

417_Vietnamese_You Don't Need to Run to Play Sport

Vietnamese	English
<p>Phiên âm có sẵn</p> <p>Trân: <i>Xin chào mừng quý vị đến với chương trình Speak My Language. Đây là một diễn đàn để những người khuyết tật từ các sắc tộc khác nhau tại Úc chia sẻ về việc thế nào mà có thể sống vui và khoẻ mạnh.</i> <i>Tôi tên là Trân, và hiện nay đang làm việc tại Ethnic Communities' Council của tiểu bang Queensland.</i> <i>Trong những bài phỏng vấn của chương trình, chúng tôi tìm hiểu về những người khuyết tật từ các sắc tộc khác nhau, cách họ sử dụng kỹ năng cá nhân và các dịch vụ hỗ trợ trong cộng đồng như thế nào để sống vui vẻ dù họ đang sống ở bất cứ nơi nào.</i> <i>Chúng tôi chia sẻ những chuyện có thật, những lời khuyên và ý tưởng của những người khuyết tật cũng như người khác để giúp quý vị có được thông tin về cơ hội, những hoạt động và những nơi dành cho người khuyết tật.</i></p> <p>Trân: Kính thưa thính giả. Hôm nay mình có một chủ đề đó là: Không cần chạy nhảy mới là chơi thể thao. Thì trong đề tài này Huyền Trân mời được một người bạn trẻ rất là năng động. Và Huyền Trân đây sẽ giới thiệu tới quý vị nha. Hello.</p> <p>Sơn: Hello Trân.</p> <p>Trân: Bạn có thể giới thiệu chút xíu về bản thân của mình hông?</p> <p>Sơn: Kính thưa, chào quý vị. Tôi là Sơn, ở Úc cũng khoảng chừng 30 năm rồi. Qua đây hồi lúc khoảng chừng 7 tuổi, hồi năm 88 tới giờ. Ở đây thì bây giờ giống như là người Úc nói chuyện tiếng Anh cũng rành rẽ hết. Đi trường, đi học, lái xe đồ bình thường hết.</p> <p>Trân:</p>	<p>Transcript Available</p> <p>Tran: <i>Hello and welcome to the Speak My Language program – where people from culturally diverse communities talk about living well with a disability.</i> <i>My name is Tran, and I work for the Ethnic Communities' Council of Queensland.</i> <i>In our interviews, we learn from people with a disability from culturally diverse communities about how they use personal skills and community resources to live well, wherever they are.</i> <i>We share real stories, tips, and ideas from people with disabilities and others who can tell us about accessible places, activities, and opportunities.</i></p> <p>Hello everyone. Today's topic is: You don't need to run to play sports. I have invited a very dynamic young man. I'd like to introduce him to you. Hello.</p> <p>Son: Hello Tran.</p> <p>Tran: Could you please introduce yourself?</p> <p>Son: Hello everyone. My name is Son. I've been in Australia for about 30 years. I came here when I was about 7 years old in 1988. Like Australians, I can speak English fluently. Going to school and driving are normal things.</p> <p>Tran: For this topic, what sports did you choose that fits your condition, Son?</p> <p>Son: In my condition, it's not possible to run and jump, but I love sports, so what works best for me is swimming. Because when I got into the water, I could swim anywhere, no need for crutches, no braces, no help at all. I can swim by myself, get there by myself, just like</p>

Thì Sơn cho biết rằng là trong cái chủ đề mà Trân mới nói đó thì Sơn chọn những môn thể thao nào để mà mình phù hợp cho cái tình trạng của mình vậy Sơn?

Sơn:

Tại cái tình trạng của Sơn thì chạy nhảy thì không được nên, mà Sơn thì thích thể thao lắm nên chọn cái tốt nhất là cái bơi. Tại vì lúc mà xuống nước, Sơn có thể bơi tới đâu cũng được hết, khỏi cần nạng, khỏi cần nẹp, khỏi cần người giúp gì hết. Tự mình bơi, tự mình tới đó, giống như là lúc mà mình dưới nước khỏi cần chân đi. Nên bởi vậy Sơn mới chọn cái thể thao là bơi đó.

Trân:

Thì môn thể thao này là Sơn bắt đầu từ lúc mấy tuổi?

Sơn:

Thì bắt đầu từ lúc hồi nhỏ, khoảng chừng tiểu học, lúc mà trường dạy bơi đó. Thì mỗi tuần đi bơi đó, lúc mà đi bơi thì Sơn thấy rất là vui vẻ, rồi với lại trong cái niềm bơi đó cũng có thể tập cái chân hoạt động được đó. Nên Sơn thích bơi từ lúc đó tại vì nó cho Sơn cảm giác là freedom.

Trân:

Có nghĩa rằng là tự do đúng hông?

Sơn:

Tự do, đúng rồi.

Trân:

Trong cái môn thể thao này thì Sơn bơi ở hồ bơi hay là mình có đi ra ngoài biển nhiều hông?

Sơn:

Thì thường là bơi ở trong hồ bơi nhiều hơn là ngoài biển. Lúc đi biển, bây giờ đi biển thường thường đi với bạn hoặc gia đình. Thì cũng như trời nóng, holiday thì đi biển chơi vậy. Nhưng thực ra Sơn thì bơi ở trong hồ bơi nhiều hơn là đi ngoài biển. Tại vì hồ bơi gần nhà nó tiện hơn, còn biển từ nhà tới biển ít nhất cũng khoảng gần 40 đến 50 phút lặn.

Trân:

Khi mà Sơn bơi như vậy thì mình có bơi hết được một cái hồ bơi hông hay mình chỉ bơi một chút, rồi mình nghỉ rồi bơi tiếp?

when I'm underwater, I don't need to walk. That's why I chose the sport of swimming.

Tran:

At what age did you start swimming?

Son:

I started at a young age, in primary school, when there were swimming lessons at school. Every week when I went swimming, I felt very happy, and with that joy of swimming, I could also exercise my legs. So I have loved swimming since then because it gives me a feeling of freedom.

Tran:

Do you mean "tự do"?

Son:

Yes, freedom.

Tran:

For this sport, do you swim in the pool or in the sea more?

Son:

I swim in the pool more than in the sea. I often go to the beach with my friends or family--when it's hot or during holidays, I'll go to the beach. But I swim in the pool more than in the sea. Because the pool is near my house, it is more convenient; while it takes me at least 40-50 minutes to travel from home to the sea.

Tran:

Can you swim the whole pool length, or just swim a little, then rest and continue swimming?

Son:

I often swim about 20 laps in the pool for exercise. Usually, I swim without rest for about 20 laps in a 50-meter pool. That is usually the way I swim.

Tran:

How long is one lap?

Son:

One lap is 50m.

Tran:

50m. How many laps can you swim?

Sơn:

Sơn thường hay tập bơi thì bơi khoảng chừng 20 laps hồ bơi để cho tập thể dục luôn. Thì thường thường bơi không nghỉ khoảng chừng 20 laps hồ bơi 50 mét để mình tập luôn. Cái đó là thường thường Sơn bơi vậy.

Trân:

Có nghĩa rằng mình. Một cái đoạn đường, hay một cái vòng hồ bơi là bao nhiêu mét vậy Sơn?

Sơn:

Một vòng hồ bơi là 50 mét.

Trân:

50 mét. Mà Sơn thì làm được bao nhiêu cái vòng đó?

Sơn:

Thường thường Sơn làm được 20 vòng đó.

Trân:

Wow. Có nghĩa là mình bơi, cứ tiếp tục bơi mà không có nghỉ luôn ha?

Sơn:

Đúng vậy. Tại vì trước đây thì Sơn cũng chỉ bơi 10 cái rồi nghỉ, xong rồi bơi thêm 10 cái nữa. Nhưng mà sau khi đi compete với người bạn cho Ironman đó, thì tập vậy nên cứ vẫn tập vậy luôn.

Trân:

Bây giờ Sơn cũng đã nhắc đến cái cuộc thi Ironman. Thì thính giả nếu mà mình dịch ra đó, thì Ironman có nghĩa là một người đàn ông bằng sắt phải hông? Mình nói vậy đúng hông ta?

Sơn:

Đúng vậy. Nếu mà dịch ra tiếng Việt chữ từng chữ thì là người đàn ông bằng sắt đúng rồi.

Trân:

Thì cái ý họ nói ở đây là những người này sức họ rất là bền bỉ và rất là mạnh mẽ phải hông Sơn?

Sơn:

Đúng vậy. Mấy cái ý là mấy cái người khỏe

Sơn:

I often do 20 laps.

Tran:

Wow. That means you can swim non-stop?

Sơn:

Yes. I used to swim 10 laps, then took a rest and did another 10 laps. But after my competition with a friend for Ironman, I got used to this new practice.

Tran:

You mentioned Ironman. It can be translated into Man made of Iron. Is that right?

Sơn:

Yes. If translated word for word into Vietnamese.

Tran:

So what it means here is people with great strength and stamina, right?

Sơn:

Yes. The strong people who can swim in the sea, run and jump very well are called Ironman.

Tran:

Do these people have disabilities? Can everyone enter this competition?

Sơn:

Everyone can enter this competition, but mostly non-disabled people do because it's arduous. This competition is held several times a year, in many places. More often, people participate just for traveling and exercising. In one year, it can be held in Sunshine Coast, down to Coffs Harbor. Once people get 1st and 2nd places, they can travel to another country to compete, like Hawaii. But most of these people, often 50% of the people, compete for their own health and exercise to stay healthy. Others compete for the prizes.

Tran:

In general, there will be a part of them wanting to win, and for the others, they like the so-called fight, doing it for their own health, right?

manh, bơi ngoài biển, chạy nhảy đồ rất là mạnh, là Ironman.

Trân:

Vậy thì những người này là người ta có khuyết tật không hay là những người thường thôi, ai cũng có thể thi cuộc thi này?

Sơn:

Cuộc thi này thì ai cũng thi được hết đó, mà đa số là người bình thường thôi tại vì cái này thi cũng rất là mệt. Thi cái này thì mỗi năm nó thi mấy lần lận, rồi nó đi từ chỗ này tới chỗ nọ, nhiều chỗ đó. Nhiều khi người ta thi là để cũng như đi chơi, tập thể dục rồi luôn. Tại vì cũng như một năm có thể tổ chức ở Sunshine Coast, xuống Coffs Harbour. Lúc mà người ta thi được hạng nhất, hạng nhì rồi đó, có thể đi qua nước khác thì nữa, giống như Hawaii hay cái này cái kia rồi đó. Nhưng mà đa số mấy cái người này là, đa số cũng như 50% là người mà thi mấy cái này là thi cho sức khỏe mình thôi, tập sức khỏe để cho khỏe mạnh vậy thôi. Mấy người kia thì thi để cho được mấy đồ cái này cái kia rồi đó.

Trân:

À, nói chung là sẽ có một phần họ muốn thắng được giải và một phần thì thi tại vì họ thích cái sự gọi là đấu tranh, như là mình làm để cho nó khỏe cho bản thân thôi phải hông?

Sơn:

Đúng vậy.

Trân:

Khi mà Sơn đi thi như vậy đó thì Sơn thấy có nhiều người Việt thi hông Sơn?

Sơn:

Đa số mấy cái này là đa số ít thấy Á châu lắm. Đa số là mấy người Tây không à. Đa số mấy người Tây tại vì mấy cái này là. Biết surf lifesavers không? Cái này Ironman thì thường là mấy người surf lifesaver thi, nhưng mà ít, không có nhớ là thấy Á châu gì nhiều ở đó.

Trân:

Sẵn đây luôn thì Huyền Trân giải thích thêm cho thính giả biết là lifesaver là quý vị biết không, khi mà mình đi biển nè, và khi mình đi hồ bơi cũng có nữa. Những người này họ đứng để mà họ giúp cho những người, giống

Sơn:

Yes.

Trân:

Did you see lots of Vietnamese in the competition?

Sơn:

Not many Asians. Mostly Caucasians. Do you know surf lifesavers? More often, surf lifesavers do Ironman. I remember not seeing lots of Asians there.

Trân:

Let me explain to our listeners what lifesavers mean. When we go to the beach, and to the pool, there are people who keep an eye on the safety of swimmers. In English, they're called lifesavers. So these people are mostly volunteers, right? Have you ever thought of being a lifesaver or someone who keeps the swimmers safe?

Sơn:

I can't do that because in order to keep people safe, you must be healthy, able to run, walk and stand firmly. I can't walk or run, so if I'm volunteering, I can do computer work or paper work, but can't do the same things as those people.

Trân:

OK. You mentioned that when you go to the beach, you live in Brisbane, right? When you drive to the beach, it takes about 45 minutes or more. Usually do you drive yourself? Or do you go with friends, and someone else will drive?

Sơn:

Usually, I drive because the car is like my legs. With a car, I can go anywhere easily.

Trân:

Do you have any issues driving?

Sơn:

Because I have problems with my right leg; automatic cars require one leg to control, so I use my left foot to drive. With a left-foot driving pedal, I can still drive.

Trân:

như là giữ an toàn cho những người mà đi bơi đó. Thành nên tiếng Anh họ gọi là lifesaver ha. Thì những người này hầu như là volunteer hết luôn đó Sơn ha. Thì Sơn có bao giờ nghĩ đến là làm người lifesaver không hay là những người mà đi giữ an toàn cho những người bơi hông?

Sơn:

Cái này là Sơn không có làm cái đó được tại vì mấy người mà giữ an toàn phải là khỏe mạnh, chạy, đi đứng vững vàng. Sơn thì đi đứng không có vững vàng, chạy không được nên nếu là volunteer cái đó thì Sơn cũng như làm về computer hay là giấy tờ gì thôi chứ không có làm giống như mấy người đó được.

Trân:

Ok. Bây giờ thì Trân hỏi này đó là Sơn có nhắc đến là khi mà mình đi ra biển thì là, tại vì mình ở cái vùng Brisbane đúng hông? Thì khi mà mình lái xe ra biển thì cũng mất cỡ 45 phút trở lên. Thường thường Sơn đi thì Sơn có tự lái xe được không Sơn? Hay là mình đi chung với bạn bè, một người khác sẽ lái xe?

Sơn:

Thường thường Sơn lúc nào cũng lái xe hết đó tại vì chiếc xe cũng như là một cặp chân của Sơn vậy đó. Có xe thì Sơn có thể đi tới chỗ này chỗ nọ dễ dàng.

Trân:

Nếu mà nói về cái chân của Sơn đó thì nó không có vấn đề gì khi mà mình lái xe phải hông?

Sơn:

Tại cái chân của Sơn là bị chân phải nên lái xe tự động chỉ cần một chân thôi, nên cái chân, lúc Sơn lái xe Sơn dùng chân trái để lái. Chân trái lái xe thì đạp vững vàng nên lái xe vẫn được.

Trân:

Khi mà mình lái xe đó, mình cần phải sử dụng chân phải để mà ấn vô thắng hay là ấn vô cái gas để mình chạy xe. Thì khi mà cái đầu óc của mình đã quen với cái đó rồi thì khi mà Sơn tập để mà sử dụng cái chân trái của mình thì Sơn có cần một thời gian lâu để luyện tập cái đó hay không?

Sơn:

When we drive, we need to use our right foot to press the brake and the gas to drive. Our brain gets used to that; when you learned to use your left foot, did it take you a long time to adapt?

Sơn:

No, because I took the driving test at a young age. At that time, I was told that I could use my left foot, so since I learned to drive, I have always used my left foot. It didn't take much time to think whether it was the right foot or the left one. Because I always use my left foot, it is familiar to me.

Trân:

As our listeners can see, no matter what disability we have, we can still live a happier, healthier life. In terms of driving, we often drive with our right foot, but for Sơn, it is still possible to drive with his left foot. So if anyone has not thought about driving, please think again.

Sơn:

I'd like to add that now there is aid equipment to support people who can't drive with their right foot. If we drive with our left foot, our foot will cross the right one in order to push on gas or brake. Such equipment is designed to operate the brake and accelerator with our left foot, so we don't have to cross our legs. Can you imagine that? As well as making the gas on the left for me. Those things have made it easier for me to drive. I don't have to cross my legs, so I have less fatigue. Now we have everything we need.

Trân:

That's right, very convenient. So it is available in your car, or do you need to install it?

Sơn:

My car didn't come equipped with it, but now I realise it can help me drive better. Because I usually drive long distances, having this installed in my car prevents fatigue, so I have it in the car.

Trân:

OK. Is it costly to have it installed?

Sơn:

Không, tại vì lúc Sơn thi bằng lái xe là thi từ nhỏ. Lúc mà thi người lái xe nói Sơn có thể xài chân trái được nên lúc nào, từ khi học lái xe tới giờ, lúc nào Sơn cũng dùng chân trái hết nên hông có mất thời gian nhiều mà nghĩ là chân phải hay chân trái. Tại vì Sơn lúc nào cũng xài chân trái hết nên cái đó cũng như là quen cho Sơn rồi.

Trân:

Vậy thì thỉnh giả thấy hông là, bất cứ cái khuyết tật gì hết mình cũng có cách để mà mình sống vui hơn, khỏe hơn. Và đây thì Sơn cũng đã nhắc đến cái chuyện lái xe. Thường thường là mình lái xe bằng chân phải, nhưng mà đối với Sơn là chân trái vẫn lái xe được. Nên nếu ai mà chưa nghĩ đến lái xe thì nên nghĩ lại nha.

Sơn:

Cho Sơn nói nữa. Bây giờ nó cũng có mấy đồ gắn vô xe để cho mấy người mà lái chân phải không được có thể lái chân trái. Trân cứ nghĩ đi, nếu mà mình lái chân trái, chân mình sẽ chéo qua chân phải để đạp trên gas hoặc đạp trên thắng. Ở đây nó có làm cái dụng cụ để làm cho mình đạp gas chân trái và đạp thắng cũng chân trái nhưng mà mình khỏi cần chéo cái chân qua chân phải, Trân hiểu hông? Cũng như làm cái gas bên trái cho mình. Bây giờ nó cũng có mấy cái đó nữa, rồi thì chạy như vậy thì mình khỏe hơn, khỏi có chéo chân, khỏi có mỏi chân nên giờ nó có đủ thứ hết đó.

Trân:

Đúng rồi, rất là tiện nghi luôn. Thì những cái này là ở trong cái xe của Sơn, Sơn có cần gắn cái dụng cụ này hông?

Sơn:

Sơn thì còn hồi không có gắn, mà bây giờ có thấy mua gắn cho chạy khỏe hơn. Tại vì thường thường Sơn cũng chạy xa đó, chạy xa thì có cái này gắn chạy thì mình khỏe hơn nên Sơn có gắn mấy cái đó trong xe.

Trân:

OK. Thì nếu mà mình muốn gắn thì nó có mắc tiền lắm hông Sơn?

Sơn:

Tùy theo à. Sơn tìm cái này trên mạng khoảng chừng 200 hay 300 và tự mình gắn

It depends. I searched for mine online, about \$200-300 for a DIY.

Tran:

We can do it ourselves?

Son:

We can do it ourselves, without a mechanic.

Tran:

If we can't do it, because not everyone knows how to. What if we want to install this aid equipment but don't know how to install it? Can we go to a car mechanic to have it installed?

Son:

It's easy, but requires a lot of tools. What I mean is a portable one, which means that I can take it out and put it in another car easily. There are some that attach directly to the car, which requires a mechanic to install. And not ordinary mechanics, but mechanics who often install such aid equipment because they know, they have some tools to do that.

Tran:

OK. Could you tell our listeners how to find such a mechanic to install this aid equipment?

Son:

Usually if you search online for left-foot driving, you know what producers are, and these producers can help install them. Because this aid equipment is not common, the mechanic might not have the tools to mount it. You need to buy it, and then find a mechanic to install it. But the companies that usually sell it can also install it.

Tran:

That's right. For our listeners, what Son meant with left-foot driving can be briefly translated as aid equipment for driving with the left foot. So if you want such thing to help you drive, so you don't get your legs tired, you can search for it online. In English, it is called left-foot driving or briefly translated as equipment to support driving with left foot.

Son:

And there are also hand controls for cars. In Australia, there's everything for disabled

vô thôi.

Trân:

Tự mình gắn hả?

Sơn:

Tự mình gắn vô xe mình thôi, khỏi cần mượn thợ gắn hay cái gì hết. Tự mình gắn thôi.

Trân:

Nếu mà mình không làm được đi, tại vì thực tình mà nói thì không phải người nào cũng có biết cách. Thì Sơn biết là nếu mà những người nào muốn gắn cái dụng cụ này nhưng mà không biết gắn thì mình tới mấy chỗ sửa xe thì họ gắn cho mình dễ dàng rồi ha.

Sơn:

Mấy cái đó dễ dàng lắm. Với lại cái này nhưng mà nó có nhiều dụng cụ lắm. Cái mà Sơn nói là cái portable, tức nhiên là mình gỡ cái đó ra bỏ vô xe khác dễ dàng. Có mấy cái mà nó gắn thẳng vô xe mình luôn đó thì cái đó phải cần người thợ máy gắn cho mình. Mà thợ máy không phải thợ máy thường, mà thợ máy thường gắn mấy cái đó vì họ biết, họ có mấy cái dụng cụ để gắn vô xe mình.

Trân:

OK. Thì Sơn cho những thính giả nào mà đang tò mò đó, thì sao mà mình biết được cái người thợ này có thể làm cho mình, gắn vô cái đồ lái xe này cho mình?

Sơn:

Thường thường nếu mà search trên mạng thì mình search, gọi là left-foot driving đó thì nó sẽ cho mình mấy cái công ty mà làm mấy cái này rồi mấy cái công ty đó sẽ gắn cho mình luôn. Tại vì mấy cái này hông phải là thường nên thợ máy không có dụng cụ để gắn mấy cái này đó. Tại mình phải mua cái đó, rồi phải tìm thợ máy gắn. Mà những công thợ thường bán cái đó nó sẽ gắn cho mình luôn.

Trân:

À đúng rồi ha. Kính thưa quý vị, tiếng Anh đó là, Sơn có nói là left-foot driving thì mình tạm dịch đó là cái dụng cụ để lái xe bằng chân trái nha. Nên nếu quý vị ai mà muốn, suy nghĩ mua cái dụng cụ này để giúp cho mình lái xe cho nó đỡ mệt cái chân đó, đỡ mỏi đó thì mình lên mạng mình tìm. Tiếng Anh gọi là left-foot driving hay mình tạm dịch là lái xe

people to help them live their lives.

Tran:

OK. Another question for you. I remember you mentioned that you have a lot of activities outside of work. You said you joined a debate group? Can you tell me more about this activity?

Son:

That group is for public speaking, called Toastmasters. This group helps me with everything, talking on stage, being a leader, organising, doing all sorts of things. Because this group is for self-development, it is international with thousands of sub-groups, and when I enter this membership, I'm in a club. When I'm in a Queensland club, and go to the US, I can join a club in the US when they have a meeting. I can make friends all over the world. It operates worldwide and is a US-headquartered organisation. There are also clubs in Vietnam. In Vietnam, China, Japan and Thailand as well. It is run by volunteers. I find it very good for my life because it helps me do all kinds of things, talking in front of people and organising events. It has all kinds of things, so many that I can't list them all.

Tran:

OK. I will try to summarise what you said. You joined a group to help you speak in public. Its name is Toastmasters, right? And the Toastmasters is where people, in our country as well as abroad, can join in activities. They teach us how, for example, to be a leader, how to develop ourselves, as well as organise certain events, right?

Son:

That's right.

Tran:

OK. When you joined a group like Toastmasters, it trained you in public speaking. Have you ever thought of using this skill to advocate for more benefits for people with disabilities?

Son:

I haven't got a chance to do that. But these skills can be utilised at work when I make presentations or in other aspects of life.

bằng chân trái, cái dụng cụ đó.

Sơn:

Và có dụng cụ lái bằng tay cũng có nữa. Nó có bán mấy cái đó nữa. Bên Úc này có đủ thứ cho người tàn tật để giúp họ sống cuộc đời họ lắm.

Trân:

OK. Sơn, một câu hỏi nữa là Trân nhớ Sơn có nhắc đến là Sơn có rất nhiều hoạt động ngoài đi làm nè. Thì Sơn có nói là Sơn thích vô, hay có trải nghiệm qua một nhóm gọi là tranh luận phải hông? Thì Sơn có thể cho biết thêm về sinh hoạt này hông, hay là cái hoạt động này hông?

Sơn:

Thì cái nhóm đó không phải sinh hoạt mà là public speaking, gọi là Toastmasters. Cái nhóm này nó giúp cho mình đủ thứ hết, giúp mình nói chuyện ở trên sân khấu, giúp mình làm leader, giúp mình làm organising, giúp mình làm đủ thứ hết. Tại vì cái nhóm này là để cho tự mình tạo lập mình, để cho mình tốt hơn, self-development đó. Mấy cái nhóm này thì là xung quanh thế giới hết. Nó có cả ngàn nhóm lận, và lúc mà vô cái membership này, mình trong một cái club nào, mình có thể đi qua. Lúc mà cũng như Sơn ở club của Queensland đi, giờ Sơn qua Mỹ, Sơn có thể vô cái club bên Mỹ cũng được và join lúc mà họ có meeting hay cái này cái kia cũng được hết. Cái này mình có thể làm bạn bốn phương cũng được nữa. Tại vì nó hết thế giới mà, và nó đào tạo từ Mỹ. Ở bên Việt Nam, Sơn nghe nói cũng có nữa. Bên Việt Nam, bên Tàu, bên Nhật đều có hết, Thái Lan cũng có nữa. Mà cái này chỉ là mấy cái người mà volunteer đó lên làm thôi à. Sơn thấy cái này rất là tốt cho cuộc đời mình tại vì nó có thể giúp mình, để mình có thể làm đủ thứ hết, có thể nói chuyện trước mặt mọi người, có thể tập mình làm organising events. Nó có đủ thứ hết, nhiều lắm Sơn không có list hết được.

Trân:

OK. Thì nếu được thì Trân sẽ cố gắng tóm tắt lại coi là Trân hiểu ý của Sơn hông ha. Là Sơn vô một cái nhóm giúp cho mình nói chuyện trước công chúng nè ha. Thì cái tên của nó là Toastmasters phải hông? Và những cái Toastmasters, những cái nhóm như thế này, một cái nhóm mà người ta, gọi

Because I also joined in other groups, I have learned all kinds of things. But in terms of what you asked, raising a voice for the disabled, I haven't got a chance to do that.

Tran:

OK. So far you have said that these skills can be applied in your own life. For example, at work, do you use these skills to present or persuade others?

Son:

Yes. It's very common.

Tran:

Do you have any plans for the future?

Son:

In the future, staying healthy is the most important thing. When my condition gets worse, there will be side effects as well. So now I need to stay fit, not getting weak or fat. It will affect my health in the future, so I now try to stay healthy. For my disability, I need to do that.

Tran:

For our listeners, generally, side effects in Vietnamese mean "tác dụng phụ". So you know, when one leg is a bit weak, it will in the long run, like Son said, cause tension in the other leg, right? That makes it more difficult to walk. Then when we're not careful, we don't eat properly, and then we eat too much and gain a lot of weight, the remaining leg will receive much more stress, due to more pressure, right?

Son:

Yes.

Tran:

That's why it's so important to stay healthy. And what would you like to encourage our listeners to do?

Son:

My input is if you fail at something, you should consider that failure as a valuable lesson for you to move forward in life. Don't be upset by that failure, always use that as a valuable lesson. You know, I have lived with this disability from childhood to adulthood, there are lots of defects. If I kept focusing on

là ở trong nước cũng như ngoài nước đều có sinh hoạt như thế này. Và khi mà học thì họ sẽ dạy cho mình cái cách, chẳng hạn như là lãnh đạo nè, rồi cái cách phát triển bản thân của mình nè, cũng như tổ chức những sự kiện nào đó phải hông?

Sơn:

Đúng vậy. Đúng vậy.

Trân:

OK. Thì Sơn có nói rằng khi mà Sơn vô một cái nhóm gọi là Toastmasters như thế này đó thì nó luyện cho Sơn nói được trước công chúng. Thì Sơn có bao giờ nghĩ rằng mình sử dụng cái năng khiếu, hay là kỹ năng này để mà mình nói, để mình xin quyền lợi thêm cho những người có khuyết tật không?

Sơn:

Thì Sơn chưa có cơ hội mà đi lên nói như vậy được, tại vì hông có cơ hội thôi. Nhưng mà mấy cái skills này của Sơn nó có thể bỏ vô việc làm của Sơn lúc mà làm presentations hay là vô cuộc đời của Sơn mà cần nói. Tại vì Sơn cũng ở trong mấy cái nhóm khác nữa, nó làm đủ thứ hết. Mà về cái mà Trân hỏi, nói cho mấy người tàn tật thì Sơn chưa có cơ hội để lên mà nói như vậy được.

Trân:

À, OK. Thì là so far Sơn nói rằng những kỹ năng này thì Sơn sử dụng cho cuộc sống riêng của mình. Chẳng hạn như trong công ăn việc làm thì Sơn sẽ sử dụng những kỹ năng để mà trình bày hay là thuyết phục những người khác phải hông?

Sơn:

Đúng vậy. Cái này rất là thông dụng.

Trân:

Nói về trong tương lai thì Sơn có những dự định gì cho tương lai?

Sơn:

Tương lai thì cũng, bây giờ đó giữ gìn sức khỏe là quan trọng nhất. Lúc mà cái tật của Sơn nữa mà lớn nữa đó, nó sẽ có nhiều cái cũng như side effects đó. Nên bây giờ mình phải cần cái sức khỏe mạnh, không có được để mình yếu hay mập cái này cái kia được. Chứ hông thôi nó sẽ affect sức khỏe mình

those defects, without being positive, I would not be able to move forward. When you do something and fail, if you're always sad about that, instead of learning from that, you will not be able to progress. So that's very important if you want to live happily.

Tran:

Yes. In Vietnamese, there is a saying that failure is the mother of success, right?

Son:

Yes.

Tran:

Thank you very much. Hope that our listeners have had something to learn from your story. And hope that those who have not tried will practise swimming. Goodbye everyone.

Son:

Goodbye everyone.

Tran:

Thank you, Son.

Son:

Thank you, Tran.

If you have enjoyed our recording, please go to our website speakmylanguage.com.au where you will find more. And please, tell others about Speak My Language.

Also look for us on Facebook, Twitter, Instagram, or LinkedIn and help us continue this conversation across Australia and, maybe even around the world!

The Ethnic Communities' Council of Queensland is proud to be delivering the Speak My Language program in Queensland.

The Speak My Language program is funded by the Department of Social Services and is delivered around Australia through a partnership between all the state and territory Ethnic and Multicultural Communities' Councils and Multicultural Councils around Australia. Our national broadcast partners are SBS and NEMBC.

tương lai nên Sơn bây giờ thì đa số try to giữ gìn sức khỏe để cho khỏe mạnh, rồi thì cái đó là về cái tàn tật của Sơn, Sơn phải cần làm như vậy mới được.

Trân:

Thì thính giả, nói chung là side effects, tiếng Việt mình dịch là tác dụng phụ. Thì quý vị biết mà, khi mà một chân của mình hơi yếu thì nó sẽ về lâu về dài giống như Sơn nói đó, nó sẽ làm cho cái chân kia của mình khó hơn phải hông Sơn? Mình đi đứng cũng có thể khó hơn. Rồi khi mà mình không cẩn thận, mình ăn uống không có đầy đặn, rồi cái mình ăn nhiều quá hay là mình lên kg nhiều thì cái chân còn lại nó sẽ gọi là stress hơn nhiều, gọi là phải làm việc nhiều hơn phải hông?

Sơn:

Đúng vậy. Đúng vậy.

Trân:

Cho nên rất là quan trọng để mà mình giữ gìn sức khỏe. Và cái câu mà Sơn khuyến khích thính giả đang nghe, thì những câu đó là cái gì?

Sơn:

Cái câu mà Sơn khuyến khích là nếu mà mình thất bại điều gì, mình nên dùng thất bại đó là một bài học quý giá để mình tiến lên đời sống của mình được. Đừng có dùng thất bại đó mà buồn rầu, lúc nào mình cũng phải dùng thất bại đó làm một bài học quý giá. Tại Sơn, nếu mà mấy người khán giả biết đó, là bị tật này lúc mà từ nhỏ tới lớn, sẽ có nhiều cái khuyết điểm. Nếu mà Sơn cứ focus on mấy cái khuyết điểm đó, không có positive about it là Sơn không có tiến lên được. Lúc mà mình làm cái gì mà mình thất bại, mình cứ buồn rầu hoài, thay vì mình học hỏi của cái đó đó, mình cũng sẽ không có tiến lên được. Nên cái đó là rất quan trọng nếu mà mình muốn sống vui vẻ.

Trân:

Ừ. Thì có tiếng Việt của mình đó, tiếng Việt của mình hình như có một cái câu là thất bại là mẹ của thành công mà, phải hông?

Sơn:

Đúng vậy. Đúng vậy.

Trân:

Cám ơn Sơn rất nhiều, và mong rằng thánh giả cũng học hỏi với Sơn vài điểm. Và mong rằng thánh giả nếu mà ai chưa có tập bơi thì nhớ tập bơi nha. Kính chào thánh giả.

Sơn:

Kính chào quý vị.

Trân:

Thank you Sơn. Cám ơn Sơn.

Sơn:

Cám ơn Trân.

Nếu quý vị cảm thấy những bài phỏng vấn của chúng tôi hay hoặc hữu ích, hãy lên trang web speakmylanguage.com.au để biết thêm chi tiết. Và nhớ cho người thân và bạn bè của mình biết về chương trình của chúng tôi.

Chúng tôi có tài khoản trên Facebook, Twitter, Instagram, hoặc LinkedIn. Xin quý vị hãy giúp chúng tôi lan tỏa chương trình này trên khắp nước Úc và trên toàn thế giới!

Ethnic Communities' Council của tiểu bang Queensland tự hào là nhà sản xuất chương trình Speak My Language tại Queensland.

Chương trình Speak My Language được tài trợ bởi Department of Social Services và được sự hợp tác của các Ethnic and Multicultural Communities' Councils và Multicultural Councils tại mọi tiểu bang và vùng lãnh thổ. Chương trình được phát thanh trên đài SBS và đài NEMBC.