

# Thông Tấn Xã Heo Xinh Đẹp

Bản tin hàng ngày dành cho chị em văn phòng

05/06/2026

## Tin tức hôm nay

1

### Ngôi sao gốc Việt vào nhóm 'đáng xem nhất' ở World Cup 2026

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

Ngôi sao gốc Việt vào nhóm 'đáng xem nhất' ở World Cup 2026 là một tin tức thú vị và đáng chú ý trong thế giới bóng đá. Ibrahim Maza, cầu thủ người Algeria gốc Việt, đang tạo ra sự chú ý đặc biệt với tài năng và phong cách chơi bóng độc đáo của mình. Với sự phát triển không ngừng và sự tiến bộ vượt bậc, Maza đã được nhiều chuyên trang bóng đá đánh giá cao và xếp vào nhóm những ngôi sao trẻ tài năng nhất và đáng chờ đợi bậc nhất tại World Cup 2026. Sự kiện này không chỉ là một tin tức về một cầu thủ đơn lẻ, mà còn là một biểu tượng của sự đa dạng và phong phú trong thế giới bóng đá. Việc một cầu thủ gốc Việt như Maza được công nhận và đánh giá cao trên sân chơi quốc tế là một điều đáng tự hào và khích lệ cho cộng đồng người Việt trên toàn thế giới. Điều này cũng cho thấy rằng, bất kể xuất thân từ đâu, những tài năng trẻ luôn có cơ hội để tỏa sáng và đạt được thành công nếu họ có đủ đam mê, nỗ lực và quyết tâm. Với sự chờ đợi và kỳ vọng của nhiều người, Maza chắc chắn sẽ là một trong những cầu thủ được chú ý nhất tại World Cup 2026.

2

### Dùng Mbappe và 20 ngôi sao khác nhau, tuyển Pháp vẫn thua sốc trước Bờ Biển Ngà

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

Trận giao hữu giữa tuyển Pháp và Bờ Biển Ngà đã diễn ra với một kết quả bất ngờ khi đội bóng châu Âu thua với tỷ số 1-2. Đây là một trận đấu thử nghiệm của HLV Didier Deschamps, khi ông đã quyết định sử dụng tổng cộng 21 cầu thủ khác nhau, bao gồm cả những ngôi sao hàng đầu

như Mbappe, Cherki và Olise. Việc thay đổi liên tục này cho thấy HLV Deschamps đang tìm kiếm sự kết hợp tốt nhất cho đội bóng của mình, đồng thời cũng giúp các cầu thủ trẻ có cơ hội thể hiện tài năng. Mặc dù có sự góp mặt của nhiều ngôi sao, nhưng tuyển Pháp vẫn không thể tận dụng được lợi thế của mình. Bờ Biển Ngà đã chơi một trận đấu đầy quyết tâm và kiên cường, tận dụng được những cơ hội mà họ có để ghi bàn. Kết quả này cho thấy rằng, tuyển Pháp vẫn cần phải cải thiện và hoàn thiện hơn nữa để có thể đạt được thành công trong các giải đấu lớn. Trận thua này cũng cho thấy rằng, việc sử dụng nhiều cầu thủ khác nhau trong một trận đấu không phải lúc nào cũng mang lại kết quả tốt. HLV Deschamps sẽ cần phải phân tích và rút ra bài học từ trận đấu này để có thể đưa ra những quyết định tốt hơn trong tương lai.

3

### Tay vợt nữ hạng 114 thế giới vào chung kết Roland Garros 2026

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

Tay vợt nữ người Ba Lan Maja Chwalinska đã tạo nên một câu chuyện cổ tích đầy bất ngờ khi lọt vào chung kết giải Roland Garros 2026. Với hạng 114 thế giới, không nhiều người kỳ vọng vào khả năng của cô, nhưng Maja Chwalinska đã chứng minh rằng mình có thể làm được điều không tưởng. Cô đã vượt qua nhiều đối thủ mạnh để tiến vào vòng chung kết, khiến nhiều người phải bất ngờ và ấn tượng. Diễn biến của giải đấu đã cho thấy sự kiên trì và quyết tâm của Maja Chwalinska. Cô đã phải đối mặt với nhiều thử thách và khó khăn, nhưng vẫn không ngừng phấn đấu và cải thiện kỹ năng của mình. Kết quả là cô đã đạt được thành công vượt ngoài mong đợi, và đang đứng trước cơ hội giành chức vô địch tại một trong những giải đấu lớn nhất thế giới. Câu chuyện của Maja Chwalinska không chỉ là một thành công cá nhân, mà còn là một nguồn cảm hứng cho nhiều người. Nó cho thấy rằng, dù ở đâu và với vị trí nào, chúng ta đều có thể đạt được thành công nếu có đủ quyết tâm và nỗ lực. Việc Maja Chwalinska vào chung kết Roland Garros 2026 đã tạo nên một dấu ấn đặc biệt trong lịch sử tennis, và sẽ được nhớ đến như một trong những câu chuyện cổ tích đáng nhớ nhất.

4

### Liverpool xác nhận ký hợp đồng 2 năm với HLV Iraola

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

Liverpool đã chính thức xác nhận việc ký hợp đồng với HLV Andoni Iraola, đánh dấu một bước ngoặt mới trong lịch sử của câu lạc bộ. Hợp đồng 2 năm này sẽ đưa Iraola vào vị trí dẫn dắt The Reds, thay thế cho

HLV Arne Slot. Đây là một quyết định quan trọng của ban lãnh đạo Liverpool, khi họ tìm kiếm một người có thể dẫn dắt đội bóng trở lại vị trí đỉnh cao. Việc ký hợp đồng với Iraola diễn ra vào rạng sáng ngày 5 tháng 6, đánh dấu một sự kiện quan trọng trong thế giới bóng đá. Với kinh nghiệm và tài năng của mình, Iraola được kỳ vọng sẽ mang lại một làn gió mới cho Liverpool, giúp đội bóng này cạnh tranh sòng phẳng với các đội bóng hàng đầu khác. Sự thay đổi này cũng cho thấy sự quyết tâm của Liverpool trong việc tái thiết và phát triển đội bóng. Việc lựa chọn Iraola, một HLV có phong cách và tư duy hiện đại, cho thấy ban lãnh đạo Liverpool đang hướng tới một tương lai tươi sáng và đầy hứa hẹn. Với sự dẫn dắt của Iraola, Liverpool hy vọng sẽ có thể đạt được những thành công mới và làm hài lòng người hâm mộ.

5

### Thời tiết hôm nay 5-6: Áp thấp đi ra khỏi Biển Đông, Nam Bộ chiều mưa dông

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

Thời tiết hôm nay 5-6 chứng kiến sự thay đổi đáng kể ở các khu vực trên cả nước. Tại Bắc Bộ và Trung Bộ, nắng nóng vẫn tiếp tục là đặc trưng của thời tiết ban ngày, với nhiệt độ cao và độ ẩm thấp. Tuy nhiên, sang chiều tối, thời tiết có thể có những thay đổi nhỏ, nhưng tổng thể vẫn giữ được sự ổn định. Ở Nam Bộ, tình hình thời tiết lại có sự khác biệt. Vào chiều ngày 5-6, khu vực này dự kiến sẽ chứng kiến những cơn mưa rào rích, mang lại sự mát mẻ và giảm nhiệt cho người dân. Đây là kết quả của sự ảnh hưởng từ áp thấp nhiệt đới, vốn đang di chuyển ra khỏi Biển Đông. Sự di chuyển này không chỉ ảnh hưởng đến thời tiết của Nam Bộ mà còn có thể gây ra những thay đổi nhỏ ở các khu vực lân cận. Áp thấp nhiệt đới đi ra khỏi Biển Đông là một yếu tố quan trọng trong việc định hình thời tiết của khu vực. Khi áp thấp di chuyển, nó có thể mang theo những cơn mưa và gió mạnh, ảnh hưởng đến hoạt động hàng ngày của người dân. Vì vậy, việc theo dõi và cập nhật thông tin thời tiết là rất quan trọng để có thể chuẩn bị và ứng phó với những thay đổi của thời tiết.

6

### Ông Trump lạng lẽ tái khởi động cỗ máy áp thuế

VnExpress - Kinh doanh [Đọc thêm →](#)

Tổng thống Mỹ đang âm thầm khôi phục các mức thuế nhập khẩu cũ, nhưng lần này với cách tiếp cận thận trọng và lâu dài, tránh gây ra sự ồn ào như trước đây. Ông Trump đã bắt đầu tái khởi động cỗ máy áp thuế, nhưng với một chiến lược mới, nhằm giảm thiểu phản ứng tiêu cực từ

cộng đồng quốc tế và các doanh nghiệp. Trong quá khứ, chính sách áp thuế của ông Trump đã gây ra nhiều tranh cãi và phản ứng mạnh mẽ từ các nước khác, đặc biệt là Trung Quốc. Tuy nhiên, lần này, ông Trump dường như đã học hỏi từ kinh nghiệm và đang tìm cách thực hiện chính sách của mình một cách tinh tế hơn. Việc tái khởi động cỗ máy áp thuế có thể sẽ có tác động đáng kể đến nền kinh tế toàn cầu, đặc biệt là trong bối cảnh thương mại quốc tế đang đối mặt với nhiều thách thức. Việc ông Trump lặng lẽ tái khởi động cỗ máy áp thuế cũng cho thấy sự thay đổi trong cách tiếp cận chính sách của ông. Thay vì gây ra sự ồn ào và phản ứng mạnh mẽ, ông Trump đang tìm cách thực hiện chính sách của mình một cách từ tốn và có tính toán. Điều này có thể sẽ giúp giảm thiểu rủi ro và tăng cường hiệu quả của chính sách áp thuế. Tuy nhiên, vẫn còn phải chờ xem liệu chiến lược mới này của ông Trump sẽ có tác động như thế nào đến nền kinh tế và quan hệ thương mại quốc tế.

7

### **Đức bối rối xử lý hàng tỷ euro bị 'lãng quên'**

VnExpress - Kinh doanh [Đọc thêm →](#)

Tại Đức, một vấn đề tài chính đang gây bối rối cho giới chức và tổ chức tài chính khi hàng tỷ euro đang nằm trong các tài khoản ngân hàng bị lãng quên. Số tiền khổng lồ này thuộc về các chủ sở hữu đã quên mất hoặc không còn truy cập được vào tài khoản của mình, khiến việc xử lý trở nên phức tạp. Bối cảnh này xuất phát từ việc nhiều người dân Đức đã mở tài khoản ngân hàng nhưng sau đó không sử dụng hoặc quên mất thông tin về tài khoản. Theo thời gian, số tiền trong các tài khoản này đã tích lũy lên đến hàng tỷ euro, tạo ra một thách thức lớn cho hệ thống tài chính. Đức đang phải tìm cách giải quyết vấn đề này để đảm bảo rằng số tiền bị lãng quên được sử dụng một cách hiệu quả và hợp pháp. Giới chức đang cân nhắc các giải pháp khác nhau, bao gồm việc tạo cơ chế để giúp chủ sở hữu tìm lại tài khoản của mình hoặc sử dụng số tiền này cho các mục đích công cộng. Tuy nhiên, việc xử lý hàng tỷ euro bị lãng quên vẫn còn nhiều thách thức và cần sự hợp tác giữa các bên liên quan để tìm ra giải pháp tối ưu.

8

### **Tiếp tục đơn giản hóa thủ tục hành chính, điều kiện kinh doanh**

Báo Nhân Dân [Đọc thêm →](#)

Trong bối cảnh đẩy mạnh cải cách hành chính và tạo điều kiện thuận lợi cho sự phát triển của doanh nghiệp, Thủ tướng Chính phủ đã ban hành Công văn số 596/TTg-CĐS. Văn bản này thể hiện quyết tâm của Chính

phủ trong việc tiếp tục thực hiện phân cấp, cắt giảm và đơn giản hóa thủ tục hành chính cũng như điều kiện kinh doanh. Mục tiêu của việc này là nhằm giảm thiểu các rào cản không cần thiết, tạo môi trường kinh doanh thuận lợi và minh bạch cho các doanh nghiệp. Qua đó, giúp nâng cao năng lực cạnh tranh của nền kinh tế và thu hút đầu tư. Việc cắt giảm và đơn giản hóa thủ tục hành chính cũng như điều kiện kinh doanh sẽ giúp giảm thiểu thời gian và chi phí cho doanh nghiệp, từ đó tăng cường hiệu quả kinh doanh và khuyến khích sự phát triển của các doanh nghiệp. Công văn số 596/TTg-CĐS cũng thể hiện sự quan tâm của Chính phủ đối với việc cải thiện môi trường kinh doanh và nâng cao hiệu quả của bộ máy hành chính. Việc thực hiện các biện pháp này sẽ góp phần xây dựng một nền hành chính hiện đại, chuyên nghiệp và phục vụ, tạo điều kiện cho sự phát triển bền vững của đất nước.

9

## Tình trạng đáng lo của ca sĩ Hoài Lâm

Tạp chí SaoStar [Đọc thêm →](#)

Ca sĩ Hoài Lâm, một trong những nghệ sĩ nổi tiếng của Việt Nam, đang phải đối mặt với tình trạng đáng lo ngại về sức khỏe. Gần đây, anh đã xuất hiện với vẻ ngoài gầy gò và mệt mỏi, khiến nhiều người hâm mộ lo lắng. Theo thông tin được tiết lộ, Hoài Lâm đã phải đối mặt với nhiều áp lực trong công việc và cuộc sống, dẫn đến tình trạng sức khỏe kém. Diễn biến chính của sự kiện này là việc Hoài Lâm đã phải hủy bỏ một số buổi biểu diễn và sự kiện quan trọng do tình trạng sức khỏe không ổn định. Điều này đã gây ra sự thất vọng và lo lắng cho nhiều người hâm mộ, những người đã chờ đợi để được xem anh biểu diễn. Ngoài ra, tình trạng sức khỏe của Hoài Lâm cũng đã gây ra sự quan tâm và lo lắng trong cộng đồng nghệ sĩ, với nhiều người đã lên tiếng ủng hộ và động viên anh. Tình trạng đáng lo của Hoài Lâm có ý nghĩa thực tế về việc bảo vệ sức khỏe và cân bằng cuộc sống cho các nghệ sĩ. Áp lực trong công việc và cuộc sống có thể gây ra nhiều tác động tiêu cực đến sức khỏe, và việc ưu tiên sức khỏe là điều quan trọng để duy trì sự nghiệp và cuộc sống lâu dài. Sự kiện này cũng là một lời nhắc nhở về việc cần phải quan tâm và hỗ trợ lẫn nhau trong cộng đồng nghệ sĩ, để giúp nhau vượt qua khó khăn và duy trì sức khỏe tốt.

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 kiến tạo hệ sinh thái nghỉ dưỡng Nhật Bản toàn diện tại miền Trung Việt Nam. Dự án này là một phần của định hướng phát triển của Da Nang Mikazuki, với mục tiêu mang đến trải nghiệm nghỉ dưỡng chuẩn Nhật Bản cho du khách. Với việc ra mắt Mikazuki Villas - The Ryokan, du khách sẽ có cơ hội trải nghiệm phong cách sống và nghỉ dưỡng đặc trưng của Nhật Bản, từ kiến trúc, thiết kế nội thất đến các dịch vụ và hoạt động giải trí. Điều này không chỉ giúp nâng tầm trải nghiệm du lịch cao cấp tại Đà Nẵng mà còn góp phần đa dạng hóa các lựa chọn nghỉ dưỡng cho du khách. Mikazuki Villas - The Ryokan hứa hẹn sẽ trở thành một điểm đến lý tưởng cho những ai đang tìm kiếm một trải nghiệm nghỉ dưỡng độc đáo và sang trọng. Việc kết hợp giữa phong cách Nhật Bản và vẻ đẹp tự nhiên của thành phố biển Đà Nẵng sẽ tạo ra một không gian nghỉ dưỡng độc đáo và thu hút.

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 đa dạng cho khán giả. Các đêm thi của lễ hội sẽ là cơ hội để các đội pháo hoa thể hiện tài năng và sáng tạo của mình. Mỗi đội sẽ trình diễn một chương trình pháo hoa độc đáo, phản ánh văn hóa và phong cách riêng của quốc gia họ. Sự cạnh tranh giữa các đội sẽ tạo ra một bầu không khí sôi động và thú vị, khiến khán giả không thể rời mắt khỏi màn trình diễn. DIFF 2026 không chỉ là một sự kiện giải trí, mà còn là một cơ hội để Đà Nẵng quảng bá hình ảnh và văn hóa của mình đến với thế giới. Với chủ đề "Đà Nẵng - Những chân trời kết nối", lễ hội hy vọng sẽ tạo ra một cầu nối giữa các nền văn hóa và quốc gia, mang lại một trải nghiệm mới mẻ và đáng nhớ cho tất cả mọi người.

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

Lễ hội Pháo hoa Quốc tế Đà Nẵng 2026 (DIFF 2026) đã chính thức khai mạc vào tối 30/5/2026 bên bờ sông Hàn, đánh dấu sự bắt đầu của một mùa lễ hội sôi động và đầy màu sắc. Với chủ đề "Đà Nẵng - Những chân trời kết nối" (Da Nang - United Horizons), DIFF 2026 hứa hẹn sẽ mang đến một trải nghiệm độc đáo và thú vị cho du khách và người dân địa phương. Sự kiện này không chỉ là một lễ hội pháo hoa thông thường, mà còn là một cơ hội để kết nối các nền văn hóa, nghệ thuật và công nghệ từ khắp nơi trên thế giới. Trong suốt 6 đêm tranh tài, từ ngày 30/5 đến ngày 11/7/2026, DIFF 2026 sẽ mang đến một loạt các chương trình biểu diễn pháo hoa độc đáo, cùng với các hoạt động văn hóa và giải trí đa dạng. Sự kiện này sẽ thu hút hàng nghìn du khách và người dân địa phương, tạo ra một không khí sôi động và đầy màu sắc bên bờ sông Hàn. Với chủ đề "Những chân trời kết nối", DIFF 2026 không chỉ là một lễ hội, mà còn là một biểu tượng của sự kết nối và hợp tác giữa các quốc gia và nền văn hóa. Sự kiện này sẽ góp phần quảng bá hình ảnh của thành phố Đà Nẵng, đồng thời tạo ra một trải nghiệm đáng nhớ cho tất cả những người tham gia.

### Bản tin tài chính hôm nay

#### Tỷ giá hôm nay

Đồng tiền	Mua vào	Bán ra
USD	26,092.00	26,402.00
EUR	29,787.90	31,358.25
JPY	158.98	169.08
CNY	3,792.43	3,953.41
GBP	34,453.97	35,916.45
AUD	18,297.25	19,073.92
SGD	19,994.12	20,884.55
KRW	14.91	17.97

Cập nhật: 7:27 AM · Nguồn: Vietcombank (tham khảo)

#### Giá vàng & bạc hôm nay

Loại	Mua vào	Bán ra	Biến động
SJC 1 lượng	153.00 triệu	156.00 triệu	triệu đ/lượng
SJC nhẫn tròn	152.80 triệu	155.80 triệu	triệu đ/lượng

Loại	Mua vào	Bán ra	Biến động
DOJI nhẫn tròn	153.00 triệu	156.00 triệu	triệu đ/lượng
PNJ nhẫn tròn 24K	153.00 triệu	156.00 triệu	triệu đ/lượng
Vàng thế giới	4,455.4	-	USD
Bạc mỹ nghệ Phú Quý 99.9	2.779	3.269	nghìn đ/chỉ

Cập nhật: 07:30 2026-06-05 · Nguồn: vang.today

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

### ₺ Crypto hôm nay

₺ Bitcoin (BTC)	63,857 USD	≈ 1.682 tỷ
☰ Ethereum (ETH)	1,771 USD	
USDT/VNĐ	26,305 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

#### Đầu tư và Kinh doanh Golf Long Thành bị xử phạt

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

• **Tác động:** Công ty cổ phần Đầu tư và Kinh doanh Golf Long Thành bị phạt 92,5 triệu đồng do không công bố thông tin theo quy định pháp luật, ảnh hưởng đến minh bạch thông tin của doanh nghiệp và niềm tin của nhà đầu tư. Điều này cũng cảnh báo các doanh nghiệp khác về việc tuân thủ nghĩa vụ công bố thông tin.

#### Chuyển nhượng vốn không còn dễ né thuế

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

• **Tác động:** Dự thảo Nghị định hướng dẫn Luật Thuế thu nhập cá nhân đề xuất bổ sung quy định thu thuế đối với hoạt động chuyển nhượng cổ phần và vốn góp, hạn chế tình trạng thất thu thuế và ảnh hưởng đến các giao dịch chuyển nhượng vốn của cá nhân và doanh nghiệp.

#### Đẩy mạnh nhà cho thuê

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

• **Tác động:** Việc đẩy mạnh phát triển phân khúc nhà ở cho thuê giúp giảm áp lực an cư và điều tiết thị trường bất động sản, mang lại lợi ích cho người dân và doanh nghiệp hoạt động trong lĩnh vực này.

## Hoa hậu Tiểu Vy nói gì về Trấn Thành?

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#), [NLĐ Giải trí](#)

Hoa hậu Tiểu Vy vừa chia sẻ về vai chính đầu tay của mình và không quên cảm ơn Trấn Thành đã dìu dắt cô trong dự án này. Cô cho biết nhờ có sự chỉ dẫn của Trấn Thành, cô đã tự tin hơn khi theo đuổi diễn xuất chuyên nghiệp. Điều này đã khiến cô nhận được nhiều sự quan tâm và chú ý từ cộng đồng mạng.

## Con gái Elon Musk từ chối nói về bố

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

Vivian Wilson, con gái của tỷ phú Elon Musk, đã tạo sự chú ý khi từ chối trả lời câu hỏi về bố cô. Cô cho biết không muốn nói về bố mình, điều này đã khiến nhiều người tò mò và đặt ra câu hỏi về mối quan hệ giữa họ. Việc này đã tạo ra một sự xôn xao trên mạng xã hội.

## Mẹ Hương Giang mong con tìm bến đỗ hạnh phúc

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

Cô Đinh Thị Hiền, mẹ của Hoa hậu Hương Giang, vừa chia sẻ về mong muốn của mình đối với con gái. Cô cho biết ủng hộ mọi quyết định của con và mong cô sớm tìm được bến đỗ hạnh phúc. Điều này đã khiến nhiều người cảm động và quan tâm đến cuộc sống của Hoa hậu Hương Giang.

## ÂM NHẠC

### Trở lại đường đua âm nhạc với Noo Phước Thịnh

Nguồn: [Tuổi Trẻ Âm nhạc](#)

Noo Phước Thịnh chính thức trở lại với EP Nhắc máy, dự án chính của nam ca sĩ trong năm 2026, sau 4 năm vắng bóng trên đường đua âm nhạc. Điều thú vị là Noo Phước Thịnh muốn mời Chi Pu hát nhưng không đủ tiền, điều này cho thấy sự khiêm tốn và chân thực của anh trong việc theo đuổi đam mê âm nhạc. Sự trở lại của Noo Phước Thịnh hứa hẹn sẽ mang lại nhiều bất ngờ thú vị cho người hâm mộ.

## THỜI TRANG

### Sức hút của kẻ sọc

Nguồn: [Tuổi Trẻ Thời trang](#)

Kẻ sọc là họa tiết mở màn cho mùa hè năm nay, giúp tổng thể trang phục trở nên sống động và giàu năng lượng hơn. Đây là lựa chọn hoàn hảo cho các cô gái muốn

thêm một chút phong cách và sự trẻ trung vào trang phục của mình. Với kẻ sọc, bạn có thể dễ dàng mix và match với các món đồ khác để tạo ra một bộ trang phục đẹp và thời trang.

### Món ngon hôm nay

#### Bánh Xèo — Miền Trung

Món ăn ngon hôm nay là bánh xèo - một đặc sản không thể bỏ qua khi đến với miền Trung, đặc biệt là Đà Nẵng. Bánh xèo với vỏ bánh giòn rụm, nhân thịt heo, tôm, giá và đậu xanh tạo nên một hương vị đậm đà khó cưỡng. Ăn kèm với rau sống và nước mắm chua ngọt, bạn sẽ cảm thấy không thể dừng được.

Bánh xèo thường được ăn kèm với các loại rau sống như xà lách, rau quế, và rau diếp, tạo nên một sự kết hợp hoàn hảo giữa vị giòn, mềm và tươi mát. Khi ăn, bạn sẽ cảm nhận được sự hòa quyện của các nguyên liệu và gia vị, tạo nên một trải nghiệm ẩm thực tuyệt vời.

**Ăn ở đâu ngon?** Bạn có thể tìm đến quán Bánh Xèo Bà Dưỡng trên đường Hoàng Diệu, Đà Nẵng, hoặc khu chợ Cồn, nơi nổi tiếng với các quán ăn vặt đường phố.

**Giá tham khảo:** Khoảng 20.000 - 30.000 đồng một chiếc bánh xèo.

### Tips dành cho chị em hôm nay

#### TIP LÀM ĐẸP & CHĂM DA

##### Làm Đẹp Nhanh

Làm việc văn phòng có thể khiến da bạn trở nên khô và mệt mỏi. Để giải quyết vấn đề này, hãy bắt đầu với một skincare routine đơn giản nhưng hiệu quả. Sử dụng nước tẩy trang, toner và kem dưỡng ẩm để giữ cho da luôn sạch sẽ và tươi sáng. Đặc biệt, đừng quên áp dụng mặt nạ giấy 1-2 lần/tuần để cấp ẩm và thư giãn cho da. Với những bước đơn giản này, bạn có thể có một làn da khỏe mạnh và tươi sáng trong suốt ngày làm việc. Hãy thử và cảm nhận sự khác biệt!

#### TIP TẬP THỂ DỤC & GIỮ DÁNG

## Tập Thể Dục Tại Văn Phòng

Làm việc văn phòng không có nghĩa bạn phải bỏ qua việc tập thể dục. Hãy dành 10 phút mỗi ngày để tập các động tác đơn giản như đi bộ tại chỗ, squat, hay nhảy múa. Mục tiêu là thực hiện 3 hiệp, mỗi hiệp 30 giây tập và 30 giây nghỉ. Điều này không chỉ giúp bạn đốt cháy khoảng 50 calo mà còn cải thiện tâm trạng và tăng cường năng lượng. Hãy bắt đầu ngay và cảm nhận sự khác biệt sau 1 tuần!

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

### Tư Thế Lành Mạnh

Làm việc văn phòng trong thời gian dài có thể dẫn đến vấn đề về cột sống và đau vai gáy. Để giảm thiểu rủi ro, hãy điều chỉnh tư thế ngồi đúng cách. Đảm bảo lưng thẳng, vai thư giãn và màn hình máy tính ở vị trí mắt ngang. Theo nghiên cứu, việc ngồi sai tư thế có thể tăng 30% nguy cơ đau lưng. Hãy đứng dậy và vận động 5-10 phút mỗi giờ để giữ cột sống khỏe mạnh. Hãy bắt đầu ngay từ hôm nay để có một sức khỏe tốt hơn!

## Câu châm ngôn hôm nay

**"Do what you feel in your heart to be right, for you'll be criticized anyway."**

Dành cho những gì bạn cảm thấy đúng trong trái tim, vì bạn sẽ bị chỉ trích dù sao.  
— Michelle Obama

**Giải nghĩa:** Câu này khuyên chúng ta nên theo đuổi những gì chúng ta tin là đúng, bất kể ý kiến của người khác. Trong cuộc sống hàng ngày, phụ nữ Việt Nam có thể áp dụng câu này bằng cách tự tin vào quyết định của mình và không sợ bị chỉ trích. Điều này sẽ giúp họ trở nên tự lập và mạnh mẽ hơn, sẵn sàng đối mặt với thách thức và theo đuổi mục tiêu của mình.

## Crush Hôm Nay

Baekhyun (Byun Baekhyun)

**Baekhyun (Byun Baekhyun)**

Hàn Quốc | Ca sĩ (EXO), solo

Ngày sinh 06/05/1992

Chiều cao 1m75  
Cân nặng 61 kg  
Nhóm máu O  
Cung HĐ Kim Ngưu  
Màu yêu thích Trắng & Đen  
Con số may 6  
Tình trạng Xuất ngũ 2023, độc thân  
Sở thích Chơi game, làm nhạc, xem anime, gym

K-pop

EXO

solo artist

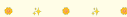
Baekhyun sinh ngày 06/05/1992 — vocal main EXO, nghệ sĩ solo bán hơn 1 triệu album mỗi comeback. Nụ cười mắt híp ngây thơ, aegyo hàng đầu K-pop nhưng lên sân khấu thì charisma hoàn toàn khác. Xuất ngũ xong bùng cháy trở lại không kịp thở!

**Tác phẩm nổi bật:**

Album solo 'City Lights', 'Delight' (1M copies), 'Bambi', EXO 'Ko Ko Bop'

**\*Giải thưởng:**

Daesang MAMA/Melon, Gaon Chart Awards, Bonsang Golden Disc/ Seoul Music Awards



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