

Chuyến n c Pháp

Tác Giả: T Nguyễn

Chúa Nhật, 14 Tháng 11 Năm 2010 13:34

Vô đ ch... k t xe? Paris, vùng ph c n



Theo m t nghiên c u c a Hoa K , vô đ ch k t xe trên th gi i là Paris và vùng ph c n! Nh ng vùng khác, m c đ k t xe cũng không kém nh ng đã b ... Paris b r t xa. Công ty nghiên c u tên là Inrix, có chi nhánh t i Đ c, đ a trên căn b n th ng kê v th i gian m t đi trong lúc b k t xe.

Đ a trên căn b n đó, Inrix cho bi t r ng ng i lái xe trong Paris và vùng ph c n m t đi 70 gi m t năm trong xe h i vì ph i ch đ i, ti p theo là Lille 50 gi , Lyon và Limoges 34 gi , Grenoble 33 gi , Marseille 27 gi , Bordeaux và Rouen 26 gi , Nantes và Poitiers 25 gi . Nh v y Paris đã qua m t Luân Đôn và vùng Ruhr Đ c.

M t nghiên c u khác c a IBM dò h i 8,000 ng i lái xe trong 20 thành ph trên th gi i, cho bi t r ng Paris có xe k t n i đuôi nhau dài và lâu nh t trên th gi i. Chuyến l , th mà ng i ta v n thích lái xe v Paris vì r ng th đô có t i 600 cây s xa l đ a t i nh ng vùng s m u t nh t c a Âu Châu, theo l i c a Manuel Martinez, trách nhi m ph i h p giao thông trong Nha Công l .

M t trái c a v n đ : K t xe dài dài t 150 đ n 200 cây s m i sáng và m i t i. Paris đã n l c c i ti n h th ng giao thông công c ng. Nh ng trong nh ng vùng ngo i ô, m ng l i này không đ c h u hi u cho l m, l i c a Michel Dubromel, trách nhi m trong t ch c France Nature Environnement. Vì v y mà nh ng dân ngo i ô ph i dùng t i xe h i. Đ đ p ng, ph i xây thêm nhi u công l , xa l , và l i k t xe dài dài.

Nh ng ngày gi khó khăn nh t

Ngày ch y xe khó khăn nh t trong n c Pháp là ngày Th Năm (jeudi), bu i sáng k t nh t là sáng Th Ba (mardi) và th i gian k t nh t là t 8 đ n 9 gi .

Ngày di chuyến đ ch u nh t trong Paris là Th Hai (lundi) và bu i sáng Th Sáu (vendredi). Gi không b k t xe là Th Hai (lundi) t 6 đ n 7 gi . Th nh ng t khi tin này đ c công b c a th y có ki m ch ng đ bi t có s thay đ i gì trong th c t ?

Trong 10 vùng k t nh t Paris, h t 7 vùng n m i mi n Nam Paris. Nh ng ng i s ng i mi n

Chuyên n c Pháp

Tác Giả: T Nguyên

Chúa Nhật, 14 Tháng 11 Năm 2010 13:34

Nam Paris vì v y th ng vào Paris b ng đ ng v n t i công c ng.

Ph ng cách gi i quy t

T i sao Paris b k t?

Nhi u trung tâm ho t đ ng quy t đ ng đ o dân chúng bao quanh Paris. H th ng xa l l i đ c xây đ ng nh là nh ng cánh sao t ngo i ô châu đ u v trung tâm Paris. Vì v y mà xe c đ i cùng m t lúc, v cùng m t h ng xuyên qua nhi u vùng ngo i ô. 30% xe h i đã đi vòng quanh t Đông sang Tây hay ng c l i. Nhi u đ ng đ ng còn m thêm, m t s đ ng đ ng s a ch a khi n cho vi c di chuy n thêm khó kh n.

Làm sao cho b t k t xe trung tâm Paris?

Ch còn cách là tân trang v n t i công c ng. N u nh ng RER s ch s , đ p đ , nhanh chóng, đ u đ n và đ ng gi h n, ch c ch n xe c s b t k t. Công qu n RATP đ ng m r ng đ ng tram quanh Paris. Vòng đai Paris m r ng s gi m b t n n k t xe trong Paris.

Có c n ph i l y ti n vào Paris nh Luân Đôn đã làm?

Đ ng r ng làm v y s khuy n khích ng i có xe đ xe nhà. Th nh ng có th là m t k th đ i v i ng i xa vì r ng lúc này, xe là m t ph ng ti n di chuy n bình th ng, không ph i ch ng i giàu m i có xe h i.

Cũng còn vài cách khác nh dành hành lang bus cho nh ng xe có ng i đi đ ng nh trên đ t M . Cũng có th gia tăng t c đ có n i lên 60 hay 70 cs/g cho l u l ng nhanh chóng h n. Cu i cùng là nh ng đ m k t ngo i ô ph i đ c gi i t a lúc c n thi t.

Làm sao tránh đ c n này?

Không có cách nào h t

Tôi đi qua khu v c đ ng dân, m i tu n m t l n t Fouvrière và Bron. M i l n, k t xe kinh kh ng.

Tôi ph i di chuy n r t ch m t 30 phút đ n 1 gi 15 phút. Tôi đã th nhi u cách khác nhau: đi xuyên trung tâm thành ph , có ngày đi đ ng vòng quanh. Ngày đó đ ng tàu k t, tình hình càng t i t h n. (Sylvie Marchand, y tá)

Tôi ch y xe máy đ u

Tôi ch y xe moto t 10 năm nay, đó là gi i pháp tôi cho r ng h p lý nh t. Trên đ n đ ng n u đi xe h i ph i m t gi , tôi ch c n 20 phút. Chuy n khó kh n khác tránh kh i là ch đ u xe. Lyon, đ u xe ph i tr ti n. Đi xe máy đ u kh i lo ki m ch đ u và kh i tr ti n! (P. Moutrade, công ch c)

Tôi đi metro hay bus

Chuyến n nh c Pháp

Tác Giả: T Nguyễn

Chúa Nhật, 14 Tháng 11 Năm 2010 13:34

Tôi đi làm bằng metro hay bus. Xe h i đ cho nh ng ngày cu i tu n. Tôi không đi xe vào Marseille. Quá đông xe, di chuyển h u nh không còn đ c n a. (C. Fitzgerald, Marseille)

Không th tránh gi đông xe

V i gi làm vi c c a tôi, tôi ph i đi vào gi đông xe. Thi t là kh ng khi p! Tôi không đi vào nh ng tr c chính mà theo nh ng đ ng nh . Nhi u khi cũng không thông mà ngày càng khó khăn h n! (A.Barbelin, chuyên viên b o trì)

Dùng GPS đ có đ ng b t k t

M i khi th y s p có k t đ ng, tôi dùng máy ch đ ng GPS. Tôi đi qua đ ng t t. Khi nào k t quá, tôi không đi xe vào Paris: g i xe t i Porte de Vanves, đi métro vào Paris. Ch c ch n, đúng gi và tinh th n kh i ph i b cng th ng khi ki m ch đ u. (Mylène Pastor, th ký) (theo Le Parisien)

C i cách h u b ng

Sarkozy ban hành lu t m i

“Lu t c i cách h u b ng không trái v i hi n pháp. Nh ng đ i u kho n mà đ ng Xã H i t cáo là vi hi n ngày 2 tháng 11, đã b vi n B o Hi n bác b ,” đó là n i dung m t thông cáo c a vi n trong tu n này. T ng th ng Pháp có 15 ngày đ ban hành lu t, nh ng báo chí cho bi t Sarkozy s không đ m i ng i ch đ i lâu! (Không ph i sau ngày h p h i ngh th ng đ nh G-20 t Hán Thành tr v nh đ đ nh tr c đây.)

“Tôi đã ký t i hôm qua, 9 tháng 11 năm 2010, ngh đ nh ban hành lu t c i cách h u b ng, đ công b trên Công báo sáng nay, 10 tháng 11 năm 2010,” T ng Th ng Sarkozy tuyên b t i Đ i n Elysée. “Lu t này nay đã tr thành lu t c a n n C ng Hòa Pháp,” ông nói thêm.

B Tr ng Lao Đ ng Eric Woerth, ng i b o v lu t này tr c hai vi n, l dĩ nhiên hoan nghênh quy t đ nh c a Vi n B o Hi n và vi c ban hành lu t. Lu t m i nâng tu i v h u t 60 lên 62 và t 65 lên 67 n u mu n đ c h ng h u toàn ph n.

Cu c ch ng đ i c a các nghi p đoàn không ph i vì v y mà ng ng. “Không ph i vì h p hi n mà lu t đó đáp ng v i nguy n v ng c a dân chúng,” m t đ i đ i n nghi p đoàn phát bi u v i báo chí.

Các đ ng phái h n nhau năm 2012: V n đ , cho dù đã thành lu t, cũng s đ c đem ra trong cu c v n đ ng tranh c s p t i.

Sarkozy l i b t !

“Nicolas Sarkozy nh n ti n m t c a bà giàu nh t n c Pháp đ v n đ ng tranh c ,” đó là l i t cáo c a tài x tr c đây c a Liliane Bettencourt v i h ng tin Mediapart trên m ng l i. N u đ c ch ng th c, chuyến đó là m t đ i h a cho t ng th ng Pháp, ng i đang có s đ i m th p

nh t so v i các t ng th ng c a n n Đ Ngũ C ng Hòa.

Ba th m phán đ ng đ i u tra v Sarkozy trong v g i là “xì căn đ n Bettencourt” theo đó, chính Sarkozy và m t s chính tr gia khác đã nh n ti n trong nh ng bao gi y màu xám, tr i i v c gi m thu cho bà Bettencourt. Tu n này, Dominique Gautier, tài x c a bà Bettencourt t năm 1994 đ n 2004 k i i c a m t gia nhân c a bà Bettencourt là bà Nicole Berger r ng “Nicolas Sarkozy t i xin ti n bà Bettencourt” tr c ngày b u c năm 2007. Bà Berger làm v c cho bà Bettencourt h n 30 năm và đã qua đ i tháng 9 năm 2008.

“Đó là lúc đ ng có cu c b u c,” i c a ông Gautier. “Trong m t cu c đ i n đ m, Nicole Berger nói v i tôi r ng Nicolas Sarkozy t i xin ti n.” Ng i tài x cũ cho bi t ông ta không dám t i khai v i c nh sát vì s gâ y r c r i chính tr cho ng i đ ng có quy n uy nh Nicolas Sarkozy.

Tháng 7, Claire Thibout, k toán viên tr c đây c a bà Bettencourt cho bi t r ng ít nh t 150,000 Euro đã đ c chuy n cho UMP, đ ng chính tr c a Sarkozy, đ tài tr cho các ng viên c a đ ng. Lu t cho phép nh n ti n giúp nh ng gi i h n trong s 7,500 Euro là t i đ a.

Nicolas Sarkozy là ng i thân tín và láng gi ng c a bà Bettencourt Neully sur Seine, m t ngo i ô gi àu có phía Đ ng B c Paris. Ông th ng hay t i d nh ng đ ti c r i sau đó, i y phong bì có ti n m t, i c a bà Thibout. Bà Thibout sau đó rút i i khai, than phi n v i lu t s r ng đã b sách nhi u quá nhi u.

Pascal Bonnefoy, qu n gia tr c đây c a bà t phú đã cho ghi âm lén 41 gi đ ng h nh ng cu c nói chuy n đ i n tho i trong nhà, cho bi t r ng bà Bettencourt đã cho ti n, đ p i chuy n b t thu .” Đ i n Elysée đã th a ki n h ãng tin Mediapart.

“Air Sarko One”

11 tháng 11 là m t ngày l ch s đ i v i Sarkozy. Ngày này, Nicolas Sarkozy khánh thành chi c máy bay riêng, đ c báo chí đ t tên là Sarko One, tr giá 176 tri u Euro (trong th i bu i chính ph th t ng bu c b ng!) Sarkozy đã bay đ i Hán Thành tham d h i ngh th ng đ nh G-20.

Chuy n bay không ph i ng ng đ đ x ãng vì có th t tíc 12,000 cây s so v i máy bay cũ 7,000 cây s . Máy bay đ t căn c t i phi tr ng quân s Evreux nh ng có th đ i t Orly khi c n.

L dĩ nhiên là máy bay đ c trang b ph ng ti n vi n thông t i tân đ v nguyên th qu c gia có th liên i c t i đầu b t c lúc nào...

Trong máy bay có phòng khách, m t phòng riêng v i gi ng đôi dài 2 th c, r ng 2 th c 2, m t phòng t p, m t phòng t m vôi sen, m t phòng thu c nh ... và bên ngoài, h a ti n ch ng h a ti n bên hai cánh... theo nh t báo Le Parisien. T ng th ng nh v y có th t m, ngh ng i, ng hay làm v c, h i h p trong khi chi c máy bay đ ng bay.

Đây là m t chi c Airbus 330 mua c a công ty Air Caraibes r i s a sang i. Chi phí b o trì trong ba năm đ u t n 43 tri u Euro, k t năm 2013 tr đ i m i năm sau 10 tri u Euro. M i gi bay nh v y t n 20,000 Euro thay vì 8,000 Euro so v i máy bay tr c.

Chuyên ngành Pháp

Tác Giả: T Nguyên

Chúa Nhật, 14 Tháng 11 Năm 2010 13:34

*

Trong cuộc sống

Chuyên ngành hộ sản

Trên thế giới, các bà không bình đẳng trong công việc... chuyên ngành sản và hộ sản. Sự khác biệt về thời gian hộ sản ở Anh, Ý, Thụy Điển hay Hoa Kỳ khác nhau nhiều lắm. Tại Pháp, các bà có 16 tuần lễ nghỉ công việc (trong đó 10 tuần sau khi sinh), thời gian do luật Lao động quy định. Ngoài biên giới của nước Pháp, tình hình như thế nào?

Tây Ban Nha hộ sản Ý

Ngay ở Âu Châu cũng có sự khác biệt là nước nào cũng chăm sóc đến các bà mẹ đang làm việc và mang thai và nhất là nghỉ công việc một thời gian sau khi sinh xong để trông con còn nhỏ. Vì vậy mà Liên Hiệp Quốc Âu Châu trừ nhiều thời gian hộ sản trung bình từ 16 đến 25 tuần lễ (thay đổi tùy theo sinh một hay sinh đôi và số con nhỏ đang trông coi).

Nhiều nước ở Âu Châu còn riêng rẽ hộ sản với hộ sản nghề nghiệp này: 28 tuần tại Slovakia, 26 tuần tại Anh và Ái Nhĩ Lan. Đơn đầu là tại Bồ Đào Nha: luật cho phép bà mẹ 54 tuần lễ hộ sản.

Đặc biệt nhất tại Thụy Điển: Không phải chỉ có quyền hộ sản. Trước khi sinh công việc nghỉ 8 tuần lễ. Và sau đó là tùy cha hay mẹ lựa chọn. Và tổng cộng là 75 tuần lễ!

53% người Anh không hộ sản

Dĩ nhiên đây là thời gian hộ sản tối đa mà luật cho phép. Không có gì bắt buộc các bà phải hộ sản hết những ngày hộ sản đó bình thường thì không ai đòi gì mà không lấy hết. Thế nhưng, thời gian hộ sản khó khăn khi nào cho các bà nghỉ khi phải bắt ngày hộ sản ở nhà để đi làm việc. Trong khi có quyền hộ sản 26 tuần, 51% các bà Ái Nhĩ Lan và 53% người Anh bắt buộc phải đi làm!

Bên kia để đừng quên chuyên ngành còn có hộ sản nước ngoài. Tại Hoa Kỳ, không có chuyên ngành hộ sản mấy tuần lễ! Không có quyền hộ sản thì phải đi làm thôi?

Âu Châu đang bắt

Cho tới nay, hộ sản tại nhiều nước ở Âu Châu là 14 tuần lễ, có thể sẽ tăng lên 20 tuần lễ. Đó là để hộ sản của Ủy Ban Bồ Đào Nha Quy định của Liên Hiệp Quốc Âu Châu trong khi Ủy ban Âu Châu chỉ định hộ sản 18 tuần.

Đây không phải là lần đầu tiên các chuyên ngành Âu Châu bàn đến việc kéo dài thời gian hộ sản. Một đề nghị vào tháng 10 năm 2008 đã đưa ra để quy định có từ năm 1992 đang áp dụng hiện nay. Vấn đề có đề xuất hâm nóng lại không? Tổng cộng lại sẽ rõ hơn.

Sức khỏe

Âm nhạc chữa bệnh

Không cần phải là một thợ nhạc hay hát hay như La Callas mới học được lợi ích của âm nhạc. Chỉ cần nghe, cũng không cần phải cố gắng lắng tai nghe, não bộ và cơ thể thì có thể hấp thụ một cách tự nhiên lợi ích này.

“Chúng ta ai cũng có một não bộ âm nhạc muộn rằng ta phải giúp bằng cách nghe suốt cả cuộc đời,” là xác nhận của Bác Sĩ Pierre Lemaquis chuyên về thần kinh học, tác giả cuốn *Sérénade pour un cerveau musicien*, (Editions Odile Jacob). Càng nghiên cứu, người ta càng khám phá ra rằng âm nhạc có khả năng chữa bệnh, có khi rất hiệu quả.

Giảm đau

Mỗi ngày một giờ nghe nhạc trong một tuần là cho những người bị tê khớp, khớp gối, sa ruột... đó là một nghiên cứu mới người phi người tự nhiên. Sáng kiến đó của nhóm khoa học gia tại Đại học Cleveland, Ohio, Hoa Kỳ sau nhiều năm nghiên cứu. Có hiệu quả nghiên cứu cho tất cả mọi người hay không? Có, và giảm đau tới 21% theo nghiên cứu của nhóm khoa học gia này.

Stéphane Guétin, nhà nghiên cứu tại Đại học Montpellier, Pháp cũng nói trong chi tiết học đó: Âm nhạc làm dịu cơn đau nhức của những người bị tê khớp. Điều này vì bệnh ung thư, âm nhạc cũng làm giảm đau và những nỗi lo lắng về bệnh tật của mình.

Làm sao người thích hiện tượng này? Nghe nhạc, chuyên sự chú ý qua học khác, quên đi sự đau đớn. Não bộ tiết ra một số endorphines làm giảm đau.

Chứng mất ngủ

Vào Đại học Cleveland, Giáo Sĩ Marion Good nghiên cứu về những bệnh nhân mất ngủ chữa trị bằng âm nhạc trong ba tuần liên tiếp, nghe tới 45 phút nhạc êm dịu trước khi ngủ. Lúc ngủ vẫn có máy theo dõi giấc ngủ. Kết quả cho biết: trung bình, ngủ say hơn 35%, và ngủ nhiều, thời gian ngủ của họ.

Giúp những người bị tai biến

Âm nhạc giúp cho những người đã bị tai biến mạch máu não phục hồi sức khỏe. Một nghiên cứu của người Pháp trên Tạp chí *Brain* cho biết. Một số bệnh nhân vừa trải qua tai biến mạch máu não được mời nghe nhạc mà họ thích hai giờ một ngày. Sau ba tháng, khả năng phát biểu tăng 60% rồi trở lại bình thường so với 29% người không có âm nhạc.

BS Teppo Sarkamo, người thực hiện cuộc thí nghiệm lưu ý rằng người làm sự thì ích lợi hơn lúc mà các mạch máu đang thích ứng với những thay đổi do tai biến gây nên.

Giảm trầm cảm

Nhạc sĩ Farinelli, tên thật là Carlo Broschi người Ý (1705-1782) mà Vua Philippe V, nước Tây Ban Nha khâm ái bệnh trầm cảm. Một công hiệu của Prozac, thuốc an thần mới người đang dùng,

Chuyện nực cười Pháp

Tác Giả: Tá Nguyễn

Chúa Nhật, 14 Tháng 11 Năm 2010 13:34

theo lời xác nhận của các nhà chuyên môn về thần kinh, não bộ.

“Ngái ta thấy rõ trên máy IRM. Khi nghe một bản nhạc hay, có dấu hiệu thay đổi trong não bộ. Những chất này tăng lên: sérotonine, endorphine, dopamine... những hormone của khoái cảm. Ngái ta tìm thấy endorphine trong não của những ca sĩ chuyên nghiệp. (Theo Femme Actuelle)