

NEWSLETTER

June - 2021



Nhịp sống TMA

- ▶ TMA thực hiện chiến dịch tiêm chủng cho hơn 2700 nhân viên
- ▶ Giải pháp công nghệ phòng chống Covid-19 của TMA
- ▶ Gần 100 bạn sinh viên tham dự tại buổi webinar về 5G do TMA tổ chức
- ▶ Đảm bảo các hoạt động training trong mùa dịch
- ▶ TMA WFH Challenge: Những VĐV may mắn nhất lộ diện



TMA thực hiện chiến dịch tiêm chủng cho hơn 2700 nhân viên

Thực hiện ý kiến chỉ đạo của lãnh đạo thành phố, trong hai ngày 24 và 25/6 vừa qua, TMA đã phối hợp với QTSC triển khai chiến dịch tiêm chủng an toàn và thần tốc cho 2700 kỹ sư tại Toà nhà TMA.

Với sự hỗ trợ của gần 100 y bác sĩ đến từ 6 bệnh viện, phòng khám, chỉ trong 12h đồng hồ, công tác tiêm chủng cho nhân viên TMA đã diễn ra thành công tốt đẹp.

Trong chiến dịch tiêm chủng này, TMA rất vui và hạnh phúc vì là một trong những công ty được ưu tiên thực hiện tiêm chủng vaccine Covid-19.

TMA xin chân thành cảm ơn sự chỉ đạo sát sao và hỗ trợ nhiệt tình từ các cơ quan ban ngành thành phố, QTSC, và đặc biệt là y bác sĩ từ các bệnh viện, phòng khám:

- Bệnh viện Quận 12
- Bệnh viện An Sinh
- Phòng khám đa khoa quốc tế Yersin
- Phòng khám đa khoa Gentical Lạc Long Quân
- Phòng khám đa khoa quốc tế Raffles Medical
- Phòng khám đa khoa Song An





Chiến dịch tiêm chủng cũng đã được triển khai ở rất nhiều công ty trong và ngoài QTSC, góp phần giúp Thành phố đạt độ bao phủ cộng đồng phòng bệnh sớm nhất. Trong thời gian này, các bạn đừng quên tuân thủ 5K và các hướng dẫn của Bộ Y tế để đảm bảo sức khỏe cho bản thân và cộng đồng nhé.

Cùng nhau, chúng ta sẽ chiến thắng đại dịch!

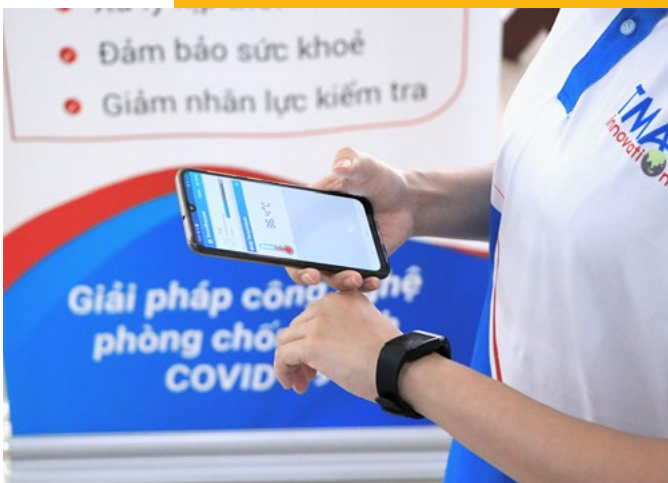


Giải pháp công nghệ phòng chống Covid-19 của TMA

Để hỗ trợ công tác phòng chống dịch, TMA Innovation và các DG đang nỗ lực ngày đêm cập nhật các giải pháp theo yêu cầu mới để các địa phương (TP.HCM, tỉnh Bắc Giang, tỉnh Bình Định...) có thể triển khai trong thời gian sớm nhất.



- Giải pháp quản lý người cách ly tại nhà (Stayhome): được thiết kế để quản lý F2, đang được bổ sung để quản lý F1 và FO tại nhà
- Sản phẩm Thiết bị khai báo y tế tự động: Kết hợp nhiều chức năng trong 1 thiết bị:
 - Kiểm tra khẩu trang
 - Đo thân nhiệt tự động
 - Khai báo y tế
 - Kiểm soát ra vào
 - Ứng dụng các công nghệ nhận dạng khuôn mặt, nhận dạng CMND/CCCD, gọi video, QR Code: Xử lý giấy tờ và trao đổi từ xa, hạn chế tiếp xúc
- Giải pháp smart camera nhắc nhở tự tập đông người
- Dùng tag NFC/RFID để quản lý ra vào các địa điểm công cộng



Trước diễn biến phức tạp của dịch Covid-19, việc ứng dụng công nghệ để sáng tạo, phát triển nhiều giải pháp hay, góp phần giảm thiểu nguy cơ lây lan của dịch bệnh là hết sức cần thiết. Tp.HCM và các địa phương đang cần nhiều giải pháp:

- Xử lý giấy tờ và giao dịch tránh tiếp xúc
- Quản lý công nhân từ nhà đến nhà máy
- Kiểm soát ra vào các địa điểm

Gần 100 bạn sinh viên tham dự tại buổi webinar về 5G do TMA tổ chức

Mở đầu cho chuỗi sự kiện chia sẻ về những công nghệ mới, ngày 09/06/2021, webinar đầu tiên mang tên **Những kỹ năng cần có để sinh viên Điện tử - Viễn thông trở thành kỹ sư 5G** do TMA tổ chức đã thu hút gần 100 bạn sinh viên tham gia.



TMA
solutions

• Live Event

**Những kỹ năng cần có để
sinh viên Điện tử - Viễn thông
trở thành kỹ sư 5G**

Speakers:

 **Anh Huy Bùi**
Chuyên gia công nghệ 5G - TMA Solutions

 **Chị Trang Bùi**
Trưởng bộ phận Đào tạo - TMA Solutions

15:00 - 17:00, ngày 9/6/2021

Trong buổi webinar, anh Bùi Thanh Huy - Chuyên gia công nghệ 5G của TMA với hơn 15 năm kinh nghiệm trong lĩnh vực Điện tử - Viễn thông đã mang đến các bạn sinh viên nhiều thông tin hữu ích. Đi từ bức tranh tổng quan về 5G, những bước tiến, dự đoán về tiềm năng trong tương lai cho đến những ứng dụng, phát triển công nghệ 5G tại TMA lần lượt hé lộ.

Song song đó, chương trình cũng có sự góp mặt của chị Bùi Bích Thị Quỳnh Trang - Trưởng bộ phận đào tạo để thông tin, giải đáp những vấn đề liên quan đến cơ hội nghề nghiệp khi các bạn sinh viên có mong muốn gia nhập vào lĩnh vực 5G, đặc biệt là công việc kỹ sư 5G tại TMA.

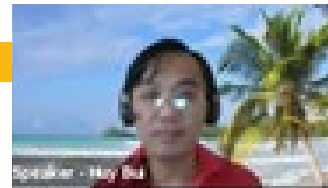
5G NR Radio Software Engineer

Technology

- 3GPP 5G Radio Access Network
- Open RAN (O-RAN)
- 5G transport (fronthaul/backhaul)

Skillset

- Knowledge in telecom domain
- Knowledge with C/C++
- Knowledge in Linux development



Ở phần giao lưu hỏi đáp, khá nhiều câu hỏi chi tiết đã được nêu lên như: liệu sự phát triển của mạng viễn thông như 5G có gây ảnh hưởng đến đời sống, sức khỏe của con người, những ngôn ngữ và framework cần trau dồi để trở thành kỹ sư 5G, sự phát triển và ứng dụng của 5G tại Việt Nam,... cùng nhiều câu hỏi khác đều đã được Anh Huy Bùi tận tình giải đáp.

Tiếp nối chủ đề 5G, vào ngày 02/07/2021, TMA đã tiếp tục tổ chức buổi webinar dành riêng cho các bạn khoa Điện tử - Viễn thông tại trường Đại học Giao thông vận tải, thu hút hơn 70 bạn sinh viên tham dự.

Trong thời gian tới, TMA sẽ tiếp tục tổ chức thêm những buổi webinar để giới thiệu về các lĩnh vực công nghệ mới khác, hy vọng sẽ tiếp tục nhận được sự quan tâm cũng như mang lại những thông tin hữu ích và cái nhìn thực tế, giúp các bạn sinh viên có cơ hội tìm hiểu và tiếp cận ngành nghề mà mình yêu thích.

Đảm bảo các hoạt động training trong mùa dịch

Tháng 6 vừa qua, dù dịch Covid-19 có nhiều diễn biến phức tạp, các hoạt động đào tạo vẫn được nỗ lực duy trì qua hình thức online để kịp thời cập nhật kiến thức cho các thành viên TMA.

1. Các khóa học online trong tháng 6:

Hot trend

Introduction to Cloud Development with HTML5, CSS3, and JavaScript

C Programming - Modular Programming and Memory Management

Soft skills

Introduction to Public Speaking

Speaking to Inform

Leadership & Management

Personal Leadership Development
Planning & Leading High
Performing Teams

Foundation of Everyday Leadership

Foreign Languages

Learning English by Quiz:
Pronunciation
- Contractions

Learning English by Quiz:
Listening
- Interesting Facts

Learning English by Quiz:
Reading Comprehension
- Athletics

2. Để đáp ứng nhu cầu đào tạo nhưng vẫn đảm bảo an toàn trong mùa dịch, các khóa học technical vẫn được tổ chức thường xuyên trong tháng 6 bằng hình thức live training qua zoom. Các khóa học hot gồm có:

- › CI/CD and Public Cloud
- › Software Testing
- › Memory Allocation and Handling Exception
- › ISTQB
- › Go for Developers

Cùng với đó, các khóa học dành cho newcomer cũng được tổ chức tương tự qua zoom nhằm trang bị các kỹ năng làm việc cần thiết cho các bạn

3. Các chương trình đào tạo nổi bật:

Project Management Professional – Batch 1 2021

- › Đây là khóa học “truyền thống” của TMA dành cho học viên có kinh nghiệm quản lý nhóm và dự án. Dưới ảnh hưởng của dịch Covid-19, khóa vẫn được duy trì bằng hình thức online và đã hoàn thành thành 9/11 buổi học.
- › Bên cạnh đó, một số chương trình đào tạo được tạm hoãn để đảm bảo chất lượng khi tổ chức training trực tiếp thay vì áp dụng live training như các khóa học khác: Management Training Program (HCM và Bình Định), Professional Scrum Developer

4. Hoàn tất khảo sát nhu cầu đào tạo Q3 từ các DGs. Các khóa học trong tháng 7 sẽ được mở tại:

<https://training.tma.com.vn/#/upcomingcourse>

5. Các vị trí Telecom, C/C++ fresher tiếp tục là hot jobs trong Quý 3:

Quyền lợi:

- › Được đào tạo trước khi vào dự án
- › Hưởng 100% lương trong thời gian đào tạo
- › Cơ hội làm việc tại nước ngoài
- › Môi trường làm việc chuyên nghiệp

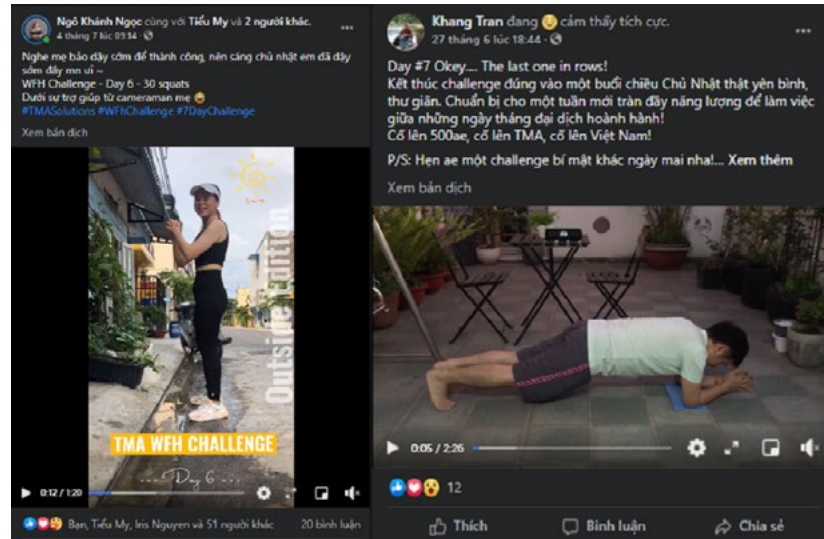
Yêu cầu:

- › Sinh viên vừa tốt nghiệp đại học hoặc đang chờ nhận bằng các ngành IT, ĐTVT
- › Không cần kinh nghiệm làm việc

Hồ sơ gồm CV và bảng điểm nộp về

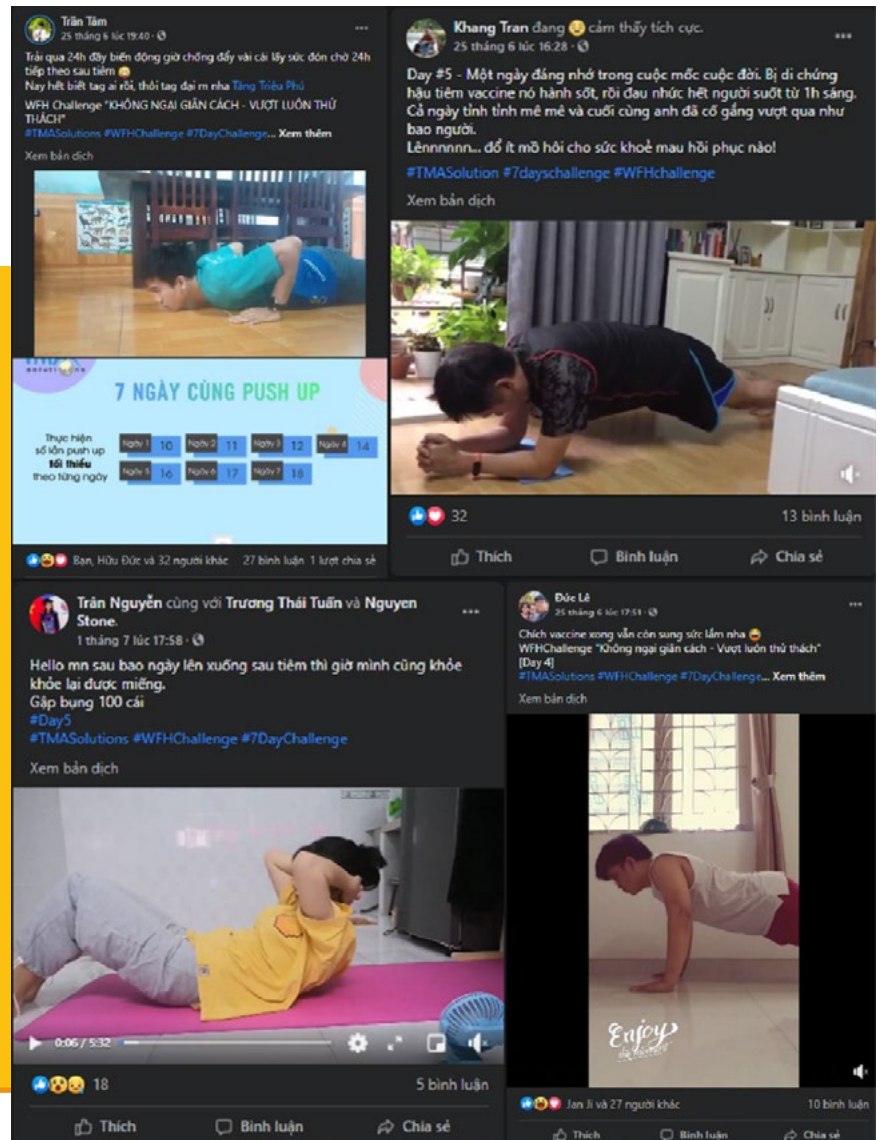
training@tma.com.vn

TMA WFH Challenge: Những VĐV may mắn nhất lộ diện



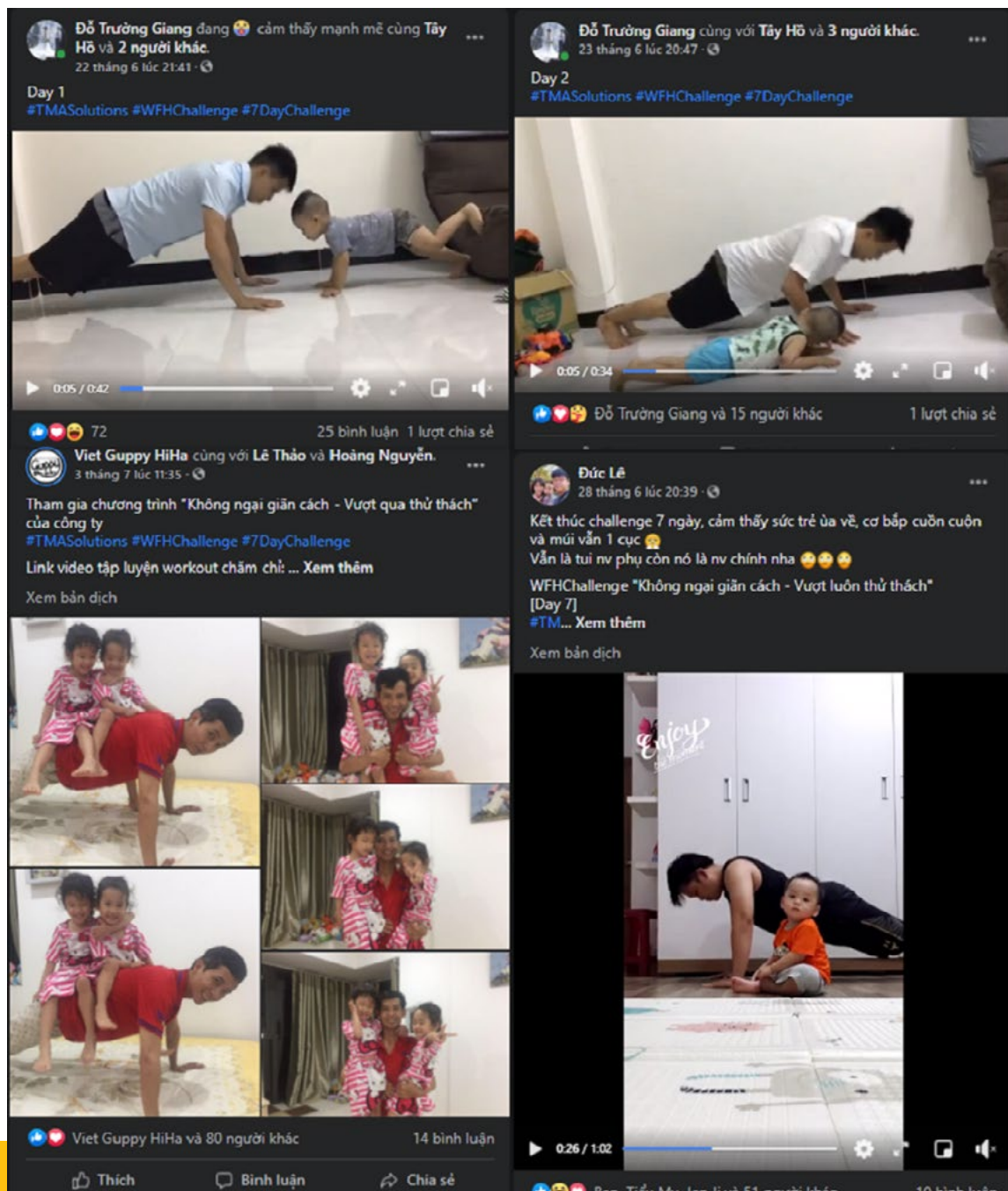
Cuộc thi “Không ngại giãn cách – Vượt luôn thử thách” dành cho tất cả thành viên TMA đã chính thức khép lại vào cuối tuần qua. Sau 3 tuần khởi xướng, WFH Challenge thu hút gần 350 clips thể dục thể thao sôi nổi đăng tải lên các trang facebook cá nhân của các thành viên TMA HCM và Bình Định, lan tỏa năng lượng tích cực đến cộng đồng. Tại buổi livestream công bố kết quả tối ngày 12/07 trên fanpage TMA Solutions, những giải thưởng đều đã lần lượt tìm được chủ nhân của mình.

Chúc mừng các cá nhân/team đã may mắn giành được những phần quà giá trị của chương trình.



Tiếp nối mục tiêu của chương trình là nâng cao việc rèn luyện thể dục thể thao, sau khi thử thách khép lại, hy vọng các thành viên vẫn sẽ tiếp tục duy trì thói quen tốt này để có một sức khỏe và tinh thần thật tốt, nhất là trong giai đoạn dịch bệnh hiện nay.

Rất mong các bạn sẽ tiếp tục ủng hộ các hoạt động sắp tới của công ty. Chúc các bạn luôn mạnh khỏe và an toàn!



MUA VÀ TRỮ THỰC PHẨM MÙA DỊCH SAO CHO AN TOÀN?





Để hạn chế tình trạng lây bệnh trong mùa dịch, mọi người thường có thói quen mua và tích trữ thực phẩm trong thời gian dài để hạn chế ra đường và tiếp xúc nơi đông người. Cùng tìm hiểu một số cách để lựa chọn và bảo quản thực phẩm an toàn và hữu hiệu qua bài viết bên dưới nhé!

Phần 1: Cách chọn mua thực phẩm



Để tránh việc khan hiếm hoặc phải mua thực phẩm với giá đắt đỏ trong thời gian dịch bệnh, bạn nên chọn những thực phẩm an toàn, ưu tiên đồ đóng hộp để lưu trữ được lâu, và đọc những lưu ý sau để chọn các sản phẩm tươi sống, đóng gói sẵn khác.

Cách chọn mua thực phẩm đóng gói sẵn

Sản phẩm bao gói phải nguyên vẹn như ban đầu của nhà sản xuất, nhãn mác phải có đủ thông tin chính liên quan đến sản phẩm gồm: tên sản phẩm, nơi sản xuất, số lô sản phẩm, ngày sản xuất, hạn sử dụng, hướng dẫn sử dụng, hướng dẫn bảo quản, thành phần cấu tạo chính.

Chỉ chọn các thực phẩm còn hạn sử dụng, và nên chọn những sản phẩm có thời hạn sử dụng còn dài. Đối với thực phẩm chế biến sẵn, cần có thêm thông tin về các phụ gia thực phẩm thường được sử dụng như chất bảo quản, phẩm màu.

Cách chọn mua thực phẩm tươi sống

Nếu thực phẩm được bán ở cửa hàng, siêu thị, nên chọn các thực phẩm được bảo quản ở nhiệt độ phù hợp với sản phẩm, được bảo quản nơi thoáng mát, an toàn thực phẩm.

Nếu phải mua thực phẩm ở chợ truyền thống, nên chọn các hàng quen hoặc có uy tín để mua. Lưu ý tránh các quầy bán hàng gần khu vực có nguy cơ ô nhiễm cao như cống rãnh thoát nước thải, khu vực có rác thải, gần nhà vệ sinh.

Nên chọn các quầy hàng được bày riêng biệt các loại rau, củ, quả với các loại thịt, sản phẩm gia cầm và thủy hải sản.



Đối với rau, củ, quả nên lựa chọn loại còn tươi, nguyên cuống, không dập nát, không có những đốm màu lạ hoặc khác nhau. Thận trọng với những loại rau có khả năng bơm thuốc sâu như: rau muống, rau ngót, xà lách, rau cải các loại. Không mua rau đã héo úa, dập nát hay có mùi lạ, có dấu hiệu bất thường.

Đối với thịt nên chọn loại có màu sắc đỏ tươi hoặc đỏ sẫm, vết cắt có màu sắc bình thường, khô. Tránh thịt có màu hơi xanh nhạt hoặc hơi thâm, thậm chí đen, màng ngoài nhớt. Tránh các loại thịt có mùi lạ, mùi ôi thiu hay mùi thuốc kháng sinh.



Đối với các loại thủy, hải sản, nếu có thể nên chọn các loại thực phẩm tươi, còn sống, hoặc nếu không còn sống phải được bảo quản trong đá lạnh dù là bán trong siêu thị hay ở chợ truyền thống.

Cách chọn mua đồ hộp

Nhóm thực phẩm đóng hộp hiện nay cũng khá phổ biến và được nhiều người nội trợ tin dùng, vì vậy cần lưu ý một số thông tin chung để chọn đồ hộp an toàn như sau:

Kiểm tra kỹ hạn sử dụng

Nên chọn loại hai nắp hộp bị lõm vào, gõ có tiếng kêu đanh. Không chọn và sử dụng các loại sản phẩm đóng hộp nếu có các hiện tượng sau:

- Hộp bị phồng ra ở nắp hoặc các vị trí khác, nếu có hiện tượng đó thì sản phẩm bên trong đã bị vi sinh vật phân hủy làm hỏng và sinh ra khí.
- Bao gói đồ hộp bị hở hoặc rò rỉ, bị móp hoặc biến dạng do va đập mạnh
- Đồ hộp khi mở ra có mùi hôi, mùi lạ khác với mùi đặc trưng của sản phẩm.



Phần 2: Cách tích trữ và bảo quản thực phẩm

Sơ chế sạch trước khi bảo quản

Thịt, cá tươi sống khi mua về cần được bảo quản ở ngăn đá để có thể giữ được lâu ngày.

Bạn nên làm sạch trước khi cho những thực phẩm này vào hộp, màng bọc thực phẩm, sau đó buộc kín và cất vào ngăn đá vừa để mùi thịt cá sống không lan sang khắp tủ lạnh, vừa để bảo vệ thịt không bị lây nhiễm vi khuẩn gây bệnh.

Ngoài ra, nhiều người có thói quen khi mua rau củ quả về cho ngay vào tủ lạnh bảo quản. Bùn đất, giun sán, vi sinh vật sẽ trú ngụ trong tủ lạnh, lây lan sang các thực phẩm khác.

Do đó, rau, củ, quả sau khi mua về, cần nhặt bỏ những phần bị héo úa, rửa sạch, để ráo nước và cho vào ngăn mát tủ lạnh để bảo quản.



Bảo quản thực phẩm tươi sống

Đối với bảo quản các thực phẩm tươi sống như: Thịt, cá, hải sản... khi mua về bạn nên giữ nguyên bao bì nếu bạn mua ở siêu thị. Nếu mua ở chợ, hãy bảo quản riêng bằng hộp đựng thức ăn chuyên chứa thịt và nên sử dụng hết trong khoảng 2 ngày.

Nếu muốn giữ thịt, cá... tươi sống lâu hơn, hãy cất vào ngăn đông lạnh, bao bọc thịt thật kỹ để chúng luôn được tươi ngon, quan trọng hơn là để tránh nguy cơ bị lây nhiễm vi khuẩn gây bệnh.

Bạn có thể sử dụng màng nhựa để bọc thực phẩm hoặc lấy giấy bạc thường được sử dụng để bọc kín các loại thịt.

Tuy nhiên, nếu cho những thực phẩm này vào ngăn đông lạnh, bạn cần nhớ bọc nhiều lớp. Điều này sẽ tránh việc thực phẩm tươi sống bị đông đá quá mức, mất đi mùi vị thơm ngon vốn có.

Với nhu cầu tích trữ thực phẩm trong thời gian dài, việc lựa chọn những dòng tủ lạnh có dung tích lớn giúp bạn lưu trữ được nhiều thực phẩm hơn, tiết kiệm thời gian đi chợ.

Bạn nên chọn những dòng tủ lạnh có dung tích tích trên 300L sẽ giúp việc lưu trữ thực phẩm thoải mái cho cả nhà trong cả tuần, kết hợp với công nghệ hiện đại sẽ giúp thực phẩm giữ được lâu hơn, chất lượng hơn.

Bảo quản thực phẩm thừa và dễ hỏng

Khi bảo quản thực phẩm thừa và dễ hư hỏng bạn nên sử dụng hộp đựng thực phẩm: Bảo quản thực phẩm trong các vật dụng vừa khít với nó.



Hộp hoặc chai thủy tinh đựng thực phẩm có lợi trong việc giúp người dùng dễ dàng kiểm tra thực phẩm bên trong, có thể dùng cho lò vi sóng và thân thiện với môi trường hơn.

Nếu bạn sử dụng túi nhựa thì nên kiểm tra đảm bảo là chúng không chứa BPA (có ghi “BPA-free”) gây nguy hại cho sức khỏe. Để đảm bảo an toàn khi dự trữ thực phẩm, bạn chỉ nên giữ lại những hộp đựng thực phẩm an toàn (nhựa không chứa BPA hoặc thủy tinh).

Bảo quản trái cây và rau

Trước khi cho rau củ vào tủ lạnh, bạn nên phân loại cụ thể rau, củ và cho vào túi riêng trước khi cho vào tủ lạnh. Nguyên do là mỗi loại rau củ cần được bảo quản trong thời gian khác nhau và có thể bị hư hỏng nhanh hơn các loại khác.

Để bảo quản được lâu, bạn có thể bọc củ quả lại bằng giấy báo hoặc túi nilon để giữ cho thực phẩm không bị mất nước và tươi lâu hơn. Đối với các loại rau, củ, quả như bắp cải, cải thảo, cà chua, cà rốt, khoai tây... sau khi mua về, có thể bảo quản ở nơi thoáng mát, không nhất thiết phải cho vào tủ lạnh.

Với dòng tủ lạnh cao cấp hiện nay, ngăn đựng rau củ được thiết kế giúp tạo ra môi trường có độ ẩm cao để giữ ẩm cho rau củ, cho phép tủ lạnh giữ được độ tươi ngon lâu nhất, cũng như đảm bảo được hàm lượng chất dinh dưỡng như ban đầu của rau củ.

Nguồn: dienmayxanh.com