

one2.FLY!

VIETJET AIR INFLIGHT MAGAZINE
SỐ THÁNG 10-11/2020

THU ƠI, HÀ NỘI PHỐ!

*Longing to see
Hanoi in autumn*

ĐẾN LÀO CAI LÊN NÚI CHƠI CHỢ PẠC HA

*The beauty of Bac Ha
in autumn*

HỘI AN THƯƠNG HOÀI!

*An everlasting love
of Hoi An*

HOA HẬU

Mai Phuong Thuy

Tôi sống siêu thực
nhưng siêu thật!

ĐẸP LẮM MÙA THU HÀN QUỐC

*A special love
for autumn in Korea*



ĐẪN ĐẦU XU THẾ ĐẦU TƯ

TẠI TP.THỦ ĐỨC THUỘC TP.HCM

Khu căn hộ đẳng cấp **New Galaxy** với vị trí hiếm có bậc nhất tại cửa ngõ phía Đông Sài Gòn, liền kề KĐT Đại học Quốc gia TP.HCM – Trung tâm Công nghệ Giáo dục (G1) của TP.Thủ Đức thuộc TP.HCM đang trở thành tâm điểm thu hút giới đầu tư và là nơi an cư đáng mơ ước của cộng đồng trí thức thành đạt.

Đồng thời, hệ thống shophouse mặt tiền tại đây sẽ đảm bảo lợi nhuận kinh doanh ổn định và sinh lời bền vững cho quý chủ nhân tương lai.



Phối cảnh khu căn hộ New Galaxy

PHÁT TRIỂN DỰ ÁN



ĐƠN VỊ PHÂN PHỐI



TỔNG THẦU XÂY DỰNG



1900 6958
www.newgalaxy.vn

MUSICNOLOGY

BEYOND THE
FUTURE

HÀN 10.2020

x HCMC 11.2020

ĐẠI NHẠC HỘI TPBANK x SƠN TÙNG M-TP
ISAAC · MIN · PHƯƠNG LY | CHI PU · ERIK · KARIK



Quét mã nhận vé

 **TPBank**
Vì chúng tôi hiểu bạn

☎ 1900 58 58 85 | (84 24) 37 683 683 | www.tpb.vn |  TPBank

Bạn thân mến!

Lá đã khởi vàng và mùa thu đã rực rỡ sang. Thời khắc này đây, thay vì khoe khung cảnh nhộn nhịp, rộn ràng với những va-li hành lý trên những chuyến bay xuất ngoại ngắm lá, đón mùa... là những bức ảnh nhuộm vàng, nhuộm đỏ trên facebook, như đang kể về những nỗi khao khát, nhớ nhung. Mong sao cho thời “bình thường cũ” sớm quay trở lại, để được cùng nhau nhịp bước chân vui trên mọi nẻo hành trình!

Hoa hậu Việt Nam 2006 Mai Phương Thúy vẫn rất trẻ trung, thông minh, xinh đẹp và có phần mặn mà, sắc sảo hơn hẳn lúc mới đăng quang. Môi trường sống, mặt bằng giao tiếp, kỹ năng ứng xử và công việc cân não của một doanh nhân, một nhà đầu tư đầu đội vương miện... đối với Mai Phương Thúy là một hành trình “vượt sóng” đầy thử thách nhưng cũng vô cùng thú vị.

Đồng hành cùng Vietjet trong các trải nghiệm sang chảnh trên những chuyến bay Xanh hạng SkyBoss, Deluxe mới, Mai Phương Thúy tự tin lan tỏa thông điệp Xanh đến người tiêu dùng thông minh qua cách lựa chọn và tận hưởng những tiện ích phù hợp trong cuộc sống thường ngày.

Đặt vé máy bay, tận hưởng những phút giây bình an bên người thân, bạn bè trong không gian đậm chất lãng mạn của mùa thu Hà Nội, hay trên những con đường hiền hòa của phố cổ Hội An; hoặc phiêu lưu với phiên chợ vùng cao, khám phá hang động mới của những cung đường phượt Tây Bắc... Việt Nam thân yêu của chúng mình còn có vô vàn khung trời tươi đẹp lắm. Vậy còn chần chờ gì nữa, nào cùng One2 Fly!

Dear readers,

The leaves are turning yellow in many parts of the country. Another vibrant autumn is coming! This year, we won't see travellers heading for the airport and boarding international flights on a mission to see the beauty of autumn in another country, where the leaves turn all yellow and red. For now, people can only post pictures of such autumnal canopies on FaceBook, revealing their desire to one again travel around the world. Let us hope that the “normal past life” will come back to us soon and together we can all share the happiness of each and every journey overseas!

In this issue of One2Fly, we talk to Miss Vietnam 2006 Mai Phương Thuy, the super smart beauty queen, who appears as youthful as the day she was crowned but seemingly even more beautiful and radiant. She tells us about her life, her thoughts on the environment, the importance of communication in relationships and the skills that she employs as an entrepreneur. She has truly had a joyful journey since being crowned Miss Vietnam, facing and overcoming many challenges to triumph!

Accompanying Vietjet, enjoying luxury travel experiences on green flights, Mai Phương Thuy has been passionately spreading the message of sustainable, smart air travel to other frequent fliers by choosing SkyBoss or Vietjet's new Deluxe ticket class, which gives her access to a host of privileges, benefits and priority services that suit her needs as a successful, jet-setting business person.

This autumn, why not take to the skies, too? We can now fly freely all over Vietnam and enjoy peaceful moments with our families and friends. Do you wish to enjoy the romantic atmosphere of Hanoi in autumn? Or the enchanting streets of Hoi An's ancient town? Or experience the unique charms of mountainous markets, or explore newly discovered caves in the northwest? The choice is yours, my friends! Vietnam has so many wondrous and poetic landscapes to discover. So don't hesitate any longer, be the One2Fly!

Ra mắt
dịch vụ COD

SHIP 2000+ CÂY SỐ

GIÁ CHỈ 0 ĐỒNG (*)



SWIFT247 cung cấp dịch vụ vận chuyển siêu tốc xuyên Việt toàn quốc, từ Hà Nội đi Đà Nẵng hoặc Hồ Chí Minh nhanh nhất chỉ từ 4 tiếng. Với bất kì nhu cầu gửi hàng siêu tốc nào, hàng hóa của bạn sẽ được vận chuyển trong thời gian nhanh nhất và an toàn nhất với hệ thống tracking được cập nhật 24/7 trên ứng dụng SWIFT247, website và tin nhắn sms.

* Chương trình ưu đãi 0 đồng 1 tuần áp dụng cho dịch vụ gửi hàng B2C mừng ra mắt dịch vụ COD. Để được hưởng ưu đãi vui lòng nhắn tin, liên hệ trực tiếp tới hotline 0774 779 247 để được hỗ trợ chiết khấu tốt nhất!

0774 779 247  www.swift247.vn

1900 272747  fb.com/swift247vn

Tải miễn phí

Tải về trên
App Store

TÀI NỘI DUNG TRÊN
Google Play

POWER PASS
skyBOSS

Phong cách Người dẫn đầu

MỘT LẦN MUA
TRĂM LẦN BAY

Với hơn **50** đường bay nội địa

68,999,000^(*)
VNĐ



ĐẶC QUYỀN ƯU TIÊN:

Chủ nhân chiếc thẻ quyền lực **Power Pass SkyBoss** được tận hưởng đặc quyền ưu tiên nhất, **bay không giới hạn tất cả chặng bay nội địa Việt Nam** với hạng vé **Skyboss** đến **31/7/2021**, & nghỉ dưỡng tại **Furama Resort (Đà Nẵng)** hoặc **Ariyana SmartCondotel (Nha Trang)**.
Hãy nhanh tay sở hữu ngay tại powerpass.vietjetair.com

- ✦ Làm thủ tục nhanh tại quầy riêng.
- ✦ Ưu tiên qua cửa an ninh
- ✦ Phòng chờ hạng sang
- ✦ Xe riêng đưa đón ra máy bay
- ✦ Chỗ ngồi các hàng ghế đầu
- ✦ Miễn phí đổi ngày bay, chuyến bay, hành trình
- ✗ Thương thức ẩm thực tươi ngon suốt chuyến bay
- ✦ Miễn phí 30kg hành lý ký gửi, 1 bộ chơi golf dưới 15kg và 10kg hành lý xách tay
- ✦ Tặng bộ tiện ích du lịch 3 trong 1
- ✦ Bảo hiểm chuyến bay SkyBoss Flight Care
- ✦ Quà tặng trẻ em đi cùng
- ✦ Và hơn thế nữa...

ĐA DẠNG HẠNG VÉ *vietjet Air.com* THỎA THÍCH TRẢI NGHIỆM

Eco

Tiêu chuẩn, Tiết kiệm

→ 7kg hành lý xách tay

Deluxe

Gói trọn tiện ích

→ 20kg hành lý ký gửi

→ Ưu tiên check-in
chọn chỗ ngồi

→ Miễn phí thay đổi
hành trình

→ Bảo hiểm
Deluxe Flight Care

**sky
BOSS**

Phong cách Người dẫn đầu

→ 30kg hành lý ký gửi

→ Phòng chờ hạng sang

→ Ưu tiên mọi dịch vụ

→ Và hơn thế nữa...



Bay là Thích ngay!

**vietjet
Air.com**

- Tàu bay mới, ghế da êm ái
- Tiếp viên xinh đẹp, thân thiện
- 9 món ăn nóng tươi ngon
- Khuyến mãi mỗi ngày & quà tặng hấp dẫn
- Mạng bay rộng khắp Việt Nam & Châu Á
- Hạng vé đa dạng Eco-Deluxe-SkyBoss, thỏa thích trải nghiệm

MUA VÉ Ở ĐÂU?

www.vietjetair.com

Mobile App "Vietjet Air" trên App Store & Google play

www.facebook.com/vietjetvietnam mục "Đặt vé"

1900 1886

Các phòng vé, đại lý **Vietjet** trên toàn quốc

Thanh toán ngay bằng **tài khoản Vietjet Sky Club trên mobile App Vietjet**, các loại thẻ **Visa/Master/Amex/JCB thẻ ATM** của 34 ngân hàng lớn tại Việt Nam

Thanh toán sau tại các phòng vé, đại lý trên toàn quốc

BULOVA

Lịch Sử Đầu Tiên



REGATTA
AUTOMATIC



CHÍNH SÁCH AN TOÀN - CHẤT LƯỢNG SAFETY - QUALITY POLICY

An toàn và chất lượng luôn là giá trị cốt lõi của VietjetAir. Đảm bảo An toàn và Chất lượng là phương châm cho mọi hoạt động hàng không, để công ty ngày càng phát triển lớn mạnh. Chúng tôi vững tin vào việc tạo lập một môi trường tuyệt đối an toàn cho khách hàng và nhân viên với mục tiêu:

“Khách hàng là lý do để VietjetAir tồn tại và phát triển bền vững”

Safety and Quality are core values of Vietjet Aviation Joint Stock Company. Our business will be strengthened by making safety and quality excellence an integral part of all our aviation activities. We strongly believe in providing our customers and employees with a safe environment, recognizing that:

“Our valued customers play a vital role in Vietjet Air’s existence and sustainable development”

Thay mặt toàn thể lãnh đạo, cán bộ và nhân viên của công ty, Tổng giám đốc Công ty cổ phần Hàng không Vietjet cam kết:

On behalf of the company’s Board of Management and all staff, I as CEO of VietjetAir, commit to:

- ➔ **Nghiêm chỉnh tuân thủ các yêu cầu của Cục Hàng không Việt Nam, của các nhà chức trách hàng không khác có liên quan**
Seriously complying with the requirements Civil Aviation Authority of Vietnam, other concerned Aviation Authority
- ➔ **Triệt để áp dụng hệ thống quản lý chất lượng được mô tả trong sổ tay quản lý chất lượng của công ty**
Absolutely applying system of quality management which is described in “Quality Manual” of the company.
- ➔ **Đảm bảo mỗi thành viên trong công ty Cổ phần Hàng không Vietjet luôn nghiêm chỉnh chấp hành các yêu cầu, quy định trong khai thác, bảo dưỡng và dịch vụ với An Toàn – Chất Lượng được liên tục duy trì và không ngừng phát triển.**
Assuring that each member of Vietjet Air always obeys strictly requirements, regulations in operation, maintenance and services along with Safety – Quality standards that are continuously maintained and developed.
- ➔ **Cung cấp đầy đủ nguồn lực và mọi điều kiện cần thiết khác để thực thi chính sách và mục tiêu An toàn – Chất lượng**
Sufficiently providing human resources and other essential conditions for carrying out our Safety – Quality policy.
- ➔ **Liên tục cải tiến hệ thống quản lý, tạo môi trường làm việc tin cậy với tinh thần trách nhiệm cao nhất trong toàn Công ty nhằm thỏa mãn nhu cầu mong đợi của khách hàng.**
Continuously innovating the management system; Creating a reliable working environment with highest responsibility within the company in purpose of satisfying customer’s demands.
- ➔ **Thiết lập hệ thống thông tin thông suốt, đảm bảo cung cấp đầy đủ và kịp thời các thông tin, dữ liệu về An toàn – Chất lượng**
Setting up the effective information system and ensuring the timely and sufficient provision of information and data regarding to Safety – Quality

vietjetair.com

Deluxe **NEW**

Gói trọn tiện ích. Bay thật thích!



20kg
Hành lý ký gửi



Ưu tiên
check-in,
chọn chỗ ngồi



Miễn phí
đổi hành
trình bay



Bảo hiểm
Deluxe
Flight Care

**BAY CÙNG BÉ YÊU
SINH NHẬT TRÊN MÂY,
NGÃI NGÀY QUÀ TẶNG!**



Giá trị lên đến
250,000đ



Bay là Thích ngay!

vietjet
Air.com

Vietjet mời bạn khám phá Việt Nam bao la trên từng **chuyến bay xanh** an toàn, vui vẻ và trải nghiệm văn hóa ẩm thực độc đáo, con người mến khách khắp mọi miền đất nước với những điểm đến hấp dẫn. Đặc biệt, Vietjet triển khai **chương trình khuyến mãi trên tàu bay** với nhiều quà tặng bất ngờ:

✈ Tặng 01 balo trẻ em cho bé dưới 10 tuổi có ngày sinh trùng ngày bay

✈ Quà tặng xinh xắn cho các hóa đơn mua quà lưu niệm trên 300.000 VNĐ hoặc khi mua 01 bộ đồ phi công/ tiếp viên trẻ em hay 01 bộ đồ bơi bé gái + nón phi công/ tiếp viên

MUA VÉ Ở ĐÂU?

🌐 www.vietjetair.com

📱 Mobile App "Vietjet Air" trên App Store & Google play

📘 www.facebook.com/vietjetvietnam mục "Đặt vé"

☎ **1900 1886**

Các phòng vé, đại lý **Vietjet** trên toàn quốc

Thanh toán ngay bằng **tài khoản Vietjet Sky Club trên mobile App Vietjet**, các loại thẻ **Visa/Master/Amex/JCB thẻ ATM** của 34 ngân hàng lớn tại Việt Nam

Thanh toán sau tại các phòng vé, đại lý trên toàn quốc

Hotline
19001886

vietjet Air.com skyBOSS^F

Phong cách Người dẫn đầu



Là người luôn yêu thích trải nghiệm mới, những chuyến bay đẳng cấp mới.

Là người đón đầu xu hướng sống hiện đại và tiện nghi.

Mời quý khách bay cùng SkyBoss - Phong cách NGƯỜI DẪN ĐẦU tận hưởng những đặc quyền ưu tiên nhất từ dưới đất lên đến trên mây với sự phục vụ chu đáo. Phiên bản mới của chiếc thẻ bay quyền lực mang tên POWER PASS SkyBoss sẽ mang lại cho quý khách những chuyến bay nội địa không giới hạn, cùng voucher nghỉ dưỡng tại Furama Resort (Đà Nẵng) hoặc Ariyana SmartCondotel (Nha Trang).

Và còn hơn thế nữa....Khám phá thêm đặc quyền tại powerpass.vietjetair.com.

ĐẶC QUYỀN ƯU TIÊN:

- ✦ Làm thủ tục nhanh tại quầy riêng.
- ✦ Ưu tiên qua cửa an ninh
- ✦ Phòng chờ hạng sang
- ✦ Xe riêng đưa đón ra máy bay
- ✦ Chỗ ngồi các hàng ghế đầu
- ✦ Miễn phí đổi ngày bay, chuyến bay, hành trình
- ✗ Thương thức ẩm thực tươi ngon suốt chuyến bay
- ✦ Miễn phí 30kg hành lý ký gửi, 1 bộ chơi golf dưới 15kg và 10kg hành lý xách tay
- ✦ Tặng bộ tiện ích du lịch 3 trong 1
- ✦ Bảo hiểm chuyến bay SkyBoss Flight Care
- ✦ Quà tặng trẻ em đi cùng
- ✦ Và hơn thế nữa...

Mai Phương Thúy

Tôi sống siêu thực nhưng siêu thật !

Mai Phương Thúy từng chia sẻ: “Thúy sinh ra trong một gia đình trí thức khá giả, từ nhỏ đã được nuôi dưỡng trong sự đủ đầy”. Vừa bước qua tuổi học trò, chưa một ngày rời khỏi sự bảo bọc của gia đình, năm 18 tuổi trở thành Hoa hậu, Mai Phương Thúy lại tiếp tục được “bao bọc” bởi ánh hào quang của sự nổi tiếng.

n THỰC HIỆN: NGUYỄN THU
PHOTO: NGUYỄN THÀNH ĐẠT - M.U.A: PHÚC NGHĨA



Chào Thúy, 14 năm trôi qua, giờ đây cuộc sống của Thúy là bao quanh bởi sự sang chảnh, diện đồ hiệu, đi máy bay hạng sang. Thúy có cảm thấy đây là một cuộc sống siêu thực?

Có lẽ nhìn từ ngoài vào thì nó siêu thực, còn người trong cuộc thì thấy bình thường. Thúy nghĩ khi mình nhìn lại, nên trân trọng những thứ cuộc đời dành cho mình; nhưng nhìn lên thì nên tập cho mình thói quen coi mọi thứ là bình thường. Thúy từng sợ cuộc sống sang chảnh, phù hoa sẽ làm mình thiếu nhạy bén trong công việc và kinh doanh; nhưng giờ thấy mình bắt đầu có thể kiểm soát được.

Thúy chỉ rất bạo cho đồ hiệu. Đó là sở thích riêng hay đơn thuần chỉ là phong cách "có điều kiện" để giữ vị thế của một đẳng cấp?

Đó là lí do một và hai. Ba là mình nên tập thói quen những gì liên quan đến mình, càng gần gũi thì càng phải chất lượng tốt, nếu không nói là tốt nhất. Ví dụ nghe đến hàng Nhật là mọi người nghĩ ngay đến chất lượng cao, mỹ phẩm Pháp nghĩ ngay là đồ xịn, giày da Ý chất lượng luôn cực phẩm... Thúy muốn tập cho mọi người thói quen nhìn Thúy là thấy cực phẩm đây rồi!

Khi là một doanh nhân, một nhà đầu tư, Thúy có cảm giác như thế nào với những đồng tiền tự mình kiếm được? Và đặc biệt là khi kiếm được rất nhiều tiền?

Kiểm một trăm tỷ đầu tiên rất lâu và khó, thấy nản... nhưng cảm giác kiếm tiền tỷ rất vui. Giờ Thúy tập cho mình thói quen kiếm tiền nhiều là bình thường. Jack Ma từng nói chỉ những người coi nhẹ đồng tiền mới kiếm được nhiều tiền, Thúy thấy đúng. (Chữ "coi nhẹ" ở đây không nên hiểu sang ý coi thường). Các tỷ phú Việt Nam hay thế giới cũng ít khi cho thấy họ bị ám ảnh về tiền.

Thúy có thể chia sẻ về những khó





Thúy từng sợ cuộc sống sang chảnh, phù hoa sẽ làm mình thiếu nhạy bén trong công việc và kinh doanh; nhưng giờ thấy mình bắt đầu có thể kiểm soát được.



Khăn khi phải dùng rất nhiều chất xám vào việc đầu tư kinh doanh lẫn việc giữ gìn hình ảnh là hoa hậu quốc dân không?

Hạn chế hay đôi khi từ bỏ thú vui ăn uống chưa bao giờ là việc dễ dàng. Làm việc đầu óc chỉ muốn ăn ngon, ăn nhiều, chẳng ai lên tiếng phàn nàn nếu một doanh nhân hơi thừa cân, nhưng làm Hoa

hậu mà có mỡ thừa thì xác định đó là một "trọng tội". Thúy giờ không khóc lóc mè nheo vì không được ăn nữa rồi, Thúy giờ trưởng thành lắm, ăn theo chế độ người mẫu, hoa hậu và làm việc như một nhà đầu tư, một doanh nhân mà không hề than vãn.

Gần đây, công chúng còn thấy Thúy

xuất hiện với một hình tượng gần gũi hơn tại các gameshow với những phát ngôn rất thẳng thắn. Phải chăng Thúy đang dần bỏ đi lớp áo hoa hậu để sống thật với chính mình?

Người nổi tiếng đa số sống chân thành, tự nhiên nhưng không phải cái gì họ cũng nói hết. Thúy cũng vậy, chân thành tới đa nhưng rất chọn lọc cái gì nên



Kiểm một trăm tỷ đầu tiên rất lâu và khó, thấy nản...

nhưng cảm giác kiếm tiền tỷ rất vui. Giờ Thúy tập cho mình thói quen kiếm tiền nhiều là bình thường. Jack Ma từng nói chỉ những người coi nhẹ đồng tiền mới kiếm được nhiều tiền, Thúy thấy đúng. (Chữ "coi nhẹ" ở đây không nên hiểu sang ý coi thường). Các tỷ phú Việt Nam hay thế giới cũng ít khi cho thấy họ bị ám ảnh về tiền.



nói và không nên nói. Thúy đi gameshow vì thấy tò mò, giờ hết tò mò rồi là nằm im ở nhà không cựa quậy gì nữa.

Thúy vừa thành công với vai trò là nhà đầu tư tài chính, năm ngoái là nhà đầu tư phim điện ảnh. Năm nay, trước tình hình Covid-19, Thúy sẽ tập trung vào lĩnh vực đầu tư nào? Thúy có liên hệ gì giữa sống thật và giá trị thật trong đầu tư?

Trên thị trường chứng khoán luôn có cơ hội kiếm tiền, Thúy chỉ có thể nói vậy. Thúy còn thấy đây là nơi cái gì mất có thể lấy lại, không như một số ngành kinh doanh dịch vụ. Ví dụ như việc các cổ phiếu tốt bị giảm mạnh đợt Covid-19 giờ đang phục hồi tốt, có lẽ đây là nơi duy nhất bạn không thực sự mất mát gì (nếu bạn không lỡ tay bán lúc giảm). Năm nay trước tình hình dịch bệnh, Thúy cũng đẩy mạnh quan tâm đến các dự án bất động sản, đất nền có tiềm năng để đầu tư dài hạn.

Người ta nói cách bạn làm một việc là cách bạn làm mọi việc. Muốn đầu tư ăn đây, ăn nhiều, ăn thật thì trong cuộc sống mình cũng phải tích lũy những giá trị thật, chất lượng, lâu bền và nhất là phải luôn đổi mới. Cùng mang một giá trị cốt lõi, những cái mới dễ kiếm nhiều hơn những cái cũ.

Người ta ít khi thấy Thúy trở



Phú Long phát triển. Vì sao Thúy lại chọn đồng hành cùng thương hiệu này?

Giống như mọi người, Thúy cũng rất thích dịch chuyển, đi du lịch và có phong cách du lịch độc đáo của riêng mình. Thúy cũng thích tạo ra "trend" để mọi người cùng hưởng ứng. Chính vì vậy, khi du lịch Thúy chọn những nơi có vị trí đặc biệt và không phổ biến. Các dự án của Phú Long luôn tạo sự biệt lập và riêng tư. Thúy với vai trò là khách hàng luôn cảm thấy bản thân mình cũng độc đáo và xứng đáng với "đẳng cấp" của mình. Những khu nghỉ ở đây không có ranh giới giữa con người và thiên nhiên. Thiên nhiên như ôm trọn và len lỏi vào không gian khu nghỉ. Trước khi trở thành đại sứ thương hiệu, Thúy đã là một khách hàng thân thiết của những chuỗi khu nghỉ dưỡng của Phú Long phát triển rồi. Có thể kể đến như Furama Đà Nẵng, Evason Ana Mandara Nha Trang, L'Alyana Ninh Van Bay, Cung hội nghị Quốc tế Ariyana Đà Nẵng - nơi diễn ra các sự kiện quan

trọng của APEC 2017... và sắp tới đây là quần thể đa trải nghiệm L'Alyana Senses World Phú Quốc. Thúy rất vui vì mình và thương hiệu này tìm được tiếng nói chung để có thể đồng hành trong thời gian qua.

Cảm ơn Thúy về những chia sẻ đầy thú vị. Chúc Thúy luôn tươi trẻ để tận hưởng cuộc sống theo cách của mình.

thành gương mặt đại diện thương hiệu. Đó là vì độ "hot" của Thúy hay do Thúy kén chọn?

Thúy nghĩ mình chỉ nên cộng tác với những thương hiệu tốt nhất mà tốt nhất thì không thể có nhiều được.

Gần đây, Thúy trở thành đại sứ thương hiệu bất động sản nghỉ dưỡng do



Thúy cũng rất thích dịch chuyển, đi du lịch và có phong cách du lịch độc đáo của riêng mình. Thúy cũng thích tạo ra "trend" để mọi người cùng hưởng ứng. Chính vì vậy, khi du lịch Thúy chọn những nơi có vị trí đặc biệt và không phổ biến.



naunau

JASMINE

EAU DE PARFUM
50ML



MỸ PHẨM HỮU CƠ & XU HƯỚNG XANH HÓA

ngành công nghiệp làm đẹp

Với nguồn nguyên liệu phong phú, giàu dưỡng chất mà thiên nhiên ban tặng, mỹ phẩm hữu cơ đã đáp ứng được hầu hết nhu cầu của các tín đồ làm đẹp. Nguyên liệu tự nhiên được ứng dụng rộng rãi trong nhiều dòng sản phẩm như sữa rửa mặt, kem dưỡng da, mặt nạ, sữa tắm, dầu gội, mỹ phẩm trang điểm, serum dưỡng da, xịt khoáng, nước hoa...

THỰC HIỆN: QUANG NHẬT



Hiện nay, xu hướng sử dụng mỹ phẩm hữu cơ ở Châu Âu, Bắc Mỹ, tại các nước châu Á phát triển như Nhật Bản, Hàn Quốc, và ngay tại thị trường Việt Nam ngày càng tăng cao. Bên cạnh nhu cầu về làm đẹp, người tiêu dùng còn quan tâm nhiều hơn đến tác động của các sản phẩm làm đẹp đến sức khỏe con người và môi trường sống tự nhiên. Vì thế, các sản phẩm sử dụng hóa chất tổng hợp, tiềm ẩn những nguy cơ gây hại đã không còn được ưa chuộng.

Có thể kể tên những thương hiệu mỹ phẩm hữu cơ hàng đầu, được người tiêu dùng yêu thích bởi chất lượng sản phẩm mang lại hiệu quả lâu dài

trong việc làm đẹp, thân thiện với môi trường như Yves Rocher (Pháp), LUSH (Anh), The Body Shop (Anh), L'Occitane (Pháp), Innisfree (Hàn Quốc), NauNau (Việt Nam)...

Những đặc tính nào khiến mỹ phẩm hữu cơ ngày càng được tin dùng?

Các loại mỹ phẩm hữu cơ hầu như có đến 99% thành phần chiết xuất từ tự nhiên. Nguyên liệu để bào chế mỹ phẩm đều có nguồn gốc từ các loại thảo mộc, trái cây, hoa lá... được trồng theo cách tự nhiên, không thuốc tăng trưởng, không chứa hóa chất... Đây là nguồn nguyên liệu có chứa nhiều dinh dưỡng tự nhiên quý giá. Đặc biệt, một số sản phẩm được chiết xuất từ lá, rễ, thân cây, các loại khoáng chất thiên

nhiên... có cả tính chất dược học vừa có tác dụng trị liệu, vừa có tác dụng nuôi dưỡng, chăm sóc sức khỏe người tiêu dùng lâu dài.

Với nguồn nguyên liệu phong phú, giàu dưỡng chất mà thiên nhiên ban tặng, mỹ phẩm hữu cơ đã đáp ứng được hầu hết nhu cầu của các tín đồ làm đẹp. Nguyên liệu tự nhiên được ứng dụng rộng rãi trong nhiều dòng sản phẩm như sữa rửa mặt, kem dưỡng da, mặt nạ, sữa tắm, dầu gội, mỹ phẩm trang điểm, serum dưỡng da, xịt khoáng, nước hoa...

Chính nhờ đặc tính an toàn, không gây phản ứng phụ, phù hợp với nhiều người, nhiều độ tuổi khác nhau cùng công năng phong phú, đã làm cho mỹ phẩm hữu cơ ngày càng có vị thế quan trọng trong ngành công nghiệp làm đẹp.

Bên cạnh những tính năng ưu việt của mỹ phẩm hữu cơ, người tiêu dùng ngày càng quan tâm đến tính nhân đạo của quy trình sản xuất. Các sản phẩm hữu cơ lành tính, dễ sử dụng, không cần thử nghiệm trên động vật nên nhận được sự tin yêu và đánh giá cao của thị trường.

Tuy nhiên, có một hạn chế là do bắt nguồn từ nguyên liệu tự nhiên nên các dòng sản phẩm này có thời hạn sử dụng ngắn và cần sự bảo quản tốt hơn.

Xu hướng Xanh hóa ngành công nghiệp làm đẹp

Trong số các nhãn hiệu mỹ phẩm nổi tiếng hiện nay thì Yves Rocher, NauNau, LUSH, The Body Shop,

L'Occitane và Innisfree là những thương hiệu mỹ phẩm thiên nhiên được yêu thích nhờ vào chất lượng sản phẩm và chỉ số an toàn cao.

Bên cạnh đó, các nhãn hiệu này còn được ghi nhận bởi những nỗ lực trong việc hướng mọi người đến với việc bảo vệ trái đất thông qua những hoạt động vì môi trường.

Đặc biệt, NauNau còn là nhãn hiệu nằm trong Top 5 nhãn hiệu mỹ phẩm Made in Vietnam được yêu thích nhất. Với sự đầu tư bài bản về công nghệ, khắc khe trong khâu chọn lọc nguyên liệu, tuân thủ những yêu cầu nghiêm ngặt của Bộ Y Tế cùng định hướng phát triển bền vững, NauNau đã cho ra đời nhiều dòng sản phẩm đa dạng từ chăm sóc da, chăm sóc tóc cho đến các loại tinh dầu và nước hoa thiên nhiên có công năng trị liệu cho sức khỏe và tinh thần.

Hầu hết các sản phẩm của NauNau đều loại bỏ vỏ bọc nylon bên ngoài cũng như cắt giảm tối đa giấy, bìa cứng sử dụng trong bao bì. Riêng đối với các loại dầu gội và sữa tắm, nhãn hiệu này còn đẩy mạnh sử dụng chai thủy tinh nhằm hạn chế rác thải nhựa. Mặc dù giá thành của những chai thủy tinh này cao gấp đôi vỏ nhựa thông thường nhưng lại thuận tiện tái chế cũng như ít độc hại cho môi trường hơn.

Ngành công nghiệp làm đẹp hiện nay đã có những bước tiến rõ rệt trong xu hướng xanh hóa, khi những tập đoàn mỹ phẩm danh tiếng lâu đời đã bắt đầu dành nhiều sự quan tâm hơn đến môi trường tự nhiên.



Những năm trở lại đây, bên cạnh việc hạn chế rác thải bao bì giấy, loại bỏ vỏ bọc nylon trên các sản phẩm của mình, nhãn hiệu Dior đã bắt đầu nghiên cứu phát triển các loại mỹ phẩm dưỡng da chứa ít nhất 90% thành phần chiết xuất từ thiên nhiên. Ngoài ra, thông tin tập đoàn Shiseido đã mua lại thương hiệu mỹ phẩm sạch Drunk Elephant với giá 845 triệu USD và tập đoàn Unilever mua Tatcha với giá 500 triệu USD, đã cho thấy xu hướng xanh hóa mỹ phẩm là một trong những xu hướng phát triển của toàn cầu.



Chuyên gia mùi hương Huỳnh Hải Yến - Người sáng lập của thương hiệu NauNau chia sẻ:

“Ngay từ ngày đầu sáng lập, định hướng của NauNau là phát triển sản phẩm theo hướng bền vững, trồng vườn nghiên cứu, cải tạo đất để trả lại cho Đất Mẹ những gì chúng ta đã được ban tặng. Nên việc bảo vệ môi trường đối với NauNau không chỉ là những hoạt động như tái chế - tái sử dụng (recycle - reuse), chúng tôi có những kế hoạch xa hơn về việc trồng và hỗ trợ những vùng trồng nguyên liệu, mua nguyên liệu thô từ họ để phát triển sản phẩm dựa trên những đặc tính bản địa của Việt Nam. Bảo vệ môi trường không chỉ là trào lưu mà phải thực sự góp phần vào việc thay đổi nhận thức của những người nông dân, qua việc giảm thiểu sử dụng các loại hóa chất trong phân bón hay thuốc diệt cỏ, trừ sâu, tránh ảnh hưởng đến nguồn nước và chất lượng đất trồng.

Đối với việc sản xuất, chúng tôi đang giảm dần bao bì không cần thiết, sử dụng vật liệu tái chế. Song song những việc này là các hoạt động với cộng đồng như là các workshop hướng dẫn tái sử dụng các chai lọ mỹ phẩm, trồng cây. Trong tương lai, chúng tôi sẽ xây dựng một nhà máy XANH cho cả những bao bì thân thiện với môi trường.”



*a culinary resort on one of the six most luxurious beaches in the world
an ideal venue for conference and incentive planners*



Furama Resort Danang

103 - 105 Vo Nguyen Giap Street, Khue My Ward, Ngu Hanh Son District, Danang City, Vietnam
T: (84-236) 3847 333 / 3847 888 - F: (84-236) 3847 666
E: reservation@furamavietnam.com - W: www.furamavietnam.com



THE VENUE OF APEC SUMMIT 2017

2,500 guests
PILLAR-LESS
BALLROOM
2,075 sqm

12,000 sqm ocean-front outdoor space.
4,390 sqm multi-function indoor space.
03 grand ballrooms, 20 break-out rooms.
200 - slot parking for cars & coaches.

Ariyana Convention Centre together with the Furama Danang International Convention Palace offers the largest MICE complex in Vietnam with advanced technologies, sophisticated interiors, supreme facilities, truly delectable cuisine and superb selection of menus. Not only is it suitable for conferences but also ideal for wedding ceremonies, themed parties, concerts, fashion shows, or even indoor and outdoor exhibitions.

Ariyana
CONVENTION CENTRE
MANAGED BY  FURAMA

Ariyana Convention Centre

107 Vo Nguyen Giap Street, Khue My Ward,
Ngu Hanh Son District, Danang City, Vietnam

T: (+84-236) 3847 333 / 3847 888 | F: (+84-236) 3847 666

E: ssm.hcm@furamavietnam.com | www.ariyanacentre.com

mê lắm

mùa thu

Hàn Quốc!

Hàn Quốc là một đất nước xinh đẹp quanh năm với bốn mùa rõ rệt. Từng là du học sinh ở Hàn Quốc, tôi may mắn đã được khám phá hầu hết những danh thắng nổi tiếng của xứ sở kim chi cũng như được thưởng thức muôn vẻ độc đáo, phong phú của thời tiết, khí hậu ở Hàn Quốc. Nhưng nếu có ai hỏi tôi: "Thời điểm nào là đẹp nhất ở Hàn Quốc?" - "Mùa thu" chắc chắn sẽ là câu trả lời của tôi!

n BÀI VÀ ẢNH: **THẾ ANH**





CÓ KẾ HOẠCH RỒI, LÊN ĐƯỜNG THÔI!

Ở Hàn Quốc, mùa thu rơi vào các tháng 9, 10, 11. Thời tiết mát mẻ, mây trời non nước trong trẻo, yên bình cùng những con phố, vạt rừng, đền đài, thành quách ẩn hiện dưới những tán lá ngân hạnh vàng, lá phong đỏ tuyệt đẹp... Với tôi, mùa thu là thời điểm lý tưởng nhất để đến thăm Hàn Quốc và thời khắc đẹp nhất để ngắm lá thu ở Hàn Quốc là tháng 10 và tháng 11. Vì vậy, nếu bạn không muốn bỏ lỡ thời điểm để ngắm những màu sắc tuyệt vời của mùa thu ở Hàn Quốc, tốt nhất là bạn nên lên kế hoạch sớm cho chuyến đi của mình.

Mùa thu ở Hàn Quốc tựa như mùa xuân của lá, khi từng chiếc lá duyên dáng đan chen vào nhau rục rờ như muôn ngàn đóa hoa yêu kiều khoe sắc. Còn nhớ lần đầu tiên chứng kiến, tôi đã dành nguyên ngày chỉ để xao xác tâm hồn, mê mải ngắm đi ngắm lại cảnh tượng những chiếc lá phong đỏ thắm, những chiếc lá

ngân hạnh vàng rục rỏ có tạo hình hoàn hảo, la đà xoắn rơi và đáp xuống thật nhẹ nhàng, điệu vợ trên nền thảm lá đỏ, lá vàng đang phủ mềm khắp tứ bề xung quanh từ những chiếc lá trước đó.

Mùa đông ở Hàn Quốc rất lạnh, nhưng vào mùa thu, bạn chỉ cần một chiếc áo khoác nhẹ cho tháng 10, một chiếc áo len ấm hoặc dạ mỏng cùng khăn quàng cổ và găng tay da mềm mại cho tháng 11 là đã đủ ấm áp để tung tăng chơi đùa với lá trong những buổi sáng mùa thu trong lành, hay những buổi chiều nắng như rải mật trên những thảm lá vàng.

Bạn không khó để tìm thấy rất nhiều địa điểm tuyệt đẹp đáng để ghé thăm và trải nghiệm trong mùa thu, nhưng một trong số đó rất thú vị, thường có mặt trong danh sách của bất kỳ khách du lịch dày dặn kinh nghiệm nào. Trong bài viết này, tôi đã tổng hợp một danh sách các công viên quốc gia và địa điểm không nên bỏ qua vào mùa thu! Hãy đảm bảo rằng máy

ảnh của mọi người đã được sạc đầy mọi lúc mọi nơi, để sẵn sàng cho chuyến hành trình đầy màu sắc, mỗi bước chân là một tấm hình đẹp ở Hàn Quốc!

Chinh phục những con đường mòn của Vườn quốc gia Seoraksan

Tọa lạc ở Sokcho, Gangwon-do (phía đông bắc Hàn Quốc), Vườn quốc gia Seoraksan, địa danh có ngọn núi cao thứ ba ở Hàn Quốc - Seoraksan tọa lạc, là nơi du khách có thể đón những tán lá mùa thu đầu tiên. Được thiên nhiên ban tặng vị trí đặc biệt, Seoraksan có thể nói là tuyệt đẹp quanh năm, nhưng khung cảnh mùa thu vào tháng 10-11 mới thực sự ngoạn mục. Vào giữa tháng 10, hầu hết các con đường mòn đi bộ sẽ được bao phủ bởi những tán lá vàng và đỏ đậm. Đây là thời điểm lý tưởng dành cho những du khách thích trải nghiệm cảm giác đi bộ đường dài, đi bọc vòng quanh núi, vừa đi vừa ngắm nhìn khung cảnh

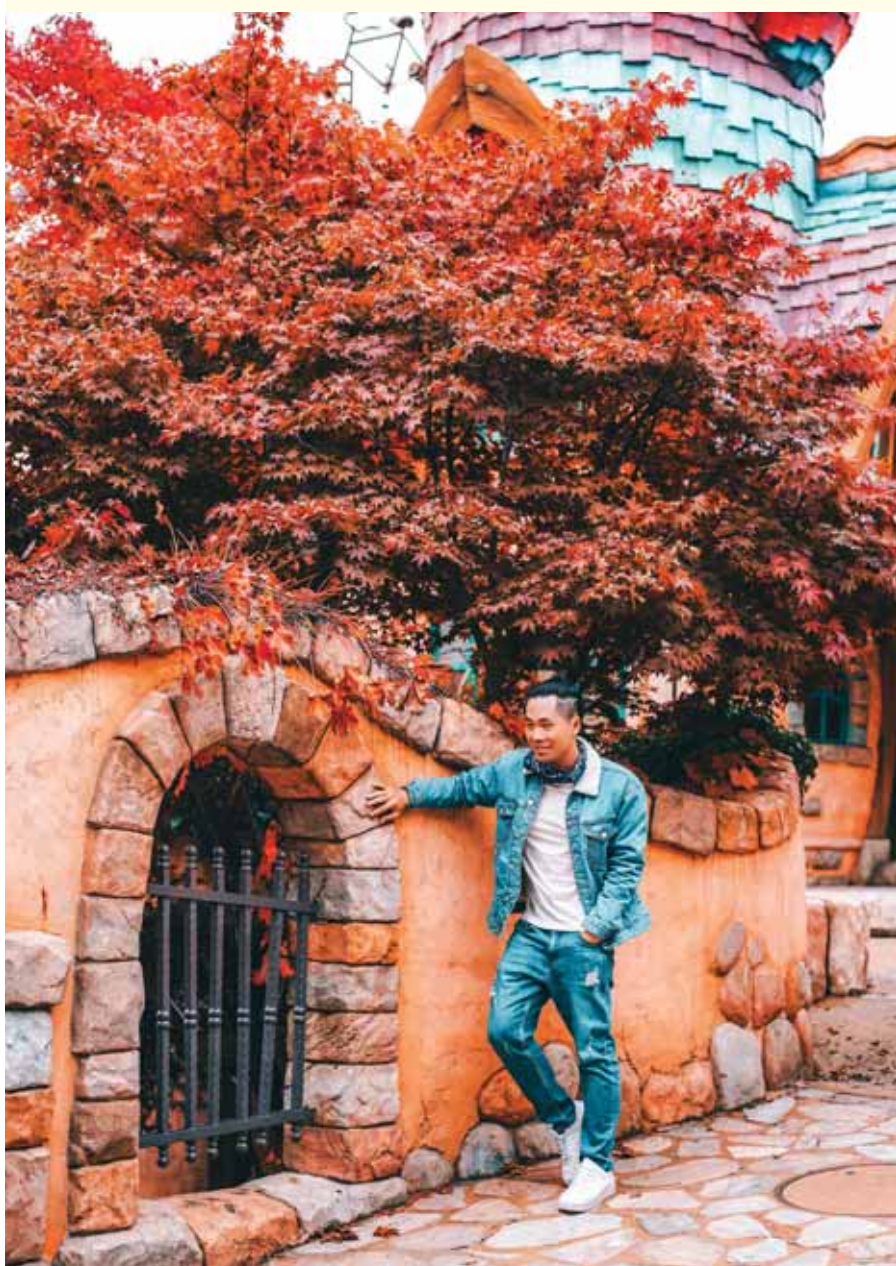
của những tán lá rực rỡ xung quanh. Có những chuyến đi kéo dài cả một ngày trời, với những cung đường núi hiểm trở đầy thử thách nhưng cũng vô cùng hấp dẫn bởi những góc chụp đẹp như tiên cảnh. Seoraksan cũng là nơi tọa lạc của bức tượng Phật bằng đồng tráng lệ, sừng sững ngổi trên bệ sen cao 14 mét. Đây là biểu tượng của hy vọng về sự thống nhất của Bắc và Nam Triều Tiên, có biệt danh là "Great Unification Buddha".

Cảm thấy mình giống như những ngôi sao điện ảnh trên đảo Nami

K-Drama là một trong những làn sóng phổ biến nhất của văn hóa truyền thông Hàn Quốc. Hàng năm, có rất nhiều người hâm mộ đến thăm đảo Nami, vì đây là một trong những địa điểm quay chính của các chương trình nghệ thuật, bộ phim nổi tiếng "Bản tình ca mùa đông". Không năm nào ghé Hàn Quốc mà tôi không ghé đảo Nami. Cảm giác như có thể đến nơi này hàng ngày và không bao giờ chán vậy. Vào mùa thu, toàn bộ hòn đảo được bao phủ bởi những chiếc lá đầy màu sắc. Đối với những ai đam mê nhiếp ảnh, tôi tin chắc rằng mọi người có thể dành cả ngày trời ở đây, chỉ để chụp ảnh với những con đường rợp bóng cây bạch quả và cây phong. Có một cảm giác kỳ diệu trong không gian thu tại đảo Nami. Đó là cảm giác lãng mạn, khiến bất cứ ai cũng cảm thấy mình đang là nhân vật chính trong câu chuyện ngôn tình nào đó. Hòn đảo có mộ của tướng Nami, người đã lãnh đạo một chiến thắng vĩ đại dưới thời trị vì của vị vua thứ 7 của triều đại Joseon. Nami luôn được đánh giá và xếp ở vị trí cao nhất trong danh sách mong muốn đến thăm của mọi du khách khi đến Hàn Quốc. Tôi thích nhất là ngồi thư giãn ở gần hồ, hay lang thang trên những con đường phủ đầy lá vàng. Ngoài ra, khi đến đảo Nami, mọi người đừng bỏ lỡ món cơm trộn bibimbap ngon bậc nhất ở Hàn Quốc nhé.

Nơi đẹp nhất để ngắm mùa thu ở Hàn Quốc - Vườn quốc gia Naejangsan

Ở Hàn Quốc khá lâu, nhưng chưa bao giờ tôi hết ngỡ ngàng và thôi trầm trồ mỗi khi đến Naejangsan - một địa danh du lịch nổi tiếng thuộc vùng Jeongeup tỉnh Jeollabuk. Đây là địa điểm tôi luôn khuyên bạn bè, gia đình rằng: Hãy đến đây một lần trong đời, để tận hưởng trọn vẹn vẻ đẹp diệu kỳ của mùa thu Hàn Quốc. Vườn quốc gia Naejangsan là một trong những





địa danh mang tính biểu tượng để tận hưởng mùa thu ở Hàn Quốc.

Vừa đặt chân tới Naejangsan, bạn sẽ tận hưởng ngay cảm giác thích thú khi được dạo bước trên một con đường dài rợp bóng cây phong! Hai hàng cây nằm dọc hai bên đường, những tán lá phong dày đặc đan vào nhau tạo thành một cổng vòm dài. Đây cũng là lối vào và lối ra duy nhất của công viên. Bạn có thể thong thả dạo bước để hưởng thụ toàn bộ không gian tuyệt đẹp của con đường hoặc di chuyển bằng xe buýt. Đi hết con đường này bạn sẽ tới quầy bán vé cáp treo công viên Naejangsan. Trên cáp treo, bạn nhớ chuẩn bị sẵn sàng máy ảnh, ống kính để tha hồ chụp được

những bức ảnh thiên nhiên cực kỳ lung lộng lấy từ trên cao.

Mùa lá đỏ tại Naejangsan diễn ra rất nhanh. Những tán lá cây tại công viên Naejangsan bắt đầu chuyển màu vào khoảng cuối tháng 10. Không gian sẽ trở nên rực rỡ và sống động nhất vào đầu tháng 11 và sẽ giảm dần vào khoảng giữa tháng. Naejangsan rất nổi tiếng đối với người Hàn Quốc - những người thường chỉ có thể du lịch vào cuối tuần. Vì vậy, nếu có thể bạn nên sắp xếp lịch trình đến Naejangsan vào một ngày trong tuần. Và nếu bạn đã lỡ lên lịch tham quan công viên vào cuối tuần thì chắc chắn xuất phát sớm sẽ tốt hơn nhiều.



Công viên Namsan - Cho những ai không có thời gian đi đến các địa điểm xa

Cao 262 mét so với mặt nước biển, núi Namsan nằm bên bờ nam của con sông Hàn cũng là phía nam của thủ đô Seoul. Trước đây, với nhiệm vụ lịch sử của mình, núi Namsan là pháo đài bảo vệ kinh đô Seoul trước các cuộc tấn công của kẻ thù. Với địa thế địa hình thuận lợi để xây hào chiến lược, các hệ thống báo động, báo lửa trong núi phát huy hết công năng trước sự tấn công từ bên ngoài.

Năm 1989, trong dự án khôi phục cảnh quan xung quanh núi, công viên Namsan ra đời, bảo tồn và phát triển hệ sinh thái và cảnh quan môi trường cho

ngọn núi lịch sử này. Những bức tường thành lịch sử cũng được khôi phục lại sau bao biến động của thời gian. Namsan không đơn thuần chỉ là nơi du khách ghé đến đi dạo, hưởng không khí trong lành mà còn là điểm đến văn hóa - lịch sử của Hàn Quốc.

Trong hệ thống công viên có những điểm đến cực kỳ thú vị, như tòa tháp truyền hình N Seoul Tower có đài quan sát ngắm nhìn toàn cảnh Seoul, những tòa cao ốc chọc trời của thủ đô, dòng sông Hàn, công trình đài phun nước cầu sông Hàn uyển chuyển trong vũ điệu nước. Đây cũng là tòa tháp được thiết kế vô cùng đặc biệt với hệ thống bóng đèn, ánh sáng khiến nó trở nên tỏa sáng trước bầu trời đêm Seoul

và được xem như biểu tượng tự hào của người dân thủ đô.

Tòa tháp nổi tiếng này còn có không gian lãng mạn cho các cặp đôi gửi gắm tình yêu trong những hàng rào khóa, hay nhâm nhi những tách cà phê ấm nóng trên đỉnh Namsan, thăm thú bảo tàng gấu teddy, tham quan khu nhà truyền thống hanok Namsangol Hanok Village đầy thú vị.

Vào mùa thu, cả khu rừng rực lên sắc lá vàng lá đỏ, chen giữa những thảm hoa cỏ tươi xanh vô cùng bắt mắt. Namsan chỉ cách trung tâm mua sắm Myeongdong tầm 15 phút đi bộ, là địa điểm người dân khu vực này đến đây để tản bộ, rất phù hợp cho những ai có ít thời gian và chưa có điều kiện đi đến những nơi xa.

Hang Nà Lả

vẻ đẹp nguyên sơ đang chờ được khám phá!

Hang Nà Lả trước đây thuộc xã Vân Mộng, nay thuộc xã Liên Hội (sát nhập 3 xã Vân Mộng, Phú Mỹ và Việt Yên kể từ tháng 11/2019), nằm ở phía bắc huyện Văn Quan, tỉnh Lạng Sơn. Từ thị trấn Văn Quan, đi khoảng 13km theo hướng quốc lộ 1B và đường tỉnh 232 tới trung tâm xã Liên Hội; sau đó kết hợp đi xe máy trên đường bê tông và đường mòn gần 1km là tới khu vực hang Nà Lả. Tuy nhiên, đoàn khảo sát phải lội một quãng đường không mấy dễ đi - có đoạn bùn lầy, trơn trượt... mới đến được cửa hang.

▫ BÀI VÀ ẢNH: BÙI VINH THUẬN

Sau khi vào cửa hang được khoảng 50m, phần hang bắt đầu mở rộng dần và chia hai ngã rẽ. Đoàn khảo sát rẽ trái, còn rẽ phải là dòng suối ngầm (dẫn dòng nước thông sang xã khác). Dọc lối đi bên vách hang là các khối thạch nhũ nguyên sơ. Dưới ánh sáng của những vệt đèn pin, các khối nhũ đá hiện ra vô cùng kỳ vĩ, lấp lánh như được dát vàng.

Chỉ đi được một đoạn ngắn là hang đã trở nên tối mịt, đoàn mới chỉ khảo sát được gần 200m, có đoạn phải khom sát nền hang mới bò qua được. Khu vực rộng nhất nơi đoàn tới được có đường kính khoảng 15m và trần cao khoảng 5m.

Đi được khoảng 100m, đoàn lúc đầu tưởng gặp phải ngõ cụt, tuy nhiên sau khi tìm kỹ thì phát hiện ra có khe hẹp sát nền hang kéo dài khoảng 10m chỉ

vừa cho một người bò qua từ từ. Sau khe hẹp, thế giới bên kia là cả một không gian mở khoáng đạt của những tầng nhũ đá từ trên trần và vách hang cùng lớp măng đá lộ xô dưới nền hang đầy ấn tượng - trong đó có cả những "tầng thác nhũ đá" nhìn không khác gì cảnh thác nước đang đổ xuống và những mảng thạch nhũ trải dài và có hình dạng "gợn như sóng biển" rất độc đáo.

Thạch nhũ, hay nhũ đá được hình thành do cạn của nước đọng lại trải



Cua đá

qua hàng nghìn năm nhỏ giọt từ trên trần hang hoặc vách hang. Mỗi không gian bên trong hang Nà Lả là nền kiến tạo địa chất với những hình dáng thạch nhũ, măng đá khác nhau rất thú vị. Đoàn khảo sát đã tạm đặt tên dựa theo hình dáng của các nhũ đá như: khu cối xay, ruộng bậc thang, khu vườn mít hay "khu vườn đỗ" với những hạt đá viên tròn tựa như những sàng hạt đỗ khổng lồ. Đoạn hang vườn đỗ có chiều dài khoảng 30m và bề rộng tầm 5m. Trong "khu vườn đỗ" này, măng đá vẫn đang tiếp tục mọc và nhú lên. Măng đá là một dạng trầm tích hang động phát triển từ nền hang động đá vôi, có hình măng, nón thấp nhỏ. Khi măng đá gặp nhũ đá sẽ tạo thành các cột đá có hình dáng rất phong phú.

Trong không gian tĩnh lặng, có thể nghe rõ tiếng nước rơi tí tách, đều đều

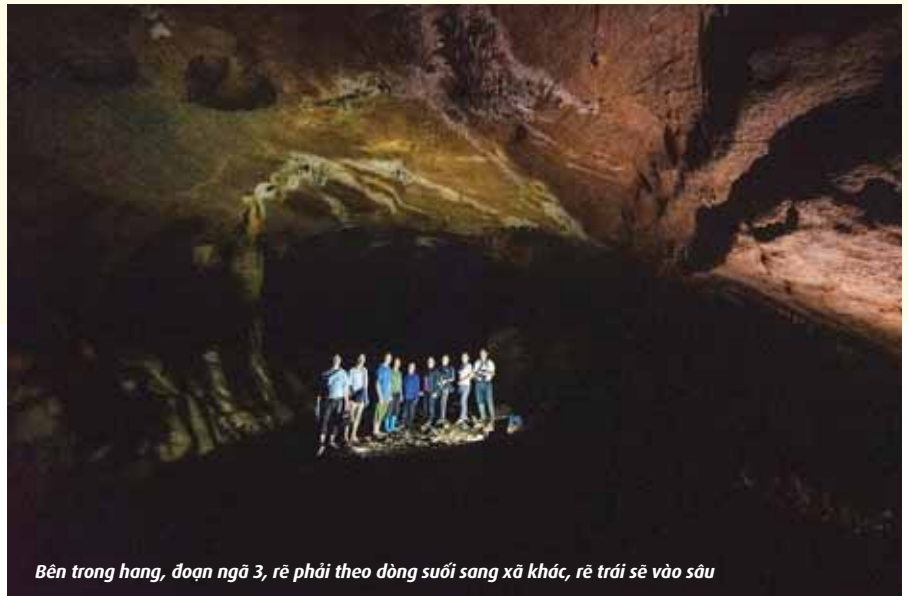
Xã Liên Hội, ngoài hang Nà Lả, còn có rừng hồi hữu cơ hiện đang khai thác du lịch, có bãi đá nhiều hình thù lạ mắt trong lòng hồ Bó Khe...

đầy mê hoặc. Đoàn đi từ bất ngờ này đến bất ngờ khác. Đoàn phát hiện được một khu nền địa chất hang có hình dạng như ruộng bậc thang vẫn còn đang đọng nước. Vào sâu một chút, trong hang xuất hiện các nhũ đá to như quả mít có bề mặt sần sùi, cỡ một người ôm. Ngoài ra, còn có một hố đá vôi sâu khoảng 2m đầy nước. Đang tò mò quan sát thạch nhũ, mảng đá thì đoàn nghe tiếng lạch cạch trong các khe đá vôi, rọi đèn pin thì đó là những con cua đá chân màu tím, nâu vàng với kích cỡ chừng ba, bốn ngón tay, có cả những con cua cái mang đầy trứng nhìn rất sống động. Bên trong hang có dòng suối ngầm chảy qua và dòng nước rã sang vùng rừng núi khác là môi trường sống lý tưởng cho cua đá. Trong yên vắng, tiếng bò lạch cạch của chúng trên thành nhũ làm chúng tôi lúc đầu được một phen hết hồn, ngỡ là rắn đuôi chuông. Đoàn vào sâu bên trong hang một đoạn nữa thì bắt gặp khối nhũ đá màu vàng ươm có hình dạng như "múi sầu riêng" khổng lồ thật lộng lẫy.

Hiện chưa biết chiều dài chính xác của hang, nhưng theo tính toán của đoàn thì nếu vào sâu nữa là gặp tầng hang cạn thông lên trên núi, xung quanh là rừng núi Vân Mộng bao phủ. Đến trưa thì đoàn khảo sát quyết định dừng lại và quay ra ngoài theo đường cũ.

Hang Nà Lả được xem là nguồn tài nguyên du lịch của huyện Văn Quan, do người dân trong vùng phát hiện từ lâu nhưng nay mới bắt đầu được địa phương khảo sát, đánh giá để định hướng phát triển du lịch. Hang nằm trong hệ thống điểm du lịch vừa được UBND tỉnh Lạng Sơn đưa vào Đề án Phát triển Du lịch tỉnh Lạng Sơn đến năm 2030, mở ra cơ hội phát triển du lịch cho huyện Văn Quan trong tương lai không xa.

Mùa khô lạnh kéo dài từ tháng 11 đến tháng 3 năm sau, là thời điểm thích hợp nhất để khám phá lòng hang.



Bên trong hang, đoạn ngã 3, rẽ phải theo dòng suối sang xã khác, rẽ trái sẽ vào sâu



Hình thù trên vách



Hình thù trên đỉnh vách gần cửa hang



"Vườn đỗ" - những hạt đá tròn nhân tạo hóa tự nhiên





phiếu

VỚI LÀNG NGHỀ ĐAN ĐÓ Ở HƯNG YÊN

Làng nghề đan dó - một loại dụng cụ phổ biến dùng để đánh bắt tôm cá của những người nông dân khi xưa - Thủ Sỹ thuộc tỉnh Hưng Yên là nơi nổi tiếng về nghề thủ công này - nơi có những ngôi nhà mái ngói rêu phong cũ kĩ, những nếp nhà ba gian cổ đặc trưng của kiến trúc làng quê đồng bằng Bắc bộ duyên dáng bên lũy tre làng... tạo nên một khung cảnh miền quê vô cùng tươi đẹp, bình dị và yên ả.

Trước đây, dó chỉ là một ngư cụ bình dân, nhưng giờ đây nó đã trở thành sản phẩm được ưa chuộng trong thiết kế nội thất, trang trí mỹ thuật để tạo nên một không gian đậm chất hồn quê. Sản phẩm dó, rọ... dùng để trang trí nội thất không chỉ được biết đến trong nước mà còn được xuất khẩu sang các nước như: Mỹ, Nhật Bản, Singapore, Ấn Độ... Tới Thủ Sỹ, bạn không chỉ được chiêm ngưỡng những tác phẩm được làm bằng tre, mà còn được tận mắt chứng kiến những bước để làm ra được sản phẩm thủ công đẹp mắt đó.

Thủ Sỹ hiện vẫn là điểm đến yêu thích của nhiều nghệ sĩ nhiếp ảnh và của nhiều bạn trẻ yêu nghệ thuật. Từ trung tâm thủ đô Hà Nội, bạn chỉ cần đi qua đường quốc lộ 5 và tỉnh lộ 200 để đến xã Thủ Sỹ, huyện Tiên Lữ, sau đó theo đường 61 từ chợ Ba Hàng để tìm về làng nghề truyền thống ở thôn Tất Viên và thôn Nội Lãng.

▫ BÀI VÀ ẢNH: **TRẦN THU HÀ**
(HỘI VIÊN HỘI NHIẾP ẢNH HÀ NỘI)



Hanoi

house

CLOSE



Thu ời, Hà Nội Phố!

Bạn đã xa Hà Nội bao lâu rồi? Bạn đã bao giờ đến Hà Nội? Bạn có bạn bè thân quen, có những kỷ niệm đáng yêu về mùa thu Hà Nội? Hà Nội đang thật thu rồi đấy.

▫ THỰC HIỆN: THI NGUYỄN



Năm hơn 30 tuổi, tôi mới lần đầu tiên xa Hà Nội. Độ tuổi đã đủ chín chắn để biến những kỷ niệm trở thành một phần không thể thiếu tạo nên tâm thế của chính mình trong cuộc sống hiện tại. Độ tuổi cũng đã đủ hiểu chuyện để biết lựa chọn, lưu giữ và cất giữ từng nỗi nhớ vào trong ký ức, rồi cứ có thời cơ, có dịp là lại nao nức ngược dòng tìm về dấu cũ, người xưa. Chuyển đi ban đầu ngỡ

chỉ một vài năm, vậy mà dòng đời đưa đẩy, phải đến gần 20 năm sau - cho đến hôm nay, có lẽ tôi mới được thực sự trở về!

TRỜI THU HÀ NỘI!

Hà Nội đã thật là thu rồi đấy! Mùa thu Hà Nội không có những rừng cây, hàng cây nhuộm vàng, nhuộm đỏ miên man phố xá mỗi khi đến mùa thay lá như ở Hàn Quốc, Nhật Bản hay bên trời

Âu. Nhiều khi chỉ cần một đoạn vỉa hè dài độ vài sải chân rải vàng lá sấu, lá xà cừ trên những con phố nhỏ Phan Đình Phùng, Trần Hưng Đạo, Trần Phú, Hoàng Diệu, Kim Mã; đôi lúc chỉ là vì có vài tán lá cơm nguội, lá bàng ngả vàng, chớm đỏ ngả lòa xòa trên ban công bằng sắt uốn sơn xanh, trên mái ngói rêu phong thẫm nâu, hoặc phơ phất trên màu tường vôi vàng ngả màu thời gian và những ô cửa sổ gỗ xếp cũ kỹ sơn màu xanh lá - đặc trưng kiến trúc thời thuộc Pháp, cửa một vài ngôi nhà cổ trên phố Tràng Thi, Lý Thường Kiệt, Ấu Triệu... Rồi thêm một chút hương hoa sữa nồng nàn đường Nguyễn Du, một chút se se sương lạnh giăng mờ buổi sớm, chút nhẹ nhẹ gió mơn man mát ban trưa, chút mang mang trời chiều xanh trong vắt, thi thoảng vài cụm mây trắng hững hờ trôi ngang như thể chỉ để khoe duyên. Rồi như cảm thấy rất thật, nắng nhẹ và mềm như lụa đọng dịu dàng trên mi, khi ngược mắt nhìn lên vòm lá tươi xanh, nhớ lại cái thủa mấy cậu bạn trai thời học phổ thông, oai phong trèo hái sấu chín vàng ươm làm le với lũ con gái cùng lớp ngày đầu tựu trường...

Hà Nội, chỉ thế thôi, là đã đủ thu rồi!

PHỐ CŨ NGƯỜI XUA!

Đồng hành cùng tôi hôm nay là cô



◀ Chùa Trấn Quốc nằm trên một hòn đảo phía đông hồ Tây (quận Tây Hồ), có lịch sử 1.500 năm, được coi là lâu đời nhất ở Thăng Long - Hà Nội. Kiến trúc chùa có sự kết hợp hài hòa giữa tinh uy nghiêm, cổ kính với cảnh quan thanh nhã giữa nền tĩnh lặng của một hồ nước mênh mang.

bạn gái học chung trường, chung lớp và chung cả tổ từ thời cấp ba. Vậy là chúng tôi biết và chơi với nhau cũng đã ngót nghét 40 năm cuộc đời. Không giống tôi, cô ấy chưa bao giờ sống xa Hà Nội. Cô ấy thông thuộc nhiều con phố đẹp, nhiều quán ăn ngon, nhiều chỗ chơi vui đặc trưng và nổi tiếng nhất của người Hà Nội. Anh chàng nhiếp ảnh gia giúp tôi chụp bộ hình kỷ niệm này và cả cậu lái xe chờ chúng tôi đi cả ngày hôm nay, cũng đều là người Hà Nội gốc. Chính vì thế, câu chuyện của chúng tôi tràn ngập kỷ niệm "ngày xưa", rôm rả trên khắp mọi nẻo đường. Có lẽ vì vậy, thay vì đi ăn sáng ở Phở Thìn Lò Đúc nổi tiếng như tôi còn nhớ, thì mọi người lại tư vấn đưa tôi đến Phở bò Tư Lùn ở Ấu Triệu - nghe bảo đây là một thương hiệu phở cũng khá tầm cỡ của Hà Nội hiện nay. Phố Ấu Triệu ngay sát cạnh Nhà Thờ Lớn, nên chẳng có gì ngạc nhiên khi dọc xung quanh phố là những quán cà phê với phong cách thiết kế và "view" chụp hình chất lừ tọa lạc. Từ trên lan can tầng 2 của bất kỳ một quán cà phê nào quanh đây, những cô nàng, anh chàng thuộc phe cá tính hay bánh bèo đều sẽ tìm thấy vô khối góc chụp phù hợp, tưởng không đẹp mà khi lên ảnh thì đẹp không tưởng. Còn với những phụ huynh phân khúc dày tuổi như hai lão bà bà tụi tôi: kéo ghế chọn góc ngồi sao cho thật thoải mái, thông thả nhấm nháp ly cà phê trứng, cắn hạt hướng dương, tám chuyện xưa, nghe gió ve vuốt dịu dàng trên tay; thỉnh thoảng ngó xuống đường, phì cười rồi lại băng khuông xem đôi bạn trẻ đang quá tất tả nhưng vẫn rất tình tứ tạo dáng chụp ảnh cưới... Đột nhiên thấy cuộc sống sao đáng yêu đến thế! Cảm thấy lòng mình, tâm mình sao mà vui vẻ, bình an, ấm áp đến thế!

Thật tình cờ và may mắn, hôm nay đúng vào ngày Nhà Thờ Lớn tổ chức rất long trọng Lễ mừng Ngân khánh Linh mục của quý Cha thuộc khóa III ĐVC Thánh Giuse Hà Nội. Tuy không phải là người theo đạo Thiên Chúa, nhưng tôi vẫn cảm thấy rất xúc động khi chứng kiến buổi lễ và không bỏ lỡ cơ hội lưu lại một chút kỷ niệm có lẽ là khá hiếm có này.

LỊCH SỬ BỐN NGÀN NĂM CHÓI CHANG RỰC RỠ!

Bất kỳ ai lần đầu bắt gặp cảnh người



dân Hà Nội đi tập thể dục buổi sáng quanh hồ Hoàn Kiếm hẳn đều bất ngờ và thấy thật thú vị. Có thể nói đây là những sinh hoạt "đặc sản" văn hóa đầy tự hào của người dân Hà Nội. Không rõ ai là người đầu tiên khởi xướng, không biết vô tình hay hữu ý mà địa danh lịch sử linh thiêng và oai hùng bậc nhất của Thăng Long bốn ngàn năm dựng nước và giữ nước, lại trở thành biểu tượng "một ngày mới bắt đầu" đầy sinh khí của người dân thủ đô Hà Nội hôm nay.

Hồ gươm với Tháp Rùa, Tháp Bút, đền Ngọc Sơn, cầu Thê Húc, tháp Hòa Phong, tượng đài Vua Lý Thái Tổ, đền Bà Kiệu bên gốc đa cổ thụ ngàn tuổi, Quảng trường Đông Kinh Nghĩa Thục, Khu di tích tượng đài Vua Lê hay Bưu điện Hà Nội, Phủ điều Quyết tử cho tổ quốc quyết sinh... đều là những địa danh chỉ cần bạn đứng bên chụp ảnh,

là có thể tự tin khoe đã được check-in Hà Nội.

Chúng tôi chọn phố Cửa Đông là điểm đến đầu tiên để check-in phố cổ Hà Nội. Mới hơn 7h sáng, thời tiết mát mẻ vô cùng dễ chịu. Tôi dừng chân trước một thùng xôi sáng của một gánh hàng rong: 15.000 đồng cho một gói xôi đỗ xanh lốt lá dong tươi xanh mát mắt, với muối vừng và ruốc thịt heo đầy đặn, thơm phức - đủ cho một người lao động ấm bụng đến bữa trưa. Ở một nơi được cho là đắt đỏ bậc nhất Hà Nội, vẫn có rất nhiều mảng, mảnh như thế phù hợp cho đại chúng sinh hoạt, ăn uống. Hà Nội có phần nào đó giống như một đại siêu thị, nơi mọi nhu cầu đều được phục vụ một cách nhanh nhạy, khéo léo và hợp lý đến ngạc nhiên. Và với tôi, sự hấp dẫn dễ thương nhất của Hà Nội có lẽ chính là từ khả năng dung



Văn Miếu - Quốc Tử Giám là địa điểm nổi tiếng bậc nhất của thủ đô, với hình ảnh Khuê Văn Các đã trở thành biểu tượng. Văn Miếu được xây dựng từ năm 1070 - năm Thiên Vũ thứ hai, đời Lý Thánh Tông, thờ các bậc Tiên thánh, Tiên sư của đạo Nho và là một trường học hoàng gia. Năm 1076, Lý Nhân Tông cho lập trường Quốc Tử Giám ở bên cạnh Văn Miếu, được coi là trường đại học đầu tiên ở Việt Nam.



Ô Quan Chương còn được biết đến với cái tên Ô Đông Hà, được xây dựng vào thời vua Lê Hiến Tông (1749), nằm ở phía Đông của kinh thành Thăng Long, cách bến sông Hồng xưa chỉ khoảng 80 mét nên thuận lợi cho việc đi lại, buôn bán từ các vùng khác với kinh thành. Tên gọi Ô Quan Chương là để tưởng nhớ công lao và sự hi sinh cao cả của một viên quan Chương Cơ đã cùng 100 binh lính nhà Nguyễn quyết tâm chiến đấu chống quân Pháp đến cùng khi chúng tấn công Hà Nội ngày 20/11/1873 qua cửa ô Đông Hà. Theo tài liệu trên tạp chí Xưa & Nay (số 76, tháng 6 năm 2006), sau khi chiếm được Hà Nội, thực dân Pháp đã cho phá hết các cửa ô cùng với các con đê, cũng như phá bỏ cả thành cổ Hà Nội để mở rộng thành phố. Nhưng riêng ô Đông Hà, nhờ có sự đấu tranh quyết liệt không chịu ký tên vào tờ trình xin phép phá cửa ô của dân chúng và cả tổng Tống Đổng Xuân Đào Đàng Chiếu, nên cửa ô vẫn còn nguyên vẹn đến ngày nay.

nap điệu kỳ mọi sắc thái, mọi mảnh đời, mọi trạng thái cảm xúc từ mảnh đất kinh kỳ hoa lệ, đài các mà vẫn rất thanh lịch, bình dị này.

Thành Thăng Long xưa có rất nhiều cửa ô, nhưng nổi tiếng nhất vẫn là 5 cửa ô: Đống Mác, Cầu Dền, Cầu Giấy, Chợ Dừa và Ô Quan Chưởng. Qua bao biến cố, thời gian, 5 cửa ô giờ chỉ còn lại cửa Ô Quan Chưởng nằm trên phố Cửa Đông đứng sừng sững thi gan cùng tuế nguyệt. Vẻ đẹp của một di tích có lẽ không chỉ nằm trong dấu vết thời gian cổ tích của những mảng tường gạch rêu phong, Ô Quan Chưởng quý giá bởi vì đây chính là lưu dấu duy nhất còn lại của một thời vang son lẫy lừng thành quách.

Bạn hãy thử chạm tay vào bề mặt sần sùi có phần lạnh lẽo của những mảng tường cổ kính nơi Hoàng Thành Thăng Long, ngắm những cặp rùa đội hạc trong điện thờ đền Quán Thánh, Văn Miếu Quốc Tử Giám, hay thong thả lắng nghe thanh âm lao xao của gió va vào cột đèn đá bên hàng thanh liễu trong chùa Trấn Quốc, hoặc đứng lặng lẽ dưới tán cây đa cổ trong sân phủ Tây Hồ... Cảm giác như được chạm vào hồn thiêng tiên tổ từ ngàn xưa, nơi linh khí núi sông như phảng phất trên từng thớ gỗ, bụi đá, trên từng nét chạm khắc hoa văn... thật kỳ diệu làm sao!

LẠI ĐI RỒI SẼ LẠI TRỞ VỀ!

Có một bất ngờ khá thú vị khi chúng tôi vào tham quan đền Quán Thánh. Trong lúc đang ngồi nghỉ ngơi, tôi chợt phát hiện ra chồng cốc giấy với hai màu đặc trưng vàng đỏ đặt trên bình nước miễn phí trong khuôn viên đền nhìn vô cùng quen thuộc, tôi chạy lại gần thì đúng là cốc giấy in thương hiệu Vietjetair. Tự nhiên thấy vui quá chừng! Tôi cũng thường xuyên mang theo bên mình chiếc ô nhỏ xinh có dòng chữ Vietjetair.com. Lúc cầm ô chụp bức ảnh đưa "trend" bên chiếc cầu Long Biên lịch sử, dân tình đi qua ai cũng nhìn tìm tìm cười; chắc ối người đang nghĩ thầm: tuổi gì rồi mà còn noi dũ vậy! Cũng tính mắc cỡ chút đỉnh cho phải phép, nhưng lại thôi kệ, thế là có bức ảnh thật vui.

Bạn đã xa Hà Nội bao lâu rồi? Bạn đã bao giờ đến Hà Nội? Bạn có bạn bè thân quen, có những kỷ niệm đáng yêu về mùa thu Hà Nội? Hà Nội đang thật thu rồi đấy. Nhấp chuột đi nào!



▲ Đền Quán Thánh hay còn gọi là đền Trấn Vũ nằm ở góc giao giữa đường Thanh Niên và đường Quán Thánh, thờ Huyền Thiên Trấn Vũ, được xây dựng từ thế kỷ X. Quán Thánh là một trong Thăng Long tứ trấn - bốn ngôi đền thiêng giữ các hướng Đông - Tây - Nam - Bắc của thành Thăng Long, bao gồm: Trấn Đông: Đền Bạch Mã (phố Hàng Buồm) thờ thần Long Đỗ - thành hoàng Hà Nội, được xây dựng từ thế kỷ IX. Trấn Tây: Đền Voi Phục (hiện nằm trong Công viên Thủ Lệ) thờ Linh Lang - một hoàng tử thời nhà Lý, được xây dựng từ thế kỷ XI. Trấn Nam: Đền Kim Liên, trước đây thuộc phường Kim Hoa, sau thuộc phường Đông Tác, huyện Thọ Xương, phủ Hoài Đức (nay là phường Phương Liên, Đống Đa, Hà Nội), thờ Cao Sơn Đại Vương, được xây dựng từ thế kỷ XVII và Trấn Bắc là đền Quán Thánh.



Nhiều người cứ nói Hội An buồn, Hội An chỉ dành cho những vị khách nước ngoài thích sự cổ kính, cũ kỹ. Nhưng với tôi, tình yêu với thành phố nhỏ xinh, đáng yêu này chưa khi nào thay đổi, chẳng cần lý do, bởi lẽ tôi luôn tìm thấy sự bình yên, mộc mạc và rung động trước những vẻ đẹp bình dị ấy.

▫ BÀI: DUƠNG HÂN

HỘI AN

Thương hoài!

Tôi chưa khi nào ngừng yêu Hội An! Dù ai có nói thành phố này luôn khoác lên mình gam màu trầm buồn, sự hoài niệm lặng lẽ của những con phố cổ; tôi vẫn thấy từng con đường, từng góc nhỏ ở đây đều mang hơi thở và những câu chuyện thi vị của ngày hôm nay. Với tôi, Hội An giống như tâm hồn một mỹ nhân đa cảm: khi dịu dàng tan chảy, lúc sâu lắng trầm sâu...

Yêu không cần lý do...

Không thể nhớ nổi đây là lần thứ bao nhiêu tôi đến Hội An. Nhưng mỗi khi có cơ hội được trở lại, di dạo trên những con phố thân thương mang nhịp thở dung dị, an yên, trái tim tôi lại như muốn loạn nhịp. Có gọi là kỳ diệu không khi lang thang say mê nhìn ngắm những góc nhỏ xinh, cũ kỹ, nhuộm màu thời gian trên những con phố nhỏ đông đúc mà vẫn rất thanh bình... tôi luôn tìm lại

được cảm xúc đắm đuối như “muốn ôm cả đất, muốn ôm cả trời” và ôm luôn cả một trái tim người vào lòng cùng một lúc thật mãnh liệt, tựa như thời tuổi trẻ chưa bao giờ qua!

Cùng gia đình đến thăm Hội An vào những ngày cuối thu, vừa đúng dịp thành phố mở cửa trở lại sau dịch Covid-19, có cảm giác Hội An như chậm lại một nhịp, an nhiên đến lạ lùng! Vẫn những con phố thân thương, mộc mạc; vẫn những ngôi nhà gỗ cổ nâu trầm dựa mình trên những bức tường nhuộm nắng hoàng hôn vàng rực... Nhưng hôm nay thành phố ấy bất chợt vắng lặng và bình thản đến nao lòng. Như mọi lần, tôi không cần biết mình đang ở đâu, không cần đến Google map, tôi cứ để trái tim dẫn lối lòng vòng qua những góc ngách của phố cổ Hội An. Sau chưa đầy một giờ đồng hồ, chiếc điện thoại trên tay tôi đã có hàng trăm bức hình; chỉ bởi lẽ đâu đâu tôi cũng muốn lưu

lại khoảnh khắc vắng lặng đẹp đẽ, dễ thương và có phần hiếm có đó. Đêm về trong giấc ngủ, tôi vẫn còn mơ thấy cảnh sắc trong lành, hoa cỏ ngập tràn về một Hội An như tôi vẫn thầm yêu!

Cafe phố Hội và ban công “sống ảo”

Sẽ thật là có lỗi nếu ghé Hội An mà không thưởng thức cà phê. Cà phê ở Hội An lúc nào cũng có một chất riêng rất đặc biệt. Nét hiện đại được kết hợp hài hòa trong không gian trầm mặc, hoài niệm khiến mỗi lần tôi đặt chân đến đây, điều không bao giờ thiếu là tôi phải tìm bằng được cho mình một góc riêng, đôi khi chỉ là để lật nốt cuốn sách đang đọc dở, hay đơn giản là ngồi thong thả ngắm dòng người đi bộ ngược xuôi, lãng đãng thả hồn theo những vệt phố cổ kính, phủ lên mình những chùm hoa giấy leo hồng rực... Đẹp đến nao lòng! Với những người muốn tận hưởng không gian khoáng đạt hơn, thì những quán

cà phê bên dòng sông Hoài lộng gió là một nơi lý tưởng để ngắm Hội An về đêm. Ngôi đây, bất cứ ai cũng có thể bắt chợt tìm thấy cho mình những miền thương nhớ riêng, khi vừa nhâm nhi đồ uống, vừa thong dong ngắm những con thuyền lững lờ trôi trên sông. Hội An là thế, luôn bình yên và đôn hậu như chính những con người miền Trung chân chất.

Tôi quyết định đưa cả gia đình ghé quán Faifo Coffee ở 130 Trần Phú - đây là một trong những quán cà phê được hầu hết các bạn trẻ tìm đến để check-in sống ảo khi du lịch đến Hội An. Quả không hề quá lời khi nói rằng cứ 10 người đến Hội An thì có đến 9 người chụp ảnh tại góc ban công nổi tiếng của quán cà phê này. Bạn Nguyễn Huyền Trân, nhân viên ở đây cho biết: "Quán vừa mở cửa trở lại cách đây 2 ngày, do ảnh hưởng của dịch Covid-19 nên lượng khách sụt giảm hơn trước rất nhiều".

Địa chỉ này hấp dẫn các bạn trẻ là bởi từ ban công bạn có thể chụp được toàn cảnh Hội An cổ kính, với khung hình rộng vô cùng đẹp mắt. Không chỉ thu hút khách du lịch bởi góc sống ảo nổi tiếng, quán còn có không gian yên tĩnh với cách bài trí đơn giản nhưng ấm cúng với tông vàng - nâu chủ đạo. Thời điểm lý tưởng nhất để chụp những bức ảnh tuyệt đẹp từ góc ban công trên sân thượng của quán đó chính là sáng sớm và lúc hoàng hôn. Với vài chiếc ghế gỗ đặt cạnh dây bàn được cố định vào lan can, khách có thể vừa nhâm nhi những thức uống ngon lành và ngắm cả Hội An nằm trọn trong tầm mắt với những mái ngói đỏ nhuộm màu thời gian, cùng dòng người qua lại chậm chậm bên dưới. Dù đã nhiều lần đến Hội An nhưng do không thích cảnh chen chúc, xếp hàng chụp hình nên chưa lần nào tôi có cơ hội được chụp ảnh ở góc sống ảo này. Và không bỏ lỡ cơ hội có một không hai này, tôi đã có được tấm hình "chất" và rất hợp "trend" để khoe trên Facebook của mình.

Sẽ có rất nhiều thứ để nói về Hội An mà tôi không thể gói ghém và liệt kê hết qua vài câu chữ, vài khung hình; nhưng cũng bởi thế mà tình yêu tôi dành cho thành phố duyên dáng này chưa bao giờ dừng lại. Hội An như một liều thuốc tinh thần để tôi tìm đến khi cần sự bình yên và lấy lại sự cân bằng cho tâm hồn mình. Đó là một thứ tình yêu dù đi đâu xa đến mấy vẫn khiến trái tim tôi đặc biệt thương nhớ, mỗi khi được trở về!





ĐẾN LÀO CAI, LÊN NÚI CHỜ

CHỢ PẠC HÀ

Trong tiếng Tày, Pác Hà nghĩa là "Trăm bó giang". Người Pháp và sau này là người Kinh ghi lại bằng tiếng Latin rồi đọc thành Bắc Hà như ngày nay. Từ thành phố Lào Cai, đi thêm 75km về hướng Đông Bắc, bạn sẽ được ghé chân đến thị trấn Bắc Hà, nơi có chợ phiên Bắc Hà nổi tiếng...

↳ BÀI VÀ ẢNH: THOA ĐẬU

Chúng tôi đến Bắc Hà vào buổi chiều muộn và ở tại một khách sạn nhỏ nằm ngay trung tâm thị xã, nơi có thể đi bộ khoảng 300m là đến chợ. Trong bữa tối, anh chủ khách sạn cho biết tối nay ở khu vực họp chợ sẽ có lễ hội, mọi người nên dành thời gian ra chơi.

CHỢ TỐI LỄ HỘI TRẦN NGẬP NIỀM VUI

Trong tiết trời se lạnh của một tối cuối thu ở vùng cao, tôi khoác áo rồi men theo con đường nhỏ ra chợ. Từ đầu lối vào chợ đã thấy các chàng trai cô gái trẻ dập dìu đi

theo nhóm. Con đường dẫn vào một khu đất rộng, nơi có vô số hàng quán tấp nập xung quanh. Ngô tươi tẩm gia vị nướng, trứng nướng, khoai nướng, thịt nướng, nước mía, đậu nành là những món ăn quán nào cũng bán. Mùi thơm của đồ nướng bốc lên ngào ngạt. Ở giữa sân đã có một đồng cùi lớn được chống lên nhau. Tôi đoán đó chính là lửa trại tối nay.

Vừa ăn tối xong nên chúng tôi chọn một quán nhỏ gọi vài ly nước đậu nành nóng. Xung quanh các chàng trai cô gái trong trang phục của người Kinh lẫn người dân tộc đứng tùm năm tùm bầy. Các cô gái bên lên, còn các chàng trai thì như những

chú ngựa non hồ hởi. Rồi sân khấu của đêm hội cũng bắt đầu. Một chàng trai dân tộc đứng giữa sân hát một bài hát gì đó, tiếng khèn lá da diết chắc hẳn là một bài hát buồn. Mọi người túm lại sát nhau hơn ở giữa sân để xem các tiết mục biểu diễn, các chàng trai cô gái vì thế mà cũng có cơ hội đứng sát nhau hơn.

Gần 9h tối, cái lạnh của núi rừng Tây Bắc trở nên buốt hơn. Dẫu đứng gần một bếp than nướng khoai nhưng bàn tay tôi vẫn lạnh ngắt. Rồi tôi thấy đám đông dồn vào sân đông hơn. Thì ra là lửa đã bắt đầu được đốt. Đồng cùi khô bắt lửa rồi bắt đầu bùng cháy làm ấm không khí xung quanh.



& CHỢ SÁNG TRẦN NGẬP SẮC MÀU

Cái lạnh của buổi sáng khiến tôi cảm thấy thật khó khăn để rời khỏi chiếc chăn ấm áp, nhưng hình ảnh phiên chợ ngập sắc màu đã lôi tôi ra khỏi giường, trang điểm xinh đẹp rồi mặc quần áo ra chợ. Tôi hào hứng đến mức sẵn sàng lùi giờ ăn sáng.

6h sáng chủ nhật, khoảng sân tối qua đốt lửa và dựng sân khấu đã được dọn dẹp sạch sẽ giờ đây đầy ắp người và hàng hóa. Lối đi vào sân là những hàng bán đồ ăn thơm nức mũi. Nào là cốm mùa thu xanh ngắt, bánh chưng rán thơm lừng, bánh rán khoai lang phủ một lớp mè hấp dẫn, xôi bảy màu bắt mắt, phở chua và vô số món ăn địa phương mà tôi chẳng thể nào biết tên.

Nếu buổi tối là đêm diễn của các cô gái chàng trai trẻ, thì chợ phiên ban ngày là nơi của người lớn. Tôi bị hấp dẫn bởi những bộ trang phục sặc sỡ của người dân tộc Mông, Dao tuyền, Tày, Nùng, Phù Lá, Hoa... Nhìn bộ trang phục có vẻ màu mè nhưng thật ra được phối màu rất chuẩn. Bộ nào màu hồng sẽ được thêu với các loại chỉ có nhiều cấp độ hồng, bộ màu đỏ phối với nhiều cấp độ đỏ, màu xanh sẽ là nhiều cấp độ xanh...

Người quản trò ra hiệu để mọi người xếp vòng tròn và bắt đầu những điệu nhảy. Các chàng trai cô gái theo tiếng nhạc, tiếng hô và nhảy xung quanh ngọn lửa. Những bài hát đưa các chàng trai cô gái lại gần nhau hơn, còn điệu nhảy là cách để họ chạm tay vào nhau. Cái lạnh dường như cũng lặn đâu mất.

Hơn một giờ đồng hồ nhảy nhót, lắc lư, cái bụng tôi "biểu tình" nên lúc này ăn khoai nướng hoặc ngô nướng là số đáng. Đống lửa tàn dần cũng là lúc mọi người đi về, người quản trò không quên nhắc mọi người ngày mai trở lại để đi chợ phiên.





Cứ như thế nhìn bộ trang phục rất thuận mắt. Đối với người dân tộc ở vùng núi Tây Bắc, phiên chợ không chỉ là nơi mua bán mà còn là nơi để người phụ nữ khoác lên mình những bộ cánh đẹp nhất, đó là cách họ phô diễn tài năng thêu thùa khéo léo của mình. Nếu phụ nữ có gia đình quần áo có vẻ nhà nhận hơn, thì các cô gái đang tuổi cập kê lại có cách trang trí quần áo cầu kỳ với đủ thứ phụ kiện.

Tôi bắt gặp một cô gái xinh xắn người Mông Hoa đứng bên lên nấp sau chiếc gùi lớn của mẹ. Để xuống chợ, em đã dậy từ lúc 2h sáng và đi bộ qua vài ngọn núi. Hôm nay em khoác lên bộ đầm tự tay thêu. Chiếc áo sơ mi trắng được gắn những sợi dây màu sắc kết từ sợi cườm. Cuối sợi dây là những miếng bạc mỏng lấp lánh. Cô bé còn đeo thêm chiếc vòng bạc sáng loáng ở cổ, mà chắc là được thừa hưởng từ mẹ. Chiếc váy xòe được trang trí thêm đai lưng kết cườm và những miếng bạc. Cầu kỳ nhất là đôi chân được bọc bằng một miếng vải thêu, kết cườm cầu kỳ không còn hở một chỗ nào. Mỗi khi cô bé bước đi, chiếc váy xòe dập dềnh theo bước chân, kèm theo tiếng vòng bạc va vào nhau thật nhịp nhàng. Tôi mãi mê ngắm cô bé xinh xắn và bộ trang phục, cô bé cho tôi chạm vào bộ quần áo và nhoèn nụ cười tươi rói khi tôi tỏ ý khâm phục tài nghệ thêu thùa.

Ngoài thứ ớt siêu cay nổi tiếng của xứ Bắc Hà thì chợ phiên Bắc Hà là nơi để bạn bắt gặp bao nhiêu loại củ quả mà dưới xuôi chẳng bao giờ thấy. Bao nhiêu hình thù kỳ quái tôi chẳng thể nào biết tên lại cũng không hỏi được vì không biết tiếng nên cứ chụp ảnh mang về hỏi sau.

Phía trước chợ là nơi để bán thực phẩm, rau củ, còn phía sau chợ lại là "thế



giới của đàn ông". Gọi thế bởi phía sau chỉ thấy đa số đàn ông đứng bán những món đồ thủ công như gùi, chổi, rổ rá, mũ nón, túi gỗ, thuốc Lào, điếu cày... Xa hơn nữa là nơi bán gia súc. Còn giữa chợ là các gian hàng bán đồ dùng sinh hoạt. Hấp dẫn nhất là quầy bán đồ thủ thùa. Các loại thảm, đồ trang trí, chăn thêu tay là mặt hàng người dưới xuôi yêu thích bởi độ bền và màu sắc đẹp mắt.

Nếu đi chợ phiên vùng núi, đặc biệt là chợ Bắc Hà mà bạn chưa thấy nổi thối cổ (nấu từ nội tạng ngựa) thì bạn xem như chưa đi chợ. Nổi thối cổ nghi ngút khói là nơi hấp dẫn nhất với người đi chợ. Dầu vậy với khách du lịch thì đây vẫn là một món ăn cần nhiều sự can đảm mới có thể thử được.

Tôi rời chợ sau hơn 2 tiếng, khi đôi chân đã thấm mệt và bụng đã đói, nắng cũng đã lên trên quá vai người. Không quên mua vài cái bánh rán khoai rắc mè và vài chai tương ớt Bắc Hà về làm quà. Tương ớt Bắc Hà ngậm với tỏi, đường, giấm xay nhuyễn là đặc sản của vùng nổi tiếng siêu cay và ăn với phở thì không còn gì sánh bằng. Trước khi ra chợ, anh chủ khách sạn đã kịp dặn dò những món nên mua và tương ớt đã đứng đầu trong danh sách.

THĂM DINH THỰ HOÀNG A TƯỜNG

Đến Bắc Hà mà không thăm dinh thự Hoàng A Tường thì quả là thiếu sót. Đây là một phần lịch sử không thể thiếu của vùng đất "cao nguyên trắng" một thời. Công trình kiến trúc được xây dựng từ đầu thế kỷ XX mang đậm kiến trúc Pháp như một điểm nhấn thú vị giữa vùng đất Tây Bắc.



Công trình có diện tích khoảng 1.000m², xung quanh có tường thành kiên cố được phủ một lớp sơn màu vàng đặc trưng của kiến trúc Pháp. Tường và các bậc thang đã nhuộm màu rêu phong cổ kính nổi bật trên màu nắng vàng của một chiều cuối thu.

Chúng tôi đến vào buổi chiều muộn nên không còn khách tham quan. Bằng qua khoảng sân rộng là đến cánh cổng vào dinh thự. Cầu thang uốn lượn nhẹ nhàng mang đến vẻ uy nghi cho dinh thự. Đi qua cửa chính đến phòng chờ nơi có bình phong. Ở giữa là sân rộng được dùng làm địa điểm tổ chức các lễ hội, các hoạt động vui chơi của cha con vua Mèo Bắc Hà. Giờ đây, khoảng sân rộng được bố trí một khung cũi dẹt vài lớn để khách du lịch có cơ hội được xem người

dân tộc dẹt thổ cẩm.

Đến cuối sân là dinh thự. Từ đây có lối đi lên tầng 2, nơi ba gian nhà được nối với nhau vuông góc. Chúng tôi chọn một góc cầu thang, nơi ánh hoàng hôn của buổi chiều đang đổ xuống. Ánh sáng vàng rực của tòa nhà dường như sáng hơn, vàng rực rỡ hơn. Đây là công trình mang đậm kiến trúc Pháp nhưng dinh thự vẫn là một phần lịch sử của người dân Pác Ha. Khi những thăng trầm lịch sử đi qua thì dấu ấn kiến trúc vẫn luôn nhắc chúng ta nhớ về lớp người đi trước.

Cuối thu, trước khi những cơn gió lạnh mùa Đông tràn về, mời bạn ghé lên Pác Ha để hòa vào không khí chợ phiên ngày chủ nhật. Ở đó, bạn sẽ cảm được nét dân dã, mộc mạc, bình yên và cả vô số những điều thú vị khác.



Bạn sẽ làm gì vào những ngày đôi chân chỉ có thể quẩn quanh nơi phố thị? “Staycation” chính là chìa khóa lý tưởng mở ra những ngày cuồng chân này đây. “Staycation” là cụm từ kết hợp giữa “stay” và “vacation”, đó là những chuyến “du lịch không cần đi

đâu xa” hay “du lịch tại chỗ”. Ưu điểm của “staycation” chính là không cần lên kế hoạch trước, không cần nghỉ dài ngày và tiết kiệm chi phí di chuyển mà vẫn giúp bạn tận hưởng đúng nghĩa. Một vài gợi ý sau đây sẽ giúp bạn ngắm một Sài Gòn thật khác lạ.



Khác lạ với trải nghiệm staycation

Thực hiện: **Huyền Vy**

Nghỉ dưỡng giữa lòng Sài Gòn

Nếu thích một mình, bạn có thể ẩn náu trong không gian khác với thường ngày để đọc sách, xem phim... tận hưởng cảm giác thức dậy nơi xa. Thích đông vui, bạn có thể cùng người yêu thương hay hội bạn bè nhập cuộc tại căn hộ dịch vụ để quây quần, vui vẻ bên nhau cho ngày cuối tuần thêm mới lạ. Melina Turtle Lake Saigon Center là một điểm nghỉ dưỡng giữa lòng Sài Gòn như thế.

Tọa lạc tại vị trí thuận tiện trên con đường rợp bóng cây xanh Phạm Ngọc Thạch, Quận 3. Đặc biệt, các địa danh du lịch nổi tiếng Sài Gòn như Hồ Con

Rùa, Nhà thờ Đức Bà, Dinh Độc Lập và các trung tâm giải trí lớn nằm trọn trong bán kính 1km. Với niềm cảm hứng độc đáo, Melina không chỉ mang đậm văn hoá bản địa mà còn hướng tới dịch vụ quản lý chuẩn quốc tế. Melina sở hữu 23 căn hộ được thiết kế theo phong cách đương đại và tối giản, cùng nội thất chú trọng đến từng nhu cầu nhỏ nhất của khách hàng. Bên cạnh đó, hệ thống tiện nghi hiện đại kết hợp những mảng xanh thiên nhiên, hứa hẹn một chuyến nghỉ dưỡng tại chỗ tuyệt vời mà không cần phải đi xa khỏi thành phố.

Melina Turtle Lake Saigon Center
Địa chỉ: 24/10 Phạm Ngọc Thạch,
Phường 6, Quận 3, TP.HCM
Hotline: +84 28 3535 2266





Melina Turtle Lake Saigon Center





Thưởng lãm văn hóa

Nhắc đến Sài Gòn, người ta thường nhớ đến sự hoa lệ của những con phố, nhưng xét về chiều sâu, Sài Gòn còn sở hữu bề dày lịch sử, văn hóa khác biệt. Học tập và làm việc trên mảnh đất Sài Gòn đã lâu, nhưng bạn đã bao giờ "nhập vai" một lữ khách phương xa để khám phá những nét đẹp văn hóa chính nơi mình đang sống. Chúng tôi "mách nhỏ" đến bạn những điểm dừng chân yêu thích của những tâm hồn yêu nghệ thuật và còn là điểm check-in lý tưởng dành cho những ai muốn có những bức ảnh cực chất.

Top 5 địa điểm văn hóa mà chúng tôi muốn nhắc đến chính là Hồ Con Rùa, Nhà thờ Đức Bà, Dinh Độc Lập, Buu điện Thành phố và bảo tàng Thành phố Hồ Chí Minh. Những nơi này không chỉ có kiến trúc độc đáo mà còn là những bảo tàng sống có giá trị về văn hóa và mang đến cho bạn nhiều cảm xúc thú vị.



Nhà hàng Manja Manja thuộc không gian khách sạn 5 sao Holiday Inn & Suites

Check-in sang chảnh

Kế hoạch staycation đã có chốn ở, nơi tham quan, vậy làm sao thiếu chỗ ăn ngon mà check-in lại sang chảnh. Nhà hàng Manja Manja thuộc không gian khách sạn 5 sao Holiday Inn & Suites chính là gợi ý tuyệt vời dành cho bạn. Nơi đây phục vụ những món ngon của Italy, ẩm thực Nam Bộ và buffet hải sản vào cuối tuần. Bên cạnh đó, Déli Café và Lobby Lounge giúp thực khách thư giãn sau ngày dài gập gờm đối tác hoặc khám phá những nét đẹp của Hòn ngọc Viễn Đông.

"Thưởng thức buffet tại nhà hàng Manja Manja, thức ăn rất tuyệt vời. Trẻ em rất thích phòng chơi ngoài nhà hàng. Nhân viên rất chu đáo và thực đơn là lựa chọn tuyệt vời của ẩm thực địa phương và quốc tế..."

Chị T.D, một thực khách cho hay

Nhà hàng Manja Manja

Địa chỉ: Holiday Inn Hotel & Suites Saigon Airport
Tầng 3, 18E Cộng Hòa, Street, Tân Bình,
Thành phố Hồ Chí Minh



Nạp “Vitamin Sale”

Chuyến staycation lạ lùng này sẽ thiếu vắng nếu bạn không thử “săn sale” và lựa chọn những món quà bất ngờ dành tặng những người mà bạn yêu mến. Sẽ tuyệt vời biết bao khi bạn “nạp Vitamin Sale” tại Trung tâm Thương mại Menas Mall với hàng chục deal giá hời, nghĩ đến những người bạn thương yêu nhất và trao tặng những món quà ấy đến tận tay họ rồi nói: “Quà từ chuyến staycation của mình đấy”.

Quả thật, Sài Gòn có quá nhiều điểm đến thú vị, thế nhưng một chuyến du lịch trải nghiệm với nghỉ dưỡng, tìm hiểu văn hóa, thưởng món ăn ngon, thỏa thích shopping và ghi lại những góc hình đẹp thì chắc chắn không phải ai cũng đã thử. Còn chần chờ gì nữa mà không bắt đầu một chuyến staycation ngộ quen mà lạ thế này cơ chứ.

Menas Mall

Địa chỉ: Tòa nhà Vietjet Plaza
60A Trường Sơn, Phường 2, Quận Tân Bình, TP.HCM



Sắc sen SPLENDORA

Thực hiện: Đức Lan

*"Trong đầm gì đẹp bằng sen,
Lá xanh bông trắng lại chen nhụy vàng"*

Nhắc đến sen là nhắc đến quốc hoa tinh tú có mặt trên khắp mọi miền đất nước. Nhưng sen ở Splendoria còn mang vẻ đẹp dịu dàng, đầm thắm đến lạ. Hồ sen xanh ngát, điểm những chấm hồng hoa sen dịu dàng, những cánh sen mỏng manh tỏa hương thơm dịu dịu. Sáng sớm tinh mơ, hãy ghé thăm hồ sen, để thưởng sắc sen, nghe hương đồng gió nội vương vấn đầu dây và ngắm khu đô thị Splendoria yên ả thanh bình. Cùng chúng tôi ngắm nhìn vẻ đẹp trong trẻo của hoa sen đang hiện hữu tại khu đô thị Splendoria nhé.

Bạn biết không, hoa sen thường nở rộ vào buổi sáng. Vì thế, thời khắc vàng khi hoa bung nở dưới ánh bình minh dịu nhẹ, sẽ giúp bạn có những tấm ảnh check-in đẹp nhất đấy. Mùa sen Splendoria sẽ trở thành những kỷ ức tươi đẹp, để lòng ta hóa an yên trong những ngày giao mùa này nhé.





Hồ sen xanh ngắt, điểm những chấm hồng hoa sen dịu dàng



Lòng ta hóa an yên trong những ngày giao mùa.

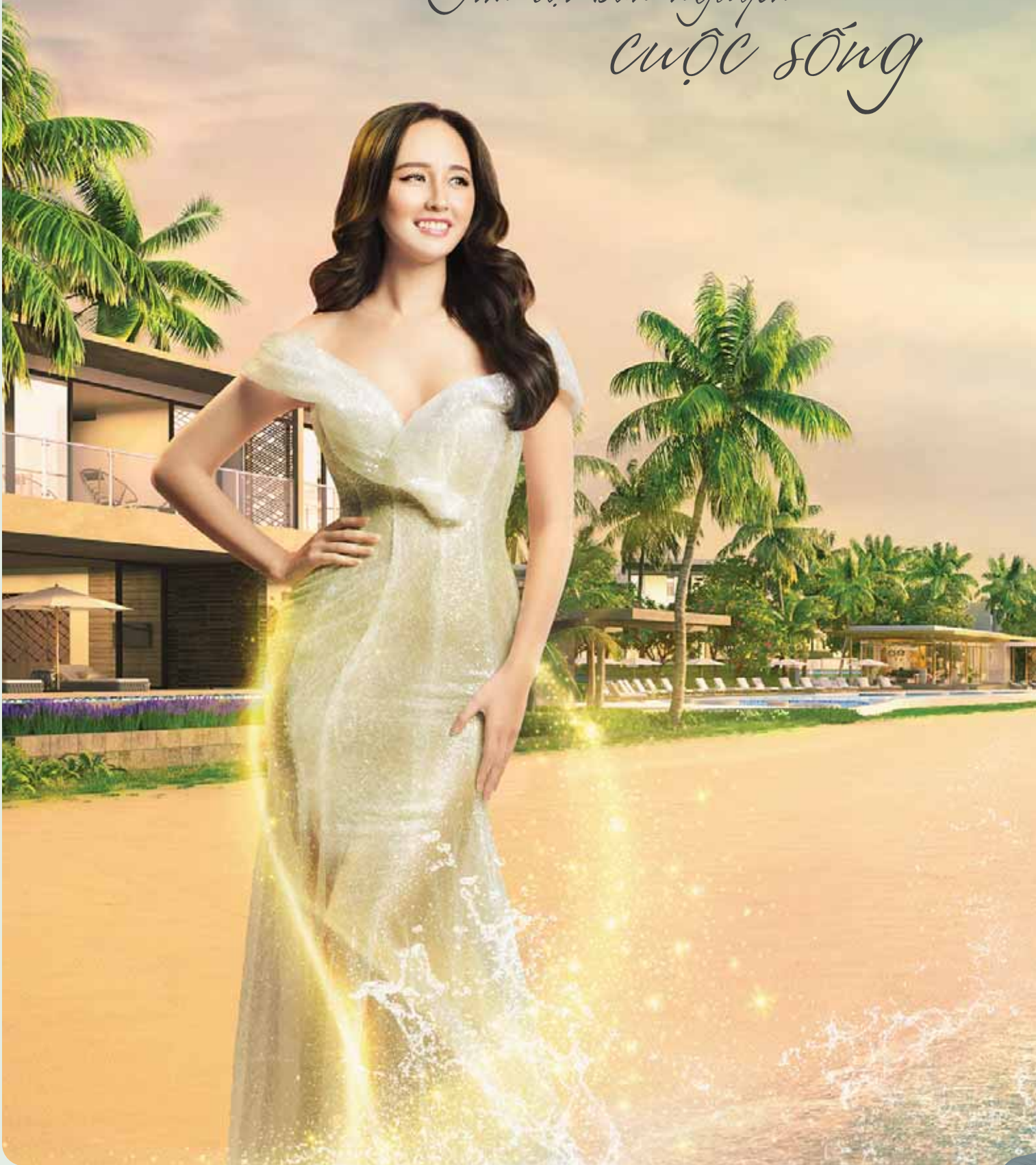


Mùa sen Splendora sẽ trở thành những kỷ ức tươi đẹp



Những cánh sen mỏng manh tỏa hương thơm dịu dịu

*Tìm lại bản nguyên
CƯỚC SỐNG*





L'ALYANA

SENSES WORLD

Nghênh phong đón nắng nơi phía Tây đảo ngọc **Phú Quốc**, **L'Alyana Senses World** xứng danh là thiên đường nghỉ dưỡng hùng vĩ: đủ gần để kết nối, đủ bình yên để tìm về những nguyên bản tinh khôi, khơi lại đủ cung bậc xúc cảm mộc mạc nhất. Thiên nhiên nơi đây cùng con người dang tay chào đón bạn đến với thiên đường sinh thái - nơi đọng đầy những cảm xúc an nhiên tự tại.

Đến với **L'Alyana Senses World**, hãy tự do thả mình theo bản giao hưởng hài hoà của đất trời và thưởng nghiệm những dịch vụ đẳng cấp nhất để các giác quan của bạn được thăng hoa: từ lắng nghe thanh âm nguyên sơ hoà cùng cảnh sắc tuyệt mỹ, tận tay ném phong vị hảo hạng miền biển, đến tận hưởng các hoạt động giải trí, khám phá văn hoá, chăm sóc sức khoẻ gắn liền với thiên nhiên.

 **1900 633 066**

 www.lalyanasensesworld.vn

DU LỊCH



| Trải nghiệm "chuyến bay boomerang" ở Australia

Một hãng hàng không của Australia đã bán hết sạch vé cho một chuyến bay 150 chỗ từ hạng thương gia tới phổ thông, với giá cao nhất lên tới 3.734 USD chỉ trong vòng 10 phút. Điều thú vị và bất ngờ ở chỗ: đây là chuyến bay khứ hồi cho một hành trình không có điểm đến.

Chuyến bay sẽ cất cánh từ sân bay quốc nội Sydney, rồi sau đó lượn vòng trên trời suốt 7 tiếng để cho hành khách tha hồ cảm nhận và ngắm nhiều cảnh quan hấp dẫn của "xứ sở chuột túi" từ trên máy bay như: bay về hướng bờ biển New South Wales, bay qua Queensland đến Sunshine Coast, Brisbane và Gold Coast, đưa du khách ngắm nhìn rạn san hô Great Barrier Reef nổi tiếng từ trên cao, rồi qua một số danh lam khác... Sau khi hết thời gian, máy bay lại hạ cánh xuống điểm khởi hành ban đầu.

Vì lịch trình đặc biệt này, nên nó còn được gọi là "chuyến bay boomerang". Du khách sẽ ngồi trên máy bay Boeing 787-9, với cửa sổ cỡ đại - lớn nhất so với các chuyến bay thương mại, thường thức bữa ăn do đầu bếp nổi tiếng Australia - Neil Perry nấu, nhận đồ ngủ của hãng hàng không, kèm một túi quà, đồng thời có cơ hội mua các kỷ vật của chiếc máy bay Boeing 747. Dù tham gia chuyến đi này hành khách không cần mang theo hộ chiếu, nhưng hãng bay vẫn khuyến cáo phải đeo khẩu trang khi lên máy bay. Đại diện hãng bay khẳng định "đây là chuyến bay bán chạy nhất trong lịch sử của hãng".

| Thú vị Lễ hội ẩm thực online ở Singapore

Hàng năm, Lễ hội ẩm thực Singapore (SFF) là sự kiện về ăn uống lớn nhất Singapore, tôn vinh những tài năng trong lĩnh vực ẩm thực, khuyến khích và thúc đẩy sự sáng tạo trong cách chế biến các món truyền thống.

Sau 27 năm được tổ chức hoành tráng trên đường phố, để thích ứng với tình hình Covid-19, SFF năm nay với chủ đề Rediscover the Foodie in You (Khám phá lại đam mê ẩm thực trong bạn) đã được tổ chức online, nhưng các hoạt động lễ hội vẫn diễn ra cực kỳ phong phú như: khám phá ẩm thực đường phố trực tuyến, học nấu ăn online, hay gọi món ăn từ sự kiện đến tận nhà...

Bà Ranita Sundra - Giám đốc bộ phận bán lẻ và ẩm thực, Tổng cục Du lịch Singapore - chia sẻ: "Dù không thể tổ chức trực tiếp như mọi năm, chúng tôi vẫn rất kỳ vọng vào những trải nghiệm độc nhất vô nhị trong phiên bản trực tuyến năm nay. Qua sự kiện, chúng tôi khuyến khích thực khách cùng trân quý, ghi nhận những nỗ lực và đam mê của tài năng ẩm thực tại Singapore, từ đầu bếp, nhân viên pha chế đến các nhà phê bình ẩm thực xuất sắc".

SFF 2020 có một số hoạt động chính thu hút đông đảo người dân theo dõi và hào hứng tham gia như: lớp học nấu ăn phát sóng trực tiếp "Live Masterclasses", tour khám phá ẩm thực trực tuyến "Virtual Food Tours". Ban tổ chức cũng tạo điều kiện cho những khán giả ở nhà có thể đặt mua những nguyên liệu cần thiết để vừa học online, vừa tự tay thực hành chế biến món ăn. Chính phủ và Tổng cục du lịch Singapore mong muốn đây sẽ là hoạt động hữu ích góp phần thúc đẩy du lịch nội địa, khiến người dân Singapore thích thú trải nghiệm những ấn tượng du lịch đặc sắc ngay trên đất nước mình.

| Gibraltar - "điểm nóng" hôn lễ thời Covid-19 của châu Âu

Là vùng lãnh thổ hải ngoại nhỏ xíu thuộc Anh và Bắc Ireland - gần cực nam bán đảo Iberia giáp Tây Ban Nha, Gibraltar có diện tích chỉ 6,8km vuông. Từ rất lâu rồi, Gibraltar đã là một địa chỉ để tổ chức đám cưới khá nổi tiếng của dân chơi châu Âu bởi thủ tục đơn giản, chi phí

rẻ và giấy chứng nhận kết hôn được công nhận trên toàn thế giới.

Thời Covid-19, với chính sách rộng mở biên giới và không áp dụng nhiều quy định hạn chế đi lại, Gibraltar nhanh chóng trở thành điểm đến kết hôn lý tưởng của nhiều cặp đôi. Đa số họ là yêu xa hoặc kế hoạch làm đám cưới bị trì hoãn do phong tỏa, giãn cách xã hội... Giữa lúc nhiều quốc gia trên thế giới áp đặt các quy định hạn chế đi lại để kiểm chế đà lây lan Covid-19, Gibraltar vẫn chào đón các cặp đôi thuộc mọi quốc tịch tới đây tổ chức hôn lễ. Khi đến đây, các cặp đôi chỉ cần xuất trình hộ chiếu, giấy khai sinh và lưu lại lãnh thổ này qua đêm trước hoặc sau đám cưới. Sau 3 tuần, giấy chứng nhận kết hôn sẽ được gửi cho họ qua đường bưu điện. Sau hôn lễ, thường thì nhiều cặp đôi sẽ lưu lại Gibraltar hưởng tuần trăng mật, nghỉ dưỡng hoặc du lịch, khám phá.

Gần đây có tin Gibraltar bị xứ Wales loại khỏi danh sách các quốc gia được miễn trừ yêu cầu kiểm dịch, vì số ca lây nhiễm Covid-19 tăng đột biến. Tuy nhiên các nhà tổ chức đám cưới cho biết nhu cầu vẫn rất cao. Những chuyến bay của hãng không Anh British Airways và Easyjet đều đã kín chỗ suốt tháng 8. Văn phòng đăng ký kết hôn tại tòa Thị chính cũng đã được đặt trước cho tới tháng 11. Điều hấp dẫn nữa - Gibraltar chính là nơi thủ lĩnh John Lennon của ban nhạc The Beatles kết hôn với Yoko Ono.

| Không chịu đeo khẩu trang khi lên máy bay, khách bị phi hành đoàn để lại một mình trên đảo vắng

Quy định bắt buộc mọi hành khách phải đeo khẩu trang trên suốt hành trình trong các chuyến bay thương mại đã được rất nhiều quốc gia cũng như các hãng hàng không trên thế giới thực hiện. Nhật Bản cũng không phải là ngoại lệ. Chính vì vậy, mới đây trên chuyến bay của hãng hàng không Hokkaido, khi chuẩn bị cất cánh



từ sân bay đảo Okushiri, thì duy nhất có một hành khách bất ngờ kiên quyết không chịu đeo khẩu trang. Các tiếp viên đã nhiều lần hỏi vị khách lý do tại sao không chịu đeo khẩu trang, nhưng người này cũng không chịu giải thích lý do. Để không ảnh hưởng tới chuyến bay, đội ngũ phi hành đoàn buộc phải đưa hành khách này ra khỏi máy bay, để anh ta ở lại sân bay vắng người trên đảo Okushiri. Được biết, đây vốn là hòn đảo rất thưa thớt dân cư. Để có thể trở về, người này sẽ phải chờ đến khi có chuyến bay kế tiếp.

! Thái Lan gửi trả rác cho khách du lịch vô ý thức qua đường bưu điện

Ngày 15/9, Bộ trưởng Tài nguyên và Môi trường Thái Lan Varawut Silpa-archa đã chia sẻ trên Facebook ảnh các túi rác được đóng theo thùng, làm mờ địa chỉ người nhận, chuẩn bị chuyển phát. Số rác này do khách du lịch vứt bừa bãi, được nhân viên vệ sinh của Vườn quốc gia Khao Yai thu dọn và xử lý.

Ông Varawut cho biết khách du lịch đến thăm Vườn quốc gia Khao Yai đã bỏ lại lượng lớn rác, thức ăn thừa tại khu vực cắm trại. Dù Vườn quốc gia đã trang bị rất nhiều thùng rác để đảm bảo vệ sinh môi trường, nhưng những người này đã phớt lờ các quy định chung. Ông quyết định sẽ chuyển phát tất cả lượng rác thải mà những người này đã bỏ lại theo địa chỉ mà họ đã đăng ký khi đặt mua vé và các dịch vụ.

Đi kèm ảnh, ông Varawut còn ghi rõ: theo Đạo luật Vườn Quốc gia Thái Lan, các hành vi gây tổn hại đến tài nguyên thiên nhiên hoặc hệ sinh thái phải chịu 5 năm tù hoặc phạt tiền lên tới 500.000 baht (khoảng 370 triệu đồng). Những người vi phạm nội quy Vườn Quốc gia bị phạt 100.000 baht (khoảng 70 triệu đồng). Nếu du khách bị bắt gặp xả rác bừa bãi, họ sẽ phải chịu trách nhiệm theo đúng quy định.

Bộ trưởng Varawut kêu gọi: "Chúng tôi đề nghị du khách vứt rác đúng nơi quy

định vì rác thải của bạn - ngay cả một mẩu nhỏ, nếu các con vật ăn phải cũng có thể giết chết các loài động vật hoang dã trong khu vực. Lần này, chúng tôi đã gom rác thải vào hộp, gửi đến nhà các bạn thay bài học về việc xả rác bừa bãi".

! Sân bay đầu tiên trên thế giới đạt chuẩn 5 sao phòng Covid-19

Mới đây, tổ chức hàng không Skytrax-Anh, công bố sân bay quốc tế Rome Fiumicino - Italy, là sân bay đầu tiên trên thế giới đạt chuẩn 5 sao phòng Covid-19.

"Sân bay Rome Fiumicino đã thực hiện chặt chẽ, nghiêm túc các quy định về vệ sinh, giãn cách xã hội tại các khu vực đông người. Sự nhất quán trong các biện pháp rất đáng chú ý, là yếu tố quan trọng giúp sân bay đạt chuẩn 5 sao"- ông Edward Plaisted, Giám đốc Điều hành Skytrax nói.

Skytrax được biết đến là tổ chức chuyên xếp hạng các sân bay hàng đầu thế giới. Khi Covid-19 bùng phát, tổ chức đã khảo sát, đánh giá mức độ an toàn phòng chống dịch bệnh tại các sân bay. Ngoài Rome Fiumicino nhận 5 sao, ba sân bay khác được xếp hạng 3 sao gồm Málaga Costa del Sol (Tây Ban Nha), Heathrow (Anh) và Nice Côte d'Azur (Pháp). Đây là tiêu chuẩn đạt về mức độ vệ sinh sân bay và quy trình bảo dưỡng.

! Đẹp ngỡ ngàng cây bàng "cô đơn" ở Bình Thuận

Cây bàng "cô đơn" nằm trên địa điểm - theo cách gọi của người dân địa phương là Bãi Chùa, còn theo du khách là Hòn Hồng. Địa điểm này thuộc xã Hòa Thắng, huyện Bắc Bình, tỉnh Bình Thuận. Một nhiếp ảnh gia người địa phương - bạn Nguyễn Tuấn chia sẻ: "Địa điểm này mang màu sắc riêng của tỉnh Bình Thuận, vừa có biển vừa có núi. Ở đây tôi thấy cảnh vật đơn giản nhưng mang lại cảm giác yên bình, thoải mái, gọi lại cho tôi nhiều ký ức tuổi thơ. Tôi muốn mọi

người biết nhiều hơn về quê hương Bình Thuận, biết đến những cảnh đẹp ở nơi mình quen thuộc mà không cần phải đi quá xa xôi". Thêm nữa, nhiều khu vực xung quanh cây bàng cô đơn cũng có thể trở thành địa điểm check-in lạ mắt, lãng mạn cho các cặp đôi trẻ.

! Hồ sen nở rộ quanh năm ở "Đệ nhất sống ảo" Hang Múa

Được dân mạng săn lùng từ năm ngoái, hồ sen với con đường gỗ hình trái tim dưới chân núi Ngọa Long ở Hang Múa vẫn đang là một trong những địa điểm "check-in" được giới trẻ yêu thích ở Ninh Bình. Rộng 1ha, sen ở Hang Múa là giống sen Nhật có thể nở quanh năm chứ không chỉ nở tập trung vào mùa hè như các giống sen khác. Chính vì thế, nếu có thời gian rảnh, hội mê hoa cũng có thể phóng vu về nơi đây khi muốn chiêm ngưỡng hay chụp ảnh sen.

! "Eternal waves of love" - Wedding package promotion!

Khởi đầu câu chuyện tình yêu vĩnh cửu lứa đôi cùng gói khuyến mãi "ETERNAL WAVES OF LOVE" với thực đơn chỉ từ 400.000++VNĐ/khách.

* Ưu đãi ngay 7.750.000++VNĐ, chỉ còn 25.600.000++VNĐ khi đặt gói Lễ cưới Ngọc Trai lãng mạn và đáng nhớ bên tiếng sóng biển rì rào. Đặc biệt, nhận thêm 1 phòng tân hôn miễn phí hạng sang hướng hồ Lagoon để ngày cưới của đôi tình yêu thêm trọn vẹn.

* Áp dụng đặt Lễ cưới Ngọc Trai đến ngày 28/2/2021 cho những tiệc cưới diễn ra trước 31/3/2021.

Chương trình có điều kiện và điều khoản đi kèm.

Furama Resort & Villas Danang

Địa chỉ: 103 - 107 Võ Nguyên Giáp, P.Khuê Mỹ, Q.Ngũ Hành Sơn, TP.Đà Nẵng
T: +84(0)236 3847 888 / 333 -
E: reservation@furamavietnam.com
W: www.furamavietnam.com



SAIGONTOURIST GROUP KHUYẾN MÃI QUY MÔ LẦN III NĂM 2020

Tổng Công ty Du lịch Sài Gòn (Saigontourist Group) tiếp tục kích cầu du lịch trong nước bằng chương trình khuyến mãi quy mô lần thứ III trong năm 2020. Chương trình ưu đãi dành cho khách hàng sử dụng các dịch vụ lưu trú, lễ hành, ẩm thực, tiệc cưới, dịch vụ phòng họp, hội thảo, hội nghị, dịch vụ giải trí của hệ thống Saigontourist Group trên toàn quốc từ ngày 1/10 - 31/12/2020.

"Đây là chương trình khuyến mãi quy mô lớn lần thứ III trong năm 2020, tiếp sau chương trình khuyến mãi lần I (từ ngày 1/3 - 31/5) và chương trình khuyến mãi lần II (từ ngày 1/6 - 30/9). Liên tục thực hiện các chương trình khuyến mãi có nhiều mức ưu đãi hấp dẫn dành cho khách hàng với đa dạng lựa chọn về dịch vụ, Saigontourist Group muốn góp phần chung tay cùng toàn xã hội phục hồi kinh tế ngành du lịch Việt Nam và Thành phố Hồ Chí Minh trong giai đoạn mới thời

hậu Covid-19 từ đây đến cuối năm." - ông Phạm Huy Bình - Chủ tịch Hội đồng Thành viên Saigontourist Group - cho biết.

Hấp dẫn hình thức "du lịch tại chỗ" với ưu đãi dịch vụ lưu trú đến 45%

Nhằm khuyến khích hình thức "du lịch tại chỗ", các khách sạn 4-5 sao trong hệ thống Saigontourist Group tại TP.HCM áp dụng ưu đãi lớn đối với các khách hàng muốn cùng gia đình trải nghiệm những dịch vụ chất lượng cao ngay tại thành phố. Khách sạn 5 sao Grand đang giới thiệu gói dịch vụ trải nghiệm khách sạn cổ, sử dụng trong ngày, với giá chỉ từ 1,6 triệu đồng. Trong vòng 6 tiếng, khách

thỏa sức trải nghiệm các dịch vụ 5 sao gồm phòng ngủ, ăn sáng, ăn trưa, dịch vụ hồ bơi, phòng gym và nhận ưu đãi 50% dịch vụ spa.

Khách sạn Rex áp dụng gói dịch vụ nhiều loại phòng dành cho thương gia, đơn cử loại phòng Premium hoặc Rex Suite với giá ưu đãi chỉ từ 1,88 triệu đồng (phòng đơn) và từ 2,35 triệu đồng (phòng đôi). Khách sạn còn ưu đãi đến 45% giá nếu khách đặt qua các kênh online và kênh phân phối trực tiếp qua website của khách sạn. Trong khi đó, khách sạn Majestic có gói nghỉ dưỡng cuối tuần dành cho 2 người với giá ưu đãi 3,6 triệu đồng



**SAIGONTOURIST
GROUP**
Tận hưởng bản sắc Việt

LƯU TRÚ | LỄ HÀNH | ẨM THỰC | GIẢI TRÍ | ĐÀO TẠO

TỔNG CÔNG TY DU LỊCH SÀI GÒN: 23 Lê Lợi, Quận 1, Tp. Hồ Chí Minh, Việt Nam

www.saigontourist.com.vn

/saigontourist.sgt

(miễn phí trẻ em dưới 6 tuổi đi cùng), gồm 01 đêm phòng Deluxe, ăn sáng, buffet hải sản nướng, giảm 30% các gói spa và massage cho 02 người, tặng 02 ly cocktail tại hồ bơi.

Khách sạn Continental giảm 30% giá phòng, tặng 1 đêm phòng cho khách đang lưu trú có mức chi tiêu tại khách sạn từ 3 triệu đồng trở lên. Khách sạn Đệ Nhất và Kim Đô cũng có ưu đãi hấp dẫn dành cho khách khi lưu trú 3 đêm liên tục được miễn phí đêm thứ 3; khách sạn Đệ Nhất giảm 20% giá phòng dành cho khách lưu trú từ 1 đến 2 đêm. Khách sạn Oscar Sài Gòn dịp này giới thiệu dịch vụ phòng vô cùng hấp dẫn, chỉ từ 820.000 đồng, có thể sử dụng cho 2 khách/phòng.

Các khách sạn, khu nghỉ dưỡng thuộc hệ thống Saigontourist Group tại các tỉnh, thành cũng đồng loạt áp dụng mức giá phòng kích cầu, nhằm giúp du khách có chuyến du lịch tiết kiệm với nhiều trải nghiệm độc đáo ngay tại nơi lưu trú.

Tại khu vực miền Tây, khách sạn Sài Gòn - Vĩnh Long giới thiệu mức giá phòng khuyến mãi, chỉ từ 850.000 đồng.

Khu vực Tây Nguyên, khách sạn Sài Gòn - Đà Lạt giảm 30% trên giá phòng công bố. Khách sạn Sài Gòn - Ban Mê có gói combo siêu tiết kiệm 2 ngày 1 đêm dành cho 2 người với giá chỉ 1.050.000 đồng, gồm 1 đêm phòng view thành phố và 1 bữa ăn chính.

Khu vực miền Trung, khách sạn Sài Gòn - Morin (Huế) phục vụ giá phòng ưu đãi 1,7 triệu đồng hạng phòng Colonial Deluxe. Khách sạn Saigontourane (Đà Nẵng) ưu đãi giá phòng chỉ còn 900.000 đồng. Khách sạn Sài Gòn - Đông Hà (Quảng Trị) giá phòng chỉ còn 750.000 đồng, kèm ưu đãi 10% dịch vụ giặt ủi; tặng 1 voucher nghỉ dưỡng 1 đêm tại Huế, Đà Nẵng, Quảng Bình, Buôn Ma Thuột dành cho khách đặt từ 3 phòng trở lên.

Khu vực miền Bắc, khách sạn Sài Gòn - Phú Thọ tặng khách voucher giảm giá 10% cho lần lưu trú tiếp theo. Khu nghỉ dưỡng Sài Gòn - Ba Bể (Bắc Kạn) có giá ưu đãi chỉ từ 760.000 đồng; giảm 10% giá dịch vụ lửa trại, bao gồm ca múa nhạc dân tộc Tày, âm thanh, ánh sáng, lửa, sân bãi, sạp nhày và nhân viên phục vụ. Khu nghỉ dưỡng Sài Gòn - Bản Giốc (Cao Bằng) giảm 40% trên giá niêm yết khi khách đặt phòng trực tiếp qua website www.saigonbangiocresort.com; khách lưu trú 5 đêm liên tục được miễn phí 2 đêm.



Ưu đãi đến 45% dịch vụ ẩm thực và tiệc cưới

Ẩm thực là một điểm nhấn đặc sắc của các nhà hàng trong các khách sạn thuộc hệ thống Saigontourist Group, nhờ tạo nên những nét đặc trưng rất riêng, thể hiện sự giao thoa giữa tinh hoa ẩm thực truyền thống và phong cách hiện đại. Tại TP.HCM, khách sạn Rex giảm 45% một số thức uống tại Rooftop Garden Bar, bao gồm cocktail và bia theo danh mục trong khung giờ 11h00-23h00; dịch vụ tiệc cưới với giá khuyến mãi từ 6.500.000 đồng/bàn 10 khách, bao gồm menu chọn sẵn và nước uống trọn gói trong 02 tiếng.

Khách sạn Grand có chương trình khuyến mãi áp dụng trên thực đơn gọi

món (a-la-carte) hoặc thực đơn set menu với giá chỉ từ 590.000 đồng/khách dùng bữa trưa và từ 690.000 đồng/khách dùng bữa tối. Ngoài ra, khách đặt tiệc cưới trên 10 bàn được tặng phòng tân hôn, bao gồm ăn sáng buffet và được tặng guitar & violon đón khách. Dịp này, nhân kỷ niệm 95 năm thành lập, khách sạn Majestic có gói buffet BBQ hải sản với giá khuyến mãi từ 950.000 đồng/người lớn tối Thứ 6, 7 hàng tuần bao gồm nước ngọt, nước suối, bia, rượu vang suốt bữa ăn tại Sky bar.

Trong khi đó, khách sạn New World Sài Gòn áp dụng hai gói tiệc rượu vang tự chọn vào tối thứ sáu hàng tuần có kèm đồ ăn nhẹ, với gói có giá từ 580.000 đồng bao gồm 9 loại vang và gói có giá



từ 718.000 đồng bao gồm 9 loại vang chuẩn và thêm 2 loại vang cao cấp. Khách sạn Caravelle Saigon chào mừng khách quay trở lại với tiệc buffet Trưa Chủ nhật tại nhà hàng Nineteen, giá 1.199.000 đồng/người.

Khách sạn Đệ Nhất có nhiều gói khuyến mãi cho tiệc cưới tiêu biểu như thực đơn trọn gói vào buổi tối các ngày thường với giá từ 3.830.000 đồng/bàn cho tiệc từ 10 bàn trở lên; thực đơn chọn món có giá từ 3.500.000 đồng/bàn trở lên. Tại khách sạn Đồng Khánh có chương trình giảm 10% trên tất cả thực đơn khi sử dụng tại nhà hàng Đồng Khánh Cà phê. Khách sạn Oscar Sài Gòn áp dụng khuyến mãi với buffet trưa có giá 200.000 đồng/ vé (tối thiểu 5).

Chương trình khuyến mãi của khách sạn Sài Gòn khá hấp dẫn với voucher buffet Ốc giá đã giảm còn 288.000 đồng/khách (chưa bao gồm thức uống) và voucher buffet Ốc giá 333.000 đồng/khách (thức uống không giới hạn). Làng Du Lịch Bình Quới áp dụng voucher 1.100.000 đồng/02 khách bao gồm 01 bữa ăn tối và 02 ly rượu vang và voucher 2.200.000 đồng/04 khách bao gồm 01 bữa ăn tối và 01 chai vang Chile. Đối với thực đơn a-la-carte, có món ngon hàng tháng với mức ưu đãi giảm từ 40%.

Tại khu vực Tây Nam Bộ, khách sạn Sài Gòn - Vĩnh Long có ưu đãi đặc biệt khi mua 5 vé buffet sáng tặng ngay 1 vé cùng loại; giảm 10% giá vé cho khách lưu trú. Đối với tiệc cưới từ 15 bàn, tặng bánh khai vị đầu giờ cho khách.

Khu vực miền Trung, khách sạn Saigontourane giảm 10% đối với khách

sử dụng dịch vụ ẩm thực thực đơn a-la-carte. Khách sạn Sài Gòn - Đông Hà có chương trình miễn phí 01 bàn dùng thử cho khách đặt tiệc cưới và tặng voucher 01 năm kỷ niệm ngày cưới.

Tại miền Bắc, khách sạn Sài Gòn - Phú Thọ miễn phí phí phục vụ rượu đối với tất cả tiệc cưới và tặng 6 vé buffet ăn sáng hoặc vé bơi cho mỗi tiệc; từ 25 bàn trở lên tặng đội phù dâu đi cùng cô dâu chú rể hoặc nhạc công saxophone. Khu nghỉ dưỡng Sài Gòn - Ba Bể giảm 10% thực đơn chọn sẵn và 15% thực đơn gọi món. Tại khu nghỉ dưỡng Sài Gòn - Bàn Giốc, khách lẻ được giảm 10% trên hóa đơn ăn uống khi sử dụng dịch vụ phòng nghỉ tại đây. Đối với các sở, ban ngành, phòng ban thuộc tỉnh Cao Bằng, các đơn vị lực lượng vũ trang, hải quan đóng trên địa bàn tỉnh Cao Bằng, khách sạn giảm 15% trên hóa đơn ăn uống dành cho khách có sử dụng dịch vụ phòng nghỉ tại khách sạn.

Dịch vụ phòng họp, hội thảo, hội nghị

Khách tại TP.HCM muốn đặt dịch vụ hội nghị có thể tham khảo chương trình ưu đãi của khách sạn Rex với dịch vụ hội nghị nửa ngày bao gồm 1 teabreak, giá đã giảm chỉ còn 423.000 đồng/khách. Khách sạn Grand giảm 15% giá phòng hội nghị cho khách đặt kèm teabreak và ăn trưa hoặc tối. Khách sạn Continental giảm 50% giá thuê phòng họp. Trong khi đó, khách sạn Đệ Nhất giảm 20% trên giá thuê phòng hội nghị; khách sạn Kim Đô giảm 15% giá phòng hội nghị; khách sạn Oscar cung cấp dịch vụ hội nghị với giá chỉ từ 2,6 triệu đồng/phòng cho nửa ngày.

Tại các tỉnh, thành, khách sạn Sài Gòn - Vĩnh Long giảm 10% giá thuê phòng, sảnh hội nghị, tặng âm thanh karaoke

sử dụng trong 2 giờ dành cho khách đặt tiệc chiều tối, hội nghị từ 50 đến dưới 100 khách. Khách sạn Sài Gòn - Ban Mê giảm 20% phí sảnh hội nghị, gala trong nửa ngày. Khách sạn Saigontourane (Đà Nẵng) giảm 40% giá thuê phòng họp. Khách sạn Sài Gòn - Đông Hà (Quảng Trị) giảm 30% giá phòng họp, miễn phí âm thanh.

Khách sạn Sài Gòn - Phú Thọ giảm 20% giá thuê phòng hội nghị dành cho đoàn MICE, với giá thuê phòng hội nghị đã giảm còn từ 2,4 triệu đồng/phòng cho nửa ngày và từ 4 triệu đồng/phòng cho cả ngày. Khu nghỉ dưỡng Sài Gòn - Ba Bể giảm 50% dịch vụ phòng hội nghị, chỉ còn 2,75 triệu đồng.

Ngoài ra, còn áp dụng nhiều ưu đãi hấp dẫn đối với các dịch vụ khác như giảm 50% trên giá phòng niêm yết dành cho những vị khách đặc biệt - "người hùng Covid-19" nhân lực ngành y tế trên tuyến đầu chống Covid-19 - khi lưu trú tại khu nghỉ dưỡng Sài Gòn - Bàn Giốc (Cao Bằng); ưu đãi dịch vụ chụp ảnh tại các khách sạn, khu nghỉ dưỡng; giảm giá tour tự chọn khi khách đặt tại các khách sạn; ưu đãi dành cho khách đặt phòng sớm trước 14 ngày hay đặt sớm tiệc cưới năm...

Saigontourist Group là tập đoàn du lịch hàng đầu tại Việt Nam, ra đời ngày 01/8/1975, hiện quản lý hơn 100 đơn vị khách sạn, khu nghỉ dưỡng, nhà hàng, công ty lữ hành, khu vui chơi giải trí, trường đào tạo du lịch, khu triển lãm hội nghị, hội thảo, sân golf, truyền hình cáp... Saigontourist Group hướng tới mục tiêu trở thành một trong những thương hiệu du lịch hàng đầu khu vực Đông Nam Á và châu lục trên các lĩnh vực lưu trú - ẩm thực - lữ hành - giải trí - đào tạo và các dịch vụ khác. Vinh danh cho những đóng góp tích cực trong sự nghiệp phát triển du lịch thành phố Hồ Chí Minh và cả nước, Saigontourist Group và các đơn vị thành viên được Nhà nước, Chính phủ, Bộ Văn hóa - Thể thao & Du lịch, Tổng cục Du lịch, Hiệp hội Du lịch Việt Nam, Thành phố Hồ Chí Minh cùng các tổ chức uy tín trong nước và quốc tế trao tặng hàng vạn danh hiệu, giải thưởng cao quý. Tiêu biểu như: Tập thể Anh hùng Lao động; Huân chương Độc Lập hạng Nhất, Nhì, Ba; Huân chương Lao động hạng Nhất, Nhì, Ba; Cờ thi đua, bằng khen của Thủ tướng Chính phủ; Cờ truyền thống, bằng khen của UBND Thành phố Hồ Chí Minh; các giải thưởng Top ten Du lịch Việt Nam và quốc tế, giải thưởng quốc tế ASEAN Award...



CÔNG TY CỔ PHẦN NHIÊN LIỆU BAY PETROLIMEX

- Nhà cung cấp nhiên liệu hàng không chuyên nghiệp hàng đầu Việt Nam.
- Là Doanh nghiệp thành viên thuộc Tập đoàn Xăng dầu Việt Nam.
- Được khách hàng đánh giá cao về chất lượng dịch vụ, giá cạnh tranh, đáp ứng nhanh và đầy đủ mọi yêu cầu về nhiên liệu Jet A-1 tại các điểm bán hàng.
- Hoạt động sản xuất kinh doanh của Petrolimex Aviation tuân thủ các quy định, tiêu chuẩn nghiêm ngặt của Tổ chức hàng không Dân dụng Quốc tế (ICAO), yêu cầu chất lượng hàng không dân dụng cho hệ thống hoạt động chung (AFQRJOS) do



Vàng Sơn!

Lấy cảm hứng từ vẻ đẹp cổ điển thời hoàng kim của giai đoạn 1945 đến 1975, VUNGOC&SON vừa giới thiệu đến người hâm mộ các thiết kế mới nhất nằm trong bộ sưu tập Vàng Sơn. Các mẫu thiết kế nhằm tôn lên vẻ đẹp quý phái, mỹ miều của quý cô sang trọng.

FASHION: **VUNGOC&SON** - MODEL: **FASHIONISTA CHÂU LÊ THU HẰNG** - PHOTO: **TANG TANG**
MAKEUP & HAIR: **TÙNG CHÂU** - LOCATION: **THE REVERIE SAIGON**





Bộ sưu tập với 3 tông màu chủ đạo trắng, đen, đỏ cùng với các phom dáng váy bút chì, váy suông, váy tùng xòe đi kèm với các phụ kiện ngọc trai tao nhã, đậm chất của quý cô, phù hợp với những buổi tiệc xa hoa, lộng lẫy.







Trong không gian xa hoa của khách sạn 6 sao The Reverie Saigon, các thiết kế càng trở nên sang chảnh, đẳng cấp.

*Hãy cứ rạng rỡ nhất có thể. Chẳng cần gì lớn lao,
chỉ cần bên nhau làm gì cũng vui.*

KHOẢNH KHẮC

yêu


*Đừng đợi thứ Sáu nữa,
Đừng đợi mỗi mùa hè,
Mong chờ ai đó yêu,
Đừng đợi cả cuộc đời.
Hạnh phúc tới khi em thôi chờ đợi,
Mà biến mọi khoảnh khắc đang có
Trở thành xứng đáng.*

*Hãy tỏa sáng theo
của em, không cần
nhiều khán giả vì
luôn một gã si tình,
trong mắt không
chứa nổi ai khác
ngoài em.*



*Đâu nhất thiết phải đi đâu xa xôi hay sang trọng tốn kém,
đôi mình ở nhà với nhau thôi cũng vui đúng không?*





*Chỉ cần chúng ta giữ
được tâm hồn sống động
như thơ trẻ, dám làm
những điều nghịch ngợm,
điên rồ nhất cùng nhau.*

PHOTO: JACK VO
NGƯỜI MẪU: ĐỨC NGUYỄN & LUPITA
TRANG PHỤC: STUNNINGFORYOU



ĐỨC VINCIE

HÀNH TRÌNH 10 NĂM LÀM ĐẸP CHO ĐỜI

Ra mắt từ năm 2010, năm 2020 là vừa tròn 10 năm nhà thiết kế Duc Vincie xây dựng và phát triển thương hiệu thời trang riêng. Duc Vincie tiết lộ, chữ Đức được lấy từ dòng họ Nguyễn Đức của anh, Vincie trong tiếng Latin có nghĩa là thịnh hành. Nhà thiết kế lấy 2 tên này ghép thành thương hiệu của mình với mong muốn mỗi sản phẩm làm ra với tôn chỉ luôn đặt Tâm - Đức lên hàng đầu.



HÀI HÒA ĐÔNG - TÂY

Phong cách thời trang của Duc Vincie có hơi hướng kết hợp giữa Đông - Tây, mang thời trang Việt đến với thế giới dễ dàng hơn. 10 năm, một quãng thời gian không quá dài nhưng đủ để nhà thiết kế 8x trở thành một trong những người có sức ảnh hưởng tới làng thời trang Việt.

Trong sự nghiệp 10 năm, ngoài việc đầu tư show diễn "Dream Night" vào cuối 2017, quy tụ dàn ngôi sao hàng đầu làng giải trí như: Kỳ Duyên, Lan Khuê... Đức Vincie còn là nhà thiết kế được hoa hậu các nước Mexico, Nga, Haiti... mặc trang phục trong những cuộc thi lớn.

"Đấu ấn và may mắn cho tôi nhất đó là bộ váy mà Hoa hậu Hòa bình đến từ Haiti đã diện. Bộ váy đã giúp tôi thể hiện được tình cảm con người với con người. Chính nhờ bộ váy ấy mà bạn bè quốc tế biết đến tôi và nhờ tôi hỗ trợ váy cho họ vào đêm chung kết của cuộc thi Hoa hậu Hòa bình tại Phú Quốc như Hoa hậu Nga, Hoa hậu Mexico... Rồi ban tổ chức Hoa hậu Mexico mời tôi làm giám khảo cho cuộc thi Hoa hậu tại quốc gia của họ. Từ đó tôi cũng là người Việt Nam đầu tiên làm giám khảo quốc tế ở một khu vực có nhiều cường quốc sắc đẹp - châu Mỹ Latin", Duc Vincie tự hào tâm sự.

Nhiều tin đồn cho rằng Duc Vincie có đại gia chống lưng nên mới có thể phát triển nhanh và mạnh mẽ như vậy. Về điều này, nhà thiết kế quê Đồng Nai bộc bạch: *"Đại gia của tôi chính là những khách hàng, những nghệ sỹ, đồng nghiệp đã luôn yêu thương hỗ trợ tôi để tôi ngày một thành công hơn".*



VỮNG LÒNG VƯỢT QUA KHÓ KHĂN

Ít ai biết rằng, để duy trì và phát triển thương hiệu Duc Vincie, nhà thiết kế 8x từng bán xe và cầm giấy tờ nhà để tổ chức show riêng. Năm 2020 lại gặp đại dịch Covid-19 khiến anh thiệt hại nặng nề. Tuy nhiên, trong cơn đại dịch dường như ngay cả những tên tuổi lớn trong ngành thời trang thế giới phải tuyên bố phá sản, nhưng NTK Duc Vincie vẫn cố gắng vận hành doanh nghiệp vì không chỉ bản thân mà những nhân viên, nghệ nhân, thợ may của anh cũng cần phải có chi phí để xoay sở.

"Tôi không thể để họ mất việc được, vì nhờ có đội ngũ nhân công thì mới có Duc Vincie của ngày hôm nay. Và với cương vị là một chủ doanh nghiệp, tôi đang phải cố gắng xoay sở liên tục cho ra nhiều dòng sản phẩm mới mang tính ứng dụng như, tuxedo nam, váy cưới, may khẩu trang, phụ kiện thêm cho

mỗi bộ trang phục... để mong tình hình khả quan hơn" - Duc Vincie trải lòng.

Mới đây, Duc Vincie ra mắt bộ ảnh kỷ niệm chặng đường 10 năm làm nghề (thay vì tổ chức show như dự định, để đảm bảo chống dịch an toàn) với sự góp mặt của những hoa hậu, người mẫu, diễn viên từng làm việc, đồng hành với anh trong suốt chặng đường vừa qua. Bộ ảnh vừa mang tính chất đánh dấu chặng đường sự nghiệp, vừa là món quà, lời cảm ơn mà Duc Vincie dành cho những người ủng hộ đã gắn bó với anh trong 10 năm qua. Bộ ảnh có sự góp mặt của top 5 Hoa hậu Hoàn vũ Việt Nam Hương Ly cùng dàn model nam như Henry Vig Nguyen, Huỳnh Gia Đạt, Lưu Tuấn Anh, Diệp Vĩnh Kiến, Trần Minh Hào, Nguyễn Xuân Duy.



CẦN MẮN BƯỚC TIẾP!

Trong bộ ảnh kỷ niệm, Duc Vincie hào hứng khoe những thiết kế tuxedo nam mới nhất nằm trong bộ sưu tập Thu - Đông 2020 và thiết kế váy dạ hội cho người đẹp Hương Ly từng gắn bó với anh trong nhiều show diễn.

"Tôi tâm niệm làm thời trang phải là sự sáng tạo miệt mài và liên tục. Trong dòng chảy quá mãnh liệt và sự nhanh nhạy của những tín đồ thời trang, bắt buộc mỗi nhà thiết kế có chiến

lược riêng rõ ràng. Ngoài tạo cho mình lãnh địa thời trang riêng, việc cập nhật và học hỏi những xu hướng quốc tế là điều bắt buộc. Nếu không phát triển, xem như bạn tự đào thải mình khỏi môi trường này. Thời trang không dành cho người thiếu sáng tạo, hoặc sáng tạo chỉ một màu. Nó phải là sự tổng thể của sự sáng tạo, cập nhật xu hướng và nắm bắt nhu cầu người mặc", Duc Vincie tâm sự thêm.

Trong số các xu hướng trang điểm thịnh hành hiện nay, Nature Look là phong cách trang điểm luôn chiếm được sự ưu ái của rất nhiều ngôi sao trên thế giới, nhờ chú trọng vào làn da khỏe mạnh, không tì vết, tập trung vào đôi mắt sáng lấp lánh, trẻ trung.

Là người luôn cập nhật các xu hướng và có kiến thức chuyên môn trong ngành làm đẹp, CEO Tập đoàn MQ Group - Đoàn Thanh Tuyên sẽ dành những chia sẻ hữu ích với bạn đọc về các ứng dụng của phong cách trang điểm này nhé!

Nature Look

**ỨNG DỤNG PHONG CÁCH TRANG ĐIỂM TỰ NHIÊN
ĐỂ SỞ HỮU VẺ NGOÀI LUÔN RẠNG RỠ**



Trang điểm dành cho các buổi tiệc nhẹ

Là doanh nhân nên Đoàn Thanh Tuyền thường chọn cách trang điểm tự nhiên dành cho những sự kiện cần phải xuất hiện rạng rỡ nhưng tinh tế. Người đẹp chia sẻ những bước trang điểm không cần nhiều thời gian nhưng vẫn mang lại diện mạo dịu dàng đầy quyến rũ:

Thoa kem dưỡng ẩm để da được láng mịn. Bôi kem nền, bước này rất quan trọng, bạn phải tạo được lớp nền mỏng mịn hoàn hảo. Phong cách này có điểm nhấn là phấn màu nâu đậm nơi đuôi mắt. Bạn không nên kẻ viền mắt quá dày, hãy chọn những tone phấn mắt có gam màu tự nhiên, nhẹ nhàng như hồng da, cam nude... Nếu lông mi bạn không dài, có thể sử dụng lông mi giả có độ dày vừa phải. Chọn sắc môi cùng tone màu mắt với phương pháp đánh son tràn viền, tạo sự gợi cảm cho đôi môi căng mọng.



Trang điểm phù hợp cho môi trường

làm việc năng động

Sau khi đăng quang Á hậu Miss Vietnam Europe 2017, Đoàn Thanh Tuyền không lựa chọn showbiz để phát triển, mà tập trung vào công việc kinh doanh. Phong cách Nature Look là gợi ý mà nữ doanh nhân dành cho những phụ nữ năng động, có lịch trình làm việc bận rộn, nhưng vẫn mang một gương mặt tươi sáng và thu hút:

Rửa sạch mặt, thoa một lớp kem lót để bảo vệ da. Dùng kem che khuyết điểm thoa đều quanh thâm mắt, cạnh mũi..., sau đó phủ phấn để lớp nền không bị trôi. Kẻ lông mày hơi cong ở đuôi sao cho hợp với khuôn mặt. Tiếp theo, dùng eyeliner thật mảnh cho tự nhiên mà vẫn tạo được độ sâu cho đôi mắt. Dùng bấm mi kẹp cho mi cong tự nhiên, có thể vuốt thêm mascara. Cuối cùng là chọn màu son nhẹ nhàng theo ý thích.



*Trang điểm
dành cho các
sự kiện, dạ tiệc
trang trọng*

Đối với các sự kiện trang trọng, Đoàn Thanh Tuyên ngoài việc chọn phong cách trang điểm tự nhiên còn kết hợp với những kiểu tóc búi thanh lịch và sang trọng. Các bước trang điểm như sau:

Sau khi bôi kem dưỡng và kem lót, dùng kem nền hoặc phấn nền thoa mỏng đều lên mặt. Kẻ một đường eyeliner thật mỏng, nhẹ sát đường viền mắt sao cho thật tự nhiên. Đánh phấn hồng nhạt và tím pastel để tạo ánh nhìn tươi tắn, ngọt ngào. Sau cùng sử dụng son lì, chứa chất dưỡng ẩm với gam màu nude để tạo cảm giác môi căng mọng tự nhiên.

THỰC HIỆN: QUANG NHẬT - TRANG PHỤC: LÊ THANH HÒA - ĐỒ LONG - VÕ THANH CÀN
MAKEUP: HÀNG THANH THIÊN - HAIRSTYLIST: BI HÀ - PHOTO: MR AT



Chăm sóc da khô ngày hanh hao!

Làn da thiếu dầu bẩm sinh hoặc do tác động của nắng, gió, môi trường khói bụi, hanh khô thường gây hiện tượng da thô ráp, dễ bị nếp nhăn, sớm lão hóa. Chính vì vậy, bạn cần dành nhiều sự quan tâm chăm sóc, bảo vệ hàng ngày cho da khô với những phương pháp và sản phẩm phù hợp. Các cách dưỡng ẩm cho da khô bằng mỹ phẩm hoặc các nguyên liệu từ thiên nhiên sẽ cấp ẩm cho làn da một cách an toàn, tự nhiên, không gây kích ứng, giúp làn da trở nên mềm mại, căng mịn, đẩy lùi quá trình lão hóa, nhất là trong điều kiện thời tiết khắc nghiệt.

▫ CHICKY

TẨY TẾ BÀO CHẾT

Để da có thể thẩm thấu một cách hiệu quả nhất những dưỡng chất có lợi trong quá trình chăm sóc da, bước đầu tiên quan trọng là phải tẩy tế bào chết, để lấy đi lớp tế bào chết gây bí tắc lỗ chân lông, ngăn chặn lớp tế bào mới hình thành.

Dùng lòng trắng trứng

Bạn chỉ cần sử dụng 1 lòng trắng trứng gà trộn đều cùng với ½ thìa nước cốt chanh tạo thành hỗn hợp sền sệt. Xoa đều hỗn hợp lên mặt và massage nhẹ nhàng trong 15 phút để tẩy tế bào chết,



sau đó rửa thật sạch bằng nước ấm.
Thực hiện đều đặn 1 lần/tuần.

Nước hoa hồng giúp cân bằng độ Ph

Bạn có thể tự làm nước hoa hồng tại nhà với nguyên liệu chính là hoa hồng để sử dụng, hoặc lựa chọn nước hoa hồng phù hợp với làn da của mình. Sử dụng bông tẩy trang thấm chút nước hoa hồng rồi lau nhẹ nhàng từ giữa mặt sang hai bên. Bạn nên thường xuyên sử dụng nước hoa hồng sau khi tẩy trang hoặc trước khi thoa kem dưỡng đều có

tác dụng làm sạch và mềm da rất tốt.

ĐẮP MẶT NẠ VÀ DƯỠNG ẨM DA TOÀN THÂN THƯỜNG XUYÊN

Mùa khô, bạn nên đắp mặt nạ thường xuyên 3 lần/tuần để cung cấp độ ẩm cho da. Một số loại mặt nạ cấp ẩm tốt nhất cho da khô bằng thiên nhiên có thể kể:

• Dưỡng ẩm bằng quả bơ

Bạn chỉ cần lấy phần vỏ quả bơ vẫn còn một lớp thịt mỏng chà lên da rồi massage nhẹ nhàng trong 15 phút, sau đó rửa sạch với nước ấm. Vitamin A, D, E và các dưỡng chất trong bơ giúp làn da khô trở nên mịn màng và căng mọng cũng như có tác dụng chống oxy hóa cho da rất hiệu quả.

Phần thịt bơ, bạn hãy làm một đĩa salad bơ tôm tươi sốt chanh ngon tuyệt. Quả bơ giúp vừa chăm sóc ngoài, vừa bồi bổ bên trong, đúng là nhất cử lưỡng tiện.

• Với chuối chín

Bạn lấy phần thịt của một quả chuối



vừa độ chín nghiền nhuyễn rồi đắp lên mặt trong 15 phút, sau đó rửa sạch mặt bằng nước ấm, rồi nước lạnh. Vitamin E, C, kali có trong chuối là những chất dưỡng ẩm bằng thiên nhiên rất tốt cho làn da khô.

• Bằng dầu dừa

Nhắc tới các cách dưỡng ẩm tự nhiên cho da khô không thể bỏ qua dầu dừa. Đây là một loại nguyên liệu làm đẹp khá phổ biến, với chi phí rất bình dân.

Sau khi tắm sạch, bạn bôi một lớp dầu dừa mỏng lên khắp cơ thể và để qua đêm. Phần dầu dừa bôi lên mặt thì rửa sạch sau 30 phút.

Bạn đừng ngại vì sự bất tiện ướt, dính của dầu dừa được chúng cất kiểu thủ công. Hiện nay đã có rất nhiều cơ sở



chúng cất dầu dừa nguyên chất theo các phương pháp hiện đại đã giải quyết được các khuyết điểm đó.

• Bằng dầu olive

Trước khi đi ngủ, bạn cho vài giọt dầu olive vào bát nước ấm rồi nhúng ẩm miếng vải sạch và đắp lên mặt cho tới khi miếng vải nguội. Dùng bông tẩy trang lau sạch lớp dầu thừa còn lại. Sáng hôm sau, bạn sẽ cảm nhận được làn da mình trở nên mịn màng hơn nhiều. Bạn có thể sử dụng dầu olive để dưỡng ẩm toàn thân 1 lần/tuần với cách làm tương tự như dầu dừa. Hãy thay tấm ga trải giường mới thật sạch sẽ thơm tho (tốt nhất là một tấm ga giường, áo gối bằng vải bông hoặc lụa tơ tằm màu trắng) vào tối hôm bạn quyết định dưỡng ẩm toàn thân. Và

sáng hôm sau, giặt sạch ngay tấm ga đó để tuần sau lại đem ra dùng tiếp nhé!

• Bằng nha đam

Chất nhầy trong nha đam có tác dụng cấp ẩm cho da, kích thích sản sinh collagen và sợi elastin, ngăn ngừa các dấu hiệu lão hóa.

Bạn dùng vài lá nha đam lớn, bỏ sạch vỏ, cắt mỏng cho vào nồi đun sôi trong 5 phút cùng 1 lít nước. Để nguội, nghiền nát thành dung dịch lỏng, lược qua rây rồi cho vào hũ, đậy kín nắp và đặt trong tủ lạnh. Dùng dung dịch này làm kem dưỡng ẩm sáng, tối hàng ngày cho da.

CÁC BƯỚC DƯỠNG ẨM VÀO BUỔI SÁNG TRƯỚC KHI TRANG ĐIỂM

- Rửa mặt với sữa rửa mặt
- Sử dụng nước hoa hồng làm sạch và cân bằng lại độ Ph cho da
- Bôi kem dưỡng ẩm
- Sử dụng kem chống nắng

Ngoài việc chăm sóc và bảo vệ da bằng các mỹ phẩm tự nhiên hoặc chiết xuất từ thiên nhiên, bạn cũng nên lưu ý uống đủ nước, sử dụng nhiều rau và trái cây tươi trong thực đơn ẩm thực hàng ngày, tập thể dục đều đặn và tự tạo cho mình nhiều cơ hội để hít thở không khí thiên nhiên sạch, trong lành. Hãy biến những hoạt động và sinh hoạt thường ngày của bạn thành một hành trình vui vẻ tận hưởng, xây dựng, lao động và khám phá... Cuộc sống sẽ tuyệt vời hơn rất nhiều đấy!





Bí quyết tạo đường nét cơ thể quyến rũ của *Fashionista Hằng Châu*

Không chỉ gây ấn tượng bởi phong cách thời trang sang trọng, thanh lịch, Fashionista Hằng Châu còn sở hữu vóc dáng và làn da lý tưởng mà nhiều phụ nữ ao ước. Mặc dù đã bước sang tuổi U40, người đẹp vẫn giữ được làn da mịn màng và thân hình thon gọn đúng chuẩn. Một trong những bí quyết giúp cô có được vẻ đẹp hình thể - dù đã trải qua nhiều lần mang thai, đó chính là một lối sống lành mạnh và ứng dụng các liệu pháp thẩm mỹ một cách chọn lọc, an toàn.

▣ BÀI: PINKY - ẢNH: QUOC LE

Để tìm hiểu về các bí quyết làm đẹp của Hằng Châu, cô nàng lấm chiêu Pinky đã có cuộc trò chuyện với cô và bác sĩ Tuyết Nguyễn - Giám đốc Viện Thẩm Mỹ Annie (763 Lê Hồng Phong, Phường 12, Quận 10, TP. Hồ Chí Minh).

Chào Hằng Châu, chị có thể chia sẻ về thói quen sinh hoạt cũng như những bí quyết trong việc làm đẹp của bản thân mình?

Để giữ gìn một vóc dáng cân đối, tôi phải loại bỏ bột đường và tinh bột ra

khỏi thực đơn hàng ngày của mình. Việc giảm thiểu tinh bột ra khỏi khẩu phần ăn hàng ngày từng bước một thực sự sẽ làm cho bạn cảm thấy ít đói hơn, ít có cảm giác thèm ăn hơn và làm giảm tổng thể lượng calo tiêu thụ. Vì vậy, bạn có thể không cần giảm quá nhiều chất béo hoặc hạn chế khẩu phần ăn hàng ngày mà chỉ cần cắt bỏ tinh bột trong thực đơn.

Nếu bạn muốn bắt đầu giảm cân từ việc giảm bớt tinh bột, hãy thực hiện giảm từ từ, bắt đầu từ việc giảm 1/3 lượng tinh bột hàng ngày. Khi cơ thể có dấu hiệu khó chịu, hãy tăng lượng tinh

bột lên, và kiên trì thực hiện cho đến khi cơ thể quen dần trước khi tiếp tục giảm bớt lượng tinh bột.

Bên cạnh đó, việc duy trì thói quen chơi thể thao từ 1 đến 2 tiếng mỗi ngày cũng giúp cho cơ thể tôi được săn chắc hơn. Tuy nhiên, là một người mẹ đã trải qua nhiều lần sinh con bằng phương pháp mổ, mỗi lần mang thai thì lại tăng cân rất nhanh, để có thể quay trở lại vóc dáng ban đầu cùng với vòng eo 62cm, cùng với việc luyện tập thể thao, chế độ dinh dưỡng khoa học, tôi còn chọn sử dụng công nghệ hút mỡ Ultra-Z.

Điều gì khiến chị an tâm trong việc thực hiện thẩm mỹ hút mỡ?

Tôi nghĩ bất kỳ người phụ nữ nào cũng đều có mong muốn được làm đẹp, giữ gìn nét thanh xuân của mình. Trước khi áp dụng bất cứ phương pháp ăn kiêng hoặc can thiệp thẩm mỹ nào, tôi đều tham khảo ý kiến của các bác sĩ hoặc chuyên gia về sức khỏe.

Đối với tôi, Tuyết Nguyễn không chỉ là một nữ bác sĩ tận tâm với nghề mà còn là một người bạn mang lại cho tôi những kiến thức về làm đẹp, khiến tôi an tâm về sự tiến tiến của khoa học trong việc loại bỏ mỡ thừa, giúp cơ thể mình săn chắc.

Xin chào bác sĩ Tuyết Nguyễn. Bác sĩ có thể cho biết những yếu tố nào đã đưa công nghệ Ultra-Z trở thành công nghệ được bác sĩ ưu tiên lựa chọn?

Điểm ưu việt khiến công nghệ Ultra-Z được tôi lựa chọn áp dụng là do 36 nghìn lần Rung mỗi giây từ Ultra-Z là tốc độ tốt nhất để nhũ hóa tế bào mỡ.

Vậy công nghệ hút mỡ Ultra-Z có điểm gì khác biệt với các công nghệ trước đây?

Điểm khác biệt khiến công nghệ Ultra-Z được giới chuyên môn đánh giá cao là do phương pháp này chỉ nhũ hóa chất béo mà không gây tổn thương mô khác.

Nó mang lại 3 hiệu quả: Ít đau hơn, ít chảy máu hơn và ít sưng hơn. Bên cạnh đó, chỉ cần gây tê cục bộ khi can thiệp, phục hồi nhanh và phẫu thuật an toàn.

Các công nghệ hút mỡ hỗ trợ bởi Laser trước đây có thời gian phẫu thuật lâu hơn, laser tạo than bụi do đốt cháy, độ cứng da tạo bởi đốt cháy (mà không nhũ hóa) do nhiệt từ hiệu ứng Laser.

Trong khi áp dụng Ultra-Z, chỉ có tế bào mỡ và các bong bóng mỡ bị nổ phá hủy và nhũ hóa.

Các phương pháp hút mỡ truyền thống thường gây nhiễm trùng seroma, vậy sử dụng Ultra-Z có nguy cơ nhiễm trùng không?

Phương pháp truyền thống tác động năng lượng và nhiệt một cách quá mức cần thiết từ ống thông dò khá lớn có đường kính 5mm và ống rỗng dùng để hút mỡ. Nó gây ra bóng tử bên trong, nhiễm trùng seroma và thường cho kết quả phẫu thuật khá tệ.

Ultra-Z sử dụng năng lượng hiệu quả hơn và chỉ tác động tập trung lên tế bào mỡ qua đầu dò có kích thước rất nhỏ, có thể áp dụng không chỉ cho các khu vực cần điều trị mà còn có thể áp dụng các ứng dụng điều trị đặc biệt khác. Nên việc sử dụng công nghệ Ultra-Z an toàn hơn các phương pháp khác.



Cảm ơn những chia sẻ của fashionista Hằng Châu và bác sĩ Tuyết Nguyễn. Hi vọng qua cuộc trao đổi này sẽ giúp các độc giả có thêm kiến thức trong việc giữ gìn vóc dáng và chọn lọc các công nghệ thẩm mỹ. Chúc hai chị luôn khỏe đẹp và có được nguồn năng lượng tích cực trong cuộc sống của mình.





"Đến Đà Nẵng chưa ghé Bép Trang, chưa thưởng thức Mỳ Quảng Ếch thì hãy khoan vội!"



Bép Trang MỠ QUẢNG ẾCH

Với niềm đam mê và khát vọng đưa ẩm thực Đà Nẵng lên một vị thế mới trên bản đồ ẩm thực thế giới, những chủ nhân trẻ tuổi của Bép Trang ngay từ ngày đầu khởi nghiệp, bên cạnh mục tiêu kiên định xây dựng giá trị cốt lõi từ chất lượng và uy tín, đã mạnh dạn đầu tư hình ảnh bài bản, trường kỳ trên các kênh truyền thông lớn, hiện đại. Chính vì vậy, chỉ trong một thời gian ngắn, chỉ từ các món ăn truyền thống, dân dã, vốn được rất ít người biết đến, Bép Trang đã gây dựng thương hiệu, phát triển thành chuỗi nhà hàng lớn, trở thành một điểm sáng trong bức tranh ẩm thực của du lịch Đà Nẵng.

Món ăn "check-in" xác nhận điểm đến Đà Nẵng!

Mấy năm trở lại đây, chỉ cần nói đến Mỳ Quảng ếch là người ta dường như ngay lập tức gắn nó với thương hiệu Bép Trang và địa danh du lịch nổi tiếng - Đà Nẵng.

Chỉ cần bạn khoe tấm hình vừa "check-in" ở Mỳ Quảng ếch, hầu như ai cũng nhận ra bạn đang ở Đà Nẵng - đó thật sự là một thành công và là niềm tự hào không hề nhỏ của chủ nhân Bép Trang.

Mặc dù được xem là "đặc sản mới" của Đà Nẵng, nhưng kỳ thực Mỳ Quảng ếch lại là món ăn quen thuộc từ lâu trong đời sống dân dã của những người

nông dân chân lấm tay bùn khi xưa. Đó là khi trong nhà chẳng còn đủ tiền để mua thịt, cá nhưng chồng con cứ thèm ăn mỳ quảng, thì đám ếch nhái ộp oạp inh òi ngoài đồng chính là một lựa chọn hữu hiệu. Đây không phải là một thử nghiệm chỉ nhằm thay đổi khẩu vị dành cho một món ngon đã quá đỗi quen thuộc và phổ biến của xứ Quảng, đây chính là sự sáng tạo đầy công phu bởi đôi bàn tay đảm đang vén khéo của các bà, các chị, các mẹ yêu chồng thương con. Bép Trang không chỉ kế thừa được sự công phu tỉ mỉ đó trong từng công đoạn lựa chọn nguyên liệu tươi ngon, cũng như tấm ướp sao cho

đủ vị, tròn hương... mà còn nâng tâm, đặt món ăn lên bàn tiệc bằng những trau chuốt thật tinh tế, đẳng cấp.

Ngồi thư thái trong không gian sạch sẽ, thoáng mát, thong thả tự tay gấp một nhúm mì mềm dai, thêm chút rau sống còn xanh mướt, với tay xẻ một miếng thịt ếch vàng ươm, thơm lừng nóng hổi, chan thêm miếng nước nhân sọng sánh đang tỏa hương nức mũi, rồi tỉ mỉ bỏ chút tương ớt xay, chút đậu phụng giã dập thơm lừng, vắt thêm vài giọt chanh tươi thơm mát, bẻ thêm miếng bánh tráng nướng giòn tan cho đúng điệu, cắn thêm miếng ớt xanh cay nồng, hòa trộn lại rồi thưởng thức cùng một lượt... mới biết tại sao nó lại đến tìm ta dễ thương đến vậy, mới hiểu tại sao Mì Quảng ếch Bếp Trang luôn được xếp đầu danh sách những món đặc sản "must try" (phải thử) khi đến Đà Nẵng.

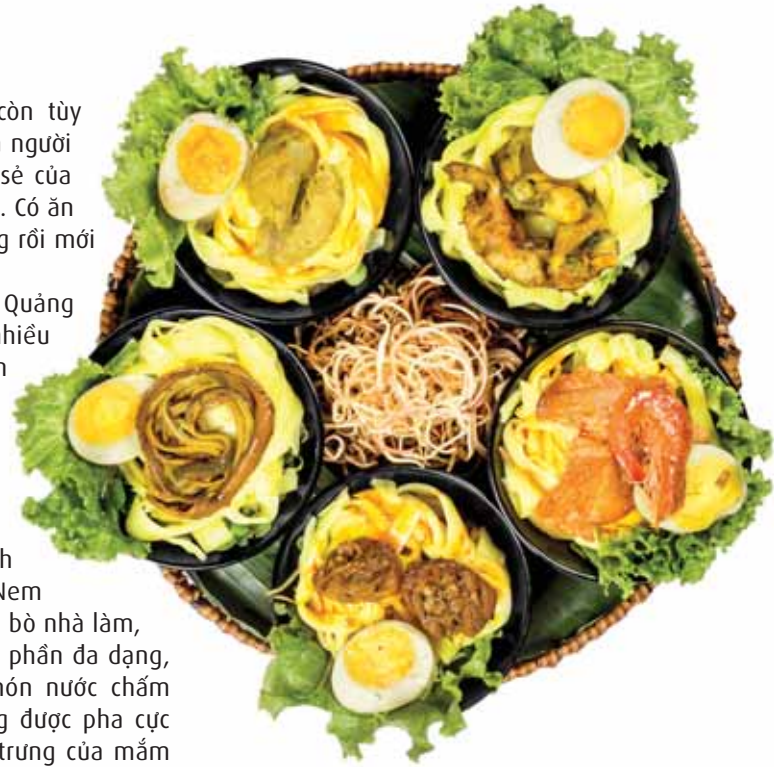
Điểm hẹn yêu thích của người nổi tiếng

Ăn một món ăn ngon, ngoài hương vị, ta như còn nếm được cả cái sự nhiệt tâm mà người chế biến đã truyền vào đó. Ở Bếp Trang, sự chu toàn được thể hiện trong sự kết hợp hài hòa của các loại gia vị, nguyên liệu tươi ngon được đảm bảo chất lượng từng ngày. Các công đoạn lựa chọn nguyên liệu, nêm nếm nổi nước nhân đều được thực hiện bởi chính tay cô chủ Nguyễn Thị Xuân Trang.

Món ăn muốn ngon, còn tùy thuộc vào sự tinh ý của người đứng bếp như lời chia sẻ của cô chủ quả là không sai. Có ăn thử món ăn ở Bếp Trang rồi mới thấm thía điều đó.

Không chỉ có Mì Quảng ếch, Bếp Trang có nhiều sự lựa chọn hấp dẫn dành cho thực khách với đầy đủ các loại Mì Quảng tôm thịt, gà, cá lóc, vịt...; các món đặc sản khác của Đà Nẵng như Thịt heo cuốn bánh tráng, Gỏi cuốn, Ram, Nem nướng, Cá nục hấp, Chả bò nhà làm, các suất cơm đĩa, cơm phần đa dạng, đẹp mắt... Đặc biệt món nước chấm mắm nêm ở Bếp Trang được pha cực khéo: đủ vị thơm đặc trưng của mắm ngon, vừa đủ vị đậm đà của ăm thực miền Trung nhưng vẫn nổi vị ngọt dịu và chua mềm rất nịnh miệng.

Món ăn ngon, độc đáo cùng địa điểm đẹp, không gian rộng rãi, ấm cúng, sang trọng, giá cả bình dân cùng kinh nghiệm lâu năm trong việc phục vụ, chăm sóc khách hàng, Bếp Trang luôn là điểm đến yêu thích của rất nhiều nghệ sĩ, người nổi tiếng mỗi khi đến với Đà Nẵng.



Đến với Bếp Trang là đến với trung tâm Đà Nẵng:

n 186-188 Phan Châu Trinh, Đà Nẵng
n 24-26 Lê Hồng Phong, Đà Nẵng
n 441 Ông Ích Khiêm, Đà Nẵng
n 10 Hà Bồng, Đà Nẵng

Mở cửa hàng ngày từ 7h đến 22h
Hotline: 0766 771 772





THU ƠI! HÀ NỘI QUÁN

Ẩm thực Hà Nội thường đi cùng với những khái niệm thanh, dịu, tinh tế, rõ vị riêng của từng thức và dễ hòa hòa với nhiều gu ẩm thực của các vùng miền khác. Những món ăn bình dân quen thuộc của người Hà Nội được giới thiệu trong chuyên mục kỳ này đều sẽ ngon miệng hơn rất nhiều với tiết Thu mát mẻ của Hà Nội. Thông thả, nhẩn nha thưởng thức hết một lượt để tận hưởng “Ôi ngon, Hà Nội bánh!” hẳn sẽ là một trải nghiệm cực thú vị với những người có tâm hồn ăn uống như mình.

Ề BÚN ỐC PHÙ TÂY HỒ

Ốc dùng để nấu bún thường được chọn lựa kỹ lưỡng từ loại ốc bắt được dưới Hồ Tây, chọn con to khỏe, có thịt béo, giòn dai. Ốc không được ngâm quá lâu, các con ốc gầy, chết sẽ được loại bỏ trước khi cho vào nồi luộc. Riêng về phần bún, nhiều hàng chỉ chọn loại bún của làng nghề Phú Đô, huyện Từ Liêm, bởi sợi bún ở đây rất nhỏ, dẻo dai và không bị nát. Tùy vào quán mà bún có mức giá khác nhau, dao động từ 40.000 đồng - 60.000 đồng/tô.

Quanh khu vực Phù có rất nhiều quán bán bún ốc. Chất lượng các quán khá đồng đều, giá cả được niêm yết cụ thể, công khai trên menu, nhưng quán vẫn được nhiều người Hà Nội gốc lựa chọn hơn cả.



Ề TIMIBON QUÁN

Tiêu chí của TIMIBON quán là mang tới cho thực khách một trải nghiệm ẩm thực sang trọng, cao cấp về chất lượng thực phẩm và dịch vụ với chi phí hấp dẫn, phù hợp đại chúng.

Mọi món ăn trước khi đem ra đều được chuẩn bị kỹ lưỡng, khéo léo từ khâu chọn nguyên liệu cho tới việc nêm nếm, xào nấu và cuối cùng là trình bày lên đĩa như một tác phẩm ẩm thực, phục vụ khách hàng những bữa ăn vừa đẹp mắt, vừa ngon miệng.

TIMIBON quán nhận phục vụ trọn gói đặt tiệc-sự kiện-sinh nhật. Liên lạc qua hotline hoặc email nhà hàng để được tư vấn menu riêng.

Địa chỉ: 26 Nguyễn Thị Định, phường Trung Hòa, quận Cầu Giấy, Hà Nội

Hotline: 024 62888826 - 097 6692999

Email: nhahangtimibon@gmail.com



Ề BÁNH GIÒ

Một trong những món quà rẻ tiền, dễ ăn: hầu như mọi lứa tuổi đều có thể ăn được; phù hợp với bất kể mùa nào, hay buổi nào trong ngày mà không bị ngán, vô cùng quen thuộc với người Hà Nội - đó chính là bánh giò. Bánh giò được làm từ bột gạo tẻ ngâm kỹ, nhân có thịt băm, mộc nhĩ, hành khô tẩm ướp đậm đà ăn rất hợp vị.

Thông thường người Hà Nội sẽ ăn bánh giò với dưa góp cho đỡ ngấy, thêm giò chả cho ấm bụng hoặc có thể cho thêm xì dầu và tương ớt tùy vào khẩu vị mỗi người cũng rất ngon. Đây là một trong những món ăn sáng thanh nhẹ hoặc ăn vặt giống như các thức quà chiều, quà xế nhưng khá đầy đặn, giá lại chỉ khoảng 10.000-15.000đồng/chiếc.

Bạn có thể tham khảo vài địa chỉ bánh giò ngon và dễ kiếm như:

- Bánh giò Thụy Khuê: 5 Thụy Khuê, Q.Tây Hồ
- Hàng bánh giò quê: Vườn Hoa Pasteur, Q.Hai Bà Trưng
- Bánh giò Đông Các: 33 Đông Các, Ô Chợ Dừa, Q.Đống Đa



Ề KEM TRÀNG TIỀN

Ra đời từ năm 1958, hương vị kem và có lẽ cả vị trí “trung tâm phố lớn” ở đây đã hấp dẫn không biết bao nhiêu thế hệ người Hà Nội. Vị dẻo thơm của hạt cốm xanh xanh trong que kem cốm, hay những sợi dừa ngọt thanh trong kem dừa..., tất cả tạo nên một thương hiệu kem ngọt dịu, thơm mát dễ thương đến say lòng. Từ những em bé, những bạn học sinh, người lớn cho tới những cụ già, tất cả đều như có một niềm vui thích xen lẫn đôi chút tự hào mỗi khi nhắc tới hay thưởng thức món kem “trứ danh” của Hà Nội này. Check-in kem Tràng Tiền cũng là một địa chỉ đặc sản ẩm thực hấp dẫn của du khách phương xa mỗi khi đến thăm Hà Nội đó nhé.

Địa chỉ: 35 Tràng Tiền, Q.Hoàn Kiếm





Ề BÁNH TÔM HỒ TÂY

Xưa bánh tôm Hồ Tây nổi tiếng có lẽ bởi vì quán bánh tôm sang chảnh bậc nhất ở Hà Nội nằm ở vị trí tuyệt đẹp ngay bên Hồ Tây. Và tôm làm bánh cũng là loại tôm tươi rói được đánh bắt trong ngày từ Hồ Tây. Lâu dần thương hiệu bánh tôm Hồ Tây trở thành tên gọi quen thuộc của người Hà Nội và cả khách phương xa khi nhớ về món bánh tôm - đặc sản ăn chơi của người Hà Nội. Bánh tôm khá phổ biến trên những con phố lớn ở Hà Nội. Đây cũng là món ăn vặt quen thuộc của nhiều học sinh sinh viên, gắn liền với kí ức của tuổi học trò. Những con tôm được chọn làm bánh phải là tôm tươi, chắc thịt, được bọc trong lớp bột mì, bột khoai lang đánh với trứng, khi chiên lên tôm có màu đỏ gạch nằm trên miếng bánh tròn cỡ lòng bàn tay màu vàng ruộm rất bắt mắt. Một đĩa bánh kèm một đĩa rau sống đặt ở giữa bàn ăn, chấm cùng nước chấm chua ngọt, cay cay ngon tuyệt vời.

Còn có một phiên bản là nguyên bản của món bánh tôm dân dã xưa. Phần bánh thay vì bằng bột gạo pha lẫn bột khoai lang, thì cô bán hàng lại xắt khoai lang thành sợi và trộn với bột gạo rồi rưới mứt ra từng phần chiên giòn. Làm bánh tôm kiểu này nhìn tuy không đẹp mắt, gọn ghẽ bằng kiểu bánh bột trộn nhuyễn, nhưng ăn kiểu này có cái thú riêng, nhất là với những ai muốn đồ ăn chiên giòn đến độ được nhai rôm rốp trong miệng mới thích.

Một số địa điểm ăn bánh tôm ngon ở Hà Nội:

Các cửa hàng bánh tôm quanh Hồ Tây.

- Bánh tôm 48 Hàng Bồ
- Bánh tôm 25 Lê Đại Hành
- Bánh Gối & Bánh Tôm 106 Nguyễn Hữu Huân



Ề CHẢ RƯỚI

Chả rươi hay rươi đúc trứng được coi là món đặc sản "của hiếm" của Hà Nội, bởi mùa rươi chỉ xuất hiện trong khoảng thời gian rất ngắn vào cuối thu.

Chả rươi Hà Nội đặc biệt thơm ngon vì có các nguyên liệu đặc trưng như thịt ba chỉ, trứng vịt, trứng gà, lá lốt, hành hoa, thì là, lá gừng, hạt tiêu, mì chính, nước mắm. Đặc biệt không thể thiếu vỏ quýt tươi giúp khử bớt mùi tanh cũng như làm dậy thêm hương vị của món ăn.

Chả rươi được rán trên chảo mỡ nóng già, đun nhỏ lửa. Cắn một miếng sẽ cảm nhận được lớp vỏ giòn rụm cùng phần chả ngọt mềm, béo béo, thơm ngậy mùi dầu quýt. Cuốn chả rươi với rau sống, kèm thêm miếng bún trắng rồi chấm cùng nước mắm chua cay thanh nhẹ trong tiết trời se lạnh có lẽ chẳng còn điều gì tuyệt vời hơn.

Một số địa chỉ bán chả rươi tại Hà Nội:

- Cửa hàng chả rươi Hưng Thịnh: 1 Hàng Chiếu, Q.Hoàn Kiếm
- Chả rươi Gia Ngư: 25 Gia Ngư, Q.Hoàn Kiếm
- Chả rươi Hàng Béo: 244 Lò Đúc, Đống Mác, Q.Hai Bà Trưng

Ề BÁNH CUỐN NÓNG

Để làm ra được bánh cuốn "đúng chuẩn", người thợ làm bánh phải chọn loại gạo tẻ ngon, ngâm 3 tiếng trong nước sạch rồi xay nhuyễn. Bánh được tráng lên một chiếc vỉ làm bằng vải phin trắng, đặt trên nồi nước nóng luôn sôi già để bánh được hấp chín bằng hơi.

Bánh cuốn được tráng mỏng như một tấm lụa mịn. Cho chút xíu hành mỡ thoa nhẹ lên mặt bánh, thêm chút nhân là thịt băm xào với mộc nhĩ, nấm hương, tiêu, mắm đậm đà và cuốn tròn lại. Đĩa bánh nổi bật bởi sắc trắng của lớp bánh mỏng bọc ngoài lớp nhân thịt, rắc thêm chút hành phi vàng và một nhúm rau mùi láng thơm đặc trưng. Bánh cuốn nóng thường được ăn kèm cùng với chả quế. Miếng chả thơm lừng cùng miếng bánh cuốn mịn màng, nhân thịt thơm mùi tiêu nấm, nước chấm chua ngọt dịu vị, thêm chút tinh dầu cà cuống thơm nức hòa quyện cùng nhau tạo nên một hương vị ngon lạ, không lẫn vào đâu được.

Một số địa chỉ bạn nên đến để thưởng thức bánh cuốn ở Hà Nội:

- Bánh cuốn Bà Hoàn: 66 Tô Hiến Thành - Giá từ 30.000 đến 60.000 đồng.
- Bánh cuốn rước tôm: 68 Hàng Cót - Giá từ 30.000 đến 66.000 đồng.
- Bánh cuốn chả, thịt nướng: 14 Bảo Khánh - Giá từ 15.000 đến 33.000 đồng.





Ê PHỞ RÁN KHÂM THIÊN

Ngoài các món phở bò, phở gà, phở cuốn, phở chiên phồng, Hà Nội còn có một món ăn độc đáo khác là phở rán. Món phở rán làm nên thương hiệu cho quán đã có hơn 40 năm tuổi đời. Những cuộn phở được ép chặt với nhau, nén lại và rán giòn vàng 2 mặt tựa như phần đế của một chiếc bánh pizza. Phở rán được ăn với một bát nước sốt đi kèm bao gồm nhân thịt bò hoặc gan, tim, cật heo xào với cải trắng, hoặc sốt Chay tùy theo lựa chọn của thực khách. Nước sốt dạng sệt, mằn mặn thơm thơm, lấy một miếng phở chiên chấm vào bát nước sốt nóng hổi cho thật thấm, thật quyến rồi đưa lên miệng và vừa chậm chậm nhai, vừa tận hưởng những cơn gió thu cuối ngày mát lạnh, thật không gì thú bằng.

Địa chỉ: 206 Khâm Thiên, Q.Đống Đa. Giá từ 45.000 đồng/suất.

Ê PHỞ CUỐN HÀ NỘI

Là một món ăn không còn xa lạ gì với người Hà Nội và hiện đã có mặt ở khắp mọi miền đất nước. Phở cuốn đơn giản, dễ làm, mỗi cuốn phở gồm thịt bò xào vừa chín tới ngọt mềm, xà lách, rau thơm, cà rốt cắt thanh nhỏ... chấm kèm nước mắm chua chua, ngọt ngọt, cay cay rất đưa miệng. Đến Hà Nội, bạn nhớ ghé qua "con phố phở cuốn" ở đoạn Ngũ Xã với các hàng chuyên bán phở cuốn, phở chiên phồng nổi tiếng.

Một số gợi ý cho bạn:

- Phở cuốn Ngũ Xã: 233A Tô Hiệu, Q.Cầu Giấy
- Phở cuốn Hương Mai: 25 Ngũ Xã, Q.Ba Đình
- Phở cuốn Hưng Bền: 35 Nguyễn Khắc Hiếu, Q.Ba Đình



Ê XÔI KHÚC CẦU GỖ

Có lẽ xôi khúc là món ăn bình dị nhất trong danh sách các món ăn vật ngon Hà Nội nhất định bạn phải thử. Tuy đơn giản nhưng đừng vì thế mà bỏ qua món ngon này. Cắm gói xôi nóng hổi vừa ăn vừa thổi trong một chiều the the gió lạnh, cảm nhận vị ngọt bùi, dẻo thơm đặc trưng của gạo nếp và bột lá khúc, hòa quyện với lớp nhân đậu xanh, tiêu sọ bùi béo đậm đà chắc chắn sẽ khiến bạn phải xuýt xoa.

Nếu muốn, bạn cũng có thể gọi thêm miếng giò lụa hoặc chả quế ăn kèm xôi khúc cũng rất ngon miệng và thêm chắc bụng.

Địa chỉ: Bánh khúc Quận: 35 Cầu Gối, Hàng Bạc, Q.Hoàn Kiếm

Kiên Nhi **OPSURE**[®]

*Trẻ biếng ăn, chán ăn do tiêu hóa kém
Ra mồ hôi trộm...*



CÔNG THỨC: Cho 1 chai 90ml. Hoàng kỳ 8g, Trần bì 4g, Hoàng cầm 4g, Lai phục tử (sao) 4g, Bạch truat (sao) 4g, Mạch môn 8g, Sơn tra (sao) 4g. **CHỈ ĐỊNH:** Trẻ em biếng ăn, chán ăn do tiêu hóa kém, dinh dưỡng không cân đối, đầy bụng, lòng bàn tay, bàn chân nóng, tự ra mồ hôi, mồ hôi trộm, yếu sức, đại tiện không đều. **LIỀU DÙNG VÀ CÁCH DÙNG:** Trẻ em từ 6 tháng đến 2 tuổi: mỗi lần 2,5 - 5ml. Trẻ em từ 2 tuổi đến 3 tuổi: mỗi lần 5 - 7,5ml. Trẻ em trên 3 tuổi: mỗi lần 7,5 - 15ml. Ngày uống 2 lần. Uống trực tiếp hoặc pha loãng với nước để uống. Lắc đều chai trước khi dùng. **CHỐNG CHỈ ĐỊNH:** Bệnh nhân mẫn cảm với bất kỳ thành phần nào của thuốc. **DẠNG THUỐC VÀ TRÌNH BÀY:** Cao lỏng. Hộp 1 chai 90ml. **BẢO QUẢN:** Nơi khô mát, nhiệt độ dưới 30°C. **Đọc kỹ hướng dẫn sử dụng trước khi dùng.** Điện thoại liên hệ: 1800 5555 18 - 08.38778899 hoặc Website: opcpharma.com. Số giấy xác nhận nội dung quảng cáo thuốc của Cục QLD-BYT: 0507/2017/XNQC/QLD, ngày 21/3/2018.

Điện thoại liên hệ
1800 5555 18

Nhà sản xuất:
**CÔNG TY CỔ PHẦN DƯỢC PHẨM
OPC**
1017 HỒNG BÀNG, PHƯỜNG 12, QUẬN 6, TP. HỒ CHÍ MINH
ĐT: 028.37517111 Fax: 028.38752048 Web: www.opcpharma.com



Công ty là doanh nghiệp đạt
Thương Hiệu Quốc Gia 2014





Cao ráo, thanh mảnh, làn da trắng sứ, mái tóc vàng óng cắt ngắn, hất ngược gọn gàng và bờ mi vàng hoe mờ mờ lung phủ trên ánh mắt có phần lơ đãng; cộng đôi chút bất cần, thêm một chút kiêu kỳ, thêm một chút lạnh lùng, thêm một chút mong manh thoát tục... Tilda Swinton luôn xuất hiện trước công chúng với hình ảnh phi giới tính đầy vẻ mê hoặc như thể cô vừa bước ra từ những bức tượng, bức tranh thần thoại cổ xưa của những danh tác đại tài.

▫ THI NGUYỄN

Tilda Swinton

Viên ngọc phi giới tính độc - lạ và hiếm có của điện ảnh thế giới!

Gia thế khủng, cá tính mạnh

Tilda Swinton - tên đầy đủ là Catherine Matilda Swinton, sinh ra trong gia đình - được xem là một trong những dòng tộc lâu đời nhất ở Anh. Cha của cô từng là tướng chỉ huy sư đội bảo vệ gia đình hoàng gia Anh. Thừa ấu thơ, Tilda đã từng sống vài năm tại Đức khi cả gia đình theo chân cha cô đi làm nhiệm vụ. Là con gái duy nhất trong một gia đình quân nhân, Tilda cùng 3 anh em trai được cha mẹ nuôi dạy rất chu đáo và khá nghiêm khắc. Tuy nhiên, Tilda lại có xu hướng đam mê nghệ thuật từ nhỏ, tính cách khá tự do, phóng khoáng, nhiều lúc vượt ra khỏi khuôn phép thông thường. Chính vì vậy, năm lên 10 tuổi, cô bé đã được cha mẹ gửi vào trường nội trú West Heath - bạn học thời kỳ này của Tilda có cả Công nương Diana tương lai - với mong muốn cô tiểu thư xinh đẹp sẽ học được cách cư xử của một quý tộc thực sự.

Ở trường, Tilda sớm nổi tiếng là một học sinh thông minh xuất chúng và rất hiếu học. Cô bé đặc biệt thích thú với nhà hát và dàn hợp xướng. Nhưng nội quy nghiêm ngặt và kỷ luật khắt khe ở trường nội trú khiến Tilda thường có những hành động phản kháng, nổi loạn. Cô bé đã nhiều lần bị cha mẹ nghiêm khắc trách phạt vì

thường xuyên nhận được những lời phàn nàn từ giáo viên hay ban giám hiệu nhà trường. Mặc dù có không ít lần vi phạm các quy tắc ứng xử của trường, nhưng với thành tích học tập đáng nể, Tilda vẫn tốt nghiệp, ra trường một cách đầy tự hào.

Bản lĩnh dẫn thân và học vấn danh giá

Rời trường nội trú, Tilda tiếp tục theo học tại Đại học Fetts College danh tiếng. Sau khi nhận bằng tốt nghiệp, Tilda Swinton quyết định dành 2 năm làm việc thiện nguyện tại các trường học ở Cộng hòa Nam Phi rồi trở thành người ủng hộ các ý tưởng chính trị cánh tả. Vào năm 1979, cô tiểu thư 19 tuổi Tilda - trước sự ngạc nhiên của nhiều người trong giới quý tộc, đã trở thành thành viên của Đảng Cộng sản Vương quốc Anh.

Trở về từ châu Phi đói nghèo, Tilda quyết định tiếp tục theo học ngành Khoa học Chính trị và Xã hội tại Cambridge. Cô gái trẻ nhiệt tình nghiên cứu văn học, xã hội học và dĩ nhiên là cả khoa học chính trị. Tuy nhiên, càng đi sâu vào học thuật, tình yêu bùng cháy của cô với phong trào chính trị cánh tả đã sớm tan biến, Tilda dồn hết tâm trí và niềm đam mê của mình cho kịch bản, nhà hát và các công việc liên

quan đến nghệ thuật.

Thời gian theo học ở Cambridge, Tilda gây ấn tượng mạnh và được giới học giả đánh giá cao về nền tảng tri thức, nghệ thuật cũng như khả năng viết lách của mình. Trong 3 năm ở Cambridge, Tilda đã tham gia vào 22 dự án sản xuất kịch qua 9 khóa học, thực hiện những tác phẩm kinh điển của Shakespeare hay Athol Fugard. Sau khi tốt nghiệp, Tilda ngay lập tức được mời đến Stratford làm việc tại Royal Shakespeare Company. Tuy nhiên công việc bận rộn, mô phạm và áp lực đến mức cô gái trẻ đầy cá tính không thể tìm thấy niềm vui trong công việc. Sau này, khi nhớ về quãng thời gian đó, Tilda chia sẻ rằng: Thời điểm đó, cô chẳng cảm thấy một chút nghệ thuật nào trong công việc biểu diễn, cũng như tính nghệ sĩ nào trong bản thể của chính mình.

Tilda sau đó tiếp tục tìm kiếm trải nghiệm cảm xúc nghệ thuật khi chuyển đến Edinburgh. Tại đây, Tilda đã lần đầu tiên chạm đến dấu ấn nghệ thuật đặc biệt khi được chứng kiến và làm việc trực tiếp với hai huyền thoại sống người Scotland là Stanley Baxter và Ronnie Corbett trên sân khấu huy hoàng của King's Theatre. Thời gian này, Tilda Swinton cũng dành sự



Cùng người tình tri kỷ kém 22 tuổi - Sandro Koop

chú ý đặc biệt của mình tới đạo diễn Pháp Robert Bresson với chuẩn mực điện ảnh của ông. Sau này, Tilda tiếp tục nhận thêm hai bằng tiến sỹ tại đại học Edinburgh Napier và Học viện Âm nhạc - Điện ảnh hoàng gia Scotland.

Robert Bresson là đạo diễn lừng danh của điện ảnh Pháp, tiên phong trong việc áp dụng trường pháp tối giản vào điện ảnh. Phim của ông luôn đem lại hiệu quả tối đa qua những kỹ thuật tối thiểu. Ông từ chối những chuyển động máy phức tạp, thay vào đó là góc quay tương ứng với tầm mắt con người. Nhân vật trong phim ông cũng đều được giản lược, được đóng bởi những diễn viên không chuyên nhưng vẫn mang theo một sức hút bí ẩn. Vẻ đẹp trong phim của Bresson đến từ cách ông thể hiện mạnh mẽ và thâm thúy cảm xúc và đam mê của con người. Những tác phẩm này đều mang biểu hiện nghệ thuật sống động về bản chất thực sự của con người.

Duyên nghiệp lạ và lựa chọn khác người

Khi đã trở thành minh tinh nổi tiếng của làng điện ảnh thế giới, trong một cuộc phỏng vấn với Out Magazine, Tilda vẫn thừa nhận diễn xuất chưa bao giờ là điều mà cô nghiêm túc định nghĩa trong những năm tháng tuổi trẻ tại Cambridge. Và cho đến tận bây giờ, mọi kỹ năng sân khấu, điện ảnh của cô đều bắt nguồn từ cảm xúc và đam mê, tuyệt nhiên không hề có một sự đầu tư bài bản nào cho việc "làm thế nào để trở thành một diễn viên xuất sắc". Cô cũng đã không ít lần tự trào về nghề nghiệp của mình, khi tự định danh

mình là một "người mẫu bán thời gian kiêm thành hề": là người kể chuyện, là kẻ truyền cảm hứng, chứ không phải là một diễn viên đơn thuần nghiền ngẫm kịch bản và biểu cảm nó trước ống kính. Điện ảnh mê hoặc Tilda vì cô có thể tự do khám phá cách nắm bắt sự sống và ánh sáng trong khi đặt mình vào bóng tối dưới lớp vỏ của một nhân vật khác.

Vẻ đẹp khác lạ, phong cách thời trang menswear đầy nổi loạn cùng cá tính độc đáo của Tilda trong nghệ thuật khiến các nhà làm phim bắt đầu để ý đến cô. Vai diễn đầu tiên chạm ngõ điện ảnh khi Tilda Swinton đã bước qua tuổi 26 (Caravaggio 1986) nhưng cô rất nhanh bước vào hàng sao chỉ sau vài vai diễn. Năm 1991 với vai diễn Nữ hoàng Isabella của nước Pháp trong Edward II, Tilda đã giành được Cúp Volpi cho "Nữ diễn viên xuất sắc nhất" tại Liên hoan phim Venice 1991. Năm 2008, cô tiếp tục giành được giải Oscar và giải BAFTA cho "Diễn viên phụ xuất sắc nhất" với vai diễn Karen Crowder trong phim "Michael Clayton".

Ngay từ những ngày đầu, khi quyết định bỏ sân khấu để tập trung cho nghệ thuật thứ bảy, Tilda đã định hướng rõ ràng con đường nghệ thuật mà mình theo đuổi sẽ tách cô ra khỏi những vòng quay hối hả của ngành công nghiệp điện ảnh. Giống như một nghệ sĩ luôn muốn đi đến tận cùng tâm hồn của điện ảnh, Tilda thường chọn lấy những câu chuyện, rồi để các giác quan của mình dẫn lối trong các kịch bản mà cô tham gia.

Giới tính của các thiên thần trong quan niệm xưa hầu hết được miêu tả rất mơ

hồ. Là một người có xu hướng sống đồng tính, Tilda luôn cởi mở với những điều mới mẻ, khác lạ. Quý phái và quyết liệt, Tilda truyền tải cái đẹp của sự phi tính dục trong từng vai diễn của mình một cách tối giản nhất trong mỗi hành động, cử chỉ của diễn xuất, tạo nên một hiệu ứng cảm xúc nghệ thuật lạ lẫm, độc nhất, không lẫn với bất kỳ ngôi sao nào khác. Đầu là vào vai tổng lãnh thiên thần Gabriel trong "Constantine", hay nhập vai ma cà rồng trong "Only Lovers Left Alive"... Tilda luôn tạo được phong cách đa diện nhân trong vẻ ngoài dị biệt của mình. Đặc biệt với "Doctor Strange", màn hóa trang của Tilda bị cuốn vào tranh cãi khi nhiều người không tán thành việc để một diễn viên da trắng châu Âu vào vai nhân vật da màu châu Á trong nguyên tác. Tuy nhiên với khả năng hóa trang tài tình và phong cách diễn xuất nhập thần, một lần nữa "tắc kè

Tilda Swinton

hoa" Tilda lại chinh phục khán giả trong vai diễn "Thượng Cổ Tôn Giả". Gần đây nhất trong dự án phim kinh dị "Suspiria" năm 2018, Tilda đã khiến người hâm mộ và giới chuyên môn ngả mũ thán phục khi đảm đương xuất sắc hai vai: nam nhà tâm lý học 82 tuổi Josef Klemperer già nua và nữ biên đạo múa trẻ trung, nóng bỏng.

Biểu tượng thời trang cả trên màn ảnh lẫn ngoài đời thực

Tilda là một trong số ít những nữ diễn viên có khả năng chụp ảnh và tạo dáng trước ống kính như một siêu mẫu thực thụ. Nữ minh tinh thường xuyên xuất hiện trong danh sách những người ăn mặc đẹp nhất, được công nhận như một fashionista và luôn nằm trong danh sách khách mời của những sự kiện thời trang lớn. Thậm chí, ngay cả khi Tilda xuất hiện với một trang phục có vẻ lộn xộn, người ta cũng vẫn tin rằng đây là một sự lộn xộn có chủ ý - bởi đó là Tilda - người tạo ra phong cách riêng cho quần áo và lối sống của mình.

Vóc dáng mảnh dẻ cho phép cô có thể biến hóa thành bất kỳ nhân vật nào mong muốn: từ một nữ hoàng xinh đẹp, một ma cà rồng thời trang, nữ ca sĩ nhạc rock cho tới một... bà già quái quỷ hay thậm chí một tôn giả đầu trọc Tây Tạng, một ông

lão già cả, dị hợm... Tất cả những vai diễn trong sự nghiệp của Tilda đều ghi dấu phong cách cá nhân: tối giản, cá tính, nổi loạn nhưng cũng rất thanh lịch, quý phái và thời thượng.

Đời thường cũng rất khác thường

Năm 1985, khi đang làm việc tại nhà hát King's Theatre tại Edinburgh, Tilda Swinton đã phải lòng nghệ sĩ, nhà biên kịch nổi tiếng John Byrne người Scotland khi cô mới 25 còn anh đã 45 tuổi. Năm 1989 cặp đôi tổ chức đám cưới nhưng đến năm 1997 mới có với nhau cặp song sinh một trai, một gái Xavier và Honor.

Năm 2004, Tilda khi đó 44 tuổi đang rất nổi tiếng đã gặp Sandro Koop - là một nghệ sĩ thị giác người Đức lúc đó mới 22 tuổi trên phim trường "Biên niên sử Narnia", khi cô vào vai Phù thủy trắng và Koop vô danh vào vai một nhân mã. Năm 2005, Tilda đệ đơn ly hôn Byrne nhưng cả hai đều giữ kín, không công bố chính thức. Cặp đôi vẫn sống chung nhiều năm sau dưới một mái nhà cùng với Sandro Koop và những đứa trẻ khiến cho báo giới một thời gian dài dậy sóng vì cuộc tình tay ba kỳ lạ. John Byrne sau đó cũng tìm được người bạn đời mới là nhà thiết kế ánh sáng sân khấu Janine Davies. Nhà biên kịch và



nhà thiết kế đã dọn ra riêng ở Edinburgh, nhưng Byrne vẫn giữ một ngôi nhà ở Nairn để thuận lợi trong việc chăm sóc các con.

Hiện tại, Tilda vẫn sống hạnh phúc với người tình trẻ. Cả hai vừa có màn xuất hiện đẹp mắt trong LHP Venice lần thứ 17, vừa diễn ra tại đảo Lido ở Venice (Italy).



ĐỜI THƯỜNG CŨNG RẤT KHÁC THƯỜNG

anton



H U Ý N H

Vịt con nay đã hóa Thiên Nga

NẾU NGÀY BÉ HUỲNH TIÊN TỰ TI VÀ HOÀI NGHI VỀ BẢN THÂN MÌNH THÌ GIỜ ĐÂY CÔ HIỂU LÝ DO TỒN TẠI VÀ CÓ LÝ TƯỞNG SỐNG HƠN BẤT KỲ AI. MỘT CÔ GÁI GỐC PHI LỚN LÊN Ở VÙNG QUÊ NGHÈO ĐÃ PHẢI ĐẤU TRANH KHÔNG NGỪNG NGHỈ ĐỂ ĐƯỢC CÔNG NHẬN, ĐƯỢC CỐNG HIẾN VÀ ĐƯỢC YÊU THƯƠNG, TÔN TRỌNG.

n THỰC HIỆN: **HOÀNG DUNG** - PHOTO: **FELIX SCHICKEL**

TIÊN

MỤC ĐÍCH SỐNG RÕ RÀNG

Dù không giành được ngôi vị cao nhất trong Hoa hậu Hoàn vũ 2017 (HHHV) nhưng bạn đã thành công trong việc ghi dấu ấn trong lòng khán giả. Không biết sau HHHV, cuộc sống của bạn có thay đổi nhiều không?

Đã ba năm và mọi người vẫn đang nói về Tiên và cuộc thi HHHV thì chắc có lẽ đây là một lời khẳng định rằng việc quyết định thi HHHV đã thay đổi hoàn toàn cuộc sống của Tiên. Do được nhiều người biết đến nên công việc kinh doanh của Tiên cũng tốt hơn và mình lại có thêm nghề tay trái là làm mẫu ảnh. Đối với những người từng chế giễu Tiên, thì qua đây cũng hy vọng họ đừng “trông mặt mà bắt hình dong”. Một chú vịt con cũng có thể hóa thiên nga nếu nó có đủ sự tự tin và hiểu rõ những điều mình muốn chinh phục, muốn cống hiến cho cuộc sống này.

Vậy liệu có phải từ HHHV là thành tựu lớn nhất của bạn cho đến giờ không?

Tiên nghĩ sự thành công lớn nhất mà Tiên đạt được cho đến bây giờ đó chính là sự nghiệp của mình. Tuy vẫn còn rất nhiều khó khăn nhưng để thương hiệu thời trang riêng của Tiên thành lập được 2 năm đang trên đà phát triển thì đó chính là thành công lớn nhất đời mình rồi. Nhưng thành công hơn nữa khi Tiên thấy mình đã trưởng thành và nhờ công việc kinh doanh, Tiên đã có thêm nhiều bạn bè, hội nhóm hỗ trợ nhau phát triển sự nghiệp và chia sẻ những khó khăn trong cuộc sống.

Là người Việt gốc Phi, khi khởi nghiệp chắc bạn

gặp không ít khó khăn?

Thật sự để nói về khó khăn, Tiên cũng không biết bắt đầu từ đâu. Bản thân Tiên sinh ra đã khác biệt và kinh tế gia đình cũng khó khăn, nên mỗi ngày trong cuộc sống Tiên luôn phải nỗ lực chiến đấu để thay đổi cuộc sống của mình theo chiều hướng tích cực. Hiện tại Tiên đã làm được điều đó, như vậy có thể nói là không gì là không thể khi mình có chí hướng, mục tiêu và sự kiên định.

Đang theo đuổi thời trang, nghệ thuật nhưng có lúc nào bạn nghĩ mình sẽ từ bỏ tất cả để giống như ba bạn trở

thành thành viên Liên Hợp Quốc, làm các công việc thiện nguyện trên khắp thế giới này?

Sâu thẳm bên trong Tiên đó là việc mình muốn làm nhất nhưng lại không biết bắt đầu từ đâu. Tiên nghĩ rằng công việc thiện nguyện thì có rất nhiều hình thức và Tiên đã thực hiện trong khả năng của mình. Mỗi tháng Tiên vẫn trích % lợi nhuận trên mỗi sản phẩm từ thương hiệu riêng của mình bán ra để làm từ thiện. Mong ước lớn nhất của Tiên là xây dựng thương hiệu mình thật vững mạnh để có thể tạo ra công việc cho nhiều người, cũng như đào tạo và dạy nghề miễn phí cho những ai có hoàn cảnh kém may mắn.

Tiên hy vọng với từng bước đi rất nhỏ như vậy Tiên cũng có thể tạo ra những thay đổi lớn trong tương lai. Ngày còn rất bé, Tiên mong ước được trở về châu Phi và giúp đỡ cộng đồng ở đó; nhưng khi lớn lên, Tiên thấy Việt Nam cũng có một phần trong mình, mình biết ơn đất nước nơi mình sinh ra và lớn lên. Vì vậy, Việt Nam sẽ là nơi bắt đầu những dự án thiện nguyện của Tiên.

Ngoài trích lợi nhuận kinh doanh, bạn còn tham gia nhiều hoạt động cộng đồng khác tại Việt Nam?

Hiện tại, Tiên tham gia các hoạt động thuộc Câu lạc bộ Doanh nhân, ví dụ như xây nhà tình nghĩa và giúp đỡ những hoàn cảnh khó khăn. Trước đây, Tiên





Mong ước lớn nhất của Tiên là xây dựng thương hiệu mình thật vững mạnh để có thể tạo ra công việc cho nhiều người, cũng như đào tạo và dạy nghề miễn phí cho những ai có hoàn cảnh kém may mắn.

từng tham gia chương trình cộng đồng dành cho các em học sinh nữ của "Room to Read" nhưng hiện tại Tiên khá bận, và mình cũng đang ấp ủ một kế hoạch lớn hơn là sẽ có dự án cộng đồng do Tiên sáng lập. Chính vì vậy, Tiên mong muốn trở thành một nhà thiết kế thời trang chuyên nghiệp và thương hiệu thời trang của mình có thể vươn xa ra quốc tế. Từ đó, Tiên có thể bắt đầu công việc đào tạo lao động phổ thông. Tiên muốn Việt Nam hay tất cả các nước đang phát triển có được những người lao động phổ thông không chỉ giỏi nghề mà còn hạnh phúc. Tiên cũng còn rất nhiều ý tưởng

khác nhưng Tiên hy vọng sự tập trung và nghiêm túc trong ước mơ của mình sẽ tạo tiền đề để Tiên giúp đỡ những người xung quanh mình thực hiện ước mơ của họ.

Có hình mẫu lý tưởng nào bạn muốn hướng tới và thành công như họ không?

Beyonce, Michelle Obama, Maya Angelou, Oprah Winfrey, mẹ và bà ngoại là những người phụ nữ đã truyền cảm hứng cho Tiên rất nhiều. Con đường thành công của họ khiến Tiên tin rằng dù ở bất kỳ đâu nếu mình có lý tưởng và mình hành động thì ước

mơ của mình sẽ thành sự thật. Nhiều khi đọc hay nghe những câu chuyện về họ, Tiên cảm thấy họ ở bên trong mình và mình ở bên trong họ. Điều đó khiến Tiên thêm mạnh mẽ và muốn tiếp tục truyền cảm hứng và trao quyền ấy cho những người phụ nữ bất hạnh trong xã hội.

Bạn có nghĩ mình sẽ thử sức thêm ở cuộc thi nhan sắc nào khác không?

Chắc là không vì Tiên cũng hơi lớn tuổi để tham gia các cuộc thi nhan sắc rồi. Nếu có cuộc thi nào về thiết kế thời trang thì Tiên sẽ tham gia.

LỐI SỐNG LÀNH MẠNH

Được biết bạn ăn chay trường từ rất lâu rồi, nhưng công việc bận rộn và thường xuyên tham gia các câu lạc bộ, hội nhóm thì việc ăn chay của bạn có bị ảnh hưởng?

Tiên đã ăn chay được 9 năm rồi và Tiên không biết mọi người hiểu sao về việc ăn chay trường, nhưng Tiên xin phép được nói mình là người ăn thuần thực vật. Đơn giản Tiên chỉ muốn cân bằng nên đã quyết định ăn chay và cảm thấy đó là quyết định đúng đắn nhất trong cuộc đời mình. Để dễ dàng hơn cho mọi người và cả Tiên, nếu tham gia sự kiện Tiên không bao giờ yêu cầu đồ ăn chay riêng, cứ thấy phần thịt thì chia cho mọi người, còn rau thì để phần mình. Như vậy việc duy trì ăn chay của Tiên sẽ dễ dàng hơn nhiều.

Bạn đang là một trong những nghệ sĩ tích cực ủng hộ trào lưu sống Xanh. Cụ thể trong cuộc sống hàng ngày, bạn đã làm những gì mà bạn đánh giá là đang góp phần bảo vệ môi trường?

Mình hy vọng là mọi người đang thực sự nhận ra và thực hành chứ không phải trào lưu. Sống Xanh đối với Tiên là lối sống bền vững, có cam kết, có kỉ luật chứ không phải ngày một ngày hai. Tiên luôn tái chế sử dụng lại những chai lọ nhựa, làm túi xách từ mấy chiếc jean cũ, mang theo giỏ khi đi chợ và hạn chế tối đa sử dụng túi nylon.

Tiên biết ơn cuộc sống, trái đất và mọi vật xung quanh nên Tiên phải có trách nhiệm chăm sóc những gì mình yêu thương. Đối với Tiên, sống Xanh thực sự cần thiết.

Là người đẹp thể thao, bạn có thể chia sẻ bí quyết giữ dáng của bạn không? Bạn biết đấy vì cuộc sống nên rất nhiều bạn trẻ lấy lý do bận mà bỏ quên tập luyện. Bạn có lời khuyên nào dành cho họ?

Thật sự theo Tiên nghĩ không bao giờ quá bận để chăm sóc và rèn luyện bản thân mình. Do sự lựa chọn mình cả thôi, mình chọn đẹp hay xấu, khỏe hay yếu... Tiên thường cố định buổi sáng dành cho việc tập luyện, Tiên dậy từ 5:30-8:00

thực hiện các bài tập vận động, thiền và ăn bữa sáng nhiều rau củ.

Tiên thấy bộ môn chạy bộ là dễ dàng nhất để tham gia, chỉ cần có giày và đôi chân khỏe thì bất kì khi nào mình cũng có thể bắt đầu. Hiện tại Việt Nam có rất nhiều câu lạc bộ chạy cộng đồng và được training miễn phí như RUNCLUB.VN nếu bạn muốn tham gia.

Đối với ngoại hình đặc biệt của mình mà ngày bé bạn bị chọc ghẹo rất nhiều nhưng bây giờ tôi nghĩ bạn cũng gặp không ít thuận lợi với làn da ngăm, mái tóc xoăn này đâu nhì!

Lợi thế đầu tiên là mọi người có thể nhận ra Tiên ngay lần đầu gặp mặt. Tính Tiên hay quên, nhiều khi đi ăn hay mua đồ quên mang tiền mọi người cứ bảo



nhớ mặt rồi không chạy được đâu nên cứ về đi. Ngoại hình đặc biệt cũng giúp đỡ cho Tiên rất nhiều trong công việc mà nhất là sau cuộc thi HHHV, Tiên có nhiều mối quan hệ chất lượng. Tiên thấy mọi người dường như thiện cảm với vẻ ngoài của mình, yêu quý mình và hỗ trợ rất nhiều trong những ngày tháng start-up hiện tại.

Bạn từng nói thích nhất mái tóc của mình. Không biết mái tóc bông xù có khó khăn khi chăm sóc hay tạo kiểu đi show không?

Tiên chỉ sử dụng dầu dừa và thường xuyên massage cho tóc. Dạo gần đây thì Tiên có quen với một nhóm bạn người da màu giống mình, các bạn chỉ Tiên thêm về cách chăm sóc tóc...

Khi đi show, các nhà thiết kế chọn Tiên vì vẻ đặc biệt của Tiên nên Tiên cứ là Tiên, không cần thay đổi nhiều. Đa số Tiên tự làm tóc cho mình, khi nào cần tạo các kiểu khó thì các bạn hairstylist sẽ hỗ trợ. Nhìn vậy chứ tóc Tiên rất "ngoan", tạo kiểu gì cũng được.

Đối với bạn, như thế nào mới là Mr. Right? Bạn có thể chia sẻ về nửa kia của mình với mọi người được không?

Mr. Right là người mình đang yêu hiện tại, anh là nhiếp ảnh gia người Đức. Tiên thấy may mắn khi có được người hiểu mình, biết nâng niu cảm xúc và ủng hộ Tiên trong mọi phương diện. Dù bận rộn đến mấy nhưng khi Tiên cần anh vẫn đến bên cạnh đồng hành, chia sẻ khó khăn cùng Tiên.

Là người phụ nữ của công việc nhưng nếu sau này người ấy muốn bạn lui về làm hậu phương, chăm lo gia đình, bạn sẽ đồng ý chứ?

Tiên là người phụ nữ của công việc và đó chính là khó khăn của Tiên khi không thể cân bằng công việc và cuộc sống cá nhân. Đôi lúc mọi thứ cứ rối loạn lên hết nhưng may mắn Tiên có được người yêu luôn đưa ra lời khuyên hữu ích.

Nếu một người đàn ông muốn Tiên lui về làm bà nội trợ thì chắc chắn không phải bạn trai của Tiên rồi. Một người nào đó nếu yêu Tiên sẽ biết rõ Tiên độc lập, tự chủ, muốn làm việc, muốn cống hiến, muốn thách thức mọi khó khăn thì Tiên nghĩ họ sẽ biết câu trả lời trước khi để nghị. (Cười)

Cảm ơn những chia sẻ vô cùng thẳng thắn của bạn và chúc bạn gặt hái nhiều thành công hơn nữa trong công việc nhé!



Khi nhắc đến người mẫu Quang Đại, nhiều người trong giới không chỉ bàn tán về sắc vóc mà còn nhắc nhiều đến anh với sự ngưỡng mộ không nhỏ bởi sự thông minh, lịch lãm, lối sống văn minh và cả những dự án kinh doanh của anh. Theo dõi Quang Đại trong các gameshow hay qua các hoạt động cá nhân, chắc chắn bạn sẽ cảm thấy ngay anh chàng này rất thú vị, rất đáng để chúng ta tìm hiểu.

n THỰC HIỆN: JUNIE HOÀNG - PHOTO: KỶ ANH

QUANG ĐẠI

TRÍ THỨC GIÚP TA
SỐNG VĂN MINH HƠN!

Tôi rất bất ngờ khi lên instagram, fanpage, website của bạn, tất cả đều được đầu tư về hình ảnh, nội dung vô cùng chuyên nghiệp. Đây có phải chiến lược truyền thông của bạn, hay đơn giản bạn yêu thích sự chín chu nên dù làm gì cũng phải là tốt nhất?

Đối với Đại, khi làm bất cứ điều gì, mình cần phải có sự nghiêm túc và mục tiêu nhất định. Đại cũng là một người

khá nguyên tắc, đã làm gì thì mình đều muốn phải chín chu nhất có thể. Bên cạnh đó, với định hướng công việc hiện tại của Đại, việc xây dựng hình ảnh hay nội dung đều rất quan trọng, thế nên cả hai lý do bạn vừa nêu ở trên đều đúng đối với Đại!

Ngoài làm nghệ thuật, bạn còn được biết đến là một doanh nhân thành công, điều gì thúc đẩy bạn theo đuổi công việc kinh doanh?

Công việc kinh doanh đến với Đại là cơ duyên, giống như định sẵn Đại sẽ phải làm vậy đó. Đại luôn muốn thử thách bản thân xem mình có giỏi vấn đề đó hay không? Một ngày trong đầu Đại có hàng ngàn câu hỏi: cái đó là gì? Việc đó làm sao? Nên cảm thấy hứng thú cái gì là làm thôi.

Kinh doanh nhà hàng, homestay, startup nhiều dự án và làm người mẫu,



G



thì đâu mới là công việc bạn nghĩ mình đam mê hơn cả? Làm quá nhiều việc một lúc đã khi nào bạn cảm thấy mệt mỏi và muốn bỏ cuộc?

Giữa kinh doanh và nghệ thuật, có lẽ Đại chọn việc kinh doanh. Vì với Đại, nghề người mẫu nói riêng hay các công việc trong showbiz nói chung sẽ không phải là điều Đại có thể làm lâu dài và Đại cũng còn rất nhiều dự án muốn được thử sức trong lĩnh vực kinh doanh.

Đương nhiên Đại cũng có nhiều lúc cảm thấy mệt mỏi, thậm chí còn muốn từ bỏ chứ! Nhưng mỗi khi như thế, Đại lại nghĩ về lý do ban đầu tại sao mình lại chọn con đường này, tại sao mình lại làm việc này. Và tất cả đều xuất phát từ những ước mơ, những điều Đại yêu thích, nên dù mệt mỏi, mình vẫn luôn động viên bản thân mỗi ngày phải cố gắng, phải chăm chỉ, mệt có thể tạm nghỉ nhưng không được từ bỏ.

Đối với nghệ thuật, bạn có đặt ra mục tiêu cụ thể mình phải là ai, đạt được những thành tựu gì không?

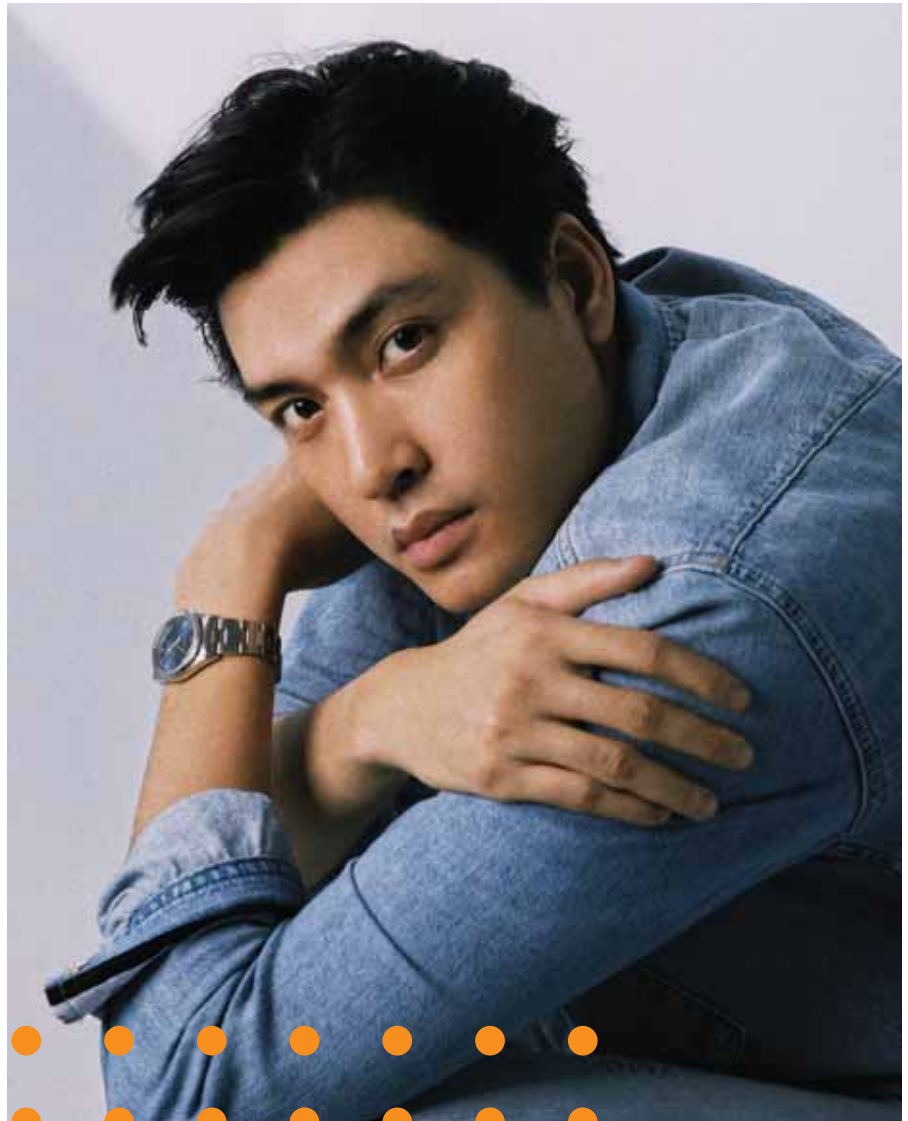
Mục tiêu được đặt ra là để chúng ta đi đúng hướng và có động lực làm việc mỗi ngày nên đương nhiên Đại có những mục tiêu cụ thể. Nhưng Đại nghĩ cuộc sống cũng rất khó biết được điều gì sẽ xảy ra ở ngày mai, nên hãy cứ thoải mái, mỗi ngày làm tốt công việc của mình, cố gắng một chút, tận hưởng một chút, sống nhiều hơn ngày hôm qua một chút, đó cũng là thành tựu đáng kể đối với mình rồi.

Là cử nhân đại học Luật, thông thạo nhiều ngoại ngữ có cho bạn nhiều lợi thế khi lấn sân sang showbiz không?

Rất nhiều là đằng khác! Quá trình học tập tại trường đại học đã dạy cho Đại lối suy nghĩ critical thinking (tư duy phản biện) cũng như rất nhiều kỹ năng tư duy khoa học khác. Nhờ những năm tháng ấy mà Đại đã được biết và làm quen với rất nhiều người bạn vô cùng tuyệt vời. Tất cả những điều đó tạo nên một Quang Đại có nền tảng tri thức, tự tin và hoàn thiện hơn.

Ở bạn hội tụ quá nhiều ưu điểm: diện mạo đẹp, học thức cao, lối sống văn minh... thì theo bạn điểm nào ở chính bản thân khiến bạn thấy tự hào nhất?

Cảm ơn mọi người đã luôn dành cho Đại những lời khen. Đối với Đại, điều khiến Đại tự hào nhất chính là sự quyết



Đại nghĩ cuộc sống cũng rất khó biết được điều gì sẽ xảy ra ở ngày mai, nên hãy cứ thoải mái, mỗi ngày làm tốt công việc của mình, cố gắng một chút, tận hưởng một chút, sống nhiều hơn ngày hôm qua một chút, đó cũng là thành tựu đáng kể đối với mình rồi.

tâm của mình. Vì như Đại đã nói ở trên, có rất nhiều lúc mình đã nghĩ đến bỏ cuộc, nhưng mình đã không làm như thế. Bỏ cuộc rất dễ, quyết tâm đi đến cùng mới khó, và Đại luôn cảm ơn bản thân vì đã không từ bỏ vào những ngày lạc lõng và chán nản.

Quan điểm về cuộc sống của bạn?

Cuộc sống muốn vui vẻ không nên nhìn quá lên, cũng đừng nhìn mãi xuống mà hãy nhìn xung quanh. Nhìn xung quanh để tự biết mình là ai, đang ở đâu và đang có những gì. Hiện tại mới quan trọng còn quá khứ là cái đã qua và tương lai là sự kỳ vọng. Mình trân trọng hiện tại và mạnh dạn đứng lên làm điều mình thích. Khi mình không thay đổi được cuộc sống thì mình sẽ thay đổi cách nhìn của mình về cuộc sống, sao





cho suy nghĩ cũng như tinh thần của mình hướng đến được những điều tích cực và tốt đẹp nhất có thể.

Đại có phải là một người lý trí trong công việc? Và quan niệm tình yêu của bạn có nhiều dấu ấn của chỉ số IQ không?

Câu hỏi của bạn thú vị quá! Đại đúng là người khá lý trí khi điều hành, quản lý kinh doanh, nhưng quan điểm về tình yêu của Đại thực ra lại rất đơn giản, thậm chí mới nghe qua thì có phần hơi ngốc nghếch nữa. Cũng giống như slogan của Đại trên mạng xã hội: Whatever - Sao cũng được! Không phải Whatever là mình không quan tâm, thờ ơ với người yêu; mà từ trước đến nay mình luôn tự tìm thấy niềm vui tình bạn, tình yêu với những gì mình đang có. Có, tốt thì vui mà không có, không tốt mình cũng không buồn. Cuộc sống độc thân của mình vẫn đang rất ổn và mình luôn học cách làm chủ cuộc sống của mình.

Vậy cô gái như thế nào mới lọt vào mắt xanh của bạn đây?

Đại nghĩ với chuyện tình cảm, quan trọng nhất là cảm xúc của mình. Tiêu chuẩn của Đại, chỉ đơn giản là người đó phải là người tử tế, lịch sự và biết tôn trọng người khác thôi.

Bạn cũng được người hâm mộ biết

đến với vai trò travel blogger, bạn chinh phục khán giả qua những bộ hình du lịch đẹp ngất ngây từ cảnh đẹp cho tới thời trang. Nhân đây bạn có thể chia sẻ thêm về niềm đam mê này được không?

Du lịch vẫn và sẽ luôn luôn là niềm yêu thích của Đại. Đại luôn giữ cho bản thân sự tò mò nhất định với thế giới xung quanh và du lịch là cách tuyệt vời nhất để mình có thể trải nghiệm và khám phá những chân trời mới, những kiến thức thú vị mới.

Tính đến thời điểm hiện tại, Đại đã đặt chân đến hơn 30 quốc gia, 5 châu lục rồi!

Khi chọn một điểm đến, điều Đại quan tâm nhiều nhất chính là lịch sử văn hóa ở nơi đó. Và vì vậy, đến đất nước nào, Đại cũng sẽ sắp xếp để tham quan được nhiều thư viện của họ nhất có thể. Bạn có thể tìm hiểu được rất nhiều điều tuyệt vời nhờ thư viện đấy!

Vào đầu năm nay, Đại đã lên kế hoạch cho rất nhiều chuyến đi nhưng vì dịch COVID-19 nên tất cả đều phải tạm hoãn. Ước mơ của Đại vẫn là đi được càng nhiều càng tốt. Tuy vậy, Đại hiện tại không còn là một chàng trai trẻ hồn nhiên bay nhảy với một ước mơ duy nhất là du lịch nữa rồi. Trong tương lai, Đại chắc chắn sẽ thực hiện ước mơ này, còn với hiện tại, mình chỉ có thể sắp xếp xen kẽ du lịch cùng các công việc khác mà thôi.

Vừa qua bạn được truyền thông và mọi người đánh giá cao về xu hướng sống Xanh. Không biết với một người bạn rộng như bạn thì sống Xanh có dễ dàng không?

Thật ra sống Xanh không hề khó, chỉ là bạn có thực sự quyết tâm để sống như thế hay không mà thôi. Đại sống Xanh từ những việc rất đơn giản như luôn hạn chế dùng sản phẩm nhựa không thể tái chế được, lựa chọn các trang phục có chất liệu thân thiện với môi trường... Đại nghĩ những việc này ai cũng có thể làm được, miễn là bạn thực sự tin rằng: mỗi đóng góp dù rất nhỏ cho môi trường của bất kỳ ai cũng đều rất đáng trân quý, cũng đều có tác động không hề nhỏ đến sức khỏe của Mẹ Trái đất. Hãy từng chút, từng chút một giữ nếp sống Xanh, lan tỏa thông điệp sống Xanh đến gia đình, bạn bè, và cộng đồng gần gũi xung quanh mình. Hay chỉ đơn giản, trồng một vài cây xanh xung quanh bạn, chăm sóc nó, nhìn ngắm nó lớn lên mỗi ngày cũng đã là một điều tuyệt vời rồi!

Cảm ơn Đại về thông điệp sống Xanh bảo vệ Mẹ Trái đất. Chúc bạn vững vàng trên con đường đã chọn phía trước và có thêm nhiều hoạt động nghệ thuật thú vị, đem tri thức và sức trẻ của mình đóng góp nhiều hơn nữa cho cộng đồng, vì một thế giới văn minh, an lành và tốt đẹp hơn!



**Khi mình không
thay đổi được
cuộc sống thì
mình sẽ thay đổi
cách nhìn của
mình về cuộc
sống, sao cho
suy nghĩ cũng
như tinh thần
của mình hướng
đến được
những điều tích
cực và tốt đẹp
nhất có thể.**





Hoa hậu Hương Giang và nụ hôn với doanh nhân Matt Liu gây sốt mạng xã hội

Đáp trả những lời bàn ra tán vào về loạt khoảnh khắc hôn nhau lãng mạn với người đẹp chuyển giới nổi tiếng Hương Giang trên du thuyền, doanh nhân Matt Liu - bạn trai của Hoa hậu bày tỏ: "Thật vô nghĩa khi phải che giấu cảm xúc của mình với thế giới. Những khoảnh khắc đặc biệt xứng đáng được chia sẻ". Cách đây không lâu, Matt Liu cũng gây bất ngờ khi tặng Hương Giang món quà là chiếc xe hơi 8 tỷ đồng.

Hiệp Gà gắng đứng dậy sau những ngày trượt dài với scandal

Đã khá lâu Hiệp Gà ít xuất hiện trước truyền thông và công chúng. Cuộc sống riêng của anh cũng ít được cập nhật trên mạng xã hội. Tuy nhiên mới đây, nam nghệ sĩ tuyên bố quyết định quay trở lại, lập kênh YouTube riêng và sẽ cố gắng làm nghề một cách cẩn thận.

Trên trang cá nhân, sau khi tuyên bố sẽ trở lại hoạt động nghệ thuật bằng kênh YouTube riêng, Hiệp Gà đã nhận được nhiều động viên từ phía bạn bè, đồng nghiệp, trong đó có NSUT Chí Trung với bình luận "Nói giữ lời". Khi nhận được lời bình ngán gọn đó, Hiệp Gà cho biết đó là câu nói mà anh muốn nghe nhất và cũng là động lực để bản thân cố gắng.

Sau khi ly hôn người vợ thứ ba, cuộc sống của anh có nhiều thay đổi. Hiệp Gà dành thời gian cho công việc, đóng phim và đi diễn. Anh hiện "gà trống nuôi con", nhưng trước mắt không có ý định đi bước nữa.



Đến Australia quay phim, Natalie Portman vui vẻ cách ly 14 ngày

Ngoài sao từng giành giải Oscar Natalie Portman đã đến Sydney, Australia để bắt đầu quay bộ phim "Thor: Love and Thunder" của hãng Marvel.



Dù là ngôi sao điện ảnh hạng A nhưng nữ diễn viên vẫn phải ở trong một khách sạn do chính phủ sắp xếp để cách ly như bao người khác. Nữ diễn viên vui vẻ cho biết: cô và chồng cùng 2 con nhỏ sẽ cách ly đủ 14 ngày, đúng theo quy định.

Natalie Portman sẽ đóng vai Thần Sấm phiên bản nữ The Mighty Thor trong bộ phim rất được mong đợi của hãng Marvel - "Thor: Love and Thunder".



Siêu mẫu Gigi Hadid khoe đường cong tuyệt mỹ khi mang bầu

Để ghi lại quãng thời gian đặc biệt khi mang thai em bé đầu lòng, siêu mẫu 9x đã thực hiện một bộ ảnh đen trắng ấn tượng. Trong bộ ảnh này, dù không trang điểm cầu kỳ hay phô diễn, Gigi vẫn khiến người xem ngỡ ngàng trước những đường cong tuyệt mỹ của người phụ nữ khi mang thai được, thể hiện một cách kín đáo, đầy tính nghệ thuật.

Nhiều cư dân mạng đã thả tim, khen nhan sắc "bà bầu" Gigi Hadid và so sánh cô với nữ thần Hy Lạp bởi vẻ đẹp thanh khiết và thần thái xuất sắc trong bộ ảnh. Trên trang cá nhân, ngôi sao 9x cũng xúc động viết: "Khoảng thời gian đáng trân trọng của cuộc đời. Tôi luôn cảm thấy biết ơn tình cảm và những lời chúc tốt đẹp nhất của mọi người dành cho tôi".

Gigi Hadid, sinh năm 1995, là người mẫu và hotgirl trên mạng xã hội. Cô bắt đầu gia nhập làng người mẫu vào năm 2013 và nhanh chóng trở nên nổi tiếng nhờ vẻ ngoài xinh đẹp và phong cách nổi bật. Năm 2015, cô được trao giải Người mẫu của năm do tạp chí Daily Front Row bầu chọn và xuất hiện trên nhiều ấn bản thời trang đình đám thế giới. Năm 2016, Gigi công khai hò hẹn với Zayn Malik - cựu thành viên nhóm nhạc One Direction. Chuyện tình của đôi trẻ được người hâm mộ ủng hộ. Trải qua một vài biến cố, cuối cùng tháng 4/2020, Gigi hạnh phúc tiết lộ, cô đang mang thai đứa con đầu lòng với cựu thành viên nhóm nhạc One Direction. Gigi Hadid khoe, cô và bạn trai sẽ có một "tiểu công chúa". Vì đều là những ngôi sao sở hữu vẻ ngoài quyến rũ và hoàn hảo nên cộng đồng mạng đang rất háo hức mong chờ được ngắm dung nhan của "tiểu công chúa" nhà Gigi và Zayn.



Brad Pitt ngọt ngào gọi vợ cũ Jennifer Aniston là ‘em yêu’, fan hâm mộ khắp khởi mừng!

Brad Pitt và vợ cũ Jennifer Aniston cùng dàn sao hạng A của Hollywood vừa có buổi livestream đọc kịch bản Fast Times at Ridgemont High trực tuyến để gây quỹ từ thiện do Dane Cook chủ trì, nhằm gây quỹ cho tổ chức CORE của diễn viên Sean Penn. Vừa thấy nhau trên livestream, hai người đã chào hỏi thân mật, Brad Pitt gọi Jennifer Aniston là ‘honey’ (em yêu) như chưa từng xảy ra rạn nứt và ly hôn 15 năm trước. Tại sự kiện này, Brad Pitt và Jennifer Aniston vào vai Linda Barrett và Brad Hamilton.

Brad Pitt và Jennifer Aniston hẹn hò từ năm 1998, kết hôn năm 2000. Cặp đôi vàng Hollywood gây chấn động làng giải trí thế giới khi ly hôn năm 2005 bởi Brad Pitt đến với Angelina Jolie sau khi cả hai đóng phim Mr. & Mrs. Smith.

Tại lễ trao giải SAG Awards hồi tháng 1/2020, Brad Pitt và Jennifer Aniston đã tái ngộ sau cánh gà và chào hỏi nhau thân mật, dấy lên tin đồn hai người sẽ tái hợp bởi Brad đã chia tay Angelina Jolie, còn Jen đã bỏ chồng. Tuy nhiên khả năng này gần như không có bởi hiện tại tài tử đang hẹn hò người mẫu Đức kém 30 tuổi.

Phạm Băng Băng khoe nhẫn kim cương hơn 75 tỷ dịp sinh nhật

Phạm Băng Băng lại mới gây “bão” MXH Trung Quốc khi cộng đồng fan hâm mộ đăng tải bức ảnh cô đang vui vẻ đón sinh nhật cùng bạn bè lần thứ 39.

Trong bức ảnh, Phạm Băng Băng đội mũ, một tay che mặt, khoe chiếc nhẫn có đính viên kim cương hồng cực khủng. Ngay sau khi bức ảnh được đăng tải, cư dân mạng nhanh chóng tìm ra thông tin của chiếc nhẫn kim cương trên tay Phạm Băng Băng.

Chiếc nhẫn kim cương hồng này giống với chiếc nhẫn có đính viên kim cương 7 carats Marquise - shaped pink diamond được bán đấu giá 24 triệu nhân dân tệ (tương đương 75 tỷ đồng). Theo đánh giá của chuyên gia, viên kim cương trên chiếc nhẫn của Phạm Băng Băng có kích thước lớn hơn và còn được đính thêm những viên kim cương nhỏ xung quanh. Vì vậy, giá trị của chiếc nhẫn có khả năng vượt qua mức 24 triệu nhân dân tệ.



Thành viên nhóm Hanson sắp đón đứa con thứ 7

Năm 2002, khi vừa 19 tuổi, ca sĩ Taylor Hanson - thành viên nhóm nhạc gia đình Hanson, đã kết hôn và đến năm 37 tuổi anh đã là ông bố của 6 đứa con (lớn nhất 18 tuổi và bé nhất 2 tuổi). Mới đây nam ca sĩ lại vui mừng thông báo, vợ anh Natalie đang mang thai đứa con thứ 7.

Taylor từng chia sẻ, anh sinh ra trong gia đình có 7 anh em nên anh cũng muốn có nhiều con cho vui cửa vui nhà. Taylor Hanson ca hát chuyên nghiệp từ khi mới 9 tuổi. Anh và hai anh em trong nhà lập nên nhóm nhạc Hanson từng rất được yêu thích.



Hoa hậu Oanh Yến mở nông trại hữu cơ

Làm mẹ của 6 thiên thần nhỏ, Oanh Yến vẫn là cái tên đình đám ở đấu trường nhan sắc quốc tế, sắp tới nàng hậu lại tiếp tục dự thi “Hoa hậu Quý bà Hoàn vũ Thế giới 2020”. Gần đây người hâm mộ vô cùng ngạc nhiên khi thấy hình ảnh Oanh Yến giản dị đội nón lá, mặc đồ bình dân và tự tay trồng trọt, chăn nuôi gia súc. Với mong muốn mang tới thực phẩm hữu cơ tới bàn ăn từng gia đình và chia sẻ không gian sinh thái tới tất cả mọi người, người đẹp cũng chống đại gia đã thành lập dự án: Vườn rau dinh dưỡng gia đình. Chỉ cần bỏ ra khoản tiền đầu tư cơ sở vật chất nhỏ và duy trì chăm sóc vườn rau là mỗi gia đình có thể sở hữu ngay một vườn rau của chính mình ngay tại nông trại, đáp ứng đủ nhu cầu về thực phẩm sạch cho cả gia đình. Nông trại Nhật Tâm Minh là tên ghép ba người con của Oanh Yến có địa chỉ tại tỉnh Đồng Nai.







A special love for autumn in Korea

As an overseas student studying in Seoul, I was very fortunate to have experienced travelling during all four seasons of my host country. But it was witnessing the beauty of autumn when I truly fell in love with Korea.

n TEXT - PHOTO: THE ANH



Book your tickets and let's fly!

Autumn lasts from September to November in Korea. At that time of year, the weather is cool and the skies are clear and peaceful. But the real pleasure is seeing a rich canopy of autumnal colours above your head wherever you go.

Now, I would happily visit Korea at any time of year but I believe autumn to be the most idyllic time, especially October or November. I always tell friends and family that this is the must time their visit to marvel at the golden foliage of the almond trees or the beautiful red maple leaves. So if you wish see the amazing colors of autumn in Korea this year, why not plan your itinerary now?

Leafy paradise

I consider autumn for leaves in

Korea to be like springtime for flowers. It is when the trees are at their most beautiful. Of course, they're not blossoming but this is when the trees seem to "bloom" with amazing colors like the most amazing flowers.

The first time I witnessed the trees changing colour in Korea, I felt like I was walking into a dream. Looking up I could see the rich crimson of the maple leaves and the brilliant gold of the almond leaves. When a breeze shook the trees, the leaves fluttered down to create a carpet of red and yellow leaves beneath my feet. I was left speechless!

Perfect climate

While winter in Korea is very cold, during autumn, you only need a light coat in October, and perhaps a warm sweater, scarf and soft leather gloves for

November. That should keep you warm enough as you discover the beauty of the autumnal leaves on fresh mornings. The afternoons will be sunnier, which adds to the texture of the yellow leaves all around.

It's not hard to find many beautiful places worth visiting and experiencing during autumn in Korea but in this article, I have compiled a list of national parks and places that are especially beautiful in autumn. Just make sure your camera or smartphone is fully charged for this colorful journey. Every step you take will reveal another beautiful photo opportunity!

Seoraksan national park

Located in Sokcho, Gangwon-do (in the Northeast of Korea), Seoraksan National Park is where many visitors come to see the first signs of autumn. Endowed with great beauty, Seoraksan is stunning all year-round, but the autumn scenery in October-November is truly breathtaking. In mid-October, most of the walking trails will be covered with dark red and yellow foliage.

This is an ideal time for travelers who like to experience the feeling of hiking while admiring the scenery of the brilliant trees and colorful foliage. There are some walking trails that last a whole day with challenging mountain roads, but you will be rewarded with incredible views. Seoraksan is also home to a magnificent bronze Buddha statue that sits on a 14-meter high lotus pedestal. This is a symbol of hope for the unification of North and South Korea, called "Great Unification Buddha".

Where the movie stars go...

Anyone who loves the heartthrobs and starlets of "K-Drama" might have an extra incentive to visit Nami Island. This breathtaking place is one of the main filming locations for many films and music videos, including the hit romance *The Winter Love Song*. The island is also home to the grave of General Nami, who led a great victory during the reign of the 7th king of the Joseon Dynasty.

Whenever I visit Korea, I will always go to Nami Island. I feel like I would never get bored exploring the island. In autumn, the whole island is covered with colorful leaves. For photography enthusiasts, I firmly believe that they can spend their whole day here, just

taking pictures of the streets with Ginkgo and maple trees. There's a magical feeling on Nami Island at this time of year. It is a truly romantic feeling. Visitors will feel like they're the main character in a love story!

I am not surprised that the island is always ranked highly on most people's "wish list" when coming to Korea. My favorite activity is to relax by the lake or to wander on streets covered with yellow leaves. In addition, when coming to Nami Island, do not miss the best "bibimbap" (the heartwarming mixed rice dish) in Korea.

Naejangsan national park - The best place for autumn sight seeing

Staying in Korea for quite a long time, I never ceased to be surprised when visiting Naejangsan - a famous tourist destination in the Jeongeup region of Jeollabuk province. This is the place I always recommend to my friends and family. "You have to come here, at least once in your life to fully enjoy the magic beauty of Korean autumn," I would tell them as Naejangsan National Park is one of the iconic landmarks of a Korean autumn.

As soon as you arrive in Naejangsan, you will immediately enjoy the thrill of walking on a long path lined with maple trees! Rows of maple trees are located along both sides of the road to form a long archway. This is also the only entrance and exit of the park. You can take a leisurely walk or travel by bus. Following this road, you will reach the Naejangsan Park Cable Car ticket booth. On the cable cabin, make sure you have your cameras ready to capture the most splendid natural photos from a great height.

The red leaves only appear Naejangsan for a brief period. The foliage begins to change color around the end of October and becomes most vibrant in early November before gradually fading two weeks later. The park is very popular among Koreans who can usually only travel on weekends. So, if possible you should schedule your visit to Naejangsan on a weekday. If you must schedule your visit to the park on a weekend, you are advised to start your itinerary in the early morning.

Stunning views from Namsan mountain

Standing 262 meters above sea level, Namsan Mountain is located on the south bank of the Han River to the south of Seoul. In the past, Namsan Mountain was home to a fortress that once protected the capital Seoul from enemy attacks.

In 1989, a project to restore landscapes around the mountains led to the development of Namsan Park, which aims to conserve and develop the ecosystem and environmental landscape around this historic mountain. The fortress' historic walls were also restored.

Namsan is not only a place for tourists to go for a walk and enjoy the fresh air but also a cultural and historical destination. In the park, there are extremely interesting destinations, such as the N Seoul Tower with an observatory for you to overlook downtown Seoul and capital's skyscrapers as well as the Han River and the fountains by Han River bridge. This is also a specially designed tower with a light bulb system that makes it



shine brightly in the night sky of Seoul and it is considered to be a symbol of the capital's residents.

This famous tower is also known to attract couples, who, like the Pont Neuf bridge in Paris, buy and seal a lock onto a railing or designated area of the Tower to symbolise everlasting love. Others might just wish to sip warm cups of coffee on top of Namsan, visit the teddy bear museum or explore Hanok Namsangol Hanok Village.

During autumn, the whole forest will be composed of yellow and red leaves. It's truly a poetic sight that will stay with you for many years to come. Namsan is only a 15-minute walk from Myeondong shopping center, and so, if you don't have much time, it's a very suitable place to visit while exploring Seoul.



Exploring the pristine wonder of

Na La Cave

Located in the northern province of Lang Son, Na La Cave has been recently explored by a survey team. In this article, one member of the team retraces his steps as the team ventured into the darkness to discover many mysterious formations that will make this cave a tourist attraction for intrepid travelers.

in TEXT - PHOTO: BUI VINH THUAN

To get to Na La cave, first we travelled to Lien Hoi commune in the north of Quan Van district in Lang Son province. From there, we followed National Highway 1B and then the provincial road 232 for 13km to the center of Lien Hoi commune. After that, travelling by motorbike, it was just under 1km to reach Na La cave.

As part of a well-equipped, professional survey team, I knew we were well prepared. Nonetheless, we were reminded to tread carefully as we made our way down a muddy and slippery path

to the entrance of the cave. Once inside, we could see that the cave diverged. The survey team would have to turn left as on the right there is an underground stream (we believe that this water flows all the way to another commune).

Along the sides of the cave, there are pristine stalactites. Seen with a flash light, the stalactites and stalagmites all seem to sparkle as if they are covered with gold.

Moving a short distance inside, the cave went completely dark. There are some sections, where the survey team

had to get down onto hands and knees to crawl. The widest area had a diameter of about 15 meters. The ceiling of the cave at that point only went to a height of about 5 meters,

After moving another 100 meters, the group encountered what at first looked like a dead end, but after searching carefully, we spotted a narrow gap, close to the cave floor. It's only 10m long but it was just wide enough for us to crawl slowly through. After the narrow gap, a space opens up with stalactites coming down from the ceiling and an impressive



layer of stalagmites coming from the cave floor. It's a stunning and mysterious sight that left all members of our team wowed.

Stalactites are formed by the residue of water that has been deposited through thousands of years of dripping from the cave ceiling or wall. Each inside space of Na La cave has a geological tectonic foundation with a range of striking stalactites and stalagmites. The survey team has temporarily named each area based on the shape of stalactites that we discovered. For example, one section was named "bean garden" after the round stone grains that look like giant bean sieves. The area of bean garden is about 30 meter long and 5 meter wide. In this "bean garden", stalagmites are still growing up. Stalagmite is a form of cave sediment that develops from a limestone cave floor, with shapes of bamboo-shoot and small low cone. When stalagmites meet stalactites, they will form pillars of very rich shapes.

In this quiet space, you will clearly hear the sound of water falling regularly. The survey team moved on from surprise to another. We discovered a geological formation that we named after shapes that reminded us of "terrace fields". A little deeper into the cave, there are large

In Lien Hoi commune, in addition to Na La cave, there is an organic anise forest that is currently being exploited for tourism and a special geological area in the heart of Bo Kheo lake, which are also worth visiting.

stalactites that look like jackfruit with a rough surface that inspired another name. In addition, there is a limestone pit about 2 meters deep filled with water. Curiously observing stalactites and stalagmites, the team heard the rattling sound coming from the limestone slots. When we pointed the flashlight in that direction, we could see yellow brown-footed rock crabs (about the size of three or four fingers), including the female crabs filled with eggs, that looked very lively.

Inside the cave, there is an underground stream that flows through to another mountainous area. This is an ideal habitat for rock crabs. In this tranquil space, a rattling sound on the wall shocked us at first, fearing that it was a rattlesnake. When we deeper into the cave, we found a yellow stalactite shaped like a splendid giant "durian" which inspired another name.

The exact length of the cave is not known yet, but according to the survey team's calculation, if you keep going deeper, you will meet the shallow cave floor that reaches the mountain, surrounded by Van Mong mountain. At noon, the survey team decided to stop the exploration, turn around and exit.

Na La cave has been known to locals in the area for a long time. Currently the cave is being surveyed and evaluated by the local authorities and is now part of the Lang Son Tourism Development Project (until 2030) being drafted by the Provincial People's Committee, which will open up opportunities for tourism development to Van Quan district in the near future.

Experts believe that the dry and cold season, which lasts from November to March of the following year, is the best time to explore the cave.



Visiting Thu Sy fishing-pots village in Hung Yen

TEXT - PHOTO: **TRAN THU HA (A MEMBER OF HANOI ART PHOTOGRAPHY ASSOCIATION)**

In Vietnam, Thu Sy village in Hung Yen province is very well known for one traditional occupation: the weaving of fish pots. These special pots are used to catch fish in many of Vietnam's northern delta provinces.

When visiting Thu Sy, you will see a very typical looking northern village with three-room houses characterized by dark brown tiled roofs, and surrounded by rows of bamboo trees. Visitors will admire this tranquil, picturesque village in the countryside.

Previously, these fishing pots were only found in rural areas and only used to catch fish but nowadays the pots are also becoming a popular product for interior design and decoration by those who wish to infuse their living space with the spirit of the countryside. Fishing pots are also being exported to countries such as the USA, Japan, Singapore, India, etc.

Coming to Thu Sy, you can not only admire the works made of bamboo, but also witness the progress to produce handmade products.

Thu Sy has long been a favorite destination of many photographers and art-loving young people. To get there from the center of Hanoi capital, you can drive on National Highway 5 and Provincial Road No. 200 to reach Thu Sy commune, Tien Lu district, then follow the road no. 61 from Ba Hang market to reach the traditional craft villages of Tat Vien and Noi Lang.

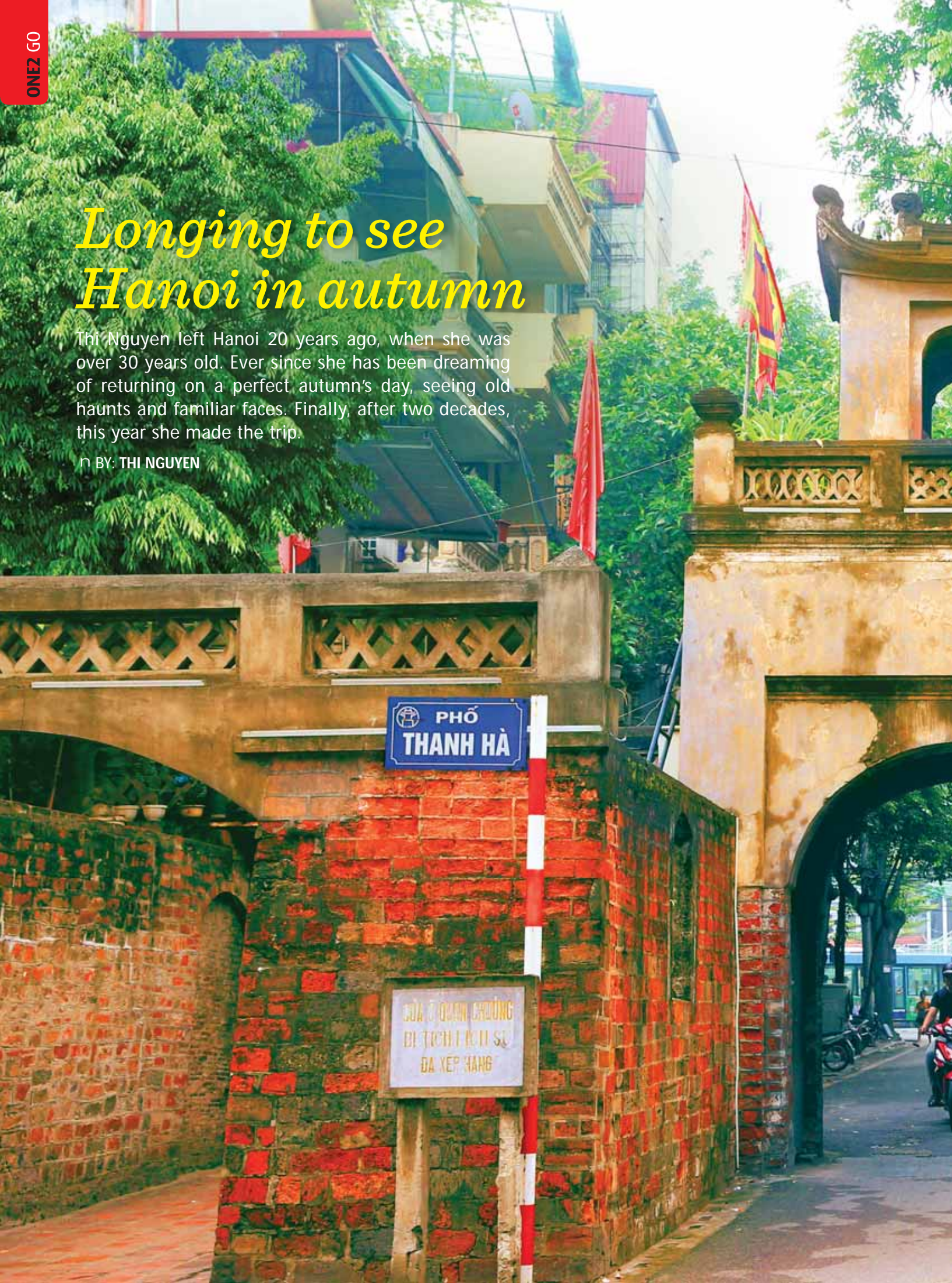




Longing to see Hanoi in autumn

Thi Nguyen left Hanoi 20 years ago, when she was over 30 years old. Ever since she has been dreaming of returning on a perfect autumn's day, seeing old haunts and familiar faces. Finally, after two decades, this year she made the trip.

BY: THI NGUYEN



Quan Chuong gate, also known as Dong Ha gate, was built in the reign of King Le Hien Tong (1749), and located to the east of Thang Long Citadel. The name Quan Chuong commemorate the merits and lofty sacrifices of an official Chuong Co and 100 soldiers under the Nguyen dynasty who determinedly fought the French who attacked Hanoi on November 20, 1873 through the Dong Ha gate.

According to a document published in Xua & Nay magazine (No.76, June 2006), having taken Hanoi, the French ordered the destruction of many old structures to expand the city. Almost everything around was tragically leveled. But the Quan Chuong canton chief Dao Dang Chieu led the local people's campaign against the destruction of the gate. They resolutely refused to sign the agreement which would have made the destruction legitimate. It's because of their strong will that the city retained an invaluable relic of architecture.





Autumn has arrived in Hanoi. You might not see a dramatic change as you would in Japan, Korea or Europe, where rows of trees with yellow and red leaves create a stunning autumnal atmosphere.

The Hanoi autumn is more modest but no less enchanting in my eyes. You will see yellow dracontomelon or nacre leaves on many the capital's old streets - Phan Dinh Phung, Tran Hung Dao, Tran Phu, Hoang Dieu and Kim Ma. You will also see canopies of Com Nguoi leaves or

red colored leaves of terminalia catappa trees outside the old French colonial period houses with their green iron, ochre walls and green, wooden windows and shutters.

You will see quaint scenes all along Trang Thi, Ly Thuong Kiet and Au Trieu streets while there will be the unmistakable scent of milk flowers hanging in the air on Nguyen Du Street. When you rise early, you might see a little mist. At noon, you might feel a cool breeze. But the skies are often clear and blue.

The city feels more real in the soft autumnal sunlight. When I walk around, I love to gaze up at the trees and as a Hanoian, I can't help but be nostalgic, recalling my days in high school, when boys heroically scaled walls and trees just to pluck the ripe golden dracontomelon fruits to impress the girls in my class on the first day of school...

Ah, yes, those were the days, my friends!

OLD FACES AND OLDER STREETS

On my trip, I meet up with my old classmate and friend from high school. We have been friends for nearly 40 years. Unlike me, she has never left Hanoi or lived elsewhere. She knows many beautiful streets, delicious restaurants and famous cultural attractions in Hanoi.

Joining us is a photographer and a driver, also two lifelong Hanoians. Inevitably we speak of yesteryear and many fond memories. People in Hanoi are deeply nostalgic and always harking back to 'ngay xua' (the old days).

We decide to eat breakfast at Pho Bo Tu Lun (Tu Lun beef noodles) rather than the more famous Pho Thin Lo Duc (Lo Duc Thin noodles). Nothing is more



typical of Hanoi than a steaming bowl of delicious beef pho eaten in the morning. On Au Trieu Street, right next to St Joseph's Cathedral, we look for a cafe. We find one with a second floor balcony where stylish girls and boys come in search of ideal shooting angles and pose for Instagram.

But we are middle-aged! We would rather just find a cosy corner and sip on a tasty cup of egg coffee while nibbling on sunflower seeds and talk about the old days. We feel a light breeze blowing as we look down at the street, smiling when we see a young couple who seem quite tired but still enthusiastically posing for their wedding album... Oh, how lovely this life is! I feel such peace, warmth and happiness in my heart!

It is coincidental that on this day the Cathedral is hosting a Priest's Day ceremony for Priests in the third term of St. Joseph Seminary in Hanoi. Although I am not a Catholic, I still feel a connection with the cathedral and I don't want to miss this opportunity to make more memories here.

THOUSANDS OF YEARS OF HISTORY

The first time anyone sees the scene of Hanoi people doing morning exercise around Hoan Kiem Lake is always a surprising and interesting moment. It can be said that these are proud cultural "specialty" activities of Hanoi people. It is not clear who was the first one to initiate, accidentally or intentionally starting a trend, but now the most majestic and historical place of the ancient citadel once called Thang Long, which built and defended the country, has now become the symbol of a new, energetic day starting.

There are many sights around the lake - Turtle Tower, Pen Tower, Ngoc Son Temple, The Huc Bridge, Hoa Phong Tower, Statue of King Ly Thai To, Ba Kieu Temple by the thousand-year old banyan tree, Dong Kinh Nghia Thuc Square, King Le Monument or Hanoi Post Office, Quyet Tu Cho To Quoc Quyet Sinh Monument (Determined to Brave Death for the Survival of the Fatherland)... Pose for a



photo by any of these iconic places and your friends will instantly know where you are.

After walking around the lake, we go to Cua Dong Street in the Old Quarter. At 7am, the weather is still cool and pleasant. I buy some sticky rice from a street vendor for just VND 15,000. The package of green bean sticky rice is covered with fresh green dong leaves and comes with sesame salt and plump, fragrant pork floss. It would fill the hungry stomach of a laborer till lunch time!

Although there are many expensive places in Hanoi nowadays, cheap and simple foods are still found in abundance,

helping to meet the budget and taste of all residents. One of my favourite things about Hanoi is the city's miraculous ability to tolerate people from all walks of life, and every emotional state someone might experience in this elegant and simple land.

There were a number of gates going into the ancient Thang Long citadel. The five most famous were Dong Mac, Cau Den, Cau Giay, Cho Dua and O Quan Chuong (Old City Gate Hanoi). Today, the only still standing is O Quan Chuong, located on Cua Dong Street, which has stood up to the test of time. The beauty of the relic is enhanced by the mossy bricks but the Old City Gate is truly precious as it is evidence of the citadel's golden age.



▲ The 1,500-year-old Tran Quoc Pagoda is located on an island on the East of West Lake (Tay Ho district) is considered to be the oldest pagoda in Thang Long - Hanoi. The architectural pagoda has many majestic and ancient features which harmoniously sync with the elegant landscape and peaceful lake setting.



▲ Temple of Literature - Quoc Tu Giam is one of the most famous places in the Hanoi capital. The Constellation of Literature Pavilion (known as Khue Van Cac) in particular is well-known symbol. The temple was built in 1070 during the reign of Emperor Lý Thánh Tông. It is one of several temples in Vietnam which is dedicated to Confucius, sages and scholars. In 1076, Vietnam's first university, the "Quoc Tu Giam" or Imperial Academy, was established (next to Temple of Literature) within the temple, during the reign of Ly Nhan Tong, to educate Vietnam's bureaucrats, nobles, royalty, and other members of the elite.

But there is history everywhere in Hanoi. To get a sense of it, I would always advise visitors to touch the cold and rough surface of the ancient walls in the Imperial Citadel of Thang Long, or go to see the turtles in the shrine of Quan Thanh Temple or visit Quoc Tu Giam at the Temple of Literature. Elsewhere you can listen to the sound of the wind blowing through the green willows by Tran Quoc Pagoda, or stand quietly under the canopy of ancient banyan tree at Phu Tay Ho Temple... It will bring you a wonderful feeling to be in touch with the city's ancestral spirit. The spirit of mountains and rivers can be felt in each and every element of these wood grain, stone dust, and on each carving pattern... How great it is!

UNTIL THE NEXT TIME!

While visiting Quan Thanh Temple, we take a rest to appreciate the moment. We realize there are paper cups with two

very typical colors - red and yellow - by a free water bottle. A smile comes to my face when I see they are Vietjet's paper cups! How happy I am to see these colors! Later on, when visiting the historic Long Bien bridge, I take out my own beautiful little umbrella with the words vietjetair.com, which I bring with me everywhere. When I open up the umbrella to pose for a photo on the bridge, many people seem to smiling as they pass by me. Perhaps they think this is a silly thing for a woman of my age to be doing! Perhaps, I should be a little embarrassed but no, I am not. I know this will be an amazing photo!

Do you live far from Hanoi? Do you dream of being here in autumn? Whether you used to live here or have never visited, I promise that you will make so many memories if you visit Hanoi at this time of year. What are you waiting for? Autumn is here, just click and fly!





An everlasting love of Hoi An

Can a young person fall in love with an ancient town? Some of my friends seem indifferent to the charms of Hoi An but perhaps I am an 'old soul'! For I have always been attracted to the city's historic streets and I never felt happier than when I recently visited.

BY: DUONG HAN

My love for Hoi An is endless! When the weather is grey, rainy and dull, perhaps others feel melancholy but you would still see me smiling as I walking along the city's enchanting streets. I love to seek out poetic stories and hidden corners all around the ancient town. In my mind, Hoi An is like the emotional heart of a beautiful lady. Sometimes so gentle, sometimes very profound...

An everlasting love

I can not count how many times I have ever visited Hoi An but each time I return when I walk along the enchanting streets, my heart seems to overflow. Whether the streets are crowded or quiet, I love to sightsee, looking at the centuries-old buildings, each one so elegant, so beautifully aged. I am always very moved. Sometimes I am even euphoric. I never felt this way when I was young!

When my family visited Hoi An this autumn, right after the city started to welcome visitors, after the lockdown

period, Hoi An was more peaceful than ever! I felt privileged to see the city in a way that many people have never experienced. The elegant streets were lovelier than ever. The dark brown wooden houses more peaceful. The walls glowed in bright yellow sunset. It was a perfect setting. The city was moving more slowly but I was enjoying this greatly, too.

As with previous visits, I did not need to know exactly where I was, or where I was going. In Hoi An I never use Google Map. I just let my soul lead me as I wander around. After nearly one hour, I had taken hundreds of photos on my cellphone! I felt like I had to capture everywhere to save these lovely, beautiful and rare moments. Sometimes at night, I have a dream in which I see the picture of a peaceful and colourful Hoi An and it feels like I am falling in love.

Savoring the moment

It would be a big mistake if anyone came to Hoi An and didn't savour the moment while drinking coffee. Drinking coffee in Hoi An always feels different.

In cafes around town, modern features can be found combined harmoniously in a nostalgic and quiet space. I always seek out a quiet corner and forget about the world. I dive into book or just enjoy watching the people pass by and let my soul travel the ancient streets covered with pink bougainvillea.

For people who want to drink coffee in an open space, the coffee shops along the windy Hoai river are the best choice, especially when you wish to see Hoi An at night. You will easily feel your love of Hoi An grow as you sit and watch boats slowly floating along the river as they have done for many centuries.

On this last visit, I decided to take my relatives to Faifo Coffee at 130 Tran Phu Street. This coffee shop is one of the famous ones where young people come to 'check in' when visiting Hoi An. It is no exaggeration to say that there are nine out of 10 young Vietnamese people coming to Hoi An probably take pictures on the famous balcony of this coffee shop!

Nguyen Huyen Tran, one of the employees at the cafe, was happy to see

customers flocking back though business has yet to pick up to pre-pandemic levels: "Our coffee shop has just reopened for two days. The Number of customers has been greatly reduced due to Covid-19 effects."

While many young people come to capture the panoramic views of Hoi An, the cafe also has a quiet, charming interior. The warm decor features the quintessential Hoi An collaring scheme of yellow and brown.

The most ideal time for taking photos from the balcony is sunrise or sunset. With several wooden chairs and tables (carefully fixed on the balcony railing) customers can enjoy drinks, enjoying views of the old town's iconic roofs and down below people on the streets ambling slowly along the way.

On all my previous visits I had never gotten around to taking a photo at this now iconic 'Insta' spot. But this time I would not miss my chance! I snapped a wonderful photo and happily shared my post on my Facebook to let people know that they can travel to Hoi An and enjoy this ancient town's beauty once again!

For me, words and photos are not enough to describe Hoi An. Perhaps that's the reason why I keep coming back. It's the feeling I have when I am here. Hoi An is like a medicine for my heart. Whenever I need to be somewhere peaceful and find balance in my soul, I will return. When I walk these streets, my love for this ancient place is renewed. I am so happy that we can all visit Hoi An again.





THE BEAUTY OF BAC HA IN AUTUMN

From Lao Cai city, you must travel 75km to the northeast before coming to Bac Ha town. It's a destination that is well-known to intrepid travellers, who come here to visit the Bac Ha market as well as a mysterious palace.

▫ TEXT - PHOTO: THOA DAU

A mountainous realm

Most travellers typically head for Sapa after arriving at Lao Cai Train Station. But Bac Ha is another fascinating destination that should be on everyone's "bucket list" when traveling to the mountains north. The name Bac Ha

derives from the phrase 'Pac Ha', which means "one hundred along bunches" in the Tay ethnic language. During French colonial times, this area was commonly known as Pakha but Vietnamese people have long pronounced it 'Bac Ha' and so that became the official name of this rural district.

When we arrive in Bac Ha on a late afternoon, we check into a small hotel in the town center, which is just 300 meters from the Bac Ha market. Adding to the excitement, our hotel owner says there will be a festival at the market that evening. It seems our timing has been perfect!



and soy milk all around. The aroma of baked goods fills the air. As we walk around, trying to decide what to eat, we see a large pile of firewood that has been stacked. We guess there will be a campfire tonight!

While sipping on hot soy milk after our dinner, we are surrounded by boys and girls in the costumes of various ethnic groups. The girls look shy, and the boys are excited like young horses. On a stage, a young man sings a song. From the sound of his humble voice, I guess it must be a sad song. Everyone huddles closer together in the middle of the field to watch each of the performances.

At about 9p.m, the coldness becomes more severe. Even though I am standing near a coal stove baking sweet potatoes, my hands are still cold. But I see more people gathering in the market as soon the campfire will be lit. The dry firewood is soon blazing, heating the surrounding air. The people managing the market gesture for everyone to make a circle and a dance soon starts. Boys and girls follow the music, and dance around the fire. Songs bring boys and girls closer together and the dance is a way for them to touch their hands. All the coldness I felt goes away.

Over an hour of dancing, swaying, I feel so hungry, so I eat on some baked sweet potatoes and roasted corn with my friends. The fire starts to fade and soon everyone goes home but the

market managers remind everyone to come back the market tomorrow for more fun and games.

A market full of colors

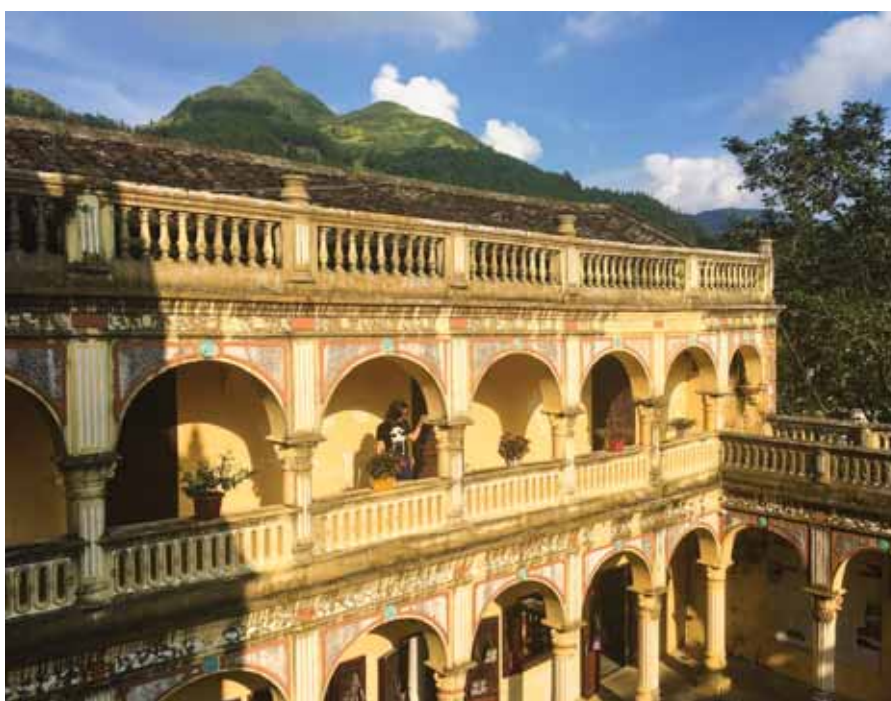
The coldness of the morning makes it hard for me to leave the warm blanket but the colorful sight of the market motivates me to get out of bed. After putting on makeup and some nice clothes, I go to the market. I am so eager that I decide I will have breakfast later.

It's 6 a.m on a Sunday morning. I see that the stage and fire from last night have been cleaned up and the area is now filled with people and goods. The entrance to the market has many food stalls selling Corn (green rice), fried banh Chung (sticky rice cake), sweet potato donuts coated with sesame seeds, eye-catching seven-color sticky rice, bowls of sour pho and many local dishes that I can't even name.

If last evening this place was a show for young girls and boys, then the daytime market is the place for adults. I am fascinated by the colorful outfits of the Mong, Dao, Tay, Nung, Phu La and Hoa hill tribes. The colors are very well-coordinated and beautifully embroidered. For ethnic people in the northwest mountainous area, the market is not only a place for people to purchase, but also for women to put on their most beautiful outfits, which is a way for them to show

Joining the night market

In the cold weather of a late autumn evening in the northern highlands, I put on my coat and follow a winding path to the market. From the entrance to the night market, young boys and girls are seen walking in groups. The path I am following eventually leads me into the heart of the market. There are so many food stalls around. I can see fresh corn being grilled with spices, baked eggs, baked sweet potatoes and kebabs. There are also vendors selling sugarcane juice





their skills of embroidery. If married women wear clothes that are more courteous, younger women and teenage girls have their own sense of style with more accessories.

I see one pretty H'Mong girl standing shyly behind her mother's large bamboo dossier for carrying produce. To go down to the market, she gets up at 2am and walks over mountain passes. Today she has put on a dress embroidered by herself. Her white shirt is attached with colorful strings made from glass-beads. At the end of the

string are thin, sparkling silver pieces. She also wears a shiny silver necklace that must have been inherited from her mother. The flared skirt is decorated with a glass beaded belt and silver pieces. The most elaborate thing is that her legs are covered with an embroidered fabric, finely beaded with no gap left. Every time she walks, the dress flutters along with her footsteps, accompanied by the rhythmic sound of silver rings colliding each other. I am engrossed in watching this lovely girl and the outfit, she lets me touch her clothes and smiles brightly as I admire the skill of her embroidery.

Seasonal produce

In addition to the famous "super spicy chili" of Bac Ha, Bac Ha market is the place for you to see many kinds of fruits and vegetables that you have never seen and known before in the lowland area. There are so many fruits and vegetables that I don't even know the name for some and I also can't ask the local because I

don't know their language, so I can take pictures so I can find out later

The front of the market is a place to sell food, fruits and vegetables, and behind the market is the so-called "world of men" as here you find mostly men selling handicrafts such as dossiers, brooms, baskets, hats, wooden cabinets, pipe, tobacco... There is also an area for the sale of cattle. In the middle of the market, there are stalls selling household goods. In my eyes, the most attractive of the stalls sells embroidery - carpets, decorative items, hand-embroidered blankets - all of which people in the lowlands love because of their durability and vivid colors.

If you go to the mountainous market, especially Bac Ha market, and must also see out the giant pot used for cooking horse organs! It's truly a must-see experience. Although the pot is popular sight for tourists, not many visitors are brave enough to try the dish!

After more than two hours of exploring the market, my legs are tired and my



stomach is rumbling, so I decide to leave with the sun now over my shoulders. Before I depart, I buy a few fried sweet potato donuts with sesame seeds and a few bottles of Bac Ha chili sauce as gifts. The Bac Ha chili sauce soaked with garlic, sugar, and pureed vinegar is a regional specialty that is famously super spicy and when eaten with Pho is second to none. Before going to the market, the hotel owner had told me the best things to buy and chili sauce topped on the list.

Visiting Hoang A Tuong Palace

When traveling up to Bac Ha, visiting Hoang A Tuong palace is also a must-see! This is a truly remarkable part of the “white highlands” history. The French-styled architectural work was built in the early 20th century.

The building covers an area of about 1,000m² and is surrounded by solid walls. Colored yellow in the style of old colonial French architecture, the walls and stairs have faded with time and are now covered with moss but the building still shines in golden sunlight of a late autumn afternoon.

When we arrive in the late afternoon, there are no other visitors. We walk across the courtyard to reach the entrance to the building and admire the majestic staircase.

Through the main entrance, there's a large yard and a two-storey building that covers an area of 420m². Nowadays, the large yard is home to a large loom so tourists can have a chance to see ethnic people weaving.

At the end of the yard is the main house. From here there is a stair to the second floor, which has three connected rooms. We choose a corner where the afternoon sunset is most apparent and from where we can admire the palace's golden glow. Although it is built in the style of French colonial architecture, the palace is still very much part of Bac Ha's history.

I highly recommend visiting Ba Ha in autumn, before the cold winds of winter come. You can discover the unique atmosphere of Bac Ha market on a Sunday morning before visiting the mysterious Hoang A Tuong Palace in the afternoon while enjoying the poetic landscapes, magical peacefulness and rustic beauty.



Amazing festivals a round the world



| Online Singapore Culinary Festival!

The Singapore Culinary Festival (SFF) is Singapore's annual largest dining event, celebrating talents in the culinary field, encouraging and promoting creativity in traditional dishes. After 27 years of hosting spectacularly on the street, in order to adapt to the Covid-19 context, this year's SFF was themed "Rediscover the Foodie in You" and were hosted online. Festival activities still took place and were just as entreating and interesting. For example, discovering street food online and online culinary lessons. In Singapore, people were able to order food they saw being prepared at the event and got delivered to their doorstep!

Ms. Ranita Sundra, Director of Retail and Dining, Singapore Tourism Board (STB), said: "The Singapore Food Festival has always been about putting the spotlight on our vibrant and evolving local F&B landscape. While we are unable to host SFF in its usual form, we are excited about the possibilities that the festival's very first virtual edition will bring. This year's programming aims to bundle the joy of feasting with interactive and engaging experiences. We encourage everyone to support our chefs, bartenders and food personalities, while rediscovering the foodie in them through the exciting gastronomic activities we have planned."

This year's festival line up comprised four components: Live Masterclasses, Food Bundles, Virtual Food Tours and SFF Food Merchandise. The organizers also supported viewers at home to order necessary ingredients so that they could both learn online and practice cooking their own dishes... The Singaporean government and Singapore Tourism Board hoped that

this was a useful activity contributing to promoting domestic tourism, encouraging Singaporeans to enjoy experiencing unique tourism products in their own country.

| Air-travel in Australia

An airline in Australia has planned a scenic joyride flight over several popular Australian tourists sites in a unique way to avoid lockdown border controls. Up to 150 travellers can fit on the flight, with an economy seat costing US\$787. Customers wishing to fly premium economy will pay US\$1,787 a ticket, while those flying business class will be charged US\$3,787.

The flight is scheduled to leave from and return to Sydney Domestic Airport on October 10. The boomerang flight will include low-level flybys over tourist destinations including the Great Barrier Reef, Uluru, Kata Tjuta, Byron Bay and Sydney Harbour.

The seven hour journey will be on a Boeing 787-9 painted with an indigenous-themed livery and fitted out with the biggest windows on any passenger aircraft. Passengers will eat from a food menu designed by Neil Perry with live entertainment from a celebrity MC and be given Qantas pyjamas, a gift bag and the chance to buy Boeing 747 memorabilia. No passport or quarantine is required for the journey, though the airline strongly recommends all passengers wear a face mask while onboard the flight. It's probably the fastest selling flight in the airline's history.

| The first airport rated 5-star standard for protecting passengers from Covid-19

Rome's Fiumicino Airport has become

the first airport in the world to earn "the Covid-19 5-Star Airport Rating" from Skytrax, an international airport industry ratings body.

Edward Plaisted of Skytrax said: "Rome Fiumicino Airport has done an excellent job in delivering Covid-19 protocols that enable a safe environment for customers and staff. In the core areas of hand hygiene and social distancing the airport has robust procedures in place, and importantly, this is being reinforced by a high-level of attention to terminal sanitisation at high-contact points. It is the consistency of these measures that is also notable, and this is an essential factor behind Rome Fiumicino Airport being the first airport in the world to receive the Covid-19 5-Star Airport Rating."

Skytrax are specialist research advisors to the air transport industry. Skytrax commenced the Covid-19 Airport Rating in August 2020, and the airports covered are all in Europe. The ratings so far announced include London Heathrow Airport (3-Star), Malaga Airport (3-Star) and Nice Cote d'Azur Airport (3-Star).

| Gibraltar now Europe's "pandemic wedding hot spot"

The tiny British territory at the tip of Spain, with its open border and lack of restrictions, has become the go-to place for couples looking to get hitched.

Even before the pandemic, Gibraltar was a popular wedding destination because of the minimal bureaucracy involved in tying the knot there. Couples are required to present their passports and birth certificates, and stay in the territory overnight either before or after their wedding. They then receive their wedding certificate by mail within three weeks.



Recently, it has been reported that Wales has removed Gibraltar from its list of countries exempt from quarantine requirements due to the sharp rise of new positive cases. Still, wedding planners are reporting huge demand. Flights on British Airways and easyJet were full throughout August and slots at the registry office - the British equivalent of an American City Hall wedding bureau - are booked up until November. There is a history to Gibraltar weddings: John Lennon of the Beatles married Yoko Ono there in 1969, after facing a series of setbacks in other countries.

| Passenger kicked off Hokkaido flight for refusing to wear mask

Regulations to require all passengers to wear a mask on commercial flights have been implemented by countries and airlines around the world. Japan is no exception. Recently, on a flight heading from Hokkaido's Okushiri Airport to the prefectural city of Hakodate, one passenger refused to wear a mask. When cabin crew asked him why he wouldn't wear it, he didn't respond. For the punctual departure of the flight, the man was ejected from the flight and forced to stay on Okushiri island. It is known that Okushiri is a very sparsely populated island. To be able to return, the man will have to wait until the next flight (and reluctantly wear a mask).

| Thailand's Khao Yai National Park mails tourists' rubbish back to them

Thailand Environment Minister Varawut Silpa-archa posted pictures of bags of garbage in a postage box on Facebook, with a note that read: "You forgot something at Khao Yai National Park."

"The garbage that tourists left in the

park is now packed into the box. It's ready to be returned to the owner," Varawut's Facebook post read, attracting more than 2,100 reactions. He also announced new penalties, including a maximum five-year prison term, or \$22,479 (500,000 baht) fine for anyone who "deteriorates natural resources or any other actions that affect ecosystem, biodiversity, natural resources and environment."

People in the park also "must follow the orders of staff" and anyone seen "doing something that may harm others or themselves or bother or annoys people or animals or causes damage to nature or other things" is liable for a \$4,495 (100,000 baht) fine. "Because of the garbage you have left, you may kill the wild animals that come down for food. For this case, we collected your garbage in a cardboard box and sent it to your home. This should be a lesson to you, to never again throw away waste anywhere," he said.

| New "check-in" spot: the "lonely" almond tree in Binh Thuan

The "lonely" almond tree of Bac Binh district in Binh Thuan province is located on a plot of land that locals called Bai Chua, and tourists called Hon Hong. A local photographer, Mr. Nguyen Tuan shared: "This place has all the characteristics of Binh Thuan province with views of the sea and mountains. Here I see the scenery is so simple. It gives me a sense of peace and comfort and brings back many of my childhood memories. I want everyone to know more about Binh Thuan with the beautiful scenery in a familiar place without having to go so far." In addition, many areas around the lonely almond tree also have the potential to become a

popular and romantic check-in place for young couples.

| Lotus pond blooming all year round at Mua Caves Ecologde (Hang Mua)

Having been hunted out by social media users since last year, a unique lotus pond with a heart-shaped wooden path at the foot of Ngoa Long mountain in Hang Mua in Ninh Binh has remained one of Vietnam's hottest "check-in" spots for young people. Spanning one hectare, the lotuses in Hang Mua are a Japanese species that bloom all year round. This means flower enthusiasts flock here to admire the scenery and take pictures in all seasons.

| "Eternal Waves Of Love" - Wedding Package Promotion!

Start your own eternal love story with a romantic and memorable wedding ceremony by the whispering waves of the sea. The "Eternal Waves Of Love" wedding package promotion with a menu only starts from 400,000++VND/person.

* Receive a discount of 7,750,000++VND when booking Pearl Ceremony package, only at 25,600,000++VND. Furthermore, receive 01 Complementary Wedding Lagoon view room to complete your unforgettable day!

* Apply for booking until February 28th, 2021, for weddings that take place before March 31st, 2021. *Terms and conditions apply.*

Furama Resort & Villas Danang

Add: 103 - 107 Vo Nguyen Giap Street, Khue My Ward, Ngu Hanh Son District, Danang City

T: +84(0)236 3847 888 / 333 -

E: reservation@furamavietnam.com

W: www.furamavietnam.com



vietjetair.com

HD SAISON
Tài chính tiêu dùng

VÉ MÁY BAY **TRẢ GÓP**

CHO VAY **100%** GIÁ TRỊ VÉ

1 Đặt vé tại **www.vietjetair.com**

2 Chọn phương thức thanh toán
"Trả góp với HD SaiSon" &
điền đầy đủ **Đơn thanh toán vay**

3 HD SaiSon sẽ liên lạc khách hàng
để xác nhận thông tin

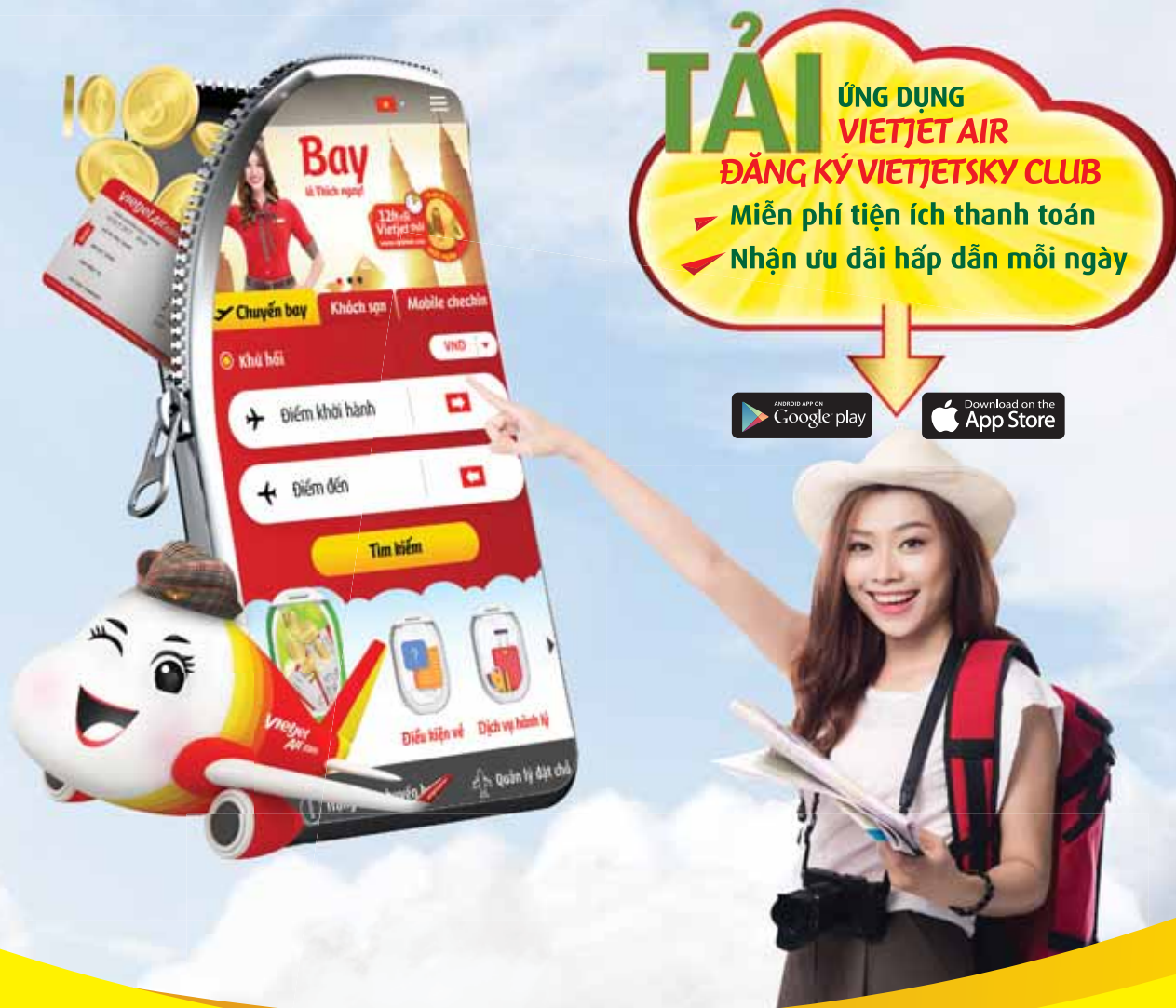
4 Kí hợp đồng vay & nhận
mã xác nhận hành trình bay

1900 558854 | www.hdsaison.com.vn

Hotline
19001886



MUA VÉ BẰNG APP, THANH TOÁN VIETJETSKY CLUB NHANH CHÓNG - TIỆN LỢI - TIẾT KIỆM



Bay là Thích ngay!

Các bước thực hiện:

- ➔ Tải App "Vietjet Air" tại App Store/ Google Play
- ➔ Vào menu chọn "VietjetSky Club"
- ➔ Đăng ký thành viên
- ➔ Đăng nhập vào tài khoản ngân hàng e-banking cá nhân (hệ thống Napas)
- ➔ Chuyển tiền từ TK Ngân hàng vào số VietjetSky Club ID

vietjet
Air.com

Hotline
19001886

CÙNG VIETJET

News round up - Flying high with Vietjet



▲ Tổng Giám đốc Vietjet Nguyễn Thị Phương Thảo vào Top 100 người thay đổi kinh tế châu Á

Trang Business Insider vừa công bố danh sách 100 người làm thay đổi kinh tế châu Á, trong đó người Việt Nam duy nhất lọt vào danh sách này là nữ tỉ phú Nguyễn Thị Phương Thảo.

Có mặt trong danh sách còn nhiều tên tuổi đình đám của các công ty hàng đầu trong khu vực như Edward Cheng - Phó Chủ tịch Tencent (Trung Quốc); Kelly Zhang - CEO của Bytedance (công ty mẹ của Tik Tok); Han Seong-sook - CEO của trang tìm kiếm hàng đầu Hàn Quốc Naver; Terence Pang - Giám đốc Điều hành của Shopee...

Tổng Giám đốc Vietjet, Nguyễn Thị Phương Thảo nằm thứ 2 trong số 10 người được vinh danh trong nhóm Chuỗi cung ứng, bên cạnh các nhân vật nổi bật khác như Tan Hooi Ling - nhà sáng lập kiêm giám đốc điều hành của Grab; Lee Seow Hiang - CEO của sân bay Changi, Singapore.

Theo Business Insider, Tổng giám đốc Vietjet Nguyễn Thị Phương Thảo là nữ tỉ phú tự thân đầu tiên của Việt Nam và là người để "làm những điều khác biệt".

Bà Nguyễn Thị Phương Thảo là người sáng lập hãng hàng không chi phí thấp Vietjet vào năm 2011 và đã từng bước xây dựng Vietjet dần lớn mạnh, trở thành hãng hàng không nổi tiếng trong khu vực.

Chính Vietjet đã tạo nên một cú hích kích cầu cho nhu cầu đi lại bằng hàng không tại Việt Nam, vốn trước đây được coi là chỉ dành cho người giàu. Vietjet hiện có đường bay đến hầu khắp các tỉnh, thành tại Việt Nam cũng như các nước trong khu vực châu Á.

Trong một bài phỏng vấn với tạp chí Forbes, Tổng Giám đốc Vietjet Nguyễn Thị Phương Thảo cho biết mục tiêu dài hạn là biến Vietjet trở thành hãng hàng không toàn cầu đầu tiên của Việt Nam, với việc mở rộng các đường bay đến châu Âu và Bắc Mỹ.

Vietjet President & CEO Nguyen Thi Phuong Thao named among 100 people transforming business in Asia

Business Insider has just released a list of "100 people transforming Business in Asia", among which the only Vietnamese person is the billionaire and CEO of Vietjet, Nguyen Thi Phuong Thao.

Also on the list are many famous names from leading companies in the region such as: Edward Cheng, Vice President of Tencent (China); Kelly Zhang, CEO of Bytedance (Tik Tok's parent company); Han Seong-sook, CEO of Korea's top search site Naver; and Terence Pang, CEO of Shopee.

Vietjet President & CEO Phuong Thao is ranked second out of 100 people honored in the Supply Chain category, alongside other prominent figures such as Tan Hooi Ling, founder and CEO of Grab and Lee Seow Hiang, CEO of Changi Airport, Singapore.

According to Business Insider's report, President & CEO Nguyen Thi Phuong Thao is the first self-made female billionaire in Vietnam and is "used to doing things differently".

Madame Thao launched the low-cost airline Vietjet in 2011 and, step by step, has built up the airline to become a leading carrier in the region.

Vietjet is believed to have been the key that has unlocked impressive growth of air travel demand in Vietnam, where flying was previously considered to be only for affluent. Vietjet currently has routes to all provinces and cities in Vietnam as well as other numerous countries in Asia.

According to Business Insider, earlier this year, the company's shares doubled in value since its 2017 listing. And amidst the turbulence caused by the Covid-19 pandemic to the aviation industry, Vietjet's finances "have so far been resilient".

In an interview with Forbes magazine, Madame Thao said that the long-term goal is to make Vietjet the first global airline operating out of Vietnam, with the expansion of routes to Europe and North America.

► Mở bán 1,5 triệu vé Tết Nguyên đán Tân Sửu 2021

Chào xuân mới, đón Tết sum vầy, Vietjet chính thức mở bán tới 1,5 triệu vé Tết cho tất cả các đường bay nội địa nhằm đáp ứng nhu cầu đi lại, du lịch tăng cao của hành khách, mua vé càng sớm càng tiết kiệm, đảm bảo đặt được chỗ trong thời gian cao điểm.

Đặt mua vé tại website www.vietjetair.com, ứng dụng điện thoại Vietjet Air, Facebook tại địa chỉ www.facebook.com/vietjetvietnam (mục "Đặt vé") và các đại lý/ phòng vé chính thức của Vietjet trên toàn quốc. Thanh toán ngay bằng Vietjet SkyClub, các loại thẻ Visa/ Master/ AMEX/ JCB/ KCP/ UnionPay và thẻ ATM của 34 ngân hàng lớn tại Việt Nam (có đăng ký Internet Banking).

Opening sales for 1.5 million tickets for Lunar New Year 2021

Getting ready to welcome the spring season and the Lunar New Year, Vietjet has officially opened up a sale for 1.5 million tickets on all domestic routes to meet the increasing travel demand of passengers during "Tet" and to avoid ticket scarcity during the peak holiday season.

Hurry up and book your tickets on website www.vietjetair.com, Vietjet Air mobile app or Facebook www.facebook.com/vietjetvietnam (just click the "Booking" tab) and official agents/ ticket offices nationwide. Payment can be easily made with Vietjet SkyClub, Visa/ MasterCard/ AMEX/ JCB/ KCP/ UnionPay cards; or with any ATM card issued by 34 Vietnamese banks and registered with internet banking.



► Tập đoàn SOVICO trở thành đối tác chiến lược của Liên Hợp Quốc

Mới đây tại Hà Nội, Điều phối viên thường trú Liên Hợp Quốc tại Việt Nam - ông Kamal Malhotra và Chủ tịch kiêm Tổng Giám đốc Tập đoàn SOVICO, bà Nguyễn Thị Phương Thảo đã ký kết Biên bản ghi nhớ giữa Liên Hợp Quốc và Tập đoàn SOVICO - dấu mốc tiên phong, quan trọng trong quan hệ hợp tác chiến lược của một tập đoàn Việt Nam với Liên Hợp Quốc - nhằm nỗ lực đóng góp cho việc thực hiện Mục tiêu Phát triển Bền vững (SDG).

Biên bản ghi nhớ này thiết lập khuôn khổ hành động dài hạn, đồng thời kêu gọi các bên hợp tác mở rộng quan hệ đối tác với các doanh nghiệp Việt Nam có cùng chí hướng. Tập đoàn SOVICO bước đầu sẽ phối hợp với UNESCO, UNIDO và UN-Habitat hỗ trợ Hà Nội trở thành Thành phố Sáng tạo do UNESCO công nhận. Điều này được thực hiện thông qua các hoạt động bảo tồn và phục hồi các di sản văn hóa, phục hồi các làng nghề và hỗ trợ các không gian sáng tạo để nuôi dưỡng tài năng trẻ của Hà Nội. Được định hướng bởi các giá trị bền vững và tôn trọng văn hóa địa phương, quan hệ hợp tác này hướng đến một Hà Nội trở thành "Kinh đô sáng tạo", nơi sự phát triển được xây dựng dựa trên quá khứ sáng tạo và năng lượng của tuổi trẻ của thành phố.

Phát biểu trước buổi lễ có sự chứng kiến của các bộ, các quan chức thành phố và các đối tác quốc tế quan tâm tới lĩnh vực này, bà Nguyễn Thị Phương Thảo nhấn mạnh: "Thông qua hợp tác với Liên Hợp Quốc nhằm hỗ trợ Hà Nội bảo tồn di sản văn hóa và phát triển, SOVICO với các công ty thành viên là Vietjet, HDBank và Phú Long, Liên doanh Bắc An Khánh và các đơn vị trong tập đoàn thể hiện cam kết không ngừng trong hỗ trợ phát triển lâu dài của Việt Nam, tiên phong là lớp thanh niên trong việc đóng góp một cách có ý nghĩa cho sự phát triển xã hội, văn hóa và kinh tế ở Việt Nam. Chúng tôi cũng mong rằng việc hợp tác với Liên Hợp Quốc thông qua hỗ trợ kỹ thuật của UNESCO sẽ giúp các chương trình tài trợ của SOVICO và các công ty thành viên cho Di sản và Đổi mới của Việt Nam, nhằm hỗ trợ nhiều hơn nữa các sáng kiến và giải pháp phát triển văn hóa và thành phố xanh, các hoạt động nghệ thuật và thiết kế, cũng như các không gian sáng tạo để nuôi dưỡng tài năng và thúc đẩy khởi nghiệp, đổi mới sáng tạo".

Ông Kamal Malhotra chia sẻ: "Chúng tôi hoan nghênh SOVICO trở thành một tập đoàn tiên phong của Việt Nam, đồng thời chào mừng họ trở thành đối tác của Liên Hợp Quốc. Chúng tôi hy vọng SOVICO sẽ là tấm gương truyền cảm hứng cho những tập đoàn, doanh nghiệp khác của Việt Nam có hành động thiết thực để cùng nhau hiện thực hóa một tương lai bền vững cho Việt Nam."

SOVICO Group now a strategic partner of The United Nations

Ushering in a new chapter of development cooperation in Vietnam, a Memorandum of Understanding (MoU) between the United Nations (UN) and SOVICO Group has been signed in Hanoi by the UN Resident Coordinator in Vietnam, Mr. Kamal Malhotra and the Chairwoman and CEO of the SOVICO Group, Madame Nguyen Thi Phuong Thao. This partnership between SOVICO Group and the UN marks the first strategic cooperation of a Vietnamese corporation with the UN in support of Sustainable Development Goals.

Noting that both parties share common interests in promoting youth



engagement, green growth and the protection and promotion of natural and cultural heritage in Vietnam, the MoU establishes a long-term framework for action, and calls on the parties to work together to broaden this partnership with other like-minded Vietnamese businesses. As a first step, SOVICO Group will collaborate with UNESCO, UNIDO and UN-Habitat to support Hanoi's development as a UNESCO Creative City through the preservation and restoration of cultural heritage, the revitalization of craft villages and through the support of creative hubs to nurture the young creative talent in the capital.

Guided by values of sustainability and respect for local culture, this partnership envisions the development of Hanoi as a "Creative Capital" where development builds upon the city's creative past and the energy of its youth.

Speaking to the gathering of interested government ministries, city officials and international partners, Madame Nguyen Thi Phuong Thao said: "This partnership with the United Nations to support Hanoi's cultural heritage and development demonstrates the continued commitment of SOVICO, along with Vietjet, HDBank, Phu Long, the joint venture of Bac An Khanh and its affiliates, to support the long-term development of Vietnam by supporting youth leadership to make a meaningful contribution to social, cultural and economic development in Vietnam. We also expect our cooperation with the UN through UNESCO technical assistance will help establish a SOVICO Fund for Vietnam's Heritage & Innovation to support even more initiatives and solutions for cultural and green city development, artistic and design activities, as well as creative hubs to nurture creative talents, promoting entrepreneurship and innovation."

Mr. Kamal Malhotra added: "With this new partnership, SOVICO Group are demonstrating their commitment to sustainable development in Vietnam and to the principles and values of the United Nations. We salute them for being pioneers among Vietnamese corporations, and welcome them as partners. We hope that SOVICO's example will inspire other Vietnamese private sector companies to take the necessary actions that will realize a sustainable future for Vietnam."

► Chọn phong cách dẫn đầu - Chọn SkyBoss và Power Pass SkyBoss cùng Vietjet

Chỉ với 68.999.000VND (*) để sở hữu chiếc thẻ bay Power Pass SkyBoss, khách hàng có thể bay khắp Việt Nam với hạng vé SkyBoss từ nay đến hết ngày 30/09/2021 - kể cả trong các ngày lễ, Tết. Trên tay chiếc thẻ bay "quyền lực", khách hàng có thể mua vé SkyBoss chỉ 3 tiếng trước giờ khởi hành dự kiến để bay trên hơn 50 đường bay của Vietjet phủ khắp Việt Nam, trao yêu thương tới người thân với quà tặng là những chuyến bay Vietjet, tận hưởng những tiện ích đẳng cấp, sang trọng và nghỉ dưỡng miễn phí tại các resort 5 sao trên cả nước như Furama, Ariyana...

Lựa chọn Power Pass SkyBoss - khách hàng sẽ được phục vụ ưu tiên tại quầy, có lối đi riêng, xe đưa đón riêng ra tàu bay, miễn phí 10kg hành lý xách tay và 30kg hành lý ký gửi cùng 1 bộ chơi golf đến 15kg; ưu tiên qua cửa an ninh và thủ tục xuất nhập cảnh; tận hưởng các dịch vụ phòng chờ VIP tại các sân bay trong nước, quốc tế; thức uống chào mừng cùng đồ ăn nóng, tươi

ngon thỏa thích suốt chuyến bay... chưa kể quà tặng kèm gói bảo hiểm chuyến bay SkyBoss Flight Care.

(*) Chưa bao gồm thuế, phí

Choose the leading style - Choose SkyBoss and Power Pass SkyBoss with Vietjet

For only 68,999,000VND (*) you can own Power Pass SkyBoss, which enables passengers to fly all around Vietnam with Vietjet in SkyBoss class from now until September 30th, 2021, inclusive of holidays and Tet.

Possessing one of these "powerful" flight passes, passengers can book SkyBoss tickets just three hours before the scheduled departure time and fly on any one of Vietjet's 50+ routes across Vietnam. With Power Pass, you will also be able to give presents of Vietjet flights to loved ones, enjoy classy and luxury facilities, and stay at 5-star resorts across Vietnam such as Furama and Ariyana for free, and much more besides.

Choosing Power Pass SkyBoss, passengers will



be served at priority counter, and enjoy priority entrance/ boarding as well as private transport to the aircraft, free 10kg carry-on luggage, 30kg checked luggage and 1 golf club set under 15kg; they will also enjoy priority security check and immigration, access to VIP lounge at domestic and international airports as well as free flow of welcome drinks and hot, fresh meals during the flights and also the complimentary SkyBoss Flight Care program. (*) Excluding taxes and fees



▲ Gói trọn tiện ích, nâng tầm trải nghiệm cùng các hạng vé mới của Vietjet

Tiên phong sáng tạo những sản phẩm mới mẻ dành cho khách hàng, hãng hàng không thế hệ mới Vietjet giới thiệu hạng vé SkyBoss vừa nâng cấp và hạng vé mới Deluxe trên toàn mạng bay từ tháng 9/2020.

Vượt ra khỏi những giới hạn truyền thống, hạng vé SkyBoss cùng Vietjet mang tới những trải nghiệm hoàn toàn khác biệt, đẳng cấp cho những khách hàng tiên phong, dẫn đầu xu hướng, các doanh nhân thành đạt, người nổi tiếng... Trong lần nâng cấp này, hạng vé SkyBoss mang đến rất nhiều giá trị cho khách hàng như có thể bảo lưu trong 2 năm, phục vụ tổng đài riêng 24/7, quà tặng sinh nhật và quà cho trẻ em đi cùng, tặng bộ tiện ích 3 trong 1 miễn phí trên những chuyến bay dài, và rất nhiều chương trình hấp dẫn khác được tặng riêng cho các khách hàng lựa chọn bay SkyBoss...

Lựa chọn SkyBoss - khách hàng sẽ được phục vụ ưu tiên tại quầy, có lối đi riêng, xe đưa đón riêng ra tàu bay, miễn phí 10kg hành lý xách tay và 30kg hành lý ký gửi cùng 1 bộ chơi golf đến 15kg; ưu tiên qua cửa an ninh và thủ tục xuất nhập cảnh; tận hưởng các dịch vụ phòng chờ VIP tại các sân bay trong nước, quốc tế; thức uống chào mừng cùng đồ ăn nóng, tươi ngon thỏa thích suốt chuyến bay... chưa kể quà tặng kèm gói bảo hiểm chuyến bay SkyBoss Flight Care. (*)

Ngay kế tiếp hạng vé SkyBoss, hạng vé Deluxe là sản phẩm hoàn toàn mới được thiết kế riêng cho những khách hàng lựa chọn Vietjet với những chuyến bay xanh, thân thiện với môi trường, nhiều lựa chọn hành trình và thời gian bay, chi phí hợp lý cùng đội ngũ tiếp viên trẻ trung, thân thiện, đội tàu mới, hiện đại...

Bay cùng Deluxe, khách hàng có ngay 7kg hành lý xách tay cùng 20kg hành lý ký gửi miễn phí, được ưu tiên khi làm thủ tục, ưu tiên chọn chỗ ngồi yêu thích. Với hạng vé Deluxe, khách hàng được thay đổi chuyến bay, chặng bay, ngày bay hoàn toàn miễn phí. Tặng kèm gói bảo hiểm chuyến bay Deluxe Flight Care, Vietjet mong muốn mang tới cho khách hàng của mình sự an tâm, tin tưởng và hài lòng khi lựa chọn bay với hạng vé Deluxe. (*)

Chung tay đẩy lùi dịch bệnh Covid-19, Vietjet thực hiện các quy trình kiểm tra sức khỏe cho hành khách, tổ bay trước mỗi chuyến bay; lưu ý tất cả hành khách tuân thủ quy định khai báo y tế bắt buộc, đeo khẩu trang trong suốt thời gian làm thủ tục và hành trình bay... Tất cả các chuyến bay của Vietjet đều tuân thủ tiêu chuẩn an toàn cao nhất của cơ quan chức năng, Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) cũng như Hiệp hội Vận tải Hàng không Quốc tế (IATA), đảm bảo an toàn sức khỏe cho hành khách, phi hành đoàn và cả cộng đồng. (*) Điều kiện và điều khoản

All in packages and fares make Vietjet even more of a pleasure

As a pioneer in the creation of new air travel products for travelers, the new age carrier Vietjet has once again raised the bar with the newly upgraded SkyBoss class as well as new Deluxe fare type that is available on the airline's entire flight network from September, 2020.

Moving beyond the traditional limits of normal fares and packages, Vietjet's SkyBoss and the Deluxe class offer a totally different, luxurious travel experience for passengers, especially influential pioneers, jet-setters, successful businesspeople, celebrities, and anyone else who aspires to travel in style. With this upgrade, SkyBoss fares offers great value, multiple benefits and priority services to passengers, including credit shell validity (for use up to two years), a 24/7 call center, birthday gifts as well as presents for accompanying children, free '3 in 1' comfort kit on long flights and many attractive programs exclusively for those who choose to fly SkyBoss...

When choosing SkyBoss, passengers will be served at priority counter, enjoy priority entrance/boarding, private transport to the aircraft, free 10kg carry-on luggage and 30kg checked luggage and one golf club set under 15kg; priority security check and immigration; they will also enjoy access to VIP lounge at domestic and international airports, free flow of welcome drinks and hot, fresh meals during the flights, and more, as well as the SkyBoss Flight Care insurance gift. (*)

Meanwhile, Deluxe is a brand new product that's been specially designed for customers choosing Vietjet's green, eco-friendly flights with many choices of itinerary, flight time, reasonable prices for flights staffed with the young, friendly cabin crews and operating on a new and modern fleet.

Flying with Deluxe, passengers will have 7kg of carry-on luggage and 20kg checked luggage for free, priority check-in and seat selection. With Deluxe fares, passengers can also change the flight, date of flight, and even the route for free. Offering Deluxe Flight Care insurance, Vietjet also wishes to give passengers total peace of mind, confidence and satisfaction when choosing to fly with its Deluxe fares. (*)

Joining hands to repel the Covid-19 pandemic, Vietjet has been strictly controlling health check procedures for passengers and crews before each flight, following mandatory requirements of health declaration and wearing masks as well taking all other necessary precautions. All Vietjet flights operate in accordance with the highest global standards and recommendations from authorities, the World Health Organization (WHO) and the International Air Transport Association (IATA) in order to ensure the safety of all passengers, cabin crew and the community. (*) Terms and conditions

► **Vietjet đánh dấu gần một thập kỷ đồng hành cùng cuộc thi Hoa hậu Việt Nam**

Vietjet tiếp tục đồng hành cùng Hoa hậu Việt Nam lần thứ năm với vai trò là Nhà bảo trợ vận chuyển hàng không của cuộc thi. Vietjet đã đồng hành cùng các hoa hậu Đặng Thu Thảo, Nguyễn Cao Kỳ Duyên, Đỗ Mỹ Linh và Trần Tiểu Vy trong suốt hành trình tới ngôi vị cao nhất cũng như các hoạt động cộng đồng với sứ mệnh của một Hoa hậu Việt Nam. Đây cũng là dấu mốc gần một thập kỷ hãng hàng không thế hệ mới Vietjet gắn bó với cuộc thi nhan sắc lớn nhất và uy tín hàng đầu của Việt Nam, đúng như chủ đề đặc biệt của năm nay mang tên gọi “Thập kỷ hương sắc”.

Người đẹp đăng quang ngôi vị cao nhất Hoa hậu Việt Nam 2020 sẽ tham gia các sự kiện văn hóa nghệ thuật trên tàu bay và đặc quyền 1 năm bay với hạng vé SkyBoss - Phong cách người dẫn đầu của Vietjet.

Phó Tổng giám đốc Vietjet - Đỗ Xuân Quang đánh giá cao uy tín của cuộc thi, ý nghĩa nhân văn, tôn vinh vẻ đẹp của người phụ nữ Việt Nam. Trong suốt một thập kỷ qua, cuộc thi đã có nhiều đổi mới để phù hợp sự phát triển của vẻ đẹp người con gái Việt Nam trong thời đại mới.

Bên cạnh các phần thi về nhan sắc và hình thể, trong bối cảnh phòng chống dịch Covid-19, Hoa hậu Việt Nam 2020 hướng đến các hoạt động vì sức khỏe cộng đồng, các dự án nhân ái mang tính thực tiễn cao trong công tác phòng chống dịch bệnh, nâng cao sức khỏe cho cộng đồng. Đặc biệt, danh hiệu Người đẹp Du lịch sẽ được

chú trọng quan tâm, để góp phần quảng bá du lịch nội địa sau thời gian dài ảnh hưởng dịch Covid-19.

Vietjet celebrates once again accompanying Miss Vietnam contestants

For the fifth time Vietjet is the official air transportation sponsor of the contest, accompanying beauty queens in previous years such as Dang Thu Thao, Nguyen Cao Ky Duyen, Do My Linh and Tran Tieu Vy on their journey to the highest throne as well as community activities with Miss Vietnam's missions. This year will mark nearly a decade of the cooperation between the new-age carrier Vietjet and the most long-standing and prestigious beauty contest of Vietnam. Hence, this year the special theme is a “Decade of Beauties”.

The winner of Miss Vietnam 2020 will also be invited to participate in special cultural and artistic events on Vietjet's modern aircraft and awarded one year of free flights in Vietjet's premium class “SkyBoss - Wings for Leaders”.

Vietjet's Vice President Do Xuan Quang said he highly appreciated the prestige of the contest, the humanistic perspective it conveys, and how



the show honors the beauty of Vietnamese women. During the past decade, the contest has introduced many innovations to go along the development of Vietnamese beauty in the new era.

In addition to showcasing the beauty of the contestants, in the context of Covid-19 and community awareness, Miss Vietnam 2020 will promote public health activities, volunteer projects with high practicality in disease prevention and health improvement for the community. Especially, the title of Tourist Beauty will focus on and contribute to stimulating domestic tourism which suffered for a long period as a result of the pandemic.

▼ **Vietjet khai trương đường bay nội địa thứ 10 tại Thái Lan, kết nối thủ đô Bangkok và Nakhon Si Thammarat**

Vietjet Thái Lan vừa khai trương chuyến bay kết nối thủ đô Bangkok từ sân bay Suvarnabhumi với Nakhon Si Thammarat, trung tâm hành chính miền Nam và là một trong những thành phố lâu đời nhất tại Thái Lan. Chuyến bay khai trương hân hạnh có sự góp mặt của ông Siripat Phatthakun, tỉnh trưởng Nakhon Si Thammarat.

Với thời gian bay 1 tiếng 15 phút cho mỗi chiều bay, đường bay mới được khai thác 4 chuyến khứ hồi một ngày từ tháng 10/2020 và tăng tần suất khai thác lên 5 chuyến mỗi ngày vào cuối năm.

Hành khách có thể mua vé trên các kênh của hãng tại website www.vietjetair.com, ứng dụng

di động “Vietjet Air” GooglePlay & AppleStore với giá vé một chiều chưa bao gồm thuế, phí chỉ từ 199 baht (~149.000 đồng).

Vietjet commences its 10th domestic service in Thailand, linking Bangkok and Nakhon Si Thammarat

Vietjet Thailand has inaugurated its maiden flight VZ330 from capital city of Bangkok (Suvarnabhumi Airport) to Nakhon Si Thammarat, an administrative center of southern Thailand and one of the most ancient cities in the “Land of Smiles”. The debut flight took off with guests of honor onboard including Mr. Siripat Phatthakun, Governor of Nakhon Si Thammarat, and safely landed with lively greetings in the form of a water salute and the

offering of flowers from Nakhon Si Thammarat Airport and Tourism Authority of Thailand Nakhon Si Thammarat Office to passengers.

Vietjet Thailand's latest service launched on August 6 with one return flight daily with a plan to increase to four flights daily within October. The flight duration is just 1 hour 15 minutes. Having received an excellent response from the market for this new route to Nakhon Si Thammarat, the airline has also ensure it will be able to operate up to five flights daily by end of the year. The new route's tickets are available for booking on website www.vietjetair.com and “Vietjet Air” mobile app (available on GooglePlay & AppleStore), starting from THB199 (approx. US\$6.4, excluding tax and fees) for one-way fare.



NHỮNG BỘ PHIM BOM TẤN

**PHI VỤ HOÀN LƯƠNG****Đạo diễn:** Mark Williams**Diễn viên:** Liam Neeson, Kate Walsh, Jai Courtney**Thể loại:** Hành động, Tâm lý, Tội phạm
Khởi chiếu: 09/10/2020*Phim cấm khán giả dưới 16 tuổi*

Một tên cướp ngân hàng chuyên nghiệp đã giải nghệ, chấp nhận nộp mình cho FBI vì anh đã trót yêu một người phụ nữ và muốn sống cuộc sống lương thiện với cô gái đó. Tuy nhiên, anh nhận ra việc tiết lộ khoản tiền anh cướp được từ ngân hàng năm xưa cho các Đặc vụ Liên bang là một sai lầm. Vì các đặc vụ này quan tâm đến khoản tiền đó hơn là lời thú nhận của anh. Liệu tên cướp này có thể ngăn chặn các đặc vụ tha hóa này lấy cấp số tiền đó và thành công "hoàn lương" hay không?

**GÓA PHỤ ĐEN****Đạo diễn:** Cate Shortland**Diễn viên:** Scarlett Johansson, Florence Pugh, Robert Downey Jr...**Thể loại:** Hành động, Phiêu lưu**Khởi chiếu:** 30/10/2020

Phần phim riêng của Natasha Romanoff bất ngờ tung teaser chính thức với những cảnh hành động mãn nhãn, mang đậm chất điệp viên. Bên cạnh đó, phần phim này cũng sẽ hé lộ quá khứ đen tối và quá trình biến cô trở thành một Black Widow.

**COCO****Đạo diễn:** Lee Unkrich, Adrian Molina**Diễn viên:** Gael Garcia Bernal, Anthony Gonzalez, Benjamin Bratt, Renée Victor**Thể loại:** Gia đình, Hoạt hình**Khởi chiếu:** 9/10/2020

Bộ phim này kể về hành trình của Miguel, một cậu bé say mê những giai điệu nhưng lại sinh trưởng trong một gia đình cấm đoán sự xuất hiện của âm nhạc. Miguel luôn nung nấu giấc mơ trở thành một nhạc sĩ nổi tiếng giống như thần tượng Ernesto de la Cruz. Tuy nhiên, truyền thống ngang trái của gia đình đã khiến cậu không thể chứng minh tài năng của mình. Rủ bỏ thực tế phũ phàng, Miguel tìm thấy chính mình ở Vùng Đất Linh Hồn tuyệt đẹp và đây sắc màu sau một chuỗi sự kiện huyền bí. Trong hành trình khám phá vùng đất mới, Miguel gặp gỡ "chuyện già xảo quyết" Hector. Cả hai cùng tạo nên chuyến phiêu lưu kỳ diệu để lật mở những bí mật chưa được tiết lộ về lịch sử của gia đình Miguel.



SÁCH HAY TRÊN GIÁ

TONY BUỔI SÁNG - TRÊN ĐƯỜNG BĂNG**(Tái Bản 2017)****Tác giả:** Tony**Nhà xuất bản Trẻ****Công ty phát hành:** NXB Trẻ

"Khi còn trẻ, hãy ra ngoài nhiều hơn ở nhà. Hãy nhào vào xin người khác "bóc hết, lột sạch" khả năng của mình. Chỉ sợ bắt tài nộp hồ sơ "xin việc", mà chà ai thèm cho, chà ai thèm bóc lột. Khi đã được bóc và lột hết, dù sau này đi đâu, làm gì, bạn đều cực kỳ thành công, vì năng lực được trui rèn trong quá trình làm cho người khác. Sự chăm chỉ, tính kỷ luật, quen tay quen chân, quen ngáp, quen lười... cũng từ công việc mà ra. Mọi ông chủ vĩ đại đều từng là những người làm công ở vị trí thấp nhất. Họ đều rề rai trong khi mọi người rề phải. Họ có những quyết định không theo đám đông, không cam chịu sống một cuộc đời tầm thường, nhạt nhòa... rồi chết.

Còn những bạn thu nhập 6 triệu cũng túng thiếu, 20 triệu cũng đi vay mượn để tiêu dùng, thì thôi, cuộc đời họ chấm dứt giấc mơ lớn. Tiền nong cá nhân quản lý không được, thì làm sao mà quản trị tài chính một cơ nghiệp lớn? Tư duy thế nào thì nó ra số phận thế đó.

Trên đường băng là tập hợp những bài viết được ưa thích trên Facebook của Tony Buổi Sáng. Nhưng khác với một tập tản văn thông thường, nội dung các bài được chọn lọc có chủ đích, nhằm chuẩn bị về tinh thần, kiến thức... cho các bạn trẻ vào đời. Sách gồm 3 phần: "Chuẩn bị hành trang", "Trong phòng chờ sân bay" và "Lên máy bay", tương ứng với những quá trình một bạn trẻ phải trải qua trước khi "cất cánh" trên đường băng cuộc đời, bay vào bầu trời cao rộng.

Những bài viết của Tony sinh động, thiết thực, hài hước và xuất phát từ cái tâm trong sáng của một người đi trước nhiều kinh nghiệm. Anh viết về thái độ với sự học và kiến thức nói chung, cách ứng phó với những trắc trở thử thách khi đi làm, cách sống hào sảng, nghĩa tình, văn minh... truyền cảm hứng cho các bạn trẻ sống hết mình, trọn vẹn từng phút giây. Tuy đối tượng độc giả chính mà cuốn sách hướng đến là các bạn trẻ, nhưng đọc giả lớn tuổi hơn vẫn có thể đọc sách để hiểu và có cách hỗ trợ con em mình một cách đúng đắn, chứ không "ứ" con quá kỹ để rồi tạo ra một thế hệ yếu ớt, không biết tự lập. Những người đi làm nhiều năm đọc sách cũng có thể nhìn lại con đường đi của mình, tự ngẫm đó đã phải là con đường mình muốn đi chưa, bởi thay đổi không bao giờ là quá muộn.

**TRÔNG ĐẸP LÀ LỢI THẾ, SỐNG ĐẸP LÀ BẢN LĨNH****Tác giả:** Cách Tỳ**Dịch giả:** Ngọc Dao**Nhà xuất bản Thanh Niên****Công ty phát hành:** AZ Việt Nam

Trương Ái Linh từng nói "Nữ nhân như hoa, phụ nữ giống như hoa thì cần phải giữ lấy nhan sắc như hoa, tài trí như hoa, phẩm chất như hoa. Bởi vì khi năm tháng trôi đi, dung nhan cũng sẽ già đi, chỉ còn lại khí chất và sự tu dưỡng ở bên trong là thứ đi cùng ta suốt một đời".

Phụ nữ biết ôn nhu cũng giống như nước - mềm mại, dễ chịu nhưng luôn chứa đựng nội lực có thể khiến đá mòn. Cho dù cuộc sống có lúc đối xử không tốt với mình, thì vẫn phải ung dung tỏa sáng, giữa cuộc đời hơi hà phồn hoa vẫn phải sống quãng thời gian thú vị và đẹp đẽ của chính mình bằng một tâm thế thanh cao.

Cách Tỳ - tốt nghiệp chuyên ngành thiết kế, từng làm người mẫu, doanh nhân sau đó dẫn thân sang con đường sáng tác. Với ngòi bút ấm áp, sự tinh tế và hiểu biết của mình, tác giả đem đến cho bạn đọc tác phẩm "Trông đẹp là lợi thế, sống đẹp là bản lĩnh" được mệnh danh là cuốn sách "vạn người mê" để ghi lại những giọt nước mắt và nụ cười của phụ nữ trong quá trình tự trưởng thành ở mọi góc độ, gọi mở cho độc giả một cánh cửa để nhìn nhận lại chính mình và người khác.

Chúc bạn sống cuộc đời mà bản thân mong muốn bằng tâm thế tích cực và tự do!

Mong bạn khiến những ngày tháng vô vị trở nên khoáng đạt và phong phú bằng chính sự nỗ lực của bản thân!

Cầu chúc cho bạn luôn tin rằng nhất định trở thành một phiên bản tốt hơn của chính mình!



THU GIẢN



HIỆN ĐẠI - HẠI ĐIỆN

Nghe vợ báo có thai, chồng mừng quá lấy điện thoại vợ nhắn tin chia vui với tất cả mọi người có tên trong danh bạ:

- *Tôi có thai!*

Ngay lập tức, điện thoại dội về hàng loạt tin nhắn hồi đáp:

- Mẹ vợ: *Sao nói chồng không sinh được? Vẫn còn qua lại với thằng Tiểu Lí à?*

- Đồng nghiệp: *Không phải chứ? Mới 2 ngày mà!*

- Bạn thân: *Chúng ta đã nửa năm không gặp, đừng có đổ lên đầu tôi!*

- Cấp trên: *Tôi cho cô 100 triệu, cô nghỉ một thời gian, giải quyết cho gọn đi nhé!*

- Khách hàng: *Được rồi! Đừng dọa tôi, mai ký hợp đồng.*

- Đồng nghiệp: *Không phải cô nói là của tôi chứ? Hôm đó có sếp nữa mà!*

- Người lạ 1: *Đừng có lừa tôi, tôi đã phẫu thuật triệt sản rồi.*

- Người lạ 2: *Cô định xử lí như thế nào?*

Chống lẩn ra bất tỉnh!

LẠI PHẢI HỎI

Adam và Eva sống bên nhau rất hạnh phúc. Một bữa gặp Đức Chúa, Adam hỏi:

- *Thưa Đức Chúa, Eva thật xinh đẹp. Tại sao Người lại làm cho nàng đẹp thế?*

- *Để lúc nào con cũng muốn ngắm nàng.*

- *Làn da của nàng mới mịn màng làm sao!*

- *Để con lúc nào cũng muốn âu yếm nàng!*

- *Nàng có một mùi thơm thật dễ chịu.*

- *Để lúc nào con cũng muốn quấn quýt bên nàng!*



- *Thật tuyệt vời!*

- *Nhưng có một điều mà con cứ thắc mắc là tại sao Đức Chúa lại làm cho nàng ngọt ngào thế?*

- *Thế thì nàng mới yêu con chứ!*

GIỜ THÌ LẠNH CHUA?

Tối cuối thu, trời không trăng, trên ghế đá ven hồ lộng gió, chàng run rẩy thì thào với cô bạn gái lần đầu tiên nhận lời đi chơi riêng với mình, đang ngồi kế bên:

- *Em!... Có lạnh không em?*

Tường anh chàng đã đến độ dạt dào, nàng thẹn thùng nói:

- *Em!... Cũng không lạnh lắm đâu anh!*

Chàng:

- *May quá! Cho anh mượn cái khăn choàng nhé, anh lạnh quá!*

- *!!!*

VẪN CHUA ĐỦ KHỔ À!

Bố hỏi con gái:

- *Thế anh ta có giàu không?*

Cô con gái trả lời chắc nịch:

- *Không ạ, anh ấy không có nhà riêng, không xe máy, cha mẹ già yếu, nhưng con vẫn quyết định lấy làm chồng.*

- *Con rất yêu anh ta, phải không?*

- *Vâng, yêu nhiều lắm ấy chứ ạ.*

- *Thế thì con đừng có gieo khổ thêm cho người ta nữa được không!*

- *!!!*

BẮT NGỜ!

Muốn gây bất ngờ lớn, cô vợ quyết định đưa chồng tới một câu lạc bộ thoát y vũ nhân sinh nhật đặc biệt lần thứ 50 của chồng. Khi họ vừa tới câu lạc bộ, người gác cổng đã hỏi:

- *Chào Dave! Anh khỏe không?*

Cô vợ ngạc nhiên lắm và hỏi xem anh chồng đã bao giờ tới câu lạc bộ này chưa.

- *Ồ không! - Dave nói: Anh ta ở trong đội Bowling của anh đấy.*

Hai vợ chồng vừa ngồi yên vị, một cô hầu bàn nhanh nhẹn đi tới và hỏi Dave xem anh vẫn thích đồ uống như thường lệ chứ, và đặt lên bàn một chai Budweiser. Cô vợ càng

cảm thấy không bình thường:

- *Làm sao cô ta biết là anh luôn thích uống Budweiser?*

- *Cô ấy trong Liên đoàn Bowling cho phụ nữ, em yêu ạ. Bọn anh cùng chơi trên một làn với họ - Dave cố gắng giải thích.*

Liền ngay sau đó, một vũ nữ thoát y uốn éo đi tới bàn của họ, vòng tay choàng qua cổ Dave tình tứ: *Chào Dave! Lão bà bà nào đây? Vẫn muốn một màn nháy tay chạm da ở bàn như thường lệ chứ?*

Đến đây thì vợ của Dave diên tiết, vợ ngay vịn và lao ra khỏi câu lạc bộ. Dave chạy theo và thấy cô vợ đang chuẩn bị lên xe taxi. Trước khi cô đóng sầm cửa, anh kịp nháy vào ngồi cạnh vợ. Anh ta cố gắng một cách tuyệt vọng để giải thích rằng cô vũ nữ thoát y nhận nhầm mình với người nào đó. Nhưng cô vợ chẳng thèm nghe một câu. Cô ta la hét âm ỉ, gọi anh ta bằng đủ những lời xấu xa nhất. Người lái xe taxi quay đầu lại, lắc đầu tỏ vẻ thông cảm:

- *Dave à! Có vẻ như tối nay anh vợ phải một ở cave già chát, say xin đến phát điên rồi kia!*

HỐI HẬN MUỘN!

Một bà vợ già sốt ruột hỏi chồng:

- *Ông có nhớ hôm nay là lễ kỷ niệm lần thứ hai mươi, ngày chúng mình cưới nhau không?*

Nghe nhắc, ông chồng lẳng lặng bỏ đi, lầm lũi bước vào phòng ngủ khiến bà vợ ngạc nhiên, nổi gót theo sau. Vào tới phòng, thấy ông chồng già đang ngồi khóc lặng lẽ trên giường, bà vợ ngạc nhiên hỏi:

- *Hôm nay là kỷ niệm lần thứ hai mươi, ngày chúng mình cưới nhau, sao ông không dẫn tôi đi ăn như mọi khi mà lại khóc?*

Nghe hỏi, ông chồng khóc càng lớn tiếng hơn:

- *Hức! Hức!... Ngày xưa ba bà làm Chánh án, ông hăm: nếu tôi không cưới bà, ông sẽ bỏ tù tôi 20 năm. Bây giờ nghỉ lại, thấy tui ngu quá! Phải chi lúc trước tui can đảm đi tù thì giờ này tui đã được tự do rồi! Hu...hu...*

- *!!!*

HDBank

Cam kết lợi ích cao nhất

Hơn 30 năm hình thành và phát triển, với nền tảng vững chắc, HDBank tiếp tục bứt phá vươn mình ra thế giới. HDBank có tiềm lực tài chính mạnh mẽ, cung cấp đa dạng về dịch vụ tài chính ngân hàng cá nhân, doanh nghiệp và nhà đầu tư.

Với mục tiêu chiến lược trở thành Ngân hàng bán lẻ SMEs và tiêu dùng hàng đầu dựa trên nền tảng công nghệ hiện đại, HDBank đã thực hiện chuyển đổi số hoạt động Ngân hàng mạnh mẽ, ứng dụng công nghệ vào sản phẩm dịch vụ hướng tới phục vụ hàng triệu Khách hàng theo định hướng phát triển thành Happy Digital Bank - Ngân hàng số hạnh phúc.

Nhiều năm liền, HDBank trung thành với lời hứa **"Cam kết lợi ích cao nhất"** cho Khách hàng, Cổ đông và cộng đồng xã hội và gặt hái nhiều thành tựu nổi bật, được nhiều tổ chức uy tín trong nước và quốc tế công nhận, ghi dấu ấn mạnh mẽ trên thị trường tài chính Việt Nam và là thương hiệu được Khách hàng tự hào tin dùng.



NGÂN HÀNG TỐT NHẤT VIỆT NAM



NGÂN HÀNG BÁN LẺ NỘI ĐỊA TỐT NHẤT VIỆT NAM



GREEN DEAL AWARD



NƠI LÀM VIỆC TỐT NHẤT CHÂU Á



NGÂN HÀNG NỘI ĐỊA TỐT NHẤT VIỆT NAM



DỊCH VỤ QUẢN LÝ TIỀN MẶT & TÀI TRỢ THƯƠNG MẠI TỐT NHẤT CHÂU Á THÁI BÌNH DƯƠNG



B1 XẾP HẠNG TÍN NHIỆM CAO VÀ TRIỂN VỌNG ỔN ĐỊNH



TOP 10 DOANH NGHIỆP BỀN VỮNG NĂM 2019



TOP 10 DOANH NGHIỆP NIỀM YẾT NĂM 2019



ỨNG DỤNG MOBILE BANKING SÁNG TẠO NHẤT



HAPPY DIGITAL BANK

DẪN ĐẦU CÔNG NGHỆ
PHÁT TRIỂN NHÂN VĂN

ĐỊNH DANH 5s

CÓ TÀI KHOẢN DÙNG NGAY
như TÙNG

TẢI APP TPBANK NGAY



Scan để biết thêm chi tiết

ĐẦU TIÊN trên App tại Việt Nam

 **TPBank**
Vì chúng tôi hiểu bạn

Cỗ Máy Định Hình Thời Gian

Citizen Phiên Bản Giới Hạn

Kuroshio 64



CITIZEN
BETTER STARTS NOW

TP.HCM : Showroom & Service Center: 285 Lý Tự Trọng, Q.1
TÂN TÂN: 109 Trần Hưng Đạo, Q.1 / 490 Nguyễn Thị Thập, Q.7

Tel: 0983 831 547

www.donghotantan.vn

Model: NK0008-85L

CITIZEN and Eco-Drive are trademarks or registered trademarks of Citizen Watch Co., Ltd.

 Citizen Watch

www.citizenwatch.vn