

# THỜI TRẠNG TRÉ

new fashion

[www.tapchithoitrangtre.com.vn](http://www.tapchithoitrangtre.com.vn)

Gương mặt bìa:  
Ngọc Thạch



*Trò chuyên  
trong tuần*

**Kerstin  
Brätsch &  
Adele Röder**

Theo đuổi nghệ thuật  
để phá vỡ nguyên tắc  
của chính mình

**Phiêu  
du miễn  
nhiệt đới**

Khi  
người  
mẫu té

**Món quà  
ý nghĩa?**

Cho ngày

**A project by  
DAS INSTITUT**  
(special feature by  
Kerstin Brätsch)

jrpringier

**Quà tặng  
cho bạn**

92 ▶

# THỜI TRẠNG TRẺ

new fashion

■ 8 Hoàng Văn Thụ, Q.Phủ Nhuận, TP.HCM  
**Tel.** (84-8) 3990 2276 · (84-8) 3990 2205,  
 (84-8) 3990 1114 · **Fax.** (84-8) 3990 3138  
**Phòng kinh doanh:** (84-8) 3990 2927  
**Phòng phát hành:** (84-8) 3990 1113  
**Email:** toasoan@tapchithoitrongtre.com.vn  
 phathanh@tapchithoitrongtre.com.vn

■ 12 Hồ Xuân Hương, Hà Nội  
**Tel.** (84-4) 3943 0604 · **Fax.** (84-4) 3943 4497  
**Email:** daidienhanoi@tapchithoitrongtre.com.vn  
**Phòng kinh doanh:** (84-4) 3943 0918

■ 91 Nguyễn Du, Q.Hải Châu, TP. Đà Nẵng  
**Tel.** (84-511) 38898 54  
**Email:** daikienndanang@tapchithoitrongtre.com.vn

**Tổng Biên Tập**  
 Hoàng Đại Thanh  
**Phó Tổng Biên tập**  
 Bùi Thị Bạch Hải (phụ trách nội dung)  
 Vũ Mai Quế  
**Phó Giám đốc TM**  
**Trưởng cơ quan đại diện tại Hà Nội**  
 Đào Xuân Quang

**Mỹ thuật**  
 Lê Hoàng Việt  
**Trình bày**  
 Bích Sơn · Ngọc Hoa  
 Hồng Văn · Ngọc Vy

Giấy phép xuất bản số 1092/BC-GPXB ngày 21-8-1993  
 và số 58/GB-BVHTT ngày 3-3-2003 của Bộ Văn Hóa  
 Thông tin. Giấy phép kinh doanh số 849/GP ngày 27-  
 4-1994 của ủy ban Nhà nước về "Hợp tác đầu tư".  
 In cooperation with Ringier of Switzerland.  
 RINGIER AG, Business Development,  
 23 Dufourstrasse, 8008 Zurich Switzerland.  
**Tel.** 0041-1-259 6426 · **Fax.** 0041-1-259 8668

**Ringier**  
 Vietnam

**Ringier Vietnam Ltd**  
**President:** Sen Hoa  
**General Director:** Collin Crowell  
**Creative Directors:** Stéphane Carpentier  
 Bùi Xuân Hoa

**Advertising Sales Director:**  
 Nguyễn Đăng Tuấn

**Ho Chi Minh City Head Office:**  
 111B Lý Chính Thắng Str, Ward 7, District 3,  
 Ho Chi Minh City  
**Tel.** (84-8) 3526 8160  
**Fax.** (84-8) 3526 8161

**Hanoi Transaction Office:**  
 25 Thanh Miên Str, Dong Da District, Hà Nội  
**Tel.** (84-4) 3747 1648, **Fax.** (84-4) 3747 1650

**In tại:** Công ty in Trán Phủ, TP.HCM  
**Giá:** Mười hai ngàn đồng



# mục lục

Lịch tuần > 04  
 Ảnh trong tuần > 08

## style >> 10

**Thời trang > Phiêu du miền nhiệt đới** 12  
**Chân dung tự họa "Viola"** 20  
**Phu trang > Túi xách dây xích** 24  
**Thời trang ứng dụng > Đám hồng nữ tính!** 26  
**Mèo thời trang > Điều tiết gam màu cam** 28  
**Cuộc sống > Khi người mẫu tề** 30  
**Khuyến khích > Lịch làm một phong cách** 32  
**Đẹp theo phong cách công sở** 34

## body >> 36

**Sức khỏe > Cảnh giác thực phẩm có thể gây nên ngộ độc** 38  
**Sức khỏe phụ nữ > Dinh dưỡng hoàn hảo cho thai phụ?** 42  
**Luyện tập > Khởi động buổi sáng** 44  
**Làm đẹp > Đẹp hoàn hảo** 46  
**Hỏi đáp > Phẫu thuật mũi ảnh hưởng sức khỏe?** 50

## spirit >> 52

**Gia đình > Thomas Trueb: Tôi tin vào luật nhân quả** 54  
**Mèo con > Quốc Trí: Học hỏi từ hậu trường sân khấu** 56  
**Cuộc sống > Huấn luyện các cô...** 58  
**Tâm lý > Nghề làm đẹp rất... nhân văn** 60  
**Giới tính > Dùng cảm bài trừ chat sex** 62  
**Ảnh ấy nơi > Món quà ý nghĩa?** 64  
**Tử vi > Cô ấy... là ai?** 66

## home & away >> 68

**Du lịch > Hokkaido - lãng mạn và bình yên** 70  
**Nồi tro > Món ngon từ nấm** 72  
**Nhà hàng > Điểm đến cho ngày 8/3** 74  
**Giải trí trong tuần > Con đường chiến binh - Món "com trộn" hấp dẫn!** 76  
**Nói thật > Nhà phố hiện đại** 78  
**Shopping > Hũ gôm đa dụng** 80

## face >> 81

**Tro chuyện với sao > Kerstin Brätsch và Adele Röder: Theo đuổi...** 82  
**Chuyện trong làng > Thiên Nga Đen sập gập khán giả Việt** 84  
**10 câu hỏi > 10 câu hỏi với Hoa Di Linh** 86  
**Thời trang của sao > Lê Be La: Đợi mới để tìm cảm hứng** 88  
**Sân chơi ban trẻ > Thủ tài của bạn; Giải ô chữ...** 90  
**Quà tặng > 34 phần quà để bạn chọn** 92  
**Kỷ niệm > Túi xách luôn đổi mới** 96

**Thông tin trang bìa. Người mẫu:** Ngọc Thạch. **Ảnh:** Quang Giang. **Trang điểm:** Huân. **Trang phục:** Just Cavalli. **Thực hiện:** Kim.