trong nhà, hoặc ở trong văn phòng, hoặc ở ngoài đường.

Làm chủ lối đi

Tại rạp chiếu phim, nhà hát, hoặc trong một trận bóng chày, quý vị sẽ cần phải lách người qua những người khác để đến hoặc rời khỏi chỗ ngồi của mình, trừ phi quý vị ngồi ở hàng ghế cuối. Lý tưởng nhất vẫn là quý vị nên ngồi yên một chỗ, nhưng đôi khi quý vị cần sử dụng nhà vệ sinh. Thay vì đi qua những người khác trong một lối đi thường quá chật hẹp mà đứng dừng không nói lời nào, thì khi đi ngang qua trước mặt họ, quý vị hãy lịch sự nói: “Tôi rất xin lỗi, xin cảm phiền.” Cách này cũng giúp việc di chuyển xung quanh những người quá khổ trở nên dễ dàng hơn một chút.

Cư xử hòa nhã

Cử xử hòa nhã khi chịu thiệt thòi không chỉ là một câu nói mà còn là một cách sống thực sự. Đôi khi, mọi thứ xảy ra không theo ý muốn của chúng ta, chẳng hạn như taxi Uber rơi nhầm hoặc người phục vụ lơ tay làm đổ đĩa thức ăn lên người quý vị. Cách chúng ta ứng phó trong những tình huống

này cho thế giới biết rất nhiều điều về chúng ta. Mặc nhiên cộc cằn một người đang thực hiện công việc của họ là điều không thể chấp nhận được. Quý vị hãy hít một hơi thật sâu và tìm cách phù hợp để khắc phục tình hình mà không khiến cho người phạm lỗi kia cảm thấy tệ hơn. Trong lòng họ sẽ rất biết ơn, và những người chứng kiến sự việc sẽ có ấn tượng tốt về cách cư xử đó.

Biết khi nào nên để nghị giúp đỡ

Để nghị giúp đỡ người khác thường là điều đúng đắn nên làm, nhưng có những tình huống mà tốt nhất quý vị không nên can thiệp. Nếu quý vị đang dự tiệc tối của một người bạn và thấy chủ nhà đang loay hoay với một chồng đĩa, quý vị có thể đến giúp một tay, nhưng đối với tình huống tương tự ở trong nhà hàng, hãy ngồi yên nhé. Hầu hết những người phục vụ ở nhà hàng đều biết cách mang vác những vật nặng hoặc nhiều món đồ cống kénh – vậy nên, lời để nghị trợ giúp của quý vị có thể vô tình khiến họ đánh rơi những đồ vật đó.

Đôi khi, ợ hơi cũng có thể được

Có lẽ việc ợ hơi không phải là cách hành xử phải phép cho lắm khi quý vị dùng bữa ở nhà ông bà của mình trong các ngày lễ hoặc vào bất kỳ thời điểm nào khác trong năm, nhưng một số nền văn hóa rất khuyến khích việc ợ hơi lành mạnh và kêu thành tiếng sau khi ăn. Hành động đó tương đương với việc nói lời “Hoan hô” với đầu bếp, để họ biết rằng họ đã nấu một bữa ăn rất ngon. Tương tự như vậy, ở Nhật Bản, hành động xì xụp húp món súp của quý vị gửi tới đầu bếp thông điệp rằng quý vị thực sự thích món mì đó, nhưng đừng thử làm vậy khi ở nhà ông bà của quý vị nhé!

Ông Bill Lindsey là một nhà văn từng đoạt giải thưởng, sống ở Nam Florida. Ông viết bài về các chủ đề địa ốc, xe hơi, đồng hồ, tàu thuyền, và du lịch.

Minh Châu biên dịch

Bạn muốn chia sẻ báo với người thân, bạn bè?
Epoch Times sẽ giúp chuyển tận nhà mỗi tuần.

TEL: (714) 356-8899 | WWW.EPOCHTIMESVIET.COM

EPOCH TIMES
TIẾNG VIỆT

GRAND OPENING

CƠ HỘI ĐẦU TƯ

FRANCHISE

STORE tại Mỹ

1-888-38-THELASH

+1-888-388-4352

15 LOCAL STORES NEAR YOU



MIGUEL FLOES-VIANNA

Thổi luồng sinh khí mới vào những ngôi nhà cổ

Khám phá phong cách độc đáo của nhà thiết kế nội thất được mến mộ ở tiểu bang Texas – bà Cathy Kincaid

BRETT CHUDÁ

Trong hơn 40 năm, khi chủ nhân của những ngôi nhà cổ ở Mỹ quốc cần bảo tồn và cải tạo ngôi nhà theo một phong cách truyền thống trang nhã, họ sẽ tìm đến nhà thiết kế nội thất Cathy Kincaid. Bà như bà tiên đỡ đầu cho hàng chục ngôi nhà đầy cá tính, trong đó có ngôi nhà nổi của một người lái đò ở Connecticut những năm 1750, những căn penthouse ở Manhattan, và một khu trang trại gồm cả rừng ở miền Đông Texas. “Tôi nghĩ rằng việc được sống trong những ngôi nhà cổ là điều rất quan trọng,” bà Kincaid nói. “Tôi nghĩ là điều này truyền cảm hứng cho chúng ta... giúp chúng ta quan tâm hơn đến lịch sử Hoa Kỳ, nơi chúng ta đang sống, các thành phố của chúng ta. Và những ngôi nhà cổ này đều ẩn chứa một câu chuyện để kể.”

Rất nhiều ngôi nhà cổ có bề dày lịch sử do bà Kincaid cải tạo đã được đăng trên các tạp chí gia đình hàng đầu thế giới và được bà biên soạn quyển “The Well Adorned Home” (Ngôi Nhà Được Trang Trí Đẹp Mắt), do Rizzoli xuất bản năm 2019.



Phòng ăn được trang trí với rèm vải lạnh đơn giản để tận dụng tối đa cửa sổ từ trần đến sàn.

Xuất thân từ thành phố Fort Worth, tiểu bang Texas, bà Kincaid theo học Đại học Cơ đốc giáo Texas trước khi chuyển đến Dallas vào những năm 1970. Tại đây, bà đã cùng làm việc với các nhà thiết kế huyền thoại của địa phương trước khi ra mắt bảng hiệu riêng của mình vào năm 1978.

Với giọng nói ngọt ngào nhưng nghiêm trang của vùng Texas, bà đã mở tá về hai công trình tráng lệ có mối liên hệ mật thiết với bà.

Nét quyến rũ theo phong cách Texas
Khu bất động sản mà bà Kincaid trú men gọi là “Trang trại miền Đông Texas” là một khu đất dành cho các hoạt động giải trí nằm trên một trong những lô đất tư nhân lớn nhất còn sót lại gần Dallas, với hàng trăm mẫu Anh rừng, một hồ nước, và một nhà khách. Trang trại này do anh em nhà Von Erich, là các nhà đò vật nổi tiếng thời ấy, xây dựng vào giữa thế kỷ 20.

Mặc dù anh em nhà Von Erichs kiếm sống bằng nghề đấu vật, nhưng họ đã có những lựa chọn tinh tế cho ngôi nhà theo phong cách đồng quê rộng lớn của mình và vô cùng sáng tạo khi họ thiết

kế không gian cho trang trại. Nhiều cửa ra vào và cửa sổ xung quanh trang trại được làm bằng các tấm ván xẻ một nửa (ván bóc), với những hình dáng độc đáo khác nhau, giữ lại đường nét của những cây gỗ có xuất xứ từ địa phương. Đó là một đặc trưng mà bà Kincaid cho biết bà chưa từng nhìn thấy ở bất cứ nơi nào.

Các chủ nhà hiện nay ưa chuộng trần nhà làm bằng gỗ thô và dăm lộ ra ngoài, cầu thang có lan can bằng cành cây giống như sừng hươu, và các đặc điểm nam tính khác. Bà Kincaid giữ lại những thứ mà anh em nhà Von Erichs đã làm đúng, sửa sang lại đồ đạc, giấy dán tường, các thiết bị, và nhiều thứ khác, biến phong cách nội thất từ “vô vị” trở nên trang nhã hoàn hảo và sẵn sàng để chiêu đãi khách. Bà Kincaid nói: “Chúng tôi muốn nội thất của căn nhà tạo cho người ở cảm giác thoải mái và thư giãn, đồng thời toát lên phong cách trẻ trung.” Dù sao thì đó cũng là một ngôi nhà ở nông thôn, vì vậy bà không muốn bất cứ thứ gì có cảm giác “quá quý giá hay xa hoa. Nhưng đồng thời, chúng tôi cũng muốn nội thất phản ánh phong cách và gu thẩm mỹ tinh tế của chủ nhà.”

Nét đặc trưng về thiết kế của bà Kincaid được thể hiện rõ ràng trong những món đồ nội thất được đặt làm riêng, vừa trang trọng nhưng cũng vừa thoải mái. Những món đồ này được làm bằng nhiều loại vải phong phú, có hoa văn và thường được xếp lớp một cách tự nhiên không theo trình tự nào, nhìn đẹp mắt, và thu hút người xem, được suy tính kỹ lưỡng sao cho phù hợp với mỗi căn phòng. Bà đã đem đến phong cách trang trí vượt thời gian, nhìn có vẻ như được sắp xếp rất dễ dàng, nhưng lại có thể gọi lên bầu không khí hoài cổ. Khu vực ngay miệng lò sưởi được thiết kế trông thật thu hút với một bộ sofa tập nhỏ gồm mô hình của các con tàu cổ lớn, một chiếc gương theo phong cách Liên bang, một chiếc tủ được sơn theo phong cách Hà Lan cổ, và nhiều chi tiết khác được trang trí tỉ mỉ. Mặc dù những món đồ này không gây chú ý nhưng mang đến cho chúng ta một cảm thụ sâu sắc về lòng hiếu khách của người Mỹ.

Ngôi nhà thân yêu

Ngôi nhà ở Highland Park, tiểu bang Texas, được tân trang lại nhìn rất đáng yêu mà bà Kincaid hiện đang sống này là một ngôi nhà một tầng, kiểu thôn dã có lợp ván, được xây dựng vào thời kỳ hậu Đệ nhất Thế chiến, “một trong số ít những ngôi nhà theo phong cách đó còn sót lại ở khu vực này của Dallas,” bà nói. Bà đã mua ngôi nhà vào năm 2012. Sau khi khôi phục và cải tạo, hai năm sau, bà chuyển đến sống ở đó. Bà Kincaid mô tả đó là một ngôi nhà “đậm chất Mỹ”. “Đó sẽ là một bất ngờ... Khi bạn ở đây, bạn không cảm thấy rằng mình đang ở giữa lòng thành phố Dallas.” Những đặc điểm kiến trúc của ngôi nhà này giống với một ngôi nhà thôn dã ở vùng đồng quê của tiểu bang Connecticut hơn là một nơi ở tiểu bang Texas. Ngoài ra, ngôi nhà này nằm cách xa con đường chính, và được những tán lá xung quanh che khuất khỏi những ngôi nhà khác. Vườn cây cảnh được cắt tỉa theo hình thức cổ điển và những cây cam trồng trong chậu được đặt ngoài cửa trước chào đón khách. Ngoại thất của ngôi nhà này sử dụng ván lợp với các chi tiết kiến trúc và



TRIA GIOVAN

Trái: Bà Kincaid bảo tồn trần nhà bằng gỗ thô của ngôi nhà theo phong cách đồng quê này và kết hợp với kiểu trang trí vượt thời gian để tạo nên vẻ thanh lịch nhưng vẫn trẻ trung; **Phải:** Phòng ăn của ngôi nhà theo phong cách đồng quê được trang trí lộng lẫy với vài bực có hoa văn đặc trưng của bà Kincaid.

vật dụng xung quanh của màu trắng cùng các thiết bị chiếu sáng bên ngoài giống như đèn khí tạo nên bầu không khí đặc trưng mang đầy hơi thở của vùng New England.

Bà và các nhà sử học nghiệp dư ở khu phố của bà nói rằng: Ban đầu, đây chỉ là một ngôi nhà thôn dã nhỏ bé, có 3 phòng nhỏ dành cho quán gia, trực thuộc khu đất của một trong những gia đình có tầm ảnh hưởng lớn nhất tại Dallas. Bà Kincaid nói: “Ngôi nhà đã trải qua nhiều lần thay đổi khác nhau và giờ đây trở thành một ngôi nhà của gia đình, và là một ngôi nhà đáng để sống. Tôi tin rằng bạn có thể gọi việc phục hồi ngôi nhà này là một câu chuyện thành công.”

Trong những năm qua, ngôi nhà đã có những cải tạo hiện đại: tường được trát vữa; các phần kiến trúc bình thường hơn đã được thêm vào nhà bếp. Bà Kincaid say mê bảo tồn những nét lịch sử. Quá trình phục hồi của bà đã đưa ngôi nhà cổ này tái hiện lại một chút “kiến trúc khởi điểm của ngôi nhà,” bà nói. “Ngôi nhà này càng ngày càng giống với kiến trúc của thời kỳ mà ngôi nhà được xây dựng cũng như ngày càng tương thích với phong cách của ngôi nhà [ban đầu].” Bà cũng đã trang bị thêm cho ngôi nhà một số vật dụng mới để phù hợp hơn với gu thẩm mỹ của mình, và để phù hợp với bộ sưu tập đồ sứ cá nhân và bộ sưu tập tranh vẽ cá nhân tuyệt đẹp của bà. “Trần nhà trong phòng khách không cao. Vì vậy, để đánh lừa thị giác và mở rộng tối đa các cửa sổ dọc từ trần đến sàn, chúng tôi đã sử dụng các đường điểm ngắn [xếp nếp trang trí] và rèm vải lạnh đơn giản. Chúng tôi cũng đã mở thêm các cửa sổ con [các cửa sổ nhỏ trên các ô cửa lớn] giữa lối vào, phòng khách, và phòng ăn để tăng thêm ánh sáng.”

Bộ sưu tập đồ sứ cá nhân của một bức tranh tường vẽ tay tuyệt đẹp, với khung cảnh tựa như truyền cổ tích bao quanh phòng ăn. Mặc dù đó không phải là đồ cổ, nhưng bức tranh này biểu trưng cho một loạt các mối quan trọng trong cuộc đời bà Kincaid. Nhiều năm trước, bà Kincaid đã mua một ngôi nhà từng



Một bức tranh tường vẽ tay của nhà thiết kế nội thất nổi tiếng Nena Claiborne.

Quá trình phục hồi của bà đã đưa ngôi nhà cổ này tái hiện lại một chút “kiến trúc khởi điểm của ngôi nhà.”

Tác giả Brett Chudá viết về những người và ý tưởng hấp dẫn đã tạo nên sự khác biệt trên thế giới. Bà có bằng Văn hóa và Nghệ thuật Thế giới của Đại học California tại Los Angeles và chu du khắp nơi trên thế giới từ Alaska đến Phi Châu đến Âu Châu. Trong những chuyến đi của mình, bà rất ngạc nhiên trước truyền thống độc đáo của mỗi nền văn hóa về vẻ đẹp, sức khỏe và niềm tin Thần.



TRIA GIOVAN

thuộc sở hữu của nhà thiết kế nội thất nổi tiếng Nena Claiborne (trước khi mua ngôi nhà này, bà Kincaid từng làm việc tại một cửa hàng bán loại đèn tùy chỉnh và thường giao hàng đến nhà của cô Claiborne). Cô Claiborne đã vẽ tay bức tranh tường này, mô tả những con tàu to lớn và các cảnh vật tại hàng hóa trên biển theo phong cách phổ biến ở vùng Normandy, nước Pháp, trong những năm 1700. Bức tranh này kết hợp hài hòa giữa các tông màu ngọc phong phú với màu đất đậm, và đóng vai trò quan trọng trong việc gây ấn tượng với du khách cũng như trở thành một chủ đề nổi bật để mọi người bàn luận.

Bức tranh trên tường này kể về một câu chuyện thú vị, nhưng không phải theo cách mà người ta có thể nghĩ. Một trong những người đàn ông trong cảnh ban đầu không có đầu. Theo bà Kincaid, câu chuyện kể rằng anh ấy là chồng cũ của cô Claiborne, người đã lừa dối vợ mình. Cô Claiborne đã làm cho anh ta mất đầu để đến tội. Khoảng 15 năm sau khi bà Kincaid chuyển đến ngôi nhà, một ngọn lửa đã thiêu rụi cả phòng trên lầu và làm hư hại phòng ăn nơi treo bức tranh bằng vải canvas này. Nhưng bà Kincaid đã cứu được bức tranh. Bà thuê một nhóm thợ thủ công và họa sĩ để hồi sinh tác phẩm nghệ thuật này và treo lại trong ngôi nhà mới của bà ở tiểu bang Texas. Trong quá trình phục hồi bức tranh, cũng cần có một chút chỉnh sửa. Một trong những nghệ sĩ đã vẽ lại đầu của người đàn ông mà không hề biết rằng ngay từ đầu nó đã không ở đó. “Tôi bước vào và lại bật trở ra, chào ôi, anh ấy đã được cứu rồi!” bà Kincaid nói.

Đó là một câu chuyện được bắt đầu từ nhiều thế hệ trước, và vẫn chưa có hồi kết. Vào ngày trước buổi phỏng vấn với tạp chí American Essence, bà Kincaid may mắn có thêm một người cháu. Không ai biết được những câu chuyện mới nào sẽ được kể tiếp trong ngôi nhà này, vốn dĩ đang kỷ niệm khoảng một trăm năm ngày xây dựng vào năm này.

Những công trình trùng tu trắng



MIGUEL FLOES-VIANNA

lệ với những câu chuyện ẩn chứa phía sau tiếp tục thu hút bà Kincaid. Bà cho biết việc trùng tu những ngôi nhà cũ là “một cảm giác hoàn toàn khác. Tôi cũng thích trang hoàng cho các ngôi nhà mới, nhưng tôi cảm thấy thật thú vị khi được vào một [ngôi nhà] cũ, đặc biệt là ngôi nhà chưa được ai sửa chữa, và xem cách bạn khiến nơi đó bắt kịp thời đại ra sao, đồng thời vẫn lưu giữ tất cả nét quyến rũ nguyên thủy của công trình đó. Không gì có thể thay thế hoàn toàn những thiết kế đã được thực hiện từ cách đây lâu rồi.”

Những ngôi nhà cổ đều có chung một điểm độc đáo, bà nói. “Tôi thích bước vào một ngôi nhà và tự hỏi, ‘Chuyện gì đã xảy ra ở đây vậy? Ai đã từng ở đó? Ai đã sống nơi đó nhỉ?’”

Bài viết nguyên gốc được đăng tải trên tạp chí American Essence. Khánh Nam biên dịch

Bộ sưu tập đồ sứ của bà Kincaid làm nổi bật thiết kế theo phong cách New England của ngôi nhà.

Formerly MTM Pharmacy Santa Ana

Sức khỏe của quý vị là ưu tiên của chúng tôi

info@theprofessionalrx.net | professionalrxoc.net

7631 D Westminster Blvd, Westminster, CA 92683
Phone: (714) 893-2464
Fax: (714) 893-4255
Mon-Fri: 9AM-6PM | Sat: 9AM-2PM

2339 W First St, Santa Ana, CA 92703
Phone: (714) 278-4800
Fax: (714) 278-4769
Mon-Fri: 9AM-6PM | Sat: Closed

1002 N. Fairview St, Santa Ana, CA 92703
Phone: (714) 881-0012
Fax: (714) 881-4321
Mon-Fri: 8:30AM-6PM | Sat: 9AM-1PM

► Giao Thuốc Miễn Phí

► Thuốc An Toàn & Hiệu Quả

► Chích Ngừa Các Loại

► Giúp Cai Thuốc Lá

► Thuốc Ngừa Thai

► Tự Động Refill và Giao Thuốc Mỗi Tháng

► Nhà Thuốc Đặc Biệt Chuyên Khoa

► Dược Sĩ Có Chứng Chỉ Hành Nghề Cao Cấp

► Chăm Sóc Cho Bệnh Tiểu Đường và Bệnh Thận

► Thuốc Cho Người Đi Du Lịch & Dụng Cụ Y Tế

PHO OLD TOWN

VIETNAMESE NOODLE & GRILL

25551 KINGSLAND BLVD. SUITE B102, KATY, TX 77494
(832) 437-4519

OPEN NOW

BUSINESS HOURS:
MON-THU: 11AM - 8PM
FRI-SAT: 11AM - 9PM
SUNDAY: CLOSED

Taste of Joy

Được Phát Triển Bởi Vua Đầu Bếp John

- Đầu bếp nổi tiếng

- Trên 30 năm kinh nghiệm về ẩm thực

- Có hàng triệu người theo dõi trên YouTube và mạng xã hội

- Giám khảo các cuộc thi ẩm thực

Tập hợp các loại Nước sốt Đặc chế mới.

Nước sốt XO

Hương vị Hồng Kông nổi bật

Umami ngon trong chai

Nước sốt đầu ớt đỏ

Thật nhiều hương vị

Làm bạn không thể quên hương vị châu Á

Nước sốt cay

Được pha trộn điều luyện và tinh hoa

Không thể thiếu cho các món chiên

Có bán tại:

MasterChefJohn.com

Amazon.com

Walmart.com

Xem thêm video của Chef John trên:

Taste Show

Sản xuất tại CANADA

Rome: Những viên ngọc ẩn mình dưới bóng của Đấu trường La Mã

Hãy tìm đến những địa điểm mà nhiều người chưa biết đến tại thành phố huyền thoại này

TIM JOHNSON

Một thời, Rome từng là thủ đô của đế chế vĩ đại nhất mà thế giới từng biết đến, bao quanh Địa Trung Hải và trải dài từ các sa mạc ở Trung Đông cho đến tận Bức tường Hadrian ở Anh. Khẳng định quyền lực và tầm ảnh hưởng trên khắp các vùng rộng lớn của thế giới cổ xưa, người La Mã đã xây dựng các ống dẫn nước để cung cấp cho các nhà tắm công cộng, nhà vệ sinh, và đài phun nước, cùng với một mạng lưới đường cao tốc rộng lớn dài hơn 250,000 dặm tỏa ra từ thủ đô của họ. Nổi tiếng như cầu ngan ngừ: “Mọi con đường đều dẫn đến thành Rome.” Tuy để chế La Mã sụp đổ vào thế kỷ thứ 5, nhưng thủ đô của Ý vẫn còn lưu giữ nhiều tàn tích của những ngày thăng huy hoàng của đế chế này. Đấu trường La Mã (Colosseum), được hoàn thành vào năm 80 Sau Công Nguyên, vẫn là dấu trường vòng tròn lớn nhất trên thế giới. Tàn tích của Quảng Trường La Mã (Roman Forum), từng là trung tâm thương mại nhộn nhịp của thành phố này, vẫn còn giữ được nhiều cây cột và công vòm trải dài khắp Đồi Palatine. Những kiến trúc được xây dựng sau này cũng rất thu hút khách du lịch, chẳng hạn như kiệt tác trên trần Nhà nguyện Sistine gần đó của danh họa Michelangelo; mái vòm cao vút của Vương cung thánh đường St.Peter, một trong những địa điểm linh thiêng



Khu phố cổ của tầng lớp lao động ở Trastevere là một địa danh tuyệt vời để khám phá.

Những kiến trúc này đã ghi dấu trong trái tim và tâm hồn của bất kỳ khách du lịch nào đến Rome, và các du khách xếp hàng nhiều giờ để có một cơ hội bước vào bên trong và chụp ảnh.



Biệt thự Farnesina được đặt tên theo chủ nhân Cardinal Alessandro Farnese.

nhất của Công giáo; và Đài phun nước Trevi, nơi hầu hết các du khách đều chen chân ném một đồng xu xuống hồ nước với hy vọng có dịp quay lại Rome. Nói chung, những kiến trúc này đã ghi dấu trong trái tim và tâm hồn của bất kỳ khách du lịch nào đến Rome, và các du khách xếp hàng nhiều giờ để có một cơ hội bước vào bên trong và chụp ảnh. Và thành thật mà nói, bất kỳ du khách nào cũng nên tham quan tất cả các điểm du lịch này. Nhưng nếu bạn cảm thấy mệt mỏi với đám đông và hàng dài người đứng chờ đợi, thì tiếp theo bạn nên làm gì? Trong một số lần đến thăm thành phố này, tôi đã thực hiện một vài khám phá.

Hãy thử thăm khu phố cổ Trastevere Thành phố 3 triệu dân này có rất nhiều địa điểm ẩn khuất níu giữ chân bạn khi bạn muốn làm điều gì đó khác biệt một chút. Chẳng hạn như khu phố cổ Trastevere. Tên của khu phố này, theo nghĩa bề mặt, tức là “phía bên kia sông Tiber”; khu phố ngày càng thời thượng này được ngăn cách với phần còn lại của Rome bởi Sông Tiber – và từ lâu đã là một nơi tách biệt.

Đây là một thành phố đa văn hóa

và là nơi cư ngụ của tầng lớp lao động trong suốt bề dày lịch sử. Những con đường nhỏ lát đá cuội quanh co tại đây càng thể hiện sự nghèo khổ của khu phố cổ này – lối đi chật hẹp đến mức những chiếc xe ngựa sang trọng không thể đi qua được. Giờ đây, hai bên đường san sát những cửa hàng đồ lưu niệm thủ vị, những chiếc bàn phía trước được sắp xếp bằng những món đồ thích hợp: những chiếc nón ngò nghĩnh, những món đồ trang sức thủ vị, và những chiếc chăn dệt thủ công. Dây thường xuân leo trên những bức tường cổ kính trong khi các quán ăn bên vỉa hè phục vụ những đĩa mì đang bốc khói.

Bạn hãy đến đây để lạc bước trên những vỉa hè lát bằng đá cuội. Trên đường đi, hãy ghé vào Vương cung thánh đường Đức Bà Cả (Basilica di Santa Maria Maggiore), một nhà thờ có niên đại từ thế kỷ thứ 4, để chiêm ngưỡng những bức tranh khảm của danh họa Pietro Cavallini. Hai kiến trúc khác nhau – Biệt thự Farnesina thời Phục hưng và dinh thự Galleria Corsini theo phong cách baroque – tọa lạc ở vị trí đối diện nhau. Đây là những kiệt tác kiến trúc. Công trình đầu tiên có các bức bích họa do danh họa Raphael thực hiện, công



Vườn bách thảo Rome cung cấp một ốc đảo xanh tươi ở giữa thành phố nhộn nhịp.



Vương Cung thánh Đức Bà Cả.

trình còn lại là tác phẩm của hai họa sĩ Titian và Caravaggio.

Nhưng bạn hãy cố gắng hết sức để giữ lịch trình vừa phải và chỉ tha thần đạo chơi. Tại đây, bị lạc đường là một niềm vui. Và khi bạn đã thấm mệt, hãy chọn trong số nhiều nhà hàng có hiên ngoài phục vụ những ly nước mát lạnh. Khi ở Rome, bạn hãy nhập gia tùy tục: Nghỉ ngơi trong một buổi chiều muộn với thức uống đặc biệt kết hợp của Aperol, Prosecco, club soda, và một lát cam; đây chính là hoạt động được yêu thích vào cuối buổi chiều ở đây.

Thăm các khu vườn

Tuy thành phố này không nổi tiếng với các không gian xanh, nhưng Vườn Bách Thảo Rome (Botanical Garden) chỉ cách đó một đoạn đi bộ ngắn. Rome là một thành phố nào nhiệt và có khí hậu nóng. Những khu vườn này là cách hoàn hảo để tạm lánh mình khỏi sự huyền ảo đó. Trong một chuyến thăm gần đây, vào một ngày tiết trời đặc biệt ẩm thấp, tôi rất vui khi tìm thấy một chiếc ghế dài và thường thức chút nước mát trong bóng râm.

Nhưng còn có nhiều nơi khác nữa để thăm viếng ở đây. Với diện tích đất đô thị khoảng 30 mẫu Anh, vùng đất này từng thuộc về một nữ hoàng Thụy Điển thế kỷ 17 và nằm cạnh một trường đại học mang tên nhà thám hiểm người Ý John Cabot (Giovanni Caboto). Khi bước qua các cánh cổng, màu xanh bao trùm lấy bạn và nhiệt độ ở đây dường như giảm xuống vài độ chỉ trong vài giây. Bạn hãy khám phá khu vườn Nhật Bản, khu vườn Địa Trung Hải, vườn hoa hồng, và một trong những bộ sưu tập tre phong phú nhất ở Âu Châu. Khu nhà kính cũng rất đáng tham quan: Một nơi chứa hơn 400 loài phong lan; thêm vào đó, có những đài phun nước tung bọt trắng xóa và

NẾU BẠN ĐỊNH ĐẾN ROME

Băng đường hàng không: Phi trường quốc tế Leonardo da Vinci-Fiumicino của Rome (FCO) là phi trường tập nập nhất của Ý, với các chuyến bay thẳng đến từ khắp nơi trên thế giới và nhiều phi trường lớn của Hoa Kỳ. Năm ngày phía tây thành phố, có một chuyến tàu chạy đến Termini, nhà ga trung tâm của Rome, kết nối với phần còn lại của thành phố.

Đạo quanh thành phố: Rome khá rộng và việc thuê khách có thể dễ dàng khám phá các khu vực lân cận (như khu phố cổ Trastevere) bằng cách đi bộ, nhưng nếu đi vào trung tâm thành phố thì đi bằng tàu điện ngầm là thuận tiện nhất. Mặc dù hệ thống tàu điện ngầm tương đối nhỏ, chỉ có ba tuyến, đây là một cách đi lại hiệu quả với giá cả phải chăng, và xe buýt cũng là một lựa chọn tốt. Bạn có thể mua loại vé đặc biệt có thể dùng cho mọi tuyến đường, không giới hạn trong 24, 48 hoặc 72 giờ.

Nơi lưu trú: Khách sạn Hotel degli Artist nằm trên một con đường yên tĩnh mà từ đây có thể đi bộ đến Đài phun nước Trevi, Bắc thang Tây Ban Nha, Biệt thự Borghese, và một ga tàu điện ngầm đông đúc. Các phòng ở đây rất sang trọng và phong cách, đồng thời có sân thượng mái vòm với bồn tắm nước nóng, tạo cảm giác dễ chịu tách biệt với sự nhộn nhịp bên dưới.

Lưu ý: Vị trí tương đối xa của khu phố cổ Trastevere tính từ trung tâm thành phố đồng nghĩa với việc giao thông công cộng ở đó không dễ dàng như ở gần Vatican – không có tuyến tàu điện ngầm nào gần đó, và các điểm dừng xe buýt có thể cách đó vài dặm nhà đi bộ. Vì vậy, bạn nhớ hãy dành thêm một chút thời gian để đến đó (hoặc quay lại).

những con đường uốn lượn, cùng một chiếc lều đầy những cánh bướm đang vỗ.

Sau buổi chiều thơ mộng ở những công viên và khu vườn, tôi dành vài ngày tiếp theo để khám phá những góc ngách bí ẩn khác của thành phố. Tôi đi bộ giữa những bộ xương dưới lòng đất tại các hầm mộ, ghé vào các cửa hàng dọc theo con đường Via del Corso nhộn nhịp, tận hưởng những làn gió nhẹ, và phóng tầm mắt ngắm nhìn từ công viên đổ số trên đỉnh đối xung quanh Villa Borghese. Trên đường đi, tôi đã uống nước từ những đài phun nước nasoni – theo nghĩa đen là “những cái mũi to” – 2,500 đài phun nước miễn phí dẫn nước từ các dòng suối trong lành từ những ngọn núi gần đó, dòng nước lạnh tuôn chảy ra từ một vài kim loại cong nhỏ ra (giống hình cái mũi) về phía trước.

Thiết đãi bản thân tại nhà hàng Trattoria della Stampa

Và sau nhiều ngày với những bữa ăn vội vã cùng những chiếc bánh pizza nhanh gọn nhưng ngon lành ngoài hiên – đã đến lúc bạn nên thưởng cho bản thân một bữa ăn ngồi trong một nhà hàng tuyệt vời. Một điểm du lịch điển hình sẽ không có được điều này. Tôi tìm hiểu, tra cứu những địa điểm bình dị trong phạm vi mà tôi có thể đi bộ đến được từ khách sạn của mình.

Cuối cùng thì tôi đã tìm thấy một nhà hàng như vậy: nhà hàng Trattoria della Stampa, nằm trên một làn đường phía sau. Khi đến gần, tôi để ý thấy bên ngoài cửa họ trưng bày các loại rau và thảo mộc tươi mà họ định dùng để chế biến cho ngay bữa tối hôm đó. Một chiếc bàn bày những thùng lớn hành lá và húng quế và dưa chuột và, tất nhiên là cả cà chua nữa.

Dưới một mái nhà cong, trong một không gian mang máng giống như hang

động, đầu bếp Roberto Cavalli thái thịt và đặt bánh tiramisu tại một quầy bếp nhỏ. Khu vực này được đặt ngay giữa nhà hàng một cách có chủ đích. Đầu tiên, tôi thưởng thức món ăn, món salad caprese với phô mai được làm từ sữa trâu tươi ngon nhất, sánh mịn nhất mà tôi từng thưởng thức; tiếp theo là các món mì pasta đơn giản, đẹp mắt, bao gồm cacio e pepe (món mì ống mà sợi mì làm từ trứng), carbonara (loại sốt từ thịt xông khói xào với hành tây), và nước sốt amatriciana. Đây là ba món ăn đặc trưng của thành phố Rome.

Sau đó, tôi đã để nghị có một cuộc trò chuyện với vị đầu bếp. Ông ấy lặng lẽ đi cùng tôi ra ngoài ngõ, và tôi hỏi ông ấy về những sáng tạo ẩm thực của ông. Hóa ra, ông ấy là một cựu cầu thủ túc cầu chuyên nghiệp, và đã chuyển sang làm bếp sau khi về hưu. Ông đã có được danh hiệu ngôi sao Michelin danh giá trong sự nghiệp mới này.

“Tôi có hai niềm đam mê, túc cầu và ẩm thực,” ông ấy nói với tôi. “Tôi lớn lên từ căn bếp của bà ngoại và mẹ tôi.” Trong khi ông ấy trò chuyện với tôi, có một chiếc xe Ferrari gầm rú chạy qua, lách qua lối đi nhỏ với tốc độ quá nhanh, suýt tông vào chân chúng tôi. Cả hai chúng tôi cùng cười sáng khoái vì suýt bị xe tông, vô lýng nhau, rồi quay trở lại nhà hàng, hơi ẩm và hương thơm dễ chịu của món chính vẫn còn vương vấn, món tráng miệng gần như đã sẵn sàng.

Nhà văn Tim Johnson, định cư ở Toronto, luôn đi du lịch khắp nơi để tìm kiếm và viết nên những câu chuyện tuyệt vời. Ông cộng tác với một số tờ báo lớn nhất của Bắc Mỹ, trong đó có CNN Travel, Bloomberg và The Globe and Mail.

Minh Châu biên dịch

Giành được nhiều giải thưởng du lịch trong những năm qua

Giá năm 2022 (Đô la Canada)

Nhóm Gold Hotel từ \$635/người
Nhóm Diamond Hotel từ \$999/người

Ngắm cực quang (Trên sân thượng xem cực quang, tham lăng bảo tồn thú săn, dạo ven hồ ngoại ô), tham quan thành phố + rap chiếu phim mái vòm cực quang 360 độ, ngủ tại khách sạn (Gói tour Diamond bao gồm các bữa ăn và các hoạt động bạn nghĩ tại nhà hàng Yellow Knife nổi tiếng)

Mùa đông (tháng 12 đến giữa tháng 4) Các hoạt động bạn nghĩ:
Chỗ kéo xe trượt tuyết, cầu cá trên hồ băng, xe motor trượt tuyết

Mùa Đông: Bốn ngày ba đêm ở Trout Rock Lodge
\$2,545 (tiền Canada)/người, 2 đêm ngủ tại Trout Rock Lodge (trai nghiệm đi xe motor trượt tuyết, cầu cá trên hồ băng, đi giày tuyết), 1 đêm ở Explorer Hotel hoặc khách sạn tương đương, khứ hồi băng xe tăng lợi nước của quân đội Thụy Điển, bao 3 bữa ăn

Mùa Đông: Tour một ngày + khách sạn Trout Rock Lodge
\$2,059 (tiền Canada)/người, chuyến đi một ngày, khách sạn Trout Rock Lodge (đi xe motor trượt tuyết, cầu cá trên hồ băng, đi giày tuyết, 3 đêm ở Explorer Hotel hoặc khách sạn tương đương, khứ hồi băng xe tăng lợi nước của quân đội Thụy Điển, bao 3 bữa ăn

Giá trên chưa bao gồm thuế, thuê áo ấm, vé máy bay đi Yellowknife, giấy phép cầu cá, tiền boa chú tài và hướng dẫn viên.

Tham vấn

Nơi yêu chuộng nhất ngắm cảnh Cực Quang (Aurora)

YELLOWKNIFE

YELLOWKNIFE TOURS LTD

Tour Trout Rock Lodge

Có 250 đêm/lần cơ hội để xem cực quang mỗi năm

Có chuyên viên sắp xếp hành trình để đảm bảo chất lượng cho bạn, chỗ ở hạn, hãy đăng ký sớm!

Đi động : 867-446-0879 867-444-8179 Công ty : 867-873-4600

Trang web : www.yellowknifetours.com Email : aurora@yellowknifetours.com

Ashley Nghi Tang

Direct: **626.283.9240**

ashleytang999@gmail.com

Senior Loan Officer

NMLS ID 384719

Financing Your World with Esteem Mortgage

ESTEEM MORTGAGE | PURCHASE & REFINANCE CHO VAY TIỀN MUA NHÀ

- * Cho vay tiền mua nhà dễ dàng và nhanh chóng trong vòng 21 ngày
- * Refinance (tái tài trợ) giảm các khoản thanh toán hàng tháng và lại suất xuống thấp nhất
- * Cho vay tiền mua nhà đầu tư không cần chứng minh thu nhập trên giấy thuế
- * Cho vay tiền mua nhà ở các Tiểu Bang: California, Texas, Florida & Colorado & Illinois Maryland & New Jersey & Ohio

The TBD-KOT Conditional Approval: Chương trình cho vay đã được "Underwriter" Fully Approved trước khi người mua ký hợp đồng mua nhà, bởi vì Underwriter đã xem xét và chấp nhận "income, assets, credit, etc" của bên mua. Tất cả mọi người (Buyer, Seller and Agents) đều yêu TBD KOT Approval vì đây là phương pháp an toàn, hiệu quả, và tốt nhất cho các bên mua và bán tránh những rắc rối thời cơ thế vấp phải trong giao dịch mua bán nhà.

Now we can submit a home buyer's credit package for a FULL underwriting review with a To Be Determined (TBD) property address. Esteem Mortgage will Close the loan in 21 Calendar days or less.

Esteem Mortgage Corporation. All information contained here in is for information purposed only and, while every effort has been made to insure accuracy, no guarantee is expressed or implied. Any programs shown do not demonstrate all option or pricing structures. Rates, terms, programs and underwriting policies subjects to change without notice. This is not an offer to extend credit or a commitment to lend. All loans subject to underwriting approval. Some products may not be available in all states and restrictions apply. Equal Housing opportunity.

COVERED CALIFORNIA

- . Bảo hiểm y tế sức khỏe.
- . MEDICARE
- . Giảm danh Part A, B, C, D
- . Giúp giảm trả tiền cho Part B
- . Giúp đối hoặc ra khỏi tổ hợp

SERVICES (Điện đơn)

- . Medi-Cal/ Medicare
- . Tiền Hưu/ SSA
- . Medi-Cal Annual Renewal
- . Thay đổi địa chỉ
- . Điện đơn cho thẻ Handicap
- . Đóng tiền thuế lưu hành xe.

Annie Lam

CA LIC # 0128989

Vui lòng lấy hẹn trước

(714) 478 - 1209

Thứ 2 - thứ 6: 10AM - 5PM
Thứ 7 & Chủ Nhật: Lấy hẹn

LIFE INSURANCE & ANNUITY

- . Bảo hiểm nhân thọ term 10yr, 15yr, 20yr, 30yr.
- . Bảo hiểm được hưởng ngay khi còn sống.
- . Bảo hiểm hậu sự trọn gói.
- . Quý đầu tư hưu trí.
- . Giúp hoạch định 401k, IRA.

VĂN PHÒNG CỐ LUẬT SƯ CHUYÊN LO VẾ

- . Tai nạn xe cộ, thương tích, chỗ làm, trục xuất, hình sự, ly dị, phân chia tài sản, ...

12431 Magnolia St, Garden Grove, CA 92841

Thưởng thức rượu vang đúng cách



Thưởng thức rượu là vấn đề sở thích, nhưng cũng có nhiều cách để làm cho rượu ngon hơn.

DAN BERGER

Những người theo trường phái rượu vang thuần túy nói rằng rượu vang bạn chọn phải phù hợp với món ăn – và một số người có thể khá khó tính trong việc này. Những người khác lại nói: Hãy uống bất cứ thứ gì bạn thích với bất kỳ loại thức ăn nào.

Rượu vang Riesling liệu có phù hợp với món steak? Nếu bạn thích sự kết hợp đó thì bạn hãy thử đi. Đó là bữa tối của bạn nên bạn có thể làm những gì bạn thích. Nhưng uống một ly rượu nho Riesling [nho trắng] với steak chắc chắn là sự thách thức đối với loại rượu vang này. Tôi chưa tưởng tượng được việc thưởng thức rượu vang Riesling kèm với steak sẽ như thế nào, nhưng một số người thích Riesling đến mức họ nhất định phải thưởng thức một ly và xem món ăn là thứ yếu.

Cũng có lần, họ còn phục vụ rượu vang hồng [cùng món steak]. Đã từng đấy! Rượu vang hồng có vị quá ngọt. Hiện nay, một trong những lựa chọn tao nhã là rượu vang hồng khô (dry rosé) – là loại có thể dùng cho nhiều trường hợp, như với các món hải sản nhẹ và thịt đỏ.

Cách bạn phục vụ rượu có thể tạo ra sự khác biệt lớn trong cách thưởng thức rượu. Chẳng hạn, nếu bạn phục vụ rượu vang đỏ trong bữa tối và trong phòng ấm áp, thì rượu cũng có thể bị ấm. Cố gắng làm rượu lạnh một chút.

Rượu vang đỏ không nên uống lạnh, nhưng uống mát sẽ ngon hơn là uống rượu ấm. Thưởng thức rượu mát thường ngon hơn rượu ấm.

Nếu bạn không thích hương thơm ban đầu của một loại rượu vang, có thể loại rượu đó không tề đầu. Có lẽ là vì rượu vang đó còn mới và vẫn chưa dậy đủ mùi thơm. Nếu bạn đã mở nút chai, chỉ cần để rượu thở. Bạn chỉ cần đổ rượu vang đó (trắng hay đỏ) vào bình chiết rượu decanter hoặc bình đựng nước uống. Hành động đơn giản kèm theo là lắc đều theo vòng tròn để rượu có thể “dậy mùi thơm”.

Rượu vang đỏ có vẻ hơi giống rượu mạnh? Nếu nhân ghi 14.5% độ cồn trở lên, thì loại vang đó đó có thể hơi mạnh và chất. Quá nhiều loại rượu ngày nay có nồng độ cồn quá cao. Bình chiết rượu vang thực sự là người bạn của bạn. Lắc bình rượu theo vòng tròn một lúc, rồi rót từ bình chiết này sang bình chiết khác trong vài phút.

Làm vậy thực sự có thể khiến một phần cồn bay hơi. Một số nhà sản xuất rượu tin rằng bạn có thể loại bỏ từ 0.5% đến 1% lượng cồn theo cách này.

Nếu cách đó vẫn chưa đủ, bạn hãy thêm một viên đá. Đá lạnh không chỉ làm cho rượu mát hơn mà còn làm giảm nồng độ cồn xuống một chút. Những người theo trường phái thuần rượu vang có thể không đồng ý quan điểm này, nhưng đó là rượu của bạn, và nếu bạn thấy ngon hơn theo cách đó, thì viên đá sẽ chỉ làm mất lòng giới mộ điệu kia thôi.

Tuy nhiên, nếu bạn cho đá viên vào ly vang Château Latour của mình, chắc chắn bạn sẽ nhận được cái nhìn mặt từ một người sành rượu vang. Trong trường hợp này, tôi sẽ đồng ý với họ!

Tôi sẽ không bao giờ quên một buổi chiều nóng nực cách đây nhiều năm, khi ông Pete Seghesio quá cố, người đứng đầu nhà máy rượu gia đình ở Hạt Sonoma, đổ nước mát vào ly rượu vang

Zinfandel của mình trong bữa trưa. Sau đó ông ấy nói, “Tôi thích hương vị của loại rượu này, nhưng đôi khi rượu này quá mạnh.”

Vâng, rất nhiều người thích rượu vang đỏ đậm đà và mạnh; họ không thích bất cứ thứ gì nhẹ hơn. Họ uống những chai rượu vang lớn, nồng, và mới đóng chai. Ngày nay rất nhiều rượu vang được làm theo cách đó.

Và chắc chắn là loại rượu này cũng có hương vị riêng khiến nhiều người ưa thích. Nhưng cuối cùng mà nói thì rượu vang là của bạn, và bạn có mọi quyền thưởng thức theo cách bạn muốn.

Để tìm hiểu thêm về ông Dan Berger, một cư dân Quận Sonoma và đọc các bài đặc sắc của các nhà văn và họa sĩ hoạt hình khác của Creators Syndicate, vui lòng truy cập trang web của Creators Syndicate tại www.creators.com.

Minh Châu biên dịch

Có nên vớt váng khi nấu canh?

TRẦN TUẤN THÔN

Khi nấu canh hoặc ăn lẩu, bạn sẽ thấy trên bề mặt nước dùng có lớp váng hoặc bọt trắng trông không đẹp mắt, nhưng không biết có nên vớt bỏ hay không. Điều gì sẽ xảy ra nếu bạn ăn vào? Liệu có ảnh hưởng đến sức khỏe hay không?

Thành phần của váng chủ yếu là protein và chất béo

Theo tờ Huffington Post, cô McKenzie Johnson, giảng viên đầu bếp tại Trường Nghệ thuật Ẩm thực Auguste Escoffier (Auguste Escoffier School of Culinary Arts), Hoa Kỳ cho biết, lớp váng nổi trên bề mặt nước dùng (hoặc súp) phần lớn được hình thành do sự kết tủa của các hạt protein và chất béo.

Một số protein có thể ngưng kết thành từng đám và nổi lên bề mặt nổi dùng, điều này tùy thuộc vào thành phần nguyên liệu, nhưng đa số protein sẽ ở dạng màng mỏng tập trung thành từng mảng hoặc thậm chí là bọt, và sẽ nổi lên bề mặt trong quá trình nấu.

Nhà khoa học thực phẩm Bryan Quoc Le cho biết, việc loại bỏ váng chủ yếu là vì tính thẩm mỹ, vì nhìn không đẹp mắt.

Cô McKenzie Johnson bổ sung thêm rằng ngoài lý do thẩm mỹ còn lý do hương vị. Nếu không muốn kết cấu và mùi vị của nổi canh hoặc nổi nước dùng bị ảnh hưởng, bạn nên loại bỏ váng sớm trong lúc nấu. Nếu không hớt bỏ trước khi nước sôi, cụm váng sẽ tan trở lại vào canh.

Có thể dùng nước canh không vớt váng?

Mặc dù lớp váng trông có vẻ không ngon miệng, nhưng ông Brian Chau, một nhà khoa học thực phẩm khác cho biết những protein và chất béo này sẽ không gây ra bất kỳ rủi ro nào cho sức khỏe.

Ông cho biết việc người ta loại bỏ váng không phải dựa trên lo ngại về an toàn thực phẩm. Nếu trong canh có váng thì vẫn có thể dùng được.

Ông cũng nói rằng khẩu vị của mỗi người là khác nhau; một số người lại thích dùng canh với protein nổi trên bề mặt. Bạn có thể dùng thử để cảm nhận



Món thịt hầm Hungary (goulash) chủ yếu làm từ thịt và rau.

sự khác biệt giữa nước canh có váng và canh không có váng như thế nào. Nếu nấu canh ở nhà, không loại bỏ váng có thể giúp bạn tiết kiệm thêm chút thời gian.

Những món nào nên vớt bỏ váng?

Nếu không muốn vớt váng ra khỏi nồi nước dùng thì cũng không sao. Nhưng các chuyên gia trên đều đồng ý rằng có một loại tốt nhất vẫn nên loại bỏ váng; đó chính là nước dùng nấu từ thịt và rau, trong đó có cả phở Việt Nam và nước súp gà (chicken noodle soup).

Cô Jessica Botta, giảng viên đầu bếp tại Viện Giáo dục Ẩm thực Hoa Kỳ (Institute of Culinary Education) cho biết, việc vớt bỏ váng cho những món này rất quan trọng, bởi vì váng có thể làm nước dùng vẫn đục.

Cô McKenzie Johnson gợi ý, nếu lo rằng loại bỏ protein và chất béo sẽ ảnh hưởng đến mùi vị, bạn có thể loại bỏ lớp váng bên trên và thêm một ít dầu ô liu hoặc một ít cream lạnh để bù lại hương vị béo [bị vớt bỏ].

Còn đối với món nước đặc hơn và có nhiều nguyên liệu thì việc vớt váng hay không sẽ ảnh hưởng khá ít đến hình thức, nhưng vẫn rất đáng để thử.

Anh Anthony Sitek, chủ nhân kiêm đầu bếp của một nhà hàng ở Ohio, Hoa Kỳ đã chia sẻ kinh nghiệm của mình rằng, việc loại bỏ váng ra khỏi các món súp như món thịt bò Bourguignon hoặc súp hành kiểu Pháp sẽ giúp hương vị món ăn bớt béo ngậy.

Cô McKenzie Johnson cũng nói rằng các món súp đặc làm từ sữa tươi như súp đậu nành sẽ ngon hơn nếu vớt bỏ váng.

Xuân Hoàng biên dịch



Các chuyên gia cho biết lớp váng nổi trên bề mặt khi nấu canh có thể ăn được, không gây nguy hiểm cho sức khỏe.



NHẬN BẢO HIỂM TUYỆT VỜI VÀ GIÁ TRỊ LỚN

 XE

 NHÂN THỌ

 NGÂN HÀNG

 NHÀ

 SỨC KHỎE

 THƯƠNG MẠI

TIẾT KIỂM ĐẾN 40%

Làm thế nào để bảo vệ bạn, những người thân yêu của bạn và cuộc sống bạn đã xây dựng bằng bảo hiểm?

VỚI SỰ PHỤC VỤ TẬN TÌNH CỦA CÔNG TY BẢO HIỂM XE & NHÀ HÀNG ĐẦU Ở MỸ



Tommy Tran

State Farm Agent

713-270-8868

Email: tommy.tran.do9d@statefarm.com
7601 W. Sam Houston Pkwy S. Ste. 176, Houston, TX 77036
(bên cạnh Khách Sạn Comfort Suite & Tandy Leather)
www.insurewithtommytran.com

Chào đón khách hàng đến tư vấn miễn phí
Chúng tôi nói Tiếng Việt, English, 中文, Se Hable Espanol
Chúng tôi rất vui lòng trả lời các câu hỏi của bạn

CẦN TUYỂN NHÂN VIÊN Thông thạo Anh-Việt
Xin liên lạc văn phòng hoặc ghi danh online tại:
tommytran.sfagentjobs.com/account
281-686-0380 / Email: tommy@insurewithtommytran.com