

THÔNG BÁO

Nội dung sinh hoạt lớp tuần 15 học kỳ I năm học 2013-2014

I. TUYÊN TRUYỀN NGÀY THẾ GIỚI PHÒNG CHỐNG AIDS (01/12)

AIDS là hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải do nhiễm virus HIV. Biểu hiện ban đầu khi bị nhiễm virus HIV là đau cơ, đau khớp, sốt cao, vã mồ hôi, mệt mỏi, chán ăn, nôn ói, tiêu chảy, viêm họng, phát ban đỏ ngoài da.

* HIV lây truyền qua 3 đường

- Đường tình dục.
- Máu và các chế phẩm máu.
- Đường mẹ truyền sang con trong thời kỳ mang thai và cho con bú.

* HIV không lây truyền qua

- Giao tiếp thông thường: ôm, hôn, bắt tay, nói chuyện, ho, hắt hơi...
- Dùng chung nhà tắm, bể bơi, bồn tắm, mặc chung quần áo, ngồi chung ghế...
- Ăn uống chung bát đũa, ly chén...
- Côn trùng và súc vật không lây truyền HIV: ruồi, muỗi, chấy, rận, chó, mèo...

* Phòng nhiễm HIV/AIDS lây qua đường tình dục

- Sống lành mạnh, chung thủy một vợ một chồng và cả hai người đều chưa bị nhiễm HIV. Không quan hệ tình dục bừa bãi.
- Trong trường hợp quan hệ tình dục với một đối tượng chưa rõ có bị nhiễm HIV không, cần phải thực hiện tình dục an toàn để bảo vệ cho bản thân bằng cách sử dụng bao cao su mới đúng cách.
- Dùng thuốc diệt tinh trùng và HIV: phổ biến là Nonoxynol-9 (Menfagol) được làm dưới dạng kem bôi, viên đặt, hoặc tẩm vào màng xốp, bao cao su.

* Phòng nhiễm HIV/AIDS lây qua đường máu

- Không tiêm chích ma túy.
- Chỉ truyền máu và các chế phẩm máu khi thật cần thiết, chỉ nhận máu và các chế phẩm máu đã xét nghiệm HIV.

- Chỉ sử dụng bơm kim tiêm vô trùng. Không dùng chung bơm kim tiêm. Sử dụng dụng cụ đã tiệt trùng khi phẫu thuật, xăm, xỏ lỗ, châm cứu...
- Tránh tiếp xúc trực tiếp với các dịch cơ thể của người nhiễm HIV.
- Dùng riêng đồ dùng cá nhân: dao cạo, bàn chải răng, bấm móng tay...

*** Phòng nhiễm HIV/AIDS lây truyền từ mẹ sang con:**

- Phụ nữ nhiễm HIV không nên mang thai, vì tỷ lệ lây truyền HIV sang con là 30%.

Đại dịch HIV/AIDS là một hiểm họa cho sức khỏe và tính mạng của con người trên toàn cầu, ảnh hưởng nghiêm trọng về kinh tế - xã hội của các dân tộc. Để góp phần đẩy lùi căn bệnh thế kỷ, sinh viên cần trang bị cho mình đầy đủ những kiến thức về phòng, chống HIV/AIDS, có lối sống lành mạnh, tự chủ trong các mối quan hệ với bạn bè. Thường xuyên tham gia các buổi tuyên truyền về các tệ nạn xã hội và không sa vào những tệ nạn xã hội như ma túy, mại dâm.

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

Nguyên tắc “Nói thì phải làm” của tư tưởng đạo đức Hồ Chí Minh

"Nói thì phải làm", nghe có vẻ đơn giản nhưng Bác Hồ đã phải phấn đấu suốt cả cuộc đời để thống nhất giữa tư tưởng, lời nói và hành động một cách hiệu quả. Dưới sự lãnh đạo của Đảng Cộng sản Việt Nam và Bác, nhân dân ta đi từ thắng lợi này đến thắng lợi khác trong cuộc kháng chiến trường kỳ chống thực dân Pháp và đế quốc Mỹ xâm lược, giành độc lập tự do cho dân tộc, xây dựng một nước Việt Nam hòa bình, thống nhất, độc lập, dân chủ và giàu mạnh. Bác đã làm đúng như khi trả lời các nhà báo nước ngoài năm 1946 "Tôi chỉ có một sự ham muốn, ham muốn tột bậc, là làm sao cho nước ta được hoàn toàn độc lập, dân ta được hoàn toàn tự do, đồng bào ai cũng có cơm ăn áo mặc, ai cũng được học hành".

Muốn thực hiện được việc thống nhất giữa lời nói với việc làm đòi hỏi cần phải có sự cố gắng bền bỉ và quyết tâm, bởi bất kỳ công việc nào dù lớn hay nhỏ nếu không ra sức phấn đấu thì cũng không thể thành công được. Nói được làm được sẽ mang lại những hiệu quả lớn, được nhiều người hưởng ứng và làm theo. Để làm được điều đó, khi đề ra công việc cần phải cụ thể, từ nhỏ đến lớn, từ dễ đến khó. Ngược lại nói nhiều làm ít hoặc nói mà không làm thì sẽ chỉ mang lại những kết quả phản tác dụng. Bác từng nói “một tấm gương sống còn có giá trị hơn một trăm bài diễn văn tuyên truyền”.

Lực lượng thanh niên là chủ nhân tương lai của nước nhà, những người có vai trò rất lớn trong sự thịnh vượng hay suy yếu của đất nước. Bác đã chỉ ra những việc cần phải làm, những đức tính tự mình phải rèn luyện để có thể đảm đương được các trọng trách đó. Theo Bác mỗi thanh niên, nhất là mỗi cán bộ phải kiên quyết làm cho bằng được những điều sau đây:

- Các sự hy sinh khó nhọc thì mình làm trước người ta, còn sự sung sướng thanh nhàn thì mình nhường người ta hưởng trước.
- Các việc đáng làm, thì có khó mấy cũng cố chịu quyết làm cho kỳ được.

- Ham làm những việc ích quốc lợi dân. Không ham địa vị và công danh phú quý.
- Dem lòng chí công vô tư mà đối với người, đối với việc.
- Quyết tâm làm gương về mặt: siêng năng, tiết kiệm, trong sạch.
- Chớ kiêu ngạo, tự mãn, tự túc. Nói ít làm nhiều, thân ái đoàn kết.

Bài học:

Để có một xã hội ngày càng tốt đẹp, tất cả mọi người được hưởng một cuộc sống ấm no, hạnh phúc thì lối sống mình vì mọi người cần phải được phát huy, nguyên tắc sống "Nói thì phải làm" cần phải được thực hiện một cách nghiêm túc. Thế hệ thanh niên càng phải cố gắng xây dựng nếp sống "Nói thì phải làm" để làm nền tảng cho sự thành công trong cuộc sống. Làm được như vậy là chúng ta đã làm tốt những điều mà Bác Hồ luôn mong muốn và căn dặn.

(Bài viết có sử dụng một số thông tin trên website www.hochiminhcity.gov.vn, mạng thông tin tích hợp trên Internet của TP.HCM)

III. SỨC KHỎE, ĐỜI SỐNG SINH VIÊN

Nhà trọ - nỗi lo chung của sinh viên

Việc ở trọ dường như quá quen thuộc với sinh viên hiện nay. Đa số các bạn sinh viên ở các tỉnh khác, vì vậy dù muốn hay không thì việc ở trọ cũng là điều tất yếu. Ngoài ra còn có rất nhiều tầng lớp lao động khác nhau, vì điều kiện cuộc sống hoặc vì tìm cách mưu sinh nên cũng phải chấp nhận hoàn cảnh tương tự. Tuy nhiên, để tìm được một nhà trọ đáp ứng được đầy đủ nhu cầu về vệ sinh, điều kiện sinh hoạt và đảm bảo về an ninh là bài toán khó đối với sinh viên, nhất là đối với sinh viên mới nhập học, còn bỡ ngỡ nhiều với môi trường sống mới.

Hiện nay, nạn trộm cướp ngày càng trở nên nguy hiểm hơn, cả về mức độ vi phạm lẫn hành vi vi phạm. Hầu hết các vụ mất cắp, đối tượng thường ra tay vào giờ các sinh viên đã đi học, các dãy trọ rất vắng người nên kẻ trộm thừa cơ đột nhập. Nhất là trong khoảng thời gian gần Tết, nguy cơ mất cắp lại càng gia tăng. Những khu nhà trọ thiếu an ninh, không có chủ nhà quản lý dễ làm sinh viên mất nề nếp sinh hoạt vốn có, tạo điều kiện cho lối sống buông thả: sống thử, thường xuyên ăn nhậu, gây gổ làm mất an ninh trật tự...

Đáng chú ý hơn là nạn xâm hại tình dục đối với phụ nữ đang diễn biến ngày càng phức tạp, gây tâm lý lo ngại cho những sinh viên nữ ở trọ. Mới đây, Cơ quan cảnh sát điều tra Công an tỉnh Đồng Nai đưa tin đã bắt giữ T.N.H.M (quê ở Long An) là nghi can giết chị B.T.T.H (19 tuổi, ngụ huyện Cẩm Mỹ, Đồng Nai). Theo thông tin ban đầu, chị H hiện là sinh viên đang học tại địa bàn thành phố Biên Hòa. Ngoài thời gian học tập, chị H còn đi làm thêm để trang trải cuộc sống.

Tại cơ quan điều tra, M đã khai nhận toàn bộ hành vi phạm tội của mình. Theo đó, tối ngày 22/11, M (ở cùng dãy trọ với nạn nhân) sang phòng chị H định lấy trộm điện thoại. Thấy chị H ở trong phòng một mình nên nảy sinh ý định hiếp dâm. M xông vào

và không chế chị H và đòi quan hệ tình dục. Bị chống cự quyết liệt, M dùng tay bóp cổ chị H rồi thực hiện hành vi đồi bại. Sau khi thỏa mãn thú tính, hắn lấy chiếc điện thoại của chị H rồi bỏ về phòng. Sáng ngày 23/11, hắn lại sang phòng chị H. Thấy nạn nhân nằm bất động trên giường, hắn chẳng những không tỏ ra sợ hãi mà còn lục lọi đồ đạc của chị H và lấy đi 30.000^d. Sau khi mọi việc đã xong xuôi, hắn quay trở lại phòng trọ, dọn dẹp đồ đạc và bỏ trốn. Ngay ngày hôm sau, hắn bị công an bắt giữ. (Theo thông tin từ Pháp luật & xã hội, Cơ quan của Sở Tư pháp Hà Nội, website www.phapluatxahoi.vn)

Nhiều sinh viên cho rằng ở trọ là thoải mái, sung sướng vì bố mẹ không quản lý, tự lập về nhiều phương diện. Nhưng chính vì vậy họ lại tự buông thả lối sống của chính mình: xem thường việc ăn uống, nghỉ ngơi; sinh hoạt, giải trí không đúng giờ giấc; sức khỏe, kết quả học tập giảm sút. Hơn nữa, những tệ nạn xã hội xảy ra ngày càng phức tạp, môi trường an ninh thấp kém đang đe dọa nghiêm trọng cuộc sống của những sinh viên sống xa nhà. Do đó mỗi sinh viên cần tìm cho mình một nơi ở hợp lý, đảm bảo an ninh và thuận tiện cho công việc học tập, đồng thời nâng cao ý thức trong việc tự quản lý bản thân.

IV. ĐÁNH GIÁ KẾT QUẢ RÈN LUYỆN SINH VIÊN

Ngày 23/11/2013 sinh viên bắt đầu tiến hành đánh giá kết quả rèn luyện sinh viên học kỳ 1 năm học 2013-2014 (đối với khóa 2013 sẽ tiến hành đánh giá kết quả rèn luyện kể từ ngày 17/2/2014). Các bạn sinh viên lên trang web của nhà trường (lhu.edu.vn → *văn bản* → *Công tác sinh viên-Văn bản* → *Mẫu Đánh giá kết quả rèn luyện sinh viên học kỳ 1, năm học 203-2014*) để tải biểu mẫu đánh giá kết quả rèn luyện và tiến hành đánh giá theo hướng dẫn của GVCN/CVHT.

V. NỘI DUNG THÔNG BÁO CỦA KHOA

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

Nơi nhận:

- Ban Giám hiệu (báo cáo);
- Các Khoa (phổ biến cho sinh viên);
- Lưu P.HCTC, P.CTSV.

**KT. HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

(đã ký)

NGƯT. TS Nguyễn Thị Thu Lan