



မာတိကာ

အတန်းထိန်းနည်း နိဿရည်း(သို့) အမှာစာ

၁။ ဆိုလာစနစ်၏ အရေးပါလာမှု ၁

၂။ လက်တွေ့အသုံးချ ပေါင်းစုံပေးစနစ်များ ၁၃

၃။ ITဆိုင်ရာ သတိပြုဖွယ် ၃-ချက် ၁၅

၄။ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားမလိုသော ရေခဲသေတ္တာ ၂၀

၅။ လျှပ်စစ်ဓာတ်ထုတ်လုပ်ပေးနိုင်သော အာလူး ၂၂

၆။ ကားတာယာအဟောင်းမှ လျှပ်စစ်ထုတ်ခြင်း ၂၄

၇။ အားကစားလေ့ကျင့်ရင်း လျှပ်စစ်ထုတ်ရအောင် ၂၅

၈။ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး၍ ကားစီကြမလား ၂၆

၉။ သဘာဝရေသန့်မှမ်းမီးလုံး ၂၆

၁၀။ သီးနှံအခြောက်ခံစက်၏ အရေးပါမှု ၂၈

၁၁။ စွမ်းအင်မလိုသော ရေသန့်ရေစစ်နည်း ၃၀

၁၂။ သဘာဝမြေဩဇာပြုလုပ်နည်း ၃၄

၁၃။ ပေါင်းဆန် ၃၅

၁၄။ မော်တော်ယာဉ်သုံး CNG ဓါတ်ငွေ့ ၄၁

၁၅။ မီးဖိုသုံးဓါတ်ငွေ့ရည် LPG ၄၆

၁၆။ ပလတ်စတစ်အမှိုက်နှင့် 5R ၅၂

၁၇။ ဆီစားနွန်းသက်သာ ရေဓါတ်ငွေ့ထုတ်ကိရိယာ ၅၄

၁၈။ ဓါတ်ခွဲခန်းစက်ရုံထုတ် အသား၊ ငါးများ ၅၆

၁၉။ အစွမ်းထက်သံမှန်ဖြင့် သောက်ရေသန့်ထုတ် ၅၇

၂၀။ ကျပ်ငွေ ၆-သိန်းဖြင့် ၁-ပတ်အတွင်း အသင့်တပ်ဆင်နိုင်သော တန်ဖိုးနည်းအိမ်များ ၅၈

၂၁။ တောင်ပေါ်ဒေသသုံး စက်မဲ့ကားငယ်များ ၅၉

၂၂။ မြေအောက်အပူမှ လျှပ်စစ်ထုတ်ယူခြင်း ၆၀

၂၃။ လမ်းလျှောက်ခြင်းမှ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားထုတ် ၆၁

၂၄။ လန်ဒန်မြို့ရှိ လျှပ်စစ်မော်တော်ကားများ ၆၂

၂၅။ ရေငန်မှ ရေချိုထုတ်လုပ်ရေးစက်ရုံများ ၆၃

၂၆။ စွန့်ပစ်ဆီများမှ ဘိုင်အိုဒီဇယ်သို့ ၆၄

၂၇။ ပလတ်စတစ်ထုတ်နိုင်သော စွန့်ပစ်ကြက်မွှေးများ ၆၅

၂၈။ ဝေဟင်သစ်တောများ ၆၆

၂၉။ LED မီးလုံးများ ၆၇

၃၀။ Energy Saver ၇၃

၃၁။ ချောက်ဖြတ်ကေဘယ်လ်ကြိုးများ ၇၈

၃၂။ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်ဖြင့် ...မော်တော်ဆိုင်ကယ် ၈၂

၃၃။ မဂ္ဂိုလ် ၁-သောင်းခွဲစန့် ...ကြက်ချေး ၈၃

၃၄။ စွမ်းအင်ချွေတာရေးမီးဖို ၈၄

၃၅။ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားဖြင့် မီးငြိမ်းသက်မည် ၈၆

၃၆။ ရေချွေတာစေသော အစက်ချရေလောင်းစနစ် ၈၈

၃၇။ မျက်နှာနှင့်လုံးဝတူသော မျက်နှာဖုံးများ ၈၉

၃၈။ ရွှေပြောင်းကွန်တိန်နာ အိမ်မျိုး ၉၀

၃၉။ ကျောက်တုံးကျောက်ခဲအုတ်မြစ်ဖြင့် ထောက်သောအိမ် ၉၁