

Thông Tấn Xã Heo Xinh Đẹp

Bản tin hàng ngày dành cho chị em văn phòng

10/06/2026

Tin tức hôm nay

1

Giá vàng thế giới bất ngờ giảm mạnh giữa đêm, vàng trong nước sáng nay ra ra sao?

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

Rạng sáng ngày 10-6, thị trường vàng thế giới chứng kiến một biến động bất ngờ khi giá vàng giao ngay có thời điểm giảm mạnh tới 88 USD mỗi ounce. Cụ thể, vào khoảng 0h30, giá vàng quốc tế lao dốc, chạm ngưỡng sát 4.200 USD mỗi ounce, gây xôn xao giới đầu tư toàn cầu. Tuy nhiên, đà giảm không kéo dài, sau đó giá vàng đã nhanh chóng hồi phục trở lại, ổn định ở mức 4.258 USD mỗi ounce. Diễn biến đầy kịch tính này trên thị trường quốc tế đặt ra câu hỏi lớn về phản ứng của giá vàng trong nước vào sáng cùng ngày. Thông thường, giá vàng miếng SJC và các loại vàng trang sức trong nước thường có độ trễ nhất định và chịu ảnh hưởng trực tiếp từ xu hướng giá vàng thế giới. Một đợt giảm sâu rồi hồi phục nhanh chóng như vậy có thể khiến giá vàng trong nước mở cửa phiên giao dịch sáng nay với sự biến động khó lường, hoặc ít nhất là tạo ra tâm lý chờ đợi từ phía người mua và người bán. Giới phân tích đang theo dõi sát sao để đánh giá liệu thị trường vàng nội địa có kịp điều chỉnh theo đà hồi phục của thế giới hay sẽ phản ứng chậm hơn, tạo ra khoảng cách giá đáng kể. Biến động này cũng là lời nhắc nhở về tính bất ổn của thị trường kim loại quý, đòi hỏi nhà đầu tư phải luôn cập nhật thông tin và thận trọng trong các quyết định giao dịch.

2

NÓNG: Mỹ tấn công Iran, đáp trả việc trực thăng Apache bị bắn rơi ở Hormuz

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

Tin tức khẩn cấp từ khu vực Trung Đông cho biết, Hoa Kỳ đã tiến hành các cuộc tấn công quân sự nhằm vào Iran, động thái được xem là hành động đáp trả trực tiếp việc một trực thăng Apache của Mỹ bị bắn rơi tại eo biển Hormuz. Diễn biến này đẩy căng thẳng vốn đã leo thang giữa hai quốc gia lên một nấc thang nguy hiểm mới, tiềm ẩn nhiều hệ lụy khó lường cho ổn định khu vực và toàn cầu. Bối cảnh của vụ việc bắt nguồn từ tuyên bố của Tổng thống Mỹ Donald Trump, trong đó ông khẳng định Iran chính là bên đã bắn hạ trực thăng quân sự của Mỹ ở khu vực chiến lược eo biển Hormuz. Ngay sau lời xác nhận này, Tổng thống Trump đã phát đi tín hiệu rõ ràng về một phản ứng quân sự từ phía Washington, nhấn mạnh rằng Mỹ sẽ không dung thứ cho hành động gây hấn. Các cuộc tấn công được cho là đã diễn ra ngay sau đó, thể hiện quyết tâm của Mỹ trong việc bảo vệ lực lượng và lợi ích của mình. Ý nghĩa thực tế của sự kiện này là vô cùng lớn. Eo biển Hormuz là tuyến đường hàng hải huyết mạch, nơi vận chuyển một phần ba lượng dầu mỏ toàn cầu bằng đường biển. Bất kỳ sự xáo trộn nào tại đây đều có thể gây ra cú sốc lớn cho thị trường năng lượng thế giới. Việc Mỹ tấn công Iran, dù là đáp trả, cũng đồng nghĩa với việc đối đầu trực tiếp đã xảy ra, làm tăng đáng kể nguy cơ xung đột toàn diện. Cộng đồng quốc tế đang theo dõi sát sao, kêu gọi các bên kiềm chế để tránh một cuộc chiến tranh có thể gây ra thảm họa nhân đạo và kinh tế trên diện rộng.

3

Liên đoàn Cờ Việt Nam thông báo cải cách sau góp ý của Trường Sơn, Quang Liêm

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

Tối 9-6, Liên đoàn Cờ Việt Nam đã chính thức công bố những cải cách quan trọng trong tiêu chí tuyển chọn vận động viên cho đội tuyển quốc gia, một động thái được chờ đợi sau khi nhận được những góp ý thẳng thắn và tâm huyết từ các kỳ thủ hàng đầu như Nguyễn Ngọc Trường Sơn và Lê Quang Liêm. Thông báo này đánh dấu một bước chuyển mình đáng kể trong công tác quản lý và phát triển cờ vua nước nhà, hướng tới việc xây dựng một đội tuyển mạnh mẽ, công bằng và chuyên nghiệp hơn. Bối cảnh của quyết định này xuất phát từ nhu cầu cấp thiết về việc nâng cao chất lượng đội tuyển, đồng thời giải quyết những bất cập hoặc thiếu sót trong quy trình tuyển chọn cũ, vốn có thể chưa phát huy hết tiềm năng của các tài năng cờ vua Việt Nam. Các ý kiến từ những kỳ thủ kỳ cựu như Trường Sơn và Quang Liêm, những người đã gặt hái nhiều thành công trên đấu trường quốc tế và có kinh nghiệm sâu sắc về môi trường thi đấu chuyên nghiệp, đóng vai trò then chốt trong việc thúc đẩy Liên đoàn xem xét và điều chỉnh. Mặc dù chi tiết cụ thể về các thay đổi

chưa được công bố rộng rãi, nhưng thông báo này mang ý nghĩa thực tế sâu sắc. Nó không chỉ thể hiện sự lắng nghe và cầu thị của Liên đoàn đối với tiếng nói của vận động viên, mà còn hứa hẹn tạo ra một môi trường cạnh tranh lành mạnh hơn, minh bạch hơn. Việc cải cách tiêu chí tuyển chọn được kỳ vọng sẽ giúp đội tuyển quốc gia thu hút và giữ chân được những kỳ thủ xuất sắc nhất, từ đó nâng cao vị thế của cờ vua Việt Nam trên bản đồ thế giới, mang lại nhiều thành tích cao hơn trong tương lai.

4

Lịch thi đánh giá năng lực vào 23 trường quân đội trong 3 ngày

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

Ban Tuyển sinh quân sự Bộ Quốc phòng vừa công bố lịch thi đánh giá năng lực dành cho thí sinh có nguyện vọng xét tuyển vào 23 trường quân đội trong năm 2026. Theo thông báo phát đi ngày 9-6, kỳ thi quan trọng này sẽ được tổ chức trong ba ngày liên tiếp, từ ngày 19-6 đến hết ngày 21-6. Đây là thông tin đặc biệt cần thiết cho hàng ngàn học sinh đang chuẩn bị hành trang cho con đường binh nghiệp, định hướng tương lai tại các học viện, nhà trường thuộc khối quân đội. Việc tổ chức kỳ thi đánh giá năng lực kéo dài ba ngày cho thấy quy mô và sự chuẩn bị kỹ lưỡng của Bộ Quốc phòng, nhằm đảm bảo đánh giá toàn diện năng lực của thí sinh trên nhiều khía cạnh. Lịch thi được công bố sớm giúp các em học sinh lớp 10, 11 và cả những em lớp 12 có thêm thời gian lên kế hoạch ôn luyện một cách khoa học, chuẩn bị tốt nhất về kiến thức, kỹ năng và tâm lý. Đây không chỉ là một kỳ thi tuyển sinh thông thường mà còn là bước sàng lọc quan trọng để chọn ra những ứng viên tiềm năng, có đủ phẩm chất và năng lực để phục vụ trong quân đội, góp phần xây dựng và bảo vệ Tổ quốc. Thông tin chi tiết về môn thi, cấu trúc đề và hướng dẫn đăng ký dự kiến sẽ được công bố trong thời gian tới, tạo điều kiện thuận lợi nhất cho thí sinh và phụ huynh.

5

Nga bác khả năng châu Âu làm trung gian hòa giải xung đột Ukraine

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

Điện Kremlin mới đây đã thẳng thừng bác bỏ vai trò trung gian hòa giải của châu Âu trong cuộc xung đột tại Ukraine, nhấn mạnh rằng hiện tại không có cơ sở hoặc triển vọng cho một nỗ lực hòa bình hiệu quả từ các quốc gia trong khu vực này. Phát ngôn này được đưa ra trong bối cảnh các nước châu Âu, đặc biệt là Pháp và Đức, từng có những động thái ngoại giao nhằm tìm kiếm giải pháp cho cuộc khủng hoảng, bao gồm cả

việc tổ chức các cuộc đàm phán trực tiếp hoặc gián tiếp. Quan điểm của Nga cho thấy một sự hoài nghi sâu sắc đối với tính khách quan và khả năng tác động của châu Âu, đặc biệt khi nhiều quốc gia thành viên Liên minh châu Âu đã và đang cung cấp hỗ trợ quân sự đáng kể cho Ukraine, đồng thời áp đặt các lệnh trừng phạt kinh tế nặng nề lên Moscow. Điều này khiến Nga coi châu Âu là một bên tham gia trực tiếp vào cuộc xung đột hơn là một nhà hòa giải trung lập. Ý nghĩa thực tế của lập trường này là nó làm thu hẹp đáng kể các kênh ngoại giao tiềm năng, đặc biệt là những kênh đến từ phương Tây. Việc Nga từ chối châu Âu với tư cách trung gian cho thấy Moscow có thể đang tìm kiếm các đối tác hòa giải khác, hoặc đơn giản là chưa sẵn sàng cho bất kỳ cuộc đàm phán hòa bình nghiêm túc nào trong bối cảnh hiện tại. Điều này càng làm phức tạp thêm nỗ lực tìm kiếm một giải pháp ngoại giao cho cuộc xung đột kéo dài, đẩy trách nhiệm tìm kiếm lối thoát ra khỏi các khuôn khổ truyền thống và buộc các bên phải cân nhắc những phương án hoàn toàn mới.

6

Vùng Vịnh tìm cách thoát phụ thuộc eo biển Hormuz

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

Vùng Vịnh đang tìm cách thoát khỏi sự phụ thuộc vào eo biển Hormuz, một trong những tuyến đường vận chuyển dầu mỏ quan trọng nhất thế giới. Eo biển Hormuz là điểm nút then chốt cho xuất khẩu dầu của các nước vùng Vịnh, bao gồm Ả Rập Xê Út, Các Tiểu Vương quốc Ả Rập Thống nhất và Qatar. Tuy nhiên, vị trí địa lý chiến lược của eo biển này cũng tạo ra những rủi ro và thách thức, đặc biệt là về an ninh và chính trị. Để giảm thiểu rủi ro và tăng cường sự ổn định trong xuất khẩu dầu, các nước vùng Vịnh đã quyết định đầu tư mạnh mẽ vào việc xây dựng đường ống và kho dự trữ dầu. Những dự án này sẽ giúp các nước vùng Vịnh đa dạng hóa các tuyến đường xuất khẩu dầu, giảm sự phụ thuộc vào eo biển Hormuz và tăng cường khả năng cạnh tranh trên thị trường dầu thế giới. Việc đầu tư vào đường ống và kho dự trữ dầu không chỉ giúp các nước vùng Vịnh tăng cường sự ổn định trong xuất khẩu dầu mà còn mang lại những lợi ích kinh tế và chính trị. Nó sẽ giúp các nước này tăng cường vị thế trên thị trường dầu thế giới, giảm thiểu rủi ro và tăng cường sự hợp tác với các đối tác kinh tế khác. Đồng thời, việc giảm phụ thuộc vào eo biển Hormuz cũng sẽ giúp giảm thiểu rủi ro về an ninh và chính trị, tạo ra một môi trường kinh doanh và đầu tư ổn định hơn cho các nước vùng Vịnh.

7

Ngành than được áp dụng cơ chế đặc thù, đảm bảo an ninh năng lượng

VnExpress - Kinh doanh

[Đọc thêm →](#)

Chính phủ vừa ban hành cơ chế đặc thù cho phép các doanh nghiệp ngành than được khai thác vượt công suất thiết kế lên tới 15%, một động thái chiến lược nhằm củng cố an ninh năng lượng quốc gia trong bối cảnh tình hình cấp bách. Quyết định này phản ánh sự nhận thức sâu sắc về vai trò thiết yếu của than trong việc duy trì ổn định hệ thống điện và các ngành công nghiệp trọng yếu khác, đặc biệt khi nguồn cung năng lượng toàn cầu và trong nước đối mặt với nhiều thách thức. Cơ chế đặc thù này không chỉ là một giải pháp tình thế mà còn thể hiện tầm nhìn dài hạn của Chính phủ trong việc chủ động ứng phó với các kịch bản thiếu hụt năng lượng. Việc cho phép tăng sản lượng khai thác than sẽ giúp bổ sung nguồn cung kịp thời cho các nhà máy nhiệt điện, đảm bảo không xảy ra tình trạng thiếu điện cục bộ hoặc trên diện rộng, vốn có thể gây ảnh hưởng nghiêm trọng đến sản xuất, kinh doanh và đời sống sinh hoạt của người dân. Ý nghĩa thực tế của chính sách này là rất lớn. Nó tạo điều kiện cho các doanh nghiệp than chủ động hơn trong kế hoạch sản xuất, tối ưu hóa nguồn lực và công suất hiện có để đáp ứng nhu cầu tăng cao. Đồng thời, đây cũng là tín hiệu mạnh mẽ khẳng định cam kết của Chính phủ trong việc ưu tiên đảm bảo an ninh năng lượng, tạo môi trường ổn định cho phát triển kinh tế - xã hội, đặc biệt trong những giai đoạn biến động khó lường. Cơ chế này sẽ là "phao cứu sinh" quan trọng, giúp Việt Nam vững vàng vượt qua những thách thức về năng lượng trong tương lai gần.

8

Miền Bắc sắp xuất hiện nắng nóng cục bộ, Trung Bộ có thể nắng nóng diện rộng

Báo Sức Khỏe & Đời Sống

[Đọc thêm →](#)

Miền Bắc sắp trải qua một sự thay đổi thời tiết đáng chú ý khi nắng nóng cục bộ dự kiến sẽ xuất hiện tại một số khu vực. Trong những ngày tới, khu vực Bắc Bộ sẽ chứng kiến mưa rào và dông rải rác ở vài nơi, tạo nên một bức tranh thời tiết đa dạng. Tuy nhiên, từ ngày 12/6, một số khu vực sẽ bắt đầu cảm nhận được sự nóng lên của thời tiết khi nắng nóng cục bộ bắt đầu xuất hiện. Sự thay đổi này không chỉ ảnh hưởng đến Bắc Bộ, mà còn có tác động đến các khu vực khác, đặc biệt là Trung Bộ. Dự báo cho thấy Trung Bộ có thể sẽ phải đối mặt với nắng nóng diện rộng, tạo ra một tình hình thời tiết khắc nghiệt. Sự kết hợp giữa mưa rào, dông và nắng nóng sẽ tạo nên một mùa hè đầy biến động và đòi hỏi sự chuẩn

bị kỹ lưỡng từ người dân và các cơ quan chức năng. Sự xuất hiện của nắng nóng cục bộ và nắng nóng diện rộng sẽ có ý nghĩa thực tế quan trọng, đặc biệt là trong việc quản lý và sử dụng tài nguyên nước, cũng như đảm bảo an toàn cho người dân trong mùa hè sắp tới. Việc theo dõi và cập nhật thông tin thời tiết sẽ giúp mọi người chủ động chuẩn bị và ứng phó với những thay đổi của thời tiết, giảm thiểu rủi ro và đảm bảo cuộc sống hàng ngày được diễn ra một cách bình thường.

9

Trước giờ bóng lăn, World Cup 2026 đã trở thành 'lễ hội toàn cầu'

Tạp chí Công dân & Khuyến học [Đọc thêm →](#)

Trước giờ bóng lăn, World Cup 2026 đã vượt xa khuôn khổ một giải đấu thể thao đơn thuần để khẳng định vị thế "lễ hội toàn cầu" ngay từ giai đoạn chuẩn bị. Bối cảnh cho sự kiện lịch sử này là lần đầu tiên giải đấu được đồng tổ chức bởi ba quốc gia - Mỹ, Canada và Mexico - với quy mô mở rộng chưa từng có, hứa hẹn một kỳ World Cup hoành tráng nhất lịch sử. Diễn biến cho thấy sự lan tỏa mạnh mẽ của tinh thần lễ hội này trên khắp các châu lục. Tại châu Âu, người hâm mộ đã bắt đầu tổ chức những cuộc diễu hành cổ động đầy màu sắc, thể hiện niềm đam mê bất tận và sự háo hức chờ đón. Trong khi đó, ở Bắc Mỹ, các thành phố chủ nhà đang ráo riết chuẩn bị những khu vực dành cho người hâm mộ (fan zones) quy mô lớn, dự kiến kéo dài hàng chục ngày, biến mỗi địa điểm thành một trung tâm văn hóa sôi động. Đặc biệt, Mexico đang đầu tư mạnh vào các công trình nâng cấp hạ tầng quy mô lớn, không chỉ phục vụ giải đấu mà còn để lại di sản lâu dài cho cộng đồng. Ý nghĩa thực tế của hiện tượng này là World Cup 2026 không chỉ là cuộc tranh tài thể thao đỉnh cao mà còn là một sự kiện văn hóa, kinh tế và xã hội mang tầm vóc toàn cầu. Nó thúc đẩy du lịch, tạo ra hàng ngàn việc làm, và quan trọng hơn, kết nối hàng tỷ người hâm mộ trên khắp thế giới thông qua niềm đam mê chung, củng cố thông điệp về sự đoàn kết và hòa bình. Ngay cả trước khi trái bóng chính thức lăn, World Cup 2026 đã thực sự trở thành một "lễ hội toàn cầu" được chào đón nồng nhiệt, minh chứng cho sức mạnh gắn kết không giới hạn của bóng đá.

Góc Đà Nẵng hôm nay

1

Nâng tầm trải nghiệm nghỉ dưỡng chuẩn Nhật tại Việt Nam

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

Từ ngày 15/6/2026, Mikazuki Villas - The Ryokan chính thức đi vào hoạt động, đánh dấu một bước tiến quan trọng trong việc định hình và nâng tầm trải nghiệm nghỉ dưỡng chuẩn Nhật Bản tại Việt Nam. Dự án mới này không chỉ là sự bổ sung vào hệ sinh thái nghỉ dưỡng mà Da Nang Mikazuki đang kiến tạo tại miền Trung, mà còn mang ý nghĩa thiết thực trong việc làm phong phú thêm lựa chọn du lịch cao cấp cho du khách đến với thành phố biển Đà Nẵng. Sự ra đời của Mikazuki Villas - The Ryokan khẳng định cam kết của Da Nang Mikazuki trong việc mang đến một không gian nghỉ dưỡng đậm chất văn hóa Nhật Bản, từ kiến trúc, dịch vụ cho đến tinh thần hiếu khách Omotenashi. Đây là một nỗ lực nhằm tái hiện và giới thiệu những giá trị truyền thống của Ryokan - loại hình nhà trọ truyền thống Nhật Bản - với sự kết hợp hài hòa cùng tiện nghi hiện đại, tạo nên một chuẩn mực mới cho du lịch nghỉ dưỡng tại Việt Nam. Việc này không chỉ thu hút du khách quốc tế yêu thích văn hóa Nhật, mà còn mở ra cơ hội cho du khách trong nước khám phá một phong cách nghỉ dưỡng độc đáo ngay tại quê nhà. Qua đó, Đà Nẵng tiếp tục củng cố vị thế là điểm đến du lịch hàng đầu, với khả năng đáp ứng đa dạng nhu cầu và mang lại những trải nghiệm đẳng cấp, khác biệt.

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 (DIFF 2026) đã chính thức khai mạc vào đêm 30/5, hứa hẹn mang đến những màn trình diễn ánh sáng ngoạn mục trên bầu trời sông Hàn. Với chủ đề "Đà Nẵng - Những chân trời kết nối" (Da Nang - United Horizons), sự kiện không chỉ là một cuộc thi pháo hoa đỉnh cao mà còn là biểu tượng cho tinh thần giao lưu văn hóa và hội nhập quốc tế của thành phố. DIFF 2026 quy tụ 10 đội pháo hoa xuất sắc đến từ 9 quốc gia và vùng lãnh thổ, tạo nên một sân chơi đa dạng và đầy kịch tính. Các đội tham gia bao gồm đại diện của Việt Nam, Trung Quốc, Italia, Đức, Bồ Đào Nha, Pháp, Nhật Bản, Macau (Trung Quốc) và Australia. Sự góp mặt của các cường quốc pháo hoa này đảm bảo chất lượng nghệ thuật và kỹ thuật trình diễn ở đẳng cấp thế giới, với mỗi đội mang đến phong cách và câu chuyện riêng qua từng chùm pháo hoa rực rỡ. Mặc dù thông tin chi tiết về lịch trình cụ thể của từng đêm thi và các cặp đấu chưa được công bố đầy đủ, sự kiện khai mạc đã khẳng định quy mô và tầm vóc của DIFF 2026. Lễ hội không chỉ góp phần quảng bá hình ảnh Đà Nẵng là điểm đến du lịch hấp dẫn mà còn thúc đẩy ngành du lịch, dịch vụ địa phương, tạo ra một không khí lễ hội sôi động, thu hút hàng triệu du khách trong và ngoài nước, góp phần kết nối các nền văn hóa thông qua ngôn ngữ ánh sáng và âm nhạc.

3

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

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

Tối 30/5/2026, thành phố Đà Nẵng chính thức khai mạc Lễ hội Pháo hoa Quốc tế Đà Nẵng 2026 (DIFF 2026) bên bờ sông Hàn, mở ra một mùa lễ hội sôi động và thắp sáng những chân trời kết nối. Với chủ đề "Đà Nẵng - Những chân trời kết nối" (Da Nang - United Horizons), sự kiện không chỉ là màn trình diễn nghệ thuật ánh sáng ngoạn mục mà còn là biểu tượng cho khát vọng hội nhập và phát triển của thành phố biển xinh đẹp này. DIFF 2026, kéo dài đến ngày 11/7/2026 với chuỗi 6 đêm tranh tài đỉnh cao, hứa hẹn mang đến những trải nghiệm khó quên cho du khách và người dân. Lễ hội không chỉ đơn thuần là cuộc thi pháo hoa mà còn là cầu nối văn hóa, nơi các nền văn hóa khác nhau gặp gỡ, giao lưu thông qua ngôn ngữ ánh sáng và âm nhạc. Đây là cơ hội vàng để Đà Nẵng khẳng định vị thế là điểm đến du lịch hàng đầu khu vực, thu hút hàng triệu lượt khách quốc tế và nội địa, góp phần thúc đẩy mạnh mẽ ngành du lịch, dịch vụ và kinh tế địa phương. Thông qua DIFF 2026, Đà Nẵng không chỉ giới thiệu vẻ đẹp hiện đại, năng động của mình mà còn gửi gắm thông điệp về hòa bình, hữu nghị và sự hợp tác quốc tế. Lễ hội là minh chứng sống động cho khả năng tổ chức sự kiện quy mô lớn, chuyên nghiệp của thành phố, đồng thời tạo ra một không gian văn hóa đa sắc màu, làm phong phú thêm đời sống tinh thần của cộng đồng và củng cố

hình ảnh một Đà Nẵng luôn rộng mở, sẵn sàng chào đón bạn bè năm châu.

Bản tin tài chính hôm nay

Tỷ giá hôm nay

Đồng tiền	Mua vào	Bán ra
USD	26,098.00	26,408.00
EUR	29,551.77	31,109.68
JPY	158.64	168.72
CNY	3,787.45	3,948.22
GBP	34,253.77	35,707.76
AUD	18,073.96	18,841.15
SGD	19,924.22	20,811.54
KRW	14.99	18.08

Cập nhật: 7:23 AM · Nguồn: Vietcombank (tham khảo)

Giá vàng & bạc hôm nay

Loại	Mua vào	Bán ra	Biến động
SJC 1 lượng	138.80 triệu	143.80 triệu	triệu đ/lượng
SJC nhẫn tròn	138.60 triệu	143.60 triệu	triệu đ/lượng
DOJI nhẫn tròn	138.80 triệu	143.80 triệu	triệu đ/lượng
PNJ nhẫn tròn 24K	138.80 triệu	143.80 triệu	triệu đ/lượng
Vàng thế giới	4,224.2	-	USD
Bạc mỹ nghệ Phú Quý 99.9	2.597	3.055	nghìn đ/chỉ

Cập nhật: 07:30 2026-06-10 · Nguồn: vang.today

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

₿ Crypto hôm nay

₿ Bitcoin (BTC)	61,759 USD	≈ 1.626 tỷ
Ξ Ethereum (ETH)	1,641 USD	
USDT/VNĐ	26,313 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

Nhà vùng ven không còn là lựa chọn giá rẻ

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

Tác động: Người dân có nhu cầu mua nhà ở vùng ven TP.HCM sẽ khó tìm được các dự án với mức giá hợp lý như kỳ vọng, do giá nhà ở khu vực này đang tiệm cận nội đô và nhà ở xã hội cũng âm thầm tăng giá.

Ngân hàng số chuyên mình, tập trung hiệu quả và quản trị rủi ro

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

Tác động: Các ngân hàng số sẽ tập trung hơn vào việc nâng cao hiệu quả hoạt động, quản lý rủi ro và phát triển công nghệ tự chủ, có thể dẫn đến việc cải thiện chất lượng dịch vụ và độ an toàn cho người dùng, đồng thời tạo áp lực cạnh tranh cho các doanh nghiệp công nghệ trong lĩnh vực này.

Mạng xã hội hôm nay

Con gái nuôi Brad Pitt muốn bỏ họ bố

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

Zahara, con gái nuôi 21 tuổi của Angelina Jolie và Brad Pitt, vừa nộp đơn xin bỏ họ bố. Đây là một động thái khiến nhiều người tò mò về lý do đằng sau quyết định này. Liệu có phải Zahara muốn cắt đứt quan hệ với bố ruột hay chỉ đơn giản là muốn bắt đầu cuộc sống mới?

Soo Young và Jung Kyung Ho chia tay sau 14 năm

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

Ca sĩ Soo Young và tài tử Jung Kyung Ho vừa thông báo chia tay sau 14 năm hẹn hò. Cộng đồng mạng xã hội đang xôn xao bàn tán về lý do chia tay của cặp đôi này. Liệu có phải do sự khác biệt trong quan điểm sống hay chỉ đơn giản là họ đã "đường ai nấy đi"?

Son Tùng M-TP bị tố "mượn ý tưởng" trong MV

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

Son Tùng M-TP vừa phải sửa MV "Come My Way" sau khi nghệ sĩ thị giác Lê Giang tố cáo video nhạc có hình ảnh "mượn ý tưởng" tác phẩm của cô. Đây là một vụ scandal gây sốt trong cộng đồng giải trí, với nhiều người đặt câu hỏi về sự sáng tạo và tính nguyên bản trong âm nhạc của Son Tùng M-TP.

Âm nhạc & Thời trang hôm nay

ÂM NHẠC

Taylor Swift Đón 'Tin Vui' Trước Thêm Đám Cưới

Nguồn: [Tuổi Trẻ Âm nhạc](#)

Taylor Swift vừa phá hàng loạt kỷ lục streaming toàn cầu với ca khúc I knew it, I knew you, nhạc phim Toy Story 5, chỉ trong ngày đầu phát hành. Điều này chứng tỏ sự ảnh hưởng lớn của cô trong lĩnh vực âm nhạc và sự mong chờ của người hâm mộ đối với từng sản phẩm mới của cô.

THỜI TRANG

Sao Hàn Mê Kiểu Phối Đồ Sân Bay Nào Nhất?

Nguồn: [Tuổi Trẻ Thời trang](#)

Han So Hee, Karina aespa, Jennie và Jisoo BlackPink đang lựa chọn trang phục và túi xách nào cho những chuyến bay của mình? Từ phong cách tối giản đến quyến rũ, các ngôi sao Hàn Quốc đang dẫn đầu xu hướng thời trang sân bay với những item phải có cho nữ văn phòng.

Món ngon hôm nay

Hello cả nhà mê ăn uống! Hôm nay là một ngày trời trong xanh, bụng réo liên hồi, đúng là "mùa" để tìm kiếm những món ngon đã đời trên khắp nẻo đường Việt Nam mình đó! Là một food blogger mê mẩn đặc sản vùng miền, hôm nay tui phải giới thiệu ngay một "vedette" của ẩm thực miền Trung, đảm bảo ăn vào là quên lối về luôn!

Bánh Xèo — Đà Nẵng / Miền Trung

Trời ơi, cái tiếng "xèo xèo" giòn rụm khi bột gạo gặp chảo nóng đã đủ làm xao xuyến rồi! Từng chiếc bánh vàng ươm, vỏ ngoài giòn tan, bên trong mềm thơm nhân tôm tươi, thịt ba chỉ và giá đỗ mập ú, chấm ngập vào chén nước mắm chua ngọt đặc trưng của miền Trung. Cuốn thêm chút rau sống thanh mát, xoài xanh bào sợi chua chua, cắn một miếng là thấy cả hương vị biển trời Đà Nẵng ùa vào khoang miệng, ngon đến nỗi chỉ muốn "xèo" thêm chục cái nữa!

Ăn ở đâu ngon?

- **Bánh Xèo Bà Dưỡng** (K280/23 Hoàng Diệu, Đà Nẵng) - Quán này thì quá nổi tiếng rồi, lúc nào cũng đông khách nhưng đợi xứng đáng nha.

• **Bánh Xèo Chảo Bé Uyên** (103 Ngũ Hành Sơn, Đà Nẵng) - Một lựa chọn khác cũng rất chất lượng và được lòng dân địa phương.

Giá tham khảo: Khoảng 20.000 - 35.000 VNĐ/cái, tùy nhân và kích cỡ. Một người thường ăn 2-3 cái là no lăn tăn nha!

Tips dành cho chị em hôm nay

TIP LÀM ĐẸP & CHĂM DA

Makeup 5 Phút Vẫn Xinh Lung Linh!

Chị em văn phòng ơi, có phải sáng nào cũng vội vàng mà vẫn muốn xinh tươi rạng rỡ không? Tui hiểu mà! Đừng lo, có bí kíp "ăn gian" thời gian mà vẫn cuốn hút đây nè!

1. **Kem Chống Nắng Nâng Tone (hoặc BB/CC Cream):** Thay vì đủ bước kem lót, nền, che khuyết điểm, hãy chọn ngay một em chống nắng có khả năng nâng tone nhẹ hoặc BB/CC cream. Vừa bảo vệ da khỏi đèn máy lạnh, màn hình máy tính, vừa làm đều màu da, sáng bừng mặt tự nhiên. (Gợi ý: Anessa, Skin Aqua, Maybelline Fit Me BB Cream - dễ mua, giá ổn áp).

2. **Kẻ Mày & Má Hồng:** Đừng bỏ qua hai bước này! Một đôi lông mày gọn gàng giúp định hình khuôn mặt, còn chút má hồng sẽ làm gương mặt hồng hào, tươi tắn ngay lập tức, xua tan vẻ mệt mỏi. Ừng hồng tự nhiên là xinh nhất!

3. **Son Màu Tươi Tắn:** Cuối cùng là một thỏi son có màu sắc yêu thích, tươi sáng. Đánh nhẹ lòng môi rồi tán đều hoặc full môi tùy thích. Son giúp cả khuôn mặt bừng sáng và có sức sống hơn hẳn đó!

Thế là xong! Vừa tiết kiệm thời gian, vừa tự tin tỏa sáng cả ngày dài làm việc! Thử ngay nha mấy bà!

TIP TẬP THỂ DỤC & GIỮ DÁNG

Chào bạn, những cô gái văn phòng năng động! Hôm nay 2026-06-10, HLV của bạn đây với một mẹo nhỏ mà có võ để bạn luôn khỏe mạnh, giữ dáng ngay cả khi bận rộn nhé!

Đứng dậy & Di chuyển!

Bạn có biết, ngồi quá lâu không chỉ gây đau lưng mà còn "kìm hãm" quá trình trao đổi chất? Đừng lo, không cần gym, không cần dụng cụ, bạn vẫn có thể vận động hiệu quả! Mục tiêu của chúng ta là phá vỡ chuỗi ngồi liên

tục. Cứ sau **mỗi 60 phút** làm việc, hãy đứng dậy và di chuyển trong **5-10 phút**.

Hãy thử:

- Đi bộ ra lấy nước, đi vệ sinh ở tầng khác (nếu có thể).
- Đứng lên thực hiện **10-15 lần** squat không tạ hoặc **5 phút** đi bộ nhanh tại chỗ.
- Thực hiện vài động tác vươn vai, giãn cơ cổ, vai.

Những hoạt động nhỏ này tích lũy cả ngày có thể giúp bạn đốt thêm **50-100 calo** và cải thiện lưu thông máu rõ rệt. Hãy biến nó thành thói quen để cơ thể luôn linh hoạt và tràn đầy năng lượng nhé!

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

Chào bạn, đồng nghiệp văn phòng! Hôm nay là 2026-06-10. Tôi là bác sĩ nội khoa và chuyên gia sức khỏe phụ nữ đây .

Thư Giãn Vai Gáy Tức Thì

Ngồi làm việc liên tục hàng giờ trước màn hình máy tính khiến vai gáy bạn dễ bị căng cứng, đau nhức khó chịu. Đừng để tình trạng này kéo dài dẫn đến mãn tính nhé! Thủ phạm chính thường là tư thế ngồi không đúng và thiếu vận động.

Mỗi 30-60 phút, hãy dành 2-3 phút thực hiện các động tác đơn giản ngay tại chỗ ngồi:

1. **Nhún vai:** Nhún hai vai lên sát tai, giữ 5 giây rồi thả lỏng hoàn toàn. Lặp lại 5 lần.
2. **Nghiêng cổ:** Nghiêng đầu sang vai phải, dùng tay phải nhẹ nhàng kéo căng thêm (cảm nhận căng ở cổ trái), giữ 15-20 giây. Đổi bên và lặp lại.
3. **Xoay vai:** Xoay tròn vai về phía trước và sau, mỗi chiều 5-10 lần.

Nghiên cứu của Đại học Harvard chỉ ra, việc nghỉ giải lao ngắn và vận động nhẹ nhàng giúp giảm 30% nguy cơ đau vai gáy mãn tính và cải thiện lưu thông máu. Hãy biến những động tác này thành thói quen để vai gáy luôn được "giải phóng" bạn nhé!

Câu châm ngôn hôm nay

"You may encounter many defeats, but you must not be defeated. In fact, it may be necessary to encounter the defeats, so you can know who you are,

what you can rise from, and how you can still come out of it."

[Bạn có thể gặp nhiều thất bại, nhưng bạn không được bị đánh bại. Trên thực tế, có thể cần phải trải qua những thất bại, để bạn có thể biết mình là ai, mình có thể vượt dậy từ đâu và làm thế nào để mình vẫn có thể vượt qua tất cả.]

— Maya Angelou

Giải nghĩa: Câu nói này nhắc nhở rằng thất bại là một phần không thể tránh khỏi của cuộc sống và sự nghiệp, nhưng điều quan trọng là không bao giờ để tinh thần bị suy sụp. Mỗi lần vấp ngã là một cơ hội để phụ nữ Việt Nam đi làm khám phá sức mạnh nội tại, khả năng phục hồi và sự kiên cường của bản thân, từ đó trưởng thành và mạnh mẽ hơn. Nó truyền cảm hứng để chúng ta đối mặt với thử thách bằng thái độ tích cực và không ngừng vươn lên.

Crush Hôm Nay

Hyunjin (Hwang Hyunjin)

Hàn Quốc | Ca sĩ, họa sĩ (Stray Kids)

Ngày sinh 20/03/2000

Chiều cao 1m79

Cân nặng 65 kg

Nhóm máu A

Cung HĐ Song Ngư

Màu yêu thích Đen & Trắng & Tím nhạt

Con số may 20

Tình trạng Độc thân

Sở thích Hội họa sơn dầu, viết nhạc, chụp ảnh nghệ thuật, nhảy

Hyunjin (Hwang Hyunjin)

K-pop

Stray Kids

họa sĩ

Hyunjin sinh ngày 20/03/2000 — visual chính SKZ, khuôn mặt như tranh vẽ. Tài năng hội họa thật sự — tranh sơn dầu đấu giá thu về hàng trăm triệu won cho từ thiện. Múa đẹp như nghệ sĩ đương đại, nghệ sĩ toàn diện không thể gắn nhãn 'chỉ là idol'.

Tác phẩm nổi bật:

SKZ 'MIROH', 'Thunderous', 'MIROH'; tranh sơn dầu đấu giá từ thiện hàng trăm triệu won

Giải thưởng:

Daesang MAMA, MTV VMAs; tranh đấu giá 200+ triệu won cho từ thiện

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