

NEWSLETTER

May, 2017

NHỊP SỐNG TMA

- TMA vinh dự được tuyên dương và nhận bằng khen từ UBND Thành phố
- TMA Children's Day 2017: Khởi động mùa hè tương bừng cho các bé
- TMA trao tận tay 20 máy tính cùng 112 phần quà đến các em học sinh nghèo tỉnh Gia Lai
- UIT NET Day 2017
- TMA tiếp tục tiếp đón sinh viên tham quan
- TMA hợp tác với Khu công nghệ phần mềm - ĐHQG TP.HCM (ITP) trong chương trình đào tạo Hire-Trainer-Place (HTP)
- TMA Futsal League 2017: Khởi đầu đầy ấn tượng
- Giới thiệu ứng viên - Nhận bonus hấp dẫn
- Trên tay áo mưa TMA 20 năm
- Nâng cấp băng thông - Rộng quyền truy cập
- Cải tạo mặt tiền Lab 6
- Một số lưu ý tại lab 6
- Mở thêm cổng phụ số 3 tại QTSC
- Nhiều khóa học từ TMA Training Center vào tháng 6
- 360 DC
- TMA Parents' Day 2017 có gì mới?
- HUTECH IT Open Day 2017

MẸO VẬT

DANH NGÔN



TMA VINH DỰ ĐƯỢC TUYÊN DƯƠNG VÀ NHẬN BẰNG KHEN TỪ UBND THÀNH PHỐ

Sáng ngày 27/05, TMA vinh dự là một trong ba doanh nghiệp CNTT có trụ sở tại TP. Hồ Chí Minh được tuyên dương và nhận bằng khen tại chương trình “Đồng hành cùng doanh nghiệp” do Liên đoàn Lao động Thành phố tổ chức.

Các doanh nghiệp được tuyên dương năm nay là những đơn vị luôn nghiêm túc thực hiện pháp luật, chế độ chính sách và các phúc lợi khác cho người lao động, quan tâm tạo nhiều điều kiện thuận lợi để nhân viên vừa chủ động lao động sản xuất, vừa đảm bảo việc học tập, nâng cao trình độ.



Chị Phạm Ngọc Như Dương, đại diện BGĐ công ty tham gia buổi lễ đã được mời chia sẻ thông điệp đến chương trình: “Từ khi thành lập và đi vào hoạt động đến nay, doanh nghiệp có những thuận lợi, nhưng cũng gặp không ít khó khăn trong quá trình sản xuất, kinh doanh. Do đó, doanh nghiệp rất trân quý sự đóng góp công sức, trí tuệ của người lao động. Doanh nghiệp xác định việc chăm lo cho nhân viên là cách tốt nhất mà doanh nghiệp thể hiện sự quý trọng đó của mình, đồng thời tạo điều kiện tốt nhất để người lao động phát huy sức sáng tạo và chuyên môn.”

TP.HCM hiện có khoảng 300.000 doanh nghiệp đang hoạt động, trong đó có hàng trăm doanh nghiệp hoạt động trong lĩnh vực CNTT. Việc được lựa chọn để được tuyên dương và nhận bằng khen từ UBND Thành phố là một vinh dự lớn của TMA, là động lực để TMA nỗ lực hoàn thiện hơn nữa.

TMA CHILDREN'S DAY 2017: KHỞI ĐỘNG MÙA HÈ TƯƠNG BỪNG CHO CÁC BÉ



Chiều 31/05, đông đảo các thành viên TMA được dịp cười hết cỡ trước sự hồn nhiên, tinh nghịch của các bé tại TMA Children's Day 2017. Năm nay, ngày hội truyền thống này thu hút gần 300 trẻ em và phụ huynh tham gia, khuôn viên TMA trở thành một trung tâm thiếu nhi thu nhỏ, nơi các bé tha hồ vui chơi và giao lưu cùng bạn bè.



Chỉ mưa nhỏ một khoảng ngắn trước và trong khi chương trình diễn ra, thời tiết đã rất ưu ái để dành tặng các em thiếu nhi một buổi chiều nắng đẹp và gió mát. Trong không gian đầy màu sắc của bong bóng, của quà tặng và cả pikachu đáng yêu, các em đã nhanh chóng hòa mình vào những trò chơi vui nhộn. Thầy vòng, chiếc ly kỳ diệu hay đập bong bóng đều thu hút đông đảo các bé và phụ huynh tham gia. Các phần quà đều ra đi nhanh chóng trước sự háng hái của "người chơi".

Bên cạnh đó, các gian hàng tò he, tạo hình bong bóng, tô tượng hay khu chụp hình với pikachu khiến các em lưu luyến đến tận cuối chương trình. Vở kịch ý nghĩa "Cuộc phiêu lưu của bầy chuột" và màn ảo thuật với phần giao lưu thú vị cũng khiến các em hết sức thích thú.

Đặc biệt, năm nay, nhân dịp kỷ niệm 20 năm thành lập, công ty đã dành tặng 20 phần quà đồ chơi vui và ý nghĩa cho các em. Những chiếc sticker may mắn đã được trao cho các em và phần bốc thăm may mắn ở cuối chương trình diễn ra hết sức kịch tính.

TMA Children's Day 2017 đã khép lại với những tiếng cười không ngớt. Đây là lần thứ ba chương trình được tổ chức. Đến với ngày hội, các bé không chỉ được vui chơi, được làm quen với môi trường bên ngoài mà còn có thể rèn luyện nhân cách và gắn bó hơn với ba mẹ. Chúc các bé luôn chăm ngoan, học giỏi, chúc các gia đình luôn hạnh phúc.

TMA TRAO TẶNG 20 MÁY TÍNH CÙNG 112 PHẦN QUÀ ĐẾN CÁC EM HỌC SINH NGHÈO TỈNH GIA LAI



Những ngày cuối tháng 5, TMA đã tổ chức chuyến từ thiện đến Trường Tiểu Học Số 1, làng Ea Lũh, xã Nghĩa Hưng, huyện Chư Păh, Gia Lai, mở đầu cho phong trào "20 chương trình từ thiện suốt năm 2017". Tại đây, chúng ta đã trao tặng 20 máy tính cũ cùng 112 phần quà là tập vở, dụng cụ học tập và nhu yếu phẩm đến các em học sinh của trường, 112 cũng là sĩ số học sinh của trường. Các phần quà trong chuyến đi lần này, ngoài nguồn trích từ quỹ Khát vọng TMA, còn có sự đóng góp nhiệt tình của các bạn TMA và đặc biệt là anh, chị, em tham gia đoàn.



Ea Lũh là một địa phương rất nghèo của tỉnh Gia Lai. Dân trí thấp, cơ sở hạ tầng còn kém phát triển và việc sinh đẻ không có kế hoạch của đa số các hộ gia đình khiến đời sống của người dân gặp nhiều khó khăn. Ngôi trường tiểu học mà các em nhỏ trong vùng đang theo học hiện rất thiếu thốn về cơ sở vật chất. 20 máy tính mà TMA trao tặng cùng với sự phân công giáo viên dạy CNTT về trường từ Phòng Giáo Dục huyện Chư Păh sẽ mở ra cho các em một thế giới mới, các em sẽ được hướng dẫn tiếp cận với công nghệ thông tin và có máy tính tại chỗ để thực hành

Chuyến đi kết thúc thành công và để lại thật nhiều ý nghĩa. Hy vọng với những phần quà từ TMA, các em học sinh trường tiểu học số 1 EA Lũh sẽ có thêm động lực để học tập tốt hơn.

Còn rất nhiều dịp và nhiều địa phương khó khăn trên cả nước cần đến sự giúp đỡ của những nhà hảo tâm. Từ nay đến hết năm 2017, các bạn hãy nhiệt tình tham gia phong trào "20 chương trình từ thiện" và đừng quên gửi email cho IC để có thể được nhận sự hỗ trợ từ quỹ Khát vọng TMA nhé!



UIT NET DAY 2017

Ngày 27/05, TMA đã tham gia ngày hội Mạng máy tính và Truyền thông – UIT NET Day do khoa Mạng máy tính và Truyền thông, trường ĐH Công nghệ Thông tin – ĐHQG TP.HCM phối hợp cùng Trung tâm đào tạo chuyên gia mạng NEO Training Center tổ chức với tư cách là nhà tài trợ bạc. Sự kiện thu hút hơn 400 sinh viên tham gia.

Tại đây, anh Bùi Quốc Thái đã trình bày đề tài “IoT Applications and How to Approach from Student’s Perspective” trong phần Net Talk. Cùng với đó, trong phần Net share, anh cùng giao lưu với các bạn sinh viên năm 3, 4 về chủ đề Hành trang nghề nghiệp hướng mạng. Cả hai phần nói chuyện nhận được sự quan tâm của rất đông sinh viên CNTT.

Trong ngày hội, TMA cũng đã tiến hành phỏng vấn trực tiếp các bạn sinh viên năm 3, 4.

TMA HỢP TÁC VỚI KHU CÔNG NGHỆ PHẦN MỀM – ĐH QUỐC GIA TP.HCM (ITP) TRONG CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO HIRE-TRAINER-PLACE (HTP)

Ngày 10/05, hội thảo *Nâng cao cơ hội việc làm cho sinh viên khối ngành Công nghệ thông tin – Truyền thông* đã diễn ra tại Đại học Công nghệ Thực phẩm TP.HCM. Hội thảo nhằm giới thiệu cơ hội việc làm tại TMA và chương trình đào tạo Hire-Trainer-Place (HTP).

Tham gia hội thảo có:

- Ông **Nguyễn Anh Thi**, Giám đốc Khu Công nghệ Phần mềm ĐHQG-HCM (ITP)
- Chị **Trang Bùi**, Trưởng phòng đào tạo tại TMA Solutions
- Ông **Indranil Kar**, Trợ lý Phó Chủ tịch phụ trách kinh doanh quốc tế, Công ty JETKING, Ấn Độ
- Đại diện trường ĐH Công nghệ Thực phẩm cùng hơn 100 sinh viên ngành Công nghệ thông tin – Truyền thông.

Tại hội thảo, chị Trang Bùi đã có phần giao lưu sôi nổi với các bạn sinh viên, tư vấn những kỹ năng cần chuẩn bị khi ra trường và giới thiệu đến các bạn nhu cầu tuyển dụng tại TMA.

HTP là mô hình giảng dạy dựa trên yêu cầu công việc và đánh giá thường xuyên của công ty tuyển dụng. Theo đó, các học viên của HTP sau khi hoàn thành khóa học có thể dễ dàng ứng tuyển vào công ty yêu thích.



TMA TIẾP TỤC TIẾP ĐÓN SINH VIÊN THAM QUAN

Trong tháng 5 vừa qua, TMA rất vui khi được tiếp đón sinh viên các trường ĐH từ tỉnh khác đến thăm như ĐH Cần Thơ hay ĐH Tiền Giang. Đặc biệt, 20 sinh viên EMBA từ University of Calgary, AB Canada cũng đã vượt một chặng đường xa đến tận công ty chúng ta để tận mắt mục sở thị.

Thông qua các chương trình tham quan thực tế này, sinh viên có cái nhìn sát thực về TMA, về một môi trường doanh nghiệp hoạt động trong lĩnh vực CNTT. Từ đó, các bạn cũng có những bước chuẩn bị tốt hơn cho tương lai của mình.



TMA FUTSAL LEAGUE 2017: KHỞI ĐẦU ĐẦY ẨM TƯỢNG

Tháng 5/2017, TMA Futsal League 2017 có những trận thi đấu đầu tiên đầy hấp dẫn và máu lửa. Dù mới chỉ bắt đầu nhưng dường như tất cả các đội đều dốc hết sức để có những viên gạch xây nền móng vững chắc nhất. Đặc biệt, giải đấu năm nay ghi dấu sự thay đổi của nhiều đội. Tại League B, những vị trí dẫn đầu bảng xếp hạng đang được chiếm lĩnh bởi các đội chưa làm nên nhiều dấu ấn ở giải 2016.



DC11, DC3 và DC7 là những đội làm mưa làm gió tại League B từ đầu mùa giải đến nay. Với việc bổ sung lực lượng và nhận được sự ủng hộ của các ông bầu hào phóng, các đội đã thể hiện bản lĩnh và cả sự nỗ lực để thăng hạng. DC11 với 4 trận toàn thắng đang chễm chệ ở ngôi đầu bảng với tương lai vô cùng xán lạn. Còn DC8, dù khởi đầu khá gian nan vì thiếu hụt lực lượng nghiêm trọng, nhờ sự cổ vũ của ông bầu Thành Hồ, họ đã bắt đầu có những bước “chập chững” đầu tiên trên con đường tìm lại hình ảnh chú ngựa ô năm nào. Senior FC với niềm đam mê thể thao vẫn góp mặt đều đặn trong các vòng đấu và là đối thủ khó lường cho các đội còn lại. DC1B và DC2B cần phải cố gắng hơn nữa để củng cố vị trí của mình.



Ở League A, thứ hạng hiện tại vẫn chưa nói lên được điều gì khi số trận thi đấu của các đội là khá chênh lệch nhau. DC56, đương kim vô địch 2016 hiện chỉ mới có 2 trận đấu và xếp thứ 4. Còn DC4, đương kim vô địch 2015 đang dẫn đầu với 3 trận thắng/4 trận đấu. Năm nay, họ đang nung nấu ý định tìm lại ánh hào quang ngày nào nên chắc chắn sẽ là đối thủ rất đáng gờm. Còn DEP, với việc bổ sung cầu thủ Triều Nguyễn sau một vụ án chuyển nhượng ồn ào và tốn khá nhiều giấy mực của báo chí, họ đang dần mạnh lên và ước mơ trụ hạng có thể đã được thay thế bằng ước mơ mới? Như mọi khi, đội bóng lừng lẫy này vẫn là một ẩn số. DC1A, đội bóng “lão làng” của TMA Futsal League cũng đang bành trướng sức mạnh khi gây khó dễ cho rất nhiều đội bóng tại League A. Năm nay, liệu họ có thể làm nhiều hơn 1 giải phong cách như giải năm ngoái?

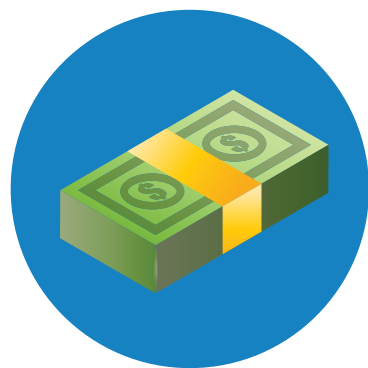
Mới chỉ vài vòng đấu trôi qua, vẫn chưa thể đánh giá hết được thực lực của các đội tại giải năm nay. Các đội vẫn đang nung nấu ý định để “bồi dưỡng” đội hình cho các trận đấu tới cũng như lướt về. Hãy theo dõi TMA Futsal League 2017 và cập nhật kết quả thường xuyên nhé!

GIỚI THIỆU ỨNG VIÊN NHẬN BONUS HẤP DẪN



Từ nay đến 02/07/2017

chỉ cần giới thiệu ứng viên cho các vị trí HOT của TMA,
bạn có cơ hội nhận Bonus "cực khủng":



Ứng viên từ 1 đến dưới
2 năm kinh nghiệm:

4 triệu đồng



Ứng viên từ 2 đến dưới
5 năm kinh nghiệm:

6 triệu đồng



Ứng viên có từ 5 năm
kinh nghiệm trở lên:

10 triệu đồng

CÁC VỊ TRÍ CẦN TUYỂN

Developers



.Net



Java



JavaScript



Embedded



C++



iOS



Android



SQL



MD AX



DevOps



Big Data

Testers



Telecom



Networking



Embedded

ĐIỀU KIỆN NHẬN THƯỞNG

- Các ứng viên phải tốt nghiệp Đại học và có ít nhất 1 năm kinh nghiệm
- Ứng viên được giới thiệu thành công phải ký HĐLĐ chính thức với công ty.
- Người giới thiệu sẽ được nhận 50% Bonus sau 1 tháng tính từ ngày ứng viên ký HĐLĐ chính thức với công ty.
- Số tiền còn lại của phần Bonus (50%) sẽ nhận sau 4 tháng tính từ ngày ứng viên ký HĐLĐ chính thức với công ty.
- Tên của người giới thiệu phải được ghi vào Đơn xin việc (Application form) và gửi về recruit@tma.com.vn

TRÊN TAY ÁO MƯA TMA 20 NĂM

Nhằm “bảo vệ” kịp thời cho anh, chị, em TMA trong mùa mưa đang tới, áo mưa TMA 20 năm đã được chuyển đầy đủ đến mỗi một thành viên đại gia đình TMA.

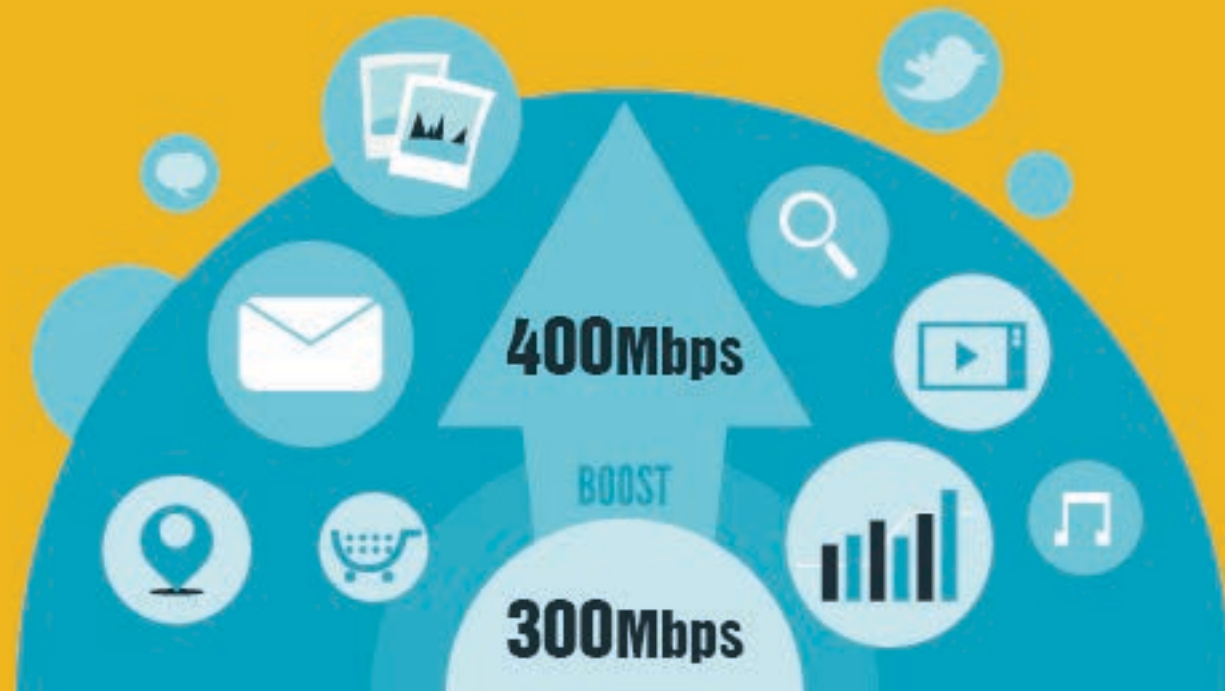
Hy vọng với thiết kế cánh dơi tiện lợi, có thể dùng được khi đi bộ, đi xe số hay xe ga, áo mưa TMA sẽ là người bạn đồng hành tin cậy của các bạn trên mọi nẻo đường.

NÂNG CẤP BĂNG THÔNG RỘNG QUYỀN TRUY CẬP

Nhằm đáp ứng nhu cầu ngày càng cao của các dự án trong việc truy xuất dữ liệu với tốc độ cao, đầu tháng 04/2017, phòng ITS đã triển khai nâng cấp băng thông truy cập internet, cụ thể:

- Băng thông internet quốc tế tại Lab6 được nâng từ 80Mbps lên 140Mbps. Như vậy hiện tại chúng ta đang sử dụng tổng cộng 240Mbps internet quốc tế cho việc truy cập internet từ tất cả các Lab.
- Băng thông internet trong nước được nâng từ 300Mbps lên 400Mbps, chưa tính những truy cập thông qua 30 lines FTTH.

Trong thời gian tới, phòng ITS có kế hoạch tối ưu hóa hệ thống truy cập internet thông qua proxy (30 lines FTTH). Theo đánh giá sơ bộ, việc tối ưu này sẽ giảm chi phí, tăng thêm 80 Mbps băng thông truy cập internet và dự kiến được triển khai vào tháng 06/2017.



CẢI TẠO MẶT TIỀN LAB 6

Từ ngày 08/05/2017, công ty tiến hành thi công cải tạo mặt tiền Lab 6 (TMA Tower). Việc thi công dự kiến kéo dài trong 03 tháng.

Đội thi công sẽ cố gắng giảm thiểu những ảnh hưởng nhưng ít nhiều những tiếng ồn hay bụi cũng sẽ xảy ra. Rất mong các bạn thông cảm!

Nếu các bạn cần hỗ trợ gì từ bộ phận Admin xin vui lòng email đến admin-dept@tma.com.vn hoặc số extension 5235.



MỘT SỐ LƯU Ý TẠI LAB 6

- Từ 08/05, cửa thông từ block B qua block C từ lầu 4 đến lầu 9 sẽ chỉ mở từ 11h đến 13h30 hàng ngày.
Các bạn chú ý để thuận tiện trong việc di chuyển giữa các block.
- Từ 10/05, khi ra vào bãi gửi xe, đề nghị các bạn:
 - Chuẩn bị sẵn thẻ badge trước khi vào hầm xe
 - Tháo khẩu trang, mắt kính mát trước khi quét thẻ ra vào bãi giữ xe

Nếu quên mang thẻ badge, các bạn vui lòng gửi xe tại bãi xe bên ngoài.

Rất mong các bạn hợp tác với đội bảo vệ!

MỞ THÊM CỔNG PHỤ SỐ 3 TẠI QTSC

Nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho nhân viên, sinh viên đang làm việc và học tập tại Công viên phần mềm Quang Trung có nhu cầu lưu thông ra hướng đường Đông Bắc và đường Dương Thi Mười, từ ngày 10/5/2017, QTSC mở thêm cổng phụ số 3.

Vị trí: Cuối đường số 2 - QTSC (phía sau tòa nhà TMA)

Thời gian được ra vào cổng: 6h00 - 19h00, từ thứ hai đến thứ bảy (trừ Lễ, Tết).

Để đảm bảo an toàn tài sản, các Anh, Chị đi xe ô tô vui lòng đậu xe vào sâu phía trong của tòa nhà TMA.

Lưu ý: Các phương tiện vận chuyển hàng hoá, thiết bị vật tư, máy móc; Xe tải không được ra vào cổng này.

NHIỀU KHÓA HỌC TỪ TMA TRAINING CENTER VÀO THÁNG 6

Ngày 25/05, hội thảo “How to make machines understand text?” đã được tổ chức tại Hall A, Lab 6. Hội thảo được dẫn dắt bởi ông Maximilian Unfried – Data Scientist, thu hút hơn 100 kỹ sư trong và ngoài TMA tham gia.

- Tại đây, học viên đã được tìm hiểu các kiến thức vô cùng hữu ích như:
- Enter the world of Natural Language Processing (NLP)
 - What it is and why it’s interesting for us as humans?
 - What tasks NLP solves and the challenges occurs on the way?
 - Humans perceive language, and how different the perception of language is for computers
 - Building a simple text classifier- Naïve Bayes- using Python



Trong tháng 6, TMA Training Center sẽ tiếp tục tổ chức nhiều hội thảo, khóa học bổ ích khác. Các bạn chú ý theo dõi để đăng ký tham gia nhé!

No.	Course	Date
1	Go Language Introduction (Lab 6)	2 sessions, 15/06 & 22/06
2	Go Language Introduction (PN)	2 sessions, 20/06 & 27/06
3	Wealth Management & Administration	3 sessions, từ 15/06 đến 29/06
4	C/C++ Crash Debugging (PN)	14/06
5	Bootstrap (PN)	16/06
6	MongoDB (PN)	19/06
7	MongoDB (Lab 6)	20/06
8	Bootstrap (Lab 6)	23/06
9	Building Web Application with Express Framework (PN)	26/06
10	Building Web Application with Express Framework (Lab 6)	27/06
11	Jquery (PN)	28/06
12	Jquery (Lab 6)	29/06



I. Công việc

1. DC1

Vừa qua, khách hàng Avaya đã công bố TOP Product. Theo đó, các dự án và thành phẩm với sự hợp tác giữa TMA và Avaya chiếm 80% TOP Product mà Avaya công bố.

Nhằm giảm thiểu rủi ro, tiết kiệm chi phí và thời gian cho khách hàng, trong tháng 5, TMA SV đã hợp tác và giúp đỡ Dev team set up, configure LAB cũng như tham gia vào quá trình test từ những phase đầu của Test Process.

Để nâng cao hiệu quả của việc training người mới, UC Clients đã cải tiến Training process thành quá trình tương tác 2 chiều. Sau buổi training, các trainees phải note lại kiến thức theo những gì mình hiểu cũng như thực hành được, sau đó các trainer sẽ review để soạn ra được một tài liệu chuẩn nhất cho tất cả những new comer sau này.

2. DC8

Sau khi Prototype và OTbeat team trở thành official ODC của OTF, khách hàng đã có lời mời core team đến U.S để tham quan công ty, studio cũng như chuyển giao business knowledge cho việc xây dựng platform mới. Trong suốt chuyến đi, core team đã may mắn tham gia phần lớn các hoạt động của OTF như những events và monthly meeting của họ. Core team còn được hân hạnh gặp mặt Founder của OTF tại event lớn nhất của OTF trong năm.

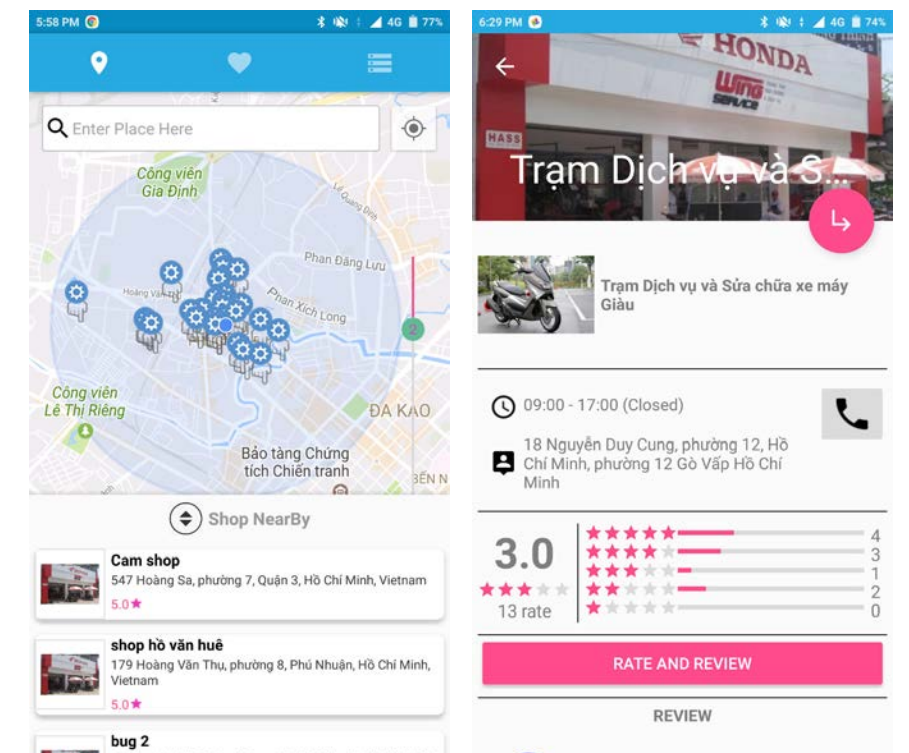
Trong tháng 5, Brad Ackerman - Executive Manager Software Development và Alex Lohrer - Software Development Leader từ khách hàng Super Concepts đã đến thăm TMA. Ngoài mục đích ghi nhận những sự đóng góp tích cực của TMA ODC team, trong chuyến thăm TMA lần này, Brad cũng chia sẻ sự tăng trưởng của Super Concepts trong lĩnh vực phát triển quỹ lương hưu (Úc). Trước những cơ hội mới đầy thách thức, SuperConcepts mong muốn cùng TMA đồng hành và phát triển. Trong 2 tháng tới, TMA sẽ xây dựng một team mới để có thể đáp ứng được yêu cầu từ khách hàng.



3. DC9

Trong tháng vừa qua, 2 thành viên DC9 mới được bổ nhiệm thử nghiệm ở vị trí PM là Châu Kinh Tổ (Acting PM AxS DevOne) và Nguyễn Nhật Khánh (Acting PM AxS DevTwo & Omena). Hi vọng với vai trò mới và nhiệm vụ mới, 2 PMs mới sẽ mang lại nhiều thành công hơn nữa cho DC9 trong thời gian tới.

Cũng trong tháng 5 vừa qua, AxS Modelling Mobile Club đã tung ra phiên bản thử nghiệm 2.0 cho phần mềm tìm nơi sửa xe trên di động (Android). Hầu hết các bạn đều là người mới cho lĩnh vực này, nhưng đã hoàn thành dự án rất nhanh. Hi vọng với niềm đam mê và sự sáng tạo của mình, các bạn sẽ là những đầu tàu cho DC9 trong việc tiếp nhận các dự án về Mobile trong tương lai



360° DC

II. Vui chơi giải trí

1. DC1

Bắt kịp xu hướng “xõa” đón hè, UC Clients đã có chuyến outdoor tại Suối Mơ và Madagui. Tại đây, các thành viên team đã tham gia vào nhiều hoạt động tham quan, vận động bổ ích, giúp gắn kết tình cảm “gia đình” và giải trí sau những ngày làm việc căng thẳng.



2. DC2A

Trong tháng tháng 5 vừa qua, tập thể DC2A đã có chuyến team building tuyệt vời tại khu du lịch Madagui, tỉnh Lâm Đồng. Cụm từ “Madagui forest city” đã bộc lộ thể mạnh của khu du lịch này với hệ thống resort núi, khu thể thao liên hợp với bóng đá, tennis, đua xe địa hình, mạo hiểm với zipline, chèo thuyền vượt thác, giải trí với trượt cỏ, câu cá sấu, bắn súng sơn... Chuyến du lịch dường như hơi ngắn ngủi đối với những tester suốt ngày bận rộn với công việc. nhưng lại quá đủ với những kỉ niệm cười “không khép miệng lại được”. Tại Gala dinner, mọi người như hòa mình vào những trò chơi tập thể vui nhộn, cảm giác ấm áp khi được sống chung bầu không khí với những người đồng nghiệp thân thiết. Vậy là quá đủ cho một chuyến đi không thể quên trong cuộc đời!



3. DC2B

Sinh nhật hàng tháng của các thành viên Techone đều được tổ chức theo những cách rất riêng. Để tạo ra dấu ấn đặc biệt cho các bạn có sinh nhật trong tháng và cũng để gắn kết mọi người với nhau, Techone đã tổ chức những bữa tiệc sinh nhật thật vui đầy tiếng cười, có ca hát nhảy múa, có happy hour và có những món quà sinh nhật ngộ nghĩnh dễ thương.



4. DC4

Project năng động trẻ trung Accedian vừa có chuyến du lịch đến vùng biển Nha Trang xinh đẹp. Biển xanh, cát trắng và Accedian, tất cả cùng nhau tạo nên một chuyến đi đầy sáng khoái và ngập tràn năng lượng. Hy vọng sau chuyến đi này, các thành viên ngày càng gắn kết và thấu hiểu nhau hơn.



5. DC4B

Đến hẹn lại lên, đại gia đình DC4B lại có dịp cùng nhau phiêu lưu đến vùng biển tưởng lạ hóa quen - Long Hải. Với phương châm “Làm hết sức thì chơi hết mình, quẩy thả ga”, binh đoàn DC4B đã khiến cho vùng biển nhỏ xinh này trở nên náo nhiệt và tràn đầy tiếng cười trong các trò chơi teambuilding.



6. DC11

Tháng 5, các Program 1, 2 và 3 thuộc DC11 bắt đầu tổ chức các trip teambuilding riêng để nghỉ ngơi nhân dịp hè. Program 1 đã mở đầu với chuyến nghỉ dưỡng tại resort Sao Biển – Bình Lập. Tại đây, anh, chị em trong team đã được dịp cười thả ga với nhiều hoạt động giải trí hấp dẫn, mỗi thành viên cũng đã có được những tấm hình check-in và kỷ niệm để đời.



TMA PARENTS' DAY 2017 CÓ GÌ MỚI?

Là một hoạt động truyền thống ý nghĩa, ngày tri ân Cha Mẹ Nhân viên TMA – TMA Parents' Day là cơ hội để công ty bày tỏ lòng biết ơn chân thành đến quý Cha Mẹ, đồng thời cũng là dịp để quý Cha Mẹ biết nhiều hơn về nơi con mình đang làm việc và phát triển.

Nhân kỷ niệm 20 năm thành lập, Công ty long trọng tổ chức TMA Parents' Day 2017 với nhiều đổi mới, bên cạnh phần chia sẻ với Cô Ngọc Anh và Chú Hữu Lệ, cha mẹ sẽ được các anh chị quản lý của con mình trao đổi trực tiếp, thông tin về công ty sẽ được truyền tải toàn diện và phong phú hơn, đặc biệt các công nghệ thời thượng tại TMA cũng được giới thiệu đến quý Cha Mẹ.

Thời gian: Từ 9h30 - 12h ngày 24/06/2017

Tòa nhà TMA (Lab 6)

BGD công ty hân hoan chào đón sự tham gia của tất cả Quý Cha Mẹ, các đồng nghiệp thành của những nhân viên ưu tú của TMA.

Để công tác tổ chức được thuận lợi và chu đáo nhất, các bạn vui lòng đăng ký cho Cha Mẹ mình tham gia tại <http://calc.tma.com.vn/ju7oaeuvnr>

Hạn chót đăng ký: 14/06/2017



HUTECH IT OPEN DAY 2017

TMA vừa trở thành Nhà tài trợ Kim cương cho IT Open Day 2017, diễn ra vào ngày 12 – 17/06 tới. Sự kiện do khoa CNTT, ĐH Công nghệ TP.HCM (HUTECH) tổ chức.

Ngoài việc tài trợ cho chương trình, TMA còn tham gia các hoạt động:

- Hội thảo: Định hướng nghề nghiệp – Kinh nghiệm người trong nghề (12/6)
- Tuần triển lãm thông tin tuyển dụng (10/6 – 16/6)
- Triển lãm công nghệ (17/6)
- Gian hàng tuyển dụng và phỏng vấn (17/6)

Hy vọng với chương trình tài trợ này TMA sẽ góp phần quan trọng hỗ trợ sự kiện diễn ra thành công cho các bạn sinh viên của trường HUTECH, qua đó củng cố thêm hình ảnh đẹp của mình và thu hút được nhiều nhân tài trẻ

5 NGHIÊN CỨU MỚI NHẤT VỀ BỮA ĂN SÁNG

Mỗi người có một suy nghĩ khác nhau về ý nghĩa của bữa ăn đầu tiên trong ngày. Có người chỉ cần một ly ngũ cốc dinh dưỡng nhấm nháp trước khi đi làm. Có người lại thích ăn trứng ốp la với bánh mì và một cốc cà phê cho bữa sáng. Và cũng có hàng trăm người không hề có thói quen ăn sáng.

5 nghiên cứu dưới đây về bữa sáng giúp bạn có lựa chọn thông minh hơn quyết định ăn sáng hay không.

1 BỮA SÁNG KHÔNG GÓP PHẦN GIẢM CÂN

Nhóm nghiên cứu do ông Emily Dhurandhar, trợ lý giáo sư thuộc khoa Y tế đại học Alabama Birmingham (Anh) đứng đầu, đã tiến hành một thí nghiệm. Họ chọn lấy 300 người trong độ tuổi từ 20 đến 65 bị thừa cân béo phì nhưng sức khỏe vẫn đảm bảo để tiến hành theo dõi. Số người đó được chia thành hai nhóm. Một nhóm gồm những người vẫn ăn bữa sáng như bình thường và một nhóm không ăn gì.

Sau khi theo dõi cân nặng trong 16 tuần, các nhà khoa học phát hiện ra rằng những người ăn sáng đều đặn cũng không tăng kg nào so với những người bỏ qua bữa ăn này.

2 ĂN SÁNG BẰNG NGŨ CỐC ĂN LIỀN KHÔNG CÓ LỢI CHO SỨC KHỎE

Peter Williams, giáo sư danh dự tại trường đại học Wollongong ở Australia cho biết, yến mạch trộn cùng với lúa mạch tạo ra món ăn rất tốt cho mắt, còn cám lúa mì là thức ăn bổ dưỡng với những ai mắc bệnh đường ruột. Tuy nhiên, trong ngũ cốc ăn liền có hàm lượng đường khá cao, nên dù nó rất tiện lợi cũng nên hạn chế loại đồ ăn này.

3 ĂN SÁNG LÀ CÁCH ĐỂ NẠP NĂNG LƯỢNG CHO CẢ NGÀY HOẠT ĐỘNG

Nghiên cứu của trường đại học Bath tại Anh trong vòng 6 tuần chỉ ra rằng những người bỏ thời gian để ăn sáng có đủ năng lượng cho các hoạt động so với những ai nhịn đói cho đến tận trưa.

4 ĂN SÁNG GIÚP ĐIỀU CHỈNH LƯỢNG ĐƯỜNG, GIẢM NGUY CƠ MẮC TIM MẠCH, TIỂU ĐƯỜNG

Nghiên cứu của trường đại học Missouri, Mỹ cho thấy bữa sáng giàu chất đạm sẽ tăng lượng chất dopamine, nâng cao hoạt động của não và các xung điều hòa. Chất này giúp giảm sự thèm ăn hay ăn quá nhiều vào các bữa sau đó.

5 BỮA ĂN SÁNG LÀ BỮA QUAN TRỌNG NHẤT TRONG NGÀY

Ăn đầy đủ với một số thực phẩm giàu năng lượng như hoa quả, ngũ cốc, sữa, trứng, cá sau khi thức dậy mỗi sáng có lợi hơn rất nhiều so với việc ăn suốt cả ngày.

Nếu bạn hay phải làm việc xuyên đêm, với dạ dày bạn quá nhạy cảm, bạn nên ăn một quả chuối hay ngũ cốc với bánh mì bơ hoặc mật ong.

Và đặc biệt, uống một ly nước trước khi ăn bất cứ thứ gì vào buổi sáng sớm sẽ giúp dạ dày bạn tiêu hóa tốt hơn.

Bài viết được tham khảo nguồn tin CNN, một kênh truyền hình nổi tiếng của Mỹ.

News.zing.vn

Quotes of the May

*"Children are the hands by which
we take hold of the heaven."*

Henry Ward Beecher

