ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်

ပြည်ထောင်စုရာထူးဝန်အဖွဲ့

နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အထက်မြန်မာပြည်)

အလယ်အလတ်အဆင့်အရာထမ်းသင်တန်း၊ အမှတ်စဉ် (၁၂) သင်တန်းဝင်ညွှန်ကြားလွှာ

တည်နေရာ၊ သင်တန်းကာလနှင့် သတင်းပို့ရမည့်နေ့

၁။ အလယ်အလတ်အဆင့်အရာထမ်းသင်တန်း အမှတ်စဉ်(၁၂)ကို မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ်၊ ဇီးပင်ကြီးကျေးရွာအနီးရှိ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ် (အထက်မြန်မာပြည်)တွင် ၂၀၂၄ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ ၁၄ ရက်နေ့မှ ၂၀၂၅ ခုနှစ် မတ်လ ၅ ရက်နေ့အထိ ရက်သတ္တ(၂၀)ပတ်ကြာ ဖွင့်လှစ်မည်ဖြစ်ပြီး သင်တန်းတက်ရောက်ရမည့်သူများသည် **၂၀၂၄ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ ၁၁ ရက် (သောကြာနေ့) မွန်းလွဲပိုင်း (၁၈:၀၀)နာရီ** နောက်ဆုံးထား၍ ရောက်ရှိသတင်းပို့ကြရမည်။

ရည်ရွယ်ချက်

၂။ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းအဖွဲ့အစည်းအသီးသီးတွင် စီမံခန့်ခွဲမှုတာဝန် ထမ်းဆောင်နေသည့် အလယ်အလတ်အဆင့်အရာထမ်းများအား ခေတ်နှင့်အညီပြောင်းလဲလာသော စီမံခန့်ခွဲရေးဆိုင်ရာ အယူအဆနှင့် အတွေ့အကြုံများကို သိရှိစေရန်နှင့် လုပ်ငန်းတာဝန်များကို ထိရောက်အောင်မြင်စွာ ထမ်းဆောင်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။

သင်တန်းသားအရည်အချင်းသတ်မှတ်ချက်

၃။ အရည်အချင်းသတ်မှတ်ချက်မှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ပါသည်-

(က) ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်၍ လစာနှုန်း (၃၀၈၀၀၀-၄၀၀၀-၃၂၈၀၀၀) သို့မဟုတ် (၃၄၁၀၀၀-၄၀၀၀-၃၆၁၀၀၀) ခံစားနေသော အသက်(၅၂)နှစ်နှင့်အောက် အလယ်အလတ်အဆင့်အရာထမ်းများ ဖြစ်ရမည်၊

(ခ) တက္ကသိုလ်တစ်ခုခုမှ ဘွဲ့ရရှိပြီးသူဖြစ်ရမည်၊

(ဂ) အရာထမ်းအခြေခံသင်တန်း သို့မဟုတ် အရာထမ်းလောင်းအခြေခံသင်တန်း (ယခင်အခြေခံဝန်ထမ်းလောင်းသင်တန်း/ အကြိုဝန်ထမ်းလောင်းသင်တန်း) တစ်ခုခု တက်ရောက်ခဲ့ပြီးသူဖြစ်ရမည်၊

(ဃ) တပ်မတော်မှ အငြိမ်းစားယူခဲ့ပြီး ဝန်ကြီးဌာနများတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်လျက်ရှိသော အရာရှိဖြစ်ပါက အနည်းဆုံး ခြေလျင်တပ်စုမှူးသင်တန်းနှင့် အလားတူအဆင့်ရှိသော သင်တန်းတက်ရောက်ပြီးသူဖြစ်ရမည်။

မှတ်ချက်။ အသက်ကန့်သတ်ချက်ကို (၅၂)နှစ်နှင့်အောက်ဟု သတ်မှတ်ထားသော်လည်း သက်ဆိုင်ရာဝန်ကြီးဌာန၊ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် တိုင်းဒေသကြီး/ ပြည်နယ်အစိုးရအဖွဲ့ ၏ လုပ်ငန်း လိုအပ်ချက်အရ ဆန္ဒပြုပါက စိစစ်လက်ခံပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။

၄။ **အောက်ပါအချက် တစ်ခုခုနှင့် ငြိစွန်းသူများအား လုံးဝ(လုံးဝ) စေလွှတ်ခြင်းမပြုပါရန် ဖော်ပြအပ်ပါသည်-**

(က) ဆေးအဆင့်မမီသူများ၊ (ဥပမာ-ကူးစက်ရောဂါ၊ စိတ်ရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါ၊ အရေပြားရောဂါ၊ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ ခြေ၊ လက်၊ ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းခွဲစိတ်ကုသထားသူများနှင့် ဆေးထောက်ခံချက် တွင် Unfit For Training) ဖြစ်နေသူများ၊

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

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

(ဃ) ကိုယ်ဝန်ဆောင်နှင့် မီးဖွားပြီးစ အမျိုးသမီးများ၊

(င) နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းနည်းဥပဒေများ၊ နည်းဥပဒေ ၁၀၁၊ နည်းဥပဒေခွဲ (ဂ)အရ မွေးကင်းစကလေးငယ် ပြုစုစောင့်ရှောက်ခွင့်ခံစားမည့်သူများ၊

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

(ဆ) ဌာနတွင်းရာထူးတိုးစာမေးပွဲဖြေဆိုရန် အကျုံးဝင်သူများနှင့်ဖြေဆိုထားသူများ။

တက္ကသိုလ် Website တွင် ရောက်ရှိသတင်းပို့ခြင်း

၅။ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများသည် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အထက်မြန်မာပြည်)သို့ ရောက်ရှိပါက တက္ကသိုလ်၏ Website တွင် ရောက်ရှိသတင်းပို့ခြင်း လုပ်ငန်းစဉ်ကို အောက်ပါအတိုင်း ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်ပါသည်-

(က) တက္ကသိုလ်၏ Website (www.cicsum.edu.mm) သို့ ဝင်ရောက်ကာ **"သင်တန်းများ"** ကို ရွေးချယ်ပြီးနောက် **"ရောက်ရှိသတင်းပို့"**အားနှိပ်ပါ။

(ခ) နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြားအမှတ် ဖြည့်သွင်းရမည့်ပုံစံကျလာပါက နိုင်ငံသားအမှတ်အားဖြည့်သွင်း၍ **"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၍ ဖြည့်သွင်းပေးပို့ထားရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသို့ဖြည့်သွင်းထားခြင်းမရှိပါက နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ် (အထက်မြန်မာပြည်)သို့ ရောက်ရှိချိန်တွင် သင်တန်းသားများအနေဖြင့် ရောက်ရှိသတင်းပို့ခြင်း လုပ်ငန်းစဉ်အား ဆောင်ရွက်နိုင်မည်မဟုတ်ပါသဖြင့် သက်ဆိုင်ရာဝန်ကြီးဌာနနှင့် အဖွဲ့အစည်းများတွင် မပျက်မကွက်ဖြည့်သွင်းရန်။**

၆။ ယူဆောင်လာရမည့် ပစ္စည်းများ

(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/Baggage	၁ လုံး
(၁၁)	နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေများ	၁ အုပ်စီ
(၁၂)	ဗလာစာအုပ်	၁ ဒါဇင်
(၁၃)	ကင်းဘတ်ဖိနပ် (အဖြူ)	၁ ရန်
(၁၄)	PT အင်္ကျီ တီရှပ် (အဖြူ)	၁ ထည်
(၁၅)	Scientific Calculator	၁ လုံး
(၁၆)	A4 80 ဂရမ်	၁ ထုပ် (သင်ခန်းစာဖြန့်ဝေရန်)

(ခ) အဖွဲ့စာတမ်းများပြုစုရာတွင် ကွန်ပျူတာ/ လက်ရေးဖြင့် တင်သွင်းရမည်ဖြစ်၍ Laptop၊ Computer များ ယူဆောင်လာရန်ဖြစ်သည်၊

(ဂ) သတင်းပို့လာရောက်သည့်အခါ အောက်ဖော်ပြပါ အထောက်အထား စာရွက်စာတမ်းများကို တစ်ပါတည်း ယူဆောင်လာကြရမည်–

(၁) နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြား၊

(၂) ဌာနဆိုင်ရာခရီးသွားလာခွင့်အမိန့်၊

(၃) အမှုကင်းရှင်းကြောင်း ဌာနဆိုင်ရာထောက်ခံချက်၊

(၄) ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန အောက်ရှိ ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းတာဝန်ခံ ဆရာဝန်များထံမှ ကျန်းမာကြောင်း ဆေးထောက်ခံချက်၊

(၅) COVID–19 ကာကွယ်ဆေး (၂)ကြိမ်ထိုးပြီးကြောင်း ထောက်ခံချက်နှင့် သင်တန်းသို့ ဝင်ရောက်သတင်းမပို့မီ (၇၂)နာရီအတွင်း COVID–19 ရောဂါပိုးစစ်ဆေးပြီး ရောဂါပိုးမတွေ့ရှိကြောင်း ထောက်ခံချက်၊

(ဃ) အောက်ပါစရိတ်များ ကျခံရပါမည်–

(၁) လစဉ်ဆံပင်ညှပ်ခ(သင်တန်းသား)၊

(၂) လိုင်စင်ဓာတ်ပုံကြေး၊

(၃) ဒိုဘီခ၊

(၄) ယူနီဖောင်းတံဆိပ်တပ်ခ

(၅) ပြဋ္ဌာန်းစာအုပ်ဖိုး၊

(င) တက္ကသိုလ်မှ အောက်ပါပစ္စည်းများ ထုတ်ပေးမည်ဖြစ်ပြီး သင်တန်းဆင်းပါက ပြန်လည်အပ်နှံရမည် ဖြစ်ပါသည် -

(၁) ခုတင်
(၂) မွေ့ရာ
(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) လက်ဆွဲအိတ် (၁)လုံး
(၁၁) PT ဘောင်းဘီ (၁)ထည် (အနက်)

သင်တန်းမဖွင့်မီအစီအစဉ်

၇။ သင်တန်းမဖွင့်မီဆောင်ရွက်ရမည့်အစီအစဉ်မှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်-

(က) **၁၂-၁၀-၂၀၂၄ (စနေနေ့) ၀၉:၀၀ နာရီမှ ၁၁:၀၀ နာရီထိ**

- အဆောင်ကြီးကြပ်အဖွဲ့က သင်တန်းကာလအတွင်း သင်တန်းသားများ၏ နေထိုင်စားသောက်မှုစည်းကမ်း၊ စာသင်ဆောင်စည်းကမ်း၊ အိပ်ဆောင်စည်းကမ်းများအား ရှင်းလင်းခြင်း၊

၁၂-၁၀-၂၀၂၄ (စနေနေ့) ၁၃:၀၀ နာရီမှ ၁၆:၀၀ နာရီထိ

- သင်တန်းဝတ်စုံများ ထုတ်ပေးခြင်းနှင့် တက္ကသိုလ်ဈေးတန်းသို့ သင်တန်းသုံးပစ္စည်းများ ဝယ်ယူခြင်း၊

(ခ) **၁၃-၁၀-၂၀၂၄ (တနင်္ဂနွေနေ့) ၀၉:၀၀ နာရီမှ ၁၁:၀၀ နာရီထိ**

- ကာကွယ်ရေးပညာဌာနမှ အဆောင်ခင်းကျင်းမှုနှင့် ဝတ်စားဆင်ယင်မှုများအား ရှင်းလင်းခြင်း၊

၁၃-၁၀-၂၀၂၄ (တနင်္ဂနွေနေ့) ၁၃:၀၀ နာရီမှ ၁၆:၀၀ နာရီထိ

- တက္ကသိုလ်ဆေးရုံတွင် ကျန်းမာရေးဆေးစစ်မှုခံယူခြင်း။

နေ့စဉ်အချိန်ဇယား

၈။ အောက်ဖော်ပြပါ အချိန်ဇယားအတိုင်း လေ့ကျင့်သင်ကြားမှုများ ပြုလုပ်ကြရပါမည် -

(က)	၀၅:၃၀	နာရီ	နံနက်အိပ်ယာထချိန်။
(ခ)	၀၆:၀၀ - ၀၆:၃၀	နာရီ	နံနက်ကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်ရေး။
(ဂ)	၀၆:၃၀ - ၀၆:၅၀	နာရီ	နံနက်စာစားချိန်။
(ဃ)	၀၇:၂၀	နာရီ	တန်းစီ၊ လူစစ်၊ သစ္စာဆို။
(င)	၀၈:၀၀ - ၁၁:၅၀	နာရီ	နံနက်ပိုင်းသင်တန်းချိန်များ။
(စ)	၁၂:၀၀ - ၁၃:၀၀	နာရီ	နေ့လယ်စာစားချိန်။

(ဆ) ၁၃:၀၀ – ၁၅:၅၀ နာရီ နေ့လယ်ပိုင်းသင်တန်းချိန်များ။

(ဇ) ၁၆:၀၀ – ၁၇:၃၀ နာရီ ညနေပိုင်းကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်ရေး။

(ဈ) ၁၇:၃၀ – ၁၈:၃၀ နာရီ ညနေစာစားချိန်။

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

(ဋ) ၁၉:၃၀ – ၂၁:၀၀ နာရီ ကိုယ်ပိုင်စာကြည့်ချိန်။

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

ဝတ်စုံသတ်မှတ်ချက်

၉။ သင်တန်းတက်ရောက်နေစဉ် ကာလအတွင်း အောက်ပါအတိုင်းဝတ်ဆင်ရမည် –

(က) သင်တန်းချိန်ဝတ်စုံ။ သင်တန်းဝတ်စုံ (၃)စုံကို တက္ကသိုလ်မှ ထုတ်ပေးပါမည်။

(ခ) ကြံ့ခိုင်ရေးဝတ်စုံ။ တီရှပ်၊ PT Uniformဘောင်းဘီရှည်၊ ကင်းဘတ်ဖိနပ်(အဖြူ)၊ ခြေအိတ်။

(ဂ) စားရိပ်သာ၌ ထမင်းစားချိန်တွင် အောက်ပါအတိုင်း ဝတ်ဆင်ရမည်–

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

(၂) သင်တန်းသူ များ။ မြန်မာအင်္ကျီ လက်ရှည်၊ လက်စက၊ ထဘီ၊ ညှပ်ဖိနပ်။

(ဃ) သင်တန်းချိန်ပြင်ပတက္ကသိုလ်အပန်းဖြေနယ်မြေသို့ထွက်ခွာရာတွင် အောက်ပါအတိုင်း ဝတ်ဆင်ရမည်–

(၁) သင်တန်းသားများ။ လည်ကတုံးအင်္ကျီအဖြူ တိုက်ပုံအဖြူ ပုဆိုးနှင့် ညှပ်ဖိနပ်။

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

(င) သတ်မှတ်ဝတ်စုံများကိုဝတ်ဆင်ရာတွင် သင်တန်းသားစိစစ်ရေးကတ်ကို သင်တန်းဝတ်စုံများ၌ လက်ယာဘက်ရင်အုံ ဒုတိယမြောက်ကြယ်သီး၏ တည့်တည့်တွင် တပ်ဆင် ရမည်ဖြစ်ပြီး၊ အရပ်ဝတ်ဖြင့်ဝတ်ဆင်ရာ၌ သင်တန်းသားစိစစ်ရေး ကတ်ပြားကို လက်ယာဘက်ရင်အုံ တည့်တည့်တွင် ဝတ်ဆင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

စည်းကမ်းများ

၁၀။ အောက်ဖော်ပြပါ စည်းကမ်းများကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ကြရပါမည် –

(က) **စာသင်ဆောင်စည်းကမ်း**

(၁) သတ်မှတ်ဝတ်စုံကိုဝတ်ဆင်ရမည်၊

(၂) စာသင်ခန်းတွင် အချိန်မီနေရာယူပြီးဖြစ်ရမည်၊

(၃) သင်တန်းနှင့်မသက်ဆိုင်သည့် စာအုပ်၊ ပစ္စည်း၊ အစားအသောက်များကို ယူဆောင်ခွင့်မပြု၊

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

(ခ) **အိပ်ဆောင်စည်းကမ်း**

(၁) အိပ်ဆောင်/ အိပ်ခန်းအတွင်း စည်းကမ်းတကျ နေထိုင်ရမည်၊

(၂) အသုံးပြုရန် ထုတ်ပေးထားသော ပစ္စည်းများကို စနစ်တကျကိုင်တွယ် အသုံးပြုရမည်၊

(၃) အိပ်ခန်းတွင်းသို့ ဧည့်သည်များ ခေါ်ဆောင်ခြင်းမပြုရ၊

(၄) အိပ်ဆောင်အတွင်း/ အပြင်ကို နေ့စဉ် သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ရမည်၊
(၅) အိပ်ခန်းအတွင်း၌ ချက်ပြုတ်စားသောက်ခြင်းမပြုရ။
(၆) နိုင်ငံပိုင်ပစ္စည်းများကို မိမိကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းသဖွယ် ဂရုတစိုက်ရှိသေစွာ ကိုင်တွယ်အသုံးပြုကြရမည်။ 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) တက္ကသိုလ်ပိုင် အင်တာနက် အသုံးပြုမှု စည်းကမ်း

(၁) ကိုယ်ပိုင် Laptopဖြင့် အိပ်ဆောင်နှင့် သင်တန်းခန်းတွင် အင်တာနက်အသုံးပြုနိုင်ရေး တက္ကသိုလ်မှ စီမံထားရှိပေးမည်ဖြစ်ပြီး သတ်မှတ်စည်းကမ်းအတိုင်း သုံးစွဲရမည်၊
(၂) သင်တန်းချိန်ဘာသာရပ်ပို့ချနေစဉ်မှအပ နေ့စဉ်အသုံးပြုခွင့်ရှိသည်၊
(၃) အင်တာနက်ဆိုင်ရာ ပစ္စည်းများ ချို့ယွင်းပျက်စီးမှုမရှိစေရန် စနစ်တကျကိုင်တွယ် အသုံးပြုရမည်။

(စ) COVID–19 စည်းကမ်း

(၁) ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask)ကို စနစ်တကျတပ်ဆင်ရမည်၊
(၂) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး (၆)ပေအကွာနေထိုင်ရမည်၊
(၃) လက်ကိုမကြာခဏဆေးကြောရမည်၊
(၄) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အသိပေးသတိပေးရမည်၊
(၅) ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ ထုတ်ပြန်ထားသည့် COVID–19 စည်းကမ်းချက်များနှင့်အညီ အခါအားလျော်စွာ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်က ထုတ်ပြန်သည့် COVID –19 စည်းမျဉ်း၊ စည်းကမ်းများကို လိုက်နာရမည်။

၁၁။ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူအားလုံးတို့သည် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အထက်မြန်မာပြည်)မှ ထုတ်ပြန်ထားသော သင်တန်းဝင်ညွှန်ကြားလွှာ၊ သင်တန်းဆိုင်ရာတည်မြဲအမိန့်၊ အခါအားလျော်စွာ ထုတ်ပြန်ထားသော ဒေသန္တရအမိန့်နှင့် ညွှန်ကြားချက်များအပြင် အောက်ပါအချက်များကိုလည်း တိကျစွာလိုက်နာကြရမည်ဖြစ်သည် –

(က) နိုင်ငံတော်အစိုးရမှ သတ်မှတ်ထားသော ဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေများ၊ အမိန့်နှင့် ညွှန်ကြားချက်များ၊ သီးခြားထုတ်ပြန်ထားသော အမိန့်နှင့်ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာရမည်။
(ခ) နိုင်ငံရေးပါတီများနှင့် ပတ်သက်ဆက်နွယ်ခြင်း၊ 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

၁၂။ သင်တန်းသို့ အောက်ပါပစ္စည်းများ ယူဆောင်မလာရန် တားမြစ်သည် –
(က) လူကိုအန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သည့် ပစ္စည်းများနှင့် ထိခိုက်ရှနာဖြစ်စေတတ်သောပစ္စည်းများ၊
(ခ) အဖိုးတန် လက်ဝတ်ရတနာပစ္စည်းများနှင့် များပြားသော ငွေကြေးပမာဏ၊
(ဂ) ရေဒီယို၊ ကက်ဆက်နှင့်တူရိယာပစ္စည်းများ၊
(ဃ) စစ်တုရင်၊ ကျားခုံ ၊ ဇယ်တောက်ခုံစသည်များ၊
(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၍ နားကပ်ပန်ခြင်းတို့ကိုခွင့်မပြုပါ၊
(ဇ) တက္ကသိုလ်နယ်မြေအတွင်းတွင် မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုနှင့် လျော်ညီခြင်းမရှိသည့် သရုပ်ပျက်ဝတ်စားဆင်ယင်မှုများ၊ ပါတီနိုင်ငံရေးနှင့် ကင်းရှင်းမှုမရှိသည့် ရုပ်ပုံ/ အလံ/ တံဆိပ်/ စာသားပါရှိသည့် ဦးထုပ်၊ ထီးနှင့် အဝတ်အစားများ ဝတ်ဆင်သုံးစွဲခြင်းမပြုရ။

၁၃။ အထွေထွေကိစ္စရပ်များ

(က) အိပ်ဆောင်များနှင့် စားရိပ်သာများတွင် စုပေါင်းနေထိုင် စားသောက်ကြရမည်ဖြစ်ပြီး သင်တန်းနှင့်မသက်ဆိုင်သူများကို သင်တန်းခန်း၊ သင်တန်းဆောင်များသို့ ခေါ်ဆောင်ခွင့်မပြုပါ၊
(ခ) မိမိတို့နေထိုင်ရာ အဆောင်ဝန်း အတွင်း/ အပြင် သန့်ရှင်းရေးကို နေ့စဉ်ဆောင်ရွက်ကြရမည်။

သင်တန်းပျက်ကွက်ခွင့်

၁၄။ သင်တန်းကာလအတွင်း ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စများအတွက် သင်တန်းပျက်ကွက်ခွင့်ပြုမည်မဟုတ်ဘဲ နာရေးကိစ္စနှင့် အထောက်အထား ခိုင်လုံသောကိစ္စများကိုသာ စဉ်းစားမည်ဖြစ်သည်။

၁၅။ တစ်ဆင့်မြင့်ရာထူးအတွက် သက်ဆိုင်ရာဝန်ကြီးဌာနမှ ပြုလုပ်သော စာမေးပွဲများမှအပ မည်သည့်စာမေးပွဲကိုမျှ ဖြေဆိုခွင့်ပြုမည်မဟုတ်ပါ။

မိခင်ဌာနသို့ ပြန်လည်စေလွှတ်ခြင်း

၁၆။ သင်တန်းတက်ရောက်နေစဉ်ကာလအတွင်း အောက်ပါအချက်များအား ဖောက်ဖျက်ပါက သင်တန်းတက်ရောက်ခြင်းမှရပ်စဲပြီး မိခင်ဌာနသို့ပြန်လည် စေလွှတ်မည်ဖြစ်သည် -

(က) သင်တန်းဆိုင်ရာ စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်ခြင်း၊ ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွားခြင်းနှင့် ရိုင်းပျစွာ ပြုမူဆက်ဆံခြင်း၊ သင်တန်းချိန် စုစုပေါင်း၏(၁၀%) သင်တန်းပျက်ကွက်ခြင်း၊ ခွင့်မဲ့ ပျက်ကွက်ချိန် စုစုပေါင်း(၇၂)နာရီ ပျက်ကွက်ခြင်း၊

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

သက်သာချောင်ချိရေး

၁၇။ အောက်ပါအတိုင်း စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးမည်ဖြစ်ပါသည်-

(က) **တက္ကသိုလ်တွင်းစားသောက်ဆိုင်များ**

(၁) သတ်မှတ်ချိန်အတွင်းသွားနိုင်သည်၊

(၂) သတ်မှတ်ဝတ်စုံကိုဝတ်ဆင်ရမည်၊

(၃) တရားမဝင်ပစ္စည်းများ ဆက်သွယ်မှာယူခြင်း၊ စားသုံးခြင်း မပြုလုပ်ရ။

(ခ) **ဒိုဘီပေးခြင်း။** မိသားစုဒိုဘီများသို့ဈေးနှုန်းချိုသာစွာဖြင့်အပ်နှံနိုင်ရန်စီစဉ်ပေးမည်။

ကျန်းမာရေး

၁၈။ အောက်ပါအတိုင်း ဆောင်ရွက်ပေးမည် ဖြစ်ပါသည်-

(က) သင်တန်းကာလအတွင်း ကျန်းမာရေးချို့တဲ့ပါက အဖော်(၁)ဦးလိုက်ပါ၍ တက္ကသိုလ်ဆေးရုံ တာဝန်ခံ ဆရာဝန်ထံ ပြသရမည်၊

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

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

လောင်းကစားခြင်း၊ မူးယစ်စေတတ်သော အဖျော်ယမကာများ၊ မူးယစ်ဆေးဝါးနှင့် အကျုံးဝင်သည့် ပစ္စည်းများ သုံးစွဲခြင်း

၁၉။ အောက်ပါစည်းကမ်းအတိုင်း လိုက်နာရမည်-

(က) သင်တန်းကာလအတွင်း မည်သည့်လောင်းကစားမှု မပြုလုပ်ရ၊

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

(ဂ) ဖောက်ဖျက်ကျူးလွန်ပါက သင်တန်းဆက်လက်တက်ရောက်ခြင်းမှ ရပ်စဲခြင်းခံရမည်။

တက္ကသိုလ်မှပြန်လည်ထွက်ခွာခြင်း

၂၀။ သင်တန်းပြီးဆုံး၍ တက္ကသိုလ်မှ ပြန်လည်ထွက်ခွာရာတွင် အောက်ပါအချက်များကို ဆောင်ရွက်ရပါမည် –

(က) ထုတ်ပေး/ ငှားရမ်းထားသော ပစ္စည်းများအားလုံးကို စနစ်တကျ ပြန်လည်အပ်နှံပြီး ဖြစ်ရမည်၊

(ခ) ငွေကြေးဆိုင်ရာကိစ္စရပ်များ ရှင်းလင်းပြီး ဖြစ်ရမည်၊

(ဂ) အိပ်ခန်းအတွင်း/ အပြင် သန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ပြီး ဖြစ်ရမည်။

သင်တန်းဆင်းအောင်လက်မှတ်ချီးမြှင့်ခြင်း

၂၁။ သင်တန်းတက်ရောက်အောင်မြင်ပြီးပါက သင်တန်းပြီးမြောက်ကြောင်း အောင်လက်မှတ်နှင့် ပြည်သူ့ဝန်ထမ်းစီမံခန့်ခွဲမှုအဆင့်မြင့်ဒီပလိုမာလက်မှတ်ကို အပ်နှင်းချီးမြှင့်မည်ဖြစ်ပါသည်။

သင်တန်းဆင်းအစီရင်ခံစာတင်ပြခြင်း

၂၂။ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများအနေဖြင့် သင်တန်းအောင်မြင်ပြီးမြောက်၍ သက်ဆိုင်ရာ ဝန်ကြီးဌာနသို့ ရောက်ရှိတာဝန်ထမ်းဆောင်သည့်အခါတွင် သင်တန်းဆင်းအစီရင်ခံစာကို တင်ပြရမည်ဖြစ်ပြီး နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ်(အထက်မြန်မာပြည်)သို့ မိတ္တူပေးပို့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။