

Thông Tấn Xã Heo Xinh Đẹp

Bản tin hàng ngày dành cho chị em văn phòng

03/06/2026

Tin tức hôm nay

1

Lịch thi đấu toàn bộ 104 trận tại World Cup 2026

Tuổi Trẻ - Chính trị XH [Đọc thêm](#) →

Lịch thi đấu toàn bộ 104 trận tại World Cup 2026 đã được công bố, tạo sự phấn khích cho người hâm mộ bóng đá trên toàn thế giới. Sự kiện này sẽ diễn ra tại Bắc Mỹ từ ngày 12 tháng 6 đến ngày 20 tháng 7, hứa hẹn mang lại những trận đấu đầy kịch tính và hấp dẫn. Với sự tham gia của các đội bóng hàng đầu từ khắp nơi trên thế giới, World Cup 2026 chắc chắn sẽ là một trong những sự kiện thể thao lớn nhất năm. Trong thời gian diễn ra giải đấu, người hâm mộ sẽ có cơ hội theo dõi các trận đấu của các đội bóng yêu thích, cũng như khám phá tài năng của các cầu thủ mới. Lịch thi đấu chi tiết sẽ giúp người hâm mộ lên kế hoạch và sắp xếp thời gian để theo dõi các trận đấu quan trọng. Sự kiện này không chỉ là một cuộc thi đấu thể thao, mà còn là một dịp để các quốc gia và nền văn hóa khác nhau đến gần nhau, tạo ra một bầu không khí sôi động và đầy màu sắc. Với sự chuẩn bị kỹ lưỡng và đầu tư lớn, World Cup 2026 hứa hẹn sẽ là một sự kiện thành công và đáng nhớ. Người hâm mộ bóng đá trên toàn thế giới đang chờ đợi sự khởi động của giải đấu, và lịch thi đấu toàn bộ 104 trận sẽ là một công cụ hữu ích để họ theo dõi và tận hưởng sự kiện này.

2

Lịch trực tiếp Giải U19 Đông Nam Á 2026: Philippines đấu Úc

Tuổi Trẻ - Chính trị XH [Đọc thêm](#) →

Giải vô địch U19 Đông Nam Á 2026 đang đến gần và mang theo nhiều sự kiện thú vị. Trong số đó, trận đấu giữa tuyển U19 Philippines và U19 Úc được nhiều người hâm mộ chờ đợi. Đây sẽ là trận ra quân của tuyển

U19 Philippines tại giải đấu này, và họ sẽ phải đối mặt với một đối thủ mạnh là U19 Úc. Trận đấu này sẽ là một thử thách lớn cho tuyển U19 Philippines, khi họ phải đối đầu với một đội bóng có trình độ cao và kinh nghiệm phong phú. Tuy nhiên, đây cũng là cơ hội để họ thể hiện khả năng và tinh thần chiến đấu của mình. Với sự chuẩn bị kỹ lưỡng và tinh thần quyết tâm, tuyển U19 Philippines có thể tạo ra một bất ngờ tại giải đấu này. Trận đấu giữa U19 Philippines và U19 Úc sẽ được trực tiếp trên các kênh truyền hình và nền tảng trực tuyến, giúp người hâm mộ có thể theo dõi và ủng hộ đội bóng yêu thích của mình. Đây sẽ là một trận đấu hấp dẫn và đầy kịch tính, và người hâm mộ sẽ được chứng kiến những pha bóng đẹp mắt và những khoảnh khắc quyết định. Với sự quan tâm và ủng hộ của người hâm mộ, tuyển U19 Philippines sẽ cố gắng hết mình để đạt được kết quả tốt nhất tại giải đấu này.

3

Phó thủ tướng Phạm Gia Túc: Dùng xăng sinh học, đảm bảo quyền lợi người dùng là quan trọng nhất

Tuổi Trẻ - Chính trị XH [Đọc thêm →](#)

Phó thủ tướng thường trực Phạm Gia Túc đã có cuộc làm việc với Bộ Công Thương và các bộ, ngành liên quan vào ngày 2-6, nhằm đánh giá tình hình triển khai cung ứng và phân phối xăng sinh học E10. Trong cuộc họp, Phó thủ tướng Phạm Gia Túc nhấn mạnh rằng việc đảm bảo quyền lợi của người dùng là quan trọng nhất khi triển khai sử dụng xăng sinh học. Ông cũng yêu cầu các bộ, ngành liên quan phải tăng cường công tác quản lý và giám sát để đảm bảo chất lượng xăng sinh học, cũng như đảm bảo quyền lợi của người tiêu dùng. Cuộc làm việc này diễn ra trong bối cảnh Việt Nam đang đẩy mạnh việc sử dụng xăng sinh học như một phần của chiến lược phát triển năng lượng bền vững. Việc sử dụng xăng sinh học E10 được kỳ vọng sẽ giúp giảm thiểu ô nhiễm môi trường và giảm phụ thuộc vào nhiên liệu hóa thạch. Tuy nhiên, để đảm bảo thành công của việc triển khai này, cần phải có sự phối hợp và giám sát chặt chẽ từ các bộ, ngành liên quan. Phó thủ tướng Phạm Gia Túc cũng yêu cầu các bộ, ngành phải tăng cường công tác tuyên truyền và giáo dục để giúp người dân hiểu rõ về lợi ích của xăng sinh học và cách sử dụng nó một cách hiệu quả. Đồng thời, cần phải có các biện pháp để hỗ trợ các doanh nghiệp và người dân trong việc chuyển đổi sang sử dụng xăng sinh học, nhằm đảm bảo sự chuyển đổi này được diễn ra một cách suôn sẻ và hiệu quả.

4

Ngoại trưởng Rubio tiết lộ hai giai đoạn của Mỹ trong đàm phán với Iran

Tuổi Trẻ - Chính trị XH [Đọc thêm →](#)

Ngoại trưởng Mỹ Marco Rubio đã tiết lộ thông tin quan trọng về chiến lược của Tổng thống Trump trong tiến trình đàm phán hòa bình với Iran. Theo đó, quá trình đàm phán này sẽ được chia thành hai giai đoạn cụ thể. Thông tin này được công bố vào ngày 2-6, đánh dấu một bước tiến quan trọng trong quan hệ giữa Mỹ và Iran. Trong bối cảnh căng thẳng giữa hai quốc gia đã giảm bớt, việc tiết lộ chiến lược đàm phán này cho thấy Mỹ đang nghiêm túc trong việc tìm kiếm giải pháp hòa bình. Tổng thống Trump đã thể hiện sự quyết tâm trong việc giải quyết các vấn đề liên quan đến chương trình hạt nhân của Iran, và việc chia quá trình đàm phán thành hai giai đoạn có thể giúp tạo ra một khung khổ cụ thể và hiệu quả cho các cuộc đàm phán. Chiến lược này cũng cho thấy sự linh hoạt và khả năng thích nghi của Mỹ trong việc xử lý các vấn đề quốc tế phức tạp. Việc chia quá trình đàm phán thành hai giai đoạn có thể giúp Mỹ và Iran tập trung vào các vấn đề cụ thể và tìm kiếm giải pháp phù hợp. Điều này cũng cho thấy sự cam kết của Mỹ trong việc duy trì hòa bình và ổn định trong khu vực.

5

Ronaldinho, Yamal xuất hiện trong chiến dịch quảng bá đặc biệt World Cup 2026

Tuổi Trẻ - Chính trị XH [Đọc thêm →](#)

World Cup 2026 đang đến gần và để tạo nên không khí sôi động, một chiến dịch quảng bá đặc biệt đã được triển khai. Chiến dịch này quy tụ một dàn ngôi sao bóng đá tài năng và nổi tiếng, trải dài qua nhiều thế hệ. Những cái tên như David Beckham, Thierry Henry, Ronaldinho, Son Heung Min và Lamine Yamal đã cùng nhau tham gia vào chiến dịch này, tạo nên một sự kiện không thể bỏ lỡ. Sự xuất hiện của những ngôi sao này không chỉ thể hiện sự đa dạng về phong cách và kỹ năng bóng đá, mà còn đại diện cho tinh thần cạnh tranh và đam mê của môn thể thao vua. Ronaldinho, với kỹ năng đi bóng và sút phạt nổi tiếng, cùng Yamal, với tốc độ và sự nhanh nhẹn, sẽ mang đến những khoảnh khắc thú vị và đáng nhớ. Chiến dịch quảng bá này không chỉ nhằm mục đích giới thiệu World Cup 2026, mà còn là cơ hội để các ngôi sao bóng đá chia sẻ kinh nghiệm và truyền cảm hứng cho thế hệ trẻ. Sự kiện này hứa hẹn sẽ tạo nên một không khí sôi động và hứng khởi, chuẩn bị cho một giải đấu bóng đá đầy phấn khích và cạnh tranh. Với sự tham gia của những ngôi

sao hàng đầu, World Cup 2026 chắc chắn sẽ là một sự kiện không thể bỏ lỡ.

6

'Việt Nam nổi lên như trung tâm xuất khẩu thương mại điện tử khu vực'

VnExpress - Kinh doanh

[Đọc thêm →](#)

Việt Nam đang nổi lên như một trung tâm xuất khẩu thương mại điện tử hàng đầu trong khu vực, đánh dấu một bước tiến quan trọng trong sự phát triển kinh tế và thương mại của đất nước. Theo nhận định của ông Larry Hu, Giám đốc điều hành Amazon Global Selling Đông Nam Á, Việt Nam đã chứng minh được tiềm năng và khả năng cạnh tranh trong lĩnh vực thương mại điện tử, đặc biệt là trong việc xuất khẩu hàng hóa ra thị trường quốc tế. Sự tăng trưởng này có thể được giải thích bởi sự phát triển nhanh chóng của cơ sở hạ tầng công nghệ thông tin và sự gia tăng mạnh mẽ của dân số sử dụng internet tại Việt Nam. Ngoài ra, chính phủ cũng đã triển khai nhiều chính sách hỗ trợ và khuyến khích sự phát triển của thương mại điện tử, tạo điều kiện thuận lợi cho các doanh nghiệp trong nước tham gia vào thị trường xuất khẩu. Việc Việt Nam trở thành trung tâm xuất khẩu thương mại điện tử khu vực không chỉ mang lại lợi ích kinh tế cho đất nước mà còn tạo ra cơ hội việc làm và thúc đẩy sự phát triển của các ngành công nghiệp liên quan. Điều này cũng cho thấy sự chuyển đổi mạnh mẽ của Việt Nam từ một nền kinh tế dựa trên sản xuất truyền thống sang một nền kinh tế hiện đại, đa dạng và hội nhập quốc tế.

7

Hàng xa xỉ nhắm đến giới giàu lên nhờ AI

VnExpress - Kinh doanh

[Đọc thêm →](#)

Trong bối cảnh thị trường tiêu dùng tại châu Âu và Trung Đông đang chứng kiến sự chậm lại về sức mua, các thương hiệu hàng xa xỉ đang tìm kiếm cơ hội mới để mở rộng thị trường của mình. Một trong những nhóm khách hàng tiềm năng mà họ đang nhắm đến là những người giàu lên nhờ công nghệ trí tuệ nhân tạo (AI). Sự phát triển nhanh chóng của AI đã tạo ra một lớp người mới với thu nhập cao, những người này có khả năng chi tiêu lớn cho các sản phẩm và dịch vụ cao cấp. Các thương hiệu hàng xa xỉ đang nhận thấy tiềm năng lớn từ nhóm khách hàng này và đang điều chỉnh chiến lược tiếp thị của mình để thu hút họ. Họ đang tạo ra các sản phẩm và dịch vụ độc đáo, tận dụng công nghệ AI để mang lại trải nghiệm mua sắm mới mẻ và hấp dẫn. Việc nhắm đến nhóm khách

hàng giàu lên nhờ AI không chỉ giúp các thương hiệu hàng xa xỉ mở rộng thị trường mà còn cho phép họ tận dụng sự sáng tạo và đổi mới của công nghệ AI. Sự kết hợp giữa hàng xa xỉ và AI không chỉ là một xu hướng mới mà còn là một cơ hội để các thương hiệu hàng xa xỉ tái định vị mình trong thị trường tiêu dùng đang thay đổi. Việc hiểu và đáp ứng nhu cầu của nhóm khách hàng này sẽ giúp các thương hiệu hàng xa xỉ duy trì vị thế của mình và tiếp tục phát triển trong tương lai.

8

Biến xà bần thành tài nguyên xây dựng

Báo Pháp Luật Việt Nam [Đọc thêm →](#)

Trong những năm gần đây, sự phát triển của các đại công trình xây dựng trên toàn quốc đã dẫn đến tình trạng khan hiếm vật liệu san lấp. Điều này đã tạo ra một nghịch lý khi lượng xà bần, hay chất thải rắn xây dựng, phát sinh hàng ngày lại chưa được tận dụng tối đa. Xà bần là loại vật liệu có thể tái sử dụng để san lấp, nhưng thay vào đó, nó thường bị đổ tùy tiện ở nhiều nơi, gây ra ô nhiễm môi trường và vi phạm pháp luật. Tình trạng này không chỉ gây ra những vấn đề về môi trường, mà còn lãng phí một nguồn tài nguyên quý giá. Xà bần có thể được tái chế và sử dụng lại trong các công trình xây dựng, giảm thiểu nhu cầu về vật liệu san lấp mới và giúp giảm thiểu tác động tiêu cực đến môi trường. Việc biến xà bần thành tài nguyên xây dựng không chỉ giúp giải quyết vấn đề khan hiếm vật liệu san lấp, mà còn góp phần bảo vệ môi trường và thúc đẩy sự phát triển bền vững. Để giải quyết tình trạng này, cần có sự quan tâm và hợp tác từ các cấp chính quyền, doanh nghiệp và cộng đồng. Cần có những chính sách và giải pháp cụ thể để khuyến khích việc tái chế và sử dụng xà bần, cũng như tăng cường quản lý và giám sát việc đổ xà bần. Khi đó, xà bần sẽ không còn là một nguồn ô nhiễm môi trường, mà trở thành một tài nguyên quý giá cho ngành xây dựng.

9

Xã Phú Thuận phải khai thác hiệu quả lợi thế để phát triển kinh tế

Chuyên trang Công an Đà Nẵng - Báo Công an Nhân dân [Đọc thêm →](#)

Xã Phú Thuận đang đứng trước cơ hội phát triển kinh tế nhờ vào lợi thế sẵn có. Tại buổi làm việc với UBND xã Phú Thuận vào chiều 2-6, Phó Chủ tịch UBND TP Đà Nẵng Trần Anh Tuấn cùng các sở, ngành thành phố đã thảo luận về công tác triển khai thực hiện nhiệm vụ trên các lĩnh vực. Mục tiêu của buổi làm việc là giúp xã Phú Thuận tận dụng và khai thác hiệu quả lợi thế để thúc đẩy sự phát triển kinh tế. Trong bối cảnh kinh tế đang trải qua nhiều thách thức, việc khai thác lợi thế của từng

địa phương trở nên quan trọng hơn bao giờ hết. Xã Phú Thuận không phải là ngoại lệ, với những tiềm năng và thế mạnh riêng, xã cần có chiến lược và kế hoạch cụ thể để biến lợi thế thành động lực phát triển. Buổi làm việc giữa UBND xã Phú Thuận và các sở, ngành thành phố Đà Nẵng là một bước quan trọng trong việc định hướng và hỗ trợ xã trong việc khai thác hiệu quả lợi thế của mình. Qua buổi làm việc, các bên đã cùng nhau thảo luận và phân tích về các lĩnh vực có thể khai thác lợi thế, cũng như đề ra các giải pháp và kế hoạch hành động cụ thể. Điều này sẽ giúp xã Phú Thuận có thể tận dụng tối đa các nguồn lực và tiềm năng sẵn có, từ đó thúc đẩy sự phát triển kinh tế và cải thiện cuộc sống cho người dân. Việc khai thác hiệu quả lợi thế của xã Phú Thuận không chỉ mang lại lợi ích cho địa phương mà còn góp phần vào sự phát triển chung của thành phố Đà Nẵng.

Góc Đà Nẵng hôm nay

1

Nâng tầm trải nghiệm nghỉ dưỡng chuẩn Nhật tại Việt Nam

Báo Thời Báo Ngân Hàng [Đọc thêm](#) →

Tại thành phố biển Đà Nẵng, một điểm đến nghỉ dưỡng mới đang chuẩn bị sẵn sàng để chào đón du khách. Mikazuki Villas - The Ryokan sẽ chính thức mở cửa đón khách từ ngày 15/6/2026, đánh dấu một bước tiến quan trọng trong việc phát triển hệ sinh thái nghỉ dưỡng Nhật Bản toàn diện tại miền Trung Việt Nam. Với việc ra mắt này, Da Nang Mikazuki tiếp tục khẳng định định hướng của mình trong việc mang đến trải nghiệm nghỉ dưỡng chuẩn Nhật cho du khách. Mikazuki Villas - The Ryokan hứa hẹn sẽ mang đến một không gian nghỉ dưỡng độc đáo và sang trọng, kết hợp giữa phong cách kiến trúc truyền thống Nhật Bản với tiện nghi hiện đại. Du khách sẽ có cơ hội trải nghiệm những dịch vụ và tiện ích cao cấp, từ phòng nghỉ thoải mái đến các hoạt động giải trí và thư giãn. Sự ra mắt của Mikazuki Villas - The Ryokan không chỉ góp phần nâng tầm trải nghiệm du lịch cao cấp tại Đà Nẵng mà còn giúp thành phố này trở thành điểm đến hấp dẫn hơn cho du khách trong nước và quốc tế. Với việc kết hợp giữa văn hóa Nhật Bản và vẻ đẹp tự nhiên của thành phố biển, Mikazuki Villas - The Ryokan chắc chắn sẽ trở thành một điểm đến lý tưởng cho những ai đang tìm kiếm một trải nghiệm nghỉ dưỡng độc đáo và đáng nhớ.

2

[Infographic] Chi tiết các đêm thi Lễ hội Pháo hoa Quốc tế Đà Nẵng - DIFF 2026

Báo Nhân Dân [Đọc thêm →](#)

Lễ hội Pháo hoa Quốc tế Đà Nẵng 2026 đã chính thức khai mạc vào đêm 30/5 với chủ đề "Đà Nẵng - Những chân trời kết nối". Sự kiện này quy tụ 10 đội pháo hoa đến từ 9 quốc gia và vùng lãnh thổ, bao gồm Việt Nam, Trung Quốc, Italia, Đức, Bồ Đào Nha, Pháp, Nhật Bản, Macau (Trung Quốc) và Australia. Với sự tham gia của nhiều quốc gia và vùng lãnh thổ, DIFF 2026 hứa hẹn sẽ mang đến một trải nghiệm tuyệt vời và độc đáo cho khán giả. Các đêm thi sẽ là cơ hội để các đội pháo hoa thể hiện tài năng và kỹ thuật của mình, tạo nên những màn trình diễn pháo hoa tuyệt đẹp và đầy màu sắc. Chủ đề "Đà Nẵng - Những chân trời kết nối" sẽ được thể hiện qua các màn trình diễn, thể hiện sự kết nối và giao lưu văn hóa giữa các quốc gia và vùng lãnh thổ tham gia. Lễ hội Pháo hoa Quốc tế Đà Nẵng 2026 không chỉ là một sự kiện giải trí, mà còn là một cơ hội để quảng bá hình ảnh và văn hóa của thành phố Đà Nẵng, cũng như tăng cường mối quan hệ hợp tác và giao lưu giữa các quốc gia và vùng lãnh thổ tham gia. Sự kiện này sẽ góp phần thúc đẩy du lịch và kinh tế của thành phố, đồng thời tạo nên một không khí lễ hội sôi động và đầy màu sắc cho người dân và du khách.

3

Khai mạc DIFF 2026: Đà Nẵng thấp sáng những chân trời kết nối

Báo Thời Báo Ngân Hàng [Đọc thêm →](#)

Đà Nẵng đã trở thành điểm đến hấp dẫn với sự kiện Lễ hội Pháo hoa Quốc tế Đà Nẵng 2026 (DIFF 2026) chính thức khai mạc vào tối 30/5/2026. Sự kiện này diễn ra bên bờ sông Hàn, mang chủ đề "Đà Nẵng - Những chân trời kết nối" (Da Nang - United Horizons), đánh dấu bắt đầu cho một mùa lễ hội sôi động và đầy màu sắc. DIFF 2026 không chỉ là một lễ hội pháo hoa thông thường, mà còn là cơ hội để kết nối các nền văn hóa, nghệ thuật và công nghệ từ khắp nơi trên thế giới. Với chủ đề "Đà Nẵng - Những chân trời kết nối", DIFF 2026 hướng tới việc xây dựng một không gian kết nối giữa con người, văn hóa và công nghệ. Sự kiện này sẽ kéo dài trong 6 đêm, từ ngày 30/5 đến ngày 11/7/2026, hứa hẹn mang lại những trải nghiệm độc đáo và thú vị cho du khách. Việc tổ chức DIFF 2026 tại Đà Nẵng không chỉ giúp quảng bá hình ảnh của thành phố, mà còn góp phần thúc đẩy sự phát triển của du lịch và kinh tế địa phương. Sự kiện này cũng là cơ hội để các nghệ sĩ, nhà thiết kế và kỹ sư từ khắp nơi trên thế giới cùng nhau tạo ra những kiệt tác nghệ thuật và công nghệ độc đáo.

Bản tin tài chính hôm nay

Tỷ giá hôm nay

Đồng tiền	Mua vào	Bán ra
USD	26,088.00	26,398.00
EUR	29,849.50	31,423.10
JPY	159.75	169.90
CNY	3,795.46	3,956.57
GBP	34,520.70	35,986.01
AUD	18,361.42	19,140.81
SGD	20,056.66	20,949.88
KRW	15.02	18.11

Cập nhật: 7:25 AM · Nguồn: Vietcombank (tham khảo)

Giá vàng & bạc hôm nay

Loại	Mua vào	Bán ra	Biến động
SJC 1 lượng	154.50 triệu	157.50 triệu	triệu đ/lượng
SJC nhẫn tròn	154.30 triệu	157.30 triệu	triệu đ/lượng
DOJI nhẫn tròn	154.50 triệu	157.50 triệu	triệu đ/lượng
PNJ nhẫn tròn 24K	154.20 triệu	157.20 triệu	triệu đ/lượng
Vàng thế giới	4,483.9	-	USD
Bạc mỹ nghệ Phú Quý 99.9	2.875	3.382	nghìn đ/chỉ

Cập nhật: 07:30 2026-06-03 · Nguồn: vang.today

Bạc: giavang.org · Đơn vị vàng: triệu đ/lượng

₿ Crypto hôm nay

₿ Bitcoin (BTC)	66,663 USD	≈ 1.755 tỷ
Ξ Ethereum (ETH)	1,860 USD	
USDT/VNĐ	26,298 đ	tỷ giá phi chính thức

Nguồn: CoinGecko

Chính sách & Pháp luật tài chính

Quy định mới ban hành & sắp có hiệu lực — tổng hợp từ nguồn tài chính chính thống

Chính phủ chỉ đạo phát triển thị trường trong nước

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

◦ **Tác động:** Việc phát triển thị trường trong nước sẽ tạo điều kiện cho các doanh nghiệp và người dân tiếp cận các nguồn lực và cơ hội kinh doanh, từ đó thúc đẩy tăng trưởng kinh tế. Điều này cũng sẽ giúp tăng cường sự ổn định và phát triển của thị trường chứng khoán.

Xử phạt Công ty Tàu Cuốc do chậm công bố thông tin

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

◦ **Tác động:** Việc xử phạt này sẽ giúp tăng cường tính minh bạch và trách nhiệm của các công ty niêm yết trên thị trường chứng khoán, bảo vệ quyền lợi của nhà đầu tư và người dân. Đồng thời, nó cũng sẽ giúp nâng cao uy tín và chất lượng của thị trường chứng khoán.

Becamex IDC giảm sở hữu nhà nước về 65%

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

Tác động: Việc giảm sở hữu nhà nước sẽ giúp Becamex IDC trở thành một công ty đại chúng thực sự, tăng cường tính cạnh tranh và hiệu quả kinh doanh. Điều này cũng sẽ tạo điều kiện cho các nhà đầu tư tư nhân tham gia vào công ty, từ đó thúc đẩy sự phát triển của doanh nghiệp và tạo ra cơ hội kinh doanh mới.

Mạng xã hội hôm nay

Giám khảo Miss Grand All Stars nói thí sinh 'hung hăng'

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

Yamilex Hernandez vừa gây xôn xao MXH khi phản ứng về điểm số tại Miss Grand All Stars, và giám khảo Omar Harfouch đã thẳng thắn nhận xét cô "thiếu phẩm chất của một hoa hậu". Điều này đã khiến cộng đồng mạng tranh cãi về vấn đề này, với nhiều ý kiến cho rằng cô nên giữ bình tĩnh và thể hiện sự chuyên nghiệp hơn. Liệu Yamilex Hernandez có thể vượt qua được áp lực và chứng minh bản thân?

Hề Mộng Dao và con trai tử phú cưới trong lâu đài

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

Siêu mẫu Trung Quốc Hề Mộng Dao đã tổ chức đám cưới xa hoa với Hà Du Quân - con trai "Vua sòng bạc" Macau - trong một lâu đài tuyệt đẹp. Điều này đã khiến cộng đồng mạng xôn xao về sự giàu có và sang trọng của cô dâu và chú rể. Với một đám cưới như mơ, Hề Mộng Dao và Hà Du Quân chắc chắn sẽ có một cuộc sống hạnh phúc và sung túc.

Son Tùng 'cưới' chim Lạc và chuyện làm mới biểu tượng truyền thống

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

Sơn Tùng đã gây sốc khi "cuối" chim Lạc trong MV "Come My Way", và nhiều chuyên gia cho rằng đây là cách nghệ sĩ thể hiện tình yêu và sự tự tin sáng tạo chất liệu văn hóa. Điều này đã khiến cộng đồng mạng tranh cãi về vấn đề này, với nhiều ý kiến cho rằng Sơn Tùng đã làm mới và sáng tạo được biểu tượng truyền thống. Liệu Sơn Tùng có thể tiếp tục làm nên lịch sử với những sáng tạo mới?

Âm nhạc & Thời trang hôm nay

ÂM NHẠC

Sơn Tùng M-TP Hợp Tác Quốc Tế

Nguồn: [Tuổi Trẻ Âm nhạc](#)

Sơn Tùng M-TP vừa hợp tác với rapper Tyga trong MV "Come my way", một sự kết hợp đầy thú vị giữa âm nhạc Việt Nam và quốc tế. Đây là cơ hội để Sơn Tùng M-TP kết nối với dòng máu Việt đang chảy trong người Tyga, tạo nên một sản phẩm âm nhạc độc đáo và hấp dẫn. Với hơn 21 triệu view trên YouTube sau hơn 4 ngày, MV này đang trở thành một hiện tượng âm nhạc nóng bỏng.

THỜI TRANG

Xu Hướng Má Hồng Của Lưu Thi Thi

Nguồn: [Tuổi Trẻ Thời trang](#)

Lưu Thi Thi vừa trở thành tâm điểm của mạng xã hội với đôi má ửng hồng tuyệt đẹp, tạo nên một xu hướng làm đẹp mới cho mùa hè. Đối với những cô nàng văn phòng, má hồng có thể kết hợp với trang phục nhẹ nhàng, đơn giản như áo trắng và chân váy jeans, tạo nên một vẻ ngoài tươi tắn và rạng rỡ. Đây chắc chắn là một trend không thể bỏ lỡ trong mùa hè này!

Món ngon hôm nay

Bánh Xèo Quảng Nam — Miền Trung

Bánh xèo Quảng Nam - một món ăn vặt đường phố tuyệt vời của miền Trung, đặc biệt là Đà Nẵng và Quảng Nam. Những chiếc bánh xèo giòn rụm, vàng ươm, thơm nồng mùi bột gạo và nước cốt dừa, đập vào mắt với màu sắc tươi ngon của các loại rau sống kèm theo. Khi ăn, bạn sẽ cảm nhận được sự hòa quyện tuyệt vời giữa vị giòn của bánh, vị mềm của nhân thịt heo, tôm và giá, cùng với vị tươi mát của rau sống.

Bạn có thể ăn bánh xèo kèm theo với rau sống như xà lách, rau quế, diếp cá, và không thể thiếu chút ngọt ngào làm từ nước mắm, chanh, đường và ớt.

Ăn ở đâu ngon? Bạn có thể tìm thấy bánh xèo Quảng Nam tại các khu chợ truyền thống như Chợ Cồn (Đà Nẵng) hoặc các quán ăn vặt gần khu vực sông Hàn.

Giá tham khảo: Giá bánh xèo thường dao động từ 15.000 đến 30.000 đồng một chiếc, tùy thuộc vào kích thước và địa điểm bán.

Tips dành cho chị em hôm nay

TIP LÀM ĐẸP & CHĂM DA

Làm Đẹp Tóc Tại Nhà

Để có mái tóc đẹp và khỏe mạnh, các cô nàng văn phòng nên áp dụng tip này! Hãy bắt đầu bằng việc sử dụng dầu gội và dầu xả phù hợp với loại tóc của bạn. Sau đó, sử dụng mặt nạ tóc tự nhiên như dầu dừa hoặc mật ong để dưỡng tóc. Cuối cùng, hãy sấy tóc ở chế độ cool để giúp tóc khô nhanh và giảm thiểu tổn thương tóc. Với các bước đơn giản này, bạn sẽ có mái tóc đẹp và khỏe mạnh mà không cần phải đến salon!

TIP TẬP THỂ DỤC & GIỮ DÁNG

Tập thể dục tại nhà

Không cần đến phòng tập, bạn có thể giảm cân và giữ dáng với các bài tập đơn giản tại nhà. Hãy bắt đầu bằng 10 lần squat, 10 lần gập bụng và 10 lần nhảy múa trong 5 phút mỗi ngày. Điều này sẽ giúp bạn đốt cháy khoảng 50 calo và tăng cường sức khỏe. Hãy thực hiện 3 lần mỗi ngày để đạt được hiệu quả tốt nhất. Ngoài ra, bạn cũng có thể đi bộ 30 phút mỗi ngày để tăng cường sự trao đổi chất và giảm cân hiệu quả. Hãy nhớ uống đủ nước và ăn uống cân đối để hỗ trợ quá trình tập luyện.

TIP SỨC KHỎE: HUYẾT ÁP, CỘT SỐNG, VAI GÁY

Làm ấm cột sống

Khi ngồi lâu trước màn hình, hãy dành 5 phút mỗi giờ để làm ấm cột sống. Theo nghiên cứu, 70% nhân viên văn phòng gặp vấn đề về cột sống do ngồi lâu. Hãy đứng dậy, duỗi người, và thực hiện vài động tác xoay vai, gập người về phía trước. Điều này sẽ giúp tăng cường lưu thông

máu, giảm căng thẳng cho cột sống và vai gáy. Hãy bắt đầu ngay từ bây giờ và áp dụng thường xuyên để giữ cho cột sống khỏe mạnh!

Câu châm ngôn hôm nay

"Do not bring people in your life who weigh you down. And trust your instincts... good relationships feel light. They feel right. They don't hurt. They're not painful."

Dừng đưa những người kéo bạn xuống vào cuộc sống của bạn. Và tin vào trực giác của mình... những mối quan hệ tốt đẹp cảm giác nhẹ nhàng. Chúng cảm giác đúng. Chúng không đau đớn.

— Michelle Obama

Giải nghĩa: Câu này muốn nói rằng chúng ta nên chọn những mối quan hệ tích cực và loại bỏ những mối quan hệ tiêu cực trong cuộc sống. Khi chúng ta ở trong một mối quan hệ tốt đẹp, chúng ta sẽ cảm thấy nhẹ nhàng và thoải mái, không có cảm giác đau đớn hoặc khó chịu. Áp dụng vào cuộc sống hàng ngày, chúng ta nên tin vào trực giác của mình và chọn những người bạn và đồng nghiệp tích cực, giúp chúng ta phát triển và hạnh phúc.

Crush Hôm Nay

RM (Kim Namjoon)

Hàn Quốc | Rapper, leader (BTS)

Ngày sinh 12/09/1994

Chiều cao 1m81

Cân nặng 67 kg

Nhóm máu A

Cung HĐ Xử Nữ

Màu yêu thích Bạc & Trắng

Con số may 1

Tình trạng Xuất ngũ 06/2025, độc thân

Sở thích Tham quan bảo tàng, sưu tập nghệ thuật, đọc sách triết học, viết nhật ký

RM (Kim Namjoon)

K-pop

BTS

rapper

intellectual

RM sinh ngày 12/09/1994 — leader BTS, IQ 148, tự học tiếng Anh qua xem 'Friends'. Collector nghệ thuật đương đại nghiêm túc, hiến tặng cho các bảo tàng quốc gia Hàn Quốc. Phát biểu tại

Đại Hội Đồng LHQ năm 2018 và 2021. Cao 1m81, lúm đồng tiền hai bên má siêu cute.

Tác phẩm nổi bật:

Album solo 'Indigo' (2022), 'Wild Flower', phát biểu tại LHQ (UN Speech 2018/2021)

*** Giải thưởng:**

Grammy nomination, Billboard Music Awards, Grammy Foundation Award



Chúc chị em một ngày vui vẻ và năng suất!
TTXHXD — Tổng hợp bởi Groq AI & nguồn tin VN