Vol.1., Issue 8

The Strategy First Times

February 8, 2016 | ၁၃၇၇ ခု၊ ပြာသိုလကွယ်နေ့၊ တနင်္လာနေ့ | နှစ်ပတ် တစ်ကြိမ် / Digital Edition

ကျန်းမာရေးအတွက် အရေးကြီးတဲ့ Vitamin ဓာတ်များ

စာ - ၁၄ သို့

သင့်ကျန်းမာရေးမှာ သင်ကိုယ်တိုင်တောင် မသိဘဲနဲ့ ချွတ်ယွင်းချက်တွေရှိနေနိုင်ပါတယ်။

လူ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ အထဲမှာတစ်ခုခု အမှားအယွင်းဖြစ်ပြီ ဆိုတာနဲ့ လက္ခဏာတွေ ပြတတ်ပါတယ်။ ဒီအရေးကြီးတဲ့ လက္ခဏာတွေကို သတိထားကြည့်ရှုခြင်းအားဖြင့် ကိုယ့်မှာ လိုအပ်တဲ့အရာတွေကို သိနိုင်ပါတယ်။ ကြိုသိခြင်းအားဖြင့် လည်း ကြိုတင်ကာကွယ်လို့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူအများစုဟာ အခုအချိန်မှာ အလွယ်တကူရရှိနိုင်တဲ့ အစားအစာတွေ၊ fast food တွေ junk food တွေကိုပဲ နေ့စဉ် စားသုံးနေကြတဲ့အတွက် ခန္ဓာကိုယ်လည်ပတ်နိုင်ဖို့အထောက် အပံ့ပေးတဲ့ vitamin ဓာတ်တွေ အလုံအလောက် မရရှိကြ ပါဘူး။

ဆရာဝန်တွေရဲ့ ထောက်ပြချက်အရ vitamin အလုံ အလောက်မရရှိတာဟာကိုယ်ခံအားကျဆင်းပြီးတော့ပြင်ပက ဗိုင်းရပ်ပိုးတွေ ဝင်ရောက်လာစေနိုင်တယ်လို့သိရပါတယ်။ Vitamin တွေ လုံလောက်စွာမရရှိတာက သင့်တစ်နေ့တာ အပေါ်မှာ ကြီးမားတဲ့အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိနိုင်ပါတယ်။

Bill Gates : Operation system နဲ့ applications များ

စာ - ၇ သို့

ဖေဖော်ဝါရီ ၁၃ ဟာ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ပါ

စာ - ၂ သို့

"ဖေဖော်ဝါရီ ၁၃ ဟာ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ပါ"

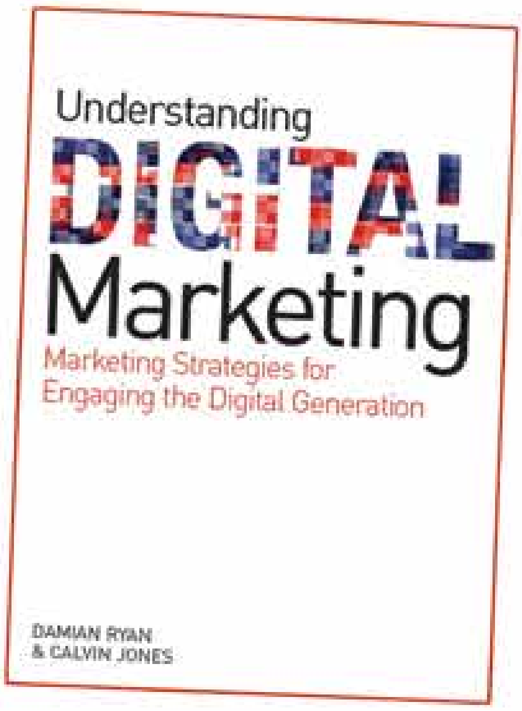
ငယ်ငယ်က အော်ဆိုခဲ့တဲ့ ကဗျာလေးထဲက ဗိုလ်ချုပ်။

"ဗိုလ်ချုပ်" လို့ပြောလိုက်ရင်ကို ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း ကိုပဲ ရည်ညွှန်းမှန်း လူတိုင်းသိပါတယ်။ စကားပြောဝ္ကကျကျ အညာသားလူရိုးကြီး ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းကို ပြည်သူတွေ က နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ချစ်ခင်နေကြတုန်းပါပဲ။ နောက်ပိုင်း ဗိုလ်ချုပ်ပေါင်းများစွာ ပေါ်ပေါက်လာပေမယ့်လည်း ပြည်သူ တွေရင်ထဲက ဗိုလ်ချုပ်ဆိုတဲ့နေရာမှာတော့ ဗိုလ်ချုပ် အောင်ဆန်းအတွက်ပဲ ရည်ညွှန်းနေဆဲပါပဲ။

Understanding Digital Marketing

စာ - ၁၁ သို့

မင်္ဂလာပါ Strategy First စာဖတ်ပရိသတ်များ ခင်ဗျာ။ ယနေ့ခေတ် နည်းပညာတိုးတက်လာတာနဲ့အမျှ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ အင်တာနက်အသုံးပြုသူဦးရေဟာလည်း တစ်စတစ်စ တိုးတက်လာနေပါတယ်။ ယခုလိုတိုးတက်လာ နေတဲ့နည်းပညာခေတ်ကြီးမှာ Digital စက်ကိရိယာပစ္စည်း အသုံးပြုသူများလည်း အချိန်နဲ့အမျှ များပြားလာတာကြောင့် မိမိတို့ကုန်ပစ္စည်းတွေကို သုံးစွဲသူများပိုမိုသိရှိလာနိုင်ဖို့ အတွက် Digital Marketing ပညာရပ်ဟာ မရှိမဖြစ် လိုအပ်လာပါတယ်။



သင်ရဲ့ Business Plan ကို မှားယွင်းစေတဲ့ အချက်ငါးချက်နဲ့ ပြုပြင်ပြောင်းလဲနိုင်မယ့်အချက်များ

စာ - ၉ သို့

ဒီဆောင်းပါးကို သင့်ရဲ့ကုမ္ပဏီအတွက် လမ်းပြမြေပုံ ဒါမှမဟုတ် အသေးစိတ်အစီအစဉ်တစ်ခုအဖြစ် အသုံးပြု နိုင်ပါတယ်။ စီးပွားရေးနည်းဗျူဟာ ရေးဆွဲဖို့အတွက် စီမံ အုပ်ချုပ်မှုအဖွဲ့ကိုတင်ပြတာပဲဖြစ်ဖြစ် ငွေကြေးပိုင်းအတွက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံသူတွေကို တင်ပြတာပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီဆောင်း ပါးမှာပါတဲ့ business plan က သင့်လုပ်ငန်းရဲ့အနာဂတ် ဆုံးဖြတ်ချက်တွေအတွက် အခြေခံကောင်းတွေကို ထောက် ပံ့ပေးနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

ဖေဖော်ဝါရီ ၁၃ ဟာ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ပါ

bkfrmefa t mif

"ဖေဖော်ဝါရီ ၁၃ ဟာ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ပါ"

ငယ်ငယ်က အော်ဆိုခဲ့တဲ့ ကဗျာလေးထဲက ဗိုလ်ချုပ်။

"ဗိုလ်ချုပ်" လို့ပြောလိုက်ရင်ကို ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းကိုပဲ ရည်ညွှန်းမှန်း လူတိုင်းသိပါတယ်။ စကားပြောဝွကျကျ အညာသားလူရိုးကြီး ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းကို ပြည်သူတွေက နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ချစ်ခင်နေကြတုန်းပါပဲ။ နောက်ပိုင်း ဗိုလ်ချုပ်ပေါင်းများစွာ ပေါ်ပေါက်လာပေမယ့်လည်း ပြည်သူတွေရင်ထဲက ဗိုလ်ချုပ်ဆိုတဲ့ နေရာမှာတော့ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းအတွက်ပဲ ရည်ညွှန်းနေဆဲပါပဲ။

ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းဆိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးလုပ်ကြံခံရပြီးလူ့လောက,က ထွက်ခွာသွားခဲ့ရတာ အနှစ် ၇၀ ရှိခဲ့ပြီးဖြစ်ပေမယ့် သူ့နေရာကို ဘယ်သူနဲ့မှအစားမထိုးနိုင်ကြပါဘူး။ ခေတ်အဆက်ဆက် တောက်လောင်ခဲ့တဲ့ ပြည်တွင်းစစ်ဟာ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းလိုခေါင်းဆောင်တစ် ယောက်ရှိနေခဲ့မယ်ဆိုရင် ခုလိုရင်နာစရာတွေမြင်နေရမှာမဟုတ်ပါဘူး။ တိုင်းရင်းသားပေါင်းစုံစုပေါင်းနေထိုင်တဲ့တိုင်းပြည်တစ်ခုအတွက် သမိုင်းကြောင်းအရ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းဟာ စံပြခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်ဆိုတာ ငြင်းမရပါဘူး။ တိုင်းရင်းသားပြည်သူတွေရဲ့ရင်ထဲမှာအမြဲရှင်သန်နေတဲ့ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းဟာ မြန်မာပြည်ရဲ့တော်လှန်ရေး ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ရုံမကဘဲ လွတ်လပ်ရေးခေါင်းဆောင်၊ ညီညွတ် ရေးခေါင်းဆောင်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။

အနာဂတ်မျိုးဆက်သစ်တွေကို ဗိုလ်ချုပ် အောင်ဆန်းရဲ့တန်ဖိုးတွေကို လက်ဆင့်ကမ်းပေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းကို လေးစားတာဟာ လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ကို လေးစားတာမျိုးထက် မြန်မာ့သမိုင်းကိုလေးစားတာ ပါ။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းရဲ့သတ္တိနဲ့ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ဗိုလ်ချုပ်ရဲ့ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ဓာတ်၊အရာအားလုံးရဲ့အထက်မှာ ပြည်သူကိုဦးထိပ်ထားတဲ့ စိတ်ဓာတ်တွေကို မြှင့်တင်ပေးရပါမယ်။ အတိုက်အခံကိုလည်း လေးစားတယ်။ ငြိမ်းချမ်းရေး ဆွေးနွေးချိန်ရောက်တာနဲ့ အငြိုးတွေမထားဘဲဆွေးနွေးခဲ့တဲ့သတ္တိ၊အာဏာနဲ့ရာထူးကိုမက်မောမှုမရှိတဲ့ ရောင့်ရဲတဲ့ စိတ်ဓာတ်တွေကို နှလုံးသွင်းကြဖို့လိုပါတယ်။

ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းဟာ လက်ရုံးရည်သာမက နှလုံးရည်မှာလည်း ပြည့်တဲ့ တစ်မျိုးသားလုံးရဲ့ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီမိုကရက်တစ်နိုင်ငံတစ်ခုအဖြစ် ကူးပြောင်းနေတဲ့ကာလမှာ နိုင်ငံရေးသမားတိုင်းဟာ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းရဲ့ပြည်သူကို ဦးထိပ်ထားပြီး ရာထူးနဲ့ အာဏာကို မမက်မောတဲ့ စိတ်ထားမျိုးကို မွေးမြူထားဖို့လိုပါတယ်။

ခုခေတ်လူငယ်တွေက ဖေဖော်ဝါရီဆိုတာနဲ့ ချစ်သူများနေ့လောက်ပဲ ပြေးမြင်နေကြတာက ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းကိုအားနာစရာကောင်းပါတယ်။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းရဲ့တန်ဖိုးတွေကို လူကြီး တွေရဲ့ရင်ထဲမှာလောက်ပဲ နွေးထွေးရှင်သန်နေပြီး လူငယ်တွေရင်ထဲကို လက်ဆင့်ကမ်းမပေးနိုင်သလောက်ပါပဲ။ လူကြီးတွေအနေနဲ့ကိုယ်တွေတန်ဖိုးထားသလိုလူငယ်တွေအနေနဲ့လည်း တန်ဖိုးသိအောင် မျိုးဆက်အလိုက် လွှဲပြောင်းပေးဖို့ တာဝန်အပြည့်ရှိနေပါတယ်။ ကမ္ဘာအနှံ့မှာ မြန်မာပြည်ကလို့ပြောရင် ဘယ်နားကလဲဆိုတဲ့မေးခွန်းမျိုးအမေးခံရတိုင်းမှာ တိုင်းပြည်ရဲ့ ခေါင်းဆောင်၊ ညီညွတ်ရေးဗိသုကာ၊အမျိုးသားခေါင်းဆောင်ကြီးတစ်ယောက်အနေနဲ့ မြန်မာပြည်သမိုင်းထဲက အောင်ဆန်းဆိုတဲ့ မဟာလူသားတစ်ယောက်ရှိခဲ့ကြောင်း၊ ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်ရဲ့ဖခင်ဖြစ်သလို ကျွန်တော်တို့ တိုင်းရင်း သားပြည်သူတွေအားလုံးအတွက်လည်းလွတ်လပ်ရေးဖခင်ကြီးဖြစ်ကြောင်းကိုလည်းဖြေပြီးဂုဏ်ယူတတ်ဖို့လိုပါတယ်။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းကို တစ်ဦးတည်း၊ တစ်ယောက်တည်းက မပိုင်ပါဘူး။ တစ်တိုင်းပြည်လုံးက ပြည်သူတွေပိုင်ပါတယ်။ ဗိုလ်ချုပ်ရဲ့ကျေးဇူးတွေ တန်ဖိုးတွေ ကိုပြောမယ်ဆိုရင် ကုန်နိုင်မယ်မထင်ပါဘူး။

တန်ဖိုးကိုလည်းသိ၊ သိထားသလောက်ကိုလည်း လိုက်နာကျင့်သုံးရင် ဗိုလ်ချုပ်ဆီက အမွေရထားတဲ့ တန်ဖိုးတွေဟာ စာထဲမှာတင်မဟုတ်ဘဲ လိုက်နာရင်လိုက်နာသလို အကျိုးရှိမယ် တန်ဖိုးရှိမယ်ဆိုတာကိုလည်း ဗိုလ်ချုပ်ကိုယ်တိုင်က သက်သေပါပဲ။ မိတ်ဆွေတွေရဲ့လေးစားမှုတင်မကဘဲ ရန်သူတွေဆီကလေးစားမှုကိုပါ ရယူနိုင်တဲ့ ရှားရှားပါးပါး ကမ္ဘာ့သူရဲကောင်းတွေထဲက တစ်ယောက်ပါ။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း ငယ်စဉ်ကစပြီး ပြည်သူတွေရင်ထဲကဗိုလ်ချုပ်ဖြစ်လာခဲ့တဲ့အချိန်ထိလုပ်ခဲ့တာတွေ၊ ဖြစ်ခဲ့တာတွေကိုလည်းရေးထားတဲ့စာအုပ်တွေ၊ ကဗျာတွေ အများကြီးကို ပိုပြီးလေ့လာဖို့လိုပါတယ်။ ဗိုလ်ချုပ်ရဲ့ပြည်သူတွေအပေါ်ထားတဲ့ ကိုယ်ချင်းစာတရား၊ အနစ်နာခံခဲ့တာတွေကို မြန်မာလူမျိုးတစ်ယောက်ချင်းစီရဲ့စိတ်ထဲမှာ စွဲမြဲနေတာလေးကိုဆက်လက်ထိန်းသိမ်းထားဖို့ လိုပါတယ်။ ၂၀၁၆ဖေဖော်ဝါရီ၁၃မှာကျရောက်မယ့် ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းရဲ့၁၀၁ နှစ်ပြည့်မွေးနေ့အတွက် ဂုဏ်ပြုရေးသားလိုက်ပါတယ်။

■

The STRATEGY FIRST Times

Editor-in-Chief
Aung Chit Khin

Advisor
Dr. Sein Min

Editor-in-Charge
Thiha Than Naing

Senior Reporter/ Assistant Editor
Thiha Ko Ko
Naing Naing Zaw

Contributors
NCC Students

Layout & Design
War War Tun

Senior Business Manager
Aung Kyaw Htay
May Thet Hnin

Free Distribution

Price - Free
Circulation - 2500

Publisher
Aung Chit Khin
(Reg - 01221)

Printing House
U Aung Naing Tun
(Amimyay - 00199)

Address
No.8, Ground Floor,
Panchan Tower, Bargayar Road,
Myaynigone, San Chaung Township,
Yangon, Myanmar.

Ph: 09 - 26 141 7771
e-mail: info.sfj@gmail.com

The Strategy First Times is published by Strategy First Institute.

ဝ႐ု

Dr. Sein Min

Academic Director(Strategy First),
Ph.D, Passau University,Germany, B.Com,M.com(YIE), SDALT(Singapore)

STRATEGY FIRST INSTITUTE မှာ Academic Director (ပညာရပ်တာဝန်ခံ) အဖြစ် တာဝန်ယူထားတဲ့ ဆရာကြီးဒေါက်တာစိန်မင်းကို ၁၉၅၇ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၂၁ ရက်မှာ မြင်းခြံမြို့မှာမွေးဖွားခဲ့ပါတယ်။ ဆရာကြီးဟာ ၁၉၇၇ ခုနှစ်မှာ ရန်ကုန်စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်ကနေ B.Com ဘွဲ့ ၁၉၈၃ ခုနှစ်မှာ M.Com ဘွဲ့တို့ကိုရရှိခဲ့ပါတယ်။ ဂျာမနီနိုင်ငံကပေးအပ်တဲ့ DAAD(German Academic Exchange Service) ပညာသင်ဆုကိုရရှိခဲ့ပြီး ဂျာမနီနိုင်ငံ Passau တက္ကသိုလ်မှာ Ph.D ဘွဲ့ (Dr.rer.pol) ကို ၁၉၉၁ ခုနှစ်မှာ ရရှိခဲ့ပါတယ်။

ဆရာကြီးရဲ့အထူးပြုဘာသာရပ်မှာ မားကတ်တင်း ဖြစ်ပြီးတော့ ဆန်းသစ်တီထွင်ကုန်ပစ္စည်းများအတွက်ဈေးကွက်အတွင်းပျံ့နှံ့မှု(innovation diffusion)ကိုသချ်ာပုံစံနဲ့ကွန်ပျူတာသင်ထောက်ကူပစ္စည်းများနဲ့ လေ့လာခြင်းကို ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။ ယင်းနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့လည်း သုတေသန လုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်လျက်ရှိပါတယ်။

ဆရာကြီးဟာရန်ကုန်စီးပွားရေးတက္ကသိုလ် ဝါဏိဇ္ဇဗေဒဌာနနဲ့ စီမံခန့်ခွဲမှုပညာဌာနတွေမှာ ၁၉၇၈ ခုနှစ်ကနေ ၁၉၉၇ ခုနှစ်အထိ နည်းပြ၊ လက်ထောက်ကထိက၊ ကထိကအဖြစ်နဲ့ စီးပွားရေးပညာရပ်တွေကို သင်ကြားပေးခဲ့ပြီးတော့၊ ၁၉၉၇ ခုနှစ်က နေ ၂၀၀၁ ခုနှစ်အထိ ရန်ကုန်အဝေးသင်တက္ကသိုလ်စီးပွားရေးဌာနမှာတွဲဖက်ပါမောက္ခအဖြစ်နဲ့တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါတယ်။

ပြီးတဲ့နောက်မှာ ဆရာကြီးက ၂၀၀၁ ခုနှစ်နေ ၂၀၁၅ ခုနှစ်ဧပြီလအထိ စင်ကာပူနိုင်ငံမှ စီးပွားရေးသင်တန်းကျောင်းတွေဖြစ်တဲ့ Informatics၊ ERC နဲ့ MDIS Business School တို့မှာစီပွားရေးလုပ်ငန်းစီမံခန့်ခွဲမှု၊မားကတ်တင်း အထူးပြုဘာသာရပ်တွေအပြင် Marketing Management ၊Marketing Communications ၊ International Business Management ၊Cross-Cultural Management ၊ Organizational Design and Development၊ Entrepreneurship ၊ International Trade၊ Foreign Direct Investment ၊ Project Management စတဲ့ဘာသာရပ်တွေကိုသင်ကြားခဲ့ပါတယ်။

ဆရာကြီးအနေနဲ့ UK နိုင်ငံ နဲ့ Australia နိုင်ငံမှတက္ကသိုလ်တွေကချီးမြှင့်တဲ့ မဟာဘွဲ့များ (MBA/M.Sc)နဲ့ပထမဒီဂရီဘွဲ့များ (BBA/B.Sc/BA) ကိုလည်းသင်ကြားခဲ့ပြီး UK နိုင်ငံ University of Wales ကချီးမြှင့်တဲ့ စင်ကာပူနိုင်ငံ Informatics Academy ရဲ့ MBA programme မှာ programme leader အဖြစ် တာဝန်ယူခဲ့ပါတယ်။ ပညာရပ်ဆိုင်ရာသင်ကြားမှုတွေအပြင် မဟာအဆင့်ကျမ်းပြုစုရေးသားမှုတွေမှာလည်းကြီးကြပ်သူအဖြစ် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။

ဒါ့အပြင် သင်တန်းများမှာအသုံးပြုတဲ့ သင်ကြားမှုအထောက်အကူများ ပြုစုခြင်းများ၊ E-learning အစီအစဉ်များမှာလည်း facilitator အဖြစ်ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။

ဆရာကြီးဟာ နိုင်ငံတကာစီးပွားရေးနယ်ပယ်မှာ အတွေ့အကြုံ ရင့်ကျက်တဲ့ သူတစ်ယောက်ဖြစ်တဲ့အပြင် ပညာရပ်ဆိုင်ရာ သုတေသနစာတမ်းများကိုလည်း နိုင်ငံတကာ စီးပွားရေးဂျာနယ်များဖြစ်တဲ့ Management Development Journal of Singapore (MDJS), International Journal of Marketing Studies, Asian Journal of Business and Management နဲ့ International Review of Management and Business Research တို့မှာထုတ်ဝေခဲ့ပါတယ်။

၂၀၁၅ ခုနှစ် ဩဂုတ်လကစပြီးတော့ **STRATEGY FIRST INSTITUTE** မှာ Academic Director အဖြစ်စတင်တာဝန်ယူခဲ့ပြီး Consumer Behavior ၊ Strategic Marketing Management(CIM) ၊Marketing Management (ICM) စတဲ့ ဘာသာရပ်တွေကိုသင်ကြားပေးနေပြီးလက်ရှိမှာလည်းရန်ကုန်စီးပွားရေးတက္ကသိုလ် က MBA၊EMBA သင်တန်းများမှာ မားကတ်တင်းဘာသာရပ်များကို သင်ကြားပို့ချနေပါတယ်။

ဆရာကြီးဒေါက်တာစိန်မင်းဟာ ပညာရပ်ဆိုင်ရာသင်ကြားပို့ချမှုများအပြင် **STRATEGY FIRST INSTITUTE** ကထုတ်ဝေနေတဲ့ **STRATEGY FIRST Journal** မှာလည်း ပင်တိုင်ဆောင်းပါးရှင်တစ်ယောက်အနေနဲ့စီးပွားရေးနဲ့သက်ဆိုင်တဲ့ ဆောင်းပါးတွေကိုလည်း လစဉ်ရေးသားလျက်ရှိပါတယ်။ ■

The STRATEGY FIRST Times

ကြော်ငြာအရွယ်အစား	အတွင်းစာ	နောက်ကျောဖုံး
1/8 page H (9 in x 2 in)	-	50,000 ks
1/8 page V (4.3 in x 3.5 in)	25,000 ks	-
1/4 page H (9 in x 3.5 in)	50,000 ks	90,000 ks
1/4 page V (4.3 in x 6.5 in)	50,000 ks	90,000 ks
Half-page (9 in x 7 in)	100,000 ks	160,000 ks
Full-page (9 in x 15 in)	200,000 ks	-

The Strategy First Times ကို စောင်ရေ (၂၅၀၀) နှစ်ပတ်တစ်ကြိမ် ရိုက်နှိပ်ပြီး Strategy First Institute တွင် အခမဲ့ ဖြန့်ဝေသည်။ ကျောင်းသား/သူများ၏ ကြော်ငြာများကိုသာ လက်ခံပါသည်။ ပြင်ပကြော်ငြာများ လက်မခံပါ။ ကြော်ငြာအားလုံးကို ရောင်စုံ 4C ဖြင့် ရိုက်နှိပ်ပြီး ကြော်ငြာမျက်နှာ ကန့်သတ်ထားပါသည်။ Vacancy များအတွက် ၂၀% လျှော့ပေးပါမည်။ ကျောင်းသား/သူများ၏ လက်ထပ်မင်္ဂလာသတင်းများကို အခမဲ့ ဖော်ပြပေးပါသည်။ လူကြီးမင်း၏ ကြော်ငြာ လက်ခံ/လက်မခံကို အယ်ဒီတာအဖွဲ့မှ ဆုံးဖြတ်ပါမည်။ ကြော်ငြာအတွက် ကိုစောဟေသဆဲ (Student Services Manager) 09 250717166 - 67 - 68 ကို ကျေးဇူးပြု၍ ဆက်သွယ်ပေးပါ။

လစဉ်ထုတ် SFJ ကို ကြိုတင်မှာထားပြီး ကျောင်းမှာ ယူမယ်ဆိုရင် ၁၅၀၀ ကျပ်

ကျောင်းမှာ ရောင်းဈေး ၂၂၀၀ ကျပ်

ပြင်ပရောင်းဈေး ၂၅၀၀ ကျပ်
ရန်ကုန် အိမ်အရောက် ၂၅၀၀ ကျပ်

Hot-line: 09250717166 ~ 68

လစဉ်ထုတ် SFJ တွင်အောက်ပါ နှုန်းထားများဖြင့် ကြော်ငြာနိုင်ပါသည်။
ကျောင်းသား/သူများအတွက် အထူးလျှော့ဈေး - ၁၀%

ရှေ့အတွင်းဖုံးပြည့် (Art Paper) (7.5 in x 10 in)	450,000 ks
နောက်အတွင်းဖုံးပြည့် (Art Paper) (7.5 in x 10 in)	450,000 ks
ကျောဖုံးပြည့် (Art Paper) (7.5 in x 10 in)	700,000 ks
အတွင်းသား တမျက်နှာပြည့် (Woodfree) (7.5 in x 10 in)	320,000 ks
အတွင်းသား ၂ မျက်နှာတွဲ (Woodfree) (15 in x 10 in)	445,000 ks

ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့အပေါ် သူတို့အမြင်

ဒေါ်ဌေးဌေးမြင့်
B.Com (Hons),
M.Com (YIE)

ဆရာမတို့ငယ်ငယ်လေးကတည်းက ဗိုလ်ချုပ်ကဗျာကိုဆိုလာရတော့ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ကလုံးဝကိုမှတ်မှတ်ရရရှိနေတယ်။ ဆရာမတို့လည်း ၁၉၆၅ ခုနှစ်မှာမွေးလာတာဆိုပေမယ့် အဲဒီခေတ်ကတည်းက ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ပွဲကို ထူးထူးခြားခြားလုပ်ပေးခဲ့တာမတွေ့ကြုံခဲ့ဘူးပေ့ါ။ ကလေးများနေ့ဆိုပြီး သတ်မှတ်ပေးတာတော့သိတယ်။ မေးမိုန်ထားသလိုဆိုတော့ အခုခေတ်ကလေးတွေက အာဇာနည်ဆိုရင် အဆိုတော်ထင်နေကြတယ်။ အခုစာသင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွေမှာလည်း ဗိုလ်ချုပ်အကြောင်းတွေ မပါတော့ဘူးထင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း ကလေးတွေကဗိုလ်ချုပ်နဲ့ပတ်သက်ပြီးအနေဝေးသလိုဖြစ်နေတယ်။ ဗိုလ်ချုပ်ဆိုတာ မြန်မာတို့ရဲ့လွတ်လပ်ရေးဖခင်ဆိုတာ ကမ္ဘာကအသိအမှတ်ပြုထားတာဆိုတော့ သူ့အမှတ်ရစရာပွဲတွေလုပ်ပေးသင့်တယ်လို့ထင်ပါတယ်။

ကောင်းချစ်ဝိုင်း
(Strategy First Institute)

အရင်တုန်းကကျွန်တော်အပါအဝင် လူငယ်တော်တော်များများကဖေဖော်ဝါရီ ၁၃ ဟာဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ပါလောက်ပဲ သိခဲ့တာပါ။ အဲဒါနဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ ထူးထူးခြားခြားလုပ်ဆောင်ပေးတာမျိုးတွေနည်းခဲ့တာကြောင့်လည်းပါတယ်။ အခုဆိုရင် ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့စာပေဟောပြောပွဲတွေ လုပ်ကြသလို ဆိုရှယ်မီဒီယာမှာလည်း ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ဖော်ပြလာကြတယ်။အရင်ကထက်စာရင် ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ကို ပိုမိုအသိမှတ်ပြုအလေးထားလာကြတာကို တွေ့ရပါတယ်။

ဇင်ဆက်
(Strategic Marketing)

ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေကို ကျွန်တော့်အမြင်အရဆိုရင် အမေ့ခံထားရသလိုမြင်မိတယ်။ ဒီနေ့ခေတ်မှာတော့ ဗိုလ်ချုပ်သမီး ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်တို့တက်လာတော့ ဒီနှစ်မှာတော့ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ကို ပွဲကြီးကြီးလေးလုပ်ပေးမယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့လည်း ဗိုလ်ချုပ်ကိုဘယ်လိုပုံဖော်မလဲ။ နိုင်ငံခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်အနေနဲ့ ပုံဖော်မလား၊ သူ့အဖေတစ်ဦးအနေနဲ့ ပုံဖော်မလားပေ့ါ။ ဒီဘက်ခေတ်လူငယ်တွေကြားမှာတော့ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့မှာ ထူးထူးခြားခြားကြီး ဆောင်ရွက်တာမျိုးတွေတော့ သိပ်မတွေ့ရပါဘူး။ လူငယ်တစ်ယောက်အနေနဲ့ကျွန်တော်ကတော့ ဗိုလ်ချုပ်ပြတိုက်ကို သွားလေ့လာဖို့မှန်းထားပါတယ်။

ခိုင်ရီဖြိုး
(Business Management & Administration)

ဒီဘက်ခေတ်မှာ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ကို အရင်ထက်စာရင် နည်းနည်းလှုပ်ရှားမှုတွေရှိနေတယ်လို့ ထင်မိတယ်။ ကျောင်းတွေမှာ အထိမ်းအမှတ်ပွဲတွေလုပ်ကြသလို စာပေအသိုင်းအဝိုင်းမှာလည်း ဟောပြောပွဲတွေပြန်ပြီး ပေါ်လာတယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ တကယ်တော့ ဒီလိုပွဲလေးတွေကလူငယ်တွေအတွက် လုပ်ပေးသင်တာကြာပြီ။ လူငယ်တွေ ဗိုလ်ချုပ်လို့စိတ်မျိုးတွေ ကြိုးစားလိုစိတ်တွေဖြစ်အောင် တွန်းအားပေးနိုင်မှာပါ။ ဒီဘက်ခေတ်မှာ ကိုယ့်တိုင်းပြည်တိုးတက်ဖို့ ဗိုလ်ချုပ်လိုလူတွေများများပေါ်ဖို့ အထိန်းအမှတ်ပွဲတွေနဲ့ လူငယ်တွေကို ပြန်ပြီးနိုးထလာအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသင့်ပါတယ်။

သန်းဦး

(Own Business Management)

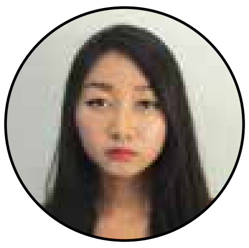
အစိုးရတွေအနေနဲ့ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့နဲ့ပတ်သက်ပြီးအမှတ်တရပွဲလမ်းသဘင်လေးတွေ လုပ်ပေးသင့်တယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့လွတ်လပ်ရေး ဗိသုကာကြီးဆိုတော့ သူ့ရဲ့ကျေးဇူးက နိုင်ငံသားတွေမှာရှိပါတယ်။ ဒ့ါကြောင့် သူ့မွေးနေမှာ သူ့ကို အမှတ်တရဖြစ်မယ့်အရာတွေကိုဆောင်ရွက်ပေးသင့်တယ်လို့ထင်ပါတယ်။ လူငယ်တွေဆိုရင်လည်း အမှတ်တရစာပေဟောပြောပွဲလေးတွေကျောင်းတွေမှာဆိုလည်း စာစီစာကုံးတို့၊ ကဗျာလေးတွေ ပြန်လည်ရွက်ကြတာမျိုးလေးတွေလုပ်ပြီး ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ကို အသိအမှတ်ပြုပေးကြစေချင်ပါတယ်။

ကေခိုင်စိုး
(Human Resources Management)

ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ကိုတော့ တစ်ခါမှမှတ်မှတ်ရရ လုပ်တာမျိုးတော့ မရှိခဲ့ဘူးပေ့ါ။ ဒါပေမဲ့ပေ့ါ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ကို ကျော်ပြီး ၁၄ ရက်နေ့မှာတော့ လူငယ်တွေပိုပြီးတက်ကြွနေတယ်လို့တော့ မြင်မိတယ်။ ဒါကတော့ လူငယ်တွေ ဆင်ခြင်သင့်တယ်လို့ထင်ပါတယ်။တစ်ဖက်ကကြည့်တော့လည်း ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ဆိုပြီး လူကြီးတွေက မှတ်မှတ်ရရ မလုပ်ပေးခဲ့ကြတော့လူငယ်တွေလည်း ဒီလိုမျိုးတွေဖြစ်ကုန်တယ်လို့ ထင်မိပါတယ်။ဒီနောက်ပိုင်းတော့အခြေနေတွေ နည်းနည်းပြောင်းလာတော့ ဗိုလ်ချုပ်အမှတ်ရစရာတွေ ပြန်ပြီး ပြုလုပ်လာကြမယ်လို့ မျှော်လင့်ပါတယ်။

ဒေါက်တာငြိမ်းချမ်းဝင်းမောင်
(Marketing Management)

လူငယ်တွေအနေနဲ့ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့မှာတော့ အမှတ်တရဖြစ်စရာလေးတွေ စုဖွဲ့ပြီးလုပ်လာရင်တော့ကောင်းမယ်ထင်တယ်။ ကျွန်တော်လည်းလာမယ့်ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့မှာအလုပ်ပိတ်ရက်တွေရရင်တော့ ဗိုလ်ချုပ်ပြတိုက်တွေ ဘာတွေ သွားလေ့လာဖို့ရှိတယ်။ ကျန်သူတွေလည်း သွားကြမယ်ထင်တယ်။ ဒီနေ့မှာ သူငယ်ချင်းတွေစုဖွဲ့ ပြီး အမှတ်ရစရာလေးတွေပြန်ပြီး လုပ်ပေးကြရင်တော့လူငယ်တွေဗိုလ်ချုပ်စိတ်ဓာတ်တွေ ပြန်ပြီး နိုးထလာမယ်လို့ ထင်ပါတယ်။



ကျော့ကေခိုင်
(English elementary)

အရင်ကျောင်းသူဘဝဖြစ်လို့ကျောင်းစာတွေနဲ့အချိန်ကုန်နေတာကြောင့်ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ကိုသတိမထားမိဘူး။ဒါပေမဲ့ တက္ကသိုလ်ကျောင်းသူဘဝရောက်တော့ ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ရောက်တိုင်းကျောင်းမှာ မုန့်ဟင်းခါး ချက်ကျွေးလို့ သတိထားမိလာတယ်။ ဒီနောက်ပိုင်း ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့ရောက်ရင် လူငယ်တွေစုပြီး ကောင်းမှုကုသိုလ်ပြုပေးတာကိုတွေ့လာရတယ်။ ဘယ်လောက်ပဲနှစ်တွေကြာကြာ တိုင်းပြည်လွတ်လပ်ရေးရအောင်ကြိုးပမ်းပေးခဲ့တဲ့အတွက် နောင်လာနောင်သူတွေ မမေ့သင့်ဘူးလို့ထင်တယ်။စာပေဟောပြောပွဲတွေပြတိုက်တွေကိုသွားလေ့လာသင့်တယ်လို့ထင်တယ်။ ကျွန်မလည်း ဒီနှစ်တော့ ဒီနှစ်ဗိုလ်ချုပ်မွေးနေ့မှာ သူငယ် ချင်းတွေစုပြီး ဗိုလ်ချုပ်ပြတိုက်ကို သွားဖို့စိတ်ကူးထားတယ်။ ဗိုလ်ချုပ်အတွက် ရည်မှန်းပြီးအလှူအတန်းပြုဖို့လည်းစိတ်ကူးထားပါတယ်။

The STRATEGY FIRST Times

တိုင်းရင်းသားသွေးစည်းညီညွတ်မှုကို ပြသတဲ့ ပြည်ထောင်စုနေ့

SFJ Team

ပြည်ထောင်စုနေ့ဟာမြန်မာ့လွတ်လပ်ရေးကြိုးပမ်းမှု သမိုင်းအစဉ်လာမှာ အရေးပါတဲ့နေ့တစ်နေ့အဖြစ် တည်ရှိခဲ့ပါတယ်။ ဖေဖော်ဝါရီ ၁၂ ရက်နေ့ကို နိုင်ငံတော်က ပြည်ထောင်စုနေ့အဖြစ်သတ်မှတ်ပြီး အစိုးရရုံးတွေ၊ ကျောင်းတွေကို ပိတ်ရက်အဖြစ် သတ်မှတ်ပေးထားပါတယ်။

မြန်မာနိုင်ငံကို နယ်ချဲ့ကျူးကျော်ပြီး အုပ်ချုပ်ခဲ့တဲ့ ဗြိတိသျှအစိုးရဟာ ပြည်မနဲ့ တိုင်းရင်းသားဒေသတွေကို ခွဲခြားအုပ်ချုပ်ပြီး တိုင်းရင်းသားအချင်းချင်း စည်းလုံးညီညွတ်မှုမရှိအောင် သွေးခွဲခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်မြေတည်းနေ တစ်ရေတည်းသောက်တိုင်းရင်းသားညီအစ်ကိုမောင်နှမတွေဟာ ဗြိတိသျှတို့ရဲ့ သွေးခွဲအုပ်ချုပ်မှုတွေကို အတူတကွ ပူးပေါင်းတွန်းလှန်ခဲ့ကြပါတယ်။

မြန်မာနိုင်ငံကို ဖက်စစ်ဂျပန်တို့လက်အောက်က လွတ်မြောက်အောင် တိုင်းရင်းသားတွေ အတူတကွ စည်းလုံးပူးပေါင်းပြီး တိုင်းရင်းသားပေါင်းစုံ သွေးစည်းညီညွတ်မှုနဲ့ မြန်မာ့မြေကနေ ဖက်စစ်တို့ကို တွန်းလှန်ခဲ့ပါတယ်။

မြန်မာနိုင်ငံရဲ့လွတ်လပ်ရေးဖခင်ကြီး ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းနဲ့ တိုင်းရင်းသားခေါင်းဆောင်ကြီးတွေရဲ့ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုတွေကြောင့် မြန်မာ့လွတ်လပ်ရေးမျှော်လင့်ချက်ရောင်နီသန်းလာခဲ့ပါတယ်။ နယ်ချဲ့ဗြိတိသျှတို့ကတော့မြန်မာ့မြေကို သူတို့လက်အောက်အရိပ်ကနေ လုံးဝမကင်းလွတ်စေချင်တဲ့အတွက် ပြည်မနဲ့ တောင်တန်းတိုင်းရင်းသားတွေကိုသွေးခွဲမယ့်အစီအစဉ်တွေကို ချမှတ်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။

မြန်မာပြည်လွတ်လပ်ရေးရဖို့အတွက် ပြည်မ၊ တောင်တန်းတိုင်းရင်းသားတွေသွေးစည်းညီညွတ်မှုနဲ့သာ အောင်မြင်နိုင်မယ်လို့ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းဦးဆောင်တဲ့ မြန်မာမျိုးချစ်ခေါင်းဆောင်တွေက ယုံကြည်ခဲ့ပါတယ်။

ရှမ်းပြည်နယ်ရှိ ပင်လုံမြို့မှာ ကျင်းပတဲ့ ရှမ်းစော်ဘွားညီလာခံမှာ မြန်မာပြည်လွတ်လပ်ရေးအတွက် ကြိုးပမ်းနေတဲ့ သခင်နုနဲ့ တိုင်းရင်းသားခေါင်းဆောင်တွေ တက်ရောက်ခဲ့ပြီး ဗြိတိသျှတို့ရဲ့ သွေးခွဲစကားတွေကို တိုင်းရင်းသားတို့ နားမယောင်ကြဖို့ ရှင်းလင်းပြောဆိုခဲ့ပါတယ်။

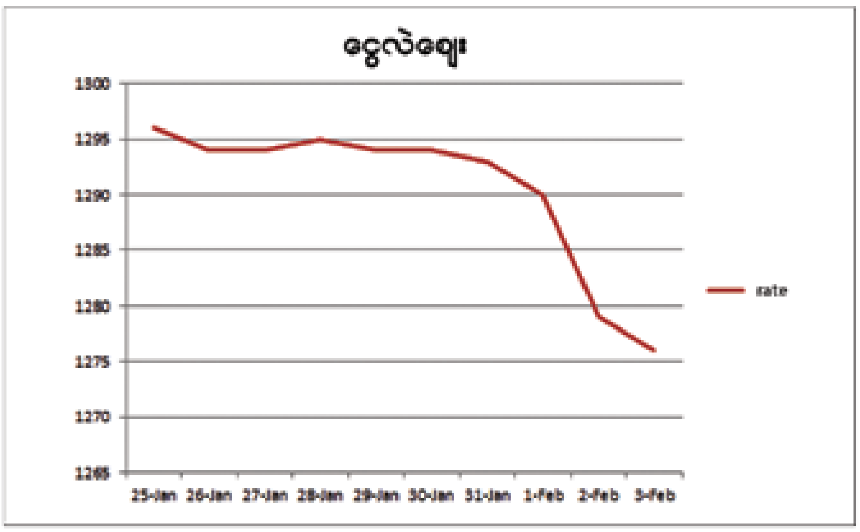
၁၉၄၇ ခုနှစ်မှာဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းခေါင်းဆောင်တဲ့ မြန်မာကိုယ်စားလှယ်အဖွဲ့ဟာ မြန်မာပြည်ကို လွတ်လပ်ရေးပေးဖို့အတွက် ဗြိတိန်သို့သွားရောက်အရေးဆိုခဲ့ကြရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဗြိတိသျှတို့ကတော့ ပြည်မကြီးကိုသာ လွတ်လပ်ရေးပေးပြီးတောင်တန်းဒေသတွေကို ဆက်လက်သိမ်းပိုက်ထားဖို့ကြံစည်နေခဲ့ပါတယ်။

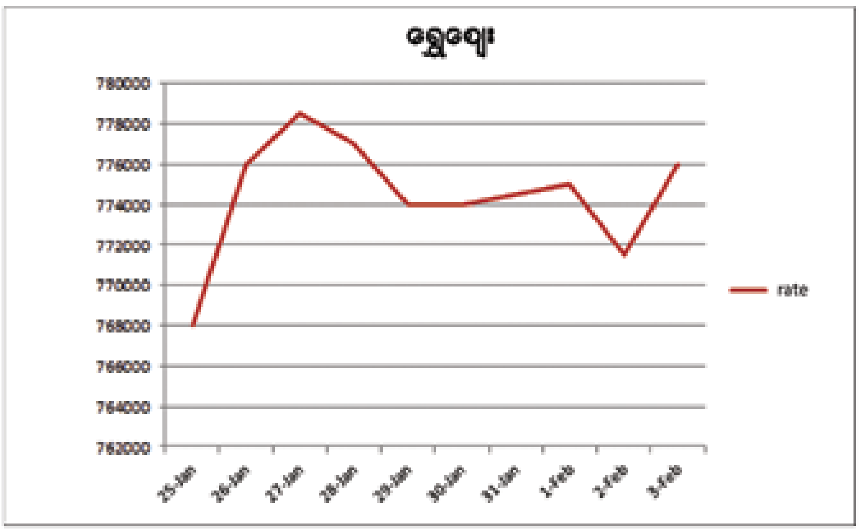
ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းတို့က ပြည်မကြီးနဲ့ တောင်တန်းဒေသတွေကိုမခွဲခြားဘဲမြန်မာပြည်တစ်ပြည်လုံးကိုလွတ်လပ်ရေးပေးဖို့တောင်းဆိုခဲ့ကြပြီးမြန်မာခေါင်းဆောင်တွေဟာတောင်တန်းဒေသတွေကို သွားရောက်ကာ တိုင်းရင်းသားစည်း လုံးညီညွတ်ရေးကို လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။

ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းနဲ့အဖွဲ့ဟာ ၁၉၄၇ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီ (၈) ရက်မှာ တိုင်းရင်းသား စည်းလုံးညီညွတ်ရေးအတွက် ရည်ရွယ်ကျင်းပတဲ့ ပင်လုံညီလာခံကို တက်ရောက်ခဲ့ပြီး ပြည်မနဲ့ တောင်တန်းဒေသတို့ သွေးစည်းရေးကို ဆွေးနွေးခဲ့ကြပါတယ်။

ဖေဖော်ဝါရီ ၁၂ ရက်နေ့မှာ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းနဲ့တောင်တန်းဒေသကိုယ်စားလှယ် ၂၁ ဦးတို့ဟာ တိုင်းရင်းသား သွေးစည်းညီညွတ်ရေးကို တည်ဆောက်ဖို့အတွက် တောင်တန်းဒေသတွေက ပြည်မကြီးနဲ့ အတူတကွ ပူးပေါင်းကြောင်းပြသတဲ့ ပင်လုံစာချုပ်မှာ လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ပါတယ်။

လွတ်လပ်ရေးရရှိဖို့အတွက် ပြည်မနဲ့ တိုင်းရင်းသားတွေ သွေးစည်းညီညွတ်ကြောင်း ပြသတဲ့ ပင်လုံစာချုပ် လက်မှတ်ရေးထိုးတဲ့နေ့ကို ပြည်ထောင်စုနေ့လို့သတ်မှတ်ခဲ့ပါတယ်။ မြန်မာတစ်ပြည်လုံးရှိ တိုင်းရင်းသားအပေါင်းရဲ့သွေးစည်းမှုကြောင့် ဗြိတိသျှတို့ဟာ မြန်မာတစ်ပြည်လုံးကို လွတ်လပ်ရေးပေးဖို့အတွက် သဘောတူခဲ့ရပါတယ်။ မြန်မာ့လွတ်လပ်ရေးအတွက် တိုင်းရင်းသားအပေါင်းရဲ့သွေးစည်းညီညွတ်မှုနဲ့ အုတ်မြစ်ချတည်ဆောက်ခဲ့တဲ့ ပြည်ထောင်စုနေ့ကို နောင်လာနောင်သားတိုင်းရင်းသားအပေါင်းတို့ မမေ့ဘဲ နှစ်စဉ်ပြည်ထောင်စုနေ့ကိုကျင်းပလျက်ရှိပါတယ်။ ■





The Revenant

SFJ Team

ဒီတစ်ပတ်မှာတော့ ၂၀၁၅ ခုနှစ်အတွက် Golden Globe ဆုသုံးဆု ရရှိထားပြီး အော်စကာဆု အများအပြားအတွက်လည်း လျာထားခြင်းခံထားရတဲ့ The Revenant ဇာတ်ကားနဲ့ မိတ်ဆက်ပေးလိုက်ရပါတယ်။ ဒီဇာတ်ကားမှာ တိုင်တန်းနစ်ဇာတ်ကားနဲ့ ကမ္ဘာကျော်မင်းသားဖြစ်လာတဲ့ Leonardo DiCaprio နဲ့ Tom Hardy တို့က အဓိက ပါဝင်သရုပ်ဆောင်ထားပါတယ်။ The Revenant ကားဟာ Adventure ဇာတ်ကား အမျိုးအစားဖြစ်ပြီး ရန်ကုန်ရုပ်ရှင်ရုံတွေမှာလည်း ရုံတင်ပြသခဲ့ပါတယ်။ Imdb.com က The Revenant ကို ၈ ဒသမ ၃ အထိ အမှတ်ပေးထားပါတယ်။

၁၈၂၃ ခုနှစ်မှာကပ္ပတိန် Andrew Henry ရဲ့အဖွဲ့ဟာ တိရစ္ဆာန်သားရေတွေ ရရှိဖို့အတွက် မြောက်ဘက်လူဝီးစီးယားနားနယ်မှာအမဲလိုက်နေကြပါတယ်။ Andrew Henry ရဲ့အဖွဲ့ထဲမှာ Glass (Leonardo DiCaprio) နဲ့ သူ့သား Hawk တစ်ယောက်လည်း ပါလာပါတယ်။ Hawk ဟာ အင်းဒီးယန်းအနွယ်စပ်ပါတယ်။

သူတို့အမဲလိုက်နေတဲ့အချိန်မှာပဲ ဒေသခံ အင်းဒီးယန်းတွေရဲ့ တိုက်ခိုက်မှုကို ခံလာရပါတယ်။ တိုက်ပွဲအတွင်းမှာ Henry ရဲ့အဖွဲ့သားတချို့သေဆုံးခဲ့ပြီး Henry ၊ Glass၊ Fitzgerald နဲ့ အဖွဲ့သားတချို့ဟာ လှေစီးပြီး လွတ်မြောက်လာခဲ့ပါတယ်။မြစ်ကြောင်းအတိုင်း ဆက်သွားမယ်ဆိုရင် အင်းဒီးယန်းတွေဟာ မကြာမီမှာ ခြေရာခံလိုက်လာနိုင်တဲ့အတွက် ကမ်းပေါ်တက်ပြီး ဆက်သွားဖို့ Glass က အကြံပေးပါတယ်။ ဒါကို Fitzgerald နဲ့ အဖွဲ့သားတချို့က ကန့်ကွက်ပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ ကပ္ပတိန် Henry က Glass ရဲ့ အကြံပေးချက်အတိုင်းကုန်းလမ်းကြောင်းကနေ အခြေစိုက်စခန်းကိုပြန်ဖို့ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။ အဖွဲ့သားတချို့ကတော့ လှေနဲ့သာ ဆက်လက်သွားခဲ့ကြပါတယ်။ Fitz-geraldကလှေနဲ့မလိုက်သွားဖြစ်ဘဲ ကျန်ခဲ့ပါတယ်။

သူတို့အဖွဲ့ဟာတောလမ်းကြောင်းအတိုင်း ခရီးဆက်လာခဲ့ကြပါတယ်။ တောထဲမှာ Glass တစ်ယောက် ဝက်ဝံကြီးတစ်ကောင်နဲ့ ရင်ဆိုင်တွေ့တိုက်ခိုက်ကြရင်း Glass ဟာ သေလုမျောပါးဒဏ်ရာတွေ ရရှိခဲ့ပါတယ်။ Glass ရဲ့ ဒဏ်ရာတွေ ပြင်းထန်လွန်းတဲ့အတွက် Fitzgerald က ထားပစ်ခဲ့ဖို့ပြောပေမယ့် Henry က Glass ကို သယ်သွားဖို့ လုပ်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လမ်းခရီးကကြမ်းတမ်းတဲ့အတွက် Glass ဆက်သယ်ဖို့ မဖြစ်နိုင်တော့တဲ့အတွက် ချန်ထားခဲ့ဖို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါတယ်။ Glass နဲ့အတူနေမယ်ဆိုရင် ကုမ္ပဏီက ဆုကြေးပေးမယ်လို့ Henry က ပြောတဲ့အတွက် Fitzgerald နဲ့ Will Poulter တို့က နေခဲ့ပါတယ်။

Henry နဲ့ အဖွဲ့သားတချို့က အခြေစိုက်စခန်းကို ပြန်ဖို့ ဆက်လက်သွားခဲ့ကြပြီး Glass နဲ့အတူ သူ့သား Hawk ၊ Fitzgerald နဲ့ Will Poulter တို့ ကျန်ခဲ့ပြီး ခရီးဆက်လာကြပါတယ်။ သူတို့ ခရီးဆက်လာကြရင်း တောထဲတစ်နေရာ အရောက် Will Poulter မရှိတဲ့အချိန်မှာ Fitzgerald က Glass ရဲ့သား Hawk ကိုသတ်မိသွားပါတယ်။ ဒီနောက်မှာတော့ Fitzgerald က Will Poulter ကိုအင်းဒီးယန်းတွေလိုက်လာနေပြီလို့ လိမ်ညာပြောဆိုပြီး ခေါ်ထုတ်သွားပါတယ်။ Glass ဟာ သားဖြစ်သူလည်း သေဆုံးသွားပြီး သူကိုယ်တိုင်လည်း သေလုမြောပါးဖြစ်နေတဲ့အချိန်မှာ ဘယ်လိုဆက်လက်အသက်ရှင်မလဲဆိုတာကို The Revenant ကားကို ကြည့်ရှုခံစားကြပါလို့ တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

Bill Gates : Operation system နဲ့ applications များ

ဝဋ္ဋ

၂၀၁၅ ခုနှစ် Forbes က ထုတ်ပြန်တဲ့ ကြွယ်ဝမှုစာရင်းအရဆိုရင် Mirosoft ကုမ္ပဏီကြီးရဲ့ပိုင်ရှင်ဖြစ်တဲ့ Bill Gates ဟာ ပိုင်ဆိုင်မှုပေါင်း ၇၉ ဒသမ ၂ ဘီလီယံနဲ့ ကမ္ဘာ့အချမ်းသာဆုံးသူ နေရာမှာရပ်တည်နေပြီးတော့ သူ့ရဲ့ချမ်းသာမှုတွေဟာ အမြဲတမ်းတိုးတက်နေပါတယ်။ Bill Gates ဟာ ၂၀၀၈ ခုနှစ်မှာ Microsoft ရဲ့ CEO ရာထူးကနေအနားယူခဲ့ပြီးတော့ သူရဲ့ပရဟိတလုပ်ငန်းဖောင်ဒေးရှင်း Bill & Melina Gates Foundation မှာ ဦးဆောင်လုပ်ကိုင် ခဲ့ပါတယ်။

၁၉၇၉ ခုနှစ်မှာအသက် ၂၃ နှစ် သာရှိသေးတဲ့ Bill Gates ဟာကမ္ဘာပေါ်မှာ နာမည်အကြီးဆုံးဆော့ဖ်ဝဲလ်ကုမ္ပဏီကြီးတွေထဲကတစ်ခုကို ဦးဆောင်နေပါပြီ။ Microsoft ဟာ အဲဒီအချိန်မှာ တစ်နှစ်ကို အမြတ်ငွေ ၂ ဒသမ ၅ သန်းလောက်ဝင်နေတဲ့ ကုမ္ပဏီတစ်ခုဖြစ်နေပြီး စိတ်အားထက်သန်ပြီး စည်းလုံးတဲ့လူတွေနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဝန်ထမ်းအများစုကတော့ အရမ်းစိတ်အားထက်သန်ပါတယ်။ တချို့တော့မပါဘူးပေါ့။

BBC နဲ့ပြုလုပ်တဲ့အင်တာဗျူးတစ်ခုမှာ Bill Gates က သူအရင်တုန်းကလုပ်ခဲ့တဲ့အရာတချို့ကို စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာပြောပြခဲ့ပါတယ်။ သူ့ဝန်ထမ်းတွေရဲ့ကားနံပါတ်တွေကိုအကုန်လုံးအလွတ်ရအောင်မှတ်သားခဲ့တယ်လို့ ပြောပါတယ်။ ဒီတော့မှ ဘယ်သူက ဘယ်အချိန်အလုပ်ကိုလာတယ်၊ ဘယ်အချိန်ပြန်တယ်ဆိုတာကို သူသိရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကားထွက်သွားတယ်ဆိုရင်လည်းကားနံပါတ်ကိုကြည့်ပြီးတော့ ဘယ်သူထွက်သွားတယ်ဆိုတာကိုသူသိနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ကုမ္ပဏီအတွက် ဘယ်သူက ပိုပြီးအာရုံစူးစိုက်သလဲ၊ ကြိုးစားလဲဆိုတာကို သိနိုင်တဲ့နည်းတစ်မျိုးလည်းဖြစ်တယ်လို့ သူကပြောပါတယ်။

ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်းတစ်ခုဒါမှမဟုတ်ကုမ္ပဏီတစ်ခု တည်ထောင်လုပ်ကိုင်ဖူးတဲ့ လူတိုင်းသိကြမှာပါ၊ စီးပွားရေးမှာ ကိုယ်က သူများတွေမသိသေးတဲ့ အခွင့်အလမ်းတစ်ခုလောက်မြင်လိုက်ပြီဆိုရင် ဒါကိုပဲ အောင်မြင်အောင် လုပ်ကိုင်ချင်ပါတော့တယ်။ တခြားအရာတွေကို စိတ်မဝင်စားတော့ပါဘူး။Bill Gates ဟာလည်းဒီလိုပါပဲ။

Microsoft ဟာမကြာခင်မှာပဲကွန်ပျူတာ Disk Operation System (DOS) ကိုတီထွင်နိုင်ခဲ့ပြီး Windows ရဲ့ပထမဆုံး version ကိုလည်းထုတ်လုပ်ခဲ့ကာ ဆော့ဖ်ဝဲလ်ပေါင်း ၁၄ သန်းလောက်ရောင်းချနိုင်ခဲ့ပါတယ်။

၁၉၇၉ ခုနှစ်မှာတုန်းက တစ်ကမ္ဘာလုံးအတွက်ရော စီးပွားရေးလောကအတွက်ပါ ထူးခြားဆန်းပြားတဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခု ထုတ်လုပ်နိုင်ဖို့ဆိုတာ တစ်ခါမှမရှိခဲ့ဘူးတဲ့ အခွင့်အရေးတစ်ရပ်ဖြစ်ပြီးတော့ နောက်ထပ်အခွင့်အရေးလည်း ထပ်မပေါ်လာခဲ့ပါဘူး။Bill Gates က အဲဒီအခွင့်အရေးကို အမိအရယူနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ Apple ကုမ္ပဏီကလည်း ၁၉၇၆ ခုနှစ်မှာ စတင်ခဲ့ပြီး IBM ကလည်း ၁၉၈၁ ခုနှစ်မှာမှ PC တွေကို စတင်ထုတ်လုပ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။

Microsoft စတင်လုပ်ဆောင်ခဲ့တဲ့ ဆော့ဖ်ဝဲလ်တွေအကြောင်းကိုပြောရမယ်ဆိုရင်၊ Android နဲ့ iPhone ထွက်ပေါ်လာတုန်းက mobile application ဈေးကွက်တွေ ထွက်ပေါ်လာတာနဲ့တူတယ်လို့ ပြောလို့ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ mobile market အတွက်ဆိုတာ နည်းပညာတွေအများကြီးရှိပြီးသားပါ။ နောက်တစ်နည်းပြောရမယ်ဆိုရင် မိုဘိုင်း ပစ္စည်းတွေဆိုတာ Microsoft စတင်တည်ထောင်ခဲ့တဲ့ operation system နဲ့ apps တွေကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာတာဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်က အလုပ်အတွက် အရမ်းကို ရူးသွပ်ပါတယ်။ စနေ၊ တနင်္ဂနွေတွေမှာလည်း အလုပ်လုပ်တယ်၊ အားလပ်ရက် ခရီးသွားတာမျိုးလည်းမရှိခဲ့ဘူး။ ကျွန်တော် စိတ်အားထက်သန်ပုံနဲ့ တခြားသူတွေ စိတ်အားထက်သန်ပုံကို လိုက်မယှဉ်ဖို့ သတိထားခဲ့ရတယ်။

Gates ဟာ သူ့လိုမျိုးပဲ တခြားလူတွေကို အလုပ်မှာစိတ်နစ်ထားစေချင်ခဲ့ပါတယ်။ ဆော့ဖ်ဝဲလ်လုပ်ငန်းအခွင့်အလမ်းသစ်ကို ဘယ်သူမှ မလုပ်သေးခင်အချိန်တိုအတွင်းမှာ လုပ်ခဲ့ရတာဖြစ်ပါတယ်။ အချိန်ဆွဲနေမယ်ဆိုရင် တခြားကုမ္ပဏီတွေက အခွင့်အရေးကိုအသုံးချသွားမှာဖြစ်တာကို Bill Gates ကသိနေခဲ့ပါတယ်။

Bill Gates က သူဟာ သူ့ဝန်ထမ်းတွေအပေါ်မှာတွန်းအားတွေပေးခဲ့ပေမယ့်ကိုယ်ချင်းမစာတာမျိုးတော့မရှိခဲ့ပါဘူးလို့ ပြောပါတယ်။ ဝန်ထမ်းတွေကို လိုက်စောင့်ကြည့်နေတာကတော့ ကြောင်တောင်တောင်နိုင်တယ်လို့ပြောပါတယ်။ (ကုမ္ပဏီကကြီးထွားလာတဲ့အခါမှာတော့ဒါမျိုးတွေမလုပ်တော့ပါဘူး)။ သူ့စိတ်ဓာတ်ကတော့ ရှင်းပါတယ်၊ သူ့လိုမျိုးပဲ တခြားလူတွေကိုဖြစ်စေချင်လို့ပါ။

နောက်ထပ် အနာဂတ်မှာ ဘယ်လုပ်ငန်းမျိုးက သင့်ကိုရူးသွပ်လောက်အောင်ဆွဲဆောင်နိုင်မလဲ၊ အရမ်းကောင်းမွန်ပြီးတော့ အောင်မြင်နိုင်မယ့်အခွင့်အရေးမျိုးကို သင်ဘယ်လိုရှာတွေ့နိုင်မလဲ။ ရှာတွေ့ပြီဆိုရင်တော့Bill Gates လိုပဲ အခွင့်အရေးကိုအမိအရ ဖမ်းကိုင်လိုက်ပါ။

■

YINMAR ONLINE STORE
No.222, MahaBandoola Garden Street, Yangon. Ph - 01-374971

www.amazon.com နှင့်အခြား သင်မှာယူလိုသော website များမှ USA ပစ္စည်းများကို ငှင်းဈေးရင်းအတိုင်း မှာယူနိုင်ပြီး
မြန်မာပြည်အရောက်တန်ဖိုးမှာ = [နောက်ဆုံးကျသင့်ငွေ + ကျသင့်ငွေ၏ 15% + ပစ္စည်းအလေးချိန်တစ်ပေါင် - 8,000 Kyats]
(အီလက်ထရွန်းနစ်ပစ္စည်းများအတွက် အပိုကြေး ပေးဆောင်ရမည်။)
ပစ္စည်းတန်ဖိုး၏ တစ်ဝက်ကို စရန်အဖြစ် ကြိုတင်ပေးသွင်းရပါမည်။
(အထူးအဖြစ် "Payments" မျိုးစုံကို 10% Charges ဖြင့်ဝန်ဆောင်မှုပေးပါမည်။)
ယင်းမာတေးသံသွင်းသို့ ကိုယ်တိုင်လာပြီး Websites များတွင် ရှာဖွေမှာယူပေးပါသည်။ မနက် - ၉နာရီမှ ညနေ - ၆နာရီအတွင်းဖွင့်သည်။
E-mail (chitkhinlim@gmail.com) (သို့) Text Messages (09-450086242,09-43202090, 09-422469977) ဖြင့် မှာလိုသောပစ္စည်းစာရင်းကို ပို့လာပါက ကျသင့်ငွေကို အခမဲ့တွက်ချက်ပြီး ပြန်ပို့ပေးပါမည်။

မှာယူနိုင်သော ပစ္စည်းများ - Books, Software, Clothing, Electronics, Music, Toys, Games, Cell Phones, Laptops, Tablets, Computers, Gift Cards, CDs, DVDs, Blu-rays, Musical Instruments, Hand Bags, watches, Electronics Accessories, Automotive Parts & Beauty Items

စုံစမ်းရန် - ယင်းမာတေးသံသွင်းအမှတ် ၂၂၂ မဟာဗန္ဓုလပန်းခြံလမ်း ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်းနံပါတ် - ၀၁ - ၃၇၄၉၇၁၊ ဦးချစ်ခင် - ၀၉ - ၄၅၀၀ ၈၆၂၄၂၊ ဦးရောကြီး - ၀၉ - ၄၃၂၀၂၀၉၀

ဤနေရာတွင်လည်း မှာယူနိုင်ပါသည် - Royal Express Services Ltd.
HQ : No.114, 1st Flr., 49th St., Pazundaung Township, Yangon.
Ph : 01-298909, 9010528, 9010529, 09-5110376
Email : info@royalx.net, mmo@royalx.net

Strategy First Institute

ICM *single subject diplomas in*

business & management

အချိန်ရှားပါးသော လုပ်ငန်းရှင်များ၊ မန်နေဂျာများ၊ အရာရှိများအတွက် နှစ်သက်ရာရွေးချယ်တက်ရောက်နိုင်သော (၆) လ သင်တန်းများ

March - September Term မတ်လ (၁၄) ရက် စမည်။

1 Marketing Management | Saturday - 6:00 pm to 8:30 pm
Sunday – 8:30 am to 11:30 am
2 Advertising | Monday - 6:00 pm to 8:30 pm
3 Public Relations | Friday - 6:00 pm to 8:30 pm
4 Strategic Management | TBC
5 Sales & Sales Management | Tuesday - 6:00 pm to 8:30 pm
6 Business Mgt & Administration | Sunday – 3:00 pm to 5:30 pm
7 Financial Management | Sunday - 10:30 am to 1:00 pm
8 HR Management | (Session-1) Monday - 6:00 pm to 8:30 pm
(Session-2) Sunday - 6:00 pm to 8:30 pm
9 Project Management| Thursday - 6:00 pm to 8:30 pm
10 Logistics & Supply Chain Mgt | Tuesday - 6:00 pm to 8:30 pm
11 Management of Travel & Tourism Operations | Sunday - 3:00 pm to 5:30 pm
12 Marketing Research | Saturday - 6:00 pm to 8:30 pm
13 Quantitative Methods for Managers | Thursday - 6:00 pm to 8:30 pm
14 Maritime Operations | Wednesday - 6:00 pm to 8:30 pm
15 Int'l Business Communications | Sunday - 1:00 pm to 3:30 pm

**Single Module Fees: 395,000 kyats
for each module,
Marketing Mgt : 420,000 kyats
ICM Registration Fees - 45 USD per year,
Exam Fees: 60 USD per module**

အတန်းသစ်များ မတ်လ (၁၄)ရက်တွင် စတင်ပြီး ၂၀၁၆ ဩဂုတ်လတွင် ပြီးဆုံးပါမည်။ မိမိအတွက် လိုအပ်သော ဘာသာရပ်တစ်ခုချင်းစီကို ရွေးချယ်တက်ရောက်နိုင်ပြီး Institute of Commercial Management (ICM, UK) မှ တိုက်ရိုက်စစ်ဆေးသောစာမေးပွဲကို ဖြေဆိုအောင်မြင်ပါက Single Subject Diploma များရရှိပါမည်။

သတိပြုရန် - ဆေးလိပ်၊ အရက်၊ ဘီယာလုပ်ငန်းများ၊ အချို့ MLM
လုပ်ငန်းများနှင့်ငွေတို့၏ ဝန်ထမ်းများကို ဝန်ဆောင်မှုမပေးပါ။

#8,Ground Floor, Panchan Tower, Myaynigone, Sanchaung Tsp, Yangon

CALL NOW: (09) 250 7171 66 ~ 68

သင့်ရဲ့ Business Plan မှားယွင်းစေတဲ့ အချက်ငါးချက်နဲ့ ပြုပြင်ပြောင်းလဲနိုင်မယ့်အချက်များ

ဝဏ

ဒီဆောင်းပါးကို သင့်ရဲ့ကုမ္ပဏီအတွက် လမ်းပြမြေပုံ ဒါမှမဟုတ် အသေးစိတ် အစီအစဉ်တစ်ခုအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။ စီးပွားရေးနည်းဗျူဟာ ရေးဆွဲဖို့အတွက် စီမံအုပ်ချုပ်မှုအဖွဲ့ကို တင်ပြတာပဲဖြစ်ဖြစ် ငွေကြေးပိုင်းအတွက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံသူတွေကို တင်ပြတာ ပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီဆောင်းပါးမှာပါတဲ့ business plan က သင့်လုပ်ငန်းရဲ့ အနာဂတ်ဆုံးဖြတ်ချက်တွေအတွက် အခြေခံကောင်းတွေကို ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

သင့်ရဲ့business plan ကညံ့ကောင်းညံ့ပါလိမ့်မယ်။ ရည်မှန်းချက်တွေ ပြည့်မီခြင်းမရှိတာမျိုးနဲ့ တင်ပြတဲ့အခါမှာ တစ်ဖက်လူကနားလည်မှု လွဲမှားသွားတာမျိုးနဲ့ အဆုံးသတ်သွားနိုင်ပါတယ်။

အောက်ပါ အချက်တွေကတော့ သင့် business plan မအောင်မြင်ရခြင်းရဲ့အဓိကအကြောင်းရင်း ငါးချက်နဲ့ ယင်းအတားအဆီးတွေကိုဘယ်လိုကျော်ဖြတ်ရမလဲဆိုတာတွေကို ဖော်ပြထားပါတယ်။

၁။ ကိုယ် ဘယ်သူတွေကို ပြမှာလဲဆိုတာကို ရည်ရွယ်ပြီး business plan မရေးဆွဲတာ

Business plan တစ်ခုကိုလူတွေအားလုံးအတွက်ရည်ရွယ် ပြီးရေးဆွဲလို့မရပါဘူး။

ယင်းက ဘယ်လိုအုပ်စုမျိုးကိုမှ ကျေနပ်စေလိမ့်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ Business plan တွေကို ကိုယ်တင်ပြချင်တဲ့ အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့အတွက် အထူးရည်ရွယ်ပြီးရေးသားထားဖို့လိုပါလိမ့်မယ်။ အဲဒါမှ သူတို့ရဲ့စိုးရိမ်မှုတွေနဲ့ မေးခွန်းတွေကိုဖြေရှင်းနိုင်မှာပါ။

လုပ်ဆောင်ရမည့်အချက် – သင့်business plan ဟာ ဘယ်သူ့အတွက် ရေးသားနေတာဆိုတဲ့အချက်ကိုအစပိုင်းမှာကတည်းကရှင်းလင်းအောင်လုပ်ထားပါ။ ပြီးရင်တော့ သူတို့ဘက်ကလိုချင်တဲ့အချက်တွေ အပေါ်မူတည်ပြီး အစီအစဉ်တစ်ခုကို တည်ဆောက်ပါ။

၂။ သင့်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအကြောင်းတွေကို business plan ထဲမှာအများကြီး ထည့်ရေးထားတာ

ဘယ်သူကမှ သင့်လုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ သင့်လောက် ကောင်းကောင်းမသိပါဘူး။ သင်ဟာ တစ်ခါတစ်ရံမှာ သင့်ရဲ့plan ကို ဖတ်ရှုမယ့်သူတွေအတွက် plan ရဲ့ အကျိုးရှိစေမယ့် အရာတွေထက် သင်တတ်တာတွေကိုရေးသားထားမယ်ဆိုရင် မကောင်းပါဘူး။

ဒါကတော့ ဖတ်ရှုမယ့်သူတွေကို အာရုံပျက်သွားစေနိုင်မယ့် နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်တဲ့ အပြင် သင့် business plan ရဲ့အရေးပါဆုံး စီးပွားရေးအချက်အလက်တွေရဲ့ တန်ဖိုးကို ကျဆင်းသွားစေပါလိမ့်မယ်။

လုပ်ဆောင်ရမည့်အချက်-အဓိကလိုအပ်တဲ့အချက်တွေလောက်ပဲရေးသားထားပါ။ သင်ဟာ ဘယ်သူတွေအတွက် business plan ကို ရေးသားနေသလဲအပေါ်မှာ မူတည်ပြီးတော့ ဘာတွေထည့်ရေးမယ်ဆိုတာ စဉ်းစားဆုံးဖြတ်နိုင်ပါတယ်။ တကယ်လို့ သင့်ရဲ့plan က သင့်အဖွဲ့အတွက် ရေးဆွဲမယ်ဆိုရင် ဥပမာအနေနဲ့ လုပ်ငန်းလည်ပတ်ပုံတွေအကြောင်းအသေးစိတ် အချက်အလက်တွေကို ထည့်သွင်းဖို့လိုချင်မှလိုပါလိမ့်မယ်။

၃။ သင့်ရဲ့ဈေးကွက်နဲ့ ပတ်သက်လို့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ပြောဆိုနိုင်ခြင်းမရှိခြင်း

များစွာသော လုပ်ငန်းရှင်တွေဟာ ဈေးကွက်ပိုင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ အင်တာနက်ကနေရနိုင်တဲ့ အကြမ်းဖျင်း အချက်အလက်တွေကို ပဲ အလွယ်တကူ ယူသုံးတတ်ကြပါတယ်။ ဒီအချက်က စိတ်ပျက်စရာအကောင်းဆုံး အချက်လို့ယူဆပါတယ်။

ကိုယ့်လုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ဈေးကွက်တွေကို စနစ်တကျလေ့လာပြီး အခြေခံရေးဆွဲထားတဲ့ business plan တစ်ခုဟာ တခြားဟာတွေနဲ့မတူဘဲ ထူးခြားနေမှာဖြစ်ပါတယ်။

လုပ်ဆောင်ရမည့်အချက် – ဘယ်အရာနဲ့ ဘယ်သူနဲ့သက်ဆိုင်သလဲဆိုတာကိုအတိအကျ ရေးသားသတ်မှတ်ဖို့အတွက် သင့်ဈေးကွက်ပုံစံကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပါ။ ဥပမာအနေနဲ့ နည်းပညာနဲ့ ဆော့ဝဲလ်ပိုင်းမှာဆိုရင် သင့်ကုမ္ပဏီဟာ များပြားတဲ့ဆော့ဝဲလ် ဈေးကွက်တစ်ခုလုံးကို ကိုးကားရေးသားတာကလည်း သင့်အတွက် အသုံးဝင်မှာမဟုတ်ပါဘူး။ သင့်ရဲ့ထုတ်ကုန်တွေကို အမှန်တကယ် သုံးသူတွေ ဘယ်နေရာမှာရှိလဲဆိုတာကို စဉ်းစားကြည့်ပါ၊ အဲဒီဈေးကွက်ရဲ့ အချက်အလက်တွေကို သေချာရှင်းပြပါ။

၄။ သင့်ရဲ့ဘဏ္ဍာရေးအချက်အလက်တွေကို ရှင်းလင်းစွာတင်ပြနိုင်မှုမရှိခြင်း

လုပ်ငန်းရှင်အများစုကတော့ သူတို့ရဲ့ business plan တွေမှာ ဘဏ္ဍာရေးကိစ္စနဲ့ ပတ်သက်လို့ သေချာစွာရေးသားမှု မရှိကြတာကို တွေ့ရပါတယ်။ ဒါကလည်း ဘဏ္ဍာရေးပိုင်းမှာ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်မှုမရှိတာတွေကြောင့်လည်းဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒါက အဲဒီလောက်ကြီးထိ မခက်ခဲပါဘူး။

လုပ်ဆောင်ရမည့်အချက် – သင့်ရဲ့လုပ်ငန်း ဘဏ္ဍာရေးပိုင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ အကြမ်းဖျင်းခန့်မှန်းချက်တွေကိုသေချာရှင်းပြပါ။ ဥပမာအနေနဲ့ သင်ဟာတကယ်လို့လုပ်ငန်းမှာစုစုပေါင်းရောင်းအားတိုးတက်မှု ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းနဲ့ အသားတင်အမြတ်ငွေ ၆၀ ရာခိုင်နှုန်းရှိတယ်လို့ သင်ထင်မြင်ယူဆတယ်ဆိုရင် ဒီယူဆချက်က ဘယ်ဟာပေါ်မှာအခြေခံပြီးယူဆတာလဲ။ သင်ဘဏ္ဍာရေးကဏ္ဍနဲ့ပတ်သက်လို့သင်ပြောဆိုတဲ့အခါမှာအရိုးရှင်းဆုံးဖြစ်အောင် ပြောပါ။ ဒီနည်းက ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ အသုံးအနှုန်းတွေနဲ့ဖော်ပြတာထက် ပိုအသုံးဝင်ပါလိမ့်မယ်။

၅။ ရေရှည်မှာ ဘာဆက်လုပ်မလဲဆိုတာကို သင်ရှင်းမပြဘူး။

Business Plan အများစုကိုတင်ပြတဲ့အခါမှာ ပြီးစီးဖို့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ အစီအစဉ်တွေကို အမြန်ပြောပြသွားတာမျိုး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ သူတို့တွေ အနေနဲ့ ရေရှည်မှာ ဘာဆက်လုပ်မလဲဆိုတာကို ရှင်းမပြပါဘူး။ ရေတိုနဲ့ရေရှည်ကာလမှာ သင့်လုပ်ငန်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ သင်ဘာတွေမျှော်လင့်ထားလဲဆိုတာကိုပါ ကောက်ချက်ချထားဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒီလိုမျိုးမလုပ်ရင်တော့ ဘယ်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းမှ အောင်မြင်မှာမဟုတ်ပါဘူး။

လုပ်ဆောင်ရမည့်အချက် – business plan နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ သင်လုပ်စေချင်တဲ့ အရာတွေကို တင်ပြဖို့အတွက် သင်ရေးသားထားတဲ့ အစီအစဉ်ထဲကနေ အဓိကကျတဲ့ အချက်တွေကိုထုတ်နုတ်ရေးသားပါ။ သင်အတူလုပ်ဆောင်ဖို့ရည်ရွယ်ထားတာက သင့်အလုပ်အဖွဲ့ဖြစ်တယ်ဆိုရင်တော့ သင်ဟာ သူတို့နဲ့ဆွေးနွေးနိုင်တဲ့စီးပွားရေးဗျူဟာတစ်ခုနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အယူအဆတစ်ခုကို သင်တင်ပြချင်ပါလိမ့်မယ်။ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံသူလုပ်ငန်းရှင်တစ်ယောက်ကိုတင်ပြမယ့် plan ဆိုရင်တော့ ငွေကြေးပိုင်းလိုအပ်ချက်တွေ၊ ခရီးမှတ်တိုင်တွေနဲ့ ပတ်သက်လို့ သေသေချာချာ ရှင်းလင်းအောင်လုပ်ဆောင်ပါ။

နောက်ဆုံးအနေနဲ့ business plan ဟာဆိုရင် ဘယ်တော့မှာ ပုံသေ ရှိမှာမဟုတ်ပါဘူး။ လုပ်ငန်းတိုးတက်ကြီးထွားလာနဲ့ ဈေးကွက်ထဲမှာ သင့်အတွက်ခြိမ်းခြောက်မှုတွေ၊ အခွင့်အလမ်းတွေကို စိန်ခေါ်တုံ့ပြန်နေရသမျှကာလပတ်လုံး plan က ဆက်လက်ပြောင်းလဲနေပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့လည်း အထက်ပါအချက်တွေကိုစွဲစွဲမြဲမြဲလိုက်လံလုပ်ဆောင်တာက သင့်အစီအစဉ်ကို ခိုင်မာတဲ့အခြေခံတွေနဲ့အတူ တည်ဆောက်နိုင်မှာဖြစ်လို့ သင့်ရဲ့ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်မှုအပိုင်းကိုလည်း ကောင်းကောင်းလုပ်ဆောင်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

■

Basic Excel Tutorial 1.1

ကိုလင်းထူးအောင် (Global Link Technology)

မင်္ဂလာပါ။ ကျွန်တော်တို့ Global Link Technology မှ ယခင် excel article များကို **STRATEGY FIRST Times** တွင် ဖော်ပြခဲ့ပြီး ယခုအကြိမ်မှစကာ **STRATEGY FIRST Times** ဖတ်ရှုသော ပရိတ်သတ်များနဲ့ Strategy First Institute တွင် တက်ရောက်နေသော သင်တန်းသားများ အဆင်ပြေစေရန်နဲ့ စနစ်တကျ အသုံးပြုနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ပြီး excel training ကို basic မှစကာ advanced level ထိ series အလိုက်အသေးစိတ်ဖော်ပြသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

ပထမဆုံး chapter (1) အနေဖြင့် excel 2013 user interface ကို ရှင်းလင်းတင်ပြသွားပါမယ်။ Excel user အများစုဟာ microsoft excel မှာရှိတဲ့ ကိုယ်အသုံးပြုမယ့် button တွေရဲ့နေရာကို အလွတ်ကျက်ထားခြင်း (သို့) အသုံးလိုမှ လိုက်ရှာခြင်းမျိုး ဖြစ်လေ့ရှိပါတယ်။ Excel user interface မှာ front view နဲ့ back stage view ဆိုပြီး နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ အခု article (1.1) မှာ font view ရဲ့ တစ်ပိုင်းကိုသာ ရှင်းပြသွားပါမယ်။

Title Bar - excel user interface ရဲ့ အပေါ်ဆုံးတွင်ရှိသော bar ကို title bar လို့ ခေါ်ပါတယ်။ Title bar ရဲ့အလုပ်ကလက်ရှိအသုံးပြုနေတဲ့ workbook ရဲ့အမည်ကို ဖော်ပြပေးပါတယ်။ ယခု book 1-excel လို့ ဖော်ပြနေပါလိမ့်မယ်။ Book 1 ဆိုတာဟာ workbook အသစ်ယူတိုင်းပြပေးတဲ့အမည်ဖြစ်ပြီး excel ဆိုတာက microsoft office application ထဲမှ excel application ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြပေးခြင်းဖြစ်တယ်။ ကိုယ်ကတခြားအမည် (ဥပမာ – A1) လို့ ပြောင်း save လိုက်ရင် A1-excel လို့ ဖော်ပြပေးပါလိမ့်မယ်။

Quick access toolbar -QAT ကို title bar ရဲ့ဘယ်ဘက်အခြမ်းမှာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ ထပ်ခါထပ်ခါ အသုံးပြုလိုတဲ့ button တွေကို bar တစ်ခုအနေနဲ့ စုထားနိုင်တဲ့ အလုပ်ကို လုပ်ပါတယ်။

Ribbon - excel ribbon ကိုအစိမ်းရောင်ဘောင်ခတ်ပြီး တွေ့မြင်နိုင်ပါမယ်။ Excel ribbon ကို tab တွေနဲ့ တည်ဆောက်ထားခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ Tab တွေကို နှိပ်ကြည့်တဲ့အခါမှာ group များနဲ့ တည်ဆောက်ထားတာကို တွေ့နိုင်ပါတယ်။ (Group တွေရဲ့အမည်ကို အစိမ်းရောင် ဘောင်ခတ်ပြထားပါတယ်။) Group ထဲမှာ button ပေါင်း မြောက်မြားစွာနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတာတွေနိုင်ပါမယ်။ Ribbon တွေရဲ့ထူးခြားချက်တစ်ခုက အလုပ်လုပ်ရာမှာ လွယ်ကူအောင် ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ – home tab ဆိုပါတော့၊ Home tab လို့ အမည်ပေးထားသောခြင်းမှာ အိမ်မှာသုံးလို့ရတဲ့ အခြေခံ tools တွေ၊ အမြဲအသုံးပြုနေကျဖြစ်တဲ့ tools တွေကို ထားတဲ့နေရာလို့ သတ်မှတ်ပြီး home tab လို့ အမည်တပ်ထားတာဖြစ်တယ်။ Home tab ထဲမှာပါဝင်တဲ့ group တွေမှာ ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ button တွေဟာလည်း excel သုံးရင် အမြဲ ထပ်ခါထပ်ခါသုံးတဲ့ သက်ဆိုင်ရာ button တွေရှိနေတာ တွေ့ရပါမယ်။ အခြား tabs တွေရဲ့ အမည်များကိုလည်း အထက်ပါနည်းအတိုင်း သက်ဆိုင်ရာအလိုက် အမည်တပ်ထားတာကို တွေ့နိုင်ပါမယ်။ Insert tab တွေထဲမှာဆိုရင်ကိုယ့် data sheet တွေထဲထည့်ချင်တဲ့ table တွေ၊ charts တွေ၊ formula tab မှာဆိုရင်လည်း excel formula နဲ့သက်ဆိုင်တဲ့ buttons တွေကို သက်ဆိုင်ရာအလိုက် ထည့်ထားတာတွေနိုင်ပါမယ်။ ကျန်ရှိတဲ့အပိုင်းများကို နောက်ပိုင်းတွင် ဆက်လက်ဖော်ပြပေးသွားပါမယ်။ ■

cuf , jywf , f

ဒီတစ်ပတ်မှာတော့ လာမယ့် Valentine Day မှာ ကိုယ်ချစ်တဲ့သူတွေကို ကိုယ်တိုင်လုပ်ထားတဲ့ ကိတ်မုန့်လေးနဲ့ surprise လက်ဆောင်လေးပေးလို့ရအောင်လို့ ကိတ်မုန့်ဖုတ်စရာမလိုဘဲ ရေခဲသေတ္တာထဲအအေးခံရုံနဲ့ လုပ်လို့ရတဲ့ strawberry white chocolate cake လုပ်နည်းလေးကို ဖော်ပြပေးလိုက်ပါတယ်။

- Cake လုပ်ဖို့ လိုအပ်တာတွေကတော့
- စတော်ဘယ်ရီအလုံးကြီး (၁၅) လုံး
- သကြား (၅၀) ဂရမ်
- Cake Gelatin (၃) ဇွန်း
- White Chocolate (၂၀၀) ဂရမ်
- Whipped Cream (၄၅၀) ဂရမ်
- ဘီစကစ် (digestive biscuit) ၁၅ ချပ်
- ထောပတ် ၆ ဇွန်း
- 8-inch cake pan

ပထမဦးစွာ စတော်ဘယ်ရီသီးတွေကို ရေစင်အောင်ဆေးပြီးအလယ်အတိုင်းထုတ်ကာ ပါးပါးလှီးထားပါ။ ထို့နောက် သကြား ထမင်းစားဇွန်း (၂) ဇွန်းထည့်ပြီး ရေအနည်းငယ်ထည့်ကာ စတော်ဘယ်ရီများနဲ့ရောနှောပြီး သကြားအရည်ပျော်တဲ့အထိ ကျိုပေးပါ။ သကြားလည်း အရည်ပျော် စတော်ဘယ်ရီသီးတွေလည်း ပျော့တဲ့အခါ မီးဖိုပေါ်မှာ ချလိုက်ပါ။ အဲဒီနောက် စတော်ဘယ်ရီသီးတွေ ကျေသွားတဲ့အထိ ချေပေးပါ။ ဇကာချကာ အနှစ်ဖြစ်အောင် တိုက်ပေးရပါမယ်။ Gelatin (၁) ဇွန်းကိုရေနွေးနဲ့ရောကာ အမှုန့် ပျော်သွားသည်အထိ မွှေပေးပါ။ စတော်ဘယ်ရီအနှစ်ထဲကို gelatin အရည်လောင်းထည့်ကာ မွှေထားပေးပါ။

ကိတ်မုန့်ရဲ့ အောက်ခြေအဖြစ် ဘီစကစ်များကို အမှုန့်ဖြစ်အောင်ကြိတ်ကာ ထောပတ်အရည်နဲ့ ရောနှောပေးပါ။ ကိတ်လုပ်မယ့် ခွက်ဟာဘေးဘက်က ဖွင့်လို့ရမယ့်ခွက်ဖြစ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ (လမ်းမတော် (၁၀) လမ်းရှိ perfect မုန့်လုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းရောင်းဆိုင်မှာရှိပါတယ်။) ကိတ်လုပ်မယ့်ခွက်ကို ထောပတ်အနည်းငယ်သုတ်ကာစေးကပ်နေတဲ့ ဘီစကစ်မှုန့်အရောကို သေချာစွာဖိထည့်ပေးပါ။ ပြီးနောက်ရေခဲသေတ္တာထဲ မိနစ် (၂၀) ခန့်ထားပေးထားပါ။

White chocolate အတုံးများကို whipped cream (150 g) ဖြင့်ရောကာ အပူပေးပြီး ချောကလက်တုံးများပျော်တဲ့အထိ ကျိုပေးပါ။ အဲဒီနောက် gelatin တစ်ဇွန်းကို ရေနွေးဖြင့် အရည်ပျော်ပြီး white chocolate အရည်ထဲရောမွှေကာ အခန်းအပူချိန်နဲ့ အအေးခံပါ။ Whipping cream (250g) ကို cream type ဖြင့်အောင် မွှေစက်ဖြင့်မွှေပြီး cream ထဲကို white chocolate အရောကိုရောထည့်ပါ။ ပြီးရင် white chocolate အနှစ်ကို စောစောကအအေးခံထားတဲ့ကိတ်အောက်ခံပေါ်သို့ ဖြည်းဖြည်းလောင်းထည့်ကာ မျက်နှာပြင် ညီပေးပါ။ ပြီးနောက် ရေခဲသေတ္တာ အအေးခန်းထဲတွင် မိနစ် (၂၀) ခန့်ထားပေးပါ။

arouf£

နောက်ထပ် whipping cream (200 g) ကို cream type ဖြစ်အောင် ထပ်မွှေပြီး ပထမဆုံးပြုလုပ်ထားတဲ့ စတော်ဘယ်ရီအနှစ်နဲ့ ရောမွှေပါ။ အဲဒီအရောကိုလည်း ခုနက ခဲထားတဲ့ white chocolate ပေါ်ကို ဖြည်းဖြည်းလောင်းထည့် ကာ မျက်နှာပြင်ညီပေးပါ။

အဲဒီနောက် ရေခဲသေတ္တာ (chiller) ထဲမှာ (၄) နာရီကြာအေးခဲထားပေးပါ။

ညဖက်မှာ လုပ်ထားပြီး တစ်ညတာ ရေခဲသေတ္တာထဲမှာထားလိုက်ရင်တော့ကောင်းမွန်ပြီး အရသာရှိတဲ့ strawberry white chocolate cake ကိုရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကိတ်မုန့်ထုတ်တဲ့အခါ ဘေးကို ရေနွေးစိမ်ကာ ဘေးနားကို အရင်ခွာထုတ်ပေးရပါမယ်။ Mousse cake ဖြစ်တဲ့အတွက်အပြင်မှာအကြာကြီးထားရင်ခဏလေးနဲ့ အရည်ပျော်နိုင်ပါတယ်။

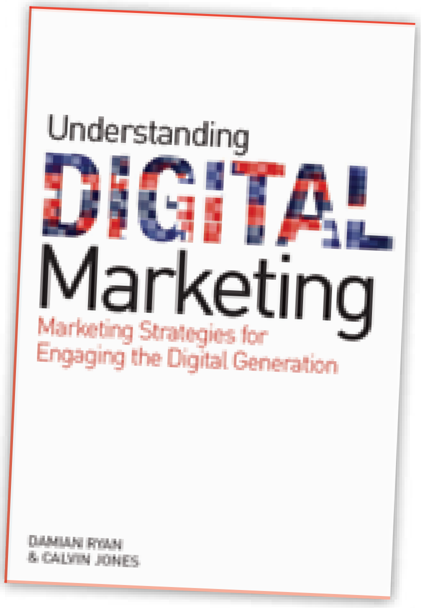
အားလုံးပဲ ပျော်ရွှင်ဖွယ် ချစ်သူများနေ့ကို ကိုယ်တိုင်လုပ်ထားတဲ့ ကိတ်မုန့်လေးစားရင်း ဖြတ်သန်းနိုင်ကြပါစေ။

Understanding Digital Marketing

x|aZmf0

မင်္ဂလာပါ Strategy First စာဖတ်ပရိသတ်များခင်ဗျာ ယနေ့ခေတ်နည်းပညာတိုးတက်လာတာနဲ့အမျှ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ အင်တာနက်အသုံးပြုသူဦးရေဟာလည်း တစ်စတစ်စ တိုးတက်လာနေပါတယ်။ ယခုလိုတိုးတက်လာနေတဲ့ နည်းပညာခေတ်ကြီးမှာ Digital စက်ကိရိယာပစ္စည်းအသုံးပြုသူများလည်း အချိန်နဲ့အမျှ များပြားလာတာကြောင့် မိမိတို့ကုန်ပစ္စည်းတွေကို သုံးစွဲသူများပိုမိုသိရှိလာနိုင်ဖို့အတွက် Digital Marketing ပညာရပ်ဟာ မရှိမဖြစ်လိုအပ်လာပါတယ်။ ယခုအပတ် STRATEGY FIRST Library ကဏ္ဍကနေဖော်ပြပေးချင်တဲ့ Understanding Digital Marketing: Marketing Strategies for Engaging the Digital Genereation စာအုပ်ကတော့ Digital Marketing ပညာရပ်အကြောင်းရေးသားထားတဲ့ စာအုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ကို မားကတ်တင်း ပညာရှင်တွေဖြစ်တဲ့ Damian Ryan နဲ့ Calvin Jones တို့ကရေးသားထားတာဖြစ်ပြီးတော့ Digital Marketing ဘာသာရပ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ စာအုပ်တွေထဲမှာ နာမည်အကြီးဆုံး စာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်ပါတယ်။



အမေရိကန်နိုင်ငံ Harvard တက္ကသိုလ်၊ UK မှ Chartered Institute of Marketing အပါအဝင်နိုင်ငံတကာမှာရှိတဲ့ တက္ကသိုလ်ပေါင်း ၁၀၀ ကျော်ရဲ့ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းမှာ ဖတ်ရှုဖို့ ပြဋ္ဌာန်းထားတဲ့ စာအုပ်တစ်အုပ်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။

လုပ်ငန်းနယ်ပယ်တော်တော်များရဲ့ ဦးဆောင်နေသူများကလည်း Digital Marketing ဟာအနာဂတ်ကိုဦးဆောင်မယ်လို့ ယုံကြည်နေကြပါတယ်။ ယခုစာအုပ်မှာတော့ စာဖတ်သူများကို Search Marketing, E-mail Marketing, Digital Marketing Strategies အစရှိတာတွေကို စာတွေသာမက အပြင်လက်တွေ့မှာပါအသုံးချနိုင်မယ့် နည်းလမ်းတွေကိုအသေးစိတ်လေ့လာနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ Digital Marketing ဘယ်အချိန်ကစတင်ခဲ့သလဲ၊ ဘယ်အတိုင်းအတာထိ ပေါက်ရောက်နေပြီလဲဆိုတာတွေလည်းပါဝင်ပါတယ်။ ယခုစာအုပ်ရဲ့ စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းတဲ့အချက်ကတော့ အခန်းအစတိုင်းမှာ အောင်မြင်ကျော်ကြားသူများပြောခဲ့တဲ့ စကားများနဲ့ အစပြုထားပြီး ဒီအခန်းလေ့လာပြီးရင် ဘာတွေသိရှိမလဲဆိုတာလည်း point တွေ ဖော်ပြထားပြီး အခန်းအဆုံးမှာတော့ အပြင်လက်တွေ့မှာ ဖြစ်ပျက်ခဲ့တဲ့ case study အတိုလေးများကိုလည်း လေ့လာနိုင်မှာပါ။

Understanding Digital Marketing စာအုပ်ဟာ စာဖတ်သူများကို မိမိတို့ထုတ်လုပ်တဲ့ကုန်ပစ္စည်း၊ ဝန်ဆောင်မှုများကို ဈေးကွက်အတွင်းမှာရှိတဲ့ဝယ်ယူသုံးစွဲသူများပိုမိုသိရှိစေဖို့ ဘယ် online marketing လမ်းကြောင်းကို ရွေးချယ်သင့်သလဲဆိုတဲ့အချက်တွေ၊ နောင်လာမယ့်ပြောင်းလဲနေသောအနာဂတ်မှာ ဘယ်လိုစီးမျောပုံဖော်နိုင်မယ်ဆိုတဲ့အချက်တွေအပြင် တိုးတက်ပြီး ပြိုင်ဆိုင်မှုများပြားနေတဲ့ နည်းပညာခေတ်ကြီးမှာ အများထက် ယှဉ်ပြိုင်နိုင်မယ့်စွမ်းရည်ကို ဘယ်လိုရအောင်ယူရမလဲစတဲ့ အချက်များကို လေ့လာနိုင်မှာပါ။

စာအုပ်မှာပါတဲ့နည်းလမ်းများကို လေ့လာသိရှိသွားပါကအစွမ်းထက်လှတဲ့ Digital Media ကျယ်ပြန့်မှုနဲ့စွမ်းအားကိုအသုံးချကာစာဖတ်သူတို့လုပ်ကိုင်နေတဲ့ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများမှာ ပေါင်းစပ်လုပ်ကိုင်နိုင်မယ်ဆိုရင်ဖြင့် ယခုသာမက အမြဲမပြတ်ပြောင်းလဲနေမယ့် နောင်အနာဂတ်မှာပါအောင်မြင်မှုတွေများစွာသိမ်းပိုက်နိုင်မယ်လို့ယူဆရင်း STRATEGY FIRST Library ကနေဒီစာအုပ်ကိုမိတ်ဆက်တင်ပြလိုက်ပါတယ်။

LEARN ENGLISH

သီဟ

Making and Responding to a Request in English

အင်္ဂလိပ်လို တစ်စုံတစ်ခုကိုတောင်းဆိုတဲ့အခါမှာ ယဉ်ကျေးစွာတောင်းဆိုနိုင်ဖို့အရေးကြီးပါတယ်။ တစ်စုံတစ်ခုကို တောင်းဆိုတဲ့အခါမှာ မှန်ကန်စွာတောင်းဆိုတတ်ဖို့ ဥပမာတချို့ကို ဖော်ပြထားပါတယ်။

Can you ***Will you*** ***Could you possibly***	***Open the door for me please?***
Would you mind	***Opening the door for me?***

ဥပမာတွေကတော့ -

Can you please show me your photo album ?
(ကျေးဇူးပြုပြီး ကျွန်တော့်ကို ဓာတ်ပုံ အယ်လ်ဘမ် ပြနိုင်မလား။)

Will you lend me your book, please?
(ကျွန်တော့်ကို စာအုပ် ခဏလောက် ငှားနိုင်မလား)

Could you possibly show me the way to the post office,please?
(ကျေးဇူးပြုပြီး စာတိုက်ကိုဘယ်လိုသွားရမလဲလို့ လမ်းပြနိုင်မလား။)

Would you mind lending me your pen?
(ကျွန်တော့်ကို ဘောပင်ငှားနိုင်မလား)

တခြားသူရဲ့တောင်းဆိုမှုကို ဖြေဆိုခြင်း

Sure here you are
(ရပါတယ် ယူပါ) ***Okey***

No, I'm sorry I need it.
(စိတ်မကောင်းပါဘူး၊ မငှားနိုင်ပါဘူး၊ ကျွန်တော် လိုလို့ပါ)

I'm afraid I can't.
(ကျွန်တော် မလုပ်ပေးနိုင်ပါဘူး)

သတိထားရမယ့် အချက်များ

၁။ ***Would you mind*** ရဲ့အနောက်မှာ အမြဲတမ်း ***gerund (Verb+ing)*** လိုက်ပါတယ်။

ဥပမာ - ***Would you mind lending your book?***

၂။ ***Would you mind giving me your book ?*** ဆိုတဲ့ မေးခွန်းကိုဖြေတဲ့အခါမှာ

(၁) ***No, I don't mind*** (လို့ဖြေမယ်ဆိုရင် ***positive response*** ဖြစ်ပြီးတော့၊ စာအုပ်ငှားနိုင်ပါတယ်လို့အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။)

(၂) ***YES*** (လို့ဖြေရင် ***negative response*** ဖြစ်ပြီးတော့၊ စာအုပ်မငှားနိုင်ပါဘူးလို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်)

(၃) ***Could*** ကိုသုံးမယ်ဆိုရင် ***can*** ထက်ပိုပြီးယဉ်ကျေးပါတယ်။

မီးပုံးပျံစီးနင်းတဲ့ နိုင်ငံခြားခရီးသွားတွေ များပြားလာ

နိုင်ငံခြားခရီးသွားတွေ မီးပုံးပျံစီးနင်းလည်ပတ်မှု များပြားလာတယ်လို့ ဟိုတယ်နဲ့ ခရီးသွားလာရေးလုပ်ငန်းဝန်ကြီးဌာနက သိရပါတယ်။

နိုင်ငံခြားသားတွေအနေနဲ့တည်းခိုရာမှာ ဈေးနှုန်းသက်သာမှုကို ရွေးချယ်တည်းခိုနိုင်ပေမယ့်ရှုခင်းတွေကို ကောင်းကင်မှ ခံစားမှုရရှိနိုင်တဲ့ စီးနင်းခမှာ တည်းခိုမှု ထက်များပြားသော်လည်း စီးနင်းသူ တွေအများအပြားရှိနေတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

ဂျာမန်၊ ပြင်သစ်၊ အမေရိကန်၊ အင်္ဂလန်နိုင်ငံသားတွေက မီးပုံးပျံအများဆုံးစီးနင်းကြပြီး အာရှတိုက်မှ ဂျပန်၊ တရုတ်၊ ကိုရီးယားလူမျိုးတွေ

လည်း စီးနင်းမှုများပြားတယ်လို့ သိရပါတယ်။

မီးပုံးပျံစီးနင်းမှုဟာ ၂၀၁၀ ခုနှစ်မှာ ၄၈၈၆ ဦး၊ ဝင်ငွေ ကန်ဒေါ်လာ ၀ ဒသမ ၉၇ သန်း၊ ၂၀၁၃ ခုနှစ်မှာ စီးနင်းသူ ၁၁၃၆၂ ဦး ဝင်ငွေကန်ဒေါ်လာ၃ဒသမ၁၀သန်း၊ ၂၀၁၄ခုနှစ်တွင် စီးနင်းသူ ၁၇၈၀၂ ဦး ၊ ဝင်ငွေကန်ဒေါ်လာ၄ဒသမ၂၃သန်းနဲ့၂၀၁၅ ခုနှစ်မှာ စီးနင်းသူ ၂၃၇၁၉ ဦး၊ ဝင်ငွေ ကန်ဒေါ်လာ ၆ ဒသမ ၄၃ သန်းအထိ တိုးတက်လာခဲ့တယ်လို့ ဟိုတယ်နဲ့ ခရီးသွားလာရေးလုပ်ငန်းဝန်ကြီးဌာနက သိရပါတယ်။

SFJ

■

၂၀၁၆ ခုနှစ် နှစ်စပိုင်း ကမ္ဘာတစ်ဝန်း ကုန်ထုတ် စက်ရုံများရဲ့ထုတ်ကုန်ပိုင်းတွင် ဝယ်လိုအားနည်းနေ

ကမ္ဘာတစ်ဝန်းစက်ရုံတွေရဲ့လုပ်ငန်းလည်ပတ်မှု အခြေအနေအပေါ် ဇန်နဝါရီလက ကောက်ယူခဲ့တဲ့ စစ်တမ်းတွေအရ ယခုနှစ်သစ်မှာ ယခင်နှစ်ဟောင်းက ကုန်ဆုံးခဲ့တဲ့ အခြေအနေတွေအတိုင်း ဆက်ရှိနေခဲ့ပြီး ကုန်ထုတ်လုပ်မှုလုပ်ငန်းတွေအတွက် ထုတ်ကုန်ပိုင်းမှာဝယ်လိုအားနည်းပါးမှုတွေဆက်ရှိနေတယ်လို့သိရပါတယ်။

တရုတ်နိုင်ငံဟာ အာရှဒေသရဲ့ စိတ်ပျက်စရာ အဓိကနေရာအဖြစ် ထပ်မံ သတ်မှတ်ခံခဲ့ရတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ကုန်ထုတ်လုပ်မှုပိုင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ တရားဝင်လုပ်ဆောင်မှုပိုင်းမှာ ပြီးခဲ့တဲ့ ၂၀၁၂ နှစ်လည်နောက်ပိုင်းကတည်းက ယင်းရဲ့အနိမ့်ဆုံး နှုန်းထားအထိ ကျဆင်းသွားခဲ့ပါတယ်။ လုပ်ငန်းပိုင်းအားနည်းမှုတွေဟာ တောင်ကိုရီးယားနဲ့ ထိုင်ဝမ်တို့လို နိုင်ငံတွေဆီက နည်းပညာမြင့် ထုတ်လုပ်မှုလုပ်ငန်းတွေကိုပါ သက်ရောက်မှုတွေ ရှိခဲ့ပါတယ်။ **CNA**

၂၀၁၆ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီ ၂၄ ရက်နေ့အထိ ပြည်ပမော်တော်ယာဉ် ၅ သိန်း ၁ သောင်းကျော် တင်သွင်းထား

ယာဉ်အို၊ ယာဉ်ဟောင်း အစားထိုးစနစ်စတင်တဲ့ ၂၀၁၁ ခုနှစ် အောက်တိုဘာမှ အခု ၂၀၁၆ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ တတိယအပတ်အထိ ပြည်ပမော်တော်ယာဉ် ၅၁၆၀၅၇ စီး တင်သွင်းထားပြီး ဖြစ်တယ်လို့ အကောက်ခွန်ဦးစီးဌာန ထုတ်ပြန်ချက်အရ သိရပါတယ်။

မော်တော်ယာဉ် (၅ သိန်းကျော် တင်သွင်းမှုမှနိုင်ငံတော်အခွန်ဘဏ္ဍာငွေကျပ်သန်း ၁,၃၅၄,၀၀၂ အထိ ရရှိထားတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ထိုဘဏ္ဍာငွေထဲမှာ (custom duty) အဖြစ်ငွေကျပ်၇၁၈၀၇၁သန်းကျော်နဲ့ ကုန်သွယ်လုပ်ငန်းခွန်(commercial tax) အဖြစ် ငွေကျပ် ၆၃၅၉၃၀ သန်းကျော်အထိရရှိထားပါတယ်။

လက်ရှိအချိန်အထိ ယာဉ်အို၊ ယာဉ်ဟောင်းအစားထိုးလဲလှယ်ရေးစီမံချက်အတွက် မော်တော်ယာဉ် ၁၃၄၆၅၇ စီး၊ ကားအရောင်းပြခန်းတွေမှ ၁၁၄၇၅၃ စီး၊ သဘော်သားပါမစ်ဖြင့် တင်သွင်းမှုမှ ၂၈၁၈ စီးနဲ့ နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးဌာန ပါမစ်တင်သွင်းမှုမှ ၂၈၆ စီးအသီးသီးတင်သွင်းခဲ့ပါတယ်။ **SFJ**

■

ဆေးရွက်ကြီးထိန်းချုပ်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်အတွက် SAARC အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများနဲ့ မြန်မာတို့ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်တွင် ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းသွားမည်

တောင်အာရှနိုင်ငံများဆိုင်ရာ ဒေသတွင်းပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအဖွဲ့ SAARC နဲ့ မြန်မာနိုင်ငံတို့က တာဝန်ရှိသူတွေဟာဒေသတွင်းဆေးရွက်ကြီးထိန်းချုပ်ရေးလုပ်ငန်းအပေါ် အထူးအလေးထား လုပ်ဆောင်သွားဖို့နဲ့ ရေရှည်တိုးတက်ရေး ရည်မှန်းချက် SDGs တွေကို ပိုမိုကောင်းကောင်း အကောင်အထည်ဖော်နိုင်မယ့် နည်းလမ်းတွေနဲ့ ပတ်သက်လို့ လာမယ့် သီတင်းပတ်ထဲမှာ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ ဒါကာမှာဆွေးနွေးသွားဖို့ရှိနေပါတယ်။

တောင်အာရှ ဒေသတစ်ဝန်း ရေရှည်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ရည်မှန်းချက်တွေ ပြည့်ဝဖို့ တစ်စုတစ်စည်းတည်းသောကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုတွေ လိုအပ်တယ်လို့ နိုင်ငံတကာ ပါလီမန်များဆိုင်ရာ သမဂ္ဂ IPU ရဲ့ ဥက္ကဋ္ဌ ဆာဘာဟိုစိန်ချိုဟူရီက အလေးပေးပြောကြားသွားပါတယ်။

"ကျွန်တော်တို့အနေနဲ့ ဒေသတွင်းမှာဆေးရွက်ကြီးသုံးစွဲမှုကိုထိန်းချုပ်ဖို့ ဝိုင်းဝန်းအားထုတ်ဖို့ လိုအပ်နေပါတယ်"လို့ ၎င်းက ပြောပါတယ်။

Global Times

■

ဗန္ဓုလအငှားအိမ်ရာ နေထိုင်ခွင့်လျှောက်လွှာ စတင်ခေါ်ယူနေပြီး စီမံကိန်းဧရိယာအတွင်း နေထိုင်သူတွေကို ဦးစားပေးချထားပေးမယ်

ဗန္ဓုလအငှားအိမ်ရာတွေအတွက် လျှောက်လွှာ စတင်ခေါ်ယူနေပြီး စီမံကိန်းဧရိယာအတွင်းက နေထိုင်သူတွေကို ဦးစားပေး ချထားပေးသွားမယ်လို့ မြို့ရွာနဲ့ အိုးအိမ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက သိရတာပါ။

ရန်ကုန်မြို့တွင်း အိမ်ပိုင်မြေပိုင်မရှိတဲ့ သူတွေအတွက် အကောင်အထည်ဖော်နေတဲ့ထိုအိမ်ရာစီမံကိန်းအတွင်းကတိုက်ခမ်းအငှားနေထိုင်ခွင့်လျှောက်လွှာတွေကို ဖေဖော်ဝါရီ (၁) ရက်နေ့မှ စတင်လက်ခံနေပြီး ပထမနေ့မှာပင်လာရောက်လျှောက်ထားသူ တစ်ထောင်ကျော်အထိမြင့် တက်ခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။

မြို့ရွာနဲ့အိုးအိမ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနတာဝန်ရှိသူက "နေထိုင်ခွင့် လျှောက်ထားသူတွေအတွက် သတ်မှတ်စည်းကမ်းချက်တွေတော့ ရှိပေမယ့် အဓိကအနေနဲ့ အိမ်ပိုင်မြေပိုင်မရှိတာတို့၊ ထောက်ခံစာတို့ကို တောင်းခံပါတယ်"လို့ပြောပါတယ်။

အဆိုပါအိမ်ရာစီမံကိန်းမှာဒဂုံမြို့သစ်တောင်ပိုင်း အမှတ် (၂)လမ်းမကြီးနဲ့ မဟာဗန္ဓုလလမ်းထောင့်မှာ ရှိနေပြီး နဂိုစီမံကိန်းဧရိယာအတွင်း ၁၈ နှစ်ကြာ နေထိုင်ခဲ့တဲ့ အိမ်ထောင်စုပေါင်း ၄၈ စုအထိရှိနေတယ်လို့လည်း မြို့ရွာနဲ့ အိုးအိမ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက သိရပါတယ်။ **SFJ**

Xiaomi ဖုန်းများကို ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် အမေရိကန်တွင် ရောင်းချသွားတော့မည်ဟုဆို

ကမ္ဘာ့ စတုတ္ထအကြီးဆုံး စမတ်ဖုန်း ထုတ်လုပ်သူ ကုမ္ပဏီဖြစ်တဲ့ တရုတ်နိုင်ငံက ရှောင်မီ Xiaomi ကုမ္ပဏီထုတ် ဖုန်းတွေကို ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် အမေရိကန်နိုင်ငံမှာ တတိယပါတီတစ်ဦးကနေတစ်ဆင့် ရောင်းချပေးသွားတော့မှာဖြစ်တယ်လို့ ဘီဘီစီ သတင်းတစ်ရပ်မှာ ဖော်ပြပါတယ်။

တရုတ်နိုင်ငံကနေ Xiaomi ဖုန်းတွေကို တင်သွင်းသွားမှာဖြစ်ပြီး ယခုသီတင်းပတ်ထဲမှာပဲ နိုင်ငံမှာ အွန်လိုင်းကနေတစ်ဆင့်ရောင်းချပေးသွားမှာဖြစ်တယ်လို့ဖုန်းတွေကိုရောင်းချမယ့် US Mobile ကုမ္ပဏီက ထုတ်ဖော်ပြောကြားသွားပါတယ်။

ဒါပေမဲ့လည်း ယခုတင်သွင်းသွားမယ့် ဖုန်းအမျိုးအစားတွေထဲမှာ Xiaomi ရဲ့အဆင့်မြင့် Mi Note လိုမျိုး နောက်ဆုံးပေါ်ဖုန်းတွေ ပါဝင်ဦးမှာမဟုတ်ဘူးလို့သိရပါတယ်။ လက်ရှိအချိန်ထိ အမေရိကန်မှာ Xiaomi ဖုန်းတွေက မြန်နှုန်းမြင့် 4G ကွန်ရက်တွေချိတ်ဆက်နိုင်ဦးမှာမဟုတ်ပါဘူး။

လက်ရှိမှာXiaomiအပြင်တခြား တရုတ်နည်းပညာကုမ္ပဏီဖြစ်တဲ့ Meizu ဆီကနေလည်း ဟန်းဆက်တွေကို တင်သွင်းရောင်းချမှာ ဖြစ်တယ်လို့USMobileကပြောပါတယ်။

BBC

■

မြန်မာနိုင်ငံရှိ အိမ်ထောင်စုပေါင်း ၁၀ သန်းကျော်မှ ၃ ဒသမ ၅ သန်းသာ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားရရှိနေသေး

မြန်မာနိုင်ငံမှာ အိမ်ထောင်စုပေါင်း ၁၀ ဒသမ ၈၉ သန်း ရှိပြီး လက်ရှိမှာအိမ်ထောင်စု၃ဒသမ၅သန်းသာ လျှပ်စစ်ဓာတ်အား သုံးစွဲနိုင်တဲ့အခြေအနေရှိသေးတယ်လို့ သိရပါတယ်။

တစ်နိုင်ငံလုံးလျှပ်စစ်ဓာတ်အား လိုအပ်ချက်မှာမဂ္ဂါဝပ်၁၄၅၀၀၀ဖြစ်ပြီး တစ်နိုင်ငံလုံး လျှပ်စစ်ဓာတ်အားရရှိရေးအတွက်အမျိုးသားလျှပ်စစ်ဓာတ်အားပင်မစီမံချက်ကို အစိုးရအနေနဲ့ ကမ္ဘာ့ဘဏ်၊ဂျပန်နိုင်ငံတကာပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေး အေဂျင်စီ JICA တို့နဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နေပါတယ်။

လျှပ်စစ်ဓာတ်အားမရရှိသေးတဲ့ အိမ်ထောင်စု(၇)သန်းကျော်ကို၂၀၃၀ ပြည့်နှစ်မှာရာနှုန်းပြည့်လျှပ်စစ်ဓာတ်အားရရှိဖို့အတွက်အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၅ ဒသမ ၈ ဘီလီယံသုံးစွဲရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အမျိုးသားလျှပ်စစ်ဓာတ်အား ရရှိရေးပင်မစီမံချက်အရ ၂၀၁၆ ခုနှစ်ကနေ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်အထိကို ပထမငါးနှစ်စီမံကိန်းကာလအဖြစ်သတ်မှတ်ထားပြီး ပြည်သူ ၄၇ ရာခိုင်နှုန်းကို လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ဖြန့်ဖြူးပေးနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ပထမ ငါးနှစ်စီမံကိန်းအတွက် ကမ္ဘာ့ဘဏ်က ပေးထားတဲ့ အမေရိကန်ဒေါ်လာသန်း ၄၀၀ နဲ့ ဆောင်ရွက်မှာဖြစ်ပါတယ်။

SFJ

Why You Will Fail to Have A Great Career

Strategy First Times ရဲ့ Ted Talk ကဏ္ဍမှာ Ted.com က ကမ္ဘာကျော်တွေနဲ့ interview တွေ၊ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်တွေနဲ့ တွေ့ဆုံခန်းတွေ၊ ပညာရပ်ဆိုင်ရာ လေ့လာစရာတွေကိုအပတ်စဉ်ဖော်ပြသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဖော်ပြထားတာက video ဖြစ်ပြီးတော့ Video ဝင်ကြည့်ဖို့ mobile phone နဲ့ ပေးထားတဲ့ QR Code ကို camera ကနေ scan လုပ်ရမှာပါ။ QR code scanner Applicationတွေကိုတော့ google playstore၊ app store တို့ကနေ download ဆွဲလို့ရပါတယ်။

ဒီတစ်ပတ်မှာတော့ Larry Smith ရဲ့ Why You Will Fail to Have a Great Career ဆိုတဲ့ video လေးကိုဖော်ပြမှာဖြစ်ပါတယ်။ Larry Smithဟာ Waterlooတက္ကသိုလ်က စီးပွားရေးပါမောက္ခတစ်ဦးဖြစ်ပြီး လူငယ်တွေ ဦးဆောင်နိုင်မှုစွမ်းရည်အတွက် ဟောပြောမှုတွေ၊ စီးပွားရေးနဲ့အလုပ်အကိုင်အောင်မြင်မှုအတွက် သင်ကြားပေးနေတဲ့ လူတစ်ဦးလည်းဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်ဟာ အရမ်းတော်တဲ့လူတစ်ယောက်မဟုတ်ဘူး၊ကံကောင်းတဲ့လူမဟုတ်ပါဘူး။ Steve Jobs လိုမျိုးမဟုတ်ဘူး။ အလုပ်အပေါ်မှာ အရမ်းကြီး ရူးသွပ်နေတဲ့လူလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်က သာမန်လူတစ်ယောက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ မိသားစုနဲ့ ကလေးတွေ ရှိသေးတယ် အချိန်မရှိပါဘူး။

ဒါတွေကတော့ကိုယ်ဖြစ်ချင်တဲ့ အရာနောက်ကိုလိုက်လုပ်ဖို့ကြောက်ရွံ့နေတဲ့လူတွေ နေ့စဉ်ပြောတတ်တဲ့ အကြောင်းပြချက်တွေဖြစ်ပါတယ်လို့ ကနေဒါနိုင်ငံသားစီးပွားရေးပညာရှင် Larry Smith ကပြောပါတယ်။ လူတွေဟာ တစ်ခါတလေကျရင် ကျရှုံးမှာကိုကြောက်ရွံ့နေတဲ့စိတ်ကြောင့်ပဲ ကျရှုံးတတ်ကြပါတယ်လို့ Smith က ပြောပါတယ်။

ဒီစိတ်ဝင်စားစရာကောင်းတဲ့ စကားဝိုင်းမှာ Smith က ကျွန်တော်တို့ရဲ့အကြောက်တရားတွေကို ဘယ်လိုရင်ဆိုင်ရမယ်၊ မှားယွင်းခဲ့တာ ကျရှုံးခဲ့တာတွေကို မေ့ပစ်ပြီးတော့ အောင်မြင်မှုကိုဘယ်လိုရယူရမယ်ဆိုတာကို အကြံဉာဏ်တွေပေးထားပါတယ်။

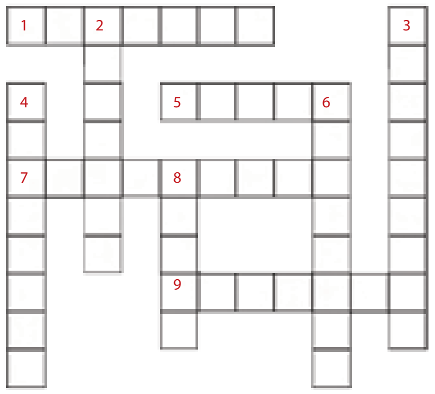
ဒီဗီဒီယိုကနေ ရနိုင်တဲ့အတွေးအမြင်ကတော့ "တကယ်လို့" ဆိုပြီး

oD

ဖြစ်မလာသေးတဲ့ အရာတွေကို ကြောက်တဲ့စိတ်တွေကကိုယ့်ရဲ့တက်လမ်းကို အဟန့်အတား ဖြစ်စေတာကြောင့်ဖယ်ရှားသင့်တယ်ဆိုတာပါပဲ။

■

Strategy First Times Crosswords



Clues-School

Across

1. After high school
5. Sport boss
7. Pupil meeting place
9. Earned reward

Down

2. Where stories are found
3. School boss
4. Can't wait til this
6. Worst thing about school
8. You must do this to achieve

t&ift ywf Crosswords t ajzrsm;

Clues-Travelling

Across

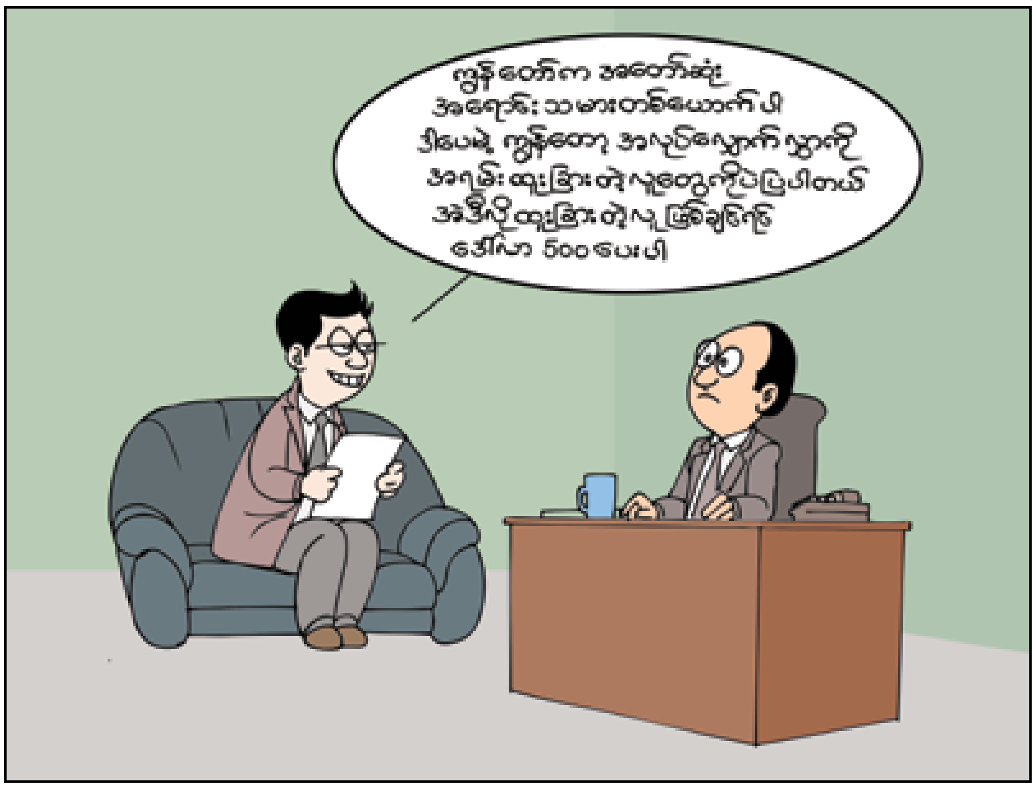
1. coach
4. restaurant
7. jet lag
8. Passport
10. hotel

Down

1. currency
5. suit case
2. visa
3. guidebook
6. taxi
8. Plane
9. ticket

r*vmqkeaumif;

Strategy First Institute မှ ကျောင်းသူ ကိုနန္ဒကျော်နဲ့မထားစန္ဒာအောင် မင်္ဂလာမောင်နှံတို့ရဲ့၂၀၁၅၊ ဖေဖော်ဝါရီ (၂) ရက်နေ့ လက်ထပ်မင်္ဂလာ ရက်မြတ်မှသည် နောင်နှစ်ပေါင်း များစွာတိုင်အောင် စိတ်ချမ်းသာကိုယ်ကျန်းမာစွာဖြင့် အေးအေးချမ်းချမ်း ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်လက်တွဲ ဖြတ်သန်းနိုင်ပါစေကြောင်း မင်္ဂလာဆုမွန်ကောင်း တောင်း ပေးလိုက်ပါတယ်။



ကျန်းမာရေးအတွက် အရေးကြီးတဲ့ Vitamin ဓာတ်များ

ဝဖ

သင့်ကျန်းမာရေးမှာ သင်ကိုယ်တိုင်တောင် မသိဘဲနဲ့ ချွတ်ယွင်းချက်တွေရှိနေနိုင်ပါတယ်။

လူ့ခန္ဓာကိုယ်ဟာ အထဲမှာတစ်ခုခု အမှားအယွင်းဖြစ်ပြီဆိုတာနဲ့ လက္ခဏာတွေ ပြတတ်ပါတယ်။ ဒီအရေးကြီးတဲ့ လက္ခဏာတွေကို သတိထားကြည့်ရှုခြင်းအားဖြင့် ကိုယ့်မှာလိုအပ်တဲ့အရာတွေကို သိနိုင်ပါတယ်။ ကြိုသိခြင်းအားဖြင့်လည်း ကြိုတင်ကာကွယ်လို့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူအများစုဟာ အခုအချိန်မှာ အလွယ်တကူရရှိနိုင်တဲ့အစားအစာတွေ၊ fast food တွေ junk food တွေကိုပဲ နေ့စဉ်စားသုံးနေကြတဲ့အတွက် နေ့စဉ်ခန္ဓာကိုယ်လည်ပတ်နိုင်ဖို့ အထောက်အပံ့ပေးတဲ့ vitamin ဓာတ်တွေအလုံအလောက် မရရှိကြပါဘူး။

ဆရာဝန်တွေရဲ့ထောက်ပြချက်အရ vitamin အလုံအလောက်မရရှိတာဟာ ကိုယ်ခံအားကျဆင်းပြီးတော့ ပြင်ပက ဗိုင်းရပ်ပိုးတွေ ဝင်ရောက်လာစေနိုင်တယ်လို့သိရပါတယ်။

Vitamin တွေလုံလောက်စွာမရရှိတာက သင့်တစ်နေ့တာ အပေါ်မှာကြီးမားတဲ့အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိနိုင်ပါတယ်။ Vitamin မလုံလောက်မှုတွေရှိနေရင် ဖြစ်ပေါ်တတ်တဲ့ လက္ခဏာတွေနဲ့ ပြန်လည်ကောင်းမွန်အောင်လုပ်ဖို့ အဓိက,ကတော့ နေ့စဉ်စားသုံးမှုပုံစံမှာ ထည့်သွင်းစားသုံးဖို့ အရာတွေကိုဖော်ပြထားပါတယ်။

၁။ နှုတ်ခမ်းနဲ့ ပါးစပ်ထောင့်နားမှာ ကွဲခြင်း၊ အက်ခြင်း

ဒီလိုဖြစ်နေပြီဆိုရင် သင့်ခန္ဓာကိုယ်မှာ vitamin B ဓာတ်(အထူးသဖြင့် B2၊ B3 နဲ့ B12) zinc နဲ့ သံဓာတ် အလုံအလောက်မရှိလို့ပါ။

ဆယ်လ်မွန်ငါး၊ တူနာ၊ တခြားပင်လယ်စာတွေနဲ့ ဥတွေကိုစားသုံးပြီးတော့ ပြန်လည် ဖြည့်တင်းနိုင်ပါတယ်။

သိထားရမယ့်အချက် – vitamin C ကို သံဓာတ်နဲ့အတူတူ စားသုံးခြင်းက အကျိုးအာနိသင်ပိုရှိပါတယ်။ Vitamin C ကြွယ်ဝတဲ့ အစားအစာတွေကတော့ brocolli၊ cauliflower နဲ့ငရုတ်သီးအနီတို့ဖြစ်ပါတယ်။

၂။ အရေပြားမှာယားယံခြင်းနဲ့ ဆံပင်ကျွတ်ခြင်း

သင့်ခန္ဓာကိုယ်မှာ zinc ၊ vitamin B7၊ vitamin A၊ vitamin D၊ vitamin E နဲ့ vitamin K တို့နည်းနေပါပြီ။

အသီးအနှံတွေ အစေ့နဲ့ အခြောက်တွေ ပိုစားပေးသင့်ပါတယ်၊ ရွှေဖရုံသီးအစေ့၊ ဂျုံပြောင်း၊ နို့ထွက်ပစ္စည်း၊ ထောပတ်သီး၊ ငှက်ပျော သီးနဲ့ raspberry သီးတွေများများစားပါ။

သိထားရမယ့်အချက် – ဥတွေအလွန်အကျွံစားသုံးခြင်းက vitamin B7 ကို လျော့နည်းစေပါတယ်။ အကြောင်းက ဥမှာပါတဲ့ ပရိုတင်းတွေက vitamin စုပ်ယူမှုကိုတားဆီးလို့ပါ။

၃။ ပါး၊ လက်နဲ့ ခြေထောက်အပေါ်ပိုင်းတွေမှာ ဝက်ခြံထွက်ခြင်း

Vitamin A နဲ့ D လိုအပ်နေတာသေချာပါပြီ။ အဆီအစိမ့်စားတာတွေလျှော့ဖို့ လိုနေပါပြီ။ငါး၊ almond၊ မုန်လာဥ၊ ကန်စွန်းဥ၊ ငရုတ်သီးတို့စားသုံးသင့်ပါတယ်။

သိထားရမယ့်အချက် – ထွက်နေတဲ့ဝက်ခြံတွေကို ညှစ်တာမျိုးတွေမလုပ်သင့်ပါဘူး။

၄။ခြေချောင်း၊ လက်ချောင်းများ ထုံကျဉ်ခြင်း၊ ယားခြင်း

ဒီလိုမျိုးဖြစ်တဲ့လူတွေမှာ vitamin B(B6 ၊B9 ၊ B12) ကည္တွတ်၊ အစိမ်းရောင်ရှိတဲ့ အသီးအရွက်များ၊ ပဲ၊ ဥ နဲ့ ပင်လယ်စာတွေ စားသုံးခြင်းနဲ့ လိုအပ်တဲ့ဓာတ်တွေရရှိနိုင်ပါတယ်။

သိထားရမယ့်အချက် – ဒီ vitamin ဓာတ်တွေချို့တဲ့ခြင်းက အရေပြားမှာရှိတဲ့ အာရုံကြောကိုထိခိုက်နိုင်ပြီး စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ မောပန်းခြင်း၊ ဟော်မုန်း မညီမျှခြင်း၊ သွေးနီဥနည်းပါးခြင်းတို့ဖြစ်စေပါတယ်။

၅။ခြေထောက်နာကျဉ်ခြင်းနဲ့ကြွက်တက်ခြင်း

ပိုတက်ဆီယမ်၊ ကယ်လဆီယမ်၊ မန်းဂနီးစ်နဲ့ vitamin B တွေ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ လုံလောက်စွာမရှိဘူးဆိုရင် ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိပါတယ်။ ငှက်ပျောသီး၊ ချယ်ရီသီး၊ သစ်ကြားသီး၊ သစ်အယ်သီး၊ ပန်းသီး၊ ဘရိုကိုလီပန်းပွင့်၊ grapefruit သီး၊ ဂေါ်ဖီနဲ့ ဟင်းနုနွယ်တို့ကို စားသုံးခြင်းက လိုအပ်တဲ့ vitamin တွေကို ဖြည့်ပေးနိုင်ပါတယ်။

သိထားရမယ့်အချက် – အားကစားလုပ်တဲ့အခါမှာ ဒီ vitamin တွေ လျော့ကျသွားတတ်ပါတယ်။ ချွေးထွက်ခြင်းဟာ ရေမှာပျော်ဝင်နေတဲ့ vitamin တွေကို ကျဆင်းသွားစေပါတယ်။ အားကစားလုပ်တာကို ရပ်စရာ မလိုပါဘူး၊ ဖော်ပြထားတဲ့အစားအစာတွေကိုသာ ပိုစားပေးပါ။

Vitamin လုံလောက်စွာမရရှိမှုက ပိုပြီးတော့ ကြီးမားတဲ့ ကျန်းမာရေးပြဿနာတွေ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါတယ်။ ကိုယ့်မှာ ဘာတွေလိုအပ်နေတယ်ဆိုတာကို သိရှိဖို့ ဆရာဝန်တစ်ယောက်ယောက်နဲ့ တိုင်ပင် ဆွေးနွေးကြည့်တာက အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါတယ်။ နောက်တစ်ချက်အနေနဲ့ သဘာဝအတိုင်းလတ်လတ်ဆတ်ဆတ် မဟုတ်တဲ့၊ စည်သွပ်ဗူးလိုမျိုး အစားအစာတွေစားတာက vitamin ဓာတ်တွေ လုံလောက်စွာ မရရှိဘူးလို့သိရပြီးတော့ vitamin ဆေးတွေဝယ်သောက်တာထက်လည်း ဖော်ပြထားတဲ့ အစားအစာတွေ စားသုံးပေးတာက ပိုအကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပါတယ်။

Vitamin ချို့တဲ့ခြင်းပြဿနာများကိုဆက်ဖော်ပြရမယ်ဆိုရင်

Vitamin A ချို့တဲ့ခြင်း

ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ အမြင်အာရုံကျဆင်းခြင်း၊ အသားအရည် မကောင်းခြင်း၊ သွားမကောင်းခြင်း၊ သွားဖုံးသွေးထွက်ခြင်း၊ ကိုယ်အလေးချိန်ကျဆင်းခြင်း၊ နှလုံးနဲ့ အစာအိမ်ပြဿနာများဖြစ်ခြင်း၊

Vitamin C ချို့တဲ့ခြင်း

ဒဏ်ရာများ ပျောက်ကင်းရန် အချိန်ကြာခြင်း
နှာခေါင်းနဲ့ သွားဖုံးသွေးထွက်ခြင်း
အဆစ်များနာကျင်ခြင်း
အစာမကြေခြင်း
သွေးအားနည်းခြင်း

Vitamin D ချို့တဲ့ခြင်း

အရိုးပျော့ခြင်း
သွားများမခိုင်ခန့်ခြင်း
ကျောက်ကပ်တွင်ကျောက်တည်ခြင်း
ကြွက်သားများအားနည်းခြင်း

Vitamin E ချို့တဲ့ခြင်း

စိတ်လှုပ်ရှား၊ မတည်ငြိမ်ခြင်း
တုံ့ပြန်မှုအားနည်းခြင်း
စတာတွေဖြစ်တတ်ပါတယ်။

နောက်အပတ်တွေမှာလည်း ကျန်းမာရေးနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဗဟုသုတ ရစရာလေးတွေကို healthy living ကဏ္ဍနေ ဖော်ပြသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

■

စံ – ဇာဇကီဘို ဟောစာတမ်း

၂၀၁၆ဖေဖော်ဝါရီ (၈) ရက်နေ့မှ ၂၀၁၆ဖေဖော်ဝါရီ (၂၂) ရက်နေ့အထိ

တနင်္ဂနွေနေ့မွေးသူများ

စိတ်ရှုပ်ရမည်။ ကိုယ့်ကိစ္စအတွက် ကိုယ်ရှုပ်လျှင်ရှုပ် သို့မဟုတ်ကလည်း သူတစ်ပါးကိစ္စအတွက်စိတ်ရှုပ်ရမည်။ အလွန်ပြဿနာ ကျယ်ပြန့်လွယ်သောကာလဖြစ်သည်။ နေရာတိုင်း၊ ဦးတည်လိုက်တိုင်း ဖြေရှင်းစရာများ ကြုံနိုင်သောကာလဖြစ်သည်။ အလွန်သေးမွှားသောကိစ္စဖြစ်စေ ဤကာလအတွင်း အကျယ်ချဲ့ရတတ်သည်။ သူများပြဿနာ ကိုယ့်ပြဿနာဖြစ်တတ်သည်။ အထင်လွဲခြင်းများ ဖြေရှင်းရမည်။ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကို ဦးစားမပေးနိုင်။ အရာရာတစ်ပါးသူအား ငဲ့ညှာပြီး ဆုံးဖြတ်ချက်ချရသော အနေအထားရှိသည်။ ဤကာလအတွင်း ရက်ကောင်းများ ၁၁၊ ၁၃၊ ၁၄၊ ၂၁၊ ၂၂ ။ ရက်ဆိုးများ – ၈၊ ၉၊ ၁၂၊ ၁၅၊ ၁၆၊ ၁၇။ ထူးခြားရက်များ – ၁၀၊ ၁၁၊ ၁၉၊ ၂၀။ ကံကောင်းစေသောအရောင် – အဖြူရောင်၊ အစိမ်းရောင်၊ ငွေရောင်။ အကျိုးပေးဂဏန်း – ၁၊ ၂၊ ၉၊ ၄။ ယတြာ = ဝါးတူတစ်စုံကို ဖဲကြိုးအနီနှင့်ချည်၍အရှေ့တောင်အရပ် အမြင့်တစ်နေရာတွင် ချည်နှောင်ထားလိုက်ပါ။

တနင်္လာနေ့မွေးသူများ

ဘဝတိုးတက်မှုရှိမည်။ မိတ်ကောင်း၊ ဆွေကောင်းအထောက်အကူရမည်။ မိမိရည်မှန်းထားသည်များအောင်မြင်နိုင်သောအခြေအနေရှိမည်။ ငွေဝင်ကောင်းမည်။ အပေါင်းအသင်းကောင်းရရှိမည်။ စုပေါင်းလုပ်ငန်းအကျိုးပေးမည်။ ရရှိလာသောရပိုင်ခွင့်အခွင့်အလမ်းများကိုစနစ်တကျသုံးစွဲ၍တိုးတက်မှုအဆင့်ဆင့်ရမည်။ မိမိနှင့်မိမိသံယောဇဉ်ရှိသူကြား ဘေးစကားများ အနှောင့်အယှက်ဝင်မည်။ ငွေကုန်ပြီးမှ ပြန်ဝင်မည်။ မိမိဦးစားပေးပြီး ဆောင်ရွက်ရသောကိစ္စသည် တစ်ပါးသူအတွက်ဖြစ်လင့်ကစား မိမိအတွက် ကောင်းကျိုးရမည့် အနေအထားကြုံမည်။ ဤတစ်လတာအတွင်းရက်ကောင်းများ – ၈၊ ၁၃၊ ၁၇၊ ၁၀၊ ၂၀၊ ၂၁။ ရက်ဆိုးများ – ၉၊ ၁၀၊ ၁၂၊ ၁၄၊ ၁၅၊ ၁၆ ။ ထူးခြားရက်များ – ၁၁၊ ၁၈ ၊ ၂၂။ ကံကောင်းစေသောအရောင် – နက်ပြာရောင်၊ မီးခိုးရောင်၊ နို့နှစ်ရောင်။ အကျိုးပေးဂဏန်း – ၈၊ ၃၊ ၀၊ ၆။ ယတြာ – သစ်သားနှင့်ပြုလုပ်ထားသော ပစ္စည်းတစ်ခုအား အရှေ့သို့မဟုတ် အရှေ့မြောက်အရပ်တွင်ထားရှိပါ။

အင်္ဂါနေ့မွေးသူများ

ခရီးနှင့်ပတ်သက်၍ ကြံစည်အောင်မြင်မည်။ ကောင်းသောအပြောင်းအလဲနှင့် တိုးတက်မည်။ မိမိရည်ရွယ်ချက် လမ်းကြောင်းပြောင်း၍ ဘဝတိုးတက်မည်။ ဥစ္စာစီးပွားကိစ္စများဦးစားပေး၍ မရသောကာလဖြစ်သည်။ အပျောက်အရှများမည်။ မိဘအကြီးအကဲ ကျန်းမာရေးအညံ့ရှိသည်။ ငွေလက်လွန်တတ်သည်။ မွေးရပ်မတူသောသူများ ကောင်းကျိုးပေးမည်။ အရပ်ဝေးနှင့်တိုက်ရိုက်ဆက်ဆံ၍ လုပ်ငန်းစီးပွားတိုးတက်မှုရှိမည်။ ကောင်းသောဝန်းကျင်သစ် လက်ခံရရှိမည်။ မိသားစုတွင် ခြံ၊ ကား၊ အခန်းကိစ္စများပြောဆိုအဆင်ပြေမည်။ ဤကာလအတွင်း ရက်ကောင်းများ – ၁၃၊ ၁၇၊ ၁၈၊ ၁၉၊ ၂၀။ ရက်ဆိုးများ – ၈၊ ၉၊ ၁၂၊ ၁၄၊ ၁၅၊ ၁၆၊ ၂၂။ ထူးခြားရက်များ – ၁၀၊ ၁၁၊ ၂၁။ ကံကောင်းစေသော အရောင်များ – ဆင်စွယ်ရောင်၊ အဖြူရောင်၊ မီးခိုးရောင်။ အကျိုးပေးဂဏန်း – ၃၊ ၉၊ ၄၊ ၁ ။ ယတြာ – တံမြက်စည်း၊ အမှိုက်ဂေါ်ပြားအစရှိသည်တို့ကို မမြင်နိုင်သောနေရာတွင်ထောင်ထားပါ။

ဗုဒ္ဓဟူးနေ့မွေးသူများ

ရည်ရွယ်ချက်များစနစ်တကျအောင်မြင်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သောကာလဖြစ်သည်။ မိမိရည်ရွယ်ထားသည်များအခိုင်အမာဆောင်ရွက်နိုင်မည်။ ငွေဝင်မည်။ မမြဲပါ။ လုပ်ငန်းတိုးတက်မည်။ တစ်ပါးသူလုပ်၍အောင်မြင်ခြင်းမရှိနိုင်သော ခက်ခဲသောကိစ္စများမိမိလုပ်၍အဆင်ပြေမည်။ ပစ္စည်းလက်လွှန်ထားသည်များပြန်လည်စုဆောင်းရရှိမည်။ အဖက်ဖက်မှတိုးတက်သော ကံပွင့်သောအခြေအနေရှိသော်လည်း ရန်များမည်။ မနာလိုအပြိုင်အဆိုင်များမည်။ သူတစ်ပါးနှင့်အထင်လွဲမှုများဖြေရှင်းရမည်။ စီးပွားရေးလောကမှသူများ ရဲရဲရင့်ရင့်တိုးဆောင်ရွက်ပါ။ ဤကာလအတွင်းရက်ကောင်းများ – ၈၊ ၁၂၊ ၁၄၊ ၁၇၊ ၁၉၊ ၂၁ ။ ရက်ဆိုးများ – ၉ ၊ ၁၀ ၊ ၁၁ ၊ ၁၃ ၊ ၁၅ ၊ ၁၆၊ ၁၈၊ ၂၂။ ထူးခြားရက်များ – ၂၀ ။ ကံကောင်းစေသောအရောင် – အပြာရင့်ရောင်၊ အညိုရောင်၊ အဖြူရောင်။ အကျိုးပေးဂဏန်း – ၅၊ ၂၊ ၆၊ ၄ ယတြာ – အနီရောင်၊ အစိမ်းရောင်။ တွဲဖက်ပါသော မျက်နှာသုတ်ပုဝါတို့ကိုသုံးစွဲပါ။

ကြာသပတေးနေ့မွေးသူများ

အထူးအရေးပါသော ကာလဖြစ်သည်။ ဘဝရည်ရွယ်ချက်များ စနစ်တကျ အကောင်အထည် ဖော်နိုင်သည်။ ကာလအတန်ကြာ အဆုံးမသတ်နိုင်သောကိစ္စတစ်ခုအား အဆုံးသတ်ရန် လမ်းစပေါ်မည်။ ဘဝရည်ရွယ်ချက်လမ်းကြောင်း အပြောင်းအလဲနှင့် တိုးတက်ခြင်းရှိမည်။ ငွေကြေးကိစ္စ၊ လုပ်ငန်းကိစ္စများ ပြောဆိုဆောင်ရွက်သောအခါ လမ်းဟောင်းများအား ဖြေရှင်းရန်မကြိုးစားပါနှင့်တော့။ အရာရာကိုစွန့်လွှတ်လိုက်ပါ။ ဘဝသစ်၊ လမ်းကြောင်းသစ်များကို ဦးတည်၍ အရာရာဆောင်ရွက်ပါ။ ဤတစ်လတာအတွင်းရက်ကောင်းများ – ၉ ၊၁၀ ၊၁၁ ၊ ၁၇ ။ ရက်ဆိုးများ – ၈ ၊၁၂ ၊၁၄ ၊၁၅ ၊ ၁၆ ၊ ၂၁ ၊ ၂၂။ ထူးခြားရက်များ – ၁၃ ၊၁၉ ၊၂၀။ ကံကောင်းစေသောအရောင် – နက်ပြာရောင်၊ မီးခိုးရင့်ရောင်၊ အစိမ်းရောင်။ အကျိုးပေးဂဏန်း – ၀၊ ၇၊ ၄၊ ၈။ ယတြာ – ကြွေအိုးငယ်တစ်လုံးအတွင်းသလင်းကျောက်၊ ရတနာကျောက်ဖြုန်းများ ထည့်ထားပါ။

သောကြာနေ့မွေးသူများ

အတိုက်အခံဆန့်ကျင်ဘက် စကားများပြောရမည်။ စိတ်ဝမ်းကွဲရမည်။ လူလိမ်တွေ့မည်။ ရန်ဖြစ်မည်။ ခရီးသွား၍ကောင်းသည်။ သူတစ်ပါးကြောင့် မိမိတွင် စိတ်ရှုပ်ရမည်။ ချစ်သူ၊ ခင်သူရင်းနှီးသူများနှင့် စကားများရမည်။ ကာလအတန်ကြာအောင် ဖြေရှင်းရသောကိစ္စများအား မမျှော်လင့်ဘဲ အပြီးသတ်နိုင်မည်။ ခက်ခဲသောဘဝပုစ္ဆာတစ်ပုဒ်သည် အကြွင်းသုညနှင့် အဖြေရှာရရှိသွားမည်။ ကာလအတန်ကြာအောင် ကြန့်ကြာနေသော မိမိရပိုင်ခွင့်များပြန်လည်ရရှိမည်။ ပြဿနာဟောင်းများအသစ်ဖြစ်မည်။ ဤတစ်လတာအတွင်း ရက်ကောင်းများ – ၈ ၊ ၉၊ ၁၀ ၊ ၁၆ ၊ ၁၇ ၊ ၂၂ ။ ရက်ဆိုးများ – ၁၁ ၊ ၁၂၊ ၁၅၊ ၂၁။ ထူးခြားရက်များ – ၁၃၊ ၁၄၊ ၁၈၊ ၁၉၊ ၂၀ ။ ကံကောင်းစေသောအရောင် – အဝါရောင်၊ နို့နှစ်ရောင်၊ ဆင်စွယ်ရောင် အကျိုးပေးဂဏန်း – ၁၊ ၃၊ ၄၊ ၇ ။ ယတြာ – နေအိမ်နေရာတွင် ဆင်ရုပ်တစ်ခုအားထားရှိပါ။ ၎င်းဦးခေါင်းကို မကြာခဏပွတ်ပေးပါ။

စနေနေ့မွေးသူများ

အဆင်ပြေမှု၊ တိုးတက်မှု၊ လိုရာပြည့်စုံခြင်းများ ရှိမည့်ကာလဖြစ်သည်။ မိမိလိုလားချက်များ ပြည့်ဝသွားမည်။ အခက်အခဲများ ပြည့်ဝသွားမည်။ အခက်အခဲများကင်းစင်မည်။ ကာလအတန်ကြာ မိမိမသုံးသော အရည်အသွေးအဟောင်းများ ပြန်လည်သုံးနိုင်သော အနေအထားရှိပါသည်။ မိမိဆုံးဖြတ်ချက်မှန်ကန်မှုကြောင့် ထူးခြားသော အဆင်ပြေမှုများဖြစ်ပေါ်နိုင်သော အနေအထားရှိသည်။ သွားလေရာ၊ ရောက်လေရာတွင် မျက်နှာပွင့်လန်းမည်။ အလုပ်ကိစ္စများ ဆောင်ရွက်ရန် တိုးတက်မှုရရှိမည်။ တစ်ပါးသူမဖြစ်နိုင်ဟု ယူဆထားသောကိစ္စများ မိမိဆောင်ရွက်အောင်မြင်မည်။ ဤတစ်လတာအတွင်း ရက်ကောင်းများ – ၈ ၊၁၆ ၊၁၉ ၊ ၂၁ ၊ ၂၂ ။ ရက်ဆိုးများ – ၉ ၊၁၀ ၊၁၁ ၊၁၂။ ထူးခြားရက်များ – ၁၄ ၊၁၅ ၊၁၇ ။ ကံကောင်းစေသောအရောင် – အနီရောင်၊ နက်ပြာရောင်၊ ပန်းရောင်။ အကျိုးပေးဂဏန်း – ၅၊ ၉၊ ၃၊ ၂။ ယတြာ – ဖန်ပန်းအိုးအတွင်း အဝါရောင်ပန်း ၂၁ ပွင့် အဖြူ (၁) ပွင့်ကိုတင်၍ လိုရာတောင်းပါ။

ချမ်းမြေ့မေတ္တာတုံ့ပြန်ပါသည်။

စံ – ဇာဇကီဘို

PROGRAM HIGHLIGHT | ခင်ကဲ့ကော်

Management of Travel and Tourism Operations

STRATEGY FIRST INSTITUTE မှာ Institute of Commercial Management (ICM) UK က ပေးအပ်တဲ့ single subject diploma ဘာသာရပ်များကိုဖွင့်လှစ်သင်ကြားလျက်ရှိရာယခုအပတ်မှာတော့ management of travel and tourism operations ဘာသာရပ်ကို program highlight ကဏ္ဍကတစ်ဆင့် မိတ်ဆက်ပေးသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဘာသာရပ်ဟာ travel and tourism ပိုင်းမှာလုပ်ကိုင်နေသူတွေအတွက် မိမိလုပ်ငန်းကို စီမံခန့်ခွဲရာမှာ အထောက်အကူပြုနိုင်မယ့် ဘာသာရပ်ဖြစ်ပါတယ်။

ပထမဦးဆုံး tourism ဆိုတဲ့စကားလုံးနဲ့ မိတ်ဆက်ပေးချင်ပါတယ်။ Tourism ဆိုတာကတော့ အပန်းဖြေရန်အတွက်ခရီးသွားခြင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။ (ပညာရေးအတွက်၊ အလုပ်အကိုင်အတွက်ခရီးသွားခြင်းတွေ မပါဝင်ပါ။) Tourismကိုလေ့လာတဲ့အခါခရီးသွားလာခြင်းအကြောင်းနဲ့ပတ်သတ်တဲ့ သီအိုရီတွေ၊ ခရီးသွားတွေ ဘယ်လိုသွားလာလေ့ရှိတယ်ဆိုတာတွေနဲ့ ခရီးသွားတွေ လာချင်အောင် ဆွဲဆောင်တဲ့နည်းဗျူဟာတွေ၊ ခရီးသွားလာရာမှာလိုအပ်တဲ့ အထောက်အပံ့တွေ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးတာတွေ၊ ခရီးသွားလုပ်ငန်းတွေကို စီမံခန့်ခွဲခြင်းတွေ စတာတွေကို လေ့လာရမှာပါ။

STRATEGY FIRST မှာသင်ကြားပေးနေတဲ့ management of travel and tourism operations ဘာသာရပ်မှာတော့ tourism အကြောင်းနဲ့ tourism ကို စီမံခန့်ခွဲခြင်းဆိုပြီးနှစ်ပိုင်းလေ့လာရမှာပါ။ ပထမတစ်ပိုင်းအနေနဲ့ tourism နဲ့ပတ်သက်ပြီး သိသင့်တဲ့ အခြေခံအချက်အလက်တွေ၊ tourism နဲ့ပတ်သက်တဲ့ အခြေခံအယူအဆတွေ၊ စနစ်တစ်ခုအနေနဲ့ ဘယ်လိုလည်ပတ်နေလဲဆိုတာတွေ၊နိုင်ငံ့စီးပွားရေးကို tourism က ဘယ်လိုပြောင်းလဲစေတယ်ဆိုတာတွေ၊ tourismနဲ့သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် စတဲ့ ခေါင်းစဉ်လေးတွေနဲ့ လေ့လာသင်ကြားရမှာပါ။ ဒုတိယအပိုင်းဖြစ်တဲ့ tourism ကို စီမံခန့်ခွဲခြင်းအပိုင်းမှာတော့ tourism industry ကို ဘယ်လိုစီမံခန့်ခွဲမလဲဆိုတဲ့အပိုင်းကို လေ့လာရမှာပါ။

Tourism industry ကို စီမံခန့်ခွဲရာမှာ အစိုးရရဲ့အခန်းကဏ္ဍဖြစ်တဲ့ toruism နဲ့ ပတ်သတ်တဲ့ ဥပဒေရေးရာတွေ၊ tourism လုပ်ငန်း တိုးတက်အောင် လုပ်ဆောင်ရာမှာ သိသင့်တဲ့ အချက်တွေ စတာတွေအပြင် tourism လုပ်ငန်းမှာ လုပ်ကိုင်နေသူတွေ မိမိလုပ်ငန်းကို စီမံခန့်ခွဲရာမှာသိထားသင့်တဲ့ စီမံခန့်ခွဲမှုဆိုင်ရာ သီအိုရီတွေကိုလည်း လေ့လာရမှာပါ။

STRATEGY FIRST မှာ management of travel and tourism operations ဘာသာရပ်ကို ၂၀၁၅စက်တင်ဘာလမှစတင်ပြီး သင်ကြားပေးနေပါတယ်။ အခု march intake မှာ အတန်းအသစ်များကို ဖွင့်လှစ်သင်ကြားပေးသွားမှာပါ။ Travel and tourism ကိုစိတ်ဝင်စားသူတွေနဲ့ ဒီလုပ်ငန်းနယ်ပယ်ထဲမှာ လုပ်ကိုင်နေသူတွေအတွက် အကျိုးရှိစေမယ့် ဘာသာရပ်တစ်ခုဖြစ်တဲ့အတွက် SFT ရဲ့ program highlight ကဏ္ဍကနေ mana-gement of travel and tourism operations ဘာသာရပ်အကြောင်းကို မိတ်ဆက်ဖော်ပြပေးလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ■