

## THÔNG BÁO

### Nội dung sinh hoạt lớp tuần 3 học kỳ II năm học 2013 - 2014

#### I. LỊCH SỬ, TRUYỀN THỐNG DÂN TỘC

\* **Kỷ niệm ngày Quốc tế phụ nữ 8/3:** Lịch sử ngày 8-3 bắt đầu từ phong trào nữ công nhân nước Mỹ. Cuối thế kỷ 19, chủ nghĩa tư bản ở Mỹ phát triển mạnh mẽ, nền kỹ nghệ thu hút nhiều phụ nữ và trẻ em vào các nhà máy, xí nghiệp. Tuy nhiên bọn chủ tư bản trả lương rất rẻ mạt, giờ giấc làm việc không hạn định nhằm mục đích thu lợi nhuận. Căm phẫn trước sự bất công đó, ngày 8-3 năm 1899, nữ công nhân nước Mỹ đã đứng lên đấu tranh đòi tăng lương, giảm giờ làm. Cuộc đấu tranh của nữ công nhân Mỹ đã cổ vũ mạnh mẽ phong trào phụ nữ lao động trên thế giới, đặc biệt là phụ nữ ở nước Đức, một nước có kỹ nghệ tiên tiến lúc bấy giờ. Trong phong trào đấu tranh giai cấp lúc đó đã xuất hiện hai nữ chiến sỹ lỗi lạc, đó là bà Cla-ra Zet-kin (Đức) và bà Rô-gia Lú-xăm-bua (Ba Lan). Nhận thức được sự mạnh mẽ và đông đảo của lực lượng lao động nữ và sự cần thiết phải có tổ chức, phải có lãnh đạo để giành thắng lợi cho phong trào phụ nữ nên năm 1907, hai bà đã cùng phối hợp với bà Crup-xkai-a (vợ đồng chí Lê-nin) vận động thành lập Ban "Thư ký phụ nữ quốc tế". Bà Cla-ra Zet-kin được cử làm Bí thư.

Năm 1910, Đại hội phụ nữ quốc tế XHCN họp tại Cô-pen-ha-gen (Thủ đô nước Đan Mạch) đã quyết định lấy ngày 8-3 làm ngày "Quốc tế phụ nữ", ngày đoàn kết đấu tranh của phụ nữ với những khẩu hiệu:

- ❖ Ngày làm 8 giờ
- ❖ Việc làm ngang nhau
- ❖ Bảo vệ bà mẹ và trẻ em

Từ đó ngày 8/3 trở thành ngày đấu tranh chung của phụ nữ lao động trên toàn thế giới, là biểu dương ý chí đấu tranh của phụ nữ khắp nơi trên thế giới đấu tranh vì độc lập dân tộc, dân chủ, hòa bình và tiến bộ xã hội; vì quyền lợi hạnh phúc của phụ nữ và nhi đồng.

Ở Việt Nam, phụ nữ chiếm 51% lực lượng lao động và đóng vai trò chính trong công việc gia đình và nuôi dạy con cái. Trong số các đại biểu của Quốc hội Việt Nam, tổ chức quyền lực cao nhất, phụ nữ chiếm 27,3% và được Liên Hiệp Quốc đánh giá: "Phụ nữ Việt Nam tham gia hoạt động chính trị cao nhất thế giới". Việt Nam có tỷ lệ nữ tốt nghiệp đại học là 36,24%, thạc sĩ 33,95% và tiến sĩ 25,96%.

Vào ngày 8/3 hàng năm, những người phụ nữ trong cả nước thường được tặng hoa, tặng quà hoặc tổ chức những buổi lễ kỷ niệm để thể hiện sự quan tâm, ngợi ca và bày tỏ niềm kính trọng. Một ngày bù đắp cho những vất vả của những người mẹ tảo tần cho gia đình và xã hội, những người vợ đảm đang, vun vén dựng xây tổ ấm gia đình.

Nam giới Việt Nam cần nhận thức được vai trò và trách nhiệm to lớn của những người phụ nữ thời hiện đại, hãy chia sẻ bằng những hành động thiết thực để phụ nữ Việt Nam nói chung, những người phụ nữ mà mình yêu quý nói riêng ngày càng có nhiều điều kiện để xinh đẹp và thành đạt hơn, xứng đáng với 8 chữ vàng mà Bác Hồ đã trao tặng: “Anh hùng-bất khuất-trung hậu-đảm đang”.

## **II. HỌC TẬP VÀ LÀM THEO TẤM GƯƠNG ĐẠO ĐỨC HỒ CHÍ MINH**

### **Câu chuyện Bác Hồ với thời gian**

Sinh thời, Chủ tịch Hồ Chí Minh luôn quý trọng, sử dụng hiệu quả thời gian bằng cách sắp xếp kế hoạch cụ thể, chi tiết ... để sao cho không lãng phí thời gian một cách vô ích. Bác luôn đề cao tác phong, trách nhiệm trong công việc, nhất là làm việc đúng giờ để đồng nghiệp và tất cả mọi người không phải chờ đợi vì thời gian là vàng ngọc.

Nói về tiết kiệm thời gian của Bác Hồ, có rất nhiều mẩu chuyện và hình ảnh sinh động để chúng ta noi gương. Qua những mẩu chuyện và hình ảnh của Bác, chúng ta có thể thấy rõ điều mà Người ghét nhất, “ghét cay, ghét đắng, ghét vào tận tâm” là cái thói quan liêu, tham nhũng, xa hoa, lãng phí tiền bạc và thời gian của nhân dân.

Năm 1945, mở đầu bài nói chuyện tại Lễ tốt nghiệp khoá V, Trường Huân luyện Cán bộ Việt Nam, Bác thẳng thắn góp ý: “Trong giấy mời tới đây nói 8 giờ bắt đầu, bây giờ 8 giờ 10 phút rồi mà nhiều người chưa đến. Tôi khuyên anh em phải làm việc cho đúng giờ, vì thời gian quý báu lắm”.

Trong kháng chiến chống Pháp, một đồng chí cấp tướng đến làm việc với Bác sai hẹn mất 15 phút, tất nhiên là có lý do: mưa to, tuổi già, ngựa không qua được. Bác bảo:

- Chú làm tướng mà chậm đi mất 15 phút thì bộ đội của chú sẽ hiệp đồng sai đi bao nhiêu? Hôm nay chú đã chủ quan, không chuẩn bị đầy đủ các phương án, nên chú đã không giành được chủ động.

Một lần khác, Bác và đồng bào phải đợi một đồng chí cán bộ đến để bắt đầu cuộc họp. Bác hỏi:

- Chú đến chậm mấy phút?

- Thưa Bác, chậm mất 10 phút ạ!

- Chú tính thế không đúng, 10 phút của chú phải nhân với 500 người đợi ở đây.

Bác quý thời gian của mình bao nhiêu thì cũng quý thời gian của người khác bấy nhiêu, vì vậy Bác thường không để bất cứ ai phải đợi mình.

Bác cũng đã từng dạy: “Ai mang vàng vút đi là người điên rồ. Ai mang thời giờ vút đi là người ngu dại”, “Từ Chủ tịch Chính phủ cho đến người chạy giầy, người quét dọn trong một cơ quan nhỏ, đều là những người ăn lương của dân, làm việc cho dân... làm việc phải đến đúng giờ, chớ đến trễ về sớm... Phải nhớ rằng: Dân đã lấy tiền mồ hôi nước mắt để trả lương cho ta trong những giờ đó. Ai lười biếng tức là lừa gạt dân”.

#### ❖ *Ý nghĩa câu chuyện*

Thời gian là vô giá, là thứ không thể lấy lại hay mua được. Học tập Bác trong việc sử dụng hợp lý, tiết kiệm thời gian của mỗi cá nhân sẽ giúp công việc trôi chảy, nhanh chóng và góp phần hoàn thành tốt nhiệm vụ. “**Thời gian là vàng bạc**” do đó chúng ta cần phải luôn đúng giờ để “khỏi lãng phí thời giờ và tiền bạc” của nhau.

### III. NỘI QUY-KỶ LUẬT CỦA NHÀ TRƯỜNG

Nhằm giúp sinh viên định hướng tốt trong việc xây dựng kế hoạch học tập và rèn luyện đồng thời giúp sinh viên thực hiện tốt nội quy-quy định của nhà trường, GVCN/CVHT thông báo kỹ cho sinh viên nội dung ***văn bản số 148/QĐ-ĐHLH ngày 17/02/2014 của Hiệu trưởng về việc quy định nếp sống văn hóa học đường trường Đại học Lạc Hồng.***

### IV. SỨC KHỎE, ĐỜI SỐNG SINH VIÊN

#### **Tuyên truyền phòng, chống cúm A(H1N1, H5N1 và H7N9)**

Tính từ đầu năm đến nay, tuy số người nhiễm cúm A (các chủng virus H1N1, H5N1 và H7N9) ở nước ta không nhiều và không bùng phát mạnh như năm 2009, nhưng các chùm ca bệnh vẫn xuất hiện rải rác ở nhiều địa phương trong cả nước.

#### **1. Vậy cúm A là gì?**

Cúm A là bệnh nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính do virus cúm A chủng H1N1, H5N1 và H7N9 gây nên. Bệnh có khả năng lây nhiễm rất cao và lây lan nhanh trong cộng đồng. Bệnh lây truyền từ người sang người theo đường hô hấp, qua các giọt nước bọt hay dịch tiết mũi họng khi người bệnh ho, hắt hơi, hoặc lây qua tiếp xúc với một số đồ vật có chứa virus rồi qua bàn tay đưa lên mắt, mũi, miệng. Hiện nay chưa có vaccin đặc hiệu phòng chống cúm A.

Từ đầu năm đến nay, Bộ Y tế cũng đã lấy 5.700 mẫu máu của những bệnh nhân có những biểu hiện nghi ngờ mắc cúm. Kết quả xét nghiệm cho thấy, có 39% mẫu dương tính với chủng virus H3N2, 30% mẫu dương tính với chủng H1N1 và 30% là cúm mùa. Bộ Nông nghiệp - phát triển nông thôn cũng lấy hơn 20 ngàn mẫu máu gia cầm từ các tỉnh chưa có dịch bệnh trên đàn gia cầm và mới chỉ có 6,1% số mẫu có kết quả dương tính với chủng cúm A/H5N1.

Tại Đồng Nai, vừa qua đã xuất hiện 2 điểm bị cúm gia cầm tại 2 hộ dân (ở xã Lâm San, huyện Cẩm Mỹ và xã Hố Nai 3, huyện Trảng Bom) với gần 7.500 con gà chết do nhiễm cúm H5N1 và đã được dập dịch nhanh. Đến nay, Việt Nam chưa phát hiện

chúng cúm A/H7N9 trên gia cầm và người. Tuy nhiên, dịch gia tăng đột biến và lan rộng đến các tỉnh biên giới Trung Quốc, nguy cơ xâm nhập vào Việt Nam là rất cao. Đối với dịch cúm A/H5N1, tính từ đầu năm đến nay ghi nhận có 2 trường hợp mắc và tử vong tại các tỉnh Bình Phước và Đồng Tháp. Các trường hợp mắc đều có tiền sử dịch tễ tiếp xúc với gia cầm bị nhiễm virus cúm A/H5N1.

## **2. Dấu hiệu nhận biết của bệnh cúm A là gì?**

Bệnh có biểu hiện sốt cao đột ngột (trên 38°C), ho, đau họng, sổ mũi, đau đầu, đau cơ, mệt mỏi. Một số trường hợp nặng có thể bị suy hô hấp và dẫn đến tử vong. Bệnh cúm A có triệu chứng giống với cúm thông thường, chỉ có thể chẩn đoán xác định bằng lấy dịch mũi họng để xét nghiệm virus cúm A có thể tồn tại khá lâu ngoài môi trường.

Chuyên gia Viện Pasteur TP. Hồ Chí Minh cho biết: virus cúm A, nhất là cúm A/H1N1 tồn tại khá lâu ngoài môi trường, có thể sống từ 24 đến 48 giờ trên các bề mặt như bàn, ghế, tủ, tay vịn cầu thang...; tồn tại trong quần áo từ 8 đến 12 giờ và duy trì được 5 phút trong lòng bàn tay. Loại virus này đặc biệt sống lâu trong môi trường nước; có thể sống được đến 4 ngày trong môi trường nước ở nhiệt độ khoảng 22°C và sống đến 30 ngày ở nhiệt độ 0°C.

## **3. Phòng bệnh thế nào?**

Những người bệnh cúm có biểu hiện sốt cao, đau ngực nên đi khám, tư vấn bác sĩ sớm để được chỉ định nên cách ly tại nhà hay điều trị tại bệnh viện, được uống thuốc kháng virus sớm, nhất là trường hợp tại khu vực sinh sống, học tập, làm việc có bệnh nhân cúm A.

Mặc dù cúm là thể bệnh lành tính, nhưng có tỉ lệ tử vong đáng kể nên người mắc bệnh thuộc nhóm nguy cơ cao không nên chủ quan, tự điều trị tại nhà và có khả năng khó trở tay khi bệnh tiến triển nặng. Các biện pháp phòng bệnh cúm đặc hiệu nhất hiện nay vẫn là dọn dẹp thông thoáng nhà cửa, vệ sinh cá nhân, vệ sinh đường mũi họng hằng ngày, rửa tay bằng xà phòng để hạn chế bị lây nhiễm virus cúm từ các vật dụng công cộng như điện thoại, tay nắm cửa, tay vịn cầu thang...

Không sử dụng thịt và các sản phẩm từ súc vật mắc bệnh, nguồn thực phẩm không rõ nguồn gốc. Thịt gia cầm, sản phẩm từ gia cầm (trứng) phải được nấu chín kỹ và xử lý đúng cách. Nên nấu chín thịt gia cầm cho đến khi phần thịt bên trong không còn màu hồng và không để lẫn thịt đã nấu chín với thịt sống. Không ăn thức ăn chưa được nấu chín, không ăn tiết canh vịt. Rửa sạch các dụng cụ nấu ăn đã chạm vào thịt gia cầm sống trước khi sử dụng lại những dụng cụ đó.

Ngoài ra, mỗi sinh viên hãy tự bảo vệ bản thân bằng cách thực hiện các biện pháp phòng, chống bệnh như: thường xuyên rửa tay bằng xà phòng; hạn chế tiếp xúc với người bị bệnh hô hấp cấp tính; tăng cường sức khỏe và khả năng phòng bệnh bằng cách sử dụng các dung dịch sát khuẩn đường mũi, họng, mắt, cũng như kết hợp chế độ ăn uống, nghỉ ngơi hợp lý để tăng cường sức đề kháng của cơ thể...

## **HƯỚNG DẪN PHÒNG CHỐNG CÚM A (H1N1, H5N1 và H7N9)**

**Dưới đây là 10 khuyến cáo phòng chống cúm A:**

1. Cúm A là bệnh nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính do virus cúm A (H1N1, H5N1 và H7N9) gây ra.
2. Bệnh lây truyền qua đường hô hấp do tiếp xúc với các giọt nước bọt hay dịch tiết mũi họng của người bệnh hoặc với đồ vật bị nhiễm virus rồi đưa lên mũi, miệng.
3. Bệnh lây nhiễm nhanh từ người sang người trong thời gian 1 ngày trước tới 7 ngày sau kể từ khi có triệu chứng bệnh.
4. Những người mắc bệnh mạn tính, phụ nữ mang thai, người già, trẻ em cần tránh tiếp xúc với người nghi ngờ mắc bệnh.
5. Tăng cường vệ sinh cá nhân, thường xuyên rửa tay bằng xà phòng, che miệng và mũi khi ho, hắt hơi.
6. Tránh tiếp xúc với người bệnh cúm. Đeo khẩu trang y tế và giữ khoảng cách trên 1 mét nếu phải tiếp xúc với người bệnh.
7. Vệ sinh và mở cửa thoáng mát nơi ở, lớp học, phòng làm việc; lau chùi bề mặt, vật dụng bằng hoá chất sát khuẩn thông thường.
8. Không sử dụng, tiếp xúc với gia cầm nghi mắc bệnh.
9. Không tự ý sử dụng thuốc đặc biệt là thuốc kháng vi rút như Tamiflu.... Việc chỉ định sử dụng phải theo hướng dẫn của bác sỹ.

Trong trường hợp sinh viên gặp các triệu chứng như trên, cần nhanh chóng đến phòng y tế của nhà trường hoặc cơ sở y tế gần nhất để được hướng dẫn kịp thời.

### **V. THÔNG BÁO CHUNG**

#### **1. Thông báo về việc đóng lệ phí học lại HKII năm học 2013-2014**

Nhà trường thông báo việc đóng lệ phí học lại của sinh viên còn nợ môn trong HKII năm học 2013-2014 đối với các khóa cũ từ khóa 2012 trở về trước như sau:

- Sinh viên còn nợ môn đóng lệ phí học lại tại phòng Tài vụ và nộp biên lai cho khoa mà sinh viên đang theo học để đăng ký học lại.

- Mức đóng: 8.000đ/tiết

- Thời hạn đóng lệ phí và đăng ký: Từ ngày ra thông báo đến 16h30 ngày 01/3/2014. Sau thời gian trên, nhà trường không giải quyết bất kỳ trường hợp nào.

#### **2. Thông báo về việc đóng tiền học phí HKII năm học 2013-2014**

- Thời gian đóng học phí: Từ ngày ra thông báo đến hết ngày 17/3/2013

- Nếu quá thời hạn trên, những sinh viên không đóng đủ học phí sẽ bị xử lý như sau:

- ✓ Chậm 1 tháng: Phạt 10% số học phí còn thiếu
- ✓ Chậm 2 tháng: Phạt 15% số học phí còn thiếu
- ✓ Chậm 3 tháng trở đi: Phạt 20% số học phí còn thiếu

❖ Những trường hợp vì hoàn cảnh khó khăn không thể đóng đúng hạn, thì trước khi hết hạn phụ huynh phải có đơn xin hoãn có xác nhận của chính quyền địa phương (hoặc cơ quan công tác) gửi đến Hiệu trưởng qua phòng Tài vụ. Thời hạn cho phép kéo dài của đơn phải trước kỳ thi học kỳ.

*(Sinh viên xem mức đóng học phí cụ thể tại mục thông báo của phòng Công tác sinh viên trên website lhu.edu.vn)*

### **3. Thực hiện kế hoạch đánh giá điểm rèn luyện sinh viên HKI năm học 2013-2014**

- Để hoàn thành bước 1 theo kế hoạch số 113/KH-ĐHLH ngày 12/11/2013 của trường Đại học Lạc Hồng về việc đánh giá điểm rèn luyện sinh viên HKI năm học 2013-2014, GVCN/CVHT tiến hành họp lớp đánh giá kết quả rèn luyện của lớp (từ mục I đến mục V trên phiếu đánh giá kết quả rèn luyện). Sau đó GVCN/CVHT hoàn tất các hồ sơ nộp về quản sinh khoa. GVCN/CVHT hoàn thành bước 1 đến hết ngày 01/03/2014 để khoa tiến hành họp Hội đồng đánh giá rèn luyện sinh viên cấp khoa.

### **4. Thông báo về việc đóng cổng trường trong giờ ra chơi**

Thời gian vừa qua, có một số đối tượng lạ vào các cơ sở học tập để rao bán sách, tài liệu học tập trái phép. Một số kẻ gian còn lợi dụng sơ hở để trộm cắp tài sản của sinh viên. Thậm chí còn có trường hợp dẫn người ngoài vào hành hung sinh viên làm mất an ninh trật tự, gây tâm lý hoang mang, ảnh hưởng đến việc học và giảng dạy của nhà trường cho sinh viên.

Để đề phòng các sự việc trên, nhà trường thông báo đóng cổng trường trong giờ ra chơi tại các cơ sở của trường. Do đó sinh viên chú ý để thực hiện tốt quy định của nhà trường, đảm bảo tình hình an ninh trật tự nơi học tập.

### **5. Cảnh giác tình trạng trộm cắp tài sản tại phường Bửu Long**

Thời gian gần đây tại địa bàn phường Bửu Long thường xuyên xảy ra các trường hợp lừa đảo, cướp giật tài sản và đa số là trộm cắp tài sản. Đối tượng trộm cắp thường chú ý đến các nhà trọ sinh viên, dễ dàng đột nhập và tẩu thoát khi bị phát hiện. Những loại tài sản thường bị mất trộm là bóp, ví tiền, điện thoại di động, máy tính xách tay, xe máy và thậm chí cả quần áo.

#### **❖ Một số nguyên nhân dẫn đến việc bị mất trộm:**

- Khi ngủ không đóng cửa hoặc đóng cửa không cẩn thận, kẻ gian lợi dụng lúc ngủ say, đột nhập vào phòng để trộm cắp. Một số kẻ gian còn sử dụng các dụng cụ hỗ trợ để câu, móc tài sản từ bên ngoài phòng trọ hoặc bẻ cả ổ khóa.

- Để xe máy ở bên ngoài phòng trọ, không có ai trông coi hoặc để ở xa, khuất tầm nhìn. Không gắn các thiết bị bảo vệ an toàn cho xe máy.

- Chủ quan khi để tài sản (nhất là xe máy) ở những nơi công cộng như trạm rút tiền ATM, các cửa hàng, quán ăn ... Một số trường hợp dựng xe ở dưới lòng đường nhưng không rút chìa khóa để kẻ gian phát hiện cướp xe tẩu thoát.

#### **Để phòng tránh bị trộm cắp tài sản, sinh viên cần đề cao cảnh giác:**

- Không thuê nhà trọ ở những nơi vắng vẻ hoặc an ninh không đảm bảo.  
- Sử dụng các loại ổ khóa an toàn. Trước khi ra khỏi nhà phải khóa cửa và kiểm tra cẩn thận.

- Không để xe máy ở những nơi tối, để ở xa hoặc khuất tầm nhìn. Giữ gìn tài sản cẩn thận ở những nơi đông người như các cửa hàng, chợ, quán ăn...

- Đề cao cảnh giác khi có người lạ vào nơi ở. Khi phát hiện thấy các hành vi trộm cắp thì báo ngay cho phòng Công tác sinh viên theo số điện thoại 0613.952.250 hoặc Công an phường Bửu Long theo số điện thoại 0613.921.524.

## **VI. NỘI DUNG THÔNG BÁO CỦA KHOA**

GVCN/CVHT phổ biến cho sinh viên các nội dung cần thông báo của khoa như thời gian biểu các môn học, lịch trình năm học... Khuyến khích sinh viên phát biểu ý kiến, trình bày thắc mắc để giải đáp hoặc hướng dẫn sinh viên liên hệ công tác với các Phòng/Khoa khác.

GVCN/CVHT cung cấp cho sinh viên số điện thoại của cá nhân, địa điểm và số điện thoại của văn phòng khoa để sinh viên thuận tiện trong việc giải đáp thắc mắc hoặc giải quyết các vấn đề liên quan đến sinh viên.

Sau buổi sinh hoạt lớp, GVCN/CVHT ghi nhận ý kiến của sinh viên, hàng tháng gửi về phòng Công tác sinh viên để tổng hợp báo cáo Ban Giám hiệu.

Trên đây là gợi ý một số nội dung sinh hoạt lớp phổ biến cho sinh viên, đề nghị GVCN/CVHT tìm hiểu và bổ sung thêm các nội dung để đảm bảo đầy đủ thông tin cung cấp cho sinh viên.

**KT HIỆU TRƯỞNG  
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

#### ***Nơi nhận:***

- Ban Giám hiệu (để báo cáo);
- Các Khoa (phổ biến cho sinh viên);
- Lưu.

(đã ký)

**NGUT.TS Nguyễn Thị Thu Lan**