

Thông Tấn Xã Heo Xinh Đẹp

Bản tin hàng ngày dành cho chị em văn phòng

05/07/2026

Tin tức hôm nay

1

Cổ phiếu của hai tỷ phú Việt có thể vào nhóm VN30

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

Cổ phiếu của hai doanh nghiệp lớn do các tỷ phú Việt Nam điều hành, cụ thể là MCH của ông Nguyễn Đăng Quang và TCX của ông Hồ Hùng Anh, đang đứng trước khả năng cao sẽ gia nhập rổ chỉ số VN30 trong kỳ cơ cấu sắp tới. Đây là một diễn biến quan trọng, dự kiến thay thế hai mã PLX và TPB, mang lại những tác động đáng kể cho thị trường chứng khoán Việt Nam. Việc một cổ phiếu được thêm vào VN30 không chỉ là sự công nhận về quy mô và vị thế của doanh nghiệp trên thị trường, mà còn mở ra nhiều cơ hội. VN30 là chỉ số đại diện cho 30 công ty niêm yết có vốn hóa lớn nhất và thanh khoản tốt nhất trên sàn HoSE, đóng vai trò là thước đo chính của thị trường và là cơ sở cho nhiều quỹ đầu tư thụ động (ETF) mô phỏng. Do đó, sự xuất hiện của MCH và TCX trong rổ này sẽ thu hút dòng vốn từ các quỹ ETF, vốn có xu hướng mua vào các cổ phiếu mới được thêm vào để đảm bảo danh mục đầu tư phản ánh đúng chỉ số. Đối với MCH và TCX, việc gia nhập VN30 sẽ tăng cường tính thanh khoản, nâng cao uy tín và vị thế trên thị trường, đồng thời có thể thúc đẩy giá cổ phiếu. Về mặt ý nghĩa thực tế, động thái này phản ánh sự dịch chuyển và phát triển của nền kinh tế, nơi các doanh nghiệp có nền tảng vững chắc và tiềm năng tăng trưởng được thị trường đánh giá cao. Nó cũng cho thấy sự năng động của thị trường chứng khoán Việt Nam trong việc liên tục cập nhật và phản ánh đúng thực trạng các doanh nghiệp hàng đầu.

2

Các hãng dầu khí Mỹ dự báo lãi lớn

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

Giới phân tích thị trường đang dự báo một quý II đầy khởi sắc cho các tập đoàn dầu khí lớn của Mỹ, với lợi nhuận được kỳ vọng sẽ đạt mức cao nhất kể từ năm 2022. Dự báo này cho thấy sự phục hồi mạnh mẽ của ngành năng lượng, phản ánh bối cảnh giá dầu toàn cầu ổn định và nhu cầu tiêu thụ duy trì ở mức cao. Các yếu tố như tình hình địa chính trị, chính sách sản xuất của OPEC+ và sự tăng trưởng kinh tế ở một số khu vực đã góp phần tạo nên môi trường thuận lợi cho các "ông lớn" dầu mỏ. Việc các hãng dầu khí Mỹ chuẩn bị công bố những con số lợi nhuận ấn tượng không chỉ là tin vui cho các cổ đông mà còn mang ý nghĩa thực tế sâu rộng. Lợi nhuận cao thường dẫn đến việc tăng cường đầu tư vào thăm dò, khai thác và phát triển công nghệ mới, từ đó đảm bảo nguồn cung năng lượng ổn định và tạo ra nhiều việc làm hơn trong ngành. Tuy nhiên, mặt khác, tình hình này cũng đang gây ra sự bất bình đáng kể từ cựu Tổng thống Donald Trump. Ông Trump thường xuyên chỉ trích các công ty dầu khí về việc không tăng sản lượng đủ nhanh để giảm giá xăng dầu cho người tiêu dùng, hoặc cho rằng họ đang hưởng lợi quá mức trong khi người dân phải đối mặt với chi phí sinh hoạt cao. Sự đối lập này cho thấy lợi nhuận khổng lồ của ngành dầu khí không chỉ là một vấn đề kinh tế đơn thuần mà còn là một chủ đề nhạy cảm với những tác động chính trị đáng kể.

3

Liên Hợp Quốc cảnh báo El Nino mạnh lên nhanh chóng

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

Liên Hợp Quốc vừa đưa ra cảnh báo khẩn cấp về sự tăng cường nhanh chóng của hiện tượng El Nino, dự kiến sẽ tác động đáng kể đến khí hậu toàn cầu. Cơ quan Khí tượng Thế giới (WMO) thuộc Liên Hợp Quốc nhận định El Nino đã bắt đầu mạnh lên rõ rệt từ tháng 7 và có khả năng đẩy nhiệt độ trung bình toàn cầu lên mức cao kỷ lục, vượt qua cả những con số đáng báo động đã ghi nhận trong tháng trước. Sự phát triển mạnh mẽ của El Nino, một hiện tượng khí hậu tự nhiên liên quan đến sự nóng lên của bề mặt nước biển ở khu vực xích đạo Thái Bình Dương, thường kéo theo những biến đổi thời tiết cực đoan trên khắp thế giới. Điều này bao gồm nguy cơ gia tăng các đợt nắng nóng gay gắt, hạn hán kéo dài ở một số khu vực và lũ lụt nghiêm trọng ở những nơi khác. Cảnh báo từ Liên Hợp Quốc nhấn mạnh rằng El Nino lần này có thể cộng hưởng với xu hướng nóng lên toàn cầu do biến đổi khí hậu, tạo ra một "siêu bão" nhiệt độ, gây áp lực lớn lên hệ sinh thái, nông nghiệp, nguồn nước và sức khỏe cộng đồng. Các quốc gia cần chuẩn bị sẵn sàng cho những tác động thực tế, từ việc đảm bảo an ninh lương thực đến phòng chống thiên tai, nhằm

giảm thiểu thiệt hại và bảo vệ cuộc sống người dân trước một giai đoạn khí hậu đầy thách thức sắp tới.

4

TP HCM cần huy động 880.000 tỷ đồng trong 6 tháng

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

Thành phố Hồ Chí Minh đang đối mặt với thách thức lớn khi cần huy động một nguồn vốn khổng lồ lên tới 880.000 tỷ đồng chỉ trong sáu tháng cuối năm để đạt được mục tiêu tăng trưởng kinh tế đầy tham vọng là 10%. Đây là con số ấn tượng, phản ánh quyết tâm mạnh mẽ của thành phố trong việc thúc đẩy đầu tư phát triển, tạo đà phục hồi và bứt phá sau những giai đoạn khó khăn. Bối cảnh đặt ra yêu cầu huy động vốn cấp bách này xuất phát từ nhu cầu đầu tư vào các dự án trọng điểm, cơ sở hạ tầng chiến lược, cũng như các lĩnh vực mũi nhọn nhằm nâng cao năng lực cạnh tranh và chất lượng sống. Việc đạt được mức tăng trưởng 10% không chỉ là một chỉ tiêu kinh tế đơn thuần mà còn là động lực quan trọng để tạo việc làm, thu hút nhân tài và củng cố vị thế đầu tàu kinh tế của cả nước. Để hiện thực hóa mục tiêu này, thành phố sẽ phải triển khai đồng bộ nhiều giải pháp. Điều này bao gồm việc đẩy mạnh giải ngân vốn đầu tư công, thu hút nguồn vốn đầu tư trực tiếp nước ngoài (FDI) và kích thích đầu tư tư nhân trong nước. Các chính sách ưu đãi, cải thiện môi trường đầu tư kinh doanh, cùng với việc đơn giản hóa thủ tục hành chính sẽ đóng vai trò then chốt. Ý nghĩa thực tế của việc huy động thành công nguồn vốn này là tạo ra một cú hích mạnh mẽ cho nền kinh tế, thúc đẩy các ngành nghề phát triển, từ đó mang lại lợi ích thiết thực cho doanh nghiệp và người dân thành phố. Đây là một nhiệm vụ đòi hỏi sự phối hợp chặt chẽ giữa các cấp chính quyền, cộng đồng doanh nghiệp và toàn xã hội.

5

Ông Trump: Con tôi mua cái xe tải cũng bị cáo buộc nắm tin nội bộ

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

Cựu Tổng thống Donald Trump gần đây đã bày tỏ sự bức xúc về những thách thức mà các con ông phải đối mặt khi ông còn đương chức, đặc biệt là trong các hoạt động mua bán, kinh doanh cá nhân. Ông Trump chia sẻ rằng, ngay cả những giao dịch tưởng chừng đơn giản như việc một người con mua một chiếc xe tải cũng có thể bị soi xét và vướng vào cáo buộc nắm giữ thông tin nội bộ. Bối cảnh của những lời bộc bạch này phản ánh áp lực và sự giám sát gắt gao mà gia đình các nhà lãnh đạo cấp cao thường phải chịu đựng. Chức vụ Tổng thống, với tầm ảnh hưởng

sâu rộng đến mọi mặt đời sống kinh tế - xã hội, vô hình trung đặt mọi quyết định tài chính của người thân vào vòng nghi vấn về xung đột lợi ích. Điều này tạo ra một tình thế tiến thoái lưỡng nan: một mặt, các thành viên gia đình có quyền tự do kinh doanh như mọi công dân khác; mặt khác, mọi hành động của họ đều có thể bị diễn giải là lợi dụng vị thế của người đứng đầu đất nước. Ý nghĩa thực tế của vấn đề này là sự khó khăn trong việc duy trì ranh giới rõ ràng giữa công việc công và lợi ích cá nhân khi một thành viên trong gia đình nắm giữ quyền lực tối cao. Lời than thở của ông Trump không chỉ là sự trải lòng cá nhân mà còn là lời nhắc nhở về gánh nặng vô hình mà các gia đình Tổng thống phải gánh chịu, nơi ngay cả những giao dịch đời thường nhất cũng có thể trở thành tâm điểm của những cáo buộc pháp lý và đạo đức, bất kể tính xác thực của chúng.

6

Đẩy nhanh triển khai dự án sau M&A

Tin Nhanh Chứng Khoán [Đọc thêm →](#)

Thị trường mua bán - sáp nhập (M&A) đang chuyển mình sang một giai đoạn phát triển mới, nơi trọng tâm giá trị không còn đơn thuần là việc mở rộng quỹ đất, mà đã dịch chuyển mạnh mẽ sang tốc độ triển khai dự án và khả năng tạo ra giá trị thực cho doanh nghiệp và thị trường. Đây là bối cảnh quan trọng thúc đẩy các giao dịch M&A đi vào thực chất hơn, đòi hỏi các bên tham gia phải có chiến lược rõ ràng cho giai đoạn hậu sáp nhập. Trong chu kỳ tăng trưởng mới của doanh nghiệp Việt, M&A cùng với tái cấu trúc được xem là động lực then chốt. Tuy nhiên, để hiện thực hóa tiềm năng này, việc đẩy nhanh tiến độ triển khai các dự án sau khi hoàn tất thương vụ M&A trở thành yếu tố quyết định. Thay vì chỉ dừng lại ở việc sở hữu tài sản, các doanh nghiệp giờ đây phải tập trung vào việc đưa dự án vào hoạt động hiệu quả, tạo ra dòng tiền và lợi nhuận bền vững. Điều này không chỉ giúp tối ưu hóa nguồn lực đã đầu tư mà còn khẳng định năng lực quản lý và phát triển của doanh nghiệp trong bối cảnh thị trường ngày càng cạnh tranh. Các thương vụ M&A bất động sản cũng đang dần thích ứng với các quy định mới, hướng tới sự minh bạch và hiệu quả, qua đó tạo nền tảng vững chắc hơn cho việc đẩy nhanh triển khai và tạo giá trị thực từ các dự án đã sáp nhập.

7

Đồng won Hàn Quốc sắp giao dịch 24 giờ mỗi ngày

Tin Nhanh Chứng Khoán [Đọc thêm →](#)

Thị trường ngoại hối Hàn Quốc đang đứng trước một cột mốc quan trọng khi đồng won chuẩn bị bước vào giai đoạn giao dịch liên tục 24 giờ mỗi ngày, một thay đổi mang tính cách mạng nhằm tăng cường tính thanh khoản và hội nhập quốc tế. Tuy nhiên, bối cảnh này cũng đặt ra những thách thức đáng kể cho các nhà chức trách, đặc biệt khi đồng won đang trải qua giai đoạn suy yếu mạnh. Việc mở rộng giờ giao dịch sẽ giúp các nhà đầu tư toàn cầu tiếp cận đồng won dễ dàng hơn, không bị giới hạn bởi múi giờ, qua đó thúc đẩy khối lượng giao dịch và tiềm năng ổn định thị trường. Đây là một bước đi chiến lược của Hàn Quốc nhằm nâng cao vị thế tài chính của mình trên trường quốc tế, thu hút thêm dòng vốn ngoại và giảm thiểu rủi ro biến động đột ngột khi thị trường trong nước đóng cửa. Tuy nhiên, trong bối cảnh đồng won đang chịu áp lực mất giá, việc giao dịch 24/7 cũng có thể làm tăng tính dễ bị tổn thương của nó trước các cú sốc bên ngoài hoặc các hoạt động đầu cơ. Các nhà hoạch định chính sách sẽ phải nỗ lực hơn nữa để giám sát thị trường, can thiệp khi cần thiết và đảm bảo sự ổn định tài chính. Ý nghĩa thực tế của sự thay đổi này là một con dao hai lưỡi: vừa mở ra cơ hội lớn để won trở thành một đồng tiền được giao dịch rộng rãi hơn, vừa đòi hỏi sự cảnh giác cao độ để kiểm soát rủi ro trong một môi trường giao dịch không ngừng nghỉ.

8

Giá xăng dầu hôm nay 5/7: Tăng nhẹ phiên cuối tuần

Báo VTC News [Đọc thêm →](#)

Giá xăng dầu thế giới ghi nhận mức tăng nhẹ trong phiên giao dịch cuối tuần ngày 5/7, mang đến một tín hiệu khởi sắc cho thị trường năng lượng. Cụ thể, vào lúc 6h sáng cùng ngày, giá dầu WTI đã nhích lên mức 68,78 USD/thùng, tăng 0,09 USD/thùng so với phiên trước đó. Đồng thời, giá dầu Brent chuẩn quốc tế cũng cho thấy sự phục hồi tương tự, đạt ngưỡng 72,12 USD/thùng, tăng 0,32 USD/thùng. Mức tăng khiêm tốn này diễn ra trong bối cảnh thị trường đang theo dõi sát sao các yếu tố vĩ mô và địa chính trị có thể ảnh hưởng đến nguồn cung và nhu cầu toàn cầu. Dù không phải là một bước nhảy vọt đáng kể, việc giá dầu giữ vững đà tăng nhẹ vào cuối tuần thường được giới phân tích xem là dấu hiệu tích cực, cho thấy tâm lý thị trường có phần ổn định hơn sau những biến động gần đây. Đối với người tiêu dùng và các doanh nghiệp, dù mức tăng này chưa tác động trực tiếp mạnh mẽ đến giá bán lẻ xăng dầu trong nước ngay lập tức, nhưng nó phản ánh xu hướng chung của thị trường thế giới, vốn là cơ sở để các cơ quan quản lý điều chỉnh giá trong những kỳ điều hành tiếp theo. Việc theo dõi sát sao những diễn biến này là cần

thiết để đánh giá triển vọng thị trường và đưa ra các quyết định kinh tế phù hợp.

9

Bùng nổ tranh cãi sau chiến thắng của Pháp

Tạp chí Trí thức [Đọc thêm](#) →

Chiến thắng của đội tuyển Pháp trước Paraguay tại vòng 16 đội World Cup 2026 vào sáng ngày 5/7 đã nhanh chóng trở thành tâm điểm của một cuộc tranh cãi nảy lửa, vượt ra ngoài khuôn khổ kết quả trận đấu. Dù Pháp giành quyền đi tiếp, dư âm về lối chơi của các cầu thủ Paraguay mới là điều khiến người hâm mộ và giới chuyên môn xôn xao. Ngay sau tiếng còi mãn cuộc, làn sóng chỉ trích dữ dội đã nhắm vào đội bóng Nam Mỹ vì những pha bóng được cho là quá quyết liệt, thậm chí mang tính tiểu xảo và phi thể thao. Nhiều ý kiến cho rằng, thay vì tập trung vào chuyên môn, các cầu thủ Paraguay đã cố tình dùng các chiêu trò để phá vỡ nhịp độ trận đấu, gây ức chế cho đối thủ. Các tình huống va chạm mạnh, những pha vào bóng trên mức cần thiết và hành vi khiêu khích đã liên tục xuất hiện, biến trận đấu thành một cuộc đấu thể lực và tinh thần đầy căng thẳng. Bối cảnh diễn ra cuộc tranh cãi này là một trận đấu loại trực tiếp có tính chất quan trọng, nơi áp lực chiến thắng đè nặng lên cả hai đội. Tuy nhiên, cách tiếp cận trận đấu của Paraguay đã làm dấy lên câu hỏi về tinh thần fair-play trong bóng đá hiện đại. Ý nghĩa thực tế của cuộc tranh cãi này không chỉ dừng lại ở việc đánh giá một trận đấu cụ thể, mà còn là lời nhắc nhở về giá trị cốt lõi của môn thể thao vua: sự tôn trọng đối thủ, tinh thần thượng võ và vẻ đẹp của lối chơi cống hiến. Dù Pháp đã giành chiến thắng, nhưng những gì diễn ra trên sân đã để lại một vết gợn lớn, khiến niềm vui chiến thắng bị pha lẫn bởi những tranh cãi không hồi kết.

Góc Đà Nẵng hôm nay

1

Danang, DIFF, Bridge & River

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

Đà Nẵng, thành phố bên sông Hàn thơ mộng với những cây cầu biểu tượng, tiếp tục khẳng định vị thế là điểm đến lễ hội hàng đầu khu vực khi chuẩn bị cho Lễ hội Pháo hoa Quốc tế Đà Nẵng (DIFF) 2026. Nối tiếp thành công rực rỡ của các mùa trước, DIFF 2026 hứa hẹn mang đến

một sự kiện bùng nổ, làm giàu thêm bản sắc văn hóa và du lịch của thành phố. Với chủ đề đầy ý nghĩa "Da Nang - United Horizons" (Đà Nẵng - Những chân trời kết nối), lễ hội không chỉ là màn trình diễn pháo hoa mãn nhãn mà còn là thông điệp về sự giao lưu, hội nhập và phát triển không ngừng. Bối cảnh tổ chức DIFF trên dòng sông Hàn, với những cây cầu nổi tiếng như cầu Rồng, cầu Sông Hàn làm nền, đã trở thành hình ảnh đặc trưng, thu hút hàng triệu du khách trong và ngoài nước. Sự kiện này không chỉ tôn vinh vẻ đẹp kiến trúc và cảnh quan của Đà Nẵng mà còn tạo ra một không gian văn hóa sôi động, nơi nghệ thuật ánh sáng và âm thanh hòa quyện. DIFF 2026, với chủ đề "Những chân trời kết nối", tiếp tục nhấn mạnh vai trò của Đà Nẵng như một cửa ngõ mở rộng hợp tác quốc tế, nơi các nền văn hóa gặp gỡ và thăng hoa. Ý nghĩa thực tế của lễ hội vượt xa khuôn khổ một sự kiện giải trí; nó là động lực mạnh mẽ thúc đẩy ngành du lịch, dịch vụ, đồng thời khẳng định thương hiệu Đà Nẵng trên bản đồ du lịch toàn cầu, tạo ra giá trị kinh tế và văn hóa bền vững cho thành phố.

2

Người Việt ưu tiên dùng hàng Việt

Báo Đà Nẵng [Đọc thêm →](#)

Cuộc vận động "Người Việt ưu tiên dùng hàng Việt" không chỉ đơn thuần là một khẩu hiệu mang tính hô hào, mà đã và đang trở thành lời kêu gọi mạnh mẽ về trách nhiệm và hành động thiết thực từ mỗi người dân. Đây là một sáng kiến chiến lược, được khởi xướng nhằm thúc đẩy ý thức tiêu dùng nội địa, góp phần xây dựng nền kinh tế tự chủ và bền vững. Bối cảnh ra đời của cuộc vận động này xuất phát từ nhu cầu cấp thiết trong việc nâng cao năng lực cạnh tranh cho hàng hóa sản xuất trong nước, đặc biệt trong bối cảnh hội nhập kinh tế quốc tế sâu rộng, khi thị trường tràn ngập các sản phẩm ngoại nhập. Ý nghĩa thực tiễn của việc ưu tiên dùng hàng Việt là vô cùng to lớn. Nó không chỉ trực tiếp hỗ trợ các doanh nghiệp Việt Nam duy trì và phát triển sản xuất, tạo thêm công ăn việc làm cho người lao động, mà còn góp phần giữ vững giá trị văn hóa và bản sắc dân tộc thông qua các sản phẩm đặc trưng. Đối với các địa phương như Đà Nẵng, cuộc vận động càng có ý nghĩa đặc biệt khi nhấn mạnh trách nhiệm của người dân đối với các sản phẩm "Made in Da Nang" và các sản phẩm OCOP (Chương trình Mỗi xã một sản phẩm) địa phương. Việc ủng hộ những mặt hàng này không chỉ thể hiện tinh thần yêu nước mà còn là sự đóng góp trực tiếp vào sự phát triển kinh tế của thành phố, nâng cao chất lượng cuộc sống cho cộng đồng và khẳng định thương hiệu sản phẩm địa phương trên thị trường quốc gia và quốc tế. Từ đó, "Người Việt ưu tiên dùng hàng Việt" trở thành một hành động cụ thể, thiết thực, mang lại lợi ích kép cho cả người sản xuất và người tiêu dùng, tạo động lực mạnh mẽ cho sự phát triển chung của đất nước.

3

Anh bán kem Đà Nẵng bất ngờ nổi tiếng vì tiếng rao như gọi cả phố

Tạp chí Tri thức [Đọc thêm →](#)

Giữa không khí sôi động của một đêm pháo hoa tại Đà Nẵng, một khoảnh khắc tưởng chừng bình thường đã bất ngờ tạo nên làn sóng chú ý, đưa một người bán kem dạo trở thành tâm điểm. Trong khi hàng ngàn du khách và người dân đổ về các điểm xem pháo hoa, say mê với màn trình diễn ánh sáng rực rỡ trên bầu trời, tiếng rao "Kem đây!" của một người đàn ông đã vang lên giữa đám đông, không chỉ thu hút sự chú ý mà còn tạo nên một điểm nhấn độc đáo. Tiếng rao không chỉ đơn thuần là lời mời gọi mua hàng mà còn mang một âm hưởng đặc trưng, dường như có khả năng xuyên qua mọi tạp âm, vang vọng khắp một góc phố, tạo nên sự tò mò và thích thú cho nhiều du khách. Chính sự khác biệt trong cách rao hàng, mang đậm nét văn hóa đường phố và sự chân chất, đã khiến người bán kem này nhanh chóng được lan truyền, trở thành một hiện tượng nhỏ trên mạng xã hội và trong các câu chuyện của du khách. Từ một người bán hàng vô danh, anh đã vô tình trở thành "người bán kem Đà Nẵng nổi tiếng", minh chứng cho việc đôi khi, những điều

giản dị nhất lại có sức hút mạnh mẽ nhất, đặc biệt khi chúng mang đậm dấu ấn địa phương và sự chân thành. Câu chuyện này không chỉ là về một tiếng rao mà còn là về cách một nét văn hóa bình dị có thể chạm đến trái tim người khác và tạo nên giá trị bất ngờ.

Bản tin tài chính hôm nay

Tỷ giá hôm nay

Đồng tiền	Mua vào	Bán ra
USD	26,073.00	26,463.00
EUR	29,304.41	30,849.34
JPY	158.04	169.87
CNY	3,780.36	3,940.83
GBP	34,219.66	35,672.27
AUD	17,751.78	18,505.34
SGD	19,830.78	20,713.98
KRW	14.77	17.81

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

Giá vàng & bạc hôm nay

Loại	Mua vào	Bán ra	Biến động
SJC 1 lượng	148.40 triệu	151.40 triệu	triệu đ/lượng
SJC nhẫn tròn	148.30 triệu	151.30 triệu	triệu đ/lượng
DOJI nhẫn tròn	148.40 triệu	151.40 triệu	triệu đ/lượng
PNJ nhẫn tròn 24K	148.00 triệu	151.00 triệu	triệu đ/lượng
Vàng thế giới	4,176.1	-	USD
Bạc mỹ nghệ Phú Quý 99.9	2.352	2.767	nghìn đ/chỉ

Cập nhật: 00:00 2026-07-05 · Nguồn: vang.today

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

₿ Crypto hôm nay

₿ Bitcoin (BTC)	62,967 USD	≈ 1.656 tỷ
Ξ Ethereum (ETH)	1,772 USD	
USDT/VNĐ	26,273 đ	tỷ giá phi chính thức

Nguồn: CoinGecko

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

Vướng mắc pháp lý tài sản bảo đảm cản trở dòng vốn tín dụng

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

Tác động: Các doanh nghiệp, đặc biệt là những đơn vị thực hiện dự án hạ tầng và trọng điểm, có thể gặp khó khăn hơn trong việc tiếp cận vốn vay do những vướng mắc pháp lý liên quan đến tài sản bảo đảm. Điều này có thể làm chậm trễ việc triển khai dự án và ảnh hưởng đến khả năng mở rộng kinh doanh.

Nền kinh tế còn nhiều thách thức để tăng trưởng 2 con số

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

Tác động: Mặc dù kinh tế đạt nhiều kết quả quan trọng, nhưng việc Bộ trưởng Bộ Tài chính nhận định còn nhiều thách thức cho thấy triển vọng tăng trưởng kinh tế có thể chưa thực sự vững chắc. Điều này có thể khiến người dân và doanh nghiệp cẩn thận trọng hơn trong các quyết định đầu tư, kinh doanh và chi tiêu, vì môi trường kinh tế có thể còn biến động.

Thị trường chứng khoán nửa cuối năm 2026 bước vào cuộc chơi chọn lọc cơ hội

Nguồn: [Tin Nhanh Chứng Khoán](#)

Tác động: Thị trường chứng khoán được dự báo sẽ phân hóa mạnh. Nhà đầu tư cá nhân và doanh nghiệp cần cẩn trọng hơn, ưu tiên chọn lọc các doanh nghiệp có nền tảng tốt và động lực tăng trưởng rõ ràng thay vì đầu tư theo xu hướng, nhằm giảm thiểu rủi ro và tối ưu hóa lợi nhuận.

Mạng xã hội hôm nay

Tuy không có tin nào được đánh dấu (nhiều nguồn đưa tin), dựa trên nội dung và độ "hot" tiềm năng, đây là 3 tin gây xôn xao MXH nhất hôm nay:

Thái Hòa 'ấm' Nam chính xuất sắc, 'Tử chiến trên không' thắng lớn LHP Đà Nẵng

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

"Tử chiến trên không" vừa oanh tạc Liên hoan phim châu Á Đà Nẵng, giật giải Phim Việt Nam hay nhất! Chưa hết, "ông hoàng phòng vé" Thái Hòa còn xuất sắc rinh luôn giải Nam chính, đúng là không hổ danh "diễn viên quốc dân" mà. Dân tình đang rần rần tìm vé xem phim này vì tò mò liệu có xứng đáng với cơn mưa lời khen không!

Trâm Anh 31 tuổi 'cân' vai vũ nữ Lệ Hà trong phim về Vua Bảo Đại

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

Nóng hổi đây! Nữ diễn viên Trâm Anh, vừa tròn 31, đã được chọn mặt gửi vàng vào vai vũ nữ Lệ Hà đầy bí ẩn trong bộ phim "Hoàng hậu cuối cùng" lấy cảm hứng từ cuộc đời Vua Bảo Đại. Cộng đồng mạng đang xôn xao bàn tán về lựa chọn này, liệu Trâm Anh có thể lột tả được vẻ quyến rũ và phức tạp của nhân vật lịch sử này không, hay sẽ gây ra một "drama" casting mới?

'Hoa khôi công nghệ' Thu Uyên đại diện VN thi Miss Earth 2026

Nguồn: [VnExpress Giải trí](#)

Miss Earth 2026 sắp tới Philippines vào tháng 11 rồi nha cả nhà! Việt Nam sẽ cử "hoa khôi công nghệ" Thu Uyên, Top 5 Hoa khôi Đại học FPT, đi chinh chiến. Cư dân mạng đang sôi nổi bình luận về nhan sắc và tri thức của cô nàng, không biết cô gái 29 tuổi này có làm nên chuyện lớn tại đấu trường nhan sắc quốc tế không đây!

Âm nhạc & Thời trang hôm nay

ÂM NHẠC

GREY D bùng cháy trong live concert đầu tiên: Khi tình yêu và đam mê thắp sáng sân khấu!

Nguồn: [Tuổi Trẻ Âm nhạc](#)

Tối 3-7 vừa qua, GREY D đã có một đêm không thể quên tại Nhà hát Hòa Bình với live concert đầu tiên trong sự nghiệp mang tên 'Ánh sáng - Màn đêm'. Anh chàng đã chứng minh tất cả những điều mình làm chỉ vì "yêu" và "thích", mang đến một không gian âm nhạc đầy cảm xúc, đánh dấu một cột mốc rực rỡ trong hành trình nghệ thuật của mình.

THỜI TRANG

Đầm Lê Thanh Hòa phủ sóng thảm đỏ BET Awards 2026: Sức hút Việt vươn tầm thế giới!

Nguồn: [Tuổi Trẻ Thời trang](#)

Thảm đỏ BET Awards 2026 rực rỡ hơn bao giờ hết với sự xuất hiện của hàng loạt sao quốc tế diện đầm từ nhà thiết kế Việt Nam Lê Thanh Hòa. Từ Madisin Rian đến KJ Smith Black, Laila Odom, Chanelle Graham, tất cả đều góp phần tạo nên dấu ấn thời trang Việt đầy tự hào tại một trong những sự kiện giải trí lớn nhất của Mỹ. Phong cách sang trọng, tinh tế của Lê Thanh Hòa không chỉ làm tôn lên vẻ đẹp của các ngôi sao mà còn khẳng định vị thế của thời trang Việt trên bản đồ quốc tế.

Món ngon hôm nay

Hello cả nhà! Hôm nay là một ngày trời trong veo, gió mát rượi, đúng chuẩn thời tiết để càn quét phố phường và tìm kiếm những món ăn vặt "đỉnh của chóp" đây! Đã là food blogger mê ăn vặt như mình thì không thể nào bỏ qua món này mỗi khi ghé Đà Nẵng, và hôm nay mình phải giới thiệu ngay cho cả nhà đó là...

Bánh Kẹp Dì Hoa (Bánh Tráng Kẹp) — Đà Nẵng

Trời ơi, cái hương vị tuổi thơ mà vẫn "gây nghiện" đến tận bây giờ! Một chiếc bánh tráng mỏng được nướng trên bếp than hồng rục, thêm chút pate, trứng cút, khô bò, hành phi, ruốc, nêm nếm gia vị đậm đà rồi gấp đôi lại giòn rụm. Cắn một miếng là nghe rõ tiếng "rắc rắc" của bánh tráng giòn tan, vị mặn ngọt béo béo của nhân hòa quyện, thêm chút tương ớt cay nồng thì đúng là "tuyệt cú mèo", ăn xong một cái là auto gọi thêm cái thứ hai, thứ ba không thể dừng lại được!

Ăn ở đâu ngon?

Món này phải nói là gắn liền với tuổi thơ của bao nhiêu thế hệ người Đà Nẵng. Quán nổi tiếng nhất phải kể đến là **Bánh Kẹp Dì Hoa** ở số 60 Nguyễn Văn Linh. Hoặc bạn có thể dạo một vòng các khu chợ đêm Đà Nẵng như chợ đêm Sơn Trà, chợ đêm Helio cũng có rất nhiều hàng ngon nhé! 🍴 🥰

Giá tham khảo: 10.000 - 20.000 VNĐ/cái (tùy topping)

Tips dành cho chị em hôm nay

TIP LÀM ĐẸP & CHĂM DA

3 BƯỚC MAKEUP ĐI LÀM TRONG TÍCH TẮC!

Hú la các cô gái văn phòng xinh đẹp của tui ơi! Sáng nào cũng muốn ngủ nướng thêm 5 phút mà vẫn phải lung linh đi làm đúng không? Yên tâm, tớ có bí kíp "ăn gian" thời gian mà vẫn rạng rỡ đây! Chỉ 3 bước đơn giản, ai cũng làm được!

1. **Nền da trong veo với Kem chống nắng Nâng tone/CC Cream:** Thay vì lỉnh kỉnh kem lót, kem nền, nàng chỉ cần một tuýp kem chống nắng có màu hoặc CC cream thôi. Vừa bảo vệ da khỏi nắng văn phòng, vừa làm đều màu da tự nhiên. Tớ mê mấy loại của Skin Aqua hay Lemonade, giá hạt dẻ mà hiệu quả lắm!

2. **Mắt sáng bừng với Chì kẻ mày + Mascara:** Kẻ lông mày và chuốt mascara là "vũ khí" hack đôi mắt có hồn ngay lập tức. Không cần kẻ eyeliner cầu kỳ, chỉ cần định hình hàng mày gọn gàng và chuốt nhẹ mascara cho hàng mi cong vút là đủ xinh rồi.

3. **Điểm nhấn tươi tắn với Son dưỡng có màu/Son tint:** Bước cuối cùng siêu quan trọng! Một chút son dưỡng có màu hoặc son tint sẽ giúp khuôn mặt nàng bừng sáng ngay lập tức. Tớ hay dùng son dưỡng Maybelline Baby Lips hoặc son tint Romand, vừa cấp ẩm vừa có màu xinh yêu, không sợ khô môi khi ngồi điều hòa.

Đảm bảo nàng sẽ có vẻ ngoài tươi tắn, chuyên nghiệp mà không tốn quá 10 phút đâu nha! Thử liền đi nè!

TIP TẬP THỂ DỤC & GIỮ DÁNG

Chào bạn! Hôm nay là 2026-07-05. Với lịch trình bận rộn của phụ nữ văn phòng, việc tích lũy vận động nhỏ là chìa khóa vàng để giữ dáng và tăng cường sức khỏe.

Vận Động Tích Lũy - Bí Quyết Giữ Dáng Thẩm Lặng!

Bạn có biết, những cử động nhỏ mỗi ngày có thể tạo nên khác biệt lớn? Thay vì ngồi yên 8 tiếng, hãy biến văn phòng thành "sân tập" mini! Cứ mỗi 60 phút, hãy đứng dậy và đi bộ xung quanh bàn làm việc hoặc đi lấy nước. Chỉ cần 5-10 phút đứng và đi lại nhẹ nhàng mỗi giờ, bạn đã có thể đốt thêm khoảng 100-200 calo mỗi ngày và cải thiện lưu thông máu.

Hãy thử đi bộ cầu thang thay vì thang máy ít nhất 2 tầng. Khi gọi điện thoại, hãy đứng dậy đi lại. Thậm chí, việc vươn vai, xoay cổ tay, cổ chân nhẹ nhàng 3-5 lần mỗi khi cảm thấy mỏi cũng giúp cơ thể linh hoạt hơn. Những thói quen nhỏ này không chỉ giúp bạn giảm nguy cơ tích mỡ bụng mà còn tăng cường năng lượng, giảm đau nhức vai gáy. Bắt đầu ngay hôm nay nhé!

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

Chào bạn, là bác sĩ nội khoa và chuyên gia sức khỏe phụ nữ của bạn đây! Hôm nay là 2026-07-05, hãy cùng nhau chăm sóc sức khỏe nhé.

Thoát Đau Vai Gáy Chỉ Trong 2 Phút!

Phụ nữ văn phòng thường xuyên đối mặt với cơn đau vai gáy do ngồi lâu, cúi nhìn màn hình. Tình trạng này không chỉ gây khó chịu mà còn ảnh hưởng đến năng suất. Đừng để nó tích tụ thành mãn tính! Theo một nghiên cứu,

việc thực hiện các bài tập giãn cơ ngắn mỗi 1-2 giờ có thể giảm đáng kể độ căng cơ và cải thiện lưu thông máu.

Hãy thử bài tập đơn giản này ngay tại bàn làm việc:

- Cúi cằm:** Ngồi thẳng lưng, từ từ cúi cằm về phía ngực, giữ 15 giây. Bạn sẽ cảm thấy căng nhẹ ở phía sau cổ.
- Nghiêng cổ:** Nghiêng đầu sang phải, dùng tay phải nhẹ nhàng ấn thêm chút, giữ 15 giây. Đổi bên và lặp lại.
- Cuộn vai:** Nâng vai lên sát tai, cuộn tròn ra sau và hạ xuống. Lặp lại 5-10 lần theo cả hai chiều.

Chỉ 2 phút cho mỗi lần nghỉ giải lao, bạn sẽ thấy vai gáy nhẹ nhõm hơn, giảm nguy cơ thoái hóa cột sống cổ và tăng cường năng lượng làm việc đó!

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 phép bị đánh bại. Thực tế, việc gặp gỡ những thất bại có thể là cần thiết, để bạn có thể biết mình là ai, mình có thể vực dậy từ đâu, và làm thế nào bạn vẫn có thể vượt qua được chúng.]

— Maya Angelou

Giải nghĩa: Câu nói này nhắc nhở phụ nữ rằng thất bại là một phần không thể tránh khỏi của cuộc sống và sự nghiệp, nhưng điều quan trọng là không bao giờ từ bỏ. Mỗi lần vấp ngã là một cơ hội để khám phá sức mạnh nội tại, khả năng phục hồi và sự kiên cường của bản thân, giúp chúng ta đứng dậy mạnh mẽ hơn và tự tin hơn trên con đường phía trước.

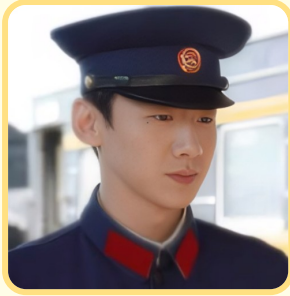
Crush Hôm Nay

Bạch Kính Đình (Bai Jingting)

Trung Quốc | Diễn viên

Ngày sinh 28/11/1993

Chiều cao 1m80



C-pop

diễn viên

Cân nặng 70 kg
Nhóm máu B
Cung HĐ Nhân Mã
Màu yêu thích Xanh nhạt & Trắng
Con số may 8
Tình trạng Độc thân
Sở thích Bơi lội, đọc sách, ẩm thực, nấu ăn Tứ Xuyên

Bạch Kính Đình sinh ngày 28/11/1993, cao 1m80 — kiểu đẹp acquired taste: càng nhìn càng thấy đẹp. Phong thái điềm đạm đáng tin cậy. 'Forever and Ever' viral toàn châu Á — treasure của C-drama!

Tác phẩm nổi bật:

'Forever and Ever' (2021 — viral toàn châu Á), 'Time Flies and You Are Here', 'Skate Into Love'

Giải thưởng:

Weibo Drama Awards, iQiyi Starlight Awards, Mango TV Awards



Chúc chị em một ngày vui vẻ và năng suất!

TTXHXD — Tổng hợp bởi Groq AI & nguồn tin VN