



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်
ပြည်ထောင်စုရာထူးဝန်အဖွဲ့
နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အထက်မြန်မာပြည်)
အုပ်ချုပ်မှုစွမ်းရည်မြှင့်တင်ရေးသင်တန်း အမှတ်စဉ်(၇)
သင်တန်းဝင်ညွှန်ကြားလွှာ



တည်နေရာ၊ သင်တန်းကာလနှင့် သတင်းပို့ရမည့်နေ့

၁။ အုပ်ချုပ်မှုစွမ်းရည်မြှင့်တင်ရေးသင်တန်း အမှတ်စဉ်(၇)ကို မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ်၊ ဇီးပင်ကြီးကျေးရွာအနီးရှိ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အထက်မြန်မာပြည်)တွင် ၂၀၂၄ ခုနှစ်၊ မေလ ၆ ရက်နေ့မှစ၍ ဇူလိုင်လ ၁၂ ရက်နေ့အထိ ရက်သတ္တ(၁၀)ပတ်ကြာ ဖွင့်လှစ်မည် ဖြစ်ပြီး သင်တန်းတက်ရောက်ရမည့်သူများသည် ၂၀၂၄ ခုနှစ်၊ မေလ ၃ ရက် (သောကြာ)နေ့ မွန်းလွဲပိုင်း (၁၈:၀၀)နာရီ နောက်ဆုံးထား၍ ရောက်ရှိသတင်းပို့ကြရမည်။

ရည်ရွယ်ချက်

၂။ နိုင်ငံ့တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော အရာထမ်း၊ အမှုထမ်းများအား အမျိုးသားရေးအမြင် ရရှိရေးနှင့် စိတ်ဓာတ် ကြံ့ခိုင်မှုရှိစေရေးတို့အတွက် လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးရန်နှင့် သက်ဆိုင်ရာ ပညာရပ်များကို အခြေခံအားဖြင့် နားလည်သဘောပေါက်စေပြီး စည်းကမ်းနှင့် ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာကို စောင့်သိထိန်းသိမ်းတတ်သော ဝန်ထမ်းကောင်းများ ဖြစ်လာစေရန်ရည်ရွယ်သည်။

သင်တန်းသား အရည်အချင်းသတ်မှတ်ချက်

၃။ ပြည်ထဲရေးဝန်ကြီးဌာန၊အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန၌ တာဝန်ထမ်းဆောင်လျက်ရှိသော လစာနှုန်း (၃၀၈၀၀၀ - ၄၀၀၀၀ - ၃၂၈၀၀၀)၊ (၂၇၅၀၀၀- ၄၀၀၀၀ -၂၉၅၀၀၀)၊ (၂၁၆၀၀၀ -၂၀၀၀၀ - ၂၂၆၀၀၀) အဆင့်ရှိ အသက်(၄၅)နှစ် ထက်မကျော်လွန်သည့် အရာထမ်း၊ အမှုထမ်းများ တက်ရောက်ရမည်ဖြစ်ပြီး အောက်ပါ ပုဂ္ဂိုလ်များ အားလုံး(လုံးဝ)စေလွှတ်ခြင်းမပြုရန် ဖော်ပြအပ်ပါသည်-

- (က) ဆေးအဆင့်မမီသူများ (ဥပမာ-ကူးစက်ရောဂါ၊ စိတ်ရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါ၊ အရေပြားရောဂါ၊ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ ခြေ၊ လက်၊ ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်း ခွဲစိတ်ကုသထားသူများနှင့်ဆေးထောက်ခံချက်တွင် Unfit For Training) ဖြစ်နေသူများ၊
- (ခ) COVID-19 ကာကွယ်ဆေး(၂)ကြိမ် မထိုးရသေးသူများ၊
- (ဂ) အမှုကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ ခုံရုံး၊ တရားရုံးများတွင် အမှုဆိုင်ရန်၊ သက်သေခံရန်ရှိသူများ၊
- (ဃ) ကိုယ်ဝန်ဆောင်နှင့် မီးဖွားပြီးစ အမျိုးသမီးများ၊

- (င) နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းနည်းဥပဒေများ၊ နည်းဥပဒေ ၁၀၁၊ နည်းဥပဒေခွဲ (ဇ)အရ မွေးကင်းစ ကလေးငယ် ပြုစုစောင့်ရှောက်ခွင့်ခံစားမည့်သူများ၊
- (စ) သင်တန်းကာလအတွင်း နိုင်ငံခြားပညာသင်၊ သင်တန်း၊ လေ့လာရေး၊ ဆွေးနွေးပွဲ၊ အလုပ်ရုံ ဆွေးနွေးပွဲ သွားရောက်ရန်ရှိသူများနှင့် အဝေးသင်တက္ကသိုလ်စာမေးပွဲဖြေဆိုရန် ရှိသူများ။
- (ဆ) ဌာနတွင်းရာထူးတိုးစာမေးပွဲဖြေဆိုရန် အကျိုးဝင်သူများနှင့် ဖြေဆိုထားသူများ။

တက္ကသိုလ် Website တွင် ရောက်ရှိသတင်းပို့ခြင်း

၄။ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများသည် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အထက်မြန်မာပြည်)သို့ ရောက်ရှိပါက တက္ကသိုလ်၏ Website တွင် ရောက်ရှိသတင်းပို့ခြင်း လုပ်ငန်းစဉ်ကို အောက်ပါအတိုင်း ဆောင်ရွက် ပေးရမည်ဖြစ်ပါသည်-

- (က) တက္ကသိုလ်၏ Website (www.cicsum.edu.mm) သို့ ဝင်ရောက်ကာ “သင်တန်းများ” ကို ရွေးချယ်ပြီးနောက် “ရောက်ရှိသတင်းပို့”အား နှိပ်ပါ။
- (ခ) နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြားအမှတ် ဖြည့်သွင်းရမည့်ပုံစံကျလာပါက နိုင်ငံသား အမှတ်အားဖြည့်သွင်း၍ “ရောက်ရှိသတင်းပို့မည်” ကို နှိပ်လျှင် သင်တန်းသား၏ ကိုယ်ရေးအချက်အလက်ပုံစံ (အကျဉ်း) ကျလာမည်ဖြစ်ပါသည်။
- (ဂ) ကျလာသည့်ပုံစံတွင် သင်တန်းသား၏ ကိုယ်ရေးအချက်အလက်များအား စစ်ဆေး၍ မှန်ကန်ပါက “စာရင်းပို့မည်” ကိုနှိပ်လျှင် ရောက်ရှိသတင်းပို့ခြင်း ပြီးမြောက်မည်ဖြစ်ပါသည်။

(မှတ်ချက်။ သင်တန်းသားအမည်စာရင်းများကို သက်ဆိုင်ရာဝန်ကြီးဌာနနှင့် အဖွဲ့အစည်းများမှ Training Management System-TMS ကို အသုံးပြု၍ ဖြည့်သွင်းပေးပို့ထားရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသို့ဖြည့်သွင်းထားခြင်းမရှိပါက နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အထက်မြန်မာပြည်)သို့ ရောက်ရှိချိန်တွင် သင်တန်းသားများအနေဖြင့် ရောက်ရှိသတင်းပို့ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်အား ဆောင်ရွက်နိုင်မည်မဟုတ်ပါ သဖြင့် သက်ဆိုင်ရာဝန်ကြီးဌာနနှင့် အဖွဲ့အစည်းများတွင် မပျက်မကွက်ဖြည့်သွင်းရန်။)

ယူဆောင်လာရမည့် ပစ္စည်းများ

၅။ (က) အောက်ပါပစ္စည်းများ ယူဆောင်လာရမည်-

- | | | |
|-------|----------------|--------|
| (၁) | ခြင်ထောင် | ၁ လုံး |
| (၂) | စောင် | ၁ ထည် |
| (၃) | ခေါင်းအုံးစွပ် | ၁ ခု |
| (၄) | မတ်ခွက် | ၁ လုံး |
| (၅) | ဇွန်း/ခက်ရင်း | ၁ စုံ |

- (၆) အနွေးထည်/မိုးကာအင်္ကျီ ၁ ထည်စီ
- (၇) တိုက်ပုံ(အဖြူ) ၁ ထည်
- (၈) ခြေအိတ် (အဖြူ) ၂ စုံ
- (၉) ခြေအိတ် (အနက်) ၂ စုံ
- (၁၀) သေတ္တာ(သေ့ခလောက်နှင့်) ၁ လုံး
- (၁၁) နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေများ ၁ အုပ်စီ
- (၁၂) ဗလာစာအုပ် ၁ ဒါဇင်
- (၁၃) ကင်းဘတ်ဖိနပ်(အဖြူ) ၁ ရန်
- (၁၄) PT အင်္ကျီ တီရှပ် (အဖြူ) ၁ ထည်
- (၁၅) A4 80 ဂရမ် ၁ ထုပ် (သင်ခန်းစာဖြန့်ဝေရန်)
- (ခ) သတင်းပို့လာရောက်သည့်အခါ အောက်ဖော်ပြပါ အထောက်အထား စာရွက်စာတမ်းများကို တစ်ပါတည်း ယူဆောင်လာကြရမည်-
 - (၁) နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြား၊
 - (၂) ဌာနဆိုင်ရာ ခရီးသွားလာခွင့်အမိန့်၊
 - (၃) အမှုကင်းရှင်းကြောင်း ထောက်ခံချက်၊
 - (၄) ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနအောက်ရှိ ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်း တာဝန်ခံဆရာဝန်များထံမှ ကျန်းမာကြောင်း ဆေးထောက်ခံချက်၊
 - (၅) Covid19ကာကွယ်ဆေး(၂)ကြိမ် ထိုးပြီးကြောင်း ထောက်ခံချက်နှင့် သင်တန်းသို့ ဝင်ရောက်သတင်းမပို့မီ (၇၂)နာရီအတွင်း Covid-19 ရောဂါပိုးစစ်ဆေးပြီး ရောဂါပိုးမတွေ့ရှိကြောင်း ထောက်ခံချက်။
- (ဂ) အောက်ပါစရိတ်များ ကျခံရပါမည်-
 - (၁) လစဉ်ဆံပင်ညှပ်ခ(သင်တန်းသား)၊
 - (၂) ကသဆွဲပြား၊
 - (၃) လိုင်စင်ဓာတ်ပုံကြေး၊
 - (၄) ဒိုဘီခ၊
 - (၅) ယူနီဖောင်းတံဆိပ်တပ်ခ။
- (ဃ) တက္ကသိုလ်မှအောက်ပါပစ္စည်းများ ထုတ်ပေးမည်ဖြစ်ပြီး သင်တန်းဆင်းပါကပြန်လည် အပ်နှံရမည်ဖြစ်ပါသည် -
 - (၁) ခုတင်
 - (၂) မွှေရာ

- (၃) ခေါင်းအုံး (၁) လုံး
- (၄) အခင်း(စစ်စိမ်း) (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

၆။ သင်တန်းမဖွင့်မီဆောင်ရွက်ရမည့် အစီအစဉ်မှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည် -

(က) ၄-၅-၂၀၂၄ (စနေနေ့) ၀၉:၀၀ နာရီမှ ၁၁:၀၀ နာရီထိ

- အဆောင်ကြီးကြပ်အဖွဲ့က သင်တန်းကာလအတွင်း သင်တန်းသား/သူများ၏ နေထိုင်စားသောက်မှုစည်းကမ်း၊ စာသင်ဆောင်စည်းကမ်း၊ အိပ်ဆောင်စည်းကမ်း များအား ရှင်းလင်းခြင်း၊

၄-၅-၂၀၂၄(စနေနေ့) ၁၃:၀၀ နာရီမှ ၁၆:၀၀ နာရီထိ

- သင်တန်းဝတ်စုံများ ထုတ်ပေးခြင်းနှင့် တက္ကသိုလ်ဈေးတန်းသို့ သင်တန်းသုံး ပစ္စည်းများ ဝယ်ယူခြင်း။

(ခ) ၅-၅-၂၀၂၄ (တနင်္ဂနွေနေ့) ၀၉:၀၀ နာရီမှ ၁၁:၀၀ နာရီထိ

- ကာကွယ်ရေးပညာဌာနမှ အဆောင်ခင်းကျင်းမှုနှင့် ဝတ်စားဆင်ယင်မှုများအား ရှင်းလင်းခြင်း၊

၅-၅-၂၀၂၄ (တနင်္ဂနွေနေ့) ၁၃:၀၀ နာရီမှ ၁၆:၀၀ နာရီထိ

- တက္ကသိုလ်ဆေးရုံတွင် ကျန်းမာရေးဆေးစစ်မှုခံယူခြင်း။

နေ့စဉ်အချိန်ဇယား

၇။ အောက်ဖော်ပြပါ အချိန်ဇယားအတိုင်း လေ့ကျင့်သင်ကြားမှုများ ပြုလုပ်ကြရပါမည်-

- | | | | |
|-----|---------------|------|------------------------------|
| (က) | ၀၅:၃၀ | နာရီ | နံနက်အိပ်ယာထချိန်။ |
| (ခ) | ၀၆:၀၀ - ၀၆:၃၀ | နာရီ | နံနက်ကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်ရေး။ |
| (ဂ) | ၀၆:၃၀ - ၀၆:၅၀ | နာရီ | နံနက်စောစောစားချိန်။ |
| (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(မီးအားလုံးပိတ်) |

ဝတ်စုံသတ်မှတ်ချက်

- ၈။ သင်တန်းတက်ရောက်နေစဉ်ကာလအတွင်း အောက်ပါအတိုင်း ဝတ်ဆင်ရမည် -
- (က) သင်တန်းချိန်ဝတ်စုံ။ သင်တန်းဝတ်စုံ (၃)စုံကို တက္ကသိုလ်မှထုတ်ပေးပါမည်။
 - (ခ) ကြံ့ခိုင်ရေးဝတ်စုံ။ PT Uniform ဘောင်းဘီရှည်၊ တီရှပ်၊ ကင်းဘတ်ဖိနပ် (အဖြူ)၊ ခြေအိတ်။
 - (ဂ) စားရိပ်သာ၌ ထမင်းစားချိန်တွင် အောက်ပါအတိုင်းဝတ်ဆင်ရမည်-
 - (၁) သင်တန်းသားများ။ လည်ကတုံးအင်္ကျီ၊ ကော်လံပါသောအင်္ကျီ၊ ပုဆိုးနှင့် ညှပ်ဖိနပ်။
 - (၂) သင်တန်းသူများ။ မြန်မာအင်္ကျီလက်ရှည်၊ လက်စက၊ ထဘီနှင့်ညှပ်ဖိနပ်။
 - (ဃ) သင်တန်းချိန်ပြင်ပ တက္ကသိုလ်အပန်းဖြေနယ်မြေသို့ ထွက်ခွာရာတွင် အောက်ပါ အတိုင်းဝတ်ဆင်ရမည် -
 - (၁) သင်တန်းသားများ။ လည်ကတုံးအင်္ကျီအဖြူ၊ တိုက်ပုံအဖြူ၊ ပုဆိုးနှင့်ညှပ်ဖိနပ်။
 - (၂) သင်တန်းသူများ။ ရင်ဖုံးအင်္ကျီလက်ရှည်၊ လက်စက၊ ထဘီနှင့်ညှပ်ဖိနပ်။
 - (င) သတ်မှတ်ဝတ်စုံများကိုဝတ်ဆင်ရာတွင် သင်တန်းသားစိစစ်ရေးကတ်ကို သင်တန်း ဝတ်စုံများ၌ လက်ယာဘက်ရင်အုံ ဒုတိယမြောက်ကြယ်သီး၏ တည့်တည့်တွင် တပ်ဆင်ရမည်ဖြစ်ပြီး၊ အရပ်ဝတ်ဖြင့်ဝတ်ဆင်ရာ၌ လည်ဆွဲကတ်ပြားများကို လည်ပင်းတွင် ချိတ်ဆွဲဝတ်ဆင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

စည်းကမ်းများ

- ၉။ အောက်ဖော်ပြပါ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်များကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ကြရပါမည်-
- (က) **စာသင်ဆောင်စည်းကမ်း**
 - (၁) သတ်မှတ်ဝတ်စုံကိုဝတ်ဆင်ရမည်၊
 - (၂) စာသင်ခန်းတွင် အချိန်မီနေရာယူပြီးဖြစ်ရမည်၊
 - (၃) သင်တန်းနှင့် မသက်ဆိုင်သည့် စာအုပ်၊ ပစ္စည်း၊ အစားအသောက် စသည်များ ကို ယူဆောင်ခွင့်မပြု၊

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

(ခ) **အိပ်ဆောင်စည်းကမ်း**

- (၁) အိပ်ဆောင်များတွင် စည်းကမ်းတကျ နေထိုင်ရမည်၊
(၂) အသုံးပြုရန်ထုတ်ပေးထားသော ပစ္စည်းများကို စနစ်တကျကိုင်တွယ် အသုံးပြုရမည်၊
(၃) အိပ်ဆောင်အတွင်းသို့ ဧည့်သည်များ ခေါ်ဆောင်ခြင်းမပြုရ၊
(၄) အိပ်ဆောင် အတွင်း / အပြင်ကို နေ့စဉ်သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ရမည်၊
(၅) အိပ်ဆောင်အတွင်း၌ ချက်ပြုတ်စားသောက်ခြင်း လုံးဝမပြုလုပ်ရ၊
(၆) နိုင်ငံပိုင်ပစ္စည်းများကို မိမိကိုယ်ပိုင် ပစ္စည်းသဖွယ် ဂရုတစိုက် ရိုသေစွာ 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) သတ်မှတ်ထားသော စည်းကမ်းအတိုင်း စာအုပ်စာတမ်းများကို ငှားရမ်းဖတ်ရှုနိုင်သည်။

(င) **COVID-19 စည်းကမ်း**

- (၁) ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask)ကို စနစ်တကျတပ်ဆင်ရမည်၊
(၂) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး (၆)ပေအကွာနေထိုင်ရမည်၊
(၃) လက်ကိုမကြာခဏဆေးကြောရမည်၊
(၄) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အသိပေးသတိပေးရမည်၊
(၅) ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ ထုတ်ပြန်ထားသည့် COVID-19 စည်းကမ်းချက်များနှင့်အညီ အခါအားလျော်စွာ နိုင်ငံဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်မှ ထုတ်ပြန်သည့် COVID -19 စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာရမည်။

၁၀။ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူအားလုံးတို့သည် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အထက်မြန်မာပြည်) မှ ထုတ်ပြန်ထားသော သင်တန်းဝင်ညွှန်ကြားလွှာ၊ သင်တန်းဆိုင်ရာ တည်မြဲအမိန့်၊ အခါအားလျော်စွာ ထုတ်ပြန်ထားသော ဒေသန္တရအမိန့်နှင့် ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာရမည့်အပြင် အောက်ပါ အချက်များကိုလည်း တိကျစွာလိုက်နာကြရမည်ဖြစ်သည် -

- (က) နိုင်ငံတော်အစိုးရမှ သတ်မှတ်ထားသော ဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေများ၊ အမိန့်နှင့် ညွှန်ကြားချက်များ၊ သီးခြားထုတ်ပြန်ထားသော အမိန့်နှင့်ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာရမည်။
- (ခ) နိုင်ငံရေးပါတီများနှင့် ပတ်သက်ဆက်နွှယ်ခြင်း၊ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ခြင်းမပြုလုပ်ရ။
- (ဂ) နိုင်ငံရေးပါတီတစ်ခုခု၏ အမှတ်တံဆိပ်ပါရှိသည့် အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ ဝတ်ဆင်အသုံးပြုခြင်း၊ နိုင်ငံတော်ကိုဆန့်ကျင်သည့် အရေးအသား အပြောအဆိုများဖြင့် လှုံ့ဆော်ခြင်း၊ အားပေးအားမြှောက်ပြုခြင်းများ လုံးဝ (လုံးဝ)မပြုလုပ်ရ။
- (ဃ) သင်တန်းနှင့်ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများ၊ နိုင်ငံရေးနှင့် ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများကို လူမှုကွန်ယက်တွင် လွှင့်တင်ခြင်း၊ Like & Share ပြုလုပ်ခြင်း၊ Comment ရေးသားခြင်းများ လုံးဝ (လုံးဝ)မပြုလုပ်ရ။

တားမြစ်ချက်များ

၁၁။ သင်တန်းသို့ အောက်ပါပစ္စည်းများ ယူဆောင်မလာရန် တားမြစ်သည်-

- (က) လူကိုအန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သည့် ပစ္စည်းများနှင့် ထိခိုက်ရှနာဖြစ်စေတတ်သော ပစ္စည်းများ၊
- (ခ) အဖိုးတန်လက်ဝတ်ရတနာပစ္စည်းများနှင့် များပြားသော ငွေကြေးပမာဏ၊
- (ဂ) ရေဒီယို၊ ကက်ဆက်နှင့် တူရိယာပစ္စည်းများ၊
- (ဃ) စစ်တုရင်၊ ကျားခုံ ၊ ဇယ်တောက်ခုံ၊
- (င) မူးယစ်စေတတ်သော အဖျော်ယမကာများ၊ မူးယစ်ဆေးဝါး၊ စိတ်ပြောင်းဆေးဝါးနှင့် အကျုံးဝင်သည့် ပစ္စည်းများ၊
- (စ) သင်တန်းနှင့် မသက်ဆိုင်သော ပစ္စည်းများ (ဥပမာ- မော်တော်ကား၊ ဆိုင်ကယ်)၊
- (ဆ) မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးတမ်းနှင့်မလျော်ညီသော အမျိုးသား/ အမျိုးသမီးများ ဆံပင်ကို ဆေးရောင်စုံဆိုးခြင်း၊ အမျိုးသားများ နားကွင်း/ နားကပ်ပန်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ နားပေါက်အများအပြားဖောက်၍ နားကပ်ပန်ခြင်းတို့ကို ခွင့်မပြုပါ။
- (ဇ) တက္ကသိုလ်နယ်မြေအတွင်းတွင် မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုနှင့် လျော်ညီသင့်တော်ခြင်း မရှိသည့် သရုပ်ပျက်ဝတ်စားဆင်ယင်မှုများ၊ ပါတီနိုင်ငံရေးနှင့် ကင်းရှင်းမှုမရှိသည့် ရုပ်ပုံ/ အလံ/ တံဆိပ်/ စာသားများ ပါရှိသည့် အဝတ်အစားများ ဝတ်ဆင်ခြင်းမပြုရ။

အထွေထွေကိစ္စရပ်များ

၁၂။ အောက်ပါအချက်များကို လိုက်နာရမည်ဖြစ်သည် -

(က) အိပ်ဆောင်များနှင့် စားရိပ်သာများတွင် စုပေါင်းနေထိုင် စားသောက်ကြရမည်ဖြစ်ပြီး သင်တန်းနှင့်မသက်ဆိုင်သူများကို သင်တန်းခန်း၊ သင်တန်းဆောင်များသို့ ခေါ်ဆောင်ခွင့်မပြုပါ။

(ခ) မိမိတို့နေထိုင်ရာ အဆောင်ခန်း အတွင်း/အပြင် သန့်ရှင်းရေးကို နေ့စဉ်ဆောင်ရွက်ကြရမည်။

သင်တန်းပျက်ကွက်ခွင့်

၁၃။ သင်တန်းကာလအတွင်း ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စများအတွက် သင်တန်းပျက်ကွက်ခွင့်ပြုမည် မဟုတ်ဘဲ နာရေးကိစ္စနှင့် အထောက်အထား ခိုင်လုံသောကိစ္စများကိုသာ စဉ်းစားမည်ဖြစ်သည်။

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

မိခင်ဌာနသို့ ပြန်လည်စေလွှတ်ခြင်း

၁၅။ သင်တန်းတက်ရောက်နေစဉ်ကာလအတွင်းတွင် အောက်ပါအချက်များအား ဖောက်ဖျက်ပါက သင်တန်းတက်ရောက်ခြင်းမှရပ်စဲပြီး မိခင်ဌာနသို့ပြန်လည် စေလွှတ်မည်ဖြစ်သည် -

(က) သင်တန်းဆိုင်ရာ စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်ခြင်း၊ ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွားခြင်းနှင့် ရိုင်းပျစွာ ပြုမူဆက်ဆံခြင်း၊ သင်တန်းချိန် စုစုပေါင်း၏(၁၀%) သင်တန်း ပျက်ကွက်ခြင်း၊ ခွင့်မဲ့ပျက်ကွက် စုစုပေါင်း (၇၂)နာရီပျက်ကွက်ခြင်း၊

(ခ) သင်တန်းတက်ရောက်စဉ် ကာလအတွင်း CDM ဝန်ထမ်းများနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ အစိုးရဆန့်ကျင်ဘက် မီဒီယာများနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ ချိတ်ဆက်၍ သင်တန်းဆိုင်ရာအချက်အလက်များ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာအချက်အလက်များ၊ တက္ကသိုလ်ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ ပေးပို့ခြင်းမပြုရ၊ ပေးပို့ကြောင်းစုံစမ်းသိရှိရပါက သင်တန်းတက်ရောက်ခြင်းမှရပ်စဲ၍ ဌာနဆိုင်ရာအရေးယူဆောင်ရွက်နိုင်ရေး မိခင်ဌာနသို့ ပြန်လည်စေလွှတ်ခြင်းခံရမည်။

သက်သာချောင်ချိရေး

၁၆။ အောက်ပါအတိုင်း စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားရှိပေးမည် ဖြစ်ပါသည်-

(က) တက္ကသိုလ်တွင်းဈေးဆိုင်တန်း

(၁) သတ်မှတ်ချိန်အတွင်း သွားနိုင်သည်၊

(၂) သတ်မှတ်ဝတ်စုံကို စနစ်တကျ ဝတ်ဆင်ရမည်၊

(၃) တရားမဝင်ပစ္စည်းများ ဆက်သွယ်မှာယူ/ စားသုံးခြင်း မပြုလုပ်ရ။

(ခ) ဒိုဘီပေးခြင်း။ မိသားစုဒိုဘီများသို့ ဈေးနှုန်းချိုသာစွာဖြင့် အပ်နှံနိုင်ရန် စီစဉ်ပေးမည်။

ကျန်းမာရေး

၁၇။ 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 အကျုံးဝင်သည့် ပစ္စည်းများ သုံးစွဲခြင်း

၁၈။ အောက်ပါအချက်များကို လိုက်နာရမည်-

(က) သင်တန်းကာလအတွင်း မည်သည့်လောင်းကစားမျှ မပြုလုပ်ရ၊

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

(ဂ) ဖောက်ဖျက်ကျူးလွန်ပါက သင်တန်းဆက်လက်တက်ရောက်ခြင်းမှရပ်စဲခြင်းခံရမည်။

တက္ကသိုလ်မှပြန်လည်ထွက်ခွာခြင်း

၁၉။ သင်တန်းပြီးဆုံး၍ တက္ကသိုလ်မှ ပြန်လည်ထွက်ခွာရာတွင် အောက်ပါအချက်များကို ဆောင်ရွက် ရပါမည်-

(က) ထုတ်ပေး/ ငှားရမ်းထားသောပစ္စည်းများအား ပြန်လည်အပ်နှံပြီးဖြစ်ရမည်၊

(ခ) ငွေကြေးဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များ ရှင်းလင်းပြီး ဖြစ်ရမည်။

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

သင်တန်းဆင်းအစီရင်ခံစာပေးပို့ခြင်း

၂၀။ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများအနေဖြင့် သင်တန်းအောင်မြင်ပြီးမြောက်၍ သက်ဆိုင်ရာ ဝန်ကြီးဌာနသို့ ရောက်ရှိတာဝန်ထမ်းဆောင်သည့်အခါတွင် သင်တန်းဆင်းအစီရင်ခံစာ တင်ပြရမည် ဖြစ်ပြီး ပြည်ထောင်စုရာထူးဝန်အဖွဲ့သို့ မိတ္တူပေးပို့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။