ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်
ပြည်ထောင်စုရာထူးဝန်အဖွဲ့
နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အောက်မြန်မာပြည်)
စာရေးဝန်ထမ်းကြီးကြပ်သင်တန်း၊အမှတ်စဉ်(၉၃)
သင်တန်းဝင်ညွှန်ကြားလွှာ

တည်နေရာ၊ သင်တန်းကာလနှင့် သတင်းပို့ရမည့်နေ့

၁။ စာရေးဝန်ထမ်းကြီးကြပ်သင်တန်း၊အမှတ်စဉ်(၉၃)ကို ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ လှည်းကူးမြို့နယ်၊ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အောက်မြန်မာပြည်)တွင် ၂၀၂၃ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၁၈ ရက်နေ့မှ နိုဝင်ဘာလ ၂၄ ရက်နေ့အထိ ရက်သတ္တ(၁၀)ပတ်ကြာ ဖွင့်လှစ်မည်ဖြစ်ပြီး သင်တန်းတက်ရောက်ရမည့်သူများသည် **၂၀၂၃ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၁၅ ရက်(သောကြာ)နေ့ မွန်းလွဲပိုင်း (၁၈:၀၀) နာရီ** နောက်ဆုံးထား၍ ရောက်ရှိသတင်းပို့ကြရမည်။

ရည်ရွယ်ချက်

၂။ နိုင်ငံ့တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော စာရေးဝန်ထမ်းကြီးကြပ်သူများအား အမျိုးသားရေး အမြင်ရရှိရေးနှင့်စိတ်ဓာတ် ကြံ့ခိုင်မှုရှိစေရေးတို့အတွက် လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးရန်နှင့်သက်ဆိုင်ရာ ပညာရပ်များကို အခြေခံအားဖြင့် နားလည်သဘောပေါက်စေပြီး စည်းကမ်းနှင့် ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာကို စောင့်သိထိန်းသိမ်းတတ်သော ဝန်ထမ်းကောင်းများ ဖြစ်လာစေရန် ရည်ရွယ်သည်။

သင်တန်းသား အရည်အချင်းသတ်မှတ်ချက်

၃။ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းအဖွဲ့အစည်း အသီးသီး၌ တာဝန်ထမ်းဆောင်လျက်ရှိသော အသက်(၄၅)နှစ်နှင့် အောက် လစာနှုန်း (၂၃၄၀၀၀-၂၀၀၀ -၂၄၄၀၀၀)နှင့် (၂၁၆၀၀၀ -၂၀၀၀-၂၂၆၀၀၀) ခံစားနေသော ရုံးအုပ်နှင့် ဌာနခွဲစာရေးများ တက်ရောက်ရမည်ဖြစ်ပြီး အောက်ပါအချက်များနှင့် ကင်းရှင်းသူများ ဖြစ်ရပါမည်-

(က) ဆေးအဆင့်မမီသူများ (ဥပမာ-ကူးစက်ရောဂါ၊ စိတ်ရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါ၊ အရေပြား ရောဂါ၊ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ ခြေ၊လက်၊ ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း ခွဲစိတ်ကုသထားသူများနှင့် ဆေးထောက်ခံချက်တွင် (Unfit For Training)ဖြစ်နေသူများ၊

(ခ) COVID-19 ကာကွယ်ဆေး(၂)ကြိမ် မထိုးရသေးသူများ၊

(ဂ) အမှုကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ခုံရုံး၊ တရားရုံးများတွင် အမှုရင်ဆိုင်ရန်၊ သက်သေခံရန်ရှိသူများ၊

(ဃ) ကိုယ်ဝန်ဆောင်နှင့် မီးဖွားပြီးစ အမျိုးသမီးများ၊

(င) နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းနည်းဥပဒေများ၊ နည်းဥပဒေ ၁၀၁၊ နည်းဥပဒေခွဲ(ဇ)အရ မွေးကင်းစကလေးငယ် ပြုစုစောင့်ရှောက်ခွင့် ခံစားမည့်သူများ၊

(စ) သင်တန်းကာလအတွင်း အဝေးသင်တက္ကသိုလ် စာမေးပွဲဖြေဆိုရန်ရှိသူများ၊

(ဆ) သင်တန်းကာလအတွင်း နိုင်ငံခြားပညာသင်၊ သင်တန်း၊ လေ့လာရေး၊ ဆွေးနွေးပွဲ၊ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ သွားရောက်ရန်ရှိသူများ၊

(ဇ) ဌာနတွင်း ရာထူးတိုးစာမေးပွဲဖြေဆိုရန် အကျုံးဝင်သူများနှင့် ဖြေဆိုထားသူများ။

မှတ်ချက်။ အသက်ကန့်သတ်ချက်ကို (၄၅)နှစ်နှင့်အောက်ဟု သတ်မှတ်ထားသော်လည်း သက်ဆိုင်ရာ ဝန်ကြီးဌာန၊ အဖွဲ့အစည်းနှင့် တိုင်းဒေသကြီး/ ပြည်နယ်အစိုးရအဖွဲ့များ၏ လုပ်ငန်းလိုအပ်ချက်အရ ဆန္ဒပြုပါက စိစစ်လက်ခံပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။ စာပိုဒ်(၃)ပါ အချက်တစ်ခုခုနှင့် ငြိစွန်းသူများအား လုံးဝ(လုံးဝ) စေလွှတ်ခြင်းမပြုရန် ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ယူဆောင်လာရမည့် ပစ္စည်းများ

၄။ (က) အောက်ပါပစ္စည်းများ ယူဆောင်လာရမည်-

(၁)	ခြင်ထောင်	၁ လုံး
(၂)	အိပ်ယာခင်း	၁ ခု
(၃)	ခေါင်းအုံးစွပ်	၁ ခု
(၄)	မတ်ခွက်	၁ လုံး
(၅)	ဇွန်း/ခက်ရင်း	၁ စုံ
(၆)	အနွေးထည်/မိုးကာအင်္ကျီအရှည်	၁ ထည်စီ
(၇)	တိုက်ပုံ(အဖြူ)(သင်တန်းသား)	၁ ထည်
(၈)	ခြေအိတ် (အဖြူ)	၂ စုံ
(၉)	ခြေအိတ်(အနက်)	၂ စုံ
(၁၀)	သေတ္တာ/ Baggage	၁ လုံး
(၁၁)	နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေများ	၁ အုပ်စီ
(၁၂)	ဗလာစာအုပ်	၁ ဒါဇင်
(၁၃)	ကင်းဘက်ဖိနပ်(အဖြူ)	၁ ရန်
(၁၄)	PT အင်္ကျီ တီရှပ်(အဖြူ)	၁ ထည်
(၁၅)	A4 80 ဂရမ်	၁ထုပ် (သင်ခန်းစာဖြန့်ဝေရန်)

(ခ) သတင်းပို့လာရောက်သည့်အခါ အောက်ဖော်ပြပါ အထောက်အထား စာရွက်စာတမ်းများကို တစ်ပါတည်း ယူဆောင်လာကြရမည်–

(၁) နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြား၊

(၂) ဌာနဆိုင်ရာ ခရီးသွားလာခွင့်အမိန့်၊

(၃) အမှုကင်းရှင်းကြောင်း ဌာနဆိုင်ရာထောက်ခံချက်၊

(၄) ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ ဆေးလက်မှတ် ထောက်ခံချက် ပေးပိုင်ခွင့်ရှိသော ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းတာဝန်ခံဆရာဝန်များထံမှကျန်းမာကြောင်းဆေးထောက်ခံချက်၊

(၅) Covid-19 ကာကွယ်ဆေး (၂)ကြိမ် ထိုးပြီးကြောင်းထောက်ခံချက်နှင့် သင်တန်းသို့ ဝင်ရောက် သတင်းမပို့မီ (၇၂)နာရီအတွင်း Covid-19 ရောဂါပိုးစစ်ဆေးပြီး ရောဂါပိုး မတွေ့ရှိကြောင်း ထောက်ခံချက်၊

(ဂ) အောက်ပါစရိတ်များ ကျခံရပါမည်–

(၁) လစဉ်ဆံပင်ညှပ်ခ(သင်တန်းသား)၊

(၂) ကသဆွဲပြား၊

(၃) လိုင်စင်ခေါတ်ပုံကြေး၊

(၄) ဒိုဘီခ၊

(၅) ယူနီဖောင်းတံဆိပ်တပ်ခ။

(ဃ) တက္ကသိုလ်မှအောက်ပါပစ္စည်းများ ထုတ်ပေးမည်ဖြစ်ပြီး သင်တန်းဆင်းပါကပြန်လည်အပ်နှံရမည်ဖြစ်ပါသည် –

(၁) ခုတင်

(၂) မွေ့ရာ

(၃) ခေါင်းအုံး (၁)လုံး

(၄) စောင် (၁)ထည်

(၅) ယူနီဖောင်း(၃)စုံ

(၆) လျှာထိုးဦးထုပ် (၁)လုံး

(၇) ခါးပတ် (၁)ခု

(၈) တောစီးဖိနပ်(အနက်) (၁)ရန်

(၉) ရှူးဖိနပ်(အနက်) (၁)ရန်

(၁၀) ဘေးလွယ်အိတ်(၁)လုံး

(၁၁) PT ဘောင်းဘီ (၁)ထည်

သင်တန်းမဖွင့်မီအစီအစဉ်

၅။ သင်တန်းမဖွင့်မီအစီအစဉ်မှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်-

(က) **၁၆-၉-၂၀၂၃ (စနေနေ့) ၀၉:၀၀ နာရီမှ ၁၁:၀၀ နာရီထိ**

- အဆောင်ကြီးကြပ်အဖွဲ့က သင်တန်းကာလအတွင်း သင်တန်းသား/သူများ၏ နေထိုင်စားသောက်မှုစည်းကမ်း၊ စာသင်ဆောင်စည်းကမ်း၊ အိပ်ဆောင်စည်းကမ်းများအား ရှင်းလင်းခြင်း၊

၁၆-၉-၂၀၂၃ (စနေနေ့) ၁၃:၀၀ နာရီမှ ၁၆:၀၀ နာရီထိ

- သင်တန်းဝတ်စုံများ ထုတ်ပေးခြင်းနှင့် တက္ကသိုလ်စျေးတန်းသို့ သင်တန်းသုံးပစ္စည်းများ ဝယ်ယူခြင်း။

(ခ) **၁၇-၉-၂၀၂၃ (တနင်္ဂနွေနေ့) ၀၉:၀၀ နာရီမှ ၁၁:၀၀ နာရီထိ**

- ကာကွယ်ရေးပညာဌာနမှ အဆောင်ခင်းကျင်းမှုနှင့် ဝတ်စားဆင်ယင်မှုများအား ရှင်းလင်းခြင်း၊

၁၇-၉-၂၀၂၃ (တနင်္ဂနွေနေ့) ၁၃:၀၀ နာရီမှ ၁၆:၀၀ နာရီထိ

- တက္ကသိုလ်ဆေးရုံတွင် ကျန်းမာရေးဆေးစစ်မှုခံယူခြင်း။

နေ့စဉ်အချိန်ဇယား

၆။ အောက်ဖော်ပြပါ သင်တန်းအချိန်ဇယားအတိုင်း လေ့ကျင့်သင်ကြားမှုများ ပြုလုပ်ကြရပါမည်-

(က)	၀၅:၃၀	နာရီ	နံနက်အိပ်ယာထချိန်။
(ခ)	၀၆:၀၀ - ၀၆:၃၀	နာရီ	နံနက်ကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်ရေး။
(ဂ)	၀၆:၃၀ - ၀၆:၅၀	နာရီ	နံနက်စောစာစားချိန်။
(ဃ)	၀၇:၂၀	နာရီ	တန်းစီ၊ လူစစ်၊ သစ္စာဆို။
(င)	၀၈:၀၀ - ၁၁:၅၀	နာရီ	နံနက်ပိုင်းသင်တန်းချိန်များ။
(စ)	၁၂:၀၀ - ၁၃:၀၀	နာရီ	နေ့လည်စာစားချိန်။
(ဆ)	၁၃:၀၀ - ၁၅:၅၀	နာရီ	နေ့လည်ပိုင်းသင်တန်းချိန်များ။
(ဇ)	၁၆:၃၀ - ၁၇:၀၀	နာရီ	ညနေပိုင်းကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်ရေး။

(ဈ) ၁၇:၃၀ - ၁၈:၃၀ နာရီ ညနေစာစားချိန်။

(ည) ၁၈:၅၀ နာရီ တန်းစီ၊ လူစစ်၊ သစ္စာဆို။

(ဋ) ၁၉:၀၀ - ၂၁:၀၀ နာရီ ကိုယ်ပိုင်စာကြည့်ချိန်။

(ဌ) ၂၁:၃၀ နာရီ အိပ်ချိန်(မီးအားလုံးမှိတ်)။

ဝတ်စုံသတ်မှတ်ချက်

၇။ သင်တန်းတက်ရောက်နေစဉ်ကာလအတွင်း အောက်ပါအတိုင်း ဝတ်ဆင်ရမည် -

(က) သင်တန်းချိန်အတွင်း အောက်ပါအတိုင်း ဝတ်ဆင်ရမည် ဖြစ်ပါသည် -

(၁) **သင်တန်းသား/သူများ။** သင်တန်းဝတ်စုံ(၃)စုံကို တက္ကသိုလ်မှထောက်ပံ့ပေးပါမည်။

(ခ) ကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်ရေး (Physical Exercise) ပြုလုပ်ချိန်တွင် အောက်ပါအတိုင်း ဝတ်ဆင်ရမည်-

(၁) **သင်တန်းသား/သူများ။** PT Uniform ဘောင်းဘီရှည်၊ တီရှပ်၊ ကင်းဘတ်ဖိနပ် (အဖြူ)၊ ခြေအိတ်။

(ဂ) စားရိပ်သာ၌ ထမင်းစားချိန်တွင် အောက်ပါအတိုင်းဝတ်ဆင်ရမည်-

(၁) **သင်တန်းသားများ။** လည်ကတုံးအင်္ကျီ၊ ကော်လံပါသောအင်္ကျီ၊ ပုဆိုးနှင့် ညှပ်ဖိနပ်။

(၂) **သင်တန်းသူများ။** မြန်မာအင်္ကျီလက်ရှည်၊ လက်စက၊ ထဘီနှင့်ညှပ်ဖိနပ်။

(ဃ) သင်တန်းချိန်ပြင်ပ တက္ကသိုလ် အပန်းဖြေနယ်မြေသို့ ထွက်ခွာရာတွင် အောက်ပါအတိုင်းဝတ်ဆင်ရမည်-

(၁) **သင်တန်းသားများ။** လည်ကတုံးအင်္ကျီအဖြူ၊ တိုက်ပုံအဖြူ၊ ပုဆိုးနှင့် ညှပ်ဖိနပ်

(၂) **သင်တန်းသူများ။** ရင်ဖုံးအင်္ကျီလက်ရှည်၊ လက်စက၊ ထဘီ၊ ညှပ်ဖိနပ်။

(င) သတ်မှတ်ဝတ်စုံများကို ဝတ်ဆင်ရာတွင် သင်တန်းသားစိစစ်ရေးကတ်ကို သင်တန်းဝတ်စုံများ၌ လက်ယာဘက်ရင်အုံ ဒုတိယမြောက်ကြယ်သီး၏ တည့်တည့်တွင် တပ်ဆင်ရမည်ဖြစ်ပြီး၊ အရပ်ဝတ်ဖြင့်ဝတ်ဆင်ရာ၌ လည်ဆွဲကတ်ပြားများကို လည်ပင်းတွင် ချိတ်ဆွဲဝတ်ဆင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

(စ) မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးတမ်းနှင့် မလျော်ညီသော ဆံပင်ကို ဆေးရောင်စုံဆိုးခြင်း၊ အမျိုးသားများတွင် နားကွင်း/ နားကပ်ပန်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ နားပေါက်အများအပြားဖောက်၍ နားကပ်ပန်ခြင်းတို့ကို ခွင့်မပြုပါ။

စည်းကမ်းများ

၈။ အောက်ဖော်ပြပါ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်များကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ကြရပါမည်-

(က) **စာသင်ဆောင်စည်းကမ်း**

(၁) သတ်မှတ်ဝတ်စုံကိုဝတ်ဆင်ရမည်၊

(၂) စာသင်ခန်းတွင် အချိန်မီနေရာယူပြီးဖြစ်ရမည်၊

(၃) သင်တန်းနှင့် မသက်ဆိုင်သည့် စာအုပ်၊ ပစ္စည်း၊ အစားအသောက် စသည်များကို ယူဆောင်ခွင့်မပြု၊

(၄) ပို့ချဆရာအား အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေမည့် အပြုအမူများ(ဖုန်းပြောဆိုခြင်း၊ အချင်းချင်းစကားပြောခြင်း၊ ဓာတ်ပုံရိုက်ခြင်း)မပြုလုပ်ရ။

(ခ) **အိပ်ဆောင်စည်းကမ်း**

(၁) တစ်ယောက်အိပ်ခန်း (သို့မဟုတ်) Hall Type များစီစဉ်ပေးမည်ဖြစ်ပြီး သတ်မှတ်ပေးထားသော အိပ်ခန်း/ အိပ်ဆောင်များတွင် စည်းကမ်းတကျ နေထိုင်ရမည်၊

(၂) အသုံးပြုရန်ထုတ်ပေးထားသော ပစ္စည်းများကို စနစ်တကျ ကိုင်တွယ်အသုံးပြုရမည်၊

(၃) အိပ်ခန်း/အိပ်ဆောင်အတွင်းသို့ ဧည့်သည်များ ခေါ်ဆောင်ခြင်းမပြုရ၊

(၄) အိပ်ခန်း/အိပ်ဆောင် အတွင်း / အပြင်ကို နေ့စဉ်သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ပြီး သပ်ရပ်စွာဖြင့် စနစ်တကျ ဆောင်ရွက်ထားရမည်၊

(၅) အိပ်ခန်း/အိပ်ဆောင်အတွင်း၌ ချက်ပြုတ်စားသောက်ခြင်း လုံးဝမပြုလုပ်ရ၊

(၆) နိုင်ငံပိုင်ပစ္စည်းများကို မိမိကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းသဖွယ် ဂရုတစိုက် ရှိသေစွာ ကိုင်တွယ် အသုံးပြုကြရမည်။ မိမိကြောင့် နိုင်ငံပိုင်ပစ္စည်း တစ်စုံတစ်ရာ ပျက်စီး၊ ပျောက်ဆုံးပါက ပစ္စည်းတန်ဖိုး၏ (၃)ဆကို ပေးလျော်ရမည်။

(ဂ) **စားရိပ်သာစည်းကမ်း**

(၁) စည်းကမ်းတကျ စားသောက်ကြရမည်၊

(၂) သတ်မှတ်ဝတ်စုံကို ဝတ်ဆင်ကြရမည်၊

(၃) တာဝန်မှအပ စားရိပ်သာဝန်ထမ်းများနှင့် ဆက်သွယ်ဆက်ဆံခြင်း မပြုလုပ်ရ၊

(၄) သတ်မှတ်ချိန်အတွင်းသာ စားသောက်ရမည်။

(ဃ) **စာကြည့်တိုက်စည်းကမ်း**

(၁) သင်တန်းချိန်ပြင်ပ ကိုယ်ပိုင်ချိန်များတွင် အသုံးပြုခွင့်ရှိသည်၊

(၂) သတ်မှတ်ထားသောစည်းကမ်းအတိုင်း စာအုပ်စာတမ်းများကို ငှားရမ်းဖတ်ရှုနိုင်သည်။

(င) **COVID-19 စည်းကမ်း**

(၁) ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask)ကို စနစ်တကျတပ်ဆင်ရမည်။

(၂) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး (၆)ပေကွာနေထိုင်ရမည်။

(၃) လက်ကိုမကြာခဏဆေးကြောရမည်။

(၄) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အသိပေး၊သတိပေးရမည်။

(၅) ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနမှထုတ်ပြန်ထားသည့် COVID-19 စည်းကမ်းချက်များနှင့်အညီ အခါအားလျော်စွာ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်မှ ထုတ်ပြန်သည့် COVID-19 ဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာရမည်။

၉။ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူအားလုံးတို့သည် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်မှ ထုတ်ပြန်ထားသော သင်တန်းဝင်ညွှန်ကြားလွှာ၊ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများ လိုက်နာရန် သင်တန်းဆိုင်ရာ တည်မြဲအမိန့်နှင့် အခါအားလျော်စွာ ထုတ်ပြန်ထားသော ဒေသန္တရအမိန့်နှင့် ညွှန်ကြားချက်များကို တိကျစွာလိုက်နာကြရမည့်အပြင် အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကိုလည်း လိုက်နာရမည်ဖြစ်သည်-

(က) နိုင်ငံတော်အစိုးရမှ သတ်မှတ်ထားသော ဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေများ၊ အမိန့်နှင့် ညွှန်ကြားချက်များ၊ သီးခြားထုတ်ပြန်ထားသော အမိန့်နှင့်ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာရမည်၊

(ခ) နိုင်ငံရေးပါတီများနှင့် ပတ်သက်ဆက်နွယ်ခြင်း၊ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ခြင်းမပြုရ၊

(ဂ) နိုင်ငံရေးပါတီတစ်ခုခု၏ အမှတ်တံဆိပ်ပါရှိသည့် အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ ဝတ်ဆင်အသုံးပြုခြင်း၊ နိုင်ငံတော်ကို ဆန့်ကျင်သည့် အရေးအသား အပြောအဆိုများဖြင့် လှုံ့ဆော်ခြင်း၊ အားပေးအားမြှောက်ပြုခြင်းများလုံးဝ(လုံးဝ)မပြုလုပ်ရ၊

(ဃ) သင်တန်းနှင့်ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများ၊ နိုင်ငံရေးနှင့်ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများကို လူမှုကွန်ယက်တွင် လွှင့်တင်ခြင်း၊ Like & Share ပြုလုပ်ခြင်း၊ Comment ရေးသားခြင်းများလုံးဝ(လုံးဝ)မပြုလုပ်ရ။

တားမြစ်ချက်များ

၁၀။ သင်တန်းသို့ အောက်ပါပစ္စည်းများ ယူဆောင်မလာရန် တားမြစ်သည်–

(က) လူကိုအန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သည့်ပစ္စည်းများနှင့် ခိုက်ရှုနာဖြစ်စေတတ်သော ပစ္စည်းများ၊

(ခ) အဖိုးတန်လက်ဝတ် ရတနာပစ္စည်းများနှင့် များပြားသော ငွေကြေးပမာဏ၊

(ဂ) ရေဒီယို၊ ကက်ဆက်နှင့် တူရိယာပစ္စည်းများ၊

(ဃ) စစ်တုရင်၊ ကျားခုံ ၊ ဇယ်တောက်ခုံ၊

(င) မူးယစ်စေတတ်သော အဖျော်ယမကာများ၊ စိတ်ပြောင်းမူးယစ်ဆေးဝါးနှင့် အကျုံးဝင်သည့် ပစ္စည်းများ၊

(စ) သင်တန်းနှင့် မသက်ဆိုင်သော ပစ္စည်းများ (ဥပမာ– မော်တော်ကား၊ ဆိုင်ကယ်)၊

(ဆ) မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးတမ်းနှင့်မလျော်ညီသော အမျိုးသား/ အမျိုးသမီးများ ဆံပင်ကို ဆေးရောင်စုံဆိုးခြင်း၊ အမျိုးသားများ နားကွင်း/ နားကပ်ပန်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ နားပေါက်အများအပြားဖောက်၍ နားကပ်ပန်ခြင်းတို့ကိုခွင့်မပြုပါ၊

(ဇ) တက္ကသိုလ်နယ်မြေအတွင်းတွင် မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုနှင့် လျော်ညီသင့်တော်ခြင်း မရှိသည့် သရုပ်ပျက်ဝတ်စားဆင်ယင်မှုများ၊ ပါတီနိုင်ငံရေးနှင့် ကင်းရှင်းမှုမရှိသည့် ရုပ်ပုံ/ အလံ/ တံဆိပ်/ စာသားများ ပါရှိသည့် အဝတ်အစားများ ဝတ်ဆင်ခြင်းမပြုရ။

အထွေထွေကိစ္စရပ်များ

၁၁။ အောက်ပါစည်းကမ်းများကို လိုက်နာရမည်ဖြစ်ပါသည်–

(က) အိပ်ဆောင်များနှင့် စားရိပ်သာများတွင် စုပေါင်းနေထိုင် စားသောက်ကြရမည်ဖြစ်ပြီး အခြား မည်သူတစ်စုံ တစ်ဦးကိုမှ သင်တန်းခန်း၊ သင်တန်းဆောင်များသို့ ခေါ်ဆောင်ခွင့်မပြုပါ၊

(ခ) မိမိတို့နေထိုင်ရာ အဆောင်ဝန်း အတွင်း/ အပြင် သန့်ရှင်းရေးကို နေ့စဉ် ဆောင်ရွက်ကြရမည်။

သင်တန်းပျက်ကွက်ခွင့်

၁၂။ သင်တန်းကာလအတွင်း ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စများအတွက် သင်တန်းပျက်ကွက်ခွင့်ပြုမည် မဟုတ်ဘဲ နာရေးကိစ္စနှင့် အထောက်အထား ခိုင်လုံသောကိစ္စများကိုသာ စဉ်းစားမည်ဖြစ်သည်။

၁၃။ တစ်ဆင့်မြင့်ရာထူးအတွက် ပြည်ထောင်စုရာထူးဝန်အဖွဲ့(သို့မဟုတ်) သက်ဆိုင်ရာဝန်ကြီးဌာနမှ ပြုလုပ်သော စာမေးပွဲများမှအပ မည်သည့်စာမေးပွဲကိုမျှ ဖြေဆိုခွင့်ပြုမည်မဟုတ်ပါ။

မိခင်ဌာနသို့ ပြန်လည်စေလွှတ်ခြင်း

၁၄။ သင်တန်းတက်ရောက်နေစဉ်ကာလအတွင်း သင်တန်းဆိုင်ရာ စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်ခြင်း၊ ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွားခြင်းနှင့် ရိုင်းပျစွာပြုမူဆက်ဆံခြင်း၊ သင်တန်းချိန် စုစုပေါင်း၏(၁၀%)ပျက်ကွက်ခြင်း၊ ခွင့်မဲ့ပျက်ကွက်စုစုပေါင်း(၇၂)နာရီ ပျက်ကွက်ခြင်း၊ သင်တန်းတက်ရောက်စဉ်ကာလအတွင်း CDM ဝန်ထမ်းများနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ အစိုးရဆန့်ကျင်ဘက်မီဒီယာများနှင့်သော်လည်းကောင်း ချိတ်ဆက်၍ သင်တန်းဆိုင်ရာအချက်အလက်များ၊ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာအချက်အလက်များ၊ တက္ကသိုလ် ဆိုင်ရာအချက်အလက်များ ပေးပို့ခြင်းမပြုရ၊ ပေးပို့ကြောင်းစုံစမ်းသိရှိရပါက သင်တန်းတက်ရောက် ခြင်းမှရပ်စဲ၍ ဌာနဆိုင်ရာအရေးယူဆောင်ရွက်နိုင်ရေး မိခင်ဌာနသို့ ပြန်လည်စေလွှတ်ခြင်း ခံရမည်။

သက်သာချောင်ချိရေး

၁၅။ အောက်ပါအတိုင်း စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိပေးမည် ဖြစ်ပါသည်-

(က) **တက္ကသိုလ်တွင်းစျေးဆိုင်တန်း**

(၁) သတ်မှတ်ချိန်အတွင်း သွားနိုင်သည်၊

(၂) သတ်မှတ်ဝတ်စုံကို စနစ်တကျ ဝတ်ဆင်ရမည်၊

(၃) တရားမဝင်ပစ္စည်းများ ဆက်သွယ်မှာယူ/ စားသုံးခြင်း မပြုလုပ်ရ။

(ခ) **ဒိုဘီပေးခြင်း။** မိသားစုဒိုဘီများသို့ စျေးနှုန်းချိုသာစွာဖြင့် အပ်နှံနိုင်ရန် စီစဉ်ပေးမည်။

ကျန်းမာရေး

၁၆။ အောက်ပါအတိုင်း ဆောင်ရွက်ပေးမည် ဖြစ်ပါသည်-

(က) သင်တန်းကာလအတွင်း ကျန်းမာရေးချို့တဲ့ပါက တက္ကသိုလ်ဆေးရုံသို့ အဖော်(၁)ဦး လိုက်ပါ၍ တက္ကသိုလ်ဆေးရုံ တာဝန်ခံဆရာဝန်ထံ ပြသရမည်၊

(ခ) အနားယူရန်လိုအပ်ပါက တက္ကသိုလ်ဆေးရုံ တာဝန်ခံဆရာဝန်က ဆေးနား (ဆေးအဆင့်-စီ) သတ်မှတ်ပေးမည်၊

(ဂ) သင်တန်းချိန်အတွင်း ဆေးခန်းသွားခြင်း၊ ဆေးနားခံစားခြင်း၊ ဆေးစစ်ခံသွားရောက် ခြင်းများအား သင်တန်းပျက်ကွက်ချိန်အဖြစ် သတ်မှတ်မည်။

လောင်းကစားခြင်း၊ မူးယစ်စေတတ်သော အဖျော်ယမကာများ၊ မူးယစ်ဆေးဝါးနှင့် အကျိုးဝင်သည့် ပစ္စည်းများ သုံးစွဲခြင်း

၁၇။ အောက်ပါအချက်များကို လိုက်နာရမည်-

(က) သင်တန်းကာလအတွင်း မည်သည့်လောင်းကစားမှု မပြုလုပ်ရ၊

(ခ) မူးယစ်စေတတ်သော အဖျော်ယမကာများ၊ မူးယစ်ဆေးဝါးနှင့် အကျိုးဝင်သည့် ပစ္စည်းများ သုံးစွဲခြင်း/ ယူဆောင်လာခြင်းလုံးဝ မပြုလုပ်ရ၊

(ဂ) ဖောက်ဖျက်ကျူးလွန်ပါက သင်တန်းဆက်လက်တက်ရောက်ခြင်းမှရပ်စဲခြင်းခံရမည်။

တက္ကသိုလ်မှပြန်လည်ထွက်ခွာခြင်း

၁၈။ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများသည် သင်တန်းပြီးဆုံး၍ တက္ကသိုလ်မှ ပြန်လည် ထွက်ခွာရာတွင် အောက်ပါအချက်များကို ဆောင်ရွက်ရပါမည်-

(က) ထုတ်ပေး/ ငှားရမ်းထားသောပစ္စည်းများအား ပြန်လည်အပ်နှံပြီးဖြစ်ရမည်၊

(ခ) ငွေကြေးဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များ ရှင်းလင်းပြီး ဖြစ်ရမည်။

(ဂ) မိမိအိပ်ခန်း/အိပ်ဆောင် အတွင်း/ အပြင် သန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ပြီး ဖြစ်ရမည်။

သင်တန်းဆင်းအစီရင်ခံစာပေးပို့ခြင်း

၁၉။ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများအနေဖြင့် သင်တန်းအောင်မြင်ပြီးမြောက်၍ သက်ဆိုင်ရာ ဝန်ကြီးဌာနသို့ ရောက်ရှိတာဝန်ထမ်းဆောင်သည့်အခါတွင် သင်တန်းဆင်းအစီရင်ခံစာ ပြန်လည် တင်ပြရမည်ဖြစ်ပြီး ပြည်ထောင်စုရာထူးဝန်အဖွဲ့သို့ မိတ္တူပေးပို့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။