

Vô địch... kết xe? Paris, vùng phía bên



Theo một nghiên cứu của Hoa Kỳ, vô địch kết xe trên thế giới là Paris và vùng phía bên! Nhưng vùng khác, một chiếc kết xe cũng không kém nhưng đã bỏ... Paris rất xa. Công ty nghiên cứu tên là Inrix, có chi nhánh tại Đức, dựa trên căn bản thống kê về thời gian một đi trong lúc bỏ kết xe.

Dựa trên căn bản đó, Inrix cho biết rằng người lái xe trong Paris và vùng phía bên mất đi 70 giờ một năm trong xe hơi vì phải chờ đợi, tiếp theo là Lille 50 giờ, Lyon và Limoges 34 giờ, Grenoble 33 giờ, Marseille 27 giờ, Bordeaux và Rouen 26 giờ, Nantes và Poitiers 25 giờ. Nếu vậy Paris đã qua một Luân Đôn và vùng Ruhr ở Đức.

Một nghiên cứu khác của IBM dò hỏi 8,000 người lái xe trong 20 thành phố trên thế giới, cho biết rằng Paris có xe kết nối đuôi nhau dài và lâu nhất trên thế giới. Chuyến đi, thật mà người ta vẫn thích lái xe về Paris vì rằng thủ đô có tới 600 cây xanh và đây là nơi mà người vùng miền miền bắc của Âu Châu, theo lời của Manuel Martinez, trách nhiệm phối hợp giao thông trong Nha Công Lộ.

Một trái của vấn đề: Kết xe dài dài tới 150 đến 200 cây xanh mỗi sáng và mỗi tối. Paris đã nỗ lực cải thiện hệ thống giao thông công cộng. Nhưng trong những vùng ngoại ô, mạng lưới này không được hiệu quả cho lắm, lời của Michel Dubromel, trách nhiệm trong tổ chức France Nature Environnement. Vì vậy mà những dân ngoại ô phải dùng taxi xe hơi. Để đáp ứng, phải xây thêm nhiều công lộ, xa lộ, và lái kết xe dài dài.

Nhưng ngày giờ khó khăn nhất

Ngày chèo xe khó khăn nhất trong nước Pháp là ngày Thứ Năm (jeudi), buổi sáng kết nhất là sáng Thứ Ba (mardi) và thời gian kết nhất là từ 8 đến 9 giờ.

Ngày đi chuyến đầu tiên nhất trong Paris là Thứ Hai (lundi) và buổi sáng Thứ Sáu (vendredi). Giờ không bỏ kết xe là Thứ Hai (lundi) từ 6 đến 7 giờ. Thời gian tin này được công bố cho thấy có khả năng sẽ có sự thay đổi gì trong thời gian?

Trong 10 vùng kết nhất ở Paris, hết 7 vùng nằm ở miền Nam Paris. Nhưng người miền nam

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 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 đi 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 đang còn m thêm, m t s đ ng đang s a ch a khi n cho vi c di chuy n thêm khó khăn.

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 đúng gi h n, ch c ch n xe c s b t k t. Công qu n RATP đang 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?

Đúng 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 đông 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 n này?

Không có cách nào h t

Tôi đi qua khu v c đông 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 khăn 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

Tôi đi làm bằng metro hay bus. Xe hơi đắt cho những ngày cuối tuần. Tôi không đi xe vào Marseille. Quá đông xe, di chuyển hầu như không còn đường nữa. (C. Fitzgerald, Marseille)

Không thể tránh gặp đông xe

Vì giờ làm việc của tôi, tôi phải đi vào giờ đông xe. Thời tiết là không khí! Tôi không đi vào những trục chính mà theo những đường nhỏ. Nhưng khi cũng không thông mà ngày càng khó khăn hơn! (A.Barbelin, chuyên viên bảo trì)

Dùng GPS để có đường bằng tốt

Mọi khi thấy sắp có kẹt đường, tôi dùng máy check đường GPS. Tôi đi qua đường tắt. Khi nào kẹt quá, tôi không đi xe vào Paris: gọi xe tới Porte de Vanves, đi métro vào Paris. Check check, đúng giờ và tình hình khi phải bỏ căng thẳng khi kiểm tra đường. (Mylène Pastor, thi ký) (theo Le Parisien)

Cải cách hầu u bằng

Sarkozy ban hành luật mới

“Luật cải cách hầu u bằng không trái với hiến pháp. Những điều khoản mà đường Xã Hội tự cáo là vi hiến ngày 2 tháng 11, đã bị viện Bộ Hộ nội bác bỏ,” đó là nội dung một thông cáo của viện trong tuần này. Tổng thống Pháp có 15 ngày để ban hành luật, những báo chí cho biết Sarkozy sẽ không để mọi người chờ đợi lâu! (Không phải sau ngày họp hội nghị thượng đỉnh G-20 tại Hán Thành trừ việc như để như trước đây.)

“Tôi đã ký từ hôm qua, 9 tháng 11 năm 2010, nghị định ban hành luật cải cách hầu u bằng, để công bố trên Công báo sáng nay, 10 tháng 11 năm 2010,” Tổng thống Sarkozy tuyên bố tại Điện Elysée. “Luật này nay đã trở thành luật của nền Cộng hòa Pháp,” ông nói thêm.

Bộ Trưởng Lao Động Eric Woerth, người bị bỏ quên luật này trước hai viện, lo dĩ nhiên hoan nghênh quyết định của Viện Bộ Hộ nội và viện ban hành luật. Luật mới nâng tuổi về hưu từ 60 lên 62 và từ 65 lên 67 nếu muốn được hưởng lương hưu toàn phần.

Cuộc check để cải các nghiệp đoàn không phải vì vậy mà ngừng. “Không phải vì họp hội mà luật đó đáp ứng với nguyện vọng của dân chúng,” một đại diện nghiệp đoàn phát biểu với báo chí.

Các đường phải hẹn nhau năm 2012: Vẫn đợi, cho dù đã thành luật, cũng sẽ được đem ra trong cuộc vận động tranh cử sắp tới.

Sarkozy là bất tài!

“Nicolas Sarkozy nhận tiền một của bà giàu nhất nước Pháp để vận động tranh cử,” đó là nội dung cáo của tài xế trước đây của Liliane Bettencourt với hãng tin Mediapart trên mạng Internet. Nếu được chứng minh, chuyến đó là một đại họa cho tổng thống Pháp, người đang có sự điếm nhục

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

Ba th m phán đang đi u tra v Sarkozy trong v g i là “xì căn đan 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 v i 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 i c cho bà Bettencourt h n 30 năm và đã qua đ i tháng 9 năm 2008.

“Đó là lúc đang có cu c b u c,” i c a ông Gautier. “Trong m t cu c đ i n đàm, 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 gây r c i chính tr cho ng i đang 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 đa.

Nicolas Sarkozy là ng i thân tín và láng gi ng c a bà Bettencourt Neuilly sur Seine, m t ngo i ô giàu có phía Đông B c Paris. Ông th ng hay t i đ nh ng đ ti c r i sau đó, l 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, đáp l i chuy n b t thu .” Đ i n Elysée đã th a ki n hăng 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 l ng bu c b ng!) Sarkozy đã bay đi Hán Thành tham đ h i ngh th ng đ nh G-20.

Chuy n bay không ph i ng ng đ đ xăng vì có th t t 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 đi 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 vòi 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 i c, h i h p trong khi chi c máy bay đang 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 đi 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.

*

Trong cu c s ng

Chuyên n ngh h s n

Trên th gi i, các bà không bình đ ng tr c... chuyên sanh đ và ngh h s n. S khác bi t v th i gian ngh h s n Anh, Ý, Th y Đi n hay Hoa K khác nhau nhi u m. T i Pháp, các bà có 16 tu n l đ c ngh (trong đó 10 tu n sau khi sanh), th i gian do lu t Lao đ ng quy đ nh. Ngoài biên gi i c a n c Pháp, tình hình nh th nào?

Tây Ban Nha h n Ý

Ng i Âu Châu đ c may m n là n c nào cũng chăm sóc đ n các bà m đang làm vi c và mang thai và nh t là đ c ngh m t th i gian sau khi sanh xong đ trông con còn nh . Vì v y mà Liên Hi p Âu Châu trù li u th i gian ngh trung bình t 16 đ n 25 tu n l (thay đ i tùy theo sanh m t hay sanh đôi và s con nh đang trông coi).

Nhi u n c Âu Châu còn r ng rãi h n đ i v i nh ng ng i m này: 28 tu n t i Slovaquie, 26 tu n t i Anh và Ái Nhĩ Lan. Đ n đ u là t i B o Gia L i: lu t cho phép bà m 54 tu n l ngh h s n.

Đ c bi t nh t t i Th y Đi n: Không ph i ch có quy n ngh h s n. Tr c khi sanh đ c ngh 8 tu n l . Và sau đó là tùy cha hay m l a ch n. Và t ng c ng là 75 tu n l !

53% ng i Anh không ngh

Dĩ nhiên đây là th i gian ngh t i đa mà lu t cho phép. Không có gì b t bu c các bà ph i ngh h t nh ng ngày ngh đó bình th ng thì không ai đ i gì mà không l y h t. Th nh ng, th i bu i khó khăn khi n cho các bà nhi u khi ph i b t ngày ngh nhà đ đi làm vi c. Trong khi có quy n ngh 26 tu n, 51% các bà Ái Nhĩ Lan và 53% ng i Anh b h t đ đi làm!

Bên kia đ i đ ng chuyên còn t h i h n n a. T i Hoa K , không có chuyên ngh h s n m y tu n l ! Không có quy n ngh thì ph i đi làm thôi?

Âu Châu đ ng b

Cho t i nay, ngh h s n t i thi u t i Âu Châu là 14 tu n l , có th s p tăng lên 20 tu n l . Đó là đ ngh c a y Ban B o V N Quy n c a Liên Hi p Âu Châu trong khi y h i Âu Châu ch đ ngh 18 tu n.

Đây không ph i là l n đ u tiên các ngh viên Âu Châu bàn đ n vi c kéo dài th i gian ngh h s n. M t đ ngh vào tháng 10 năm 2008 đã s a đ i quy l có t năm 1992 đang áp đ ng hi n nay. V n đ có đ c h m nóng l i không? T ng lai s rõ h n.

S c kh e

Âm nhạc chữa bệnh

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

“Chúng ta ai cũng có một não bộ âm nhạc muốn rằng ta phải giúp bạn nghe sự tốt đẹp của đời,” là xác nhận của Bác Sĩ Pierre Lemaquis chuyên về thói quen 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

Mọi ngày một giờ nghe nhạc trong một tuần là cho bạn nghe người bệnh tê liệt, tê liệt khớp, sa sút... đó là một nghiên cứu mới người phải nghe nhạc. 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 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 chiếu hướng đó: Âm nhạc làm dịu cơn đau nhức của những người bệnh tê liệt. Điều này cũng đúng, âm nhạc cũng làm giảm đau và những nỗi lo lắng về bệnh tật của mình.

Làm sao giờ thích hơn thói quen này? Nghe nhạc, chuyên sự chú ý qua hướng khác, quên đi sự đau đớn. Não bộ tiết ra chất 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, 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, thức giấc muộn hơn.

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% nếu không có âm nhạc.

BS Teppo Sarkamo, người thực hiện cuộc thí nghiệm lưu ý rằng nếu làm sớm thì lợi ích lớn 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 khi bị bệnh trầm cảm. Một công hiệu như Prozac, thuốc an thần mới người đang dùng,

theo l i xác nh n c a các nhà chuyên môn v th n kinh, não b .

“Ng i ta th y rõ trên máy IRM. Khi nghe m t b n nh c hay, có d u hi u thay đ i trong não b . Nh ng ch t này tăng lên: sérotonine, endorphine, dopamine... nh ng hormone c a khoái c m. Ng i ta tìm th y endorphine trong n c mi ng c a các nh c sĩ chuyên nghi p. (Theo Femme Actuelle)