T&C GROUP

T&C NEWSLETTER

Q2/2024

Số 06

ĐÀO TẠO & PHÁT TRIỂN

NÂNG CAO
TRÌNH ĐỘ CHUYÊN MÔN
VỚI VOLVO TRUCKS

WORKSHOP ONLINE
VỀ LƯƠNG & PHỤ CẤP

QUỸ HỖ TRỢ TÀI NĂNG TRẺ
HỌC BỔNG K-T

TRẢI NGHIỆM NGHỀ NGHIỆP VỚI
HONDA Ô TÔ SÀI GÒN - CỘNG HOÀ

PHÁT TRIỂN KỸ
NĂNG LÁI XE
AN TOÀN

NÂNG CAO SỨC KHOẺ
VỚI T&C YOGA WELLNESS

Góc Tin tức

BƯỚC CHẠY VÌ SỨC KHỎE

Y Đạo tại Minh Đạm Discovery Marathon 2024!

Cuối tháng 2 vừa qua, đội ngũ Y Đạo đã cùng với đối tác chiến lược Siemens tham gia giải chạy Minh Đạm Discovery Marathon 2024 với tinh thần đầy hứng khởi và quyết tâm.

Đội ngũ cán bộ công ty Y Đạo tham gia giải chạy

Sự kiện không chỉ là một hoạt động thể thao đơn thuần mà còn là một phần của chiến dịch lớn nhằm thúc đẩy phong trào sức khỏe và thể dục thể thao trong toàn tập đoàn. Việc tham gia giải chạy này khẳng định cam kết và nỗ lực không ngừng của Tập đoàn T&C trong việc xây dựng một môi trường làm việc khỏe mạnh, năng động và đoàn kết.

Mỗi vận động viên của Y Đạo và T&C không chỉ chạy với tất cả khả năng và sức lực của mình mà còn mang theo tinh thần đồng đội, sẵn sàng hỗ trợ và cổ vũ lẫn nhau vượt qua mọi giới hạn. Hình ảnh tập thể của các runner cùng tham gia giải chạy Minh Đạm là minh chứng rõ nét cho sự gắn kết và tinh thần thể thao của tập đoàn.

Qua giải chạy này, chúng tôi mong muốn kết nối mạnh mẽ hơn nữa với cộng đồng, khuyến khích mọi người tham gia vào những hoạt động ý nghĩa, hướng tới một tương lai khỏe mạnh và phát triển bền vững. Hoạt động này cũng là dịp để các thành viên T&C gặp gỡ, giao lưu và chia sẻ những khoảnh khắc đáng nhớ cùng nhau.

Tập đoàn T&C sẽ tiếp tục duy trì và phát triển các hoạt động thể dục thể thao, góp phần tạo nên một tập đoàn không chỉ mạnh về kinh doanh mà còn vững về sức khỏe và đoàn kết.

Đào tạo kỹ thuật cùng Volvo Trucks

NÂNG CAO TRÌNH ĐỘ CHUYÊN MÔN CHO ĐỘI NGŨ T&C TRUCKS

Cán bộ T&C Trucks tham gia buổi đào tạo của Volvo Trucks

Trong hai ngày 11 và 12/3/2024, T&C Trucks đã tổ chức các buổi đào tạo kỹ thuật đặc biệt với mục tiêu mở rộng kiến thức và nâng cao trình độ chuyên môn cho đội ngũ nhân viên. Chương trình đào tạo này nằm trong chuỗi hoạt động phát triển nguồn nhân lực của công ty, nhằm đáp ứng nhu cầu ngày càng cao của thị trường và khách hàng.

Các buổi đào tạo được dẫn dắt bởi các chuyên gia hàng đầu từ Volvo Trucks, mang đến những kiến thức mới nhất về công nghệ đột phá, phương pháp tiên tiến trong vận hành và bảo dưỡng xe tải. Đặc biệt, các giải pháp tối ưu để nâng cao hiệu suất làm việc và tối đa hóa thời gian hoạt động của xe tải Volvo đã được chia sẻ một cách chi tiết và thực tế.

Đầu tư vào đào tạo và phát triển nhân sự là một phần quan trọng trong chiến lược tổng thể của T&C Trucks. Việc này không chỉ giúp nâng cao chất lượng dịch vụ và sự hài lòng của khách hàng mà còn góp phần vào sự phát triển bền vững của ngành công nghiệp vận tải. Những buổi đào tạo như thế này giúp đội ngũ nhân viên của T&C Trucks cập nhật và làm chủ các công nghệ mới, từ đó đáp ứng tốt hơn nhu cầu của khách hàng và thị trường.

Tổng kết Chương trình

TẬP HUẤN LÁI XE AN TOÀN 2024

Sáng ngày 23/03/2024, Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa đã tổ chức thành công chương trình tập huấn "LÁI XE AN TOÀN 2024" tại Trường Cao đẳng Lý Tự Trọng, Thành phố Hồ Chí Minh. Chương trình này được thiết kế nhằm trang bị cho các học viên những kiến thức và kỹ năng lái xe an toàn thông qua sự hướng dẫn tận tình từ đội ngũ chuyên gia của đại lý.

Honda Ô tô Cộng Hoà cùng chương trình "Hướng dẫn lái xe an toàn 2024"

Chương trình bao gồm hai phần chính: lý thuyết và thực hành. Phần lý thuyết giúp học viên nắm kiến thức và kinh nghiệm lái xe an toàn trong nhiều điều kiện giao thông, tập trung rèn luyện kỹ năng phán đoán và phản xạ nhanh.

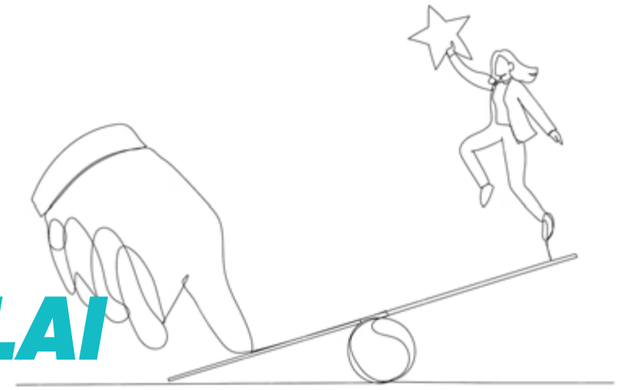
Sau khi hoàn tất phần lý thuyết, học viên sẽ thực hành với các tình huống thực tế như "Cảm nhận không gian xe", "Ghép xe song song", "Kỹ thuật cua cọc tiêu thẳng" và "Phản xạ với tình huống nguy hiểm". Các bài thực hành này giúp học viên áp dụng kiến thức đã học, nâng cao kỹ năng lái xe và xử lý tình huống.

Chương trình thu hút nhiều học viên tham gia, trang bị kiến thức và kỹ năng lái xe an toàn. Học viên không chỉ học lý thuyết mà còn trải nghiệm thực tế, tự tin hơn khi tham gia giao thông.

Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa hy vọng chương trình mang lại giá trị hữu ích và trải nghiệm khó quên. Chương trình "LÁI XE AN TOÀN" sẽ tiếp tục tổ chức định kỳ để nâng cao nhận thức và kỹ năng lái xe an toàn cho cộng đồng.

Lễ trao học bổng K-T
của Đại học Quốc gia Hà Nội

TẠO ĐÀ CHO TƯƠNG LAI



Chủ tịch Nguyễn Thành Công trao học bổng K-T cho các sinh viên xuất sắc

Lễ trao học bổng K-T của Đại học Quốc gia Hà Nội (ĐHQGHN) sáng ngày 16/04/2024 đã diễn ra thành công, mang lại niềm vui và hy vọng cho những sinh viên xuất sắc có hoàn cảnh khó khăn. Buổi lễ có sự tham dự của các đại diện từ tập đoàn T&C, Quỹ học bổng K-T, cùng các thầy cô và 40 sinh viên ĐHQGHN.

Quỹ học bổng K-T, tên gọi tắt của Quỹ Hỗ trợ Tài năng Trẻ, được thành lập bởi cụ bà Phan Thị Khóa và cụ ông Nguyễn Khắc Tháo - thân sinh của Chủ tịch Tập đoàn T&C, ông Nguyễn Thành Công, cùng sự đóng góp của gia đình. Quỹ học bổng này ra đời với sứ mệnh hỗ trợ và khuyến khích những tài năng trẻ vượt qua khó khăn, tiếp tục theo đuổi ước mơ học tập và nghiên cứu.

Tính đến năm học 2023-2024, hàng nghìn suất học bổng đã được trao, giúp các sinh viên ĐHQGHN vượt qua khó khăn, giữ vững ước mơ và ý chí vươn lên. Quỹ K-T không chỉ là nguồn động viên vật chất mà còn là nguồn động lực tinh thần lớn lao, giúp các em tự tin hơn trong hành trình chinh phục tri thức.

Lễ trao học bổng K-T đã để lại nhiều ấn tượng sâu sắc và khẳng định cam kết của Tập đoàn T&C trong việc hỗ trợ giáo dục. Sự kiện này là một phần trong chuỗi hoạt động xã hội của Tập đoàn T&C, hướng tới mục tiêu xây dựng một cộng đồng học tập phát triển, nơi mà mọi sinh viên đều có cơ hội phát triển tài năng và đóng góp cho đất nước.

HOÀN THÀNH CÔNG TÁC KIỂM TRA KỸ THUẬT DÀN XE TẢI VOLVO FM TẠI VIETSOPETROV

Vừa qua, đội ngũ kỹ thuật viên của T&C Trucks đã hoàn thành công tác kiểm tra kỹ thuật cho dàn xe tải Volvo FM tại Vietsopetrov. Hoạt động này không chỉ khẳng định năng lực chuyên môn mà còn thể hiện cam kết không ngừng của doanh nghiệp trong việc cung cấp dịch vụ và sản phẩm đạt tiêu chuẩn cao nhất.

Các công đoạn bảo dưỡng bao gồm kiểm tra toàn diện các hệ thống của xe, từ động cơ, hệ thống lái, đến hệ thống phanh. Mỗi chiếc xe đều được kiểm tra kỹ lưỡng để đảm bảo vận hành hiệu quả và đáp ứng tốt nhất các yêu cầu về an toàn và môi trường. Đội ngũ kỹ thuật viên của T&C Trucks đã áp dụng các quy trình kiểm tra và bảo dưỡng nghiêm ngặt theo tiêu chuẩn của Volvo Trucks, đảm bảo rằng mọi vấn đề đều được phát hiện và khắc phục kịp thời.

Việc đầu tư vào chất lượng và sự đổi mới là một phần quan trọng trong chiến lược phát triển của T&C Trucks. Điều này giúp doanh nghiệp phục vụ khách hàng tốt hơn đồng thời góp phần vào sự phát triển chung của các ngành công nghiệp và cộng đồng.

Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa

TIẾP NỐI HÀNH TRÌNH HỢP TÁC VÀ ĐỔI MỚI

Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa đã vinh dự đón tiếp Ban Lãnh đạo Honda Việt Nam trong hai sự kiện đặc biệt, đánh dấu những bước tiến quan trọng trong hành trình hợp tác và đổi mới.

Trong sự kiện ngày 20/04/2024, ông Yusuke Kondo, Giám đốc Kinh doanh khối ô tô của Honda Việt Nam, đã dẫn đầu đoàn đến thăm và làm việc tại đại lý. Buổi gặp mặt này không chỉ là cơ hội để cập nhật những thông tin mới nhất về ngành ôtô mà còn giúp hai bên xác định các hướng đi mới cho tương lai, củng cố mối quan hệ bền vững giữa Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa và Honda Việt Nam.

Tiếp nối thành công đó, sáng 10/05/2024, Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa đón tiếp ông Koji Sugita, Tổng Giám đốc Honda Việt Nam, cùng đoàn lãnh đạo cấp cao. Chương trình bao gồm các hoạt động tham quan và làm việc, giúp đại diện hai bên trao đổi về thành tựu và phát triển của đại lý trong những năm qua. Đồng thời, các thảo luận về chiến lược kinh doanh và định hướng mới cho năm 2024 của Honda Việt Nam diễn ra trong không khí cởi mở và hợp tác.

Ông Yusuke Kondo, Giám đốc Kinh doanh khối ô tô của Honda Việt Nam

Ông Koji Sugita - Tổng Giám đốc Honda Việt Nam

Sự cam kết và phát triển không ngừng

Trong suốt hơn 18 năm hoạt động, Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa đã không ngừng cải tiến và nâng cao chất lượng dịch vụ, đảm bảo mỗi khách hàng đến đại lý đều cảm nhận được sự khác biệt và giá trị đích thực. Các sự kiện này không chỉ là minh chứng cho cam kết không ngừng nỗ lực vươn lên của đại lý mà còn thể hiện sự đánh giá cao từ phía lãnh đạo Honda Việt Nam đối với cơ sở vật chất và quy trình phục vụ khách hàng chuyên nghiệp của Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa.

Tập đoàn T&C tự hào về những thành tựu của Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa và sẽ tiếp tục hỗ trợ mạnh mẽ để doanh nghiệp đạt được những mục tiêu chung. Với sự đồng hành của Tập đoàn T&C, Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa sẽ tiếp tục phấn đấu mang tới những dịch vụ và sản phẩm tốt nhất cho khách hàng, góp phần xây dựng một tương lai vững chắc cho ngành công nghiệp ôtô.

Trải nghiệm công việc

KỸ THUẬT VIÊN BẢO DƯỠNG ÔTÔ

tại Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa

Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa tự hào đồng hành cùng chương trình SAO HỌC VIỆC trong tập 18 với chủ đề "Nghề bảo dưỡng xe ô tô".

Trong tập này, hai ngôi sao Nguyễn Đình Vũ và Joung Ju đã đối mặt với những thử thách thú vị khi trải nghiệm thực tế công việc của một kỹ thuật viên. Qua đó, chương trình mang đến những góc nhìn chân thật và sinh động về nghề này, đồng thời giúp khán giả hiểu rõ hơn về quy trình và kỹ năng cần thiết trong lĩnh vực bảo dưỡng ô tô.

Không chỉ đơn thuần là những hình ảnh chân thực về công việc bảo dưỡng, chương trình còn nhấn mạnh tầm quan trọng của việc bảo dưỡng xe ô tô đúng cách. Các kỹ thuật viên tại Honda Ôtô Sài Gòn - Cộng Hòa đã chia sẻ những kinh nghiệm quý báu và cung cấp hướng dẫn chi tiết về các kỹ năng cần thiết, từ kiểm tra định kỳ đến sửa chữa những vấn đề phức tạp của xe.

Với cam kết không ngừng nâng cao chất lượng dịch vụ và hỗ trợ phát triển các ngành nghề kỹ thuật, T&C luôn đồng hành cùng các chương trình giáo dục và đào tạo, mang lại những giá trị thiết thực cho cộng đồng. Hãy cùng chờ đón những tập tiếp theo của SAO HỌC VIỆC và những câu chuyện nghề nghiệp thú vị khác!

Nâng cao kiến thức nhân sự

Hội thảo trực tuyến LƯƠNG VÀ PHỤ CẤP

Nhằm mục tiêu bổ sung và nâng cao kiến thức chuyên môn, nghiệp vụ cũng như chia sẻ các kinh nghiệm thực tiễn, bộ phận nhân sự tại Tập đoàn T&C (TCHO) đã tổ chức buổi mini workshop online với chủ đề "Lương và các khoản phụ cấp theo lương" lần đầu tiên.

Buổi hội thảo đã thu hút sự quan tâm và tham gia nhiệt tình của các thành viên thuộc nhóm hành chính nhân sự từ các công ty thành viên trong tập đoàn.

Trong buổi workshop, các thành viên đã cùng nhau thảo luận về các quy định và phương pháp tính toán lương cũng như các khoản phụ cấp liên quan. Những tình huống thực tế từ công việc hàng ngày đã được đưa ra làm ví dụ, giúp các thành viên không chỉ hiểu rõ hơn về lý thuyết mà còn biết cách áp dụng vào thực tế. Qua các chia sẻ, các thành viên đã có cơ hội học hỏi từ kinh nghiệm của nhau, tạo ra một môi trường học tập năng động và tích cực.

Buổi hội thảo chính là cơ hội để học hỏi và tạo điều kiện cho các thành viên trao đổi kinh nghiệm và thảo luận về những thách thức, khó khăn trong công tác quản lý nhân sự. Sau buổi hội thảo, nhiều thành viên bày tỏ mong muốn tiếp tục có những buổi chia sẻ kiến thức và kinh nghiệm như vậy.

Đáp ứng nguyện vọng của các thành viên, bộ phận nhân sự TCHO quyết định sẽ biến hoạt động này thành một sự kiện định kỳ theo quý. Các buổi mini workshop tiếp theo sẽ tiếp tục cập nhật các kiến thức mới, cũng như chia sẻ những kinh nghiệm thực tiễn từ các công ty thành viên, giúp nâng cao hiệu quả công tác quản lý nhân sự trong toàn tập đoàn.

T&C Yoga Wellness

Chăm sóc sức khoẻ và tinh thần cùng Yoga

Trong bối cảnh cuộc sống hiện đại ngày càng bận rộn và đầy áp lực, việc duy trì sự cân bằng giữa công việc và cuộc sống là vô cùng quan trọng. Thấu hiểu được điều đó, trong tháng 5, TCHO đã chính thức khởi động chương trình "T&C Yoga Wellness" với các lớp học yoga diễn ra vào chiều thứ 6 hàng tuần, nhằm nâng cao sức khỏe thể chất và tinh thần cho các thành viên trong tập đoàn.

Các lớp học yoga được hướng dẫn bởi những huấn luyện viên giàu kinh nghiệm, mang đến những bài tập phù hợp cho mọi trình độ. Qua mỗi buổi học, các thành viên được trải nghiệm những kỹ thuật yoga cơ bản đến nâng cao, giúp tăng cường sự dẻo dai và linh hoạt cho cơ thể. Việc tổ chức các lớp yoga không chỉ nhằm cải thiện sức khỏe thể chất mà còn giúp cân bằng tinh thần, giảm stress sau những giờ làm việc căng thẳng. Hoạt động này tạo cơ hội để các thành viên kết nối, giao lưu và xây dựng mối quan hệ đoàn kết trong môi trường làm việc.

Chương trình "T&C Yoga Wellness" là một bước tiến quan trọng trong việc chăm lo sức khỏe cho người lao động và xây dựng một tập thể vững mạnh. Với sự tham gia tích cực của các thành viên đến từ TCHO, TCID và Kho Hà Nội, chúng tôi hy vọng rằng hoạt động thể thao tập thể bổ ích này sẽ sớm được mở rộng triển khai tại khu vực Hồ Chí Minh nhằm đưa mọi người đến gần nhau hơn, không chỉ trong công việc mà trong cuộc sống hàng ngày.

Hãy cùng chờ đón và tham gia chương trình "T&C Yoga Wellness" để cảm nhận sự thay đổi tích cực và cùng nhau xây dựng một môi trường làm việc tràn đầy năng lượng và sức sống!

Nâng cao sức khỏe
và kết nối cộng đồng T&C

Mở ứng dụng Zalo
và quét mã
ĐĂNG KÝ NGAY

Chuyến du lịch hè tại Cửa Hội

Gắn kết và tri ân

Trong tháng 5 vừa qua, TCHO cũng đã phối hợp với TCID tổ chức chuyến du lịch hè đầy ý nghĩa tại Cửa Hội, Nghệ An. Đây là một trong những phúc lợi hàng năm mà Tập đoàn T&C dành cho người lao động, nhằm nâng cao trải nghiệm và tăng cường sự gắn kết giữa nhân viên với tập đoàn.

Chuyến đi không chỉ mang đến những phút giây thư giãn, tận hưởng không gian biển xanh cát trắng mà còn là cơ hội để các thành viên T&C tham gia vào các hoạt động tập thể, giao lưu, xây dựng tình đoàn kết. Tại đây, mọi người cùng tham gia các hoạt động bãi biển, dã ngoại và thưởng thức các đặc sản vùng miền, tạo nên những kỷ niệm đẹp và đáng nhớ.

Đặc biệt, chuyến đi càng thêm ý nghĩa khi đoàn đã dành thời gian để ghé thăm Quê Bác và thắp hương tưởng niệm cho 10 nữ thanh niên xung phong anh dũng hi sinh tại Ngã Ba Đồng Lộc. Những khoảnh khắc đáng nhớ từ chuyến đi sẽ mãi là nguồn động lực để mọi người cùng nhau hướng tới những hành trình ý nghĩa tiếp theo cùng Tập đoàn T&C.

Cập nhật Luật

NGHỊ ĐỊNH 96/2023/NĐ-CP HƯỚNG DẪN LUẬT KHÁM BỆNH, CHỮA BỆNH

Quy định mới trong cấp Giấy phép hành nghề khám, chữa bệnh: đối với chức danh bác sỹ là 12 tháng; đối với chức danh y sỹ là 09 tháng; đối với chức danh điều dưỡng, hộ sinh, kỹ thuật y là 06 tháng; đối với chức danh dinh dưỡng lâm sàng là 06 tháng; chức danh cấp cứu viên ngoại viện là 06 tháng; và chức danh tâm lý lâm sàng là 09 tháng.

Quy định về hồ sơ cấp Giấy phép hành nghề khám bệnh, chữa bệnh cho người lần đầu tiên đề nghị cấp.

Quy định bổ sung hình thức tổ chức của cơ sở khám bệnh, chữa bệnh: (i) Bệnh viện gồm các hình thức: Bệnh viện đa khoa; Bệnh viện y học cổ truyền; Bệnh viện răng hàm mặt; Bệnh viện chuyên khoa. (ii) Phòng khám bao gồm các hình thức sau đây: Phòng khám đa khoa; Phòng khám chuyên khoa; Phòng khám liên chuyên khoa; Phòng khám bác sỹ y khoa; Phòng khám y học cổ truyền; Phòng khám răng hàm mặt; Phòng khám dinh dưỡng; Phòng khám y sỹ đa khoa. (iii) Trạm y tế; và (iv) Các cơ sở khác.

(Công văn số 5852/TCT-PC ngày 21/12/2023 ban hành bởi Tổng cục Thuế)

(Hiệu lực từ ngày 01/01/2024)

THÔNG TƯ 15/2023/TT-BLĐTBXH SỬA ĐỔI BỔ SUNG MỘT SỐ ĐIỀU CỦA THÔNG TƯ SỐ 28/2015/TT-BLDDTBXH VỀ BẢO HIỂM THẤT NGHIỆP

Người lao động tại đơn vị sử dụng lao động không có người đại diện theo pháp luật; hoặc người được người đại diện theo pháp luật ủy quyền có nhu cầu chấm dứt hợp đồng lao động để hưởng các chế độ bảo hiểm thất nghiệp thì người lao động đề nghị Sở Lao động – Thương binh và Xã hội hoặc Bảo hiểm xã hội cấp tỉnh thực hiện theo quy trình pháp luật Việt Nam về bảo hiểm thất nghiệp;

Cơ quan bảo hiểm xã hội có trách nhiệm thực hiện xác nhận mức đóng, thời gian đóng, thời gian gián đoạn và lý do gián đoạn đóng bảo hiểm thất nghiệp.

Như vậy, tại Công ty không có người đại diện theo pháp luật hoặc được người đại diện theo pháp luật ủy quyền, nếu người lao động có nhu cầu chấm dứt hợp đồng lao động để hưởng bảo hiểm thất nghiệp thì người lao động cần chủ động đề nghị Sở Lao động – Thương binh và Xã hội, hoặc Bảo hiểm xã hội cấp Tỉnh là thủ tục xác nhận và được hưởng bảo hiểm thất nghiệp.

(Hiệu lực từ ngày 15/02/2024):

THÔNG TƯ 05/2024/TT-BYT ĐƯỢC BAN HÀNH NGÀY 14/5/2024 QUY ĐỊNH VỀ DANH MỤC THUỐC, THIẾT BỊ Y TẾ, VẬT TƯ XÉT NGHIỆM ĐƯỢC ÁP DỤNG HÌNH THỨC ĐÀM PHÁN GIÁ VÀ QUY TRÌNH, THỦ TỤC LỰA CHỌN NHÀ THẦU ĐỐI VỚI CÁC GÓI THẦU ÁP DỤNG HÌNH THỨC ĐÀM PHÁN GIÁ, CÓ HIỆU LỰC TỪ NGÀY KÝ BAN HÀNH

* Trong đó, ban hành kèm theo Thông tư 05/2024/TT-BYT danh mục thuốc, thiết bị y tế, vật tư xét nghiệm được áp dụng hình thức đàm phán giá, bao gồm: Danh mục thuốc được áp dụng hình thức đàm phán giá quy định tại Phụ lục I ban hành kèm theo Thông tư 05/2024/TT-BYT; Danh mục thiết bị y tế, vật tư xét nghiệm được áp dụng hình thức đàm phán giá quy định tại Phụ lục II ban hành kèm theo Thông tư 05/2024/TT-BYT.

* Lập kế hoạch lựa chọn nhà thầu theo hình thức

đàm phán giá cần tuân thủ theo Điều 8 Thông tư này và những yêu cầu về:

- Tên gói thầu: Khoản 1, 2 Điều 16 Nghị định 24/2024/NĐ-CP;
- Tiêu chuẩn: Đối với tiêu chuẩn chất lượng đối với thuốc hoặc yêu cầu về cấu hình, tính năng kỹ thuật đối với thiết bị y tế, vật tư xét nghiệm và yêu cầu về thời gian giao hàng, các điều kiện mua cụ thể của từng thuốc, thiết bị y tế, vật tư xét nghiệm thực hiện đàm phán giá;
- Phương thức lựa chọn nhà thầu: Áp dụng phương thức một giai đoạn một túi hồ sơ;
- Thời gian tổ chức lựa chọn nhà thầu: Đơn vị đàm phán giá sẽ xác định thời gian tổ chức lựa chọn nhà thầu và trình người có thẩm quyền quyết định.
- Loại hợp đồng: Trong kế hoạch lựa chọn nhà thầu phải xác định cụ thể loại hợp đồng theo quy định tại Điều 64 Luật Đấu thầu 2023 để làm căn cứ lập hồ sơ yêu cầu: Ký kết thỏa thuận khung hoặc ký hợp đồng trong trường hợp Đơn vị đàm phán giá trực tiếp.
- Thời gian thực hiện thỏa thuận khung hoặc thời gian thực hiện gói thầu: Được quy định trong kế hoạch lựa chọn nhà thầu do người có thẩm quyền phê duyệt nhưng tối đa không quá 36 tháng.
- Tùy chọn mua thêm (nếu có): Đơn vị đàm phán giá trong trường hợp này phải xác định cụ thể số lượng tùy chọn mua thêm theo quy định tại Khoản 8 Điều 39 Luật Đấu thầu 2023 làm căn cứ lập hồ sơ yêu cầu: Ký kết thỏa thuận khung hoặc ký kết hợp đồng.

Nguyên tắc khi lập hồ sơ yêu cầu mua thuốc theo hình thức đàm phán giá theo Điều 10 Thông tư 05/2024/TT-BYT;

Việc thẩm định, phê duyệt hồ sơ yêu cầu mua thuốc theo hình thức đàm phán giá được quy định tại Điều 11 Thông tư 05/2024/TT-BYT

Góc hữu ích

ĐỘT QUỴ
Ở NGƯỜI TRẺ

Ngày nay khi dòng chảy cuộc sống trở nên gấp gáp và mạnh mẽ hơn, những căng thẳng trong công việc, những thói quen sinh hoạt chưa lành mạnh dẫn đến tỷ lệ đột quỵ ở người trẻ ngày càng tăng cao. Bạn cần trang bị cho mình những kiến thức để có thể giúp cho bản thân cũng như cho những người xung quanh.

Ăn chuối giảm nguy cơ đột quỵ thế nào

Chuối cung cấp kali, magie, mangan, chất xơ, vitamin B6 và C, hỗ trợ giảm huyết áp, giúp lưu thông máu đến tim và não, giảm nguy cơ hình thành cục máu đông.

Nhiều yếu tố góp phần gây ra đột quỵ, trong đó có chế độ dinh dưỡng hàng ngày. BS.CKII Trần Lê Thanh Tâm, Khoa Thần kinh, Trung tâm Khoa học Thần kinh, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh TP HCM, cho biết chuối giàu kali hỗ trợ hạ huyết áp và giảm nguy cơ xơ vữa động mạch. Kali cũng hỗ trợ chức năng cơ và thần kinh, bao gồm các cơ trơn lót trong mạch máu. Thiếu kali có thể dẫn đến nhịp tim không đều và các vấn đề tiêu hóa.

Kali giúp tế bào thần kinh, cơ bắp hoạt động hiệu quả, hỗ trợ thận lọc máu và điều chỉnh chất dinh dưỡng vào và ra khỏi tế bào, duy trì mức chất lỏng trong cơ thể. Chuối còn chứa các dưỡng chất như magie, mangan, chất xơ, protein, vitamin B6 và C, giúp giảm huyết áp và nguy cơ ung thư, đau tim.

Chuối cũng hỗ trợ ngăn ngừa các yếu tố gây đột quỵ như tiểu đường và bệnh tim. Chất xơ trong chuối giúp giảm lượng đường trong máu, ngăn ngừa tiểu đường type 2, nhưng người mắc bệnh tiểu đường nên ăn chuối vừa phải.

Nghiên cứu của Đại học Y khoa Albert Einstein (Mỹ) trên hơn 90.100 phụ nữ sau mãn kinh cho thấy những người ăn nhiều kali nhất có nguy cơ đột quỵ do thiếu máu cục bộ thấp hơn 16% so với những người ăn ít kali. Theo Bộ Nông nghiệp Mỹ, một quả chuối trung bình cung cấp 500 mg kali, khoảng 10% nhu cầu hàng ngày. Tuy nhiên, không nên ăn quá nhiều chuối vì có thể gây đau bụng, buồn nôn, tiêu chảy, nên tham khảo ý kiến bác sĩ. Kali còn có trong khoai tây nướng, bí đỏ, mận khô, sữa và ức gà.

Phòng tránh đột quỵ khi chơi thể thao

Người đang chơi thể thao đột nhiên ngã quỵ có thể do đột quỵ, nhưng nguyên nhân thường liên quan đến vấn đề tim mạch nhiều hơn như nhồi máu cơ tim, bệnh tim giãn nở. Những triệu chứng đầu tiên của đột quỵ thường là liệt mặt, liệt tay chân, nói khó, thị giác mất cân bằng, đau đầu nhiều hoặc rối loạn tri giác, hôn mê.

Đột quỵ khi đang chơi thể thao có triệu chứng tương tự. Một số tình trạng có thể xảy ra trước báo hiệu trước đột quỵ.

Ví dụ, nhiều người gặp các cơn thiếu máu não thoáng qua (TIA), cảnh báo đột quỵ trong tương lai gần nhưng chủ quan bỏ qua. Cơn thiếu máu não thoáng qua là tình trạng mạch máu não bị tắc nhưng tự tái thông trở lại, cục máu đông tự tan ra, tái lập lại vòng tuần hoàn, não chưa bị tổn thương.

Người bệnh có thể khó nói, liệt tay, liệt chân khoảng vài phút rồi tự hết. Cơ thể có yếu tố tăng đông dễ hình thành cục máu đông hoặc dễ bị chảy máu (chỉ cần va chạm nhỏ cũng gây chảy máu) cũng có nguy cơ đột quỵ. Do đó, người từng có dấu hiệu thiếu máu não thoáng qua hoặc đi khám được chẩn đoán có yếu tố tăng đông, dễ chảy máu thì cần lưu ý khi chơi thể thao.

Đột quỵ do nhiều nguyên nhân và yếu tố nguy cơ gây ra. Trong đó có các yếu tố nguy cơ không thay đổi được như lớn tuổi, yếu tố gia đình (di truyền). Các yếu tố nguy cơ có thể thay đổi được gồm tăng huyết áp, đái tháo đường, hút thuốc lá, rối loạn chuyển hóa mỡ. Nếu kịp thời điều trị, kiểm soát, điều chỉnh thì nguy cơ đột quỵ ít hơn.

Để phòng tránh đột quỵ khi chơi thể thao, mỗi người nên đi khám tầm soát để biết mình có nguy cơ nào và ở mức độ nào. Ví dụ, chụp mạch máu não có thể giúp phát hiện dị dạng, phình, hẹp mạch máu não hay không. Xét nghiệm máu hỗ trợ bác sĩ chẩn đoán bệnh tiểu đường, rối loạn mỡ máu. Hoặc bác sĩ khảo sát thêm vấn đề về tim mạch xem người bệnh có bị rung nhĩ không. Người chơi thể thao cần đảm bảo đủ sức khỏe và an toàn.

Nhận biết và sơ cứu khi gặp người đột quỵ

Dấu hiệu đột quỵ rất nhanh và rõ ràng, có thể nhận biết sớm đột quỵ qua 2 quy tắc sau:

Quy tắc FAST

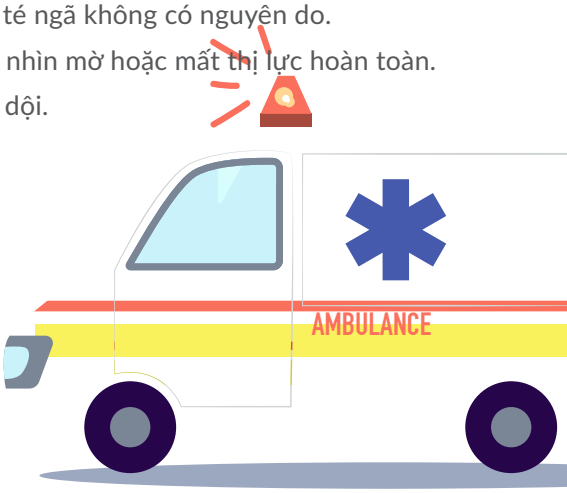
Quy tắc này chỉ ra những dấu hiệu đặc trưng của người bệnh đột quỵ gồm:

- Face: Mặt người bệnh có dấu hiệu khác thường do ảnh hưởng thần kinh như: cười méo miệng, rối loạn thị lực, co giật và không thể cử động 1 bên mặt.
- Arm: Tay chân người bệnh khó cử động, dễ đánh rơi đồ vật do cầm không chắc.
- Speech: Không kiểm soát được lưỡi nên bệnh nhân thường nói líu lưỡi, nói không rõ chữ, không diễn đạt được trọn vẹn câu.
- Time: Dấu hiệu đột quỵ diễn ra rất nhanh, bạn cần gọi cấp cứu càng nhanh càng tốt cùng với sơ cứu cho bệnh nhân đúng cách.

Quy tắc BEFASH

Quy tắc này chỉ ra nhóm triệu chứng đặc trưng nhất của đột quỵ não bao gồm:

- Đột quỵ yếu, tay chân không kiểm soát được, tê mặt.
- Nói đỡ, không thể nói chuyện.
- Chóng mặt, té ngã không có nguyên do.
- Méo miệng, nhìn mờ hoặc mất thị lực hoàn toàn.
- Đau đầu dữ dội.



Sơ cứu tại chỗ cho người đột quỵ

Việc làm đầu tiên sau khi phát hiện người bệnh đột quỵ là cần gọi người trợ giúp và xe cấp cứu ngay lập tức, người có chuyên môn y tế sẽ biết cách sơ cứu nhanh và hiệu quả. Trong thời gian chờ cấp cứu, hay theo dõi sát sao những dấu hiệu và thay đổi bất thường của người bệnh, thông tin này giúp nhân viên y tế biết cách can thiệp y tế tốt hơn.

- Nếu bệnh nhân xuất hiện dấu hiệu nôn mửa, suy giảm ý thức, nên thay đổi sang tư thế nằm nghiêng an toàn hơn. Đây là tư thế được khuyến cáo trong hồi sức cấp cứu do giúp bảo vệ đường thở cho bệnh nhân cũng như các biến chứng gặp phải. Người bệnh đột quỵ bị mất ý thức một phần hoặc hoàn toàn, nếu nằm ngửa lưỡi có thể tụt xuống họng gây bít tắc đường thở. Nếu bệnh nhân nôn, nằm ngửa sẽ khiến họ hít phải chất nôn gây bít tắc đường thở, suy hô hấp nguy hiểm.

- Nếu bệnh nhân đột quỵ bất tỉnh hoặc lơ mơ nhưng vẫn thở bình thường, không nôn thì tùy trường hợp có thể giữ nguyên tư thế nằm ngửa hoặc chuyển sang tư thế nằm nghiêng.

- Nếu bệnh nhân còn tỉnh táo, cố gắng trò chuyện với bệnh nhân, hỗ trợ bệnh nhân nằm ở tư thế thoải mái nhất. Ngoài ra, tuyệt đối không cho bệnh nhân ăn uống hoặc dùng thuốc không có chỉ định cho người bệnh.

Một số phương pháp dân gian thường áp dụng cho người gặp tình trạng tương tự như dùng kim chích 10 đầu ngón tay, ngón chân, cạo gió,... có thể gây nguy hiểm cho người đột quỵ. Tuyệt đối không tự ý sơ cứu bằng các can thiệp khác nếu không có nghiệp vụ y tế.

Ghi nhớ cách sơ cứu tại chỗ người bị đột quỵ sẽ giúp bạn thực hành tốt khi gặp phải bệnh nhân đột quỵ, tránh được các biến chứng đáng tiếc cho người bệnh.