



ATLANTA Life

ĐỜI SỐNG ATLANTA

PHÁT HÀNH
THÁNG
GWINNETT
DEKALB
CLAYTON
FULTON COBB

Vinh Bùi Từ Tay Trắng Đến Tự Chủ Về Tài Chính

NGỌC LAN

Vinh Bùi, chàng trai Việt biến khủng hoảng thành bộ phận

Bùi Bảo Vinh cũng như bao thanh niên Việt đến Mỹ bắt đầu từ con số 0, chật vật tìm đủ mọi cách để kiếm sống và hòa nhập vào xã hội Mỹ. Anh nói: “*Tạo lập bất cứ điều gì ở Mỹ đều không dễ dàng, vì mình là người mới nhập cư. Nhiều người đến Mỹ với giấc mơ màu hồng và nhanh chóng vỡ mộng, nhưng ngay từ ban đầu em đã xác định tâm lý rõ ràng, cuộc sống ở Mỹ không phải là bức tranh màu hồng mà bản thân mỗi người phải nỗ lực gấp 5-7 lần để tồn tại và hòa nhập vào xã hội Mỹ. Em chưa từng có ngày nào quá rảnh, lúc nào em cũng đi học, đi làm, có lúc nhận hai, ba việc chỉ để đủ sống*”. Vinh Bùi kể: “*Những năm đầu tiên em vừa đi học,*



vừa làm đủ thứ việc, từ chạy bàn nhà hàng đến thợ nail, và tích cóp từng đồng để gầy dựng sự nghiệp riêng”

Nghề bánh 'cứu cánh': khởi nghiệp trên đất Mỹ

Startup đầu tiên của anh là làm bánh kem và bánh bông lan trứng muối. Một nghề mà anh học được từ gia đình anh ở Việt Nam, đặc biệt, anh hoàn toàn

học online và tự mình thực tập cho đến khi có công thức riêng, chuẩn nhất rồi mang đi giới thiệu chào hàng với những người quen. May mắn, lúc đó cộng đồng người Việt rất thích những loại bánh có hương vị mới phù hợp với khẩu vị, nhu cầu của người Việt và nhanh chóng xây dựng được sự tín nhiệm với khách hàng.

Có thu nhập và phát triển được thương hiệu làm bánh trong cộng đồng Việt Nam tại Atlanta, cuộc sống Vinh đã có sự ổn định về tài chính và tự hào về bản thân mình.

"Đời em lúc đó bình an như một dòng sông phẳng lặng, nhưng có lẽ đó không phải là những gì cuộc đời định sẵn cho mình. Sóng gió càng lặn, em

tiếp tục ở trang 2

CHO VAY TIỀN
KHÔNG XÉT THU NHẬP

10-30% DOWN PAYMENT

MUA NHÀ, TÌM NHÀ, LOAN, REFINANCE

CHÚNG TÔI CÓ GIẢI PHÁP VAY CHO NGƯỜI MUA NHÀ GẤP KHÓ KHĂN. LÃI SUẤT THẤP

ĐÚC CAO 678-908-6606

Bảo Mật Thông Tin Người Mua Nhà

H.R. 2808 – Homebuyers Privacy Protection Act, ban hành ngày **5 tháng 9, 2025** nhằm bảo vệ **nhều hơn** quyền riêng tư cho người mua nhà và sẽ có hiệu lực sau 180 ngày.

Theo luật này, các công ty báo cáo tín dụng không được tự ý chia sẻ thông tin tín dụng của người dân cho bên thứ ba. Ngoại lệ chỉ áp dụng khi có sự đồng ý minh bạch của chính người mua, hoặc khi bên nhận thông tin là ngân hàng, công ty cho vay, hay bên đang trực tiếp giữ và quản lý khoản vay thế chấp của họ.

tiếp tục ở trang 3

Khuê Financial Services®

5000 Buford Hwy, Ste.A105 Chamblee, GA 30341

<https://khuefinancial.com>

Email: info@khuefinancial.com



Khuê Nguyễn

800-820-9772

Direct: 770-881-0480

**CHUYÊN VỀ BẢO HIỂM, KHAI THUẾ VÀ GIẢI PHÁP TÀI CHÍNH HƯU TRÍ
LICENSE 50 TIỂU BANG**

**CHÚNG TÔI ĐẠI DIỆN CHO NHIỀU CÔNG TY BẢO HIỂM UY TÍN
ĐÃ HOẠT ĐỘNG NHIỀU NĂM TẠI USA**



- 🛡️ Bảo hiểm sức khỏe
- 🛡️ Bảo hiểm nhân thọ
- 🏠 Dành tiền hưu trí
- 🎓 Dành tiền cho con em vào Đại học
- 📋 Khai thuế thương mại và cá nhân



LAW OFFICE OF TRUONG, P.C.
VĂN PHÒNG LUẬT SƯ TRƯƠNG
THÀNH LẬP NĂM 2001

Luật Sư TRƯƠNG MINH CƯỜNG

Juris Doctor Degree from Georgia State University, College of Law

Bachelor Degree with Highest Honor from Georgia Tech

Member of State Bar of Georgia since 2001

Personal Injury Law | Tai nạn xe & Thương tích cá nhân
Serious injury, wrongful death, truck accident, premise liability
*** Tham khảo miễn phí, chỉ nhận phí khi được bồi thường.

Family Law | Luật gia đình, Ly hôn, Tranh chấp & Di chúc

Immigration Law (50 States) | Luật di trú, Bảo lãnh, Thẻ xanh, Quốc tịch, Công hàm độc thân

Bankruptcy, Criminal law & Litigation | Luật phá sản, hình sự & thưa kiện tranh chấp

2403 SHALLOWFORD TER, CHAMBLEE GA 30341 (Gần khu Chợ Việt trên đường Buford Highway)
Office: 770-452-1347 | Cell: 404-400-9974 | EMAIL: GENERAL@CMTLAWOFFICE.COM

Community | Cộng đồng

tiếp theo trang 1

càng cảm thấy mình sống thiếu động lực, thiếu giá trị, cứ tiếp tục làm như vậy thì đủ sống nhưng không thể tiến xa được” Vinh Bùi kể.

Sống gió tiền ảo: bài học đắt giá về niềm tin và rủi ro

Nhưng rồi biến cố bất ngờ ập đến. Với mong muốn tìm một nguồn thu nhập để có cuộc sống an toàn hơn, Vinh lao vào đầu tư tiền điện tử qua mạng internet. Thế nhưng, vì quá tin người, anh trở thành nạn nhân của một vụ lừa đảo và mất sạch số tiền tích góp. “Em mất trắng chỉ sau một đêm vì cái trò tiền ảo,” Vinh kể, nở nụ cười gượng, nhưng trong ánh mắt vẫn còn thấp thoáng nỗi buồn. “Tiền dành dụm bao năm từ lao động chân chính bay sạch, và điều đau đớn hơn cả là em mất đi niềm tin vào con người.”

“Lúc đó em hoang mang lắm,” Vinh nhớ lại. “Không biết phải làm gì để trả nợ, để tiếp tục sống.”

Thế nhưng, thay vì để mình gục ngã trong thất vọng, Vinh chọn cách đứng dậy. Anh không oán trách, không trốn chạy, mà quyết định lao vào công việc, lập kế hoạch làm việc chăm chỉ hơn để gầy dựng lại từ đầu. Vốn là người nhanh nhẹn, chịu khó và không ngại thử thách, anh hiểu rằng chỉ có tìm một con đường mới, vững chắc hơn, mới có thể vực dậy cuộc đời mình. “Em nghĩ, mình còn trẻ, còn sức khỏe, không thể cứ ngồi than thân trách phận được,” Vinh nói. “Phải đứng lên, phải làm lại từ đầu.”

Bảo hiểm nhân thọ: giải pháp phòng ngừa rủi ro

Trong những thời điểm khó khăn nhất của cuộc sống, câu nói của Warren Buffett như một lời cảnh tỉnh: “Nếu bạn không tìm ra cách kiếm tiền trong khi ngủ, bạn sẽ phải làm việc cho đến hết đời.”



Chính khát khao tìm kiếm một nguồn thu nhập mới, một hướng đi bền vững đã thôi thúc Vinh để mắt đến ngành bảo hiểm nhân thọ. Ở đây, anh nhận ra không chỉ là cơ hội xây dựng thu nhập thụ động, mà còn là một nghề nghiệp mang lại giá trị nhân văn sâu sắc. Với một hợp đồng bảo hiểm, người bình thường cũng có thể sở hữu nhiều quyền lợi thiết thực: bảo vệ tài chính khi rủi ro xảy ra khi bệnh tật, tích lũy cho tương lai *Hưu Trí*, và đặc biệt là tạo nền tảng tiết kiệm sinh lời *Cho Con Đi học Đại Học, Tiết Kiệm* để có cuộc sống an tâm hơn. Hơn cả một công việc, bảo hiểm mở ra cánh cửa để mỗi người vừa tạo dựng sự nghiệp, vừa trao đi giá trị giúp cộng đồng sống an toàn và trọn vẹn hơn.

Từ nỗi lo cá nhân đến cơ hội cộng đồng

Sống một mình ở Mỹ, không có bất kỳ khoản tiết kiệm nào để dự phòng, Vinh Bùi từng nhiều lần trăn trở: nếu một ngày nào đó rủi ro bất ngờ xảy đến, anh sẽ trở thành gánh nặng cho gia đình ở quê nhà. “Ở đất khách, không có gì trong tay ngoài sức lao động, em thật sự lo lắng cho tương lai của mình,” Vinh nhớ lại. Chính nỗi lo ấy đã thôi thúc anh đi tìm một giải pháp tài chính có

thể vừa bảo vệ bản thân, vừa giúp anh xây dựng sự an toàn lâu dài.

Trong quá trình tìm kiếm, Vinh nhận ra nhiều người Việt tại Mỹ cũng đang đứng trước những băn khoăn tương tự. Họ chăm chỉ làm việc để lo cho gia đình, nhưng lại ít có thời gian và cơ hội tiếp cận những kiến thức tài chính chuyên sâu để chủ động bảo vệ quyền lợi của mình. “Em thấy được giá trị của bảo hiểm,” Vinh nói, ánh mắt sáng lên. “Em mong muốn có thể chia sẻ những gì mình học được, để bà con mình yên tâm hơn khi nghĩ về tương lai.”

Hành trình từ con số 0

Không có nền tảng tài chính, cũng chẳng có kinh nghiệm trong ngành, Vinh bắt đầu lại từ con số 0. Anh dành thời gian đọc sách, tham gia các khóa đào tạo, và không ngần ngại tìm đến những mentor đi trước để gỡ rối từng khúc mắc. Mỗi ngày, anh học thêm một chút, ghi chép lại, rồi thử áp dụng vào chính kế hoạch tài chính của mình.

Từ đó, Vinh dần nhận ra rằng bảo hiểm nhân thọ không chỉ là một sản phẩm tài chính, mà là một **giải pháp đa giá trị**: bảo vệ tài chính khi rủi ro, tích lũy tiết kiệm an toàn, chăm sóc sức khỏe, và chuẩn bị nguồn

hưu trí trong tương lai. Với anh, bảo hiểm chính là cách tiết kiệm mỗi ngày một cách an toàn nhất, vừa cho bản thân, vừa cho gia đình.

Hơn cả một công việc

Điều quan trọng hơn, Vinh không chỉ tìm thấy lời giải cho nỗi lo của riêng mình, mà còn mở ra một hướng đi nghề nghiệp. Ngành bảo hiểm cho anh cơ hội vừa tạo dựng sự nghiệp, vừa trao đi giá trị giúp cộng đồng mình sống an toàn và trọn vẹn hơn. “Em tin rằng, nếu mỗi người đều có sự chuẩn bị, thì cuộc sống sẽ bớt đi nhiều gánh nặng. Và em muốn góp phần vào điều đó,” Vinh chia sẻ.

Từ một người nhập cư trẻ tuổi, sống một mình nơi đất khách, không có khoản tiết kiệm nào, Vinh đã biến lo lắng thành động lực, biến câu hỏi cho tương lai thành một sự nghiệp đầy ý nghĩa. Với anh, bảo hiểm không chỉ là giải pháp tài chính, mà còn là cây cầu kết nối để giúp cộng đồng Việt tại Mỹ an tâm vững bước, dù phía trước có bất trắc nào xảy ra.

“Em rất biết ơn cộng đồng người Việt tại Atlanta và những tiểu bang lân cận đã tin tưởng em,” Vinh Bùi chia sẻ. “Chính họ là động lực để em cố gắng mỗi ngày. Nhìn thấy nụ cười an tâm của khách hàng khi gia đình họ

được bảo vệ, em cảm nhận được mình đã làm được một điều thật sự có ý nghĩa. Và em muốn tiếp tục trao đi giá trị đó, truyền cảm hứng cho những người trẻ dám ước mơ và dám hành động.”

Thế nhưng, con đường làm tư vấn bảo hiểm không hề dễ dàng. “Nhiều người vẫn chưa tin vào bảo hiểm nhân thọ, vì giấy tờ phức tạp và toàn bằng tiếng Anh,” Vinh chia sẻ. Nhưng thay vì nản lòng, anh chọn sự kiên trì. Anh tin rằng sự chân thành và kiến thức vững vàng sẽ dần xóa bỏ những hoài nghi.

Anh nhấn mạnh: “Em làm việc cho một công ty uy tín đã tồn tại cả trăm năm, với những sản phẩm bảo hiểm được thiết kế để bảo vệ khách hàng trước những rủi ro lớn nhất của cuộc đời.”

Chính những câu chuyện anh tận mắt chứng kiến – người chồng trụ cột mất đi, để lại gánh nặng cho vợ con, những đứa trẻ phải dở dang ước mơ học hành, gia đình chật vật nhiều năm để dựng lại cuộc sống, đã trở thành động lực để Vinh bền bỉ tiếp tục.

Với anh, bí quyết của nghề tư vấn bảo hiểm bắt đầu từ sự thấu hiểu và đặt lợi ích của khách hàng lên hàng đầu. “Em luôn chọn cách nói thật và tận tâm,” Vinh khẳng định. “Em không muốn khách hàng mua một hợp đồng mà họ không hiểu. Với em, bảo hiểm không phải là công cụ để kiếm lợi nhuận nhanh chóng, mà là một kế hoạch tiết kiệm bền vững, giúp bảo vệ nguồn tài chính cho gia đình, điều mà bất kỳ ai cũng cần trong cuộc sống này.”

Và lời khuyên dành cho những người mới khởi nghiệp, anh tự tin nói: “Hãy tin vào bản thân mình, đừng ngại thử thách, và luôn đặt lợi ích của khách hàng lên hàng đầu. Thành công sẽ đến với những ai tâm huyết và chân thành.”

Khi tôi hỏi em đã tìm thấy giá trị cốt lõi trong cuộc

Cha Mẹ Không Thể Thuê Người Khác Nuôi Dưỡng Tuổi Thơ Con

NGUYỆT HÀ

Trong nhiều gia đình Việt tại vùng Atlanta, cha mẹ mãi mê làm việc, làm luôn cả cuối tuần, mong dành dụm cho con một tương lai đủ đầy. Trong lúc bận rộn, không ít người đành gửi gắm phần lớn trách nhiệm dạy dỗ cho nhà trường và xã hội. Nhưng nhà trường chỉ có thể truyền đạt kiến thức, xã hội có thể mở ra cơ hội, còn tấm lòng thương yêu và nếp sống làm gương, chỉ có cha mẹ mới trao được cho con.

Khi thiếu sự hiện diện của gia đình, trẻ em lớn lên với nhiều khoảng trống tình cảm. Và những khoảng trống ấy, tiếc thay, không dễ gì được bù đắp về sau.

Phương cách nhỏ, đổi thay lớn

• **Bữa cơm gia đình không điện thoại:** Nghiên cứu của Đại học Illinois (2015) cho thấy, trẻ em dùng bữa cùng cha mẹ ít nhất 4 lần mỗi tuần có khả năng

học hành tiến bộ hơn và ít vướng vào hành vi tiêu cực.

• **Trò chuyện ngắn mỗi tối:** Các chuyên viên tâm lý tại Mayo Clinic nhận định, việc phụ huynh dành ra chỉ 10–15 phút nói chuyện riêng với con mỗi ngày giúp trẻ giảm căng thẳng và gia tăng tự tin.

• **Cùng con tham gia sinh hoạt cộng đồng hay nhà thờ:** Một khảo cứu tại *Journal of Child Development* ghi nhận, trẻ em gắn bó với hoạt động cộng đồng có chỉ số hạnh phúc cao hơn và ít rơi vào tình trạng cô lập.

• **Làm gương từ điều nhỏ:** Theo Viện Tâm lý Hoa Kỳ (APA), con trẻ học hỏi hành vi qua quan sát nhiều hơn qua lời dạy.

• **Khen thưởng dù chỉ là kết quả nhỏ:** Một nghiên cứu tại Stanford cho thấy, lời khen về sự cố gắng (thay vì chỉ kết quả) làm trẻ kiên nhẫn và bền chí hơn khi gặp khó khăn.

Những điều tuyệt đối tránh khi dạy con



• **Đừng la hét hay nạt nộ:** Nghiên cứu của Đại học Pittsburgh (2013) cho biết, cha mẹ thường xuyên la hét hay nạt nộ dễ khiến con mắc chứng lo âu và trầm cảm.

• **Đừng khinh khi hay chê bai:** Theo *Journal of Child Psychology*, lời chê nặng nề có thể để lại “vết sẹo tâm lý” khiến trẻ dễ tự ti, né tránh khó khăn.

• **Cẩn trọng với ánh mắt, cử chỉ:** Các nhà nghiên cứu tại UCLA khẳng định, 70% thông điệp trong giao tiếp đến từ ngôn ngữ cơ thể, một ánh mắt lạnh lùng có sức nặng hơn cả ngàn lời nói.

• **Đừng so sánh:** Một khảo sát của Hiệp hội Nhi khoa Hoa Kỳ chỉ ra, việc so sánh trẻ với anh chị em hay

với đứa trẻ khác dễ làm giảm đi sự gần gũi trong gia đình và gây mặc cảm kéo dài.

Tiền bạc có thể dành dụm, công việc có thể đổi thay, nhưng tuổi thơ của con thì chỉ đến một lần. Và trong hành trình ngắn ngủi mà vô giá ấy, cha mẹ chính là người thầy đầu tiên, cũng là người quan trọng nhất.

sống hiện tại chưa, bạn trẻ ấy đã cười sảng khoái mà nói: “Chị hỏi khó quá, em cũng chưa biết trả lời ra sao nhưng tầm nhìn của em là hướng đến việc trở thành mentor, dẫn đường cho những người khác. Em không thể có được ngày hôm nay nếu thiếu sự cố vấn của những dẫn đường, người chị dẫn dắt em vào nghề làm bánh, người mentor có tư duy tích cực, luôn vực dậy tinh thần của em trong những lúc em chơi với.”

Từ một chàng trai tay trắng nơi đất khách, Vinh Bùi đã từng bước vươn lên, trở thành một chuyên gia tư vấn bảo hiểm đáng tin cậy. Hành trình ấy

không chỉ mang lại cho anh một cuộc sống ổn định và hạnh phúc, mà quan trọng hơn, anh đã giúp nhiều gia đình người Việt tìm thấy điểm tựa tài chính vững chắc, để yên tâm xây dựng tương lai.

Câu chuyện của Vinh cũng chính là lời nhắn nhủ dành cho những ai đang trăn trở về tương lai: rằng dù bất

đầu từ con số 0, ai cũng có thể tìm thấy cho mình một cơ hội mới, một công việc không chỉ đem lại thu nhập, mà còn mang theo giá trị nhân văn và sự bình an. Bảo hiểm, với Vinh, không đơn thuần là một ngành nghề, mà là hành trình trao đi niềm tin và bảo vệ hạnh phúc cho những gia đình Việt nơi xứ người.



Together We "Build" Value For Life

In order to provide the most fitting and beneficial plans for you, we are partnered with the most respected financial companies in the financial industry:



OUR PRODUCTS & SPECIAL SERVICES/CHUYÊN MÔN CỦA CHÚNG TÔI

- Income Protection/Bảo vệ Thu Nhập
- Living Benefits/Bồi thường Khi Bệnh
- Set Up Tax Retirement/Về hưu Miễn Thuế
- College Planning/Quỹ Tiết kiệm Đại học Cho Các Bé
- Life Insurance with Interest/Bảo hiểm Nhân thọ Có Tiền Lãi
- Final Expenses/Bảo hiểm Hậu Sự
- Tax Benefit Solutions For Businesses/Giảm Thuế Cá Nhân & V&A Thương Mại

We are licensed in 50 states. You worked hard for your money, let US work hard to help you protect and multiply your wealth.



VINH BUI
License # 3628802
FB: Bui Bao Vinh

Đồng hành cùng IAA: Niềm tin và giá trị bền vững

Hiện Vinh đang cộng tác cùng **Independent Agency Alliance (IAA)**, công ty tư vấn Tài Chính - Bảo Hiểm, đối tác của 11 tập đoàn bảo hiểm hàng đầu nước Mỹ. Đây đều là những tập đoàn uy tín, có lịch sử phát triển từ 50 đến hơn 100 năm. Chính nền tảng vững chắc ấy đã tạo cho Vinh niềm tin để bắt đầu hành trình của mình.

Từ tháng 6/2025, **Văn phòng IAA tại Atlanta, GA** chính thức đi vào hoạt động, mang theo sứ mệnh trở thành trung tâm đào tạo hàng đầu dành

cho cộng đồng người Việt tại Mỹ. Nơi đây không chỉ đơn thuần là văn phòng bảo hiểm, mà là một **ngôi trường thực tiễn**, nơi mọi người có thể học hỏi kiến thức tài chính, phát triển tư duy lãnh đạo, và khám phá cơ hội xây dựng sự nghiệp bền vững.

tiếp theo trang 1

Tìm hiểu thêm về H.R. 2808

- Văn bản luật: congress.gov/bill/119th-congress/house-bill/2808
- Cục Bảo vệ Tài chính Người tiêu dùng (CFPB): (855) 411-2372
- Website hướng dẫn quyền lợi tín dụng: www.consumerfinance.gov

 Community | Cộng đồng

Công Nghệ Mới Giúp Khách Hàng Mua Nhà Lãi Suất Thấp Nhất Hiện Nay



WONDER RATES ACHIEVEMENT
2021 - PRESENT






\$2 Billion+
Total in funding

wonder rates inc.
NMLS#1518655
☎ 408-600-1900

Top Nationwide


NGỌC TÍN

Đức Phạm người sáng lập Wonder Rates

Nói tới Đức Phạm bà con hay nói đến chuyện vay nhà với giá tốt. Vốn học ngành khoa học máy tính ở Mỹ, anh đem kiến thức kỹ thuật ứng dụng vào công việc mortgage, một ngành vốn nhiều giấy tờ và thủ tục rườm rà.

Điều khác biệt của Wonder Rates là có hệ thống dùng dữ liệu và trí tuệ nhân tạo (AI) để **so sánh nhiều ngân hàng và tổ chức tài chính cùng một lúc**, chứ không chỉ dựa vào vài nơi quen thuộc. Nhờ vậy, khách hàng có thể thấy được chỗ nào có lãi suất thấp nhất cho hồ sơ của mình. Nhiều bước kiểm tra cũng được tự động nhanh chóng, vừa rút ngắn thời gian, vừa tiết kiệm chi phí vận hành, **cuối cùng lợi ích quay lại cho người đi vay.**

“**Công nghệ là bằng chứng rõ ràng nhất. Mình không cần nói nhiều, chỉ cần để con số cho thấy khách hàng thật sự có được lãi suất thấp hơn mặt bằng.**”

Anh **Đức Phạm** nói đơn giản:

Khách hàng ở Atlanta nếu đang tính chuyện mua nhà, muốn tìm chỗ vay rõ ràng, lãi suất nhẹ hơn, thì có thể cân nhắc **Wonder Rates** như một giải pháp đáng để thử.

Về Wonder Rates

Wonder Rates nằm trong **Top 5 công ty môi giới mortgage tại Hoa Kỳ**, với tổng số tiền giải ngân lên tới hàng tỉ đô-la cho khách hàng vay mua nhà. Công ty chuyên mang lại những khoản vay với **lãi suất thấp và tốt nhất, thủ**

tục để được duyệt, gồm nhiều loại hình: **vay nhà ở, vay không tốn phí đóng hồ sơ (no closing cost), Non-QM, không cần chứng minh thu nhập (no income check), hard money loan, và đặc biệt là đóng hồ sơ nhanh, dịch vụ tận tâm.**

Wonder Rates đi tiên phong trong việc áp dụng **trí tuệ nhân tạo (AI)** để thay đổi cách khách hàng tiếp cận mortgage với lãi suất thấp nhất:

- **Mua nhà (full docs purchase): lãi suất chỉ từ 5.5%**, không điểm (no point), không phí môi giới.

- **Tái tài trợ (full docs refinance): lãi suất chỉ từ 6.25%**, không điểm, không phí đóng hồ sơ.

- **Non-QM purchase: lãi suất chỉ từ 6.75%**, không điểm, phí trả cho borrower.

Xin Gọi 669 777 999 để cập nhật lãi suất mua nhà thấp nhất.



WONDER RATES, INC.
ĐANG TÌM KIẾM CÁC VỊ TRÍ

LOAN PROCESSOR - LÀM VIỆC TẠI ATLANTA

- Có ít nhất 1 năm kinh nghiệm xử lý hồ sơ mortgage.
- Làm việc cẩn thận, đúng hạn.

BUSINESS DEVELOPMENT MANAGER - LÀM VIỆC TẠI ATLANTA

- Trên 2 năm kinh nghiệm phát triển kinh doanh hay dịch vụ tài chính.
- Có khả năng xây dựng quan hệ, mở rộng khách hàng.
- Biết cách chạy KPI.

CHIEF OPERATING OFFICER - QUẢN LÝ

- Trên 5 năm kinh nghiệm quản trị.
- Chịu trách nhiệm quản trị 40 nhân sự.
- Biết xây dựng quy trình, OKR/KPI.

Quyền lợi chung: lương bổng cạnh tranh, có thưởng, môi trường minh bạch, có đường thăng tiến rõ ràng.

Nộp đơn: gửi CV về dp@wonderrates.com

2025

HỘI CHỢ SỨC KHỎE CỘNG ĐỒNG

FREE

Khám sức khỏe miễn phí, không cần bảo hiểm sức khỏe, quà tặng hấp dẫn, thông tin hỗ trợ cộng đồng và nhiều hoạt động khác!

NORCROSS

 **Thứ Bảy, ngày 20 tháng 9**

 **10:00 sáng – 2:00 chiều**

 **Chợ Hong Kong**

**5495 Jimmy Carter Blvd, Norcross,
GA 30093**

MORROW

 **Thứ Bảy, ngày 4 tháng 10**

 **10:00 sáng – 2:00 chiều**

 **Morrow City Hall Park**

**1500 Morrow Rd, Morrow, GA
30260**

Các dịch vụ:

- Tiêm ngừa cúm
- Tầm soát cholesterol, đường huyết và mật độ xương
- Đo huyết áp, chỉ số BMI và điện tâm đồ (EKG)
- Khám ngực lâm sàng và giới thiệu chụp nhũ ảnh
- Thông tin hỗ trợ chống bạo hành gia đình
- Sức khỏe gia đình và hội thảo phòng ngừa, lập kế hoạch
- Cắt tóc nam/nữ
- Tư vấn với bác sĩ
- Kiểm tra răng
- Đào tạo an toàn lao động
- Khu vui chơi trẻ em
- Các dịch vụ khác...

(770) 458-6700

Arts & Entertainment | Nghệ thuật & Giải trí

Show Diễn Shen Yun tại Atlanta Nghệ Thuật Đỉnh Cao Âm Nhạc & Vũ Đạo

JULIE NGUYEN

Shen Yun còn được gọi là Thần Vận, là một đoàn trình diễn nghệ thuật nổi tiếng hàng đầu trên thế giới, được thành lập vào năm 2006 tại New York, là một tổ chức phi chính phủ và phi lợi nhuận. Shen Yun-Thần Vận, mang ý nghĩa là vẻ đẹp của những vị Thần đang múa.

Thông điệp không cần lời nói

Thông qua âm nhạc và vũ đạo, Shen Yun sẽ đưa khán giả qua một hành trình xuyên suốt 5,000 năm văn hoá truyền thống Trung Hoa trước thời cộng sản, với khoảng 20 tiết mục, từ cung đình thời Hán, Đường triều thịnh thế, cho đến nhà Minh, nhà Thanh; từ mỹ cảnh vùng Giang Nam đến cao nguyên vùng Tây Bắc. Trong các tiết mục cũng triển hiện các thể loại nhân vật: từ những mỹ nữ đoàn trang xinh đẹp trong cung đình cho đến những đại tướng oai phong lẫm liệt rong ruổi trên chiến trường. Những sự tích anh hùng rung động lòng người, **những truyền thuyết tuyệt đẹp về giá trị nhân văn của Nhân-Lễ-Nghĩa-Trí-Tín** thật vô cùng cảm động, được tái hiện một cách sống động trên sân khấu của Shen Yun.

Với màn hình kỹ thuật số 3 chiều độc quyền hiện đại, độc nhất vô nhị giúp cho người nghệ sĩ như có thể di chuyển qua lại giữa hai thế giới một cách ngoạn mục:

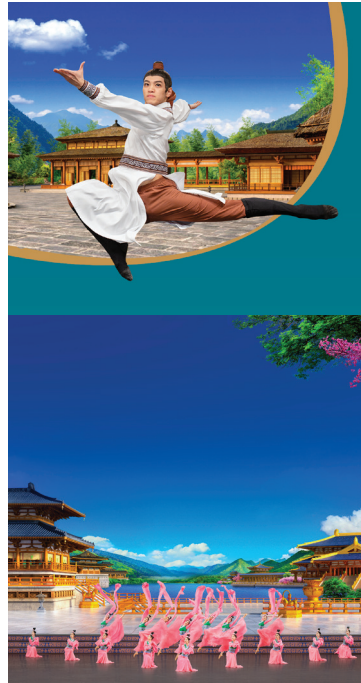
người nghệ sĩ từ sân khấu có thể tiến nhập vào màn hình để trình diễn, và người nghệ sĩ từ trong màn hình có thể bước ra sân khấu để trình diễn.

Với những bộ trang phục yêu kiều, thướt tha, tiếng nhạc du dương, trầm bổng, những điệu múa điêu luyện, tài tình, nhẹ nhàng, uyển chuyển cùng với cảnh sắc say đắm lòng người của thiên thượng đã để lại những ấn tượng khó phai trong lòng người xem.

Ngoài giá trị giải trí, âm nhạc của Shen Yun còn có thể mang đến cho người xem lợi ích về sức khỏe. Người xưa dùng âm nhạc để điều chỉnh lại những sai lệch trong cơ thể con người. Vì âm nhạc cổ điển có ngũ cung tương ứng với ngũ hành, mà vạn sự vạn vật trong trời đất đều được cấu thành bởi **ngũ hành**: Kim, Mộc, Thủy, Hỏa, Thổ. Âm thanh là sự truyền tải của năng lượng. Mỗi tầng số âm thanh khác nhau có mang theo năng lượng khác nhau, có ảnh hưởng lên thân thể con người khác nhau. Vì vậy âm nhạc cổ điển có thể điều chỉnh lại những chỗ bất toàn trong cơ thể con người.

Nói tóm lại: có những điều mà chỉ có thể tìm thấy được ở Shen Yun, nhưng không thể tìm thấy ở nơi khác như là:

1. Âm nhạc của Shen Yun du dương, nhẹ nhàng, tuyệt hảo! Khi buông tâm xuống để lắng nghe, nó có thể lấy đi những phiền toái thường nhật của chúng ta. Khán Giả như



được tách ra khỏi thế giới ồn ào và được đưa đến một không gian mỹ diệu khác. Nhạc Ngũ Cung của Shen Yun có ảnh hưởng tốt đến sức khỏe.

2. Các ca sĩ Bel-Canto của Shen Yun dùng **kỹ thuật hát “Thần truyền”** nên **không cần dùng micro** mà âm thanh chứa đầy nội lực của họ vẫn vang dội khắp khán phòng! Đây là điều mà các ca sĩ hát nhạc cổ điển khác không làm được.

3. Dàn nhạc giao hưởng của Shen Yun là sự kết hợp tài tình giữa **nhạc cụ Đông Phương và nhạc cụ Tây Phương**. Ngoài trừ Shen Yun, đây là việc mà chưa có ai khác có thể làm được.

4. **Với màn hình kỹ thuật số 3 chiều**, người nghệ sĩ Shen Yun như thể là được cấp thêm “thần thông”, nên họ có thể vào ra màn hình một cách ngoạn mục, thần



kỳ. Đây cũng là sản phẩm độc quyền của Shen Yun.

Shen Yun là một hiện tượng toàn cầu.

Hàng năm Shen Yun lưu diễn trên 180 thành phố. Từ New York đến Sydney, từ Tokyo tới Paris, và đã được khán giả khắp nơi trên thế giới yêu mến. Shen Yun không chỉ là một buổi biểu diễn thông thường, mà Shen Yun thật sự là một con tàu “thần kỳ” đưa chúng ta trở về với thế giới văn hóa truyền thống, gợi nhớ cho chúng ta những giá trị văn hóa truyền thống tốt đẹp, cao quý, giàu ý nghĩa của nhân sinh như Nhân, Lễ, Nghĩa, Trí, Tín đã bị lãng quên.

Nhiều khán giả chia sẻ rằng giá trị tinh thần và cảm xúc họ nhận được vượt xa số tiền bỏ ra cho tấm vé. Shen Yun không chỉ đơn thuần là giải trí, mà còn là một trải



nghiệm nghệ thuật và văn hoá hiếm có, như một món quà đặc biệt dành tặng cho chính mình và gia đình.

Nếu bạn yêu mến nghệ thuật, trân trọng cái đẹp và khao khát được chạm đến những giá trị tinh thần vượt thời gian, thì Shen Yun chắc chắn sẽ mang lại cho bạn một trải nghiệm kỳ diệu, khó quên.

Kính mời quý vị tham khảo thông tin các suất diễn Shen Yun dưới đây và liên hệ ngay số **404-384-5508** để chọn ghế ngồi ưng ý nhất.

Lưu ý: Khi gọi, xin vui lòng nhắc đến **Atlanta Life** để được hưởng mức giá ưu đãi đặc biệt.

Ngoài Atlanta, **Shen Yun cũng sẽ có các suất diễn tại Savannah, Augusta và Columbus.**

Lịch biểu diễn tại Cobb Energy Performing Arts Centre

Jan 27 - Feb 1, 2026

Tue 1/27 – 7:30pm

Wed 1/28 – 7:30pm

Thu 1/29 – 2:00pm & 7:30pm

Fri 1/30 – 7:30pm

Sat 1/31 – 2:00pm & 7:00pm

Sun 2/1 – 2:00pm

Giá Vé: Weekday: \$98 – \$238. Weekend: \$103 – \$263

📍 2800 Cobb Galleria Parkway, Atlanta, GA 30339.

神韻晚會 2026
SHEN YUN
CHINA BEFORE COMMUNISM

Jan 27—Feb 1, 2026 | Cobb Energy Centre



Hotline: 404-384-5508
Mention 'Atlanta Life' for special pricing

ShenYun.com/Atlanta



Shen Yun Show in Atlanta

A Masterpiece of Music and Dance

JULIE NGUYEN

Shen Yun, is one of the world's leading performing arts companies, founded in 2006 in New York. It is a non-governmental and non-profit organization. The name Shen Yun means "*The beauty of divine beings dancing.*"

A Message Beyond Words

Through music and dance, Shen Yun takes you on a journey across **5,000 years of traditional Chinese culture before communism**, with about 20 programs ranging from the Han Dynasty's imperial courts, the grandeur of the Tang Dynasty, to the Ming and Qing Dynasties; from the scenic beauty of Jiangnan to the vast plateaus of the Northwest. Performances also portray diverse characters: from graceful palace ladies to mighty generals galloping across battlefields. Heroic legends that stir the soul and timeless stories of the values of **Compassion, Righteousness, Propriety, Wisdom, and Faith** are vividly brought to life on Shen Yun's stage.

With its **exclusive state-of-the-art 3D digital backdrop**, Shen Yun creates breathtaking scenes where artists

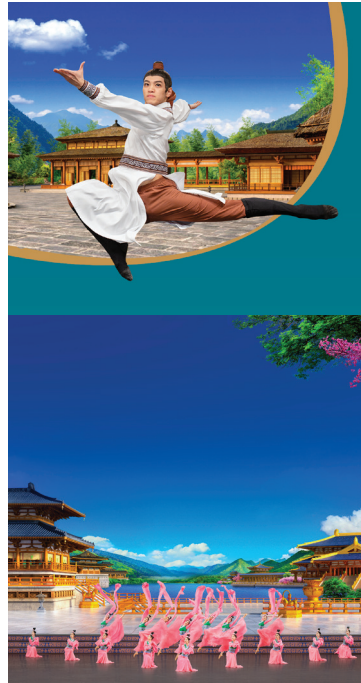
appear to move seamlessly between two worlds: performers can "enter" into the screen and emerge from it back onto the stage.

Beautiful flowing costumes, melodious music, elegant and masterful dance, and heavenly backdrops leave unforgettable impressions in the hearts of audiences.

Beyond entertainment, Shen Yun's music is believed to bring health benefits. In ancient times, music was used to harmonize the imbalances within the human body. Classical Chinese music is based on the five notes corresponding to the **Five Elements** (metal, wood, water, fire, earth), which are the foundation of all things in the universe. Sound is a transmission of energy; each frequency carries unique energy that affects the human body differently. Thus, classical music can help restore balance within the body.

In summary, here are things you will find only in Shen Yun, nowhere else:

1. Shen Yun's music is serene, uplifting, and exquisite! When you listen with a calm heart, it can take away life's worries, transporting you from a



noisy world to a realm of beauty. The Five-Note music of Shen Yun also positively impacts health.

2. Shen Yun's Bel Canto singers use a "**divinely inspired**" **singing technique** that requires no microphones, yet their powerful voices still resonate throughout the entire theater—something other singers cannot achieve.

3. Shen Yun's orchestra blends **Eastern and Western instruments** in perfect harmony. Apart from Shen Yun, no one else has accomplished this.

4. With its **exclusive 3D digital backdrop**, Shen Yun performers appear to have magical powers, moving in and



out of the screen in astonishing ways—an innovation unique to Shen Yun.

Shen Yun is a global phenomenon.

Each year, Shen Yun tours over 180 cities—from New York to Sydney, Tokyo to Paris—and is loved by audiences everywhere. Shen Yun is not just a performance. It is truly a "**divine vessel**" that takes us back to the traditional world, reviving precious cultural values of life—Compassion, Righteousness, Propriety, Wisdom, and Faith—that have long been forgotten.

Many audience members have said that the spiritual and emotional values they receive far exceed the price of the



ticket. Shen Yun is not just entertainment, but a rare artistic and cultural experience—a special gift for oneself and one's family.

If you love art, treasure beauty, and long to connect with timeless spiritual values, Shen Yun will surely bring you a magical, unforgettable experience.

Please see the show details below and call **404-384-5508** to secure the best seats.

Note: Mention **Atlanta Life** for special pricing! In addition to Atlanta, Shen Yun will also have performances in Savannah, Augusta, and Columbus.

Cobb Energy Performing Arts Centre

Jan 27 - Feb 1, 2026

Tue 1/27 – 7:30pm

Wed 1/28 – 7:30pm

Thu 1/29 – 2:00pm & 7:30pm

Fri 1/30 – 7:30pm

Sat 1/31 – 2:00pm & 7:00pm

Sun 2/1 – 2:00pm

Tickets: Weekday: \$98 – \$238. Weekend: \$103 – \$263

2800 Cobb Galleria Parkway, Atlanta, GA 30339.

神韻晚會 2026
SHEN YUN
CHINA BEFORE COMMUNISM

Jan 27—Feb 1, 2026 | Cobb Energy Centre



Hotline: 404-384-5508
Mention 'Atlanta Life' for special pricing

ShenYun.com/Atlanta



LÂN NHÃ - TRUNG QUÂN - PHAN DUY ANH - BẢO ANH - PHƯƠNG PHƯƠNG THẢO
TIÊU MINH PHỤNG - NICOLE - MC KHAI NGUYỄN



SUNDAY
NOVEMBER 16 2025

7PM - 10PM

FOREVER



HEADLINE AND FRIENDS BAND

HARRAH'S CHEROKEE CASINO RESORT
777 CASINO DRIVE, CHEROKEE, NC 28719

DIAMOND \$178 VIP \$148 CLASS A \$108 CLASS B \$98

LIÊN HỆ
616.953.2260

CHƠI Ô CHỮ - THỬ VẬN MAY - TRÚNG VÉ SỐ CÀO

- 1

Côn trùng có khả năng phát sáng vào ban đêm
- 2

Loài cá nước ngọt, đầu dẹt, da trơn, có râu dài
- 3

Mùa nào có lá vàng rơi, gió heo may se lạnh
- 4

Người ngồi dưới gốc cây đa là nhân vật nào ?
- 5

Nhân vật hay cười, bụng phệ, cầm quạt mo, nhảy múa
- 6

Trung thu là "Tết"
- 7

Nước màu vàng nhạt, vị đắng chát, thưởng thức cùng bánh ngọt
- 8

Truyện thuyết "Cá chép hóa"
- 9

Từ còn thiếu trong câu thơ ".....tròn như nón mẹ, nhấp nhô trên đồng xa" là từ nào
- 10

Loài chim lông trắng muốt, bơi nhẹ nhàng trên mặt hồ
- 11

Đồ chơi làm từ vật liệu: tre, giấy, nhựa, gỗ, phát sáng được
- 12

Hoạt động không thể thiếu của các em nhỏ vào đêm trung thu
- 13

Không phải chị họ, cũng chẳng phải chị ruột, nhưng tết trung thu không thiếu bóng chị
- 14

Điệu múa tung bưng, rộn ràng, mang đến may mắn trong các lễ hội.



1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

THÔNG TIN NGƯỜI CHƠI - BÁO THÁNG 09/2025

Họ tên:

Địa chỉ:

.....

THỂ LỆ TRÚNG GIẢI

Quý độc giả vui lòng trả lời 14 câu hỏi và gửi đáp án về địa chỉ
Tòa Soạn: 4300 Buford Hwy NE, Ste 207, Atlanta, GA 30345
Thời gian gửi được tính theo dấu bưu điện, trong vòng 5-7 ngày kể từ ngày phát hành
10 người đầu tiên gửi đáp án đúng và hợp lệ sẽ nhận được: 1 Vé Số Cào, với cơ hội trúng đến \$500,000
Tòa Soạn sẽ gửi Vé Số Cào đến đúng địa chỉ mà người tham dự cung cấp.

Lưu ý:

Mỗi người chỉ tham gia 1 lần
Những thư gửi trễ, thiếu địa chỉ hoặc đáp án sai sẽ không được tính và không nhận giải
Tòa Soạn sẽ công bố số seri của 10 Vé Số Cào trúng giải trên số báo kế tiếp hoặc trên fanpage chính thức.

Đáp Án Ô Chữ Tháng 8: **HỘI NGỘ MÙA THU**
Chúc mừng Độc giả Lan The Nguyen nhận Vé Cào **JUMBO020**.

Wellness | Sức Khỏe Toàn Diện

Trải Nghiệm Du Lịch Cruise & Những Điều Cần Biết

NGUYỄN HẠNH

Trong những cuộc trò chuyện gần đây, không ít gia đình người Việt ở Atlanta nhắc đến một xu hướng du lịch mới: đi **Cruise**, hay còn gọi là du lịch tàu biển. Không đơn thuần chỉ là một chuyến đi trên đại dương, hành trình này mang đến cho du khách sự kết hợp độc đáo giữa nghỉ dưỡng, khám phá và giải trí, tất cả chỉ trong một chiếc “thành phố nổi” trên biển.

Vì sao Cruise trở thành lựa chọn được ưa chuộng?

Du lịch bằng du thuyền không còn xa lạ ở Mỹ, nhưng vài năm gần đây, loại hình này trở nên phổ biến hơn với cộng đồng người Việt. Nguyên nhân chính là giá cả hợp lý so với vé máy bay và khách sạn trong mùa cao điểm, cùng với sự tiện lợi khi tất cả đều gói gọn trong một hành trình.

Một chuyến Cruise thường kéo dài từ 3 đến 7 ngày, tùy theo tuyến, dao động từ 400–800 USD/người, đã bao gồm phòng ở, ăn uống và nhiều dịch vụ giải trí.

Một kỳ nghỉ trọn vẹn trên đại dương

Khác với những chuyến bay thẳng đến một thành phố du lịch quen thuộc, du lịch bằng tàu biển đưa du khách đến nhiều điểm dừng chân chỉ trong một hành trình. Ví dụ, một chuyến Cruise từ Florida có thể ghé qua Bahamas, Jamaica hay Mexico. Điều này giúp du khách vừa tiết kiệm chi phí, vừa có cơ hội khám phá nhiều vùng đất mới trong cùng một kỳ nghỉ. Với những ai muốn hòa mình vào thiên nhiên hoang dã, các tuyến Cruise đi Alaska vào mùa hè cũng là lựa chọn lý tưởng.

Các tàu du lịch hiện đại được ví như những khu nghỉ dưỡng 5 sao di động. Trên tàu, hành khách có thể tận hưởng đầy đủ tiện nghi: hồ bơi, spa, phòng gym, khu mua sắm, nhà hàng đa phong cách, thậm chí cả rạp chiếu phim, Casino, sân trượt băng và công viên nước. Một số hãng lớn như Royal Caribbean, Carnival Cruise Line, Norwegian Cruise Line hay Disney Cruise Line còn thiết kế khu vui chơi riêng cho trẻ em, chương trình giải trí suốt đêm và dịch vụ ẩm thực cao cấp dành cho những ai muốn trải nghiệm sang trọng.

Ẩm thực cũng là điểm cộng lớn. Hầu hết các hãng Cruise đều phục vụ buffet quốc tế 24/7, kết hợp với các nhà hàng đặc sản. Một số hãng còn có thực đơn phù hợp với khẩu vị người Việt, từ phở đến các món Á châu, giúp hành khách dễ dàng tìm thấy hương vị quen thuộc trong chuyến đi.

Trải nghiệm cho cả gia đình và bạn bè

Cruise đặc biệt phù hợp với những nhóm đi cùng gia đình hoặc bạn bè. Trong cùng một hành trình, mỗi người có thể chọn cho mình cách tận hưởng khác nhau: trẻ nhỏ tham gia trò chơi, người lớn tuổi nghỉ ngơi thư giãn, giới trẻ thử các hoạt động thể thao hoặc thưởng thức ẩm thực phong phú.

Chính sự đa dạng này khiến nhiều người coi Cruise là giải pháp hoàn hảo để gắn kết các thành viên, bởi không ai bị “lạc lõng” trong lịch trình chung.

Với cộng đồng người Việt tại Mỹ, đặc biệt ở những thành phố như Atlanta, nơi nhiều gia đình thường tìm kiếm hình thức du lịch vừa thoải mái vừa mới lạ, Cruise đang dần trở thành lựa chọn ưu tiên. Một chuyến đi kéo dài 3 đến 7 ngày thường đủ để vừa nghỉ ngơi, vừa khám phá, mà không cần quá nhiều thời gian chuẩn bị.

Lý do xu hướng này “lên ngôi” dịp cuối năm

Mùa Noel và Tết Tây là thời điểm các gia đình sum họp, cùng nhau tận hưởng kỳ nghỉ. Thay vì chọn một điểm đến quen thuộc, nhiều người muốn tìm trải nghiệm mới để ghi dấu ấn đặc biệt cho kỳ lễ. Cruise đáp ứng trọn vẹn nhu cầu đó: không khí lễ hội trên tàu được tổ chức chu đáo, với tiệc Giáng Sinh, đêm Countdown chào năm mới cùng loạt chương trình giải trí phong phú.

Ngoài ra, so với chi phí đi du lịch nước ngoài bằng máy bay, giá tour Cruise được đánh giá hợp lý. Các hãng thường có gói khuyến mãi cho nhóm hoặc gia đình, bao gồm cả ăn uống và nhiều dịch vụ giải trí trên tàu. Điều này giúp chuyến đi trở nên dễ tiếp cận hơn, ngay cả với những gia đình có ngân sách vừa phải.

Tips bỏ túi cho người đi lần đầu

Đặt vé sớm. Mùa cao điểm cuối năm, các chuyến Cruise thường hết chỗ nhanh. Việc đặt sớm giúp lựa chọn được



cabin tốt và giá ưu đãi.

Chọn lịch trình phù hợp. Người mới có thể thử chuyến ngắn ngày để làm quen, trước khi cân nhắc những chuyến dài hơn 7 đến 10 ngày.

Chuẩn bị giấy tờ. Một số tuyến Cruise đi qua nước khác cần hộ chiếu còn hạn. Vì vậy, hãy kiểm tra kỹ điều kiện trước khi lên kế hoạch.

Mang theo vật dụng cần thiết. Dù trên tàu có đầy đủ tiện nghi, việc chuẩn bị thêm đồ cá nhân (thuốc, trang phục phù hợp đồ bơi) sẽ giúp chuyến đi thoải mái hơn.

Du lịch bằng Cruise không chỉ là một xu hướng, mà còn mở ra cách trải nghiệm kỳ nghỉ lễ hoàn toàn mới: vừa tiện lợi, vừa đa dạng, lại có chi phí hợp lý. Một hành trình vài ngày trên biển không chỉ giúp bạn tạm gác lại công việc thường nhật, mà còn mang đến cơ hội tận hưởng trọn vẹn thời gian bên người thân. Biết đâu, kỳ nghỉ tới bạn sẽ cùng gia đình lênh đênh trên biển, đón những ngày cuối năm trong không gian sang trọng và ấm áp của một du thuyền giữa đại dương.



YEN TRAVEL LLC

Hành trình của bạn, niềm vui của chúng tôi

Chuyên cung cấp vé máy bay của tất cả các hãng hàng không trên thế giới và dịch vụ theo nhu cầu của khách hàng

✈ 25 năm kinh nghiệm trong ngành dịch vụ và hàng không, du lịch

✈ Hỗ trợ nhiệt tình 24/7, kể cả ngày Lễ và Chủ nhật

Dịch vụ trọn gói – Giá cả hợp lý

- Vé máy bay
- Đặt Khách sạn
- Tour
- Tư vấn Visa
- Bảo hiểm du lịch
- Du Thuyền



📞 US Hotline: +1 470 666 5599

📞 VN Hotline: +84 283 960 3780

📞 Ms. Xuân (US): +1 470 859 2398

📞 Vietnam: +84 918 363 359

📍 USA Office: 1630 Pleasant Hill Road, Suite C8, Duluth, GA 30096 (City Farmers Market, Exit 104 – Facing Koger Blvd)

📍 Vietnam Office: 1517 Đường 3 tháng 2, Phường Minh Phụng, Thành phố Hồ Chí Minh

✉ Email: info@yentravel.us

📘 facebook.com/yentravel.us



Già Hóa Một Cách Tự Nhiên: Hướng Dẫn Sống Thọ và Khỏe Mạnh



DR. KAREN DEVORE

Già đi là một đặc ân, nhưng cách chúng ta già hóa phần lớn nằm trong tầm kiểm soát của chính mình. Dù di truyền có vai trò nhất định, nhưng lối sống và cách chủ động chăm sóc sức khỏe mới là yếu tố ảnh hưởng mạnh mẽ đến sức sống, sự dẻo dai và cảm giác an lạc. Tin tốt là: bạn không nhất thiết phải chấp nhận đau nhức, mệt mỏi hay bệnh tật mãn tính như điều tất yếu. Bạn hoàn toàn có thể già đi theo cách riêng, chỉ bằng một vài chiến lược then chốt

1. Khám Sức Khỏe & Xét Nghiệm Hằng Năm: Chủ Động Phòng Ngừa

Phòng ngừa là nền tảng của tuổi thọ. Khám sức khỏe định kỳ giúp bạn theo dõi thay đổi, giải quyết lo lắng và kiểm soát các chỉ số quan trọng trước khi vấn đề nhỏ trở thành vấn đề lớn. Nhiều bệnh như rối loạn chuyển hóa, tim mạch hay loãng xương thường tiến triển

âm thầm, vì vậy xét nghiệm thường xuyên là cần thiết để phát hiện và can thiệp sớm

Một số chỉ số cần theo dõi:

- **Viêm & Chuyển hóa:** CRP, insulin lúc đói, A1C
- **Nội tiết tố:** Tuyến giáp, testosterone, estrogen, progesterone, DHEA
- **Dinh dưỡng:** Vitamin D, B12, ferritin, magie
- **Tim mạch:** Mỡ máu, homocysteine, ApoB

2. Lắng Nghe Cơ Thể: Triệu Chứng Có Ý Nghĩa

Cơ thể luôn gửi tín hiệu cho bạn. Mệt mỏi, khó tập trung, tăng/giảm cân bất thường, đau khớp... không phải chỉ là “phiên toái lặt vặt” mà là dấu hiệu cảnh báo. Bỏ qua chúng chỉ khiến vấn đề trở nên trầm trọng hơn.

Chủ động với sức khỏe không có nghĩa là phớt lờ triệu chứng dưới danh nghĩa “tự nhiên”. Điều quan trọng là nhận biết, theo dõi và xử lý sớm sự mất cân bằng. Bạn hiểu cơ thể mình hơn bất cứ giáo trình nào – nếu có gì đó “không ổn”, hãy tin vào cảm nhận và lên tiếng

3. Hiểu Rõ Kiểu Già Hóa Trong Gia Đình

Lối sống ảnh hưởng lớn nhất đến tuổi thọ, nhưng yếu tố di truyền cũng cung cấp thông tin quan trọng. Hãy quan sát cha mẹ, anh chị em của bạn: họ có vấn đề về trí nhớ, tim mạch hay loãng xương không?



Di truyền không quyết định số phận, nhưng chỉ ra những điểm dễ tổn thương. Biết sớm các nguy cơ giúp bạn có kế hoạch phòng tránh bằng lối sống và y tế phù hợp

4. Những Nguyên Tắc Cơ Bản Không Bao Giờ Lỗi Thời

Một số lời khuyên sức khỏe vẫn đúng ở mọi giai đoạn cuộc đời:

- **Vận động là liều thuốc quý:** Nếu không dùng, bạn sẽ mất đi. Tập luyện thường xuyên duy trì sự linh hoạt, sức khỏe tim mạch và não bộ
- **Đừng quên nước:** Thiếu nước dễ gây mệt mỏi, đau khớp, lưu thông kém
- **Ngủ là cách “tái tạo” tốt nhất:** Giấc ngủ chất lượng giúp cân bằng hormone, bảo vệ não và tăng cường miễn dịch
- **Tiếng cười là liều thuốc tinh thần:** Niềm vui và kết nối xã hội giúp giảm

căng thẳng, cải thiện sức khỏe tinh thần và thể chất

• **Bạn chính là những gì mình ăn:** Dinh dưỡng cân bằng từ thực phẩm tươi sạch là nền tảng cho sức khỏe lâu dài

5. Khối Cơ - “Suối Nguồn Trẻ Trung”

Một trong những chỉ báo quan trọng nhất của tuổi thọ chính là **khối cơ**. Nhiều nghiên cứu cho thấy duy trì cơ bắp giúp giảm nguy cơ tử vong, cải thiện trao đổi chất và bảo vệ trước các bệnh liên quan đến tuổi già như loãng xương, tiểu đường, tim mạch

Lợi ích của khối cơ:

- Cải thiện trao đổi chất, điều hòa đường huyết
- Giảm nguy cơ té ngã nhờ giữ thăng bằng và phối hợp tốt hơn
- Làm chắc xương, ngừa loãng xương
- Tăng lưu thông máu, giảm viêm, hỗ trợ trí não

Điều quan trọng: **Không bao giờ là quá muộn để tập luyện.** Dù ở tuổi 70 hay 80, việc tập kháng lực (resistance training) vẫn mang lại cải thiện rõ rệt về sức mạnh, khả năng vận động và tuổi thọ **Sống Khỏe Theo Cách Riêng**

Già đi một cách tự nhiên không có nghĩa là che giấu nếp nhăn hay phủ nhận thời gian, mà là duy trì sự độc lập, sức sống và chất lượng cuộc sống càng lâu càng tốt. Đó là lựa chọn chủ động, hiểu rõ cơ thể và chăm sóc bản thân mỗi ngày

Tuổi thọ không chỉ là **thêm năm tháng cho cuộc đời**, mà là **thêm sức sống cho từng năm tháng**. Hãy chăm sóc cơ thể ngay từ bây giờ – và cơ thể sẽ chăm sóc bạn trong nhiều thập kỷ tới.



CHUYÊN VIÊN ĐỊA ỐC
Dat Nguyen Realtor
Cell: 706.899.9999
Email: dat.realtorga@gmail.com
2750 Premiere Pkwy #200,
Duluth, GA 30097

TẬN TÂM, NHIỆT TÌNH, KHÔNG NGẠI XA, THỜI GIAN 24/7.

Đạt Nguyễn luôn phục vụ quý vị bằng sự **CẨN THẬN** và **CHU ĐÁO** nhất. Luôn đặt **LỢI ÍCH CỦA KHÁCH** LÊN TRÊN HẾT là kim chỉ nam hoạt động của chúng tôi.

- Giúp quý khách mua - bán nhà với giá tốt nhất, nhanh nhất.
- Giúp quý khách tìm kiếm nhà đất theo nhu cầu, khả năng, mục đích hay trường học của quý khách.
- Luôn trách nhiệm và chân thật trong mọi giao dịch mua và bán.
- Giúp quý khách gọi điện, gas, nước, internet khi quý khách chuyển tới nhà mới.



 Wellness | Sức Khỏe Toàn Diện

Thiếu Máu Não Sau Tuổi 50: Con Đường Ngắn Nhất Dẫn Đến Đột Quy

NGUYỆT HẠ

Tháng trước, trong chuyến về Phú Quốc cùng gia đình, một buổi sáng thức dậy, tôi bỗng cảm thấy chóng mặt. Lúc đầu, tôi cho rằng chỉ là cảm nắng sau một buổi đi dạo dưới nắng biển. Thế nhưng, những ngày sau, triệu chứng không thuyên giảm. Lo lắng, tôi đến bệnh viện để kiểm tra. Sau khi chụp MRI não, may mắn là không có gì bất thường. Tuy nhiên, bác sĩ chẩn đoán tôi **thiếu máu não** – một hiện tượng không hiếm gặp ở người trên 50 tuổi.

Nghe chẩn đoán, tôi thực sự sốc, bởi từ trước đến nay, tôi vẫn giữ thói quen tập thể dục đều đặn, ăn uống điều độ và kiểm soát cân nặng tốt. Điều này khiến tôi nhận ra rằng, sức khỏe tưởng như vững vàng cũng cần được quan tâm đúng mức, đặc biệt là não bộ.

Theo các nghiên cứu y khoa, **thiếu máu não** ở người lớn tuổi có thể xuất phát từ nhiều nguyên nhân:

- **Tuổi tác:** Mạch máu và động mạch dần kém đàn hồi, lưu lượng máu đến não giảm.

- **Huyết áp cao hoặc thấp:** Huyết áp bất thường làm máu não không đều.

- **Thiếu sắt, vitamin B12 hoặc folate:** Các chất này quan trọng cho hồng cầu và tuần hoàn não.

- **Béo phì, tiểu đường,**

rối loạn mỡ máu: Gây xơ cứng mạch máu, làm giảm lưu lượng máu tới não.

- **Thiếu vận động hoặc căng thẳng kéo dài:** Làm tăng nguy cơ suy giảm trí nhớ và chóng mặt.

Các nghiên cứu từ *Journal of the American Geriatrics Society* (2020) và *Stroke* (2018) cho thấy, những người trên 50 tuổi duy trì lối sống lành mạnh, vận động đều đặn, kiểm soát huyết áp, cân nặng và chế độ dinh dưỡng có nguy cơ thiếu máu não thấp hơn đáng kể.

Cách phòng ngừa:

- **Thường xuyên kiểm tra sức khỏe:** đo huyết áp, xét nghiệm máu và mỡ máu

định kỳ để kịp thời phát hiện những nguy cơ gây ra hiện tượng thiếu máu tiềm ẩn.

- **Dinh dưỡng hợp lý:** bổ sung sắt, vitamin B12, folate và các loại thực phẩm giàu omega-3 như:

Cá: đặc biệt cá hồi giàu sắt, đạm, axit béo không no cùng các khoáng chất như canxi, photpho, kẽm vitamin A, D, B6, B12...đặc biệt tốt cho hoạt động của não.

Các loại hải sản: ngoài vitamin B12, sắt, kẽm hải sản còn chứa nhiều axit amin giúp thúc đẩy quá trình sản sinh hồng cầu, giảm căng thẳng, tăng cường sức đề kháng...giúp

quá trình lưu thông máu, cung cấp oxy cho não diễn ra thuận lợi hơn

Rau xanh: cải bó xôi, bông cải xanh, cần tây, bí đỏ, cà rốt

- **Vận động nhẹ nhàng đều đặn:** đi bộ, yoga, bơi lội, giúp máu lưu thông tốt hơn.

- **Ngủ đủ giấc, giảm stress:** não cần nghỉ ngơi để phục hồi và tăng cường tuần hoàn.

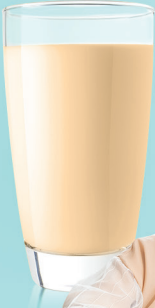
- **Uống đủ nước:** thiếu nước cũng có thể gây chóng mặt và giảm lưu lượng máu đến não.

- **Cho não luôn được nuôi dưỡng oxy mỗi ngày:** một cách rất đơn giản ai cũng

có thể làm được đó là hít thở sâu đúng cách: ngồi thẳng lưng, hít vào thật chậm qua mũi để bụng phình ra đếm từ 1 đến 4, giữ hơi 2 giây, rồi thở ra nhẹ nhàng bằng miệng đến khi bụng xẹp xuống đếm từ 1 đến 6. Mỗi ngày chỉ cần thở 10 lần như vậy là đủ rồi!

Biến cố này khiến tôi thêm trân trọng từng buổi sáng, từng nhịp tim khỏe mạnh. Tuổi 50, 60 không phải là lúc dừng lại, nhưng là lúc cần quan tâm nhiều hơn đến não bộ và sức khỏe toàn thân. Như lời một vị bác sĩ từng nói: “*Sức khỏe là vốn quý nhất, và não bộ là trung tâm của vốn ấy.*”





 ÍT NGỌT

DÀNH CHO NGƯỜI TIỂU ĐƯỜNG

Glucerna

VỊ LÚA MẠCH

ÍT NGỌT · DỄ UỐNG

TỐT CHO NGƯỜI TIỂU ĐƯỜNG

NGƯỜI KHÓ HẤP THỤ DINH DƯỠNG

Rất Hợp Khẩu Vị Việt - Món Quà Cho Sức Khỏe



ORDER TẠI ECONET GREEN PRODUCTS SHOP 

VUI LÒNG LIÊN HỆ: 832 274 2523

Tôi Nên Đi Hướng Nào Đây?



Chiếc xe cũ từ từ ngừng lại ở một ngã tư hoang vắng, giữa chốn đồng không mông quạnh. Bụi đường đất đỏ cuộn lên, phủ quanh chiếc xe. Người tài xế cúi xuống nhìn tờ giấy ghi vội mấy dòng chỉ dẫn. Anh phân vân, không biết mình đã đi bốn dặm hay năm dặm? Hay mới ba thôi, vì mãi nghe đài nói chuyện mà quên đếm số dặm đường. Chỉ có một điều chắc chắn: anh chạy hướng bắc ra khỏi thị trấn, rồi phải quẹo sang phía tây năm dặm nữa mới tới nơi. Nhưng giờ đây anh đã lạc dấu, chẳng biết mình đi bao xa. Biết tính sao? Đường đất, đường sỏi thì làm gì có bảng tên. Chỉ thấy hàng rào gỗ giăng kềm gai, chạy song song bốn phía, kéo dài tít tận chân trời.

Một con bò mặt trắng ngẩng đầu khỏi bãi cỏ, lơ đãng nhìn, giống như ông già ngồi ghế đá công viên, ngó khách lạ loay hoay tìm đường. Nó vừa nhai nhai, vừa như mỉm cười khi thấy chiếc xe cùng ông tài xế đang bối rối ngay ngã tư đồng không. Gần

như tuyệt vọng, người tài xế cất tiếng cầu nguyện nửa vờ:

“Lạy Thượng Đế, con nên đi về hướng nào đây?”

Anh cũng chẳng trông mong gì câu trả lời. Con bò chỉ khịt mũi một cái, rồi cúi xuống ăn cỏ tiếp.

Ai trong mình mà chưa từng ngồi lại ở một ngã tư vắng vẻ, mất dấu số dặm đã đi, chẳng biết phải rẽ đâu? Có khi mình cũng thủ sẵn mấy dòng ghi chú, nhưng coi rồi lại thấy càng thêm rối. Ngồi bơ vơ, đưa mắt nhìn bốn phía chân trời, mong một dấu hiệu quen thuộc, một chút gì đó cho mình biết: mình đang ở đâu, mình phải đi hướng nào.

Và cũng có lúc, lòng mình bật lên một lời cầu khẩn:

“Thượng Đế ơi con nên đi về hướng nào đây?”

Có khi lời đó thốt ra trong cơn bức bối, chán nản, chẳng khác nào một câu hỏi quạu quọ, chứ không hẳn là cầu nguyện. Có khi cũng chẳng mong gì câu trả lời. Nhưng cũng có lúc, ngay tại ngã rẽ quan trọng của đời mình, câu hỏi ấy lại thành ra lời van xin, mong Đấng Bề Trên soi sáng, chỉ lối.

Nhiều người từng kêu lên như vậy. Ngài đã cho Mô-sê bụi gai cháy sáng. Ngài gọi Phê-rô bước ra khỏi thuyền mà đi trên mặt nước. Ngài đẹp yên sóng gió không chỉ một lần. Ngài nuôi no năm ngàn người. Ngài nói Ngài



biết số tóc trên đầu mỗi người mà. Lạy Thượng Đế, giờ con ngồi đây, ngay ngã tư này, chẳng biết phải quẹo đâu. Sao Ngài không cho con một dấu hiệu, chỉ một con đường? Ngài đã làm cho bao người khác, chuyện nhỏ mà sao không làm cho con?”

Cuốn Kinh Thánh cũ kỹ, nhàu nát trên ghế trước bồng xào xạc trong gió. Tiếng động ấy kéo anh ra khỏi dòng suy nghĩ. Anh cúi nhìn xuống trang sách đang mở:

Các con chưa biết, chưa nghe sao? Thượng Đế đòi đòi, Chúa Tự Hữu Hằng Hữu, Đấng sáng tạo trời đất không bao giờ mệt mỏi, yếu sức; không ai thấu triệt tri thức uyên thâm, quảng bác của Ngài. Ngài ban năng lực

cho kẻ ngất xỉu, thêm sức mạnh cho người yếu đuối. Cả đến thanh niên còn một nhọc, kiệt sức, các thiếu niên cũng còn vấp ngã, nhưng tất cả những người trông đợi Chúa Hằng Hữu sẽ được sức mới, tung cánh bay cao như phụng hoàng, chạy xa vẫn không biết mệt, đi mãi vẫn không mỏi gối chồn chân.

Ê-sai 40 (28–31)

Đọc xong Anh thấy lòng nhẹ nhõm, lau mồ hôi trán, một chiếc xe bán tải cũ kỹ chạy tới, dừng ngay bên.

“Con lạc đường hả?”

“Trời ơi, con lạc thiệt đó!” – anh đáp.

“Tìm ai vậy?”

“Con đi tới trang trại nhà Haines.”

“Đi thêm một dặm nữa

về hướng bắc, rồi quẹo tây năm dặm. Nhà nằm phía bắc, có chiếc xe bán tải trắng đậu trước sân. Jack sẽ rất vui khi gặp con đó!”

Con bò mặt trắng lại ngẩng đầu lên, như cười thêm lần nữa, rồi thảnh thơi lững thững sang một bãi cỏ khác.

Và người tài xế cũng cho xe lăn bánh, lòng nhẹ đi đôi chút. Không phải vì đã thấy hết đoạn đường, mà vì biết rằng, trên mỗi chặng rẽ, Đấng Bề Trên vẫn còn đó — lặng lẽ soi sáng, dịu từng bước nhỏ nhoi của mình.

Ước gì ai trong chúng ta, giữa ngã tư đời, cũng tìm được niềm bình an ấy. Xin Đấng Bề Trên chúc phước cho đoạn đường của bạn.

*Pete Hyde
Community Church*



Kính gửi Quý độc giả.
Nếu Quý độc giả muốn báo gởi về nhà hay đặt tặng thân hữu.
Vui lòng gởi **PHIẾU ĐẶT BÁO** đến địa chỉ:
4300 Buford Hwy NE, Ste 207, Atlanta, GA 30345
Hoặc đến địa chỉ e-mail:
kelly@lifemediagrp.com
Xin cảm ơn.

PHIẾU ĐẶT BÁO

Họ tên người nhận:.....
Địa chỉ:.....
City, State, Zip:.....
Phone:.....
Email:.....

 Musing | Suy Gẫm

Khí Hoa Sen Nở, Lòng Người Dịu Lại



NGUYỄN HẠNH

Ở Atlanta, đời sống bà con người Việt ngày một thêm rộn ràng. Ai nấy đều bận bịu với công việc, lo cho gia đình, chăm chút cho con cái học hành. Nhưng thỉnh thoảng, cũng có những lúc dừng chân, một hình ảnh bất ngờ đâu đó lại khiến mình ngẫm nghĩ về đời sống sâu xa hơn. Như khi nhìn thấy một đóa hoa sen nở, bỗng dừng lòng người dịu xuống. Hoa sen không chỉ là kỷ niệm của riêng mình, mà ngay cả người Mỹ quanh đây cũng có thể thấy chính họ trong đó.

Có ai bao giờ để ý rằng người Mỹ cũng nhìn hoa sen rất giống như cách mình thường nhìn không? Trong những lớp yoga, trong sách vở nói về mindfulness, hay trong một không gian spa, hoa sen hiện ra như lời nhắc nhở: hãy hít một hơi thật sâu, hãy lắng lại, hãy trở về với chính mình. Với họ, hoa sen là biểu tượng cho sự hồi phục, cho cái đẹp có thể giữ được sự tinh khiết ngay giữa cuộc sống rối ren.

Người Việt mình thì có phần thân quen hơn. Hoa sen có mặt trong

“
**Ngắm sen, ai cũng
thấy một phần đời
mình trong đó:
mong manh mà
vẫn bền bỉ.**
”

ao làng, trong ly trà ướp hương sen, trong tiếng ru của bà, trong câu ca dao mẹ hát. Mỗi lần ngắm sen, mình lại thấy bóng dáng của chính đời mình – dẫu có khi lắm lem, có khi vất vả, nhưng vẫn giữ được phần nào thanh sạch, nhẹ nhàng.

Dù xuất phát từ hai nếp sống khác nhau,

người Mỹ lẫn người Việt đều tìm thấy sự đồng điệu trong hoa sen. Ngắm sen, ai cũng thấy một phần đời mình trong đó: mong manh mà vẫn bền bỉ, mềm mại mà cũng đầy sức sống. Người Mỹ thì gọi là wellness, là mindfulness. Người Việt thì nói đơn giản hơn: giữ cho lòng thanh thản. Nhưng rồi, ý nghĩa cũng gặp nhau ở một chỗ.

Ở Atlanta, nơi đời sống lúc nào cũng tất bật, bà con người Việt thường mang theo hình ảnh hoa sen như một ký

ức của quê nhà. Vậy mà, thật bất ngờ, người Mỹ quanh mình cũng nhìn hoa sen bằng ánh mắt tương tự. Trong khoảnh khắc đó, mình thấy gần gũi hơn với nơi mình đang sống, thấy lòng không còn lạc lõng giữa một xứ sở mới.

Khi hoa sen nở, lòng người dịu lại. Và ngay tại Atlanta, điều ấy cũng là một lời nhắc cho mỗi người: dẫu mang theo bao kỷ niệm quê hương, dẫu bận rộn với đời sống mới, mình vẫn có thể vững vàng, vẫn có thể nở hoa, ở bất cứ nơi nào.

When the Lotus Blooms, the Heart Softens



NGUYEN HANH

Life in Atlanta’s Vietnamese community is lively and full. Everyone seems busy—working hard, caring for family, making sure the kids are doing well in school. Yet every so often, something simple catches our eye and invites us to pause, to reflect a little more deeply on life. Sometimes, it’s the sight of a lotus flower opening. In that quiet moment, the heart feels lighter, calmer.

The lotus is not just a memory of home. Even our American neighbors see themselves in it, too. Think about it: haven’t you noticed how often the lotus shows up in American spaces? In yoga studios, in books about mindfulness, in spas where people seek calm—the lotus is always there. For them, it’s a gentle reminder: breathe deeply, slow down, return to yourself. The lotus stands for healing, for beauty that stays pure even amid life’s messiness.

“
Looking at the lotus, you can see a piece of your own life in it—fragile, yet resilient.
”

For Vietnamese, that connection runs deeper. We grew up with lotus ponds in the village, tea scented with lotus blossoms, lullabies from grandmothers, folk songs from our mothers. To us, the lotus mirrors life itself—sometimes worn, sometimes stained, but

still carrying a sense of purity and grace. And so, from two different worlds, both Americans and Vietnamese find the same truth in the lotus. Americans might call it wellness or mindfulness. Vietnamese might simply say: keep your heart at peace. However we phrase it, we are speaking about the same thing. Here in Atlanta, with all its hustle and hurry, the lotus image travels with Vietnamese families as a tender memory of

home. What’s beautiful is discovering that Americans around us also see the lotus with the same kind of reverence. In those moments, we feel closer to this place we now live in—not so far from home after all. When the lotus blooms, the heart softens. And here in Atlanta, it whispers to us all: no matter how many memories we carry, no matter how busy life becomes, we can still stand strong. We can still bloom—wherever we are.

Dining & Events | Ăn uống & Sự kiện

Địa Điểm Và Sự Kiện Rủ Ông Xã Bà Xã Đi Kéo Ghế

The BEP Corner

4500 Satellite Blvd #1150, Duluth, GA 30096

Nơi kết nối đối tác - Khởi đầu thành công

Góc chia sẻ đồng nghiệp - Gắn kết đội ngũ

Điểm hẹn bạn bè - Gieo niềm vui, giữ kỷ niệm

Nơi gia đình - Gắn kết yêu thương



Discount 10%

Những món ăn mới lạ mang hương vị Châu Á

Không gian ấm cúng, hiện đại mang lại sự hài hòa giữa Đông và Tây, cùng những hương vị đậm đà, món ăn độc đáo và không khí thân thiện.

Pass: I Love The Bep Corner

Thời hạn: đến cuối 10/31/2025.

Giá từ \$8 - \$20

Giờ mở cửa:

Mon - Fri 11:00 AM - 9:30 PM

Sat & Sun 10:00 AM - 10:30 PM

Phone: (678) 226-1258.

ĐÊM ẤM THỰC PHƯƠNG NAM

Atlanta Southern Night Market

Đêm Trăng Cổ Tích - Fairy Moon Night



Sự kiện mang đến không gian **chợ đêm Trung Thu rực rỡ** với hàng chục gian hàng ẩm thực đặc sắc, biểu diễn múa lân, ca nhạc, lồng đèn và nhiều hoạt động vui chơi cho thiếu nhi. Đây là dịp để cộng đồng người Việt và các cộng đồng châu Á cùng nhau đón Trung Thu trở về với ký ức tuổi thơ, tiếng trống múa lân rộn ràng và hương vị bánh trung thu ngọt ngào trong không khí đoàn viên và nét đẹp văn hóa truyền thống.

Quý Vị sẽ có dịp gặp gỡ những gương mặt Ca Sĩ tài năng của Atlanta: Thủy Tiên, Đan Uyên, Phương Uyên, Đình Mạnh và Lương Hải Vinh, sự góp mặt của DJ NTK, Diễn viên Đức Thịnh và Đội lân Sang Anh Đường,...

Thời gian: 7 pm - 12 am, Thứ Sáu & Thứ Bảy, Ngày 26 - 27 Tháng 9, 2025

Địa điểm: At The Parking Lot, Hong-Kong Market Plaza - 5495 Jimmy Carter Blvd, Norcross, GA 30093.

Baltimore Crab & Seafood

1075 Fairburn Rd SW, Atlanta, GA 30331

Không gian mang hơi hướng jazz, rất thoải mái nhưng sang trọng,



cách trang trí thực sự thu hút với những điểm nhấn màu tối và pha lẫn tông màu sáng. Là một lựa chọn rất đáng thử nếu bạn yêu thích Hải sản với phong cách Southern kết hợp không gian ấm cúng và phục vụ rất chuyên nghiệp, nhiệt tình. Món ăn được đánh giá cao, hải sản chất lượng, nhiều món đặc sắc như lobster bisque, salmon sliders, crab bites, tráng miệng hấp dẫn từ lobster bisque, crab bites đến salmon sliders... Tại nhà hàng, hàng tuần diễn ra Đêm R&B Thứ Tư lúc 7:00 PM.

Giá: \$9 - \$30

Giờ mở cửa: 12 am - 10 pm, Tue - Sat

Phone: 404-505-2900.

Chubby Cattle - Buffet hiện đại phong cách Á

2180 Pleasant Hill Rd, Ste B20, Duluth, GA 30096



Chubby Cattle mang đến trải nghiệm buffet độc đáo với ba phong cách: BBQ, Shabu và Hot Pot. Nhà hàng nổi bật với thịt bò thượng hạng, nước lẩu và sốt nhà làm, kết hợp cùng công nghệ hiện đại như robot phục vụ, băng chuyền món ăn và phòng chiếu 5D, mang đến những trải nghiệm mới mẻ, khó quên cho thực khách.

Giá từ \$45 - \$98

Giờ mở cửa: 11:30 am - 11:00 pm

Phone: 706-588-9999.



VĂN PHÒNG LUẬT SƯ NOGALES LAW

Hơn 21 Năm Kinh Nghiệm



CHUYÊN VỀ TAI NẠN XE CỘ VÀ LAO ĐỘNG



Personal Injury

Hit By 18 Wheelers

Hit By Drunk Driver (D.U.I.)

Hit And Run

Worker Compensation

Bankruptcy

Tai Nạn

Đụng Bởi Xe 18 Bánh

Đụng Bởi Uống Rượu Lái Xe

Bị Đụng - Bỏ Chạy

Thương Tích Về Lao Động

Phá Sản



(*) Xin liên lạc để quyền lợi của quý vị được bảo vệ
(*) Chỉ nhận thù lao SAU KHI ĐƯỢC BỒI THƯỜNG.

Benny Bình Trương
Case Manager

(404) 916-0991 | (919) 247-0579

Terry Thủy Nguyễn
Paralegal

(404) 916-1882

Hours: 9 am - 5 pm

1805 Herrington Rd, Bldg 3, Ste D, Lawrenceville, GA 30043





17Th ANNIVERSARY

CHÚC MỪNG 17 NĂM THÀNH LẬP
HONGKONG SUPERMARKET

THỨ BẢY & CHỦ NHẬT
NGÀY 27 - 28 THÁNG 09, 2025



QUÀ TẶNG TRI ÂN KHÁCH HÀNG ĐẾN MUA SẮM
VÀ NHIỀU MẶT HÀNG GIẢM GIÁ ĐẶC BIỆT NHÂN DỊP ANNIVERSARY!

📍 **NORCROSS** 5495 Jimmy Carter Blvd, Norcross, GA 30093



www.cityfarmers.market



[/cityfarmersmarket](https://www.facebook.com/cityfarmersmarket)



[@cityfarmersmarket](https://www.instagram.com/cityfarmersmarket)

Tô Màu Hành Trình của Cô Rùa Theo

Rác thải không chỉ làm ô nhiễm mà còn gây nguy hiểm cho rùa Theo, bởi chúng dễ nhầm rác với thức ăn yêu thích. Hãy cùng chung tay bảo vệ rùa bằng 3 việc đơn giản: Giữ môi trường Sạch, để bãi biển Tối và giữ mặt cát Phẳng - để rùa Theo có thể an toàn trở về biển xanh.



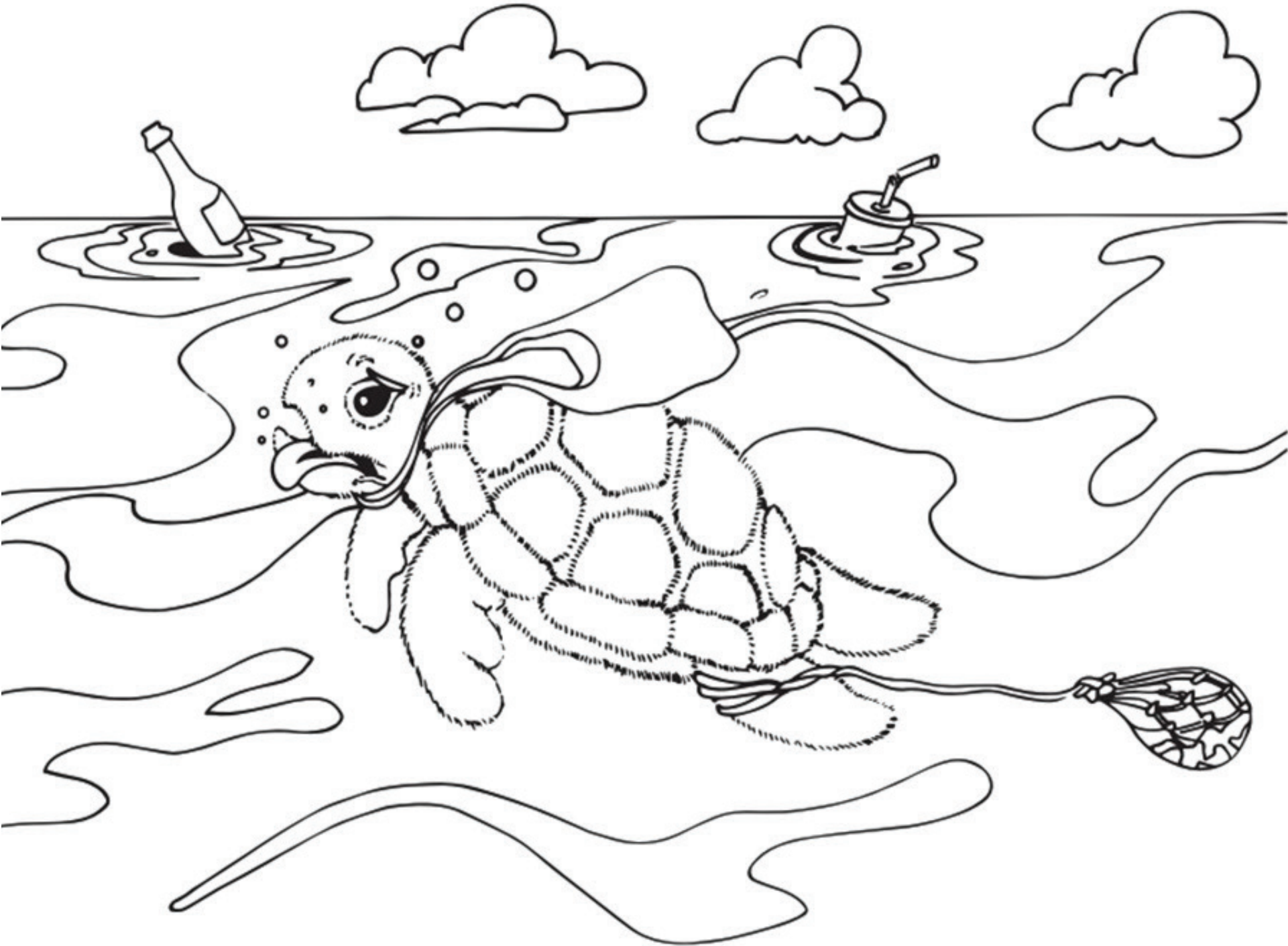
NAM PHUONG
THE TASTE OF VIETNAM

5495 Jimmy Carter Blvd, Ste 105
Norcross, GA 30093
(770) 409-8886
namphuongjc.com



OPEN EVERYDAY
10AM - 02AM





Keep Our Beaches #CleanDarkFlat

Mua hàng ủng hộ bảo vệ rùa biển FOSWST Friends of South Walton Sea Turtles.
Nhận đơn hàng số lượng lớn sách tô màu cho các trung tâm Day Care và hội nhóm với Giá Sỉ.






GVACC NETWORKING EVENT

CONNECT AND COLLABORATE

Come together for an inspiring evening of networking, learning, and growth. This event brings professionals, entrepreneurs, and creatives together in a dynamic yet welcoming atmosphere designed to spark ideas and build lasting connections.

OUR AMAZING SPEAKERS:



CHASE BRAKKE
Senior VP
Business Owner
Solutions at North Star
Resource Group



BILL EASTMAN
Owner
BillEastmanAI

EVENT HIGHLIGHTS:

- Two expert speaker talks on practical business topics
- Open networking session
- Light refreshments
- Business trade show

TICKETS AND BOOTHS:

- \$30 Early Bird or GVACC Members
- \$35 General Admission
- \$150 Trade Show Booths (trade show booths include 2 free tickets)

REGISTER TODAY:
gvacc.business@gmail.com
www.gvacc.org

September 23, 2025
5:00 PM - 9:00 PM
MDC Healthcare Office
4165 Shackleford Rd, STE 100
Norcross GA 30093

printing

Card In Nhanh

Chuyên in ấn Business Card, Menus, Flyers, Wedding Invitation



Contact us
866-678-6788 / 770-826-1418
4300 Buford Hwy. Ste #207, Atlanta, GA 30345
www.cardinnhanh.com
www.thiepcuoilevan.com

THUÊ XE DU LỊCH CÓ TÀI XẾ TẠI FLORIDA





Bạn cần phương tiện di chuyển tiện lợi – an toàn – thoải mái?
Hãy chọn AHL Tours & Travel - đồng hành cùng bạn trên mọi hành trình!

Ưu điểm vượt trội:

- Xe đời mới, sang trọng, kiểm tra định kỳ
- Tài xế chuyên nghiệp, phục vụ tận tâm
- Đưa đón sân bay, tham quan, công tác linh hoạt
- Phù hợp nhóm 4-7 người, gia đình có trẻ nhỏ
- Không gian riêng tư, an toàn tuyệt đối
- Giá cả minh bạch, hợp lý

Liên hệ ngay: +1 (407) 309 6082
Email: info@ahltours.com





Phát hành hàng tháng miễn phí tới cộng đồng Việt ở Metro Atlanta
4300 Buford Hwy NE, Ste 207, Atlanta, GA 30345

Publisher
Kelly Bui Milligan
kelly@lifemediagrp.com

Editor
Hannah Tran
hannah@lifemediagrp.com

Production & Layout
Maven Design Boutique
fb.maveninnovations1

Advertising Department
470-543-7846

Tác giả chịu trách nhiệm về nội dung và hình ảnh trong bài viết gửi đăng trên *Atlanta Life Tiếng Việt*. Những nội dung này không nhất thiết phản ánh quan điểm của *Atlanta Life Tiếng Việt*.
Thân chủ quảng cáo chịu hoàn toàn trách nhiệm về nội dung và tính pháp lý của quảng cáo.
Mọi thay đổi hoặc yêu cầu ngưng quảng cáo (trong các trang nội bộ) phải được thông báo ít nhất 15 ngày trước kỳ phát hành kế tiếp.

© 2025 Atlanta Life
All rights reserved

MDJ Roofing Cho Mái Nhà Đẹp Và Bền Chắc



Đúng Hẹn
Chất Lượng
Giá Hợp Lý

MDJ Roofing Services LLC với 15 năm kinh nghiệm mang đến cho Quý Khách Hàng những mái nhà đẹp và bền chắc bằng vật liệu cao cấp, và luôn hoàn thành đúng tiến độ, cùng với giá cả hợp lý nhất.

Contact us

MDJ Roofing Services LLC

📍 561 Grayson Hwy Lawrenceville, GA 30046, United States

☎ 404-610-8269 Michael Quang Tran

☎ 404-405-5701 Hue Nguyen



 Business | Doanh nghiệp

Doanh Nghiệp Việt Atlanta Khát Vọng Làm Lớn và Rất Lớn

NGỌC TÍN

Trong một buổi gặp gỡ gần đây giữa cộng đồng doanh nghiệp Việt vừa và nhỏ ở Gwinnett, tôi có dịp lắng nghe nhiều chia sẻ của các chủ doanh nghiệp. Và trong những chia sẻ đó, tôi thấy một câu cũng là điều hầu như ai cũng từng nghe: “*Tương bừng khai trương, rồi âm thầm đóng cửa.*” Câu nói tưởng chừng vui tai ấy lại ẩn chứa một nỗi trăn trở lớn: làm sao để doanh nghiệp Việt không chỉ tồn tại mà còn phát triển phồn thịnh lớn mạnh như các doanh nghiệp Mỹ hay những sắc tộc đến Mỹ trước Việt Nam như Do Thái hay Ấn Độ?

Không Nên Chỉ là Lợi Nhuận Ngắn Hạn

Với phần đông doanh nghiệp Việt ở Atlanta cũng như ở nhiều nơi khác trên đất Mỹ, doanh nghiệp Việt vừa và nhỏ thường khởi đầu bằng sự cần cù, chịu khó và tiết kiệm. Cửa tiệm mở ra từ vốn liếng gia đình, sức lực cá nhân, và những tính toán gói gọn trong phạm vi quen thuộc. Chính nhờ vậy mà nhiều người đã ổn định cuộc sống, tạo dựng sự an toàn cho gia đình. Ít ai nghĩ đến tương lai và định hướng nào xa hơn – 5 năm, 10 năm. Câu hỏi sẽ là: Cái gì sẽ để lại cho thế hệ kế tiếp?

Trong suy nghĩ quen thuộc, thành công thường được đo bằng Lãi – Lỗ cuối tháng. Nếu có lãi, coi như thành công; nếu lỗ, coi như thất bại. Nhưng nếu chỉ dừng ở cách nhìn ấy, thì tầm nhìn của chúng ta có khi chỉ quanh quẩn trong sổ sách ngắn hạn.

Nhìn rộng ra, nhiều cộng đồng đi trước như Ấn Độ hay Mexico đã cho thấy một bài học khác. Họ hướng



đến lợi nhuận dài hạn, tức là không chỉ tính lợi ngay lập tức, mà tính cả thương hiệu, uy tín, mối quan hệ, và giá trị để lại cho thế hệ sau. Một thương hiệu mạnh, một uy tín vững trong cộng đồng, nhiều khi quý hơn bất cứ con số nào trong sổ kế toán. Nó có thể mở ra những cánh cửa mà tiền bạc trước mắt không mua được: hợp tác lớn, cơ hội mở rộng, và sự công nhận lâu dài trong xã hội.

FedEx Làm Lớn và Rất Lớn

Nếu ai đó còn nghi ngại rằng “làm lớn dễ thua lỗ”, thì hãy nhớ đến câu chuyện **FedEx** và Người sáng lập Frederick W. Smith. Từ 1962 Frederick đã áp ủ ý tưởng xây dựng dịch vụ giao hàng qua đêm, mà trước đó một vị giáo sư đại học đã thử thách anh sinh viên Fred rằng chẳng có ai điên đầu mà trả cho dịch vụ có giá mắc mớ này? Tuy nhiên Frederick vẫn

khởi nghiệp vào năm 1971 với \$4 triệu của bản thân và \$90 triệu vốn đầu tư. Ngay từ vòng đầu, FedEx đã gặp thất bại và suýt phá sản. Frederick đã đem \$5,000 cuối cùng của công ty sang Las Vegas và chơi blackjack. Ván bài đó đã thành công: ông thắng được \$24,000 để duy trì công ty thêm mấy tuần. Sau đó, ông tiếp tục kêu gọi thêm \$11 triệu để phát triển công ty.

Frederick đã không bỏ cuộc. Sau nhiều năm kiên định, đến năm 1975, FedEx mới có lợi nhuận đầu tiên và chính thức niêm yết công khai vào năm 1978. Ngày nay, công ty có trụ sở tại Memphis với tổng doanh thu hơn 3 tỷ đô la hàng năm.

FedEx đã vươn thành tập đoàn vận tải toàn cầu, với doanh thu hàng tỷ đô. Điều đáng nhớ không phải chỉ là những con số tăng trưởng, mà là bài học: **làm doanh nghiệp không chỉ để**

kiếm lời ngắn hạn, mà còn để tạo di sản dài hạn.

Nếu chỉ nhìn vào lỗ lãi của vài năm đầu, FedEx có lẽ đã biến mất từ thập niên 70. Nhưng nhờ tầm nhìn và sự kiên định, họ để lại một thương hiệu gắn liền với nước Mỹ.

Source: forbes.com

Đi Chung Để Đi Xa Hơn

Một doanh nghiệp nhỏ, nếu chỉ loay hoay một mình, sẽ rất dễ mệt mỏi. Nhưng nếu biết kết nối, biết hợp tác, chúng ta có thể tạo thành một hệ sinh thái doanh nghiệp Việt vững mạnh ngay tại Atlanta. Một tiệm cà phê có thể bắt tay với tiệm bánh, rồi cùng liên kết với công ty dịch vụ sự kiện. Một hãng xây dựng có thể kết nối với công ty tài chính và bảo hiểm để hình thành gói giải pháp trọn vẹn. Thay vì mạnh ai nấy làm, chúng ta có thể cùng nhau tạo ra giá trị lớn hơn.

Di Sản Cho Thế Hệ Sau

Người ta vẫn thường

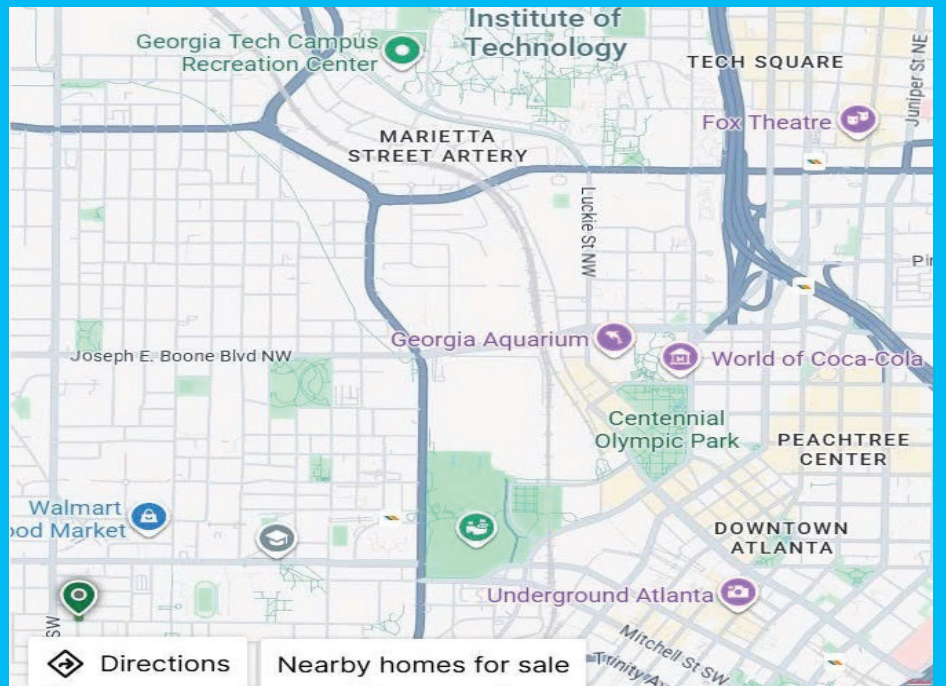
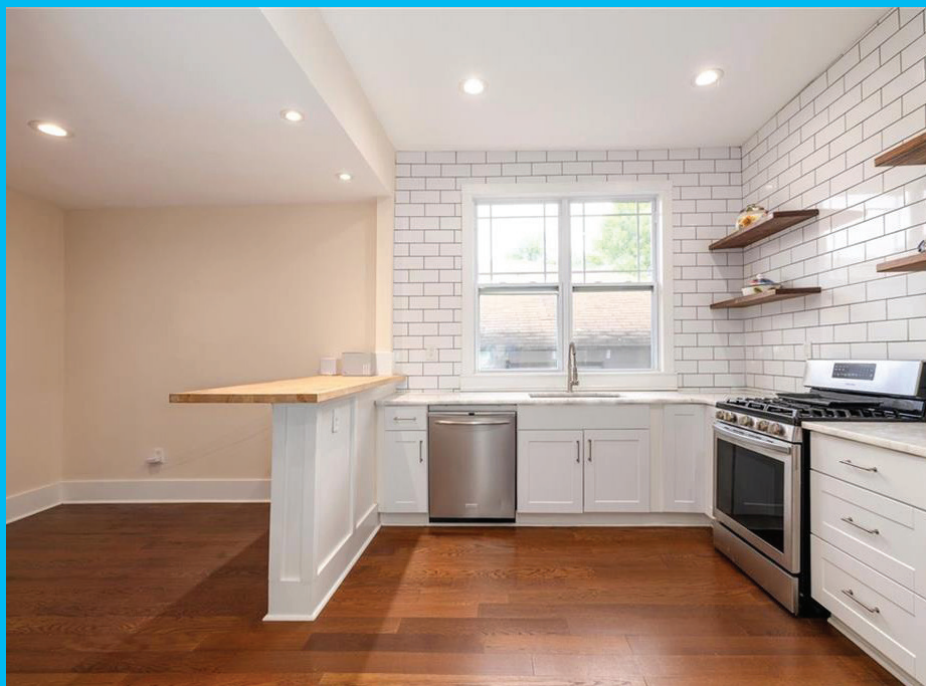
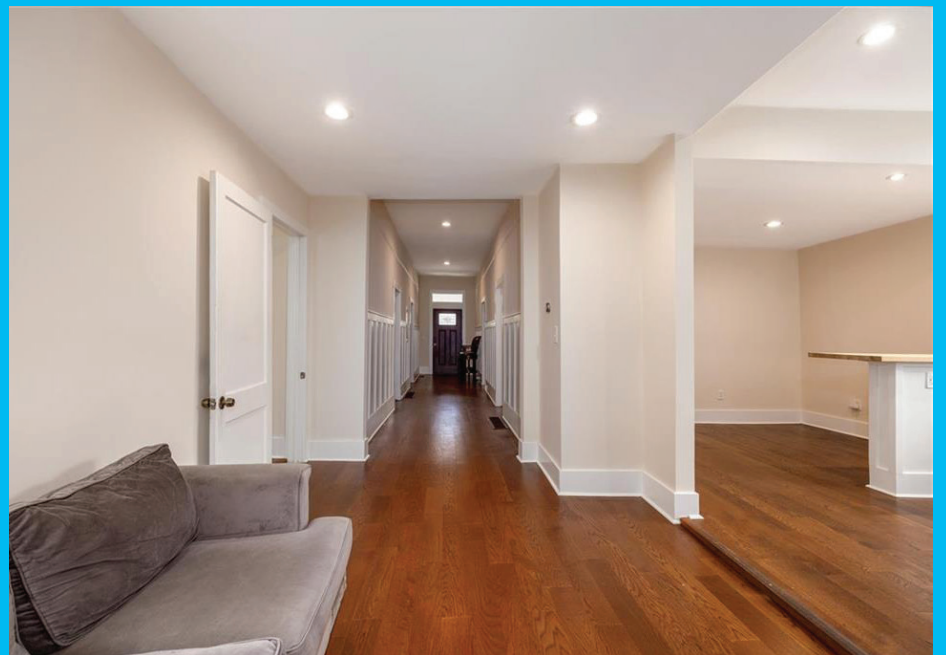
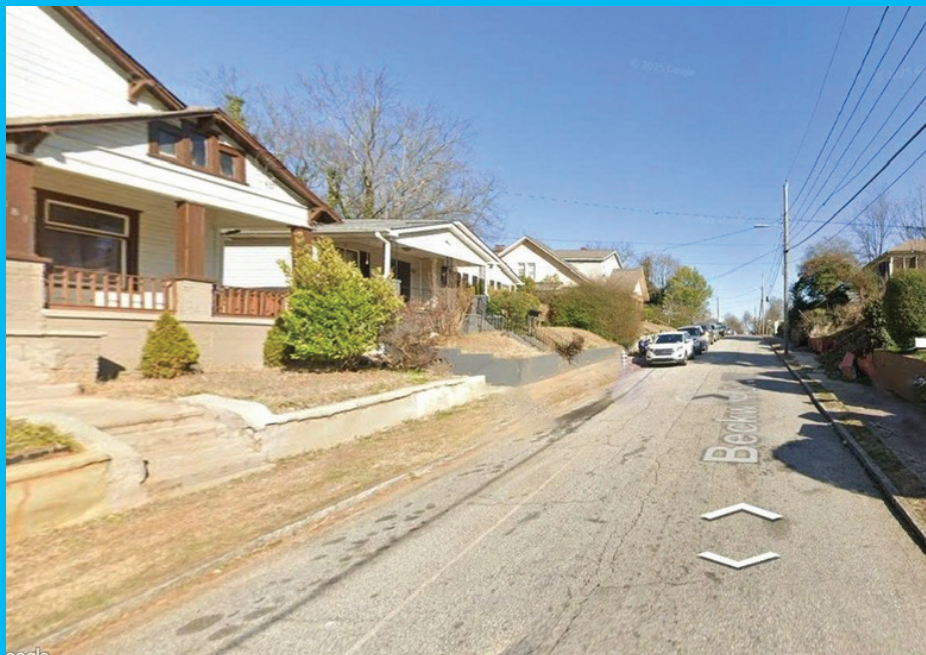
nhắc đến câu: “*Revenue is vanity, profit is sanity, but cash flow is reality.*” (Doanh thu là hư vinh, lợi nhuận là tỉnh táo, nhưng dòng tiền mới là thực tế). Nhưng tôi tin, còn một vẻ khác cũng quan trọng không kém: **di sản mới là điều lâu dài.** Một doanh nghiệp thành công không chỉ để lại những con số trong tài khoản, mà còn để lại một con đường rộng mở cho thế hệ kế tiếp. Đó có thể là một thương hiệu bền vững, một hệ thống vững chắc, hoặc một cộng đồng doanh nghiệp Việt được xã hội trân trọng.

Lotus Club có chương trình tọa đàm dành riêng cho quý anh chị chủ doanh nghiệp tại Atlanta để gặp gỡ và chia sẻ khát vọng “làm lớn và rất lớn” cùng chung tay tạo di sản cho thế hệ mai sau vào Thứ Bảy Hàng Tuần từ 8:00 - 10:00 AM tại 1640 Satellite Blvd #100 Duluth, GA 30097.

WELCOME TO YOUR ATLANTA CITY LIFE HOME

BUNGALOW | PRIME LOCATION | 1,564 SP FT

ANDY DO 404 579 6691



Andy Duy Do, MBA, EA
Managing Broker

CHUYÊN VIÊN BẤT ĐỘNG SẢN ĐÁNG TIN CẬY
CHUYÊN GIA VỀ THUÊ VÀ TÀI CHÍNH

(404) 579 - 6691

Email: Andy.do@outlook.com

Website: DHrealtyatl.com

6548 Panasa Ct. Norcross, GA 30093



DREAM HOME REALTY ATLANTA

- Biến ngôi nhà mơ ước của bạn thành hiện thực
- Cam kết bằng uy tín - xây dựng từ cộng đồng Atlanta
- Tư vấn tận tâm - Kinh nghiệm vững vàng - Am hiểu thị trường địa phương

Test tại nhà giúp kiểm tra các chỉ số quan trọng về hấp thụ chuyển hóa Ăn Gì Không Mập?

Chọn được thức ăn phù hợp với cơ thể
Tự Kiểm Tra Sức Khỏe, không cần đợi lịch hẹn



HealthieOne Complete™ Bộ Test Sức Khỏe tại nhà. Sản phẩm dẫn đầu trong ứng dụng metabolomics cho xét nghiệm sức khỏe tại nhà mà không cần đợi lịch hẹn. Mẫu của bạn sẽ được gửi về phòng lab danh tiếng (CLIA/CAP) ở Mỹ, nơi được nhiều bệnh viện và đại học lớn như Johns Hopkins, Mayo Clinic, NIH... tin dùng. Kiểm tra hơn 200 chỉ số sức khỏe – gồm cả các Xét Nghiệm Chuyên Sâu mà Bác Sĩ thường chỉ làm khi bạn đã có bệnh và Xét Nghiệm Nâng Cao.

Các Xét Nghiệm Nâng Cao kiểm tra các chỉ số quan trọng về hấp thụ chuyển hóa của bản thân để hạn chế thực phẩm có tác dụng xấu lên cơ thể. Nhiều người sử dụng thuốc giảm cân nhưng không chắc là phù hợp vì cơ chế hấp thụ mỗi cơ thể khác nhau. Áp dụng sai có thể nguy hại cho sức khỏe. Xét Nghiệm Nâng Cao giúp hiểu rõ cơ thể mình từ đó điều chỉnh chế độ dinh dưỡng phù hợp để luôn khỏe mạnh và không tăng cân.

CLIA
Certified



Clinical
Laboratory
Improvements
Amendments

CAP
ACCREDITED
COLLEGE of AMERICAN PATHOLOGISTS



Gigantest™

Đặt ngay bộ test HealthieOne Complete để lo cho sức khỏe của mình hôm nay. Rất dễ lấy máu bằng dụng cụ không đau – rồi gửi đi. Kết quả sức khỏe của Quý Khách sẽ được Bác Sĩ thật phân tích & giải thích cặn kẽ — chứ không phải máy móc tự động.



Đặt hàng với Promo Code lifemediagroup Quý Khách nhận \$20 giảm giá trên mỗi sản phẩm HealthieOne Complete. Miễn phí Ship Toàn US.