

NEWSLETTER

Dec, 2018



NHỊP SỐNG TMA

- Lễ kỷ niệm 21 năm thành lập Công ty (1997 – 2018)
- TMA TechDay 2018: Hơn 500 trái tim yêu công nghệ cùng hòa nhịp
- ESAT 2018
- Internet of Minds (IOM) & Industry Revolution 5.0
- Hội thảo “Blockchain for Enterprises” và thành lập QTSC Blockchain Club
- Hoạt động với trường đại học: Tháng 12 sôi động của TMA
- Hoạt động đào tạo nổi bật trong tháng 12
- Đại hội Thể thao – Văn nghệ TMA
- Chị em TMA thêm tự tin sau khóa học tự vệ
- 360° DC

LỄ KỶ NIỆM 21 NĂM THÀNH LẬP CÔNG TY



Thời gian: Từ 13:30 đến 20:30 ngày 21/01/2019

Địa điểm: Trung tâm hội nghị Grand Palace, 142/18 Cộng Hòa,
Phường 4, Quận Tân Bình

Nội dung chính

13:30 – 14:00 Khai mạc và phát biểu của cô Bùi Ngọc Anh – CEO

14:00 – 18:00 Công bố promotion, giải thưởng và ca nhạc

18:00 – 18:30 Phát biểu của TS. Nguyễn Hữu Lệ - Chủ tịch công ty

18:30 – 20:30 Tiệc tối và trao giải các giải thể thao – văn nghệ, lucky draw

Công ty hân hoan chào đón tất cả các thành viên TMA đến với buổi tiệc này. Đây là sự kiện quan trọng của công ty và để công tác tổ chức được chu đáo, các bạn lưu ý:

- Có mặt trước 13:30 tại Trung tâm hội nghị Grand Palace
- Trang phục đẹp, lịch sự và đeo thẻ nhân viên khi đến tham dự

Trong các trường hợp sau bạn cần đăng ký trước với Ban Tổ Chức:

- Đăng ký ăn chay
- Những bạn không thể đến tham dự
- Những bạn chỉ tham dự phần họp mà không tham gia tiệc tối hoặc ngược lại

Vui lòng gửi đăng ký sớm với BTC trước ngày 12/01/2019 qua email: btc@tma.com.vn



TMA TECHDAY 2018: HƠN 500 TRÁI TIM YÊU CÔNG NGHỆ CÙNG HÒA NHỊP

Sáng 05/01 vừa qua, TMA vô cùng sôi động và náo nhiệt khi tiếp đón hơn 500 kỹ sư CNTT, bạn trẻ yêu công nghệ đến tham gia TMA TechDay 2018 – Ngày hội công nghệ lớn nhất trong năm tại TMA và QTSC.

Với chủ đề “Innovative Enterprise Solutions”, TechDay 2018 tập trung vào việc ứng dụng các công nghệ hiện đại (Big Data, AI/ML, IoT, Blockchain...) để đưa ra các giải pháp và ý tưởng mới đến khách hàng. Rất nhiều chủ đề công nghệ hấp dẫn như IoT geolocation case studies; TMA IoT smart devices framework; Lessons from building an AI product; Model-Based Development (MBD) for Automotive applications - case study đã được các diễn giả trong và ngoài TMA gửi đến người tham gia. Phần panel discussion với chủ đề “How to apply new tech to increase enterprise competitiveness?” cũng nhận được sự quan tâm của đông đảo các kỹ sư CNTT.



Bên cạnh đó, các gian hàng công nghệ từ 4 DG và TIC cũng luôn thu hút rất đông khách tham quan. Sở hữu nhiều công nghệ hấp dẫn và trang trí bắt mắt, thuyết trình thuyết phục, TIC xuất sắc giành giải nhất trong cuộc thi Best Booth. Giải nhì được trao cho DG1, DG3 nắm trong tay giải 3 và giải khuyến khích thuộc về DG4, DG2.

Song song với chuỗi hội thảo công nghệ, cuộc thi Best Product cũng đã diễn ra rất sôi nổi tại thư viện TMA. 11 sản phẩm – giải pháp vượt qua 2 vòng loại trước đó đã có cơ hội trình bày, demo hoàn chỉnh ý tưởng của mình trước BGK. Năm nay, vòng chung kết được tổ chức ngay trong ngày TechDay, kết quả được giữ bí mật cho đến cuối chương trình càng làm tăng tính hồi hộp, hấp dẫn cho cuộc thi. Tổng giải thưởng 100 triệu đồng đã được phân định như sau:

Ideas	Owner	DC	Final Ranking
AMR- Automatic Meter Reader for Electric Monitoring at TMA Building	Nguyễn Xuân Thông	DC17	Nhất
Dự án nền tảng công nghệ lập trình Rubin	Phạm Như Ngọc	DC7	Nhì
API Bot test tool	Nguyễn Sĩ Minh Phạm Ngọc Hiến Nguyễn Văn Thiện	DC2	
Automation Analytic Server	Phạm Tăng Đông	DC1	
Energy Saving for Office	Nguyễn Như Phúc	DC1	Ba
Mobile Framework	Đào Ngô Ngọc Thịnh	DC8	Khuyến khích
Automated Test Workflow	Phạm Trần Thanh Long Dương Minh Huy	DG2	
Codelabs	Nguyễn Nhật Khanh	DC9	
Simple Automated Testing (SAT) Solution	Tạ Chí Tây Lâm Thanh Hieu Nguyễn Thanh Thiên Nguyễn Vũ Trường	DC18	
Phần Mềm Chấm Điểm Thi Trắc Nghiệm TOEIC	Phạm Viết Đạo	DC6	
DC4 Contests	Lê Thanh Phong Thái Anh Huy	DC4	

Phần trao giải và quay số may mắn hết sức hào hứng đã khép lại TMA TechDay 2018 thành công tốt đẹp. Với mong muốn kết nối mọi thành viên yêu công nghệ và giới thiệu thật nhiều ứng dụng công nghệ mới liên quan trực tiếp đến đời sống, doanh nghiệp, TMA TechDay 2018 hy vọng đã thỏa mãn được phần nào niềm đam mê khám phá của tất cả các bạn. Từ năm 2019 sẽ có 2 thay đổi quan trọng:

1. Các hội thảo công nghệ sẽ diễn ra định kỳ hàng tháng do TMA Innovation Center chủ trì và phối hợp với các DC
 2. Các cuộc thi với nhiều chủ đề sẽ diễn ra hàng quý
- Cảm ơn và hẹn gặp các bạn trong những sự kiện tiếp theo!



ESAT 2018

Cám ơn các bạn đã tích cực tham gia cuộc khảo sát Employee Satisfaction Survey (E-SAT) 2018.

Phòng CDO (Corporate Development Office) đã tổng hợp và phân tích toàn bộ các ý kiến đóng góp và có báo cáo chi tiết. Ban Giám Đốc và các bộ phận liên quan đang tích cực trao đổi và lên kế hoạch hành động và giải pháp. IC sẽ thông tin cụ thể đến tất cả các bạn trong thời gian sớm nhất.

INTERNET OF MINDS (IOM) & INDUSTRY REVOLUTION 5.0

Vào ngày 19/12, buổi hội thảo với chủ đề: "Internet of Minds (IOM) và Cuộc cách mạng công nghiệp 5.0" đã được tổ chức tại Library Lab6 với sự chia sẻ bởi GS.TS Vương Thanh Sơn – Cựu Giám đốc của Phòng thí nghiệm Mạng và Máy tính Internet (NICLab) Đại học Khoa học Máy tính British Columbia Vancouver và cũng là người bạn lâu năm của TMA.



Tại hội thảo, GS.TS Vương Thanh Sơn đã chia sẻ cái nhìn tổng quan về IOM và Cách mạng công nghiệp 5.0 đến các kỹ sư TMA. Ông đã chỉ ra ưu điểm cũng như nhược điểm của cuộc Cách mạng Công nghiệp 4.0 đang diễn ra và cuộc Cách mạng Công nghiệp 5.0 sắp diễn ra. Bên cạnh lý thuyết, GS.TS còn đưa ra nhiều ví dụ thực tế trong cuộc sống để dẫn chứng và giới thiệu các clip thú vị về các ứng dụng của AI như: Sophia (robot hình người, một trong những ứng dụng mới nhất của Trí tuệ nhân tạo AI), các video về robot AI làm các công việc lao động khác nhau...

Các kiến thức hữu ích từ buổi hội thảo sẽ giúp các bạn có sự chuẩn bị để tận dụng những thay đổi về công nghệ trong tương lai.



HỘI THẢO "BLOCKCHAIN FOR ENTERPRISES" VÀ THÀNH LẬP QTSC BLOCKCHAIN CLUB

Ngày 19/12 vừa qua, nhằm đáp ứng nhu cầu tìm hiểu và chia sẻ kinh nghiệm về Blockchain, TMA, Alpha Blockchain và QTSC CTO Club tổ chức hội thảo "Blockchain for Enterprises" tại TMA.

Tại hội thảo, các chuyên gia đã chia sẻ kinh nghiệm thực tế trong việc xây dựng nhóm Blockchain, tìm hiểu cách áp dụng Blockchain trong các ngành khác nhau, học hỏi và đào tạo Blockchain...

Trong hội thảo, QTSC Blockchain Club cũng đã được thành lập để thúc đẩy các hoạt động, chia sẻ kiến thức và xây dựng QTSC trở thành trung tâm phát triển Blockchain tại Việt Nam.



HOẠT ĐỘNG VỚI TRƯỜNG ĐẠI HỌC: THÁNG 12 SÔI ĐỘNG CỦA TMA

Những ngày rộn rã cuối năm tuy trôi rất nhanh nhưng TMA cũng đã kịp ghi lại dấu ấn của mình với nhiều hoạt động sôi nổi không chỉ ở TP.HCM mà còn ở các tỉnh lân cận.

Ngày 13/12, GS.TSKH Nguyễn Ngọc Thành đã đến thăm và làm việc cùng TMA. Giáo sư được biết đến là một nhà khoa học hàng đầu trên thế giới trong lĩnh vực Trí tuệ nhân tạo với hàng trăm công trình nghiên cứu khoa học chất lượng, có tính ứng dụng cao.



Cùng ngày, TMA có cuộc gặp gỡ với thầy Trần Hoàng Linh – Chủ nhiệm bộ môn Điện tử, Khoa Điện – Điện tử và thầy Trường Quang Vinh, Phó trưởng văn phòng đào tạo quốc tế (OISP) – ĐH Bách Khoa TP.HCM. Hai bên đã tiến hành thảo luận về các vấn đề hợp tác lâu dài trong năm học kế tiếp và xúc tiến việc triển khai nhiều hoạt động kết nối nhà trường – doanh nghiệp. Trước đó, trong 2 ngày liên tiếp 6 và 7/12, TMA đã tiếp đón gần 200 bạn sinh viên đến từ ĐH Thủ Dầu Một và ĐH Cần Thơ. Dù phải di chuyển một chặng đường khá xa, 9h sáng các bạn đã có mặt tại TMA để tham quan môi trường làm việc cũng như tìm hiểu thêm về nhu cầu tuyển dụng của công ty. Chắc chắn rằng với sự truyền lửa từ anh Thái Bùi – Giám đốc dự án, các bạn đã có thể chuẩn bị tốt nhất những kiến thức và kỹ năng cần thiết để tìm cho mình một cơ hội việc làm phù hợp sau này.

Đại diện TMA, anh Cường Bùi – Giám đốc dự án đã tham gia hội thảo “Quản lý dự án và công việc theo chuẩn PMI” với tư cách diễn giả tại ĐH Công nghệ TP.HCM (Hutech) vào ngày 11/12. Tại đây, các bạn sinh viên năm 4 đã và đang học môn Quản lý dự án CNTT được nghe chia sẻ những kinh nghiệm thực tiễn từ anh Cường, trau dồi kiến thức sau những giờ học lý thuyết trên lớp.

Không chỉ chào đón các bạn sinh viên đến với công ty, TMA cũng không ngại đường xa để tham gia “Ngày hội việc làm và khởi nghiệp Công nghệ thông tin” và buổi Hội thảo “Ứng dụng công nghệ 4.0 trong nông nghiệp” tại ĐH Cần Thơ. Tại ngày hội việc làm, TMA tổ chức thành công hai hội thảo với chủ đề: “Test Automation & DevOps” và “Rubin Framework, Low Code Platform: Tối giản thiết kế website và lập trình phần mềm”. Gian hàng tuyển dụng của TMA hôm đó cũng đã nhận được hơn 100 CV ứng tuyển và không ít bạn đã nhận được những offer trực tiếp ngay khi chưa tốt nghiệp. Tại Hội thảo “Ứng dụng công nghệ 4.0 trong nông nghiệp”, anh Thái Bùi đại diện TMA tham dự với vai trò khách mời và kết hợp trưng bày các sản phẩm ứng dụng công nghệ IoT, khu vực demo sản phẩm của TMA luôn thu hút được sự quan tâm đặc biệt của giáo viên và các bạn sinh viên tại đây. Cùng với đó, anh Thái Bùi đã có buổi nói chuyện về khoa học dữ liệu cùng các bạn sinh viên trường đại học Tân Tào. TMA cũng đã tài trợ 5 triệu đồng để hỗ trợ cho khóa học về Khoa học dữ liệu tại nhà trường.



Cuối tháng 12, tại ĐH Công Nghệ TP.HCM (HUTECH) đã diễn ra vòng chung kết cuộc thi “Tìm kiếm tài năng Công nghệ thông tin” với nhiều đội tham dự có chất lượng sản phẩm cao và độc đáo.

Với kinh nghiệm thực tiễn lâu năm cùng chuyên môn cao, các anh/ chị giám khảo đến từ TMA Solutions và nhiều công ty khác như FPT, CMC, Azibai, HCA... đã đưa ra những lời khuyên hữu ích cho các bạn sinh viên để cải thiện tốt hơn sản phẩm của mình.

Đại diện TMA, anh Quý Trần - Quản lý dự án cấp cao tại TMA đã gửi lời cảm ơn sâu sắc đối với nhà trường và khẳng định sẽ tiếp tục đồng hành cùng cuộc thi trong nhiều năm tới. TMA cũng sẵn sàng cố vấn thêm cho các đội thi để sản phẩm được hoàn thiện, áp dụng được vào thực tiễn cuộc sống.

Cuộc thi đã diễn ra thành công tốt đẹp với nhiều giải thưởng giá trị được trao cho đội thi xứng đáng. Chúc mừng các đội dự thi. Mong rằng các bạn sẽ gặt hái được nhiều thành công trong thời gian sắp tới!

Một năm đang dần khép lại với nhiều dấu ấn của TMA với nhiều hoạt động với các trường trên khắp cả nước, cùng chờ đón những hoạt động tiếp theo từ TMA nhé!



HOẠT ĐỘNG ĐÀO TẠO NỔI BẬT TRONG THÁNG 12

1. Khép lại Management training program khóa 2 năm 2018

Management training program khóa 2 năm 2018 bắt đầu từ giữa tháng 7 và kéo dài trong 6 tháng. Tại đây, các học viên được trang bị những kiến thức cần thiết khi đảm nhiệm vai trò mới là một nhà quản lý dự án, bao gồm những kiến thức về quản lý dự án, đội nhóm, quản lý con người, kỹ năng làm việc, tư duy lãnh đạo.

Buổi tổng kết khóa học và vinh danh các học viên đã xuất sắc dự kiến sẽ diễn ra vào đầu tháng 1/2019.

2. Khai giảng các lớp ngoại ngữ: Tiếng Nhật N5, N3

• Lớp Tiếng Nhật cơ bản N5

Lớp bắt đầu từ ngày 03/12/2018 và dự kiến kết thúc vào tháng 6/2019. 30 học viên đam mê tiếng Nhật đã tham gia lớp học này.

• Lớp tiếng Nhật trung cấp N3

Cùng với đó, bắt đầu từ ngày 18/12/2018, lớp tiếng Nhật N3 cũng đã được mở cho 8 học viên muốn nâng cao kỹ năng tiếng Nhật của mình, chuẩn bị cho kì thi năng lực tiếng Nhật JLPT N3 và trang bị kĩ năng giao tiếp với khách hàng và đồng nghiệp. Khóa học dự kiến kết thúc vào cuối tháng 7/2019

3. Khóa học: Quản trị hiệu quả hoạt động theo BSC & KPI

Trong tháng 12, TL2C đã đăng kí cho các Director tham dự khóa học Quản trị hiệu quả hoạt động theo BSC & KPI. Khóa dự kiến diễn ra vào hai ngày 17, 18/1/2019 tại CFO Việt Nam.

Thông qua khóa học này, các director sẽ hiểu sâu hơn về quy trình triển khai thực tiễn hệ thống quản trị hiệu suất BSC/KPI, đồng thời tiếp nhận những phương pháp đã ứng dụng thành công trên thực tế để áp dụng ngay vào TMA.

4. Các hoạt động từ TFT

Tháng 12, 12 nhân viên từ TFT đã được đào tạo và chuyển đến các dự án của TMA. Với nỗ lực làm việc đáng ghi nhận, các bạn đều đã vượt qua kỳ probation với kết quả tốt. “Tre già măng mọc”, để tiếp tục bổ sung nhân sự cho TMA, 15 bạn đã vượt qua kỳ phỏng vấn TFT và bộ phận HR đang làm thủ tục để các bạn gia nhập TFT trong thời gian sớm nhất.

Kế hoạch mở các lớp Training trong tháng 1/2019

Python
programming

Blockchain
Developer
Level #2

ĐẠI HỘI THỂ THAO – VĂN NGHỆ TMA: ANH CHỊ EM TMA THỎA SỨC THEO ĐUỔI ĐAM MÊ

Tháng 12 vừa qua, môn thi cuối cùng trong khuôn khổ đại hội Thể thao – Văn nghệ TMA 2018 - Cờ úp đã khép lại.

Sau 5 ván đấu, kỳ thủ Duy Lê - đương kim vô địch đã bảo vệ thành công ngôi vương của mình với kết quả toàn thắng, bù lại cho những sơ sót ở giải cờ tướng truyền thống mà anh “chỉ” đoạt được giải 2. Trận tranh chấp trực tiếp giải nhì, ba giữa 2 kỳ thủ Thắng Phạm và Sơn Nguyễn cũng diễn ra rất quyết liệt và chiêu đãi người hâm mộ những màn rượt đuổi nghẹt thở cho tới phút cuối. Kết quả chung cuộc, may mắn đã đứng về phía kỳ thủ Thắng Phạm.

Cùng với đó, cuộc bình chọn cho tiết mục cuối cùng vào vào chung kết của cuộc thi Văn nghệ cũng tìm ra chủ nhân. Với số lượt bình chọn rất cao, phần trình diễn của Thư Dương – Phước Nguyễn (DC1) đã xuất sắc giành tấm vé biểu diễn và tranh giải trong đêm chung kết, được tổ chức ngay tại Lễ kỷ niệm 21 năm thành lập công ty.

Sau hơn 2 tháng tổ chức, đại hội Thể thao – Văn nghệ TMA 2018 đã hoàn thành sứ mệnh của mình, giúp các thành viên TMA có nơi thư giãn, theo đuổi đam mê sau giờ làm. Cảm ơn các vận động viên, cổ động viên đã nhiệt tình tham gia và ủng hộ cho mùa giải năm nay. Rất mong nhận được sự ủng hộ của các bạn trong Đại hội Thể thao - Văn nghệ TMA những năm sau.



CHỊ EM TMA THÊM TỰ TIN SAU KHÓA HỌC TỰ VỆ

Thứ 2 (ngày 17/12) vừa qua, tại Hall A, Lab6, các chị em TMA đã kết thúc buổi học cuối cùng của khóa học “Kỹ năng tự vệ cho nhân viên nữ TMA”.

Ngay từ lúc phát động, khóa học đã chứng tỏ được sức hút của mình khi nhận được sự ủng hộ nhiệt tình của các chị em đến từ khắp các lab của TMA, mọi người đều rất háo hức và mong chờ đến buổi học đầu tiên.

Để đạt hiệu quả cao nhất và đảm bảo 100% chị em được thực hành các động tác tự vệ và xử lý tình huống, khóa học diễn ra trong 3 buổi (12/12, 14/12, 16/12) và được đứng lớp bởi các hướng dẫn viên có trình độ chuyên môn cao cùng nhiều năm kinh nghiệm.

Tham gia khóa học, các chị em đã được tập luyện các bài tập tự vệ cơ bản khi gặp những tình huống nguy hiểm dễ bắt gặp trong cuộc sống như: bị giữ chặt tay, bị nắm áo, nắm tóc, ôm từ phía sau... Bên cạnh cách tự vệ, các hướng dẫn viên cũng chỉ dẫn những động tác để khống chế tạm thời kẻ xấu, kỹ năng quan sát khi đi đường vắng 1 mình... Các buổi học đều diễn ra trong không khí vui vẻ và tràn đầy tiếng cười, bên cạnh kiến thức bổ ích, các chị em cũng đã có được những giây phút thư giãn thoải mái.

Chị Hoa Nguyễn (DC16) hào hứng: “Mình thấy khóa học này rất thực tế và có ích cho mọi người, đặc biệt là chị em phụ nữ tay yếu chân mềm. Sau khóa học mình thấy có thêm tự tin, nếu có tình huống bất ngờ xảy ra, ít nhất mình cũng có kiến thức để xử lý. Hy vọng công ty tổ chức thêm nhiều khóa học kỹ năng như vậy sau này”.

“Các thầy đã chia sẻ nhiều kiến thức hữu ích, giảng dạy dễ hiểu và rất nhiệt tình, cảm ơn công ty đã tổ chức khóa học này cho nhân viên nữ”- chị Vi Trần (DC17) chia sẻ.



Học võ ngoài rèn luyện sức khỏe, chị em còn có thể phòng thân và trở nên linh hoạt hơn. Bên cạnh việc học tại công ty, các chị em cần thường xuyên luyện tập tại nhà những kỹ năng đã được học để vận dụng kịp thời vào cuộc sống. Rất mong nhận được sự ủng hộ của các bạn trong những hoạt động tiếp theo của công ty.



I. Công việc

1. DC9

Dự án Onix đã nhận được phản hồi rất tốt từ phía khách hàng, đây là tiền đề cho một năm mới thành công rực rỡ hơn nữa của DC9 Onix.

Trong tháng 12, DC9 vui mừng đón nhận thêm một dự án tiềm năng đến từ UK mang tên NBCU- đây là một “gã khổng lồ” trong lĩnh vực đa phương tiện. Hi vọng dự án NBCU trong năm 2019 sẽ phát triển mạnh mẽ hơn nữa.

II. Vui chơi giải trí

1. DC2

Để kỷ niệm 10 năm DC2 cũng như nhìn lại năm 2018 với nhiều biến chuyển nổi bật, DC2 đã tổ chức Tiệc Year End Party tại Grand Palace vào ngày 27/12/2018. Nhiều cá nhân và tập thể đã được vinh danh bởi những đóng góp quan trọng của mình trong năm 2018. Các nhóm, dự án cũng được tham gia nhiều phần trò chơi thú vị và mang về những giải thưởng có giá trị.



Hòa cùng không khí bóng đá khắp mọi miền đất nước cũng như hâm nóng bầu không khí lạnh lẽo của mùa Noel, giải đấu thường niên DC2 Champions Cup 2019 đã khai mạc và đã đem đến cho người hâm mộ nhiệt thành những trận cầu đầy hấp dẫn, những pha bóng đỉnh cao, những tình huống cười lăn lộn.



2. DC4

Để đón Giáng Sinh, Accedian EMS đã có bữa tiệc “thanh đạm” vào thời gian Happy hour, bên cạnh đó, những món quà nhỏ cũng đã được tặng cho các thành viên có sinh nhật trong tháng 11 và 12 của nhóm. Trong khi đó, nhóm SQA lại đón Giáng Sinh hoành tráng hơn trong bầu không khí ấm áp tại King BBQ.

Giải bóng đá thường niên DC4 Futsal Championship đã chính thức lăn bóng trong những ngày cận kề cuối năm. 5 đội đại diện cho các nhóm đã trải qua không ít “sóng gió” trong những cuộc chạm trán cam go, cho đến thời điểm hiện tại, mùa giải đã đi đến những lượt trận cuối cùng. Chiếc cúp vô địch sẽ gọi tên ai? Các bạn cùng DC4 đón xem hồi kết nhé!



3. DC9

Với DC9, chuyến du lịch cuối năm luôn là một sự kiện cực kỳ quan trọng với mỗi thành viên, đây là dịp các bạn có thể vui chơi hết mình để xua tan đi mọi căng thẳng áp lực chuẩn bị cho một năm mới với nhiều thành công mới.

Như thông lệ, giải bóng đá DC9 lại diễn ra vào dịp cuối năm với sự hưởng ứng nhiệt liệt của các dự án, những trận cầu hấp dẫn diễn ra vào mỗi tối thứ 5 tại sân K334 đã giúp anh em có cơ hội rèn luyện sức khỏe và tinh thần đoàn kết.

Hiện tại không khí giáng sinh và năm mới đã tràn ngập khắp các căn phòng của DC9, mọi người đã cùng nhau dọn dẹp và trang hoàng lại không gian làm việc của mình.



4. DC11

Mừng Giáng sinh, DC11 đã tổ chức Christmas party trong không khí vui vẻ và ấm áp. Mọi người đã cùng nhau ăn uống, tham gia các trò chơi và trao đổi quà với nhau.



5. DC15

Nếu phải tìm 1 không gian trang hoàng, ấm cúng để làm việc khi không khí Noel đang tràn về thì phòng làm việc của Omnivista – DC15 chính là một nơi lý tưởng như vậy. Bằng sự sáng tạo, khéo léo, các thành viên trong nhóm đã tự tay trang trí, tạo một không gian “đậm” chất Giáng Sinh mà chỉ nhìn là thấy “mê”. Bên cạnh đó, DC15 cũng đã có bữa tiệc Giáng Sinh ấm cúng cùng nhau, góp phần làm cho bầu không khí trở nên vui tươi, náo nhiệt trong những ngày cuối năm.



6. DC18

Cùng với sự phát triển mạnh mẽ về resource cũng như các dự án lớn nhỏ, nhóm UC Clients đã tổ chức thành công chuyến đi outdoor tại Nha Trang với quy mô lớn và hoành tráng nhất từ trước đến nay nhằm mục đích gắn kết những thành viên mới cũng như reset lại tinh thần anh chị em sau những tháng ngày cày cuốc xuyên màn đêm.

Nhóm Sphera cũng tranh thủ những ngày cuối năm để tổ chức chuyến đi đến đảo Bà Lụa và rừng Tràm Trà Sư cho anh chị em, mọi người đã có được khoảng thời gian bên cạnh nhau rất vui vẻ.

Bên cạnh những chuyến đi outdoor thắt chặt tình anh em, các nhóm Nhóm UC Messaging, UC Clients, Sphera cũng không quên trang trí lại phòng làm việc để đón Noel và tổ chức những buổi tiệc Noel với các hoạt động ăn uống, trao đổi quà, thiệp, bốc thăm quà...



7. DG3

Để đánh dấu sự khép lại của năm cũ, chào đón những dự án mới, thành công mới trong năm mới, DG3 đã tổ chức Year End Party vào ngày 04/01/2019. Buổi tiệc vô cùng hoành tráng với sự tham gia của đông đảo anh chị em DG3 và khách mời. Mọi người đã có khoảng thời gian vui chơi, tiệc tùng vui vẻ bên nhau.



LAB 8 CORNER

1. Tuyển dụng và thực tập

Tháng 12 vừa qua, lab 8 vui mừng đón chào một thành viên mới gia nhập. Bên cạnh đó, 35 bạn thực tập sinh từ trường đại học Quy Nhơn cũng đã đến để học tập, làm việc tại TMA. Lab 8 đã tổ chức một buổi gặp mặt để chào mừng và giới thiệu thêm về TMA, đặc biệt là lab 8 với các bạn sinh viên.



2. Các khóa training

Để tiếp tục nâng cao kỹ năng cho các thành viên, lab 8 duy trì việc tổ chức các khóa training: Golang, React và QC.



DỌN NHÀ ĐÓN TẾT VỚI CÁC NGUYÊN LIỆU TỰ NHIÊN NGAY TẠI NHÀ BẾP

Các sản phẩm vệ sinh nhà cửa trên thị trường luôn có sẵn và đa dạng nhưng lại rất độc hại. Vậy bạn đã bao giờ thử dùng những sản phẩm tự nhiên vừa Gogreen lại vừa an toàn để dọn dẹp nhà chưa? Dưới đây là một số gợi ý mà bạn có thể áp dụng ngay trong dịp Tết này đây.

1. Vệ sinh ghế bọc nệm

Đối với ghế bọc nệm da, bạn có thể trộn ½ chén dầu olive, ¼ chén giấm trắng vào bình xịt. Xịt nhẹ lên bề mặt da, sau đó chà nhẹ bằng một miếng vải sạch, bạn có thể lặp lại quy trình này nếu thấy vết bẩn vẫn chưa được làm sạch, sau khi làm sạch vết bẩn, tiếp tục dùng một tấm vải sạch khô chà lên mặt da để giúp ghế nhanh khô.

Đối với ghế sợi tổng hợp, bạn có thể trộn ½ chén giấm trắng, 1 chén nước ấm vào một chai xịt (thêm ½ thìa xà phòng thiên nhiên như xà phòng castile nếu ghế quá bẩn). Lắc đều và xịt vào chỗ bẩn, sau đó dùng một miếng vải sạch để lau theo chuyển động hình tròn cho đến khi vết bẩn được làm sạch.

Đối với đệm sofa làm từ vải, bạn trộn ¼ thìa giấm trắng, ¾ chén nước ấm và ½ thìa xà phòng castile vào chai xịt. Lắc đều hỗn hợp và xịt lên bề mặt bị bẩn, dùng một mảnh vải nhỏ sạch lau theo hình tròn cho tới khi vết bẩn được làm sạch. Tiếp đó giặt sạch miếng vải, vắt khô và lau lại chỗ bẩn vừa được làm sạch để loại bỏ xà phòng còn sót lại.



2. Vệ sinh đồ gỗ

Bạn có thể trộn ¼ chén dầu olive, 2 thìa giấm trắng, ½ chén nước, vỏ chanh cắt nhỏ lại với nhau rồi cho vào bình xịt. Lắc đều và xịt dung dịch lên trên bề mặt gỗ cần lau, dùng một chiếc giẻ lau mịn để lau nhẹ nhàng trên bề mặt gỗ cho đến khi vết bẩn biến mất.

3. Vệ sinh máy tính và tivi

Bạn có thể trộn chung 1 lượng giấm và 1 lượng nước bằng nhau vào bình xịt rồi xịt lên mảnh vải mềm, lau nhẹ nhàng trên màn hình desktop/ tivi, hoặc bàn phím máy tính. Nhớ tắt nguồn trước khi lau chùi để tránh hư hỏng bạn nhé.

4. Vệ sinh thảm

Công thức đơn giản bạn có thể sử dụng là trộn 1 phần giấm, 2 phần nước vào một bình xịt và xịt đều lên vết bẩn trên thảm, tiếp đó bạn đặt lên vết bẩn một chiếc giẻ ẩm sạch và dùng bàn là là trên chiếc giẻ ẩm khoảng 30 giây (bạn có thể tăng thời gian nếu vết bẩn cứng đầu hơn)

5. Vệ sinh sàn nhà tắm

Lau dọn nhà tắm là công việc không thể bỏ qua khi vệ sinh nhà cửa. Chà rửa nhà tắm là chuyện làm mất nhiều thời gian khi dọn dẹp nhất, tuy nhiên nếu bạn sử dụng baking soda thì mọi chuyện sẽ dễ dàng hơn. Bạn cần pha baking soda, giấm và một ít bột nở theo tỉ lệ vừa phải để tạo thành dạng hỗn hợp lỏng, sau đó cho hỗn hợp này lên trên những vết bẩn và vết ố vàng cứng đầu trong nhà tắm, để vài tiếng và rửa sạch nhà tắm với nước, mọi vết bẩn sẽ tan biến.

6. Vệ sinh đồ thủy tinh bị ố vàng

Sau một thời gian sử dụng, đồ thủy tinh thường ố, mờ và mất đi vẻ sáng đẹp của chúng mặc dù bạn đã cẩn thận rửa bằng nước rửa chén.

Để lấy lại vẻ sáng bóng cho đồ thủy tinh, trước tiên hãy rửa chúng bằng nước nóng pha 1 ít nước rửa chén sau đó tráng lại bằng nước lạnh pha giấm, nếu vết ố nặng bạn có thể ngâm chúng vào trong nước pha giấm hoặc chanh rồi rửa lại.

7. Vệ sinh bàn ủi

Vết cháy xém trên mặt bàn ủi là vết bẩn cứng đầu và khó loại bỏ nhất. Nếu không cẩn thận khi sử dụng, những chiếc quần áo sáng màu của bạn sẽ rất dễ bị dính những vết cháy này khi bàn ủi được bật ở nhiệt độ cao.

Bạn cần bật bàn ủi lên thật nóng rồi dùng sáp (nến/đèn cầy) chà sát lên vùng bị cháy xém trên mặt bàn ủi, lúc này sáp sẽ chảy ra, bạn tắt bàn ủi và chờ lớp sáp khô. Sau khi bàn ủi nguội và đảm bảo lớp sáp đã khô, bạn hãy gỡ lớp sáp đó ra, vết cháy xém cũng sẽ theo sáp đi mất và trả lại cho bạn 1 bề mặt bàn ủi như mới đấy.

8. Vệ sinh thớt

Bạn hẳn đã nghe công dụng của dầu dừa về làm đẹp, vậy còn làm sạch thì sao? Dầu dừa có thể giúp bạn làm sạch chiếc thớt thái thực phẩm hàng ngày bằng cách rất đơn giản, bạn đổ dầu dừa ra một cái bát với lượng vừa đủ. Nhúng một chiếc khăn lau khô và sạch vào đó, sau đó chà khăn lên mặt thớt vài lần, dầu dừa sẽ giúp thớt nhà bạn sạch bóng, thêm nữa mùi thơm của dầu dừa cũng có tác dụng khử mùi rất tốt đó!

Những mẹo vặt hữu ích này chắc chắn sẽ giúp bạn khá nhiều trong công việc vệ sinh nhà cửa. Chúng ta sẽ có nhiều thời gian hơn để thư giãn và nghỉ ngơi, tận hưởng không khí những ngày gần Tết.

MẸO GIÚP BẠN THỨC DẬY TỈNH TÁO SAU KỲ NGHỈ DÀI

Sau một kỳ nghỉ dài, việc dậy sớm mà vẫn tỉnh táo vào buổi sáng là điều không hề dễ dàng với mọi người. Những mẹo nhỏ dưới đây sẽ giúp bạn thức dậy tràn đầy sinh lực, năng lượng chuẩn bị cho ngày mới làm việc đầy hiệu quả.

Uống nước

Theo tờ Business Insider, mất nước khiến cơ thể mất đi năng lượng và gây ra mệt mỏi, rối loạn, tim đập nhanh, khó tập trung, chỉ cần mất 1-2% lượng nước (trong 70% lượng nước của cơ thể), bạn cũng bắt đầu mệt mỏi, thiếu tỉnh táo.

Chính vì thế, ngay sau khi thức dậy, bạn nên uống ít nhất 500ml nước để bù lại lượng nước bị mất trong khi ngủ, nước giúp kích thích sự trao đổi chất, dưỡng ẩm cho cơ thể, loại bỏ độc tố, cung cấp năng lượng cho não bộ và giúp bạn nhanh chóng tỉnh táo hơn.

Tiếp xúc với ánh sáng tự nhiên

Ngay khi bạn thức dậy, hãy mở rèm/ cửa sổ để đón ánh nắng mặt trời. Ánh sáng tự nhiên sẽ giúp bộ não hoạt động và duy trì đồng hồ sinh học đi đúng hướng, nó cũng rất hiệu quả cho người bị rối loạn cảm xúc theo mùa hoặc trầm cảm. Nếu thời tiết âm ỉ, bạn cũng có thể bật đèn điện lên.

Tập thể dục nhẹ nhàng

Bạn có thể thực hiện các bài tập thể chất ngay khi bắt đầu buổi sáng như: Yoga, thiền, nhảy dây, đi bộ... để giúp bơm máu lên não, hồi phục hệ thống thần kinh và loại bỏ cơn buồn ngủ.

Ăn sáng nhẹ nhàng

Hãy cố gắng có một bữa ăn nhỏ vào buổi sáng khi thức dậy, chỉ cần một quả trứng với bánh mì nướng hoặc một cốc sữa cũng vài lát sandwich là đủ mang lại cho cơ thể bạn năng lượng cần thiết và đánh bay cơn mệt mỏi buổi sáng.

Nghe nhạc vào buổi sáng

Nhiều nghiên cứu đã chứng minh khi nghe nhạc, đặc biệt với âm lượng lớn sẽ giúp tinh thần minh mẫn vào buổi sáng vì chúng có khả năng đánh thức các giác quan, kích hoạt các hormone đem lại cảm giác hưng phấn trong não như serotonin và oxytocin để giúp bạn tỉnh táo hơn. Thậm chí, bạn có thể hát theo để tạo hiệu ứng tốt hơn, khi hát, bạn sẽ cảm thấy bớt mệt mỏi và tràn đầy năng lượng hơn.



Thơ hay tháng 12

*Đâu cần phải ra ngoài vũ trụ
Cũng chẳng cần lấp biển, dời sông...
Chỉ cần hoàn thành giấc mơ ấp ủ
Tốt lên mỗi ngày cũng có nghĩa thành công!*

- Lại Thượng Hưng -

