

The Vietnamese Business Daily

Thương Mại

VIETNAM

Section B
Điện Ảnh
 NĂM THỨ 44
2093
 April 02, 2024

Tou Sean & Tri Su
 10515 Harwin Dr., Suite 100-120, Houston, Texas 77036
 (góc Harwin Dr. @ Corporate Dr.)
 Tel: 713-777-4900 * 713-777-2012 * 713-777-8438 * 713-777-VIET
 Fax: 713-777-4848
 Website: thevietnampost.com * Email: info@thevietnampost.com

Year 2023 Starts Saving
Use Your V.I.P. Card to Earn

VIET HOA INTERNATIONAL FOODS

WEEKLY SPECIALS \$1 = 100 Points.

VIETHOA.COM 832.448.8828 @VIETHOAHOUSTON
 8300 W. SAM HOUSTON PKWY SOUTH HOUSTON TX 77072

Cố Hiệu Lực: APR 05 06 07 08 09 10 11

ĐỔI ĐIỂM NHẬN QUÀ

FREE Julie's Wafer Cubes **19999 pts**
 Bánh Xốp Julie's

FREE Sa Giang Sweet Potato Chips / Shrimp Chips **10999 pts**
 Bánh Phồng Khoai Lang / Bánh Phồng Tôm

FREE Meiji Hello Panda Vanilla **10999 pts**
 Bánh Gấu Nhân Kem Vani

FREE M.Y San SkyPlakes Butter Cracker Sandwich **25999 pts**
 Bánh Quy Kẹp Kem Bơ

MEAT

\$2.69 Fresh Pork Chop Cut **SALE**
 Cốt Lết Cắt Mỏng

\$2.19 Pork Feet Cut **SALE**
 Móng Heo Cắt

\$3.99 Fz Stewing Chicken **SALE**
 Gà Dai Nấu Canh

\$2.79 Fz Top Bee Hen **SALE**
 Gà Dai Không Đũa

\$4.99 Beef Rib BBQ **SALE**
 Sườn Bò Nướng

\$5.99 Beef Brisket **SALE**
 Nạm Gấu Bò

VEGETABLE

\$1.39 Gailan **SALE**
 Cải Làn

\$1.59 Long Spinach **SALE**
 Rau Chân Vịt

89¢ Red Cabbage **SALE**
 Bắp Cải Đỏ

69¢ Carrot **SALE**
 Cà Rốt

\$1.69 Small Taro **SALE**
 Khoai Môn Nhỏ

\$2.99 Red Seedless Grapes **SALE**
 Nho Đỏ Không Hạt

ĐỔI ĐIỂM NHẬN QUÀ

FREE Farmer Brand Dried Peanuts **29999 pts**
 Đậu Phộng Sấy Khô "Farmer Brand"

FREE Vinh Thuan Hagon Flour **8999 pts**
 Bột Há Cảo "Vinh Thuận"

FREE Superior Dried Noodle **25999 pts**
 Mì Chay Đặc Biệt "Superior"

FREE Dek Som Boon Organic Soy Sauce **25999 pts**
 Nước Tương Đậu Nành

GROCERY

\$7.99 Snowware Assorted Jelly Sticks **SALE**
 Thạch Rau Câu Trái Cây

\$9.99 President Brand Kynamul Slice **SALE**
 Trái Táo Sấy Khô

\$7.99 Penang Passion Fruit / Lime Juice **SALE**
 Bít Nước Chanh Dây / Nước Chanh Lì

\$3.29 Cook Brand Sweet Chili Sauce **SALE**
 Tương Chay Ngọt

\$23.99 Mr Brown Iced Coffee **SALE**
 Cà Phê Đá Uống Liên Mr Brown

2 for \$3 Knorr Chili Sauce **SALE**
 Tương Chay 3 Vị "Knorr"

SEAFOOD

\$5.99 Fresh Salmon **SALE**
 Cá Hồi

\$3.49 Salmon Head **SALE**
 Đầu Cá Hồi

\$3.79 Fresh Catfish **SALE**
 Cá Bông Lau

\$5.99 King Fish Whole **SALE**
 Cá Thu Nguyên Con

\$5.49 Fresh Golden Pompano **SALE**
 Cá Chim Vàng

\$6.49 Jumbo Shrimp Salt Water **SALE**
 Tôm Biển

Số Lượng Quà Tặng & Sản Phẩm Khuyến Mãi Có Giới Hạn, Chương Trình Có Thể Kết Thúc Sớm Hơn Dự Kiến.

BOOM SALE!

MUA 1 TẶNG 1
BÁNH QUY

BUY 1 GET 1 FREE
"SUPERIOR QUALITY"
SWEET RICE CAKE

PROMOTION DATE: 04/05/24 - 04/11/24

SPECIAL OFFER
BOOM SALE!

\$49.99
EAGLE BRAND MEDICATED OIL
BONUS PACK
 EXTERNAL ANALGESIC
 PENETRATING PAIN RELIEF
WAS \$51.99

"EAGLE BRAND" MEDICATED OIL
 (BONUS PACK)

VIET HOA INTERNATIONAL FOODS

TUYỂN DỤNG

HIRING!

CHUNG TÔI CẦN TUYỂN NHIỀU VỊ TRÍ

- THU NGÂN (CASHIER)
- BẾP (KITCHEN)
- NGƯỜI CHẤT HÀNG (STOCKER)
- HẢI SẢN (SEAFOOD DEPARTMENT)
- RAU (VEGETABLE DEPARTMENT)
- THỊT (MEAT DEPARTMENT)

Bán thời gian hoặc toàn thời gian (part time or full time)
 Ưu tiên cho người biết tiếng Hoa, Việt và Anh
 (Priority is given to Vietnamese, Chinese, and English trilingual)

www.tinyurl.com/viethoa-career
 VUI LÒNG ĐẾN TRỰC TIẾP CHỢ VIỆT HOA ĐIỂM ĐƠN

NEW **Bán Tiệm Cafe**
SAN ANTONIO, TX 78227

Tealicious Cafe trên đường Marbach, trong khu HEB Plus rất sầm uất với nhiều tiệm fast food. Tiệm đang hoạt động được 10 năm khách rất ổn định. Mọi thông tin cần thiết xin liên lạc:

Thùy: 832-513-5424
Thảo: 318-300-6668

NEW **Cần Bán Tiệm Nước Lọc**
WILCREST, HOUSTON

Tiệm nước lọc CRYSTAL PURE WATER, 8200 Wilcrest, Suite 7 (Gần chợ Tiến Hưng), giá bán \$85K. Tiệm đang hoạt động 29 năm. Chủ về hưu cần bán gấp.

Xin vui lòng liên lạc Lai Trần: 832-875-7388

NEW **Bán Tiệm Tóc**
S.W 59 & BWY 8

Cần sang tiệm tóc, gần chợ và trung tâm Bellaire. Tiệm lâu năm và có khách sẵn. Giữa S.W 59 và Beltway 8.

Xin vui lòng liên lạc: 713-918-9520

NEW **Bán Nhà Hàng**
SUGARLAND

Nhà hàng New Saigon Kitchen cần bán tọa lạc tại 3412 HWY 6, Ste. Q, Sugarland, TX 77478. Rộng 1,299 sq.ft, rent \$3,395/tháng, bao N.N.N tiệm đang hoạt động.

Xin vui lòng liên lạc: 281-690-8072

NEW **Bán Tiệm Giặt Ủi**
CLEAR LAKE & NASA

Cần tiền bán gấp tiệm giặt ủi khu vực Clear Lake và Nasa. Khu đông khách, máy móc tốt 70 phần trăm, gross income \$365K – \$390K hàng năm. Thuận tiện cho gia đình quản lý.

Xin liên lạc hoặc nhắn tin cô Angie Hoàng: 818-217-6863

NEW **Bán Tiệm Tóc & Nail**
45 SOUTH

Bán tiệm tóc, nail ở 45 South. Tiệm có khách hàng Mỹ Trắng và Mẽ rất tuyệt, chưa có khách Việt Nam. Hiện tại tiệm có 7 người thuê và 2 nhân viên làm hoa hồng. Mới thay máy giặt, sấy loại thương mại, máy điều hòa không khí và máy tính để thuận tiện cho việc vận hành. Chủ sở hữu sẵn sàng thuê lại hai trạm làm tóc hoặc hoa hồng với chủ mới. Tiền thuê hàng tháng là \$5,400 với thu nhập từ cho thuê lại là \$4,200 và tất cả là \$250k thu nhập cho tiệm

Xin vui lòng liên lạc: 713-398-6861

NEW **Bán Nhà Hàng**
DOWNTOWN

Bán tiệm Seafood, Hamburger and Fastfood ở Downtown. Đông khách, tiền rent rẻ. Chủ đã làm 20 năm, về hưu, bán giá rẻ.

Xin liên lạc Kim: 832-287-8889

NEW **Bán Tiệm Quần Áo**
HARWIN, HOUSTON TX 77036

Tiệm quần áo có trên 13 năm, 95% khách Mẽ, đã có khách sẵn, bán sỉ và lẻ. Mở cửa 7 ngày. Địa chỉ 8080 Harwin #A, Houston, TX 77036.

Nếu cần mua xin liên lạc Nguyệt:
346-431-5028 * 346-310-0451

NEW **Cần Bán Tiệm Nail**
HOLCOMBE & KIRBY

Chủ muốn nghỉ hưu, tiệm mở được 18 năm có khách sẵn, khu Mỹ trắng. Tiệm nằm trên đường Holcombe gần Kirby. Tiệm có 6 ghế làm chân, 5 bàn nails. Nếu ai có làm gần khu này muốn mua tiệm làm chủ rất tiện. và chuyển khách qua rất dễ và tiện.

Xin vui lòng liên lạc:
713-665-8898 * 832-446-7650

NEW **Bán Nhà Hàng**
610 & CHIMNEY ROCK

Bán nhà hàng thức ăn nhanh Trung Hoa, gần 610 & Chimney Rock, Bellaire. Công việc kinh doanh ổn định, có khách quen và ăn tại chỗ. Chủ nhà hàng bận việc kinh doanh khác. Việc chuyển giao sẽ hoàn hảo và chân thành. Phù hợp cho vợ chồng cùng tham gia điều hành.

Xin vui lòng liên lạc: 281-891-5588

NEW **Bán Condo**
KHU BELLAIRE

Bán condo, 10555 Turtlewood phía sau Kim Sơn đường Bellaire. 760 sqft, 1 phòng ngủ, 1 phòng tắm, chỗ đậu xe riêng. Hiện đang cho thuê. Giá \$115,000

Xin vui lòng liên lạc: 281-794-3366

NEW **Nhà Cho Thuê**
GẦN HONG KONG 4

Nhà 3 phòng cho thuê nguyên căn. Khu an ninh, yên tĩnh, cách Hong Kong 4 chừng 2 miles.

Xin liên lạc hoặc nhắn tin cho chị Liên: 281-384-4803

NEW **BÁN TIỆM TRÀ SỮA**
WESTHEIMER & KIRKWOOD

Tiệm nằm trên đường Westheimer và Kirkwood. Diện tích: 1,300 sqft. Mọi thông tin cần thiết xin liên lạc.

Selena Nguyen: 346-247-1445

NEW **Town House Cho Thuê**
WILCREST & BEECHNUT

Townhouse for rent \$1,300. Đường Wilcrest & Beechnut, free water. 3 phòng ngủ, 2-1/2 bathroom.

Xin liên lạc A Lành: 832-640-5575

Lời Nguyện

In God We Trust

Kính lạy Cha,
Lạy Cha chúng con ở trên trời, chúng con nguyện danh Cha cả sáng, nước Cha trị đến ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời. Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày, và tha nợ chúng con, như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con. Xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ, nhưng cứu chúng con khỏi mọi sự dữ. Amen.



TM



Về ngoài quyến rũ và cuộc sống độc thân của thành viên F4 Ngôn Thừa Húc

Dù đã bước vào tuổi 47 nhưng nam diễn viên Trung Quốc Ngôn Thừa Húc vẫn sở hữu ngoại hình trẻ trung, phong độ. Mới đây, anh gây chú ý bởi vẻ ngoài “lão hóa ngược” khi dự một sự kiện.

Ngôn Thừa Húc từng là “nam thần” được nhiều người yêu mến trong thập niên 2000. Đến nay, dù đã bước sang tuổi 47, chàng thiếu gia Đạo Minh Tự của Vườn sao băng vẫn sở hữu vẻ ngoài phong độ cùng thân hình săn chắc đáng ngưỡng mộ.

Những hình ảnh của Ngôn Thừa Húc tại sự kiện ở Hàng Châu (Trung Quốc) vừa qua, được dân mạng chia sẻ với tốc độ chóng mặt, thu hút lượng bình luận lớn.

Phần lớn ý kiến đều bày tỏ sự bất ngờ trước vẻ ngoài trẻ trung đáng ngưỡng mộ của mỹ nam U50. Anh diện vest lịch lãm, mái tóc dài lãng tử, gương mặt không nếp nhăn. Vẻ ngoài của ngôi sao thế hệ 7X được đánh giá không đời nào so với 20 năm trước.

Đây không phải là lần đầu Ngôn Thừa Húc khiến người hâm mộ bất ngờ trước vẻ ngoài trẻ trung. Trước đó, nam diễn viên từng nhiều lần gây sốt mạng xã hội với loạt ảnh khoe vóc dáng đáng ngưỡng mộ khi bước vào độ tuổi trung niên.



Ngôn Thừa Húc (SN 1977) là nam ca sĩ, diễn viên nổi tiếng của làng giải trí Đài Loan (Trung Quốc). Cùng 3 gương mặt đình đám khác là Châu Du Dân, Chu Hiểu Thiên và Ngô Kiến Hào, Ngôn Thừa Húc thành lập nhóm nhạc nam F4 vang danh châu Á một thời.

Vào thập niên 2000, Ngôn Thừa Húc từng được xem là nam thần trong mộng của hàng triệu thiếu nữ nhờ thành công của các bộ phim thần tượng như Vườn sao băng, Chỉ muốn yêu anh, Lưu luyến không quên, Lửa bóng râm...

Trong số đó, vai diễn chàng công tử ngỗ ngược nhưng chân tình Đạo Minh Tự trong Vườn sao băng giúp anh trở thành ngôi sao hạng A và nổi tiếng khắp châu Á. Vào giai đoạn năm 2008-2010, Ngôn Thừa Húc là ngôi sao nổi tiếng và kiếm nhiều tiền nhất xứ Đài.

Sau khi nhóm F4 giải tán, các thành viên đều có những hướng phát triển riêng. Ngô Thừa Húc tập trung cho diễn xuất. Ở tuổi U50, anh vẫn theo đuổi dòng phim thần tượng. Điều này từng khiến Ngôn Thừa Húc đối mặt với nhiều chỉ trích, cho rằng anh cố tình “cưa sừng làm nghé” hay “hạn chế về năng lực”.

Đặc biệt, khi dòng phim thần tượng Đài Loan thoái trào, cơ hội diễn xuất của những ngôi sao như Ngôn Thừa Húc cũng trở nên “khiêm tốn”. Những ngôi sao thế hệ trước gặp nhiều khó khăn trong việc tìm kịch bản phù hợp. Ngôn Thừa Húc chủ động mở rộng lĩnh vực hoạt động như tích cực góp mặt trong các chương trình giải trí, tham dự sự kiện...

Trong suốt cuộc hành trình gây dựng sự nghiệp, Ngôn Thừa Húc luôn biết ơn vì có mẹ bên cạnh. Anh sinh ra trong một gia đình không đủ đầy, thiếu vắng tình cảm và sự chăm sóc của bố. Ngay từ bé, Ngôn Thừa Húc đã rất nhút nhát và chỉ tin tưởng mẹ. Khi trở thành ngôi sao, anh vẫn nghĩ mình là đứa con bé bỏng của mẹ.

“May mắn tôi có gia đình làm chỗ dựa. Mỗi lần cảm thấy bản thân không chịu nổi sức ép, tôi sẽ gọi điện thoại cho mẹ để trút bỏ muộn phiền. Nếu không có mẹ, Ngôn Thừa Húc chắc chắn sẽ chẳng trụ vững trong giới giải trí đến ngày hôm nay”, anh nói.

Trong số 4 thành viên của F4, Ngôn Thừa Húc hiện là thành viên duy nhất chưa lập gia đình. Nhiều năm qua, nam diễn viên sống kín tiếng, ít chia sẻ đời tư, đặc biệt là chuyện tình cảm.

Trong số những mối quan hệ tình cảm trong quá khứ, nổi tiếng nhất chính là chuyện tình với siêu mẫu Lâm Chí Linh. Họ từng được xem là cặp đôi đẹp của làng giải trí xứ Đài nhưng lại không có cái kết hạnh phúc.

Hai người từng hò hẹn cách đây hơn chục năm nhưng vì áp lực của làng giải trí cũng như sự bận rộn của công việc, họ đã không thể ở bên nhau.

Năm 2019, Lâm Chí Linh bắt gặp lên xe hoa với một nam ca sĩ kém tuổi người Nhật Bản. Hay tin người yêu cũ lấy chồng, Ngôn Thừa Húc đã gửi lời chúc phúc cho cô.

Một nguồn tin cho hay, dù Ngôn Thừa Húc và Lâm Chí Linh không còn là tình nhân nhưng họ vẫn luôn dành cho đối phương một sự quan tâm và vị trí đặc biệt trong tim.

Ngôn Thừa Húc từng khóc trên truyền hình khi nhắc lại chuyện tình với Lâm Chí Linh: “Tôi để cô ấy ra đi vì tôi thực sự yêu cô ấy, tôi biết cô ấy có thể gặp một người tốt hơn tôi”.

Nam diễn viên 47 tuổi thừa nhận, bản thân là một người khờ khạo trong chuyện tình cảm, không biết cách biểu lộ tình cảm với những người mình thương yêu.

Chàng ca sĩ nhiều tuổi nhất nhóm F4 tiết lộ, vì quá khứ nghèo khổ và một tuổi thơ thiếu thốn vật chất,

tình cảm của người cha nên anh luôn cảm thấy mặc cảm, thiếu an toàn và tìm mọi cách chứng tỏ bản thân.

Hiện tại, ở tuổi U50, Ngôn Thừa Húc tìm niềm vui trong công việc, từ tình yêu thương của khán giả. Khi được hỏi về chuyện kết hôn, anh chỉ mỉm cười và giải thích chưa có kế hoạch cụ thể. Những năm qua, anh cũng vương tin đồn với một số đồng nghiệp nữ nhưng ngôi sao xứ Đài không lên tiếng xác nhận.

Mi Vân

Choi Gyu Ri: “em chồng” Park Min Young, tân binh khủng long của màn ảnh Hàn

Choi Gyu Ri, người em chồng trâm anh thế phiệt nhưng tính cách đáng yêu dễ gần của Park Min Young trong phim mới đang chiếm cảm tình lớn từ khán giả. Cô được xem là một nhân vật đã góp công soi sáng cuộc đời đen tối của nữ chính.



Choi Gyu Ri, nữ diễn viên sinh năm 2000 đang gây ấn tượng mạnh với khán giả nhờ vai diễn Yoo Hee Yeon trong siêu phẩm Cô đi mà lấy chồng tôi.

Choi Gyu Ri hiện đang theo học chuyên ngành diễn xuất tại Trường đại học Nghệ thuật tổng hợp Hàn Quốc. Ngoài ra, nữ diễn viên cũng thuộc cùng công ty quản lý với Park Min Young.

Choi Gyu Ri xuất hiện trên màn ảnh lần đầu tiên vào cuối năm 2021 với tác phẩm Uncle (Ông chú). Sau đó, cô tiếp tục tham gia những vai nhỏ trong các phim truyền hình nhưng chưa thật sự nổi bật. Cô đi mà lấy chồng tôi là bộ phim thứ 5 trong sự nghiệp của nữ tân binh.

Theo webtoon thì Hee Yeon là em gái của nam chính Yoo Ji Hyuk (Na In Woo), là tiêu thư tài phiệt chính hiệu nhưng sống rất đơn giản, không thích khoe mẽ sự giàu có.

Sau khi những tập đầu tiên của phim lên sóng, nhân vật Hee Yeon khiến khán giả phải cảm thán vì cô thực sự như từ trong truyện bước ra. Dáng vẻ xinh xắn, đáng yêu, nụ cười tỏa nắng, sự vui tươi hoạt bát y hệt như hình dung của khán giả về Hee Yeon trong truyện. Thậm chí so với Kang Ji Won, nhân



ĐIỆN ẢNH

vật Hee Yeon còn được cho là giống webtoon hơn cả.

Ngoài việc tạo cảm giác như từ trong truyện bước ra thì nhân vật Hee Yeon hiện còn chiếm trọn cảm tình của khán giả bởi tính cách tươi sáng, vô cùng đáng yêu. Cô và Ji Won trở thành bạn thân chỉ sau một lần tiếp xúc bởi hai người đều quá lương thiện, trong sáng.

Ngoài lối diễn xuất, ngoại hình của Choi Gyu Ri cũng gây ấn tượng khi vào vai Hee Yeon. Không thuộc hàng “thần tiên tỷ tỷ” nhưng cô ghi điểm nhờ nụ cười tỏa nắng. Tạo hình của Gyu Ri trong phim khá giống với nguyên tác, càng khiến cô dễ dàng chiếm được cảm tình của khán giả.

Nhờ có Hee Yeon, Ji Won tội nghiệp mới thực sự hiểu thế nào là tình bạn sau khi bị chính bạn thân hại chết ở kiếp sống đầu tiên. Hee Yeon cũng không ngại chi tiền để giúp Ji Won lột xác xinh đẹp thành phiên bản hoàn hảo nhất có thể, giúp Ji Won tỏa sáng ở buổi họp lớp, nơi cô phải đối diện với những kẻ đã từng bắt nạt mình. Không ngoa khi nói, Hee Yeon chính là tia nắng ấm áp, chiếu vào cuộc đời đang u ám của nữ chính.

Sau khi những tập đầu tiên của Cô đi mà lấy chồng tôi lên sóng, khán giả thực sự không thể cưỡng lại sức hút của nhân vật Hee Yeon. Nữ diễn Choi Gyu Ri vì vậy cũng được quan tâm nhiều hơn hẳn. Khán giả khen ngợi vì cô diễn rất tự nhiên, thể hiện đúng tinh thần của nhân vật, một tiểu thư tài phiệt không cần khoe mẽ nhưng vẫn rất sang chảnh, tính tình thì hòa đồng, ấm áp.

Nhờ sức nóng của Cô đi mà lấy chồng tôi, trang Instagram của Choi Gyu Ri nhận về nhiều lượt tương tác. Những bài đăng về phim của cô nhận về lượng bình luận gấp 10 các bài đăng cũ. Hiện tại, cô đã có 34,7 nghìn người theo dõi. Đây là tín hiệu đáng mừng cho nữ tân binh đang tìm kiếm cơ hội tỏa sáng.

Cô đi mà lấy chồng tôi xoay quanh hành trình trả thù của Kang Ji Won (Park Min Young), một người phụ nữ bị bệnh nan y, lại phải chứng kiến chồng (Park Min Hwan - Lee Yi Kyung đóng) ngoại tình với chính người bạn thân của mình (Jung Soo Min - Song Ha Yoon đóng).

Bị chồng và tình nhân sát hại, nhưng Kim Ji Won bất ngờ có cơ hội tái sinh, trở về 10 năm trước, khi chưa kết hôn.

Ji Won quyết tâm thoát khỏi hình ảnh yếu đuối để trả thù người chồng bội bạc và tiểu tam đáng ghét, dưới sự giúp sức của trưởng phòng cùng công ty Yoo Ji Hyuk (Na In Woo) - người đàn ông đã yêu thầm cô từ lâu.

Phim đã lọt vào Top 10 tại 112 quốc gia trên thế giới và chiếm lĩnh vị trí số 1 tại 33 quốc gia, bao gồm Nhật Bản, Hong Kong (Trung Quốc), Indonesia, Malaysia, Philippines, Thái Lan, Singapore...

Osen dự đoán, nếu xu hướng này tiếp tục, chắc

chắn “Cô đi mà lấy chồng tôi” sẽ giành được vị trí thứ 2 trên bảng xếp hạng hàng tháng của Prime Video - điều mà chưa một bộ phim truyền hình Hàn Quốc nào làm được.

Bộ phim không chỉ đánh dấu sự trở lại đầy lợi hại của Park Min Young mà còn giúp tên tuổi của dàn diễn viên trẻ, diễn viên phụ được nâng tầm một cách mạnh mẽ. Không chỉ Choi Gyu Ri mà Na In Woo, Song Ha Yoon và Lee Yi Kyung đều tỏa sáng với vai diễn của mình.

Choi Gyu Ri dù mới “chân ướt chân ráo” bước vào phim truyền hình, thế nhưng cô đang chiếm được cảm tình lớn từ khán giả trong nước lẫn quốc tế về vai diễn này. Trong tương lai, người hâm mộ hy vọng sẽ thấy cô ở những vai diễn đặc sắc hơn, đa dạng hơn. Đồng thời mong muốn cô sẽ sớm có suất nữ chính trong một phim truyền hình dài tập thời gian tới.

Khánh Huyền

Hong Jong Hyun: Mỹ nam lật mặt như bánh tráng, cân đẹp chính diện lẫn phản diện

Hong Jong Hyun thu hút người đối diện bằng ngoại hình cao ráo cùng khuôn mặt bánh bao, nam tính với đôi mắt một mí đặc trưng của xứ củ sâm. Anh từng thử sức với nhiều vai trò, từ người mẫu, diễn viên cho đến MC.

Hong Jong Hyun sinh năm 1990 và từng theo học chuyên ngành Sân khấu & Điện ảnh của Đại học Konkuk, Hàn Quốc. Tuy có ý định theo đuổi nghiệp diễn xuất từ sớm nhưng Jong Hyun lại debut trong vai trò một người mẫu.

Với lợi thế chiều cao 1m82 cùng thân hình chuẩn và diện mạo ăn hình, anh đã trở thành người mẫu của một số nhãn hiệu thời trang cả trong nước và quốc tế.



Dự án thời trang đầu tiên mà Jong Hyun góp mặt là BST Xuân/Hè 2007 của thương hiệu Hàn Quốc MVIO. Từ năm 2008, anh là gương mặt quen thuộc của Tuần lễ Thời trang Seoul khi tham gia trình diễn trong khá nhiều show.

Cũng trong năm 2008, Jong Hyun đã có cơ hội góp mặt trong show diễn tại Hàn của hai thương hiệu đình đám Tommy Hilfiger và Marc by Marc

Jacobs.

Ngoài ra, nam người mẫu cũng từng ký hợp đồng quảng cáo với những thương hiệu nổi tiếng khác như Calvin Klein, Jill by Jill Stuart, New Balance... và xuất hiện khá nhiều trên các tạp chí thời trang danh tiếng ở quê nhà. Năm 2011, anh nhận danh hiệu Người mẫu ăn mặc đẹp nhất từ Korea Best Dresser Swan Awards.

So với lĩnh vực thời trang, diễn xuất là lĩnh vực mà Hong Jong Hyun được đào tạo bài bản hơn, bởi vậy không ngạc nhiên khi anh “đắt túi” khá nhiều vai diễn ở cả thể loại phim truyền hình lẫn phim điện ảnh.

Tuy nhiên, những vai diễn mà anh chàng đảm nhận đa phần là các vai phụ và cũng không gây được nhiều ấn tượng. Một vài bộ phim truyền hình nổi tiếng có sự góp mặt của Jong Hyun là Dating Agency: Cyrano (2013), Wild Romance (2012), Oh! My Lady (2010), v.v...

Mặc dù tham gia khá nhiều bộ phim nhưng vai diễn gây được nhiều sự chú ý nhất của Hong Jong Hyun lại thuộc về một dự án có thời lượng chưa đầy 4 phút, đó chính là MV Falling In Love của 2NE1 (2013).

Tuy chỉ xuất hiện một vài giây nhưng Hong Jong Hyun đã kịp để lại dấu ấn trong lòng nhiều fan Kpop và những thông tin về anh cũng được săn lùng khá nhiều ở thời điểm đó.

Ngoài ra, Jong Hyun còn góp mặt trong khá nhiều show truyền hình, trong đó nổi bật nhất hiện nay là show We Got Married mùa thứ 4 khi làm anh “chồng ảo” tương lạnh lùng nhưng lại cực cool của Yura - Girl's Day.

Trong sự nghiệp diễn xuất, Hong Jong Hyun là nam diễn viên Hàn Quốc được nhiều khán giả khen ngợi vì khả năng “lật mặt như lật bánh tráng”, nam chính đẹp trai chính trực, tốt bụng hoàn hảo hay nam phản diện độc ác, xấu xa mưu mô xảo quyệt đều có thể cân đẹp ngay sau tiếng hô action của đạo diễn.

Trong Người Tình Ánh Trăng, Hong Jong Hyun vào vai diễn đầy nham hiểm. Hoàng tử Wang Yo xấu đến tận xương tủy, với con mắt tham vọng lên ngai vàng và sẵn sàng thao túng chính trị cung điện để có lợi cho mình. Quan trọng nhất, anh ta có ánh mắt cực kỳ nham hiểm.

Nhưng ở phim cổ trang tiếp theo Hong Jong Hyun đã chuyển sang đóng vai Wang Rin ngọt ngào nhưng nhút nhát trong Khi Nhà Vua Yêu.

Trong năm 2023, trong hàng loạt tựa phim đình đám ra mắt của Hàn Quốc, Race (Cuộc Đua) là bộ phim tương đối kém tiếng, lên sóng âm thầm trên một nền tảng phát hành trực tuyến.

Phim có sự góp mặt của dàn diễn viên tương đối nổi tiếng, bao gồm Lee Yun Hee, Hong Jong Hyun và đặc biệt là “chị đại” Moon So Ri, xoay quanh cuộc sống, công việc của các nhân viên văn phòng



luôn nỗ lực để chiến thắng chính mình.

Chủ đề không mới mẻ là một trong số những yếu tố khiến Race không được nhiều khán giả yêu thích. Thêm vào đó cũng có không ít phản ứng trái chiều xoay quanh màn thể hiện kém hấp dẫn của nam diễn viên chính Hong Jong Hyun.

Trong phim, anh vào vai Ryu Jae Min, người được đánh giá như quân át chủ bài của văn phòng. Anh được miêu tả là người rất chuyên nghiệp, đặc biệt là có khả năng cân bằng rất tốt giữa công việc và cuộc sống đời thường.

Đảm nhận vai trò dẫn dắt cả bộ phim lại có nhiều cảnh đối diễn với đàn chị Moon So Ri, song Hong Jong Hyun để lộ rất nhiều nhược điểm về diễn xuất. Anh bị chê là biểu cảm không tự nhiên, ánh mắt lơ đãng, không thể hiện được cảm xúc nhân vật.

Khi diễn với nữ chính Lee Yun Hee, Hong Jong Hyun không có “phản ứng hóa học”, lúc diễn với Moon So Ri, anh lại lép vế rõ nét. Nhiều người còn tưởng Hong Jong Hyun là tân binh diễn xuất, không thể ngờ anh đã làm nghề tới 14 năm, không ít lần được đóng chính trong các dự án lớn.

Về chuyện tình cảm, vào đầu năm 2016, một số nguồn tin cho rằng anh và After School Nana đã hẹn hò được gần 7 tháng, trong thời điểm đó, anh vẫn còn tham gia chương trình We Got Married với Yura. Nên đã gây ra nhiều tranh cãi trong cư dân mạng lúc bấy giờ.

Mặc dù We Got Married chỉ là 1 chương trình kết hôn giả, tuy nhiên việc Hong Jong Hyun có bạn gái rồi mà vẫn chấp nhận tham gia, nhiều người cho rằng vậy là không công bằng cho Yura. Tuy nhiên sau đó, anh và Nana đã chính thức lên tiếng rằng 2 người chỉ là bạn bè của nhau.

“Lúc ấy tôi và cô ấy chỉ tình cờ gặp nhau tại cùng 1 địa điểm, sau đó khi 1 bài báo đưa tin chúng tôi hẹn hò, cả 2 đều rất sốc” Hong Jong Hyun nói “Nhưng có 1 sự thật chắc chắn rằng, chúng tôi không hẹn hò.

Tôi đã gặp biên kịch của We Got Married và giải thích, tất nhiên tôi cũng đã giải thích cho Yura nữa. Đây là lỗi của tôi vì đã không chuẩn bị trước cho những tình huống này, tôi thành thật xin lỗi”.

An Chi

Phim được kỳ vọng “cứu sống nhà đài” ra mắt với rating cao bất ngờ, công lớn nhờ nam chính lột xác xuất sắc

Bộ phim này ra mắt với thành tích ấn tượng, không phụ sự kỳ vọng của truyền thông và nhà đài.

Flex x Cop (Tài Phiệt x Cảnh Sát) là bộ phim cuối tuần mới của đài SBS, sau khi My Demon kết thúc. Ngay từ trước khi lên sóng, bộ phim này đã được kỳ vọng sẽ giúp vực dậy SBS, sau loạt dự án thất

bại thảm hại về tỷ suất người xem và gây tranh cãi về nội dung, điển hình là My Demon, Cuộc Chiến Sinh Tồn,...

Đáng mừng là ngay tập mở đầu, Flex x Cop đã ghi nhận thành tích rất ổn, xứng đáng với kỳ vọng của truyền thông và nhà sản xuất.

Cụ thể rating mở màn của Flex x Cop là 5,8% trên toàn quốc, thời điểm cao nhất còn lên tới con số 7,8%. Thành tích này bỏ xa tập cuối của My Demon, giúp SBS lấy lại vị thế trên đường đua rating phim cuối tuần dù hiện vẫn bị MBC cách biệt khá xa.



Tập 1 thành công giới thiệu nhân vật nam chính Jin Yi Soo (Ahn Bo Hyun), một tài phiệt ngổ ngáo bất ngờ lại trở thành cảnh sát. Trước đó, Yi Soo sống cuộc đời đầy niềm vui của mình bằng việc sử dụng khối tài sản kếch xù và mối quan hệ rộng khắp để đầu tư vào các trò chơi sinh tồn tiêu khiển.

Anh thích nhảy dù, lái trực thăng, thậm chí còn thích chơi với... cá mập. Trên thực tế, anh chỉ là một đứa trẻ chưa trưởng thành, là quý công tử được cưng chiều tại Tập đoàn Hannsoo.

Trong lần thưởng thức trò chơi sinh tồn bằng việc truy bắt một tên tội phạm khét tiếng, Yi Soo đã vô tình bị cảnh sát bắt. Sau khi được xác nhận là một chaebol đang truy lùng kẻ sát nhân mà cảnh sát mất 2 tháng chưa bắt được, Yi Soo đã được thả.

Dù vậy, việc bị bắt giữ của Yi Soo đã “bôi đen” những nỗ lực cho cuộc tranh cử làm thị trưởng thành phố của bố anh ta - Jin Myeong Cheol. Điều này khiến con trai cả nhà họ Jin phải ra tay, anh đã biến Yi Soo thành cảnh sát để hợp thức hóa việc cậu ấm này tham gia truy bắt tội phạm.

Ahn Bo Hyun đã xây dựng hoàn hảo nhân vật Jin Yi Soo, một người ngang ngược với cha và gia đình nhưng lại muốn theo đuổi công lý, nỗ lực vì người dân chỉ trong một tập phim.

Sự nổi loạn, ngổ ngáo của Bo Hyun trong hình ảnh cảnh sát tài phiệt Yi Soo mang đến một màu sắc rất mới trong sự nghiệp của anh. Hình ảnh này khác hoàn toàn so với vai diễn tài phiệt phản diện ở Itaewon Class hay vai cảnh sát điềm đạm ở My Name. Diễn xuất hoàn hảo của Ahn Bo Hyun đã giúp Flex x Cop ghi dấu ấn mạnh mẽ ngay tập 1.

Lệ An

Nam chính cỡ trang xuất sắc nhất phim Hàn đầu 2024: Tường “tấu hèn” lạc quẻ ai ngờ diễn cảnh bi quá đỉnh

Giữa hàng loạt những bộ phim Hàn nổi đình đám thời gian gần đây thì Mê hoặc quân vương (Captivating the King) có phần kém tiếng hơn đôi chút. Tại quê nhà Hàn Quốc, rating phim cứ liên tục biến động, lên xuống thất thường, cho thấy việc phim không có lượng khán giả cố định.

Tại nền tảng Netflix, phim cũng ghi nhận được một số thành tích, tiêu biểu nhất là việc đứng top 7 trên BXH chương trình truyền hình (không nói tiếng Anh) được xem nhiều nhất Netflix toàn cầu.

Nếu nữ chính Shin Se Kyung gây nhiều tranh cãi, ngay từ khi phim chưa lên sóng thì nam chính Jo Jung Suk lại được coi là linh hồn của bộ phim. Anh mang đến một màn lột xác vô cùng xuất sắc, thoát hoàn toàn khỏi hình tượng “chàng hèn” đã gắn liền với sự nghiệp của mình suốt nhiều năm qua.



Không hề tấu hài lạc quẻ như nhiều khán giả lo sợ, Jo Jung Suk mang tới hình tượng một bậc quân vương chính trực, điềm đạm, nghiêm nghị nhưng cũng rất ấm áp. Anh chỉ cần cất giọng là khán giả đã thấy được sự tôn nghiêm của nhân vật này.

Xem phim, khán giả hoàn toàn đắm chìm trong màn trình diễn xuất sắc của Jo Jung Suk. Đặc biệt, những cảnh nặng cảm xúc được anh thể hiện quá đỉnh. Người xem cũng trầm trồ khi được thấy một phương diện hoàn toàn mới của Jo Jung Suk, ở giai đoạn nhân vật Yi In đã lên ngôi vua. Sự cương nghị, lạnh lùng, đôi khi vô cùng hung dữ cùng ánh mắt sắc bén khiến khán giả thực sự choáng ngợp.

Trang Osen của Hàn Quốc nhận định: “Jo Jung Suk đã thể hiện một cách chi tiết sự nhạy bén của mình trong việc đặt nhân vật vào vòng xoáy chính trị trong một cung điện đầy rẫy kẻ thù. Anh ấy khiến tôi nghẹt thở với đôi mắt lạnh lùng, giọng nói trầm ấm và sức lôi cuốn khó cưỡng. Đồng thời Jo Jung Suk cũng truyền tải sức nặng và nỗi đau của nhân vật một cách xuất sắc”.

Mi Vân



ĐIỆN ẢNH

Triệu Chiêu Nghi: Tiểu hoa 9X danh tiếng kém, chơi xấu Địch Lệ Nhiệt Ba tạo nổi

Triệu Chiêu Nghi là diễn viên tầm trung và chuyên đóng web-drama ở Trung Quốc. Cô được khán giả biết đến nhiều nhất qua bộ phim Nhất Dạ Tân Nương. Tuy nhiên, về danh tiếng và sự nghiệp phim ảnh, cô vẫn chưa có nhiều dấu ấn nổi bật.

Triệu Chiêu Nghi sinh năm 1999, Triệu Chiêu Nghi đang theo học tại Khoa Phát thanh và Lưu trữ của Đại học Truyền thông Chiết Giang. Năm 2018, cô được chọn tham gia chương trình tạp kỹ Brother don't make trouble của nhóm sinh viên năm nhất trên Mango TV. Với sự thể hiện cực kỳ xuất sắc, sau đó Chiêu Nghi nhận được vai nữ chính trong phim truyền hình dành cho giới trẻ có tựa Incredible Sunny.

Chuyện phim không chỉ nói về tuổi trẻ và cảm xúc của họ, mà còn là cách tìm ra con người thật của bạn và ước mơ tương lai của bạn khi lớn lên. Nhân vật nữ chính là một cô gái đặc biệt lạc quan và vui vẻ, luôn giúp đỡ người khác. Cho đến một ngày, cô gặp chàng trai nọ cùng lý tưởng và những điều thú vị ngọt ngào, truyền cảm hứng đã xảy ra. Ở bộ phim này, Triệu Chiêu Nghi cũng được đánh giá là có kỹ năng diễn xuất tuyệt vời, hóa thân vào vai diễn thành công hơn cả mong đợi. Bên cạnh đó, ngoại hình xinh xắn cùng với nụ cười tươi sáng của Triệu Chiêu Nghi cũng để lại ấn tượng ngọt ngào nơi người xem.

Triệu Chiêu Nghi là gương mặt mới được mời đóng vai chính Hoa Dung trong phim Nhất dạ tân nương. Dù chỉ là một bộ phim truyền hình trực tuyến có chi phí thấp, hai diễn viên chính Triệu Chiêu Nghi và Viên Hạo đều chưa nổi tiếng, nhưng sau khi phát sóng Nhất dạ tân nương đã thu hút vô số khán giả. Các chủ đề liên quan đến bộ phim đã được tìm kiếm nhiều lần và đạt kết quả tốt.



Riêng Triệu Chiêu Nghi cũng nhận được sự chú ý và khen ngợi cho nhân vật cổ trang đầu tiên của mình. Nhân vật Hoa Dung được sinh ra không bình thường, và cô được cha mẹ yêu thương từ khi còn nhỏ. Thực tế, cô có thể ăn mặc cả đời mà không cần

vắt và. Tuy nhiên, Hoa Dung không muốn cô sống cả đời như thế này. Cô chọn bỏ nhà ra đi ngoa du trên sông nước, rồi gặp vua hải tặc Tần Thương Thành trong hoàn cảnh trở trêu, khiến Hoa Dung trở thành “cô dâu chạy trốn”. Từ đó tạo nên cốt truyện ngọt ngào và thú vị cho bộ phim.

Ban đầu, sự xuất hiện của Triệu Chiêu Nghi hơi gây thất vọng cho khán giả, bởi phần phục trang do thiếu kinh phí bị làm sơ sài, nhiều khi lại sặc sỡ chẳng cần thiết nên hình tượng Hoa Dung bị “dim” đi khá nhiều. Trong phần ngoại truyện, Hoa Dung trong trang phục hiện đại gọn gàng và xinh đẹp nên nhanh chóng chiếm được cảm tình của khán giả. Diễn xuất của Triệu Chiêu Nghi đã dần chinh phục được cả những khán giả khó tính nhất, khiến họ không còn quan tâm đến việc trang phục của nhân vật nữa, mà chỉ thấy Hoa Dung đích thực là “cô dâu chạy trốn” xinh đẹp và đáng yêu.

Diễn xuất ăn ý giữa cô và Viên Hạo (vai Tần Thương Thành) cũng góp công lớn giúp phim “neo giữa” trái tim khán giả. Ngay từ những phân cảnh trên phim đến hậu trường và cả đời tư của hai diễn viên này đều làm khán giả dấy lên nghi ngờ cặp đôi đã thực sự phim giả tình thật.

Có thể thấy, dù chỉ đang là một sinh viên và chưa đóng nhiều phim, nhưng nhờ Nhất dạ tân nương mà Triệu Chiêu Nghi đã được rất nhiều người hâm mộ dù chưa đến mức để nổi tiếng như còn.

Ngoài đời, Triệu Chiêu Nghi có tính cách vui vẻ, sôi nổi và suy nghĩ tích cực. Từ lâu cô đã làm việc trong các tổ chức phúc lợi xã hội. Bên cạnh kêu gọi gây quỹ cho các hoạt động phúc lợi công cộng, Triệu Chiêu Nghi còn tham gia các hoạt động thiện nguyện bảo vệ môi trường và giảm hiệu ứng nhà kính, sử dụng các vật liệu thải ít carbon. Cô cũng đi du lịch khi có thời gian rảnh rỗi để khám phá thế giới xung quanh.

Tuy nhiên, cho đến mới đây, Triệu Chiêu Nghi là cái tên bị netizen xứ Trung chỉ trích dữ dội. Nữ diễn viên này bị tố có hành động vô duyên, cố tình chơi xấu và “dim hàng” Địch Lệ Nhiệt Ba trên sóng truyền hình.

Cụ thể, nhóm nữ của show Hoa Tỷ Đệ 5 gồm Tần Lam, Tân Chỉ Lôi, Triệu Chiêu Nghi, Địch Lệ Nhiệt Ba và Tần Hải Lộ được tổ chức chương trình giao nhiệm vụ leo núi băng. Khi chuẩn bị khởi hành, Triệu Chiêu Nghi phát hiện cô quên mang theo khăn trùm đầu và đã nhờ Địch Lệ Nhiệt Ba đi vào nhà lấy giúp.

Trước lời nhờ vả của đồng nghiệp, Nhiệt Ba vui vẻ giúp đỡ. Trong lúc mỹ nhân Tân Cương đi lấy đồ cho Triệu Chiêu Nghi, Tân Chỉ Lôi phát hiện thiếu người và liên tục hỏi lý do Địch Lệ Nhiệt Ba chưa lên xe vì đã trễ giờ xuất phát. Trước tình huống này, Triệu Chiêu Nghi ngồi im như thóc, không lên tiếng giải thích giúp Nhiệt Ba và để đồng nghiệp có lòng giúp đỡ mình chịu tiếng lẻ mề, gây ảnh hưởng đến lịch trình.

Đỉnh điểm Triệu Chiêu Nghi còn có hành động kém duyên, tiết lộ chuyện riêng tư của Địch Lệ Nhiệt Ba với khách mời nam. Nữ diễn viên sinh năm 1999 đã thản nhiên nói với Hồ Tiên Hú rằng đồ lót của Nhiệt Ba đều bị ướt sau khi leo núi băng. Câu nói của Triệu Chiêu Nghi khiến Hồ Tiên Hú ngại ngùng.

Trên mạng xã hội Weibo, netizen không khỏi phẫn nộ với cách hành xử vô duyên, bất lịch sự và có thể khiến đồng nghiệp vương thị phi của Triệu Chiêu Nghi. Nhiều khán giả cho rằng nữ diễn viên không nên khiến Địch Lệ Nhiệt Ba bị hiểu lầm tai hại cũng như mang chuyện thuộc về sự riêng tư của đàn chị nói cho người khác giới.

Ngoài ra, còn có ý kiến chỉ trích Triệu Chiêu Nghi cố tình khiến Địch Lệ Nhiệt Ba mất mặt, tạo drama vì muốn gây chú ý. Ngay từ tập đầu tiên của Hoa Tỷ Đệ 5, Triệu Chiêu Nghi vốn đã gây tranh cãi khi liên tục đổ bệnh hay ca ngợi bản thân nhin đi vệ sinh suốt 5 tiếng chỉ vì không muốn làm mọi người mất vui. Trước làn sóng chỉ trích của dư luận, Triệu Chiêu Nghi vẫn chưa đưa ra phản hồi về thái độ hành xử gây tranh cãi của cô trong show Hoa Tỷ Đệ 5.

Thiên Di

Mỹ nhân Hàn sinh ra để đóng vai tài phiệt: Ngày càng đẹp sau 11 năm nổi tiếng, xinh sang hoàn hảo ở phim mới

Nữ diễn viên Hàn Quốc này có vẻ đẹp sang trọng, kiêu kỳ. Không những vậy, cô còn sở hữu kỹ năng diễn xuất được đông đảo khán giả công nhận.

Thời điểm hiện tại, màn ảnh Hàn đang có nhiều tác phẩm chất lượng. Trong thời gian tới, khán giả hứa hẹn sẽ tiếp tục được thưởng thức thêm một bộ phim mới cực hay, đó là “Nữ hoàng nước mắt” với sự tham gia của mỹ nhân đình đám Kim Ji Won.

Kim Ji Won đẹp hoàn hảo ở “Nữ hoàng nước mắt”

Mới đây, tvN đã nhá hàng thêm những hình ảnh mới của Kim Ji Won. Ở tác phẩm lần này, cô vào vai Hong Hae In, tiểu thư của tập đoàn tài phiệt Queens Group. Hong Hae In được mệnh danh là “nữ hoàng” của các cửa hàng bách hóa thuộc tập đoàn.

Từ nhỏ, Hong Hae In đã sống một cuộc đời đầy kiêu hãnh, tự tin. Cô chẳng những xinh đẹp mà còn giỏi giang. Với khí chất cùng diễn xuất của mình, Kim Ji Won đã thể hiện rất tốt thần thái của nhân vật.

Nhan sắc xinh sang trời ban, quá phù hợp để đóng dạng vai mang thân phận cao quý

Thực tế, đã từ lâu mọi người đều công nhận rằng Kim Ji Won rất phù hợp để đóng dạng vai con nhà



giàu. Cô bắt đầu nổi tiếng nhờ bộ phim “Người thừa kế” phát sóng năm 2013. Ở tác phẩm này, nữ diễn viên sinh năm 1992 đảm nhận nhân vật Yoo Rachel, vị hôn thê của Kim Tan (Lee Min Ho), một nàng tiểu thư sang chảnh, kiêu kỳ, cố gắng làm mọi điều để chia rẽ tình yêu của cặp đôi chính.

Bên cạnh “Người thừa kế”, nhắc đến Kim Ji Won, sẽ là thiếu sót lớn nếu bỏ qua bộ phim “Hậu duệ mặt trời”. Ở tác phẩm này, cặp đôi Song Hye Kyo - Song Joong Ki mới là tâm điểm. Tuy nhiên, chuyện tình trên màn ảnh của Kim Ji Won và Jin Goo cũng rất được yêu thích. Cho những ai chưa biết, nhân vật Yoon Myung Joo do Kim Ji Won thể hiện không phải người bình thường mà là con gái của một vị Tổng tư lệnh.



Một tác phẩm đình đám khác chứng kiến Kim Ji Won hóa thân thành nhân vật mang thân phận cao quý, đó là “Biên niên sử Arthdal”. Mỹ nhân 32 tuổi vào vai Tan Ya, một cô gái thông minh, xinh đẹp. Cô mang định mệnh trở thành người kế thừa gia tộc mẫu hệ của bộ tộc Wahan.

Diễn xuất ấn tượng, không để bản thân bị đóng khung hình tượng

Như đã đề cập, Kim Ji Won sở hữu nét sang trọng, cao quý trời sinh. Dầu vậy, cô không để bản thân bị đóng khung hình tượng mà rất chịu khó đa dạng hóa vai diễn.

Khi đảm nhận những nhân vật thuộc tầng lớp bình dân, diễn xuất hoàn hảo của Kim Ji Won cũng hoàn toàn chinh phục khán giả. Minh chứng rõ nhất cho lời khẳng định này, đó là vai Yeom Mi Jeong trong siêu phẩm “Nhật ký tự do của tôi”.

Kim Ji Won được khen có sự đột phá lớn về diễn xuất khi khắc họa cực tốt nhân vật Yeom Mi Jeong trong “Nhật ký tự do của tôi”. Nhờ vai diễn này, cô nhận đề cử tại giải Baeksang danh giá.

Cô nàng Yeom Mi Jeong là người hướng nội, sinh ra trong một gia đình chẳng lấy gì làm dư dả và phải sống cuộc đời buồn tẻ. Ở tác phẩm này, Kim Ji Won gây ấn tượng mạnh khi lột tả một cách xuất sắc chiều sâu nội tâm của nhân vật.

Qua nhân vật Yeom Mi Jeong, rất nhiều khán giả đã thấy chính mình ở trong đó. Với những gì đã thể hiện, Kim Ji Won nhận đề cử cho giải Nữ diễn viên

chính xuất sắc nhất (hạng mục truyền hình) tại Baeksang 2023.

Một nhân vật bình dân tiêu biểu khác mà Kim Ji Won từng thể hiện, đó là Choi Ae Ra của “Thanh xuân vật vờ”. Choi Ae Ra là một nhân viên tại trung tâm thương mại nhưng mang hoài bão trở thành phát thanh viên. Nhờ tác phẩm này, Kim Ji Won đã thắng giải “Cặp đôi đẹp nhất” tại KBS Drama Awards (cùng với Park Seo Joon).

Bộ phim “Nữ hoàng nước mắt” do Kim Ji Won đóng chính lên sóng từ ngày 9/3 trên tvN.

Thiên Di

Phim Hàn nhận điểm tuyệt đối từ giới phê bình quốc tế, là siêu phẩm “thú vị gây choáng ngợp”

Nghịch Lý Kẻ Sát Nhân (A Killer Paradox) là bộ phim gốc Netflix hiện đang đang chiếm được cảm tình của người xem trên toàn thế giới và nhận được nhiều đánh giá tích cực. Đạo diễn Lee Chang Hee, người đã tận dụng được sự kịch tính của webtoon gốc và triển khai nó bằng góc độc đáo, đã mang tới một tác phẩm thú vị phá vỡ nguyên tắc.



Hiện phim đang đứng top 4 trên Netflix toàn cầu, phản ứng ở nước ngoài cũng vô cùng bùng nổ. Đặc biệt, phim đã nhận được 100% “cà chua tươi” từ giới phê bình quốc tế trên Rotten Tomatoes cùng hàng loạt các bình luận tích cực. Ngoài ra điểm số từ khán giả cũng lên tới 81%, một thành tích không tồi.

“Đó là một bộ phim kinh dị bí ẩn được viết rất hay, đầy thú vị và gây choáng ngợp”, “Kỹ thuật quay phim, âm nhạc làm tăng sự kịch tính và diễn xuất đầy nhiệt huyết của Choi Woo Sik - Son Seok Koo là điều tuyệt vời nhất” (theo Forbes), “Lee Tang - một nhân vật K-series là sự kết hợp giữa Batman và Dexter” (theo SCMP), “Đây là một tác phẩm nổi bật với những khoảnh khắc vô cùng căng thẳng” (theo Decider), “Đây là một trong những bộ phim hay nhất trên Netflix, một bộ phim kinh dị sâu sắc” (theo Butwhytho) - Đây là những bình luận, đánh giá xoay quanh bộ phim Nghịch Lý Kẻ Sát Nhân.

Nghịch Lý Kẻ Sát Nhân cũng thu hút sự chú ý tại một sự kiện về phim Hàn Quốc được tổ chức tại rạp chiếu phim Arlequin ở Paris, Pháp vào vừa qua.

Đó là một sự kiện có sự tham dự của khoảng 400

người, bao gồm cả một số cựu nguyên thủ Pháp cùng các, phóng viên tổng biên tập của một số tạp chí điện ảnh lớn. Tại đây Nghịch Lý Kẻ Sát Nhân được đánh giá rất cao.

Bộ phim Nghịch Lý Kẻ Sát Nhân chuyển thể từ webtoon cùng tên.

Phim xoay quanh một thanh niên bình thường vô tình giết chết kẻ sát nhân khét tiếng. Từ đó anh rơi vào một vòng xoáy tội ác và sự truy lùng không ngừng từ một thám tử sắc sảo.

Anh Tú

(G)I-DLE đạt được thành công toàn cầu, đứng đầu bảng xếp hạng album iTunes ở 24 quốc gia

Với full album thứ 2 và ca khúc chủ đề “Super Lady”, nhóm nhạc nữ (G)I-DLE đã gây được tiếng vang lớn với người nghe trên toàn thế giới.

Công ty quản lý của (G)I-DLE - Cube Entertainment, đưa tin: “Full album thứ 2 [2] của (G)I-DLE phát hành thông qua nhiều nền tảng âm nhạc trực tuyến khác nhau, đã lọt vào top đầu bảng xếp hạng trong nước và cả quốc tế”.

Theo Cube, [2] đã giành vị trí quán quân trên nhiều bảng xếp hạng khác nhau, bao gồm iTunes Hoa Kỳ, Top 100 toàn cầu, Bảng xếp hạng Album Châu Âu, cũng như ở 24 khu vực và quốc gia như Úc, Brazil, Indonesia, Mexico, Philippines, Ba Lan, Nga, Đài Loan, Thái Lan và Thổ Nhĩ Kỳ.

Ngoài ra, [2] còn đảm bảo vị trí số 1 trên Bảng xếp hạng Album hàng đầu của Apple Music tại 8 khu vực và quốc gia bao gồm Hàn Quốc, Đài Loan, Thái Lan, Thổ Nhĩ Kỳ, Hồng Kông, Ma Cao, Malaysia và Singapore.



Trong khi đó, ca khúc chủ đề “Super Lady” cũng đạt được mức độ nổi tiếng không hề lay chuyển khi lọt vào top đầu bảng xếp hạng iTunes Top K-Pop Songs ở 11 khu vực bao gồm Hoa Kỳ, Thổ Nhĩ Kỳ, Đài Loan và Nhật Bản.

Có vẻ như “Super Lady” dành tặng tất cả các “siêu quý cô” trên thế giới đang nhận được sự hưởng ứng nồng nhiệt, trong khi (G)I-DLE cũng đang đạt được thành công trên toàn cầu.

An Chi





Chiết xuất từ Lộc Nhung. Nhung Hươu Cao Cấp Nhất

Cao Thiên Sâm Lộc Nhung

Cheong Kwan Jang

Cheonok

Quy Trình sản xuất tiên tiến hàng đầu thế giới

Chiết xuất từ lộc nhung New Zealand được nuôi dưỡng trong môi trường tự nhiên và trải qua quy trình kiểm tra nghiêm ngặt

Kỹ thuật bảo chế cao cấp của Cheong Kwan Jang giúp loại bỏ vị tanh vốn có của lộc nhung, giữ được vị đắng dịu nhẹ, tự nhiên của hồng sâm. Cho ra sản phẩm mang hương vị thơm ngon đầy bổ dưỡng.





QUẢN LÝ NGHIỆM NGẶT

Dưới sự giám sát kỹ lưỡng của chính phủ New Zealand, nơi phát triển ngành cung cấp nhung hươu thành ngành công nghiệp quốc gia đã cho chúng ta những sản phẩm nhung hươu tốt nhất cho sức khỏe con người



8 BƯỚC QUẢN LÝ SẢN XUẤT

Môi trường sống tự nhiên của hươu không có nghĩa tất cả sừng hươu tại New Zealand đều được chọn. Chỉ sau khi trải qua 8 giai đoạn thử nghiệm nghiêm ngặt thì nhung hươu mới được lựa chọn là nguyên liệu của Cheong Kwan Jang Cheonok



NGUYÊN TẮC HIỆP LỰC NHUNG-SÂM

Sự kết hợp hoàn hảo giữa lộc nhung hươu New Zealand quý giá và Thiên sâm thượng hạng mang lại bộ phẩm tuyệt vời



CHẤT LƯỢNG HÀNG ĐẦU

Tinh Chất Hồng Sâm Nhung Hươu Cheong Kwan Jang được sản xuất từ tinh chất lộc nhung quý giá của New Zealand



Cao Hồng Sâm Nhung Hươu

Sản phẩm cho phép bạn thưởng thức hương vị đậm đà của nhung hươu quý dưới dạng cô đặc.



Nước Sâm Nhung Hươu (dạng gói)

Sản phẩm được đóng thành từng gói, thuận tiện để mang theo sử dụng hằng ngày



Hồng Sâm Nhung Hươu

Nhung hươu quý và các thành phần đồng y khác nhau được ngâm trong một túi pha sẵn để uống

Bốn loại vitamin giúp phụ nữ trẻ lâu

Bổ sung vitamin nhóm B, C, E qua các thực phẩm như rau màu xanh lá đậm, trái cây họ cam, quýt, thịt, cá giúp da trẻ trung, mịn màng.

1. Beta-carotene

Beta-carotene là tiền chất của vitamin A, đồng thời là chất chống oxy hóa có khả năng loại bỏ gốc tự do gây lão hóa da. Beta-carotene chuyển hóa thành vitamin A giúp làm mờ nếp nhăn, tăng độ đàn hồi cho da, giúp da mịn màng hơn.

Beta-carotene có nhiều trong các loại trái cây màu vàng và cam như mơ, dưa lưới, đu đủ, các loại bí, cà rốt, khoai lang, bí ngô, các loại rau xanh và bông cải xanh.

2. Vitamin nhóm B

Vitamin nhóm B rất quan trọng đối với sức mạnh thể chất, sự tập trung, trí nhớ, tâm trạng và tốc độ lão hóa. Hấp thụ đủ vitamin nhóm B giúp loại bỏ độc tố, duy trì hàm lượng collagen, giúp da tươi sáng hơn.

Các thực phẩm giàu vitamin nhóm B nên bổ sung hàng ngày gồm nấm, hạt hạnh nhân, bông cải xanh, thịt đỏ, trứng, sữa, rong biển, mè...

3. Vitamin C

Vitamin C là thành phần thiết yếu giúp tăng sinh collagen, duy trì độ đàn hồi của da, ngăn ngừa tác hại của tia cực tím lên da, ức chế sản xuất melanin, làm chậm quá trình lão hóa. Vitamin C có khả năng vô hiệu hóa các gốc tự do gây stress oxy hóa và lão hóa da sớm. Vitamin C có nhiều trong các trái cây họ cam, quýt, ổi, dâu tây... và các loại rau củ như bông cải xanh, cà chua, ớt chuông, khoai tây...

4. Vitamin E

Vitamin E rất quan trọng với làn da, có khả năng chống lại quá trình lão hóa bằng cách loại bỏ các gốc tự do, ngăn ngừa tác hại của tia cực tím lên da. Vitamin E còn giúp điều tiết lượng dầu trên da, giúp da mịn màng hơn. Vitamin E có trong nhiều loại thực phẩm, các loại hạt, rau, thịt cá, hạt hướng dương, hạnh nhân, rau bina, bơ, bí, quả kiwi, cá hồi, tôm, dầu ô liu, dầu mầm lúa mì và bông cải xanh. ■

Có thể thu nhỏ các khối u não chết người mà không cần hóa trị, xạ trị?

Hai thử nghiệm lâm sàng ban đầu trên 9 bệnh nhân cho thấy rằng, liệu pháp CAR-T có thể điều trị u nguyên bào thần kinh đệm, nhưng tác dụng lâu dài của nó vẫn chưa được biết rõ.

Theo hai thử nghiệm lâm sàng ban đầu, một phương pháp điều trị dựa trên tế bào miễn dịch mới đối với u nguyên bào thần kinh đệm, loại ung thư não nguy hiểm nhất, đã cho thấy nhiều hứa hẹn trong việc thu nhỏ

khối u trong thời gian ngắn.

Điều trị dựa trên tế bào miễn dịch

Các thử nghiệm đã kiểm tra tính an toàn và hiệu quả của một liệu pháp được gọi là liệu pháp tế bào T thụ thể kháng nguyên chimeric (CAR). Điều này liên quan đến việc điều khiển di truyền các tế bào miễn dịch của bệnh nhân, được gọi là tế bào T, để nhận biết và tấn công các khối u một cách hiệu quả hơn khi chúng được đưa trở lại cơ thể.

Một trong những thử nghiệm, được mô tả trong một bài báo đăng trên Tạp chí Y học New England (NEJM), bao gồm ba bệnh nhân mắc u nguyên bào thần kinh đệm tái phát (nghĩa là ung thư của họ đã quay trở lại sau quá trình xạ trị và hóa trị tiêu chuẩn).

Tế bào T của những bệnh nhân này đã được biến đổi gene để nhắm vào hai phiên bản của một thụ thể gọi là thụ thể yếu tố tăng trưởng biểu bì (EGFR) trên bề mặt tế bào khối u.

Trong thử nghiệm thứ hai, được công bố cùng ngày trên tạp chí Y học Tự nhiên, các nhà nghiên cứu đã sử dụng tế bào CAR T để nhắm mục tiêu EGFR và một thụ thể bổ sung liên quan đến khối u, được gọi là thụ thể interleukin-13 alpha 2, ở sáu bệnh nhân mắc u nguyên bào thần kinh đệm tái phát.

Có thể giảm kích thước khối u não

Cả hai thử nghiệm đều cho thấy liệu pháp tế bào CART là an toàn và làm giảm kích thước khối u ở cả chín bệnh nhân.

Trong nghiên cứu Y học Tự nhiên, bệnh nhân thấy những sự suy giảm này trong vòng một hoặc hai ngày, trong khi trong nghiên cứu NEJM, họ thấy chúng sau một đến năm ngày. Khối u của một bệnh nhân NEJM gần như đã thoái triển hoàn toàn sau 5 ngày sau một lần điều trị, trong khi khối u của một người khác giảm kích thước 60,7% sau 69 ngày.

U nguyên bào thần kinh đệm nổi tiếng là khó điều trị, thường phải dựa vào phẫu thuật để loại bỏ chúng cũng như hóa trị và xạ trị để tiêu diệt tế bào ung thư. Mỗi năm, hơn 10.000 người ở Mỹ được chẩn đoán mắc bệnh u nguyên bào thần kinh đệm. Chỉ 6,9% trong số họ sống sót sau 5 năm kể từ khi được chẩn đoán và hầu hết chỉ sống thêm được 8 tháng nữa.

Liệu pháp tế bào CAR T mới vẫn còn ở giai đoạn đầu, chưa có dữ liệu về tỷ lệ sống sót lâu dài của những bệnh nhân này. Tuy nhiên, các nhà khoa học tin rằng có lý do để lạc quan.

Liệu pháp tế bào CART đã được phê duyệt ở Mỹ để điều trị các bệnh ung thư máu, chẳng hạn như u lympho, một số dạng bệnh bạch cầu và đa u tủy.

Tuy nhiên, các nhà khoa học đã gặp khó khăn trong việc phát triển liệu pháp điều trị các khối u rắn, chẳng hạn như u nguyên bào thần kinh đệm, vì các tế bào bên trong chúng thường có đặc điểm khác nhau, nghĩa là chúng có nhiều cách hơn để trốn tránh hệ miễn dịch. ■



Ngay cạnh H MART

HONG SAM HAN QUOC

N.H. Wells Fargo



CỬA HÀNG HỒNG SÂM HÀN QUỐC

832.358.3333

1304 Blalock Rd, Ste A2, Houston, TX 77055



THE HUYNH LAW FIRM PLLC TỔ HỢP LUẬT SƯ CHUYÊN VỀ TAI NẠN & THƯƠNG TÍCH

THAM KHẢO MIỄN PHÍ

Không cần nói chuyện với bất cứ ai, chúng tôi sẽ giúp từ A-Z.

- ✓ Kéo xe
- ✓ Mướn xe
- ✓ Sửa xe
- ✓ Điều tra bảo hiểm người lái bên kia
- ✓ Tiền bác sĩ



**KHÔNG THẮNG
KHÔNG TRẢ TIỀN**



LS. Sarah Huynh Ý-Nhi



LS Paul Savinov



LS Jeeho Shin
(Of Counsel)



Kenny Huynh



Johnny Truong



Kristen Joy



Cathy Khong



Janice Reyes



Linda Nguyen



Lily Betancourt



Maria Tago

TAI NẠN XE CỘ
TAI NẠN XE 18 BÁNH, XE BUS
TAI NẠN XE MOTORCYCLE / XE ĐẠP
TAI NẠN NGƯỜI ĐI BỘ
TAI NẠN TÀU BÈ
TAI NẠN XE LỬA
TAI NẠN TRONG CHỖ LÀM
TAI NẠN TRƯỢT TẾ CHỖ CÔNG CỘNG
TAI NẠN HỎA HOẠN / CHÁY NHÀ
TAI NẠN CÁ NHÂN
APARTMENT RAPE / SHOOTING
TỬ THƯƠNG PHI PHÁP

6100 Corporate Dr, Ste 110, Houston, TX 77036

(281) 702-8128



REALM
Real Estate Professionals

810 Highway 6 S # 100
Houston TX. 77079

14614 Falling Creek S # 100
Houston, TX. 77068

14090 Southwest Freeway
#102 Sugarland TX, 77478

24044 Cinco Village Center Blvd. S # 150
Katy, Tx. 77494



HOLLY NGO
Realtor - Consultant

Chuyên Đảm Trách Mọi Dịch Vụ Về Địa Ốc

- * Mua - Bán nhà mới hay cũ
- * Mua - Bán đất đai, cơ sở thương mại
- * Tìm apartment
- * Nhận Housing

Đặc Biệt:

- * Có Chương Trình giúp và hướng dẫn cho quý vị mua nhà lần đầu.



SOLD



281-709-7999

Đừng để mất nhà! Đừng để mất nhà! Mất nhà sẽ bị BAD CREDIT.

Hãy gọi cho Holly gấp để được tư vấn.

Mọi chi tiết tham khảo xin liên lạc: HOLLY NGO

Direct line: 281-709-7999 * Fax: 281-598-9139

HollyNgo_Realtor@Yahoo.com

THỦ TỤC NHANH CHÓNG - TẬN TÂM



PHỤ NỮ & GIA ĐÌNH

Tám thói quen khiến bạn xấu đi mỗi ngày

Da bạn sẽ xấu đi trông thấy nếu bạn thường xuyên sờ tay vào mặt, thiếu ngủ, bôi không đủ kem chống nắng.

1. Dùng tay nặn mụn thường xuyên

Hơn 90% nguyên nhân gây sẹo mụn trên mặt là do bạn dùng tay nặn mụn. Bác sĩ Loretta Ciraldo đến từ Miami nói: “Nếu bạn không nặn mụn, nó sẽ tự biến mất sau vài ngày hoặc vài tuần, nhưng nếu bạn chọn để lại một vết sẹo (dùng tay bóp nó), có thể nó sẽ không bao giờ biến mất trong suốt quãng đời còn lại của bạn”. Hãy lựa chọn những sản phẩm trị mụn phù hợp để làn da của bạn không bị sẹo mụn vĩnh viễn.

2. Tẩy da chết quá mức

Khi chăm sóc làn da, hãy nhớ nguyên tắc càng ít càng tốt. Tẩy da chết quá mức có thể gây kích ứng da, khiến da trở nên đỏ và khô. Vì bản thân da sẽ tiết ra bã nhờn quá mức để bổ sung độ ẩm đã mất, dẫn đến hình thành mụn, do đó, chỉ sử dụng các sản phẩm tẩy tế bào chết một hoặc hai lần một tuần và nhớ sử dụng các sản phẩm tẩy tế bào chết dịu nhẹ.

Ngoài ra, các tinh chất làm đẹp, tẩy tế bào chết sử dụng AHA (alpha-hydroxy acid) và BHA (beta-hydroxy acid) cũng có thể giúp làm mịn và mềm da.



Ảnh minh họa

3. Thiếu ngủ

Việc thức đến 3h sáng để xem chương trình TV hoặc trò chuyện rất thú vị nhưng làn da của bạn sẽ cảm ơn bạn nếu bạn đi ngủ sớm hơn. Thiếu ngủ sẽ làm giảm độ pH của da.

Tiến sĩ Loretta nói: “Nếu bạn nghĩ rằng giấc ngủ không tạo ra sự khác biệt nào cho làn da của bạn, hãy chụp ảnh tự sướng xem bạn trông như thế nào sau khi thức khuya so với sau khi ngủ 8 tiếng. Tôi tin rằng đó là điều duy nhất sẽ thuyết phục bạn”.

4. Đi ngủ mà không tẩy trang

Dù mệt mỏi đến đâu, hãy tẩy trang và làm sạch thật kỹ khi về nhà. Đi ngủ mà không làm sạch kép (tẩy trang, dùng sữa rửa mặt) không chỉ có hại cho lỗ chân lông mà còn làm cho mí mắt trở nên nhạy cảm hơn.

Bạn nên rửa mặt ngay sau bữa tối rồi đi ngủ

thật ngon. Bạn cũng có thể để sản phẩm tẩy trang cạnh giường để nhắc nhở bản thân.

5. Quên bôi đủ kem chống nắng

Dù không ra ngoài trong thời gian dài, bạn cũng không thể tránh khỏi tia cực tím trong ngày. Điều quan trọng là phải coi kem chống nắng là một phần trong thói quen chăm sóc da ban ngày của bạn.

Nếu đi ra ngoài, hãy nhớ thoa sản phẩm có chỉ số SPF vừa đủ. Bạn đừng nghĩ không cần dùng kem chống nắng vì kem nền đã có thành phần chống nắng. Lý do bởi nếu thoa không đủ lượng kem chống nắng sẽ không có tác dụng bảo vệ da khỏi tác hại của tia UV. Bạn vẫn có thể bị râm nắng nếu chỉ thoa kem nền.

6. Rửa mặt bằng nước nóng

Theo bác sĩ Syraldo, nước nóng làm tăng lưu lượng máu đến da, khiến da dễ bị mẩn đỏ, trở nên nhạy cảm hơn. Đặc biệt những vùng bị mụn trứng cá và viêm da rosacea (viêm mãn tính) càng nặng hơn khi tiếp xúc với nước nóng, tốt nhất nên dùng nước ấm hoặc nước sạch khi rửa mặt.

7. Dùng tay chạm vào mặt

Luôn chạm vào mặt có thể là nguyên nhân khiến bạn bị mụn trứng cá. Đặc biệt, nhiều thành phần trong kem dưỡng da tay, máy sấy tay và nước rửa tay có tác dụng tốt với da tay nhưng có thể gây kích ứng nhiều hơn đối với vùng da mỏng hơn trên mặt.

8. Chăm da quá mức

Nếu bạn thích các sản phẩm chăm sóc da mới và thay đổi chúng thường xuyên, nó cũng có thể gây hại, gây dị ứng. Ngoài ra, nếu bạn thoa quá nhiều sản phẩm chăm sóc da cùng một lúc, làn da của bạn sẽ không được khỏe mạnh.

Hãy thử thu hẹp các sản phẩm yêu thích của bạn xuống còn 3-5 và xem chúng có thực sự hiệu quả hay không. ■

Bốn thực phẩm chống hao hụt collagen

Chuyên gia dinh dưỡng khuyến khích ăn nhiều các loại rau màu sẫm, cá biển đồng thời tiêu thụ ít tinh bột, đồ ngọt để hạn chế quá trình glycation, giúp bảo toàn collagen, ngăn ngừa lão hóa da.

Chuyên gia Gu Chuanling cho biết khi ăn các thực phẩm làm gia tăng đường huyết thì trong máu sẽ xuất hiện lượng lớn đường glucose, tạo ra phản ứng glycation (đường hóa) làm biến

tính các protein, dẫn đến phá hủy cấu trúc collagen. Hao hụt collagen khiến da mất sự đàn hồi, tăng độ trơ cứng, tạo thành nếp nhăn, chức năng hàng rào bảo vệ da bị tổn thương và tăng tốc độ lão hóa da.

Để chống lại glycation, mấu chốt là phải giữ lượng đường trong máu ổn định, đòi hỏi cần ăn ít carbohydrate tinh chế và thực phẩm có đường, để không có lượng glucose dư thừa liên kết với protein và hình thành AGEs.

Ngoài ra còn cần phải chống oxy hóa và chống viêm. Chuyên gia gợi ý thêm 4 loại thực phẩm sau đây vào chế độ ăn, có tác dụng lại quá trình glycation hiệu quả.

Trái cây và rau củ có màu sặc sỡ

Ví dụ bắp cải tím, quả việt quất, nho, dâu tằm... đều rất giàu anthocyanin. Cà chua chứa nhiều lycopene, còn cà rốt, bí ngô và xoài có hàm lượng beta-carotene dồi dào. Tất cả các chất nói trên đều là những thành phần có khả năng chống oxy hóa mạnh. Chuyên gia đề nghị mỗi ngày nên ăn 3 đến 5 nắm rau củ, một nửa trong số đó nên có màu sặc sỡ, mỗi ngày 2 đến 3 nắm trái cây.

Cá biển

Các loại cá sinh trưởng ở vùng biển sâu như cá hồi, cá thu, cá ngừ,... đều rất giàu DHA, không chỉ có tác dụng chống oxy hóa mà còn có tác dụng chống viêm hiệu quả. Chuyên gia khuyến khích ăn nhóm thực phẩm này ít nhất hai lần một tuần và mỗi lần ăn một phần cỡ lòng bàn tay. Ăn nhiều cá còn cung cấp chất béo tốt cho cơ thể, hỗ trợ làn da mềm mịn, tươi tắn.



Ảnh minh họa

Trà xanh

Trà xanh rất giàu polyphenol và có khả năng chống oxy hóa mạnh. Uống trà xanh thường xuyên giúp tăng cường chuyển hóa, loại bỏ độc tố, cải thiện sắc tố da, hỗ trợ giảm cân hiệu quả.

Gu Chuanling nhắc nhở rằng khi pha trà xanh, hãy nhớ dùng nước ấm khoảng 70 hoặc 80 độ C thay vì nước sôi trên 100 độ, để có thể giữ được nhiều polyphenol hơn.

Cà phê

Cà phê rất giàu polyphenol, axit caffeic và axit chlorogen, đều là những chất có khả năng chống oxy hóa mạnh, có thể làm giảm tác hại của tia UV lên làn da.

Tuy nhiên, thói quen uống cà phê với đường, sữa sẽ không đem lại công dụng chống glycation, ngược lại còn làm gia tăng quá trình đường hóa. Tốt nhất, hãy chọn uống cà phê đen hoặc Americano (cà phê đen pha loãng).

Bên cạnh đó còn cần uống có chừng mực. Uống quá nhiều cà phê có thể gây ra tình trạng say caffein, khiến huyết áp tăng, tim đập nhanh và mất ngủ. Khi giấc ngủ bị ảnh hưởng, làn da càng nhanh lão hóa, nổi mụn. ■

CÁO PHÓ

Chúng tôi vô cùng thương tiếc báo tin cùng Thân Bằng Quyển Thuộc

Thân mẫu, Bà Nội, Bà Cố chúng tôi là

Bà Quả Phụ Phạm Văn Đồng

Nhũ danh NGÔ THỊ NĂM

Pháp danh Diệu Bắc

Sinh năm 1926 tại Hà Đông, Bắc Việt

Đã mệnh chung vào ngày 17 tháng 3, 2024 tại Galveston, Texas

(nhằm ngày 8/2 năm Giáp Thìn Âm lịch)

Hưởng thọ 99 tuổi

Linh Cữu được quản tại **Nhà Quản Vĩnh Phước (Winford Funeral Home)**

8514 Tybor Dr, Houston TX 77074

Lễ Phát tang và cầu siêu lúc 3 giờ chiều ngày thứ tư 3/27/2024

Giờ thăm viếng: 04 giờ chiều - 08 giờ tối ngày thứ tư 3/27/2024

09 giờ sáng - 08 giờ tối ngày thứ năm 3/28/2024

09 giờ sáng - 12 giờ trưa ngày thứ sáu 3/29/2024

Nghi Thức Tôn giáo và Hỏa táng bắt đầu lúc 12 giờ trưa ngày thứ sáu 3/29/2024

Tang gia đồng khắp báo:

Thứ Nam Phạm Văn Khoa cùng vợ Hoàng Thị Kim Khánh

Thứ Nữ Phạm Thị Tâm

Thứ Nữ Phạm Thị Minh

Cháu Đích tôn Phạm Hoàng Khôi cùng vợ Huỳnh Ngọc Trâm

Cháu nội Phạm Hoàng Khanh, cùng vợ Nguyễn Mỹ Thị Hằng và các con:

Ethan Phạm Nguyên Trí

Kylie Phạm Mỹ Hạnh

Keira Phạm Mỹ Tuyết

Edison Phạm Nguyên Hiếu

Kinley Phạm Mỹ Trinh

Cáo phó này thay thế Thiệp tang.

Xin miễn phúng điếu.



SỬ TÂM & TÌM HIỂU

Đồng xu quý hiếm 2.000 năm tuổi được cậu bé Israel phát hiện khi đi... sơ tán

Trong khi khám phá khu vực xung quanh khách sạn nơi mình đang sơ tán, cậu bé 11 tuổi Nati Toyikar tình cờ thấy một đồng xu cổ hiếm có với niên đại lên tới 2.000 năm tuổi, từ thời vương quốc Hasmonean. Thông tin này được Cơ quan Cổ vật Israel công bố.

Nati Toyikar đã được sơ tán khỏi nhà của mình tại vùng Kibbutz Magen sau cuộc tấn công của Hamas. Cậu bé hiện sống tại một trong những khách sạn dành cho những cư dân sơ tán dọc Biên Chết.

Tại đây, trong một chuyến khám phá, cậu bất ngờ tìm thấy một đồng xu cổ từ thời vương quốc Hasmonean dưới sự trị vì của Vua Alexander Yanai. Nati sau đó đã đem nộp cổ vật này cho Cơ quan Cổ vật Israel.

Ông Ronen - cha của Nati - chia sẻ:

“Sau khi tan học, thỉnh thoảng bọn trẻ lại đi dạo và khám phá khu vực khách sạn. Nati là một cậu bé tò mò, thích nhìn xuống đất và tìm kiếm những điều thú vị. Sau chuyến đi, Nati hào hứng đến chỗ tôi và cho biết mình đã tìm thấy một đồng xu nhỏ. Chúng tôi đã tìm hiểu về đồng xu đó trên Internet. Sau đó, theo lời đề nghị của Nati, chúng tôi đã gọi điện và báo cáo phát hiện này cho Cơ quan Cổ vật Israel. Thông tin này ngay lập tức nhận được sự quan tâm lớn từ cơ quan này và nhà khảo cổ học Alex Freiberg đã tìm mọi cách để gặp Nati. Ông ấy đã trao cho thằng bé một giấy chứng nhận, điều này khiến Nati rất vui”.

Theo Tiến sĩ Robert Cole - Giám đốc Chi nhánh Tiền xu tại Cơ quan Cổ vật Israel - “đồng xu mà Nati tìm thấy là đồng tiền nổi tiếng của vương quốc Hasmonean dưới thời trị vì của Vua Alexander Janai (104-76 trước Công nguyên).

Trên đồng xu có biểu tượng một chiếc mỏ neo và xung quanh có một dòng chữ bằng tiếng Hy Lạp - “Alexander Basileus” có nghĩa là “(của) Vua Alexander”.



Nati Toyikar, 11 tuổi, người đã tìm thấy đồng xu 2.000 năm tuổi

Mặt sau của đồng xu có một ngôi sao với tám tia sáng, được bao quanh bởi vương miện của các vị vua. Giữa các tia sáng, có thể thấy một dòng

chữ nhỏ. Theo các nhà khoa học, dòng chữ này hiện mới chỉ có thể giải mã được một phần. Nó là tên và tước hiệu của vị vua Alexander Yanai bằng tiếng Do Thái cổ.

Vương quốc Hasmonean đạt đến đỉnh cao quyền lực và sự mở rộng lãnh thổ dưới thời Alexander Yanai. Là một người Do Thái và một nhà cai trị Hy Lạp quan trọng, ông giữ tước hiệu kép là thầy tế lễ thượng phẩm và vua - đây là một đặc điểm đáng chú ý của dòng chữ trên đồng xu.

Đồng xu được đúc vào những năm 80 trước Công nguyên với số lượng rất lớn và sự phân bố rộng rãi của nó ở Israel cùng các khu vực lân cận cho thấy sự mở rộng của vương quốc dưới sự cai trị của Yanai.

“Những đồng xu loại này được tìm thấy dọc theo bờ Biên Chết là bằng chứng về quân đội và cuộc chinh phục của nhà vua chống lại Vương quốc Nabatim ở Jordan. Những đồng xu này được dùng để trả cho các binh lính của nhà vua trong việc xây dựng cũng như củng cố các pháo đài trong khu vực (như Masada, Makhvar, Qumran) và cũng để xây dựng một hạm đội tàu hoạt động ở Biên Chết. Đó có lẽ là nguyên nhân biểu tượng mỏ neo xuất hiện trên đồng tiền” - Tiến sĩ Cole cho biết.

Trong khi đó, hai quan chức Orit Apalo và Einat Kashi thuộc Cơ quan Cổ vật cho biết:

“Chúng tôi đã hướng dẫn các trung tâm giáo dục của Cơ quan Cổ vật Israel tổ chức và tiến hành các hoạt động khám phá tại hàng trăm khách sạn nơi người sơ tán đang ở. Những người tham gia có cơ hội thoát ra khỏi thực tế khó khăn và tiếp xúc với thế giới cổ vật. Chúng tôi đã gặp gỡ cư dân của Kibbutz Magen như một phần của nhiều hoạt động được thực hiện giữa những người sơ tán ở vùng Biên Chết. Chúng tôi rất vui khi thế hệ trẻ đã ý thức được tầm quan trọng của các cổ vật” . ■

Người cha lấy 60kg vỏ quýt làm của hồi môn cho con gái, cư dân mạng chỉ biết trầm trồ: Vàng cũng không bằng!

Thay vì vàng bạc, trang sức, người bố này lại chuẩn bị 60kg vỏ quýt để làm của hồi môn cho con gái lấy chồng.

Vỏ quýt khô chất lượng có giá trị cực cao
Khi trưởng thành, cha mẹ sẽ luôn mong con cái của mình tìm được một gia đình êm ấm, được kết hôn với người yêu, có một đám cưới thật vui vẻ, hạnh phúc.

Với sự phát triển của thời hiện đại, ngày càng nhiều bậc cha mẹ bắt đầu chuẩn bị của hồi môn cho con gái từ sớm, trong đó của hồi môn thường là tiền bạc, bất động sản, đồ trang sức hay đồ gia truyền. Tuy nhiên, trong đám cưới tại Trung Quốc, gia đình của cô dâu đã chuẩn bị món quà hồi môn vô cùng đặc biệt là vỏ quýt khô.

Theo đó, cô dâu cho biết từ khi cô mới 10 tuổi, cha cô đã nhận khoán hàng chục mẫu đất để

trồng quýt Tân Huy.

Hàng năm khi đến mùa thu hoạch, ông sẽ đặc biệt chọn những quả ngon nhất để tách vỏ, phơi khô và bảo quản nghiêm ngặt. Trong suốt 20 năm, cha của cô liên tục trồng và phơi khô những chiếc vỏ quýt, cất trong những chiếc lọ thủy tinh không lọ để chờ ngày trao cho con gái.



Cô dâu về nhà chồng với sinh lễ 60kg vỏ quýt khô

Trước câu chuyện của cô gái, nhiều người vô cùng thắc mắc tại sao người cha không mua vàng bạc, đá quý cho con mình mà lại cất công trồng quýt, phơi vỏ quýt. Thậm chí nhiều người còn thắc mắc không biết số vỏ quýt này đáng giá bao nhiêu mà lại có thể lấy làm của hồi môn.

Đáp lại thắc mắc này, nhiều người am hiểu chỉ ra rằng thực chất lô vỏ quýt khô này là loại mặt hàng có giá trị rất cao, nếu bán ra thị trường sẽ có giá tương đương với vàng ròng nếu là loại vỏ có chất lượng tốt.

Với cô dâu, số vỏ quýt khô này thậm chí còn quý hơn cả vàng khi nó chính là vật gia truyền của gia đình, là của hồi môn mà cha cô đã dành 20 năm chuẩn bị cho cô. Nó không chỉ là món quà vật chất mà còn là tình yêu thương của cha bao năm qua.

Được biết, từ lâu vỏ quýt khô đã là một mặt hàng đắt giá. Sau khi phơi khô và hàn kín nhiều năm, vỏ sẽ chuyển sang màu đen.

Vỏ quýt càng già thì càng ngon, không những ngon hơn theo thời gian mà còn chứa nhiều thành phần giúp phòng chống bệnh tật. Tại Tân Hội, nơi được coi là thủ phủ của quýt khô, quýt khô 10 năm tuổi đã có lần được định giá là 12.000 NDT/kg. Với số vỏ quýt có giá trị 20 năm, giá sẽ còn cao hơn nữa. ■

Hối hận vì tip quá nhiều tiền, người đàn ông gọi cho nhà hàng đòi lại

Nổi hứng tip cho cô hầu bàn 3.000 USD dù hóa đơn chỉ 13 USD, sau khi về nhà, Eric thấy hối hận và gọi cho quản lý quán cà phê để đòi lại.

Hóa đơn của anh Eric Smith tại một quán cà phê ở Pennsylvania (Mỹ) là 13 USD. Vì rất hài lòng với sự phục vụ tận tình của nhân viên, anh đã tip cho cô hầu bàn Mariana Lambert tới 3.000

SƯ TÂM & TÌM HIỂU



USD. Hành động hào phóng của vị khách sộp khiến Mariana ngạc nhiên và bật khóc vì vui sướng.

Sau khi về nhà, Eric thấy hối hận nên đã liên lạc với quán cà phê, hy vọng được hoàn lại tiền tip với lý do lúc đó anh hành động quá bốc đồng và mù quáng theo phong trào "tiền tip của Chúa".



Tuy nhiên, vì bữa ăn đã được thanh toán, số tiền tip cũng được chuyển xong xuôi cho cô Mariana Lambert từ lâu nên người quản lý quán cà phê từ chối trả lại tiền cho Eric. Người này cũng phát biểu rằng, họ tưởng Eric đang cố gắng làm điều tốt nhưng hóa ra điều này không phải sự thật.

Mariana Lambert cho biết, khi Eric nói sẽ tip cho cô 3.000 USD, cô vẫn tưởng anh nói đùa. Mãi đến khi giao dịch thanh toán bằng thẻ tín dụng của Eric hoàn tất, cô mới biết đó là sự thật. Vốn rất hạnh phúc, cô không ngờ lại vướng vào rắc rối này.

Trước đây, một người bí ẩn bắt đầu để lại tiền tip từ 1.000 đến 5.000 USD và dùng cụm từ "tiền tip của Chúa" để gọi cách thưởng tiền cho nhân viên phục vụ rất hào phóng này. Đến 4 năm sau đó, cựu Phó chủ tịch PayPal, ông Jack Selby thừa nhận mình chính là người đàn ông bí ẩn này.

Kể từ đó, nhiều người bắt đầu làm theo Jack Selby và tip cực kỳ hào phóng, tạo thành một phong trào... ■

Chú chó sống vương giả, có tủ quần áo thiết kế riêng trị giá 20.000 USD

Chú chó Tika trở thành thú cưng được săn đón nhiều trên các sàn diễn khắp nơi trên thế giới.

Tika sống cùng chủ nhân là Thomas Sharpio (32 tuổi) ở Montreal (Canada). Chú chó thích được diện những bộ trang phục sành điệu và tham dự các sự kiện như tuần lễ thời trang Paris, New York và Milan.

Tika hiện là một trong những thú cưng được săn đón nhiều trên các sàn diễn quốc tế. Chú chó cũng được chủ nhân hết mực chiều chuộng. Tủ quần áo của Tika gồm hơn 400 món đồ, trị giá khoảng 20.000 USD, theo Nypost.

Thomas, người sáng tạo nội dung toàn thời gian, cho biết: "Tất cả quần áo của Tika đều được đặt may riêng. Mỗi món hàng có thể lên đến 380 USD". Thomas bắt đầu chia sẻ hình ảnh về Tika

với những bộ trang phục bắt mắt lên mạng xã hội từ năm 2016. Chú chó nhanh chóng được nhiều người biết đến và ngày càng trở nên nổi tiếng.

Hình ảnh của Tika đã xuất hiện cùng hàng loạt các thương hiệu thời trang lớn như Boss, Dior, Chanel, Fendi, Vogue... Tika cũng từng có cơ hội sải bước trên sàn diễn tại nhiều tuần lễ thời trang trên toàn thế giới.

Để giữ gìn cho Tika một vóc dáng cân đối và sự khoẻ mạnh, Thomas đã cố gắng duy trì cho nó một chế độ ăn kiêng nghiêm ngặt. Bữa ăn thường bao gồm thực phẩm giàu protein và chất xơ, rau xanh, trái cây tươi. Ước tính, trung bình, Thomas chi khoảng 60 USD/tuần cho thực phẩm của thú cưng.

Một ngày tham gia trình diễn thời trang của Tika thường bắt đầu bằng buổi sáng với bữa ăn đầy đủ dinh dưỡng. Chủ nhân và nó sẽ đi taxi đến điểm diễn. Tất cả trang phục được cho vào vali để nhanh chóng thay khi cần thiết.



"Chúng tôi luôn tìm kiếm những xu hướng mới và muốn mọi người đoán xem nó sẽ mặc gì tiếp theo. Nhiều người tìm đến Tika vì nó dễ thương, có gu thời trang nổi bật", Thomas chia sẻ. Gần đây, bên cạnh Tika xuất hiện thêm một chú chó tên là Kala. "Tika cũng 12 tuổi rồi nên có thể sẽ sớm nghỉ hưu. Kala là em của nó, sẽ tiếp quản công việc", Thomas nói. ■

Nhân viên phục vụ sốc khi nhận được tiền tip 10 nghìn USD, càng bất ngờ khi rõ lý do

Theo New York Post, nhân viên tại một nhà hàng ở Michigan (Mỹ) đã vô cùng sửng sốt sau khi phát hiện ra khoản tiền tip 10.000 USD được viết trên một tờ hóa đơn thanh toán của một vị khách trong thời gian qua. Ngỡ tưởng rằng đây là một món quà bất ngờ đầy hào phóng nhưng lý do đằng sau khiến họ thêm choáng váng.

Vị khách đã để lại số tiền tip là 10.000 USD tại một nhà hàng ở thị trấn nhỏ thuộc bang Michigan.

"Thông thường, thỉnh thoảng chúng tôi sẽ nhận được số tiền tip khoảng 100 USD", Tim Sweeney, người quản lý quán cà phê Mason Jar ở Cảng Benton, Michigan, nói với tờ The Hill. "Nhưng chưa bao giờ có ai bày tỏ tâm lòng nhiều

như thế này".

Vậy mà đã có một vị khách, được xác định là Mark, đã để lại số tiền tip lớn gấp 30,835% số tiền trên hóa đơn trị giá 32,43 USD của mình. Sweeney tỏ ra "hoàn toàn không tin" khi nhìn thấy biên lai thanh toán và chạy đến xác nhận lại với vị khách hàng hào phóng này.

"Tôi đã có cuộc trò chuyện với anh ấy. Anh ấy khẳng định mình không nhầm lẫn và vẫn muốn tiếp tục tặng cho chúng tôi toàn bộ số tiền đó", Sweeney nói.

Điều khiến câu chuyện này trở nên cảm động hơn nữa là lý do thực sự đằng sau khoản tiền tip 10.000 USD. Người tặng tiền tip đã dừng lại nghỉ chân ở quán cà phê Mason Jar khi đang ở trong thị trấn để dự đám tang của một người bạn. Và hóa ra khoản tiền boa này là cách anh bày tỏ lòng thành kính đối với người bạn của mình.

Vị khách sau đó đã tiết lộ lý do vô cùng đáng buồn khi để lại tiền tip nhiều như thế.

"Đó là để tưởng nhớ một người bạn vừa qua đời và anh ấy đang ở trong thị trấn để dự đám tang", nhân viên phục vụ tên Paige Mulick giải thích. Cô nói thêm: "Đó thực sự là một hành động tử tế đã tác động đến rất nhiều người".

Mặc dù chi tiết cụ thể về hoàn cảnh cá nhân của Mark vẫn chưa được tiết lộ, nhưng hành động tử tế của anh được cho là xuất phát từ sự đồng cảm và lòng trắc ẩn sâu sắc. Tài khoản Instagram của nhà hàng The Mason Jar Cafe đã chia sẻ một bức ảnh về biên lai thanh toán có ghi số tiền tip kèm lời chú thích chân thành.



"Trong thời điểm có rất nhiều điều đang xảy ra, chúng tôi muốn chia sẻ và cảm ơn người đã thực hiện hành động thay đổi cuộc đời này. Đôi khi mọi thứ có thể thực sự nặng nề, nhưng đây quả là một hành động tuyệt vời mà chúng tôi đã tận mắt chứng kiến tại nhà hàng của chúng tôi".

Nhà hàng đã quyết định chia số tiền tip "khổng lồ" này thành 9 phần và tặng cho các nhân viên phục vụ. Mỗi người mang về nhà hơn 1.100 USD.

Mulick Paige, một sinh viên mới tốt nghiệp đại học đang phải gồng gánh các khoản vay dành cho sinh viên, tỏ ra rất phấn khích với số tiền tip này. Cô nói rằng, ngày hôm đó, các nhân viên làm việc trong nhà hàng đều là những bà mẹ có con nhỏ, họ làm việc rất chăm chỉ. Họ là những người thực sự xứng đáng với món quà bất ngờ đó. ■



SỬ TÂM & TÌM HIỂU

8 địa danh có vẻ đẹp như “bước ra từ truyện cổ tích”

Những địa danh với món quà từ mẹ thiên nhiên làm nao nức lòng người, cảnh đẹp của chúng được ví như khung cảnh trong những câu chuyện cổ tích, khiến khách du lịch đến một lần sẽ nhớ mãi không quên.

Một số vùng trên thế giới nổi tiếng bởi cảnh quan đẹp như trong truyện cổ tích. Chẳng hạn như vùng sa mạc ở Tây Nam nước Mỹ, dãy núi Alps ở Trung Âu, vùng đất khô cằn nằm trong nội địa Úc...

Những nơi này có vẻ đẹp huyền ảo như trong truyện cổ tích hay trong các bộ phim hoạt hình sống động, chẳng hạn như những ngọn đồi Chocolate ở Philippines.

Chúng là những địa danh vô cùng nổi tiếng trong lòng du khách, đặc biệt là đối với những ai thích sự khác biệt, thu vị mà không quá đông đúc.

Dưới đây là số nơi có vẻ đẹp “bồng lai tiên cảnh ngay dưới hạ giới” mà bạn có thể đến thăm:

Vườn Quốc gia Trương Gia Giới, Trung Quốc

Vườn Quốc gia Trương Gia Giới là một địa danh du lịch nổi tiếng nằm ở tỉnh Hồ Nam, Trung Quốc.

Ở đây, có các trụ đá sa thạch cao chót vót, sừng sững giữa trời xanh sẽ làm bạn phải nín thở và tròn mắt kinh ngạc. Một số có độ cao hơn 182 mét đồng thời hầu hết chúng đều có thực vật mọc trên đỉnh và các mặt bên.

Vườn Quốc gia này rất nổi tiếng trong giới du lịch, nhưng những cảnh quan tốt nhất ở đây đòi hỏi du khách phải có sự dẻo dai, khả năng chịu đựng để leo núi, và thực tế này đã làm giảm đi lượng người đến tham quan. Nơi ngắm cảnh tốt nhất là từ núi Thiên Tử, mất khoảng hai giờ để leo lên đó.

Hồ Mono, Hoa Kỳ

Những ngọn tháp tufa trên mặt hồ Mono là một địa điểm du lịch nổi tiếng trên thế giới.

Hồ Mono là một hồ nước trong sa mạc ở Đông California có nồng độ muối cao. Có bề ngoài cằn cỗi, nhưng nơi này không phải vậy.

Trên thực tế, địa danh này là nơi ẩn náu của các loài chim di trú, và lòng hồ là nơi ở của một loài tôm nước mặn.

Đặc điểm đáng chú ý nhất của hồ Mono, là những ngọn tháp tufa trông kỳ lạ và thú vị nổi lên trên mặt hồ.

Chúng có hình dạng như vậy là do một quá trình phản ứng xảy ra khi nước hồ mang tính kiềm tiếp xúc với nước suối trong mát.

Du khách đến đây để chiêm ngưỡng địa hình đá, khung cảnh yên bình cùng mặt hồ phẳng lặng.

Ngoài ra, khu vực này cũng là một địa điểm ưa thích cho các nhà quan sát chim, họ đến để nghiên cứu các loài chim di chuyển qua khu vực này.

Những ngọn đồi Chocolate, Philippines

Khu đồi Chocolate là kết quả của sự thay đổi kiến tạo... hay là những giọt nước mắt của một người không lồ.

Khu đồi Chocolate này tọa lạc ở thị trấn Carmen, tỉnh Bohol, miền Trung Philippines. Có hơn 1.200 ngọn đồi, với hình dạng non gần như hoàn hảo, có độ cao dao động trong khoảng 30m đến 122m.

Giả thuyết về nguồn gốc của chúng được chấp nhận rộng rãi nhất là những khối đá vôi biển đã bị đẩy lên trong một đợt thay đổi các tầng kiến tạo từ xa xưa.

Những ngọn đồi này được bao phủ bởi cỏ xanh, làm tôn thêm vẻ ngoài kỳ lạ của chúng. Tuy nhiên, trong mùa khô, cỏ chuyển màu nâu sẫm, làm chúng trông giống như những viên chocolate của hãng Hershey's.



Cảnh quan tại Vườn Quốc gia Trương Gia Giới là nguồn cảm hứng cho bộ phim nổi tiếng “Avatar”

Từ “Chocolate” xuất hiện từ cảnh quan mùa khô này. Truyền thuyết địa phương cho biết những ngọn đồi này được hình thành do những tảng đá được người khổng lồ ném đi, hay những giọt nước mắt từ bi của một vị thần đang rất đau khổ.

Giant's Causeway, Ireland

Con đường của người khổng lồ này chính là điểm thu hút khách du lịch nổi tiếng nhất ở Ireland.

Nằm dọc theo bờ biển Antrim ở Bắc Ireland, Giant's Causeway bao gồm 40.000 cột đá bazan màu đen nằm sát cạnh, liên kết chặt chẽ với nhau.

Các cột có hình dạng hình học khác biệt ở phần đỉnh của chúng, sự hoàn hảo này khiến chúng trông như đá lát đường nhân tạo. Nhìn từ bờ bên kia, kiến trúc thiên nhiên này trông giống như một pháo đài nếu dùng chút ít khiếu tưởng tượng.

Các nhà khoa học cho biết, con đường này được hình thành từ hàng triệu năm trước, và là kết quả của một vụ phun trào núi lửa.

Khu vực này là địa danh thu hút khách du lịch nổi tiếng từ thế kỷ 19. Một đường xe điện đã

được xây dựng vào cuối những năm 1800 để đưa hành khách đến nơi này từ thị trấn Portrush.

Khu vực này đã được UNESCO công nhận là Di sản Thế giới. Mặc dù một phần kiến tạo đá bazan này nằm trong khu vực thuộc sở hữu tư nhân, hầu hết phần còn lại của Giant's Causeway được National Trust sở hữu và giám sát.

Đây là một tổ chức được lập ra để bảo vệ những địa điểm có cảnh quan đẹp và có tầm quan trọng lịch sử.

Deadvlei, Cộng hòa Namibia

Cái tên “Deadvlei” là sự kết hợp giữa tiếng Anh và tiếng Afrikaans có nghĩa là “đâm lầy chết người”.

Deadvlei là một đồng bằng được bao quanh bởi những cồn cát màu đỏ ở sa mạc Namib. Mặc dù có sự hiện diện của lòng chảo muối gần đó, Deadvlei lại là một chảo đất sét.

Địa danh này có quang cảnh rất độc đáo vì cây cối đã từng được trồng ở đây. Những cồn cát và biển đổi khí hậu đã làm cây cối chết theo thời gian. Không khí khô đến mức cây chết khô không bao giờ bị phân rã, nhưng cũng không hóa đá.

Những cây này được ước tính có độ tuổi từ 600 năm đến 1.000 năm tuổi. Sự kết hợp giữa các cồn cát cao, đất sét sáng màu và những thân cây trơ trọi tạo nên một không gian kỳ lạ và thú vị thu hút du khách đến viếng thăm, họ sẽ phải lái xe 71 km từ Vườn Quốc gia Namib-Naukluft để đến được Deadvlei.

Hẻm núi Antelope, Hoa Kỳ

Hẻm núi Antelope, hay còn gọi là Hẻm núi Linh Dương, nằm trên khu bảo tồn Navajo ở cực bắc Arizona.

Hình dạng kỳ quái của hẻm núi được hình thành do dòng nước chảy cực nhanh, thường là những trận lũ quét lặp đi lặp lại, làm xói mòn đá.

Hẻm núi Antelope rất cao và hẹp, với những bức tường bị xói mòn trong hàng thế kỷ tạo thành những hình dạng bất thường.

Hẻm núi Upper Antelope (hay Antelope thượng) dễ tiếp cận hơn và ăn anh hơn, vì vậy khách du lịch thường đến đây nhiều hơn.

Du khách cũng có thể ghé thăm Lower Antelope (Antelope hạ), nhưng phải leo núi đường dài và leo lên bằng thang.

Bạn chỉ có thể viếng thăm địa danh này với một người hướng dẫn có giấy phép vì khu vực này nằm trên đất của xứ Navajo và những trận lũ lụt trong hẻm núi vẫn hay xảy ra, gây nguy hiểm thực sự. Trước khi các quy định hiện hành được đưa ra, một số du khách đã thiệt mạng do lũ quét bất ngờ.

Lâu đài bông Pamukkale, Thổ Nhĩ Kỳ

Du khách có thể ngâm chân trong một số hồ nước nhỏ ở Pamukkale.

Pamukkale nghĩa là “lâu đài bông” ở Thổ Nhĩ Kỳ. Tuy nhiên, những thềm bậc thang trắng và hồ nước khoáng không được làm từ bông. Chúng chỉ trông giống như bông bởi vẻ ngoài trắng tinh của mình.

Được hình thành từ hàng thiên niên kỷ qua quá trình tích tụ khoáng chất trong nước chảy ra từ

SỬ TÂM & TÌM HIỂU



những nguồn nước ngầm, khu vực này hiện là một Di sản Thế giới được UNESCO công nhận.

Các khách sạn và spa được xây dựng gần khu vực này đã bị phá hủy để Pamukkale có thể trở lại trạng thái tự nhiên hơn.

Những thềm bậc thang trắng là một cảnh tượng cổ tích, một điểm đến nổi tiếng cho những nhiếp ảnh gia.

Trên thực tế, địa danh này là điểm thu hút khách du lịch bậc nhất ở Thổ Nhĩ Kỳ, với lượng khách vào khoảng hai triệu người mỗi năm.

Mặc dù có các quy định để bảo vệ các bậc thang, nhưng du khách vẫn được phép ngâm mình trong một số bể nhỏ ở đây, miễn là họ tuân theo một số quy tắc nhất định như tháo giày trước khi vào.

Hồ Hillier, Úc

Hồ Hillier nằm trên một hòn đảo ngoài khơi bờ biển Tây Úc. Nó tách khỏi đại dương bởi một bờ biển mong.

Hillier là một hồ nhỏ, có chiều dài dưới 609 mét, nhưng thu hút sự chú ý của du khách vì màu hồng tươi sáng của nước hồ.

Màu hồng trông thật nổi bật vì nó tương phản với màu của đại dương xanh lân cận và của thảm thực vật xung quanh.

Giả thuyết về màu hồng của nước được chấp nhận phổ biến là do sự tương tác giữa nước muối trong hồ và một loại tảo nhỏ phát triển mạnh dưới những điều kiện cụ thể, 2 tác nhân này chính là nguyên nhân khiến nước hồ có màu hồng như vậy.

Màu hồng được nhìn thấy rõ nhất từ không trung, vì vậy người ta thường đến đây bằng máy bay trực thăng hay bằng thuyền. (Màu sắc ít rõ ràng hơn khi nhìn từ mặt đất, nhưng vẫn nhìn thấy được). ■

10 địa điểm không thể bỏ qua khi đến châu Phi

Không chỉ có những ngôi đền cổ, lăng mộ và kim tự tháp ở Ai Cập, lục địa đen còn nhiều điểm đến hấp dẫn khác với cảnh quan thiên nhiên hoang dã tuyệt đẹp ở Kenya, Uganda, Namibia.

Thung lũng các vị vua, Ai Cập

Thung lũng các vị vua nằm gần Luxor, bên bờ phía tây sông Nile. Tại thung lũng này, trong khoảng 500 năm từ thế kỷ 16 đến 11 TCN, 63 lăng mộ được xây dựng để chôn cất các vị vua Ai Cập và quý tộc quyền lực.

Nó trở nên nổi tiếng sau khi mộ vua Tutankhamun được phát hiện tại đây vào năm 1922.

Vùng châu thổ sông Okavango, Botswana

Là một trong 7 kỳ quan thiên nhiên của châu Phi, vùng châu thổ Okavango nằm sâu trong nội địa, bao phủ một diện tích 17.000 km².

Dù nó được xem là vùng châu thổ trong nội địa lớn nhất thế giới, trên thực tế vẫn còn hai nơi ở châu Phi có đặc điểm tương tự và lớn hơn.



Đó là vùng châu thổ Inner Niger ở Mali và Sudd ở Nile, Nam Sudan. Tuy nhiên, vùng châu thổ Okavango vẫn là một địa điểm lý tưởng để tham quan với các hồ nước đẹp, kênh mương chằng chịt đầy bí ẩn, các đầm, phá lớn nằm sâu bên trong đất liền.

Hẻm sông Fish, Namibia

Được biết đến là hẻm vực lớn thứ hai trên thế giới (sau Grand Canyon thuộc bang Arizona, Mỹ) và lớn nhất châu Phi, hẻm vực sông Fish có chiều rộng hơn 27 km, dài khoảng 160 km và có những nơi độ sâu khoảng 550 m.

Hẻm vực sông Fish là địa điểm thu hút du khách nhiều thứ hai tại Namibia với các tour đi bộ, ngắm linh dương, ngựa hoang, ngựa vằn, và hơn 60 loài chim quý hiếm.

Miệng núi lửa Ngorongoro, Tanzania

Ngorongoro là miệng núi lửa lớn nhất vẫn còn nguyên vẹn trên thế giới, được UNESCO công nhận di sản.

Nó được tạo thành khi một núi lửa phun trào và sụp đổ cách nay 2 – 3 triệu năm. Miệng núi lửa chạy dài 19 km và có độ sâu 600 m.

Một khu bảo tồn Ngorongoro được thành lập tại Ngorongoro, và là nơi cư trú của hơn 25.000 thú lớn như hà mã, tê giác đen, ngựa vằn, linh dương đầu bò, linh dương gazel, linh dương châu Phi và sư tử.

Núi Kilimanjaro, Tanzania

Là ngọn núi đứng đơn độc cao nhất thế giới, Kilimanjaro là địa điểm không thể bỏ qua khi đến Tanzania. Bạn có thể chiêm ngưỡng cảnh quan tuyệt đẹp của vùng sơn cước, các sông băng và khu bảo tồn thiên nhiên từ Uhuru, đỉnh cao nhất của ngọn núi.

Bạn cũng có thể tham quan các khu bảo tồn xung quanh chân núi Kilimanjaro, được xem là những công viên thiên nhiên tốt nhất ở châu Phi.

Công viên quốc gia sa mạc Sossusvlei Namib, Namibia

Tọa lạc tại Namib Naukluft, công viên quốc gia sa mạc Sossusvlei Namib là một hồ muối và đất sét lớn, được che chắn bởi những đụn cát đỏ khổng lồ, một hình ảnh phổ biến của Namibia.

“Big Daddy” là đụn cát đỏ lớn nhất có chiều cao hơn 300 m. Một trong những hoạt động

hấp dẫn nhất là trèo lên đỉnh Big Daddy.

Những con dã nhân ở vùng núi Virunga

Chạy dọc theo biên giới các nước Uganda, Rwanda và Congo, dãy núi Virunga là một chuỗi các ngọn núi lửa đẹp và rất đáng để tham quan.

Chúng có cảnh quan ngoạn mục và là nơi sinh sống của loài dã nhân đang gần tuyệt chủng. Du khách có thể quan sát chúng ở những ngọn núi chính như Karisimbi, Nyiragira và Nyirangongo.

Vùng bình nguyên Migration, trải dài từ Maasai Mara đến Serengeti

Sự di cư của hơn 2 triệu con linh dương, ngựa vằn diễn ra hàng năm tại vùng bình nguyên của Maasai Mara, Kenya và Serengeti của Tanzania.

Đây là cuộc di cư không lồ và ngoạn mục nhất mà con người có thể chứng kiến. Thời điểm đến tham quan tốt nhất là tại Maasai Mara từ tháng 7 đến tháng 9. Đây là thời gian mà các con thú tụ tập lại để vượt qua sông Mara vào đất Kenya.

Sông Omo, Ethiopia

Bạn muốn trải nghiệm cú sốc văn hóa thực sự, hãy đến thăm quan vùng sông Omo, nằm ở phía Tây Nam đất nước Ethiopia. Với hơn 50 bộ lạc bản địa sinh sống trong lưu vực sông Omo, đây là điểm đến đầy bất ngờ đối với những người quan tâm đến nền văn hóa châu Phi.

Nhiều bộ lạc vẫn giữ nguyên lối sống, tập tục và niềm tin vào truyền thống nguyên thủy của họ. Vùng thung lũng sông Omo sẽ mang đến du khách những cảnh quan đẹp hấp dẫn đến mức khó tin.

Kim tự tháp, Ai Cập

Có hơn 100 kim tự tháp ở Ai Cập được xây dựng như lăng mộ để bảo quản xác ướp các Pharaoh, giữ cho họ an toàn và không bị quấy rầy trong cuộc sống “sau khi chết”.

Lăng mộ của Pharaoh Khufu, còn gọi là Cheops, lớn nhất trong số các kim tự tháp này. Tượng Sphinx, một con sư tử đầu người, cũng là một trong những pho tượng lớn và cổ xưa nhất thế giới. ■

Vui Cười

* Kể lười nhất nông trại

Một trại chủ có 10 người làm công trong nông trại. Bởi vì không có người nào năng nổ được như ông ta tưởng, ông bèn nảy ra một kế mà ông tin là sẽ trị cho họ bỏ tật lười biếng. Một hôm, ông bảo:

- Các anh này, tôi có một việc dễ dàng, thoải mái cho người nào lười biếng nhất nông trại này. Mời người nào lười nhất bước ra phía trước?

Ngay thứ khắc 9 người trong bọn họ cùng bước lên.

- Tại sao anh không bước ra phía trước cùng những người khác - Ông chủ trại hỏi người còn lại.

Người này đáp: - Mắc công quá!!!



ASIAN CARGO LINE EXPRESS (ACL EXPRESS)



AIR CARGO

- Nhận chuyển hàng về Việt Nam
- Lãnh tại phi trường Tân Sơn Nhất
- Giao tận nhà tại thành phố và các tỉnh (bao thuế)
- Có giá đặc biệt khi gửi số lượng nhiều
- Nhận gửi tiền về Sài Gòn và các tỉnh (giao tận nhà, lệ phí thấp)

Tận Tâm - Uy Tín - Phục Vụ Đồng Hương

Tel: 281-495-1873

Văn phòng có nhận đại lý

11360 Bellaire Blvd, Ste 965, Houston TX 77072
Trong khu tượng đài Việt Mỹ

713-885-7070



thaotang@aclexpress.net