

T:ME OF YOUR LiFE

GOOD READS FOR THE 50+



National Library Board
Singapore

issue
28

■ **5 Ways To Manage Up
Your Boss**

[Work In Progress](#)

■ **Peranan Datuk dan Nenek**

[Rencah Kehidupan](#)

■ **உங்கள் முதலாளியை எவ்வாறு
சமாளிப்பது?**

[உங்களை மேம்படுத்திக்கொள்ள](#)

■ **流媒体时代**

[数字时代](#)



Scan this QR code to download
a copy of this magazine!

WE WANT TO HEAR FROM YOU!

Take part in
the Time of Your Life:
Good Reads for the 50 Plus
Magazine's
Readership Survey
by 30 April 2022*

*The first 100 complete responses will receive a small Time of Your Life token.



Scan the
QR Code Now



or visit <https://go.gov.sg/toylreaders22>

Editor's Note

02

AN EYE ON THE CHANGING TV HABITS

Tech Bytes

04

5 WAYS TO MANAGE UP YOUR BOSS

Work in Progress

06

4 TIPS TO BECOMING A DIGITALLY SAVVY GRANDPARENT

The Heart of Life

08

LIVING WELL WITH PARKINSON'S DISEASE

Special Feature

10

BOOK REVIEWS

Unexpected Finds

12

DID SOMEONE SAY BINGO?

Game for It

ENGLISH EDITOR

Nurfaiezah Osman

Back in 1992, Gary Chapman published a book called *The 5 Love Languages* which describes how we receive and express love in a relationship. According to him, people respond to five love languages – words of affirmation; quality time; physical touch; acts of service; and receiving gifts. Misunderstandings arise when people have different ways of expressing their love and lack the understanding as well as willingness to adapt their expression of affection to suit another.

While Chapman's *5 Love Languages* theory continues to be relevant even today, it is not the panacea for all relationship ills. Human relationships, whether romantic or otherwise, are often complex and can be shaped by factors beyond our control. Take for instance, the advent of modern technology – while technology brings about much efficiency and convenience, there is also increasing awareness on its impact to shift how we behave. In *Tech Bytes*, we have our eye on the ever-changing TV landscape and how innovations in the industry have shifted the power back to the consumers while making us find different ways to connect with others over our favourite shows.

In *Work In Progress*, we take a look at managing relationships with our bosses and managers. Traditionally seen as a top-down relationship, we suggest tips to help you play a more active role and conversely, manage up your working relationship with your boss.

Last but not least, we also examine the relationships closer to our hearts – our families. In the *Heart of Life*, we look at tips on how to become a more digitally savvy grandparent. In our *Special Feature*, we also find out how to support our loved ones who may be diagnosed with Parkinson's Disease.

Just as we enjoyed musing over different ways to improve our relationships, we hope you will also enjoy reading and sharing this issue with your loved ones.

An Eye On The Changing TV Habits



Text | Peter Chan

The advent of modern technology has completely turned the decades long conventional TV viewing habits on its head. From sitting down in front of the TV screen to catching your favourite sitcoms and movies at fixed scheduled timings, this has evolved into films and movies being consumed on demand. To put it simply, it is now entertainment anytime, anywhere and almost, in any way we want it.

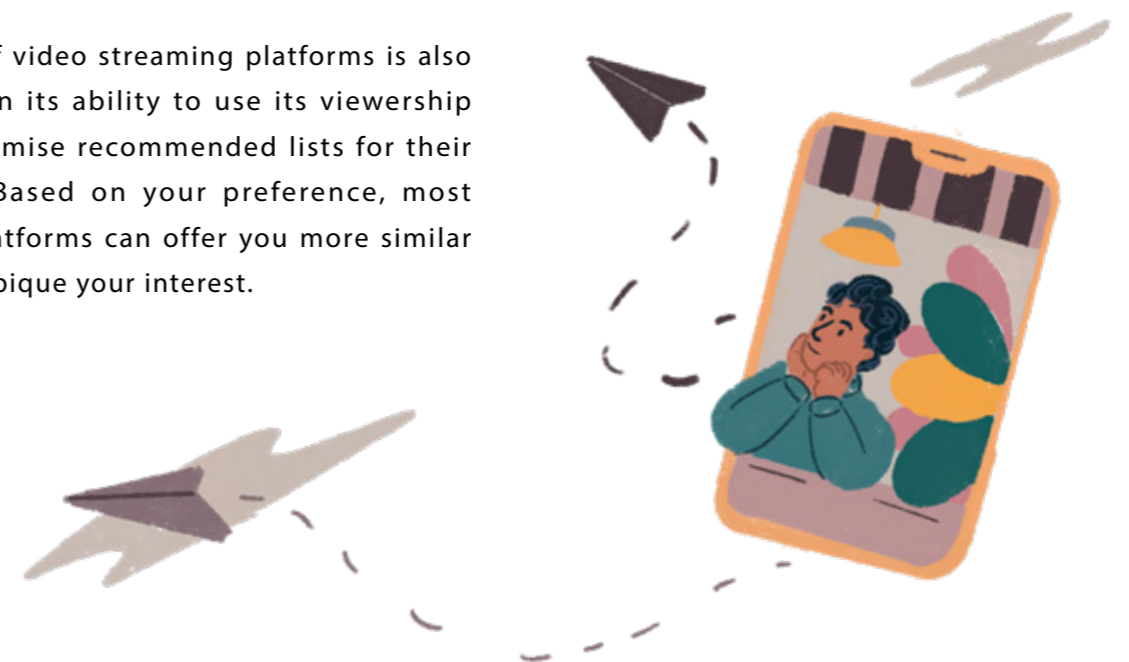
One major contributing factor to this is the onset of mobile devices such as handphones and tablets as well as smart TVs. With these devices, a new set of media consumption behaviour has come about such as binge-watching back-to-back episodes of a TV series in a single sitting. Such is the captivating power of video streaming platforms like Netflix, Viu and Amazon Prime which release seasons of its original programmes simultaneously, as opposed to the traditional model of releasing episodes on a weekly basis. This is truly a compression of the broadcast time frame and allows viewers to watch their favourite shows at their own convenience and time.



Another significant impact of this paradigm shift is that the power of advertisement no longer rests with broadcasters or brand owners. Consumers can now have the freedom to dictate what and how they want to be entertained. Where viewers previously had to accept that their favourite TV shows will be interrupted by advertisements, viewers can now opt for ad-free streaming online, albeit with a small fee. As a result, advertisers must rise to the challenge of capturing the eyeballs of consumers through intentionally placed TV, radio, email and digital ads based on the specific market. It has become a more nuanced form of advertorial strategy.

The appeal of video streaming platforms is also dependent on its ability to use its viewership data to customise recommended lists for their consumers. Based on your preference, most streaming platforms can offer you more similar selections to pique your interest.

Another important feature of these platforms is its ability to 'socialise' the viewing experience. From finding out what shows are trending in Singapore; to clicking on the 'Share' function and letting others know what you are watching; to organising watch parties with family and friends – streaming platforms today has overturned the negative perception of TV watching as an anti-social activity. Instead, many consumers can bond with others over trending shows and also participate in online chatter to share their interests.



References

Evolving TV Viewing Habits

Ad Leverage | Los Angeles Advertising Agency

Retrieved from <https://adleverage.com/changing-tv-viewing-habits/> in December 2021

Tracking the Evolution of Global TV Viewing

The Nielsen Company (US), LLC.

Retrieved from <https://www.nielsen.com/us/en/insights/article/2021/tracking-the-evolution-of-global-tv-viewing/> in December 2021

Recommended Titles



1. Reality Television: Guilty Pleasure or Positive Influence?

Tyler Stevenson
Call no.: Y 791.456 STE
All rights reserved.
New York: Lucent Press, 2020

2. Generation Friends: An Inside Look at The Show that Defined a Television Era

Saul Austerlitz
Call no.: 791.4572 AUS – [ART]
All rights reserved.
New York: Dutton, 2019

3. Sitcommentary: Television Comedies that Changed America

Mark A. Robinson
Call no.: 791.45617 ROB – [ART]
All rights reserved.
New York: Cavendish Square, 2019.

4. Television News and the 24-hour News Cycle

Kristin Thiel
Call no.: Y 070.195 THI
All rights reserved.
New York: Cavendish Square, 2019.

5 Ways To Manage Up Your Boss



Text | Tan Yiing Yee

Workplaces have become more dynamic and diverse over the years, with different organisation cultures and structures emerging to meet the demands of an ever-changing economy. While more and more organisations today place greater emphasis on collaborative work, the misperception that those in leadership positions are smarter, all-knowing, perfect decision makers remains.

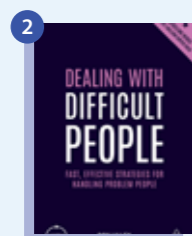
The reality, however, is that leaders and managers oftentimes need the help and support from subordinates and staff. For teams to perform optimally, it is not just important for managers to manage staff downstream, it is also important for staff to better manage up.

Tip #1: Understand Your Boss

Taking the time to know your boss can help you to better understand your own role and job better. Find out what are your boss's priorities, his or her likes and dislikes and how they view their own role.

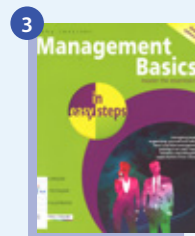


Recommended Titles



1. **Ask a Manager: How to Navigate Clueless Colleagues, Lunch-Stealing Bosses, and the Rest of Your Life at Work**
 Alison Green
 Call no.: 650.13 GRE [BIZ]
 All rights reserved.
 New York: Ballantine Books, 2018

2. **Dealing with Difficult People: Fast, Effective Strategies for Handling Problem People**
 Roy Liley
 Call no.: 658.3145 LIL - [BIZ]
 All rights reserved.
 New York: Kogan Page Ltd, 2019



3. **Management Basics**
 Tony Rossiter
 Call no.: 658 ROS - [BIZ]
 All rights reserved.
 Warwickshire, U.K.: In Easy Steps, 2019

4. **The Unwritten Rules of Managing Up: Project Management Techniques from the Trenches**
 Dana Brownlee
 Call no.: 658.404 BRO - [BIZ]
 All rights reserved.
 Oakland, CA: Berrett-Koehler Publishers, Inc., 2019

Tip #2: Adapt to Your Boss's Preferred Management and Communication Style

Every boss has his or her own preference of how they would like to communicate and work. Understanding these preferences can help you to overcome communication barriers and manage your workload better. The key is to figure out what those preferences are and modify your behaviour to fit them.

Tip #3: Build Relationships Before You Need Them

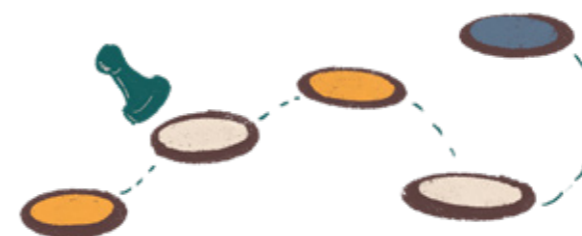
Strong positive relationships with your boss and others in the organisation help soften bad moods, resolve conflicts and prevent miscommunication. Even with today's digital trends, relationship skills are invaluable as the currency of organisational savviness.

Tip #4: Be Likeable and Low Maintenance

There is no need to fundamentally change your personality in the workplace. Be your authentic self but be the most likeable version of your authentic self.

Tip #5: Always Think Three Steps Ahead

Most leaders appreciate staff who think ahead and warn them of pitfalls they may have missed or alert them to opportunities they had not thought of. Most managers also value staff who proactively recommend solutions to problems.



Sparking Conversations With Your Boss



Tip #1: Don't Overthink It

Be direct and straightforward. Overthinking will only cause stress and anxiety.

Tip #2: Keep Your Ego at Bay

The more you approach the conversation from an emotionally detached place, the more effective you would likely be.

Tip #3: Think Like a Consultant

To improve the dynamics you may have with your boss on a peer-to-peer relationship, think of yourself as a consultant and your boss as your client.

Tip #4: Frame It in A Different Perspective

When bringing concerns to your boss, frame them from the perspective of "What makes the most sense for the organisation and why?"

Tip #5: Be Understanding

When bringing up sensitive conversations, keep in mind that your boss may have different information or a different perspective than you.

Tip #6: Be Flexible

If your boss is resistant to what you are asking for or suggesting, recommend for a short-term trial rather than a permanent change.

4 Tips To Becoming A Digitally Savvy Grandparent



You may often find your grandchildren engrossed with their smartphones and wonder what has captured their attention so closely. Learning a thing or two about new technologies can be a great way to help you be on the same page as your grandchildren and foster greater bonding with them! Here are some simple tips that can help you become a more digitally savvy grandparent:

1. Taking The First Step

Surprise your loved ones by initiating the first step to learn more about technology. Have courage, be open to asking questions and making mistakes as doing so can help you in gaining more knowledge. Your grandchildren can also be a great source of help as they are more well-versed with smartphones. Otherwise, you can head down to the nearest SG Digital Community Hub where friendly digital ambassadors are available to help you with your questions.



2. Start with The Basics

Learning how to communicate using your smartphone can be a good way to get yourself started in your digital journey. Explore mobile apps such as WhatsApp to send messages to your grandchildren or even chat with them via a video call.

Next, you may want to explore social media platforms like Instagram, TikTok or Facebook. Social media is a big part of many young peoples' lives as they use it for entertainment, exploring new and interesting things and staying connected with their friends. Similarly, through social media, you can also be updated on your grandchildren's lives and provide them with your own updates too!

3. Be Involved

Other than social media, your smartphone can also be used to play games or stream a video. Find out what your grandchildren enjoy doing online and express interest to know more. They might be surprised to know that you are interested and take their time to share more with you.

4. Have Fun Together

There are lots of activities that you can try online with your grandchildren. Depending on their age, you can consider doing activities together like:

- Reading stories through Zoom;
- Playing virtual board games or card games like chess or UNO;
- Attending an online NLB programme to learn a new craft or skill; and
- Capturing photos or videos and making them into stories using free photo and video editing apps;

With all the fun and entertainment that you can enjoy together with your grandchildren, always remember to educate yourself and your grandchildren about online safety. Stay safe and savvy!



Text | JessyIn Goh

References

SG Digital community hubs, at your service!

IMDA

Retrieved from <https://www.imda.gov.sg/news-and-events/impact-news/2020/08/SG-Digital-community-hubs-at-your-service> in December 2021

#lifehacksg: A Purposeful digital life for seniors

LifeSG

Retrieved from <https://www.life.gov.sg/blog/culture-at-lifefsg/a-purposeful-digital-life-for-seniors> in December 2021

Grandparents, Get Social With Your Grandkids

Families for Life

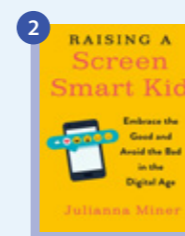
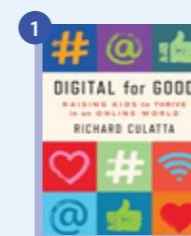
Retrieved from <https://familiesforlife.sg/discover-an-article/Pages/Grandparents-Get-Social-with-Your-Grandkids.aspx> in December 2021

How To Be A Great Virtual Grandparent

EIWell

Retrieved from <https://www.el-well.com/how-to-be-a-great-virtual-grandparent/> in December 2021

Recommended Titles



1. **Digital For Good: Raising Kids to Thrive in an Online World**

Richard Culatta

Call no.: 004.678083 CUL - [COM]

All rights reserved.
Boston, Massachusetts:
Harvard Business School Publishing, 2021

2. **Raising a Screen-Smart Kid: Embrace the Good and Avoid the Bad in the Digital Age**

Julianna Miner

Call no.: 155.646 MIN

All rights reserved.
New York: TarcherPerigee, 2019



3. **Grandparenting: Renew, Relive, Rejoice**

Pam Siegel and Leslie Zinberg

<https://share.libbyapp.com/title/5214273>

All rights reserved.
Virginia Beach: Koehler Books, 2020
(Only available as an e-book)

4. **Looking Back, Life Was Beautiful: A Celebration of Love From the Creators of Drawings for My Grandchildren**

Ahn Kyong Ja & Lee Chan Jae

Call no.: 306.85 AHN - [FAM]

All rights reserved.
New York: TarcherPerigee, 2020

Living Well With Parkinson's Disease



Parkinson's disease (PD) is the fastest growing neurodegenerative disorder worldwide and in Singapore about 8,000 people have the condition. It is not surprising, thus, if you know someone with the condition or have seen people with the characteristic hand tremor or shuffling walk.

Such problems with movement are common in PD but other symptoms can also occur, even before PD is diagnosed. These include:

- Constipation
- Worsening of sense of smell
- Sleep disturbances
- Mood changes

Persons with Parkinson's (PwP) are cared for by a multi-disciplinary team, consisting of specialist nurses, neurologists, physiotherapists, occupational therapists and speech therapists. There is currently no cure but there are effective treatments for PD symptoms and many patients continue to enjoy their daily activities. We are learning more about the disease through research and there is hope for the future. In the pipeline are therapies that target specific aspects of the disease, like better delivery of medications or increased clearance of toxic misfolded proteins in the neurons (nerve cells).

Text |
Dr Shermyn Neo, Consultant,
Department of Neurology,
National Neuroscience Institute

How Can You Live Well with PD?

- As Sun Tze's *Art of War* recommends, know your enemy. Reading up on and understanding the symptoms of PD will help you manage your condition better.
- Discuss the goals of your therapy with your healthcare team so they can help you achieve them where possible. There are many PD medications and these can be tailored to each patient's needs.
- Participate in support groups and research trials to help advance care in PD.
- Some PwP may develop dementia in the advanced stages of disease. Plan ahead and make decisions about your personal care and finances now in case you are no longer able to make such decisions later.



How Can You Support Someone with PD?

PD affects many aspects of life and PwPs may have many hidden sorrows. Fatigue and/or apathy, on top of speech and movement difficulties, often leads to isolation as PwPs cut back on social activities.

- Strong support from family and friends greatly helps PwPs. If you know someone with PD, encourage them to stay physically and socially active.
- Exercises like Tai Chi and brisk walking can improve gait and balance and having companions on the journey will help PwPs stay on track.
- Caregivers to PwP may also experience stress and burnout, and it is important that their well-being is looked after.



FACT!

World Parkinson's Day is always held on 11 April, the birthday of Dr James Parkinson who first described PD in 1817.

Recommended Titles



1. **Moving Towards a Brighter Tomorrow: The Essential Resource for People with Parkinson Disease and Their Caregivers**

Edited by Dr Louis Tan
Call no.: 616.833 MOV

All rights reserved.
Singapore: Straits Times Press Pte Ltd, 2015

3. **No Time Like the Future: An Optimist Considers Mortality**

Michael J. Fox
Call no.: 791.43028 FOX - [ART]
<https://share.libbyapp.com/title/5232363>

All rights reserved.
London: Headline, 2020
(Available as a book, e-book and an e-audiobook)

2. **Ending Parkinson's Disease: A Prescription for Action**

Ray Dorsey, Todd Sherer, Michael Okun & Bastiaan R Bloem

<https://share.libbyapp.com/title/4838871>

All rights reserved.
New York: PublicAffairs, 2020
(Available only as an e-book and an e-audiobook)

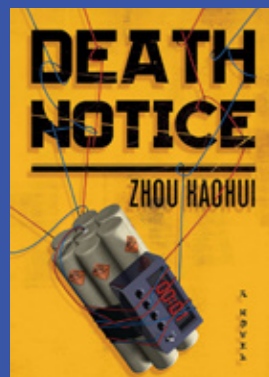
4. **Can I Tell You About Parkinson's Disease? A Guide for Family, Friends and Carers**

Alan M. Hultquist

Call no.: 616.833 HUL - [HEA]

All rights reserved.
London: Jessica Kingsley, 2013

Book Reviews



DEATH NOTICE

Zhou Haohui
 Call no.: ZHO [MY]
<https://share.libbyapp.com/title/3684887>
 All rights reserved.
 New York, Doubleday, 2018

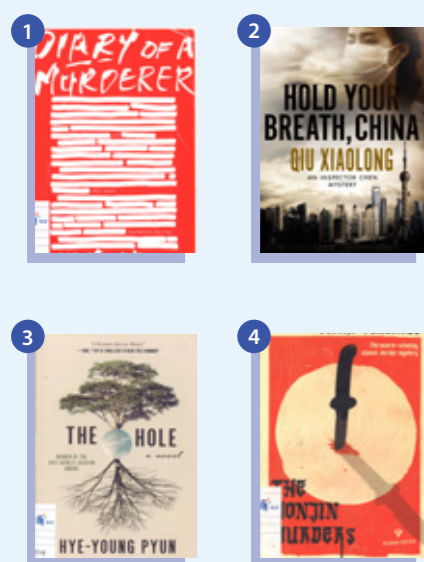
Text | Tan Yiing Yee

Death Notice is the first novel of a bestselling trilogy by Zhou Haohui, one of China's top thriller writers. In this gritty page-turner, we explore the limitations of justice. Set in modern day Chengdu, the murder of a revered police sergeant reopens a cold case after 18 years. Then, as now, the killer fashions himself as an anonymous vigilante. The public is invited to nominate potential targets whose crimes have gone unpunished, death notices are delivered and a serial killing spree is executed on deadline. Despite the frenetic effort of an elite task force, the police are taunted and humiliated at every turn as targets turn up dead right under their complete protection. Readers will be racing with the police to unmask this mysterious avenger and while the end of this first book invites speculation of future characters, it is a satisfying criminal intrigue on its own.

Death Notice is available as a book and an e-book.



Other Readalikes



- 1. Diary of a Murderer: and Other Stories**
Young-ha Kim
 Call no.: KIM
 All rights reserved.
 Boston: Houghton Mifflin Harcourt, 2019
- 2. Hold Your Breath, China**
Xiaolong Qiu
 Call no.: QIU - [MY]
 All rights reserved.
 London: Severn House, 2020
- 3. The Hole: A Novel**
Hye-young Pyun
 Call no.: PYO - [TH]
 All rights reserved.
 New York: Arcade Publishing, 2018
- 4. The Honjin Murders**
Seishi Yokomizo
 Call no.: 614.592414 RHO-[HEA]
 All rights reserved.
 London: Pushkin Press, 2019



QUIET IS A SUPERPOWER

Jill Chang
 Call no.: 650.1 CHA - [BIZ]
<https://share.libbyapp.com/title/5665738>

All rights reserved.
 Oakland, California:
 Berret-Koehler, 2020

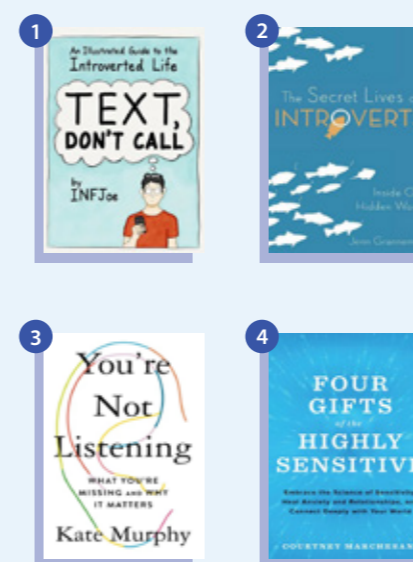
Text | Jesslyn Goh

What do you think of when you come across the word 'introvert'? Many might think of introverts as someone who is shy, quiet or anti-social. Introverts are often misunderstood because of the negative stereotype of society as they believe that extroverts are more capable and successful. However, being an introvert can be an asset too.

In this part memoir and part career guide, Jill narrates her own experiences as a self-described "extreme introvert" on how she overcomes the struggles by using her quiet strengths and skills to her advantage in a multi-cultural workplace filled with extroverts. She also provides practical advice and strategies on how you can use your strength as an introvert to survive and succeed in the workplace without changing who you are.



Other Readalikes



- 1. Text, Don't Call**
Aaron T. Caycedo-Kimura (INFJoe)
 Call no.: 155.232 GRA*
<https://share.libbyapp.com/title/3046359>
 All rights reserved.
 Singapore: Ethos Books, 2017
- 2. The Secret Lives of Introverts**
Jenn Granneman
 Call no.: 155.232 GRA*
<https://share.libbyapp.com/title/3354897>
 All rights reserved.
 New York: Skyhorse Publishing, 2017
- 3. You're Not Listening**
Kate Murphy
 Call no.: 153.68 MUR*
<https://share.libbyapp.com/title/4739630>
 All rights reserved.
 New York: Celadon Books, 2020
- 4. Four Gifts of the Highly Sensitive**
Courtney Marchesani
<https://share.libbyapp.com/title/5588925>
 All rights reserved.
 Carlsbad, California: Hay House, 2021

* Available as a book and an e-book

Did Someone Say Bingo?

Grab a family member to play this game of Bingo with you and get to know each other better! Circle the square containing a life experience that is true to you. The first to have five squares in a row wins.



Catatan Editor

14

4 PLATFORM DALAM TALIAN UNTUK BERURUS NIAGA

Kemahiran Masa Depan

16

PERANAN DATUK DAN NENEK DI ZAMAN DIGITAL

Rencah Kehidupan

18

MASIH ADA YANG SAYANG: PROJEK ORKID

Mutiara Bacaan

20

ADA SESIAPA KATA BINGO?

Kita Cuba

Dunia sedang melalui tempoh sukar melawan penyebaran wabak Covid-19. Setiap hari ada sahaja laporan yang boleh mengganggu kesejahteraan mental dan fizikal kita. Bagi warga emas, kematangan berfikir dan himpunan pengalaman hidup yang luas sedikit sebanyak dapat mengawal keadaan ini daripada mengganggu ketenangan diri. Namun begitu, kita akur tiada insan dapat berdiri sendiri apatah lagi dalam keadaan semasa ini. Sebarang jenis sokongan yang sesuai diraikan!

Edisi kali ini berkongsi tentang kemudahan teknologi yang dapat membantu kita meneruskan kehidupan dengan lancar. Artikel “4 Platform Dalam Talian Untuk Berurus Niaga” mengetengahkan kemudahan kaedah berjual beli tanpa kita perlu menjejakkan kaki ke luar rumah.

Artikel “Peranan Datuk dan Nenek di Zaman Digital” pula menganjurkan warga emas sentiasa memanfaatkan perkembangan teknologi untuk mengakrabkan hubungan sesama insan. Namun, mereka juga berperanan besar membantu generasi muda, khususnya cucu-cucu mereka agar tidak menyalahgunakan teknologi ini dengan melakukan pelbagai kegiatan bebas gajet.

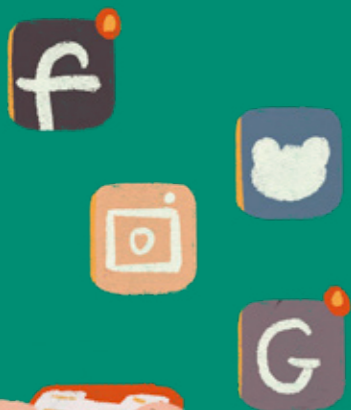
Segmen Mutiara Bacaan pula menghadirkan kepada para pembaca tentang manfaat biblioterapi untuk mengawal tekanan dan pelbagai aura negatif dalam kehidupan seseorang menerusi buku *Masih Ada yang Sayang: Projek Orkid*.

Selamat membaca!

SIDANG EDITOR

Herman Rothman

4 Platform Dalam Talian Untuk Berurus Niaga



Sumbangan |
Nurfaiezah Osman

Dalam satu kajian oleh Visa, 3 dalam 4 warga Singapura didapati lebih kerap membeli-belah dalam talian akibat pandemik Covid-19. 3 dalam 10 warga Singapura pula telah membuat urus niaga dalam talian buat pertama kali pada tahun lepas (Kriwangko, 2021).

Hasil daripada kajian ini mengesahkan trend yang sudah diketahui umum – tabiat membeli-belah para pengguna sudah berubah akibat pandemik Covid-19. Namun, trend digital ini bukanlah baru dan sudah mula ketara sejak beberapa tahun lalu. Malah, perpustakaan kita di Singapura juga tidak terkecuali daripada “mendakap” trend ini. Kini, para pengguna boleh mengakses pelbagai perkhidmatan digital perpustakaan melalui aplikasi mudah alih NLB Mobile.

Para pemilik perniagaan kecil ataupun sederhana juga tidak ketinggalan memanfaatkan perkembangan digital ini. Berikut merupakan beberapa platform e-dagang yang boleh disesuaikan mengikut model perniagaan masing-masing:

1. Platform Penyelesaian e-Dagang – Shopify

Shopify ialah platform perkhidmatan yang menawarkan penyelesaian bagi para peniaga yang baru atau ingin mengembangkan perniagaan mereka menerusi dalam talian. Dengan Shopify, para peniaga boleh membina gedung dalam talian yang berwajah profesional dan lengkap dengan ciri-ciri penting seperti katalog produk yang mudah dilayari. Proses transaksi pembayaran juga selamat. Para peniaga

boleh memilih beberapa pelan pembayaran untuk melanggan perkhidmatan Shopify.

2. Platform Media Sosial – Facebook dan Instagram

Pada tahun lalu, Facebook dan Instagram telah mengumumkan rancangan mereka untuk memudahkan lagi proses membeli dan menjual dalam talian melalui inisiatif mereka, ‘Facebook Shops’ dan ‘Shops for Instagram’. Inisiatif ini memberi para peniaga peluang untuk memaparkan katalog produk mereka dan mengurus niaga bersama pelanggan tanpa menggunakan laman berasingan. Platform ini popular untuk perniagaan kecil-kecilan yang mengutamakan interaksi dengan pelanggan melalui acara-acara seperti jualan secara langsung. Ia juga popular untuk perniagaan para pempengaruh.



3. Platform Pasaran Dalam Talian – Shopee dan Lazada

Siapalah yang tidak mengenali dendang iklan Shopee ataupun Lazada? Kedua-dua platform e-dagang ini menyerupai sebuah pasar dalam talian dan amat popular dengan pengguna kerana ia menawarkan pelbagai pilihan dan diskaun lumayan. Dibandingkan dengan platform seperti Shopify, Shopee dan Lazada tidak membenarkan banyak penyesuaian pada rupa lelamannya. Namun, ia mempunyai lelamannya yang mesra pengguna dan menganjurkan pelbagai kempen untuk menggalakkan penjualan di platform mereka.

4. Platform Penghantaran – Grab dan foodpanda

Semenjak tahun lalu, perkhidmatan penghantaran melalui aplikasi seperti Grab dan foodpanda menjadi pilihan ramai. Dengan menghubungkan para peniaga dengan pelanggan serta penghantar, ia telah menolong beberapa perniagaan kecil hingga sederhana untuk bertahan pada waktu-waktu ekonomi sedang mencabar. Walaupun begitu, perkhidmatan ini memerlukan yuran komisen yang agak tinggi dan perlu dinilai berdasarkan model perniagaan anda.

Sumber Internet

Kriwangko, L. (2021, March 11). One-third of S'poreans made first online PURCHASE AMID Covid-19 PANDEMIC: POLL.

<https://www.straitstimes.com/business/economy/one-third-of-singaporeans-made-first-online-purchase-amid-covid-19-pandemic-visa>

Tarikh akses: 30 March 2021.

Introducing Facebook shops, a new online shopping experience. (2020, May 19).

<https://www.facebook.com/business/news/announcing-facebook-shops>

Tarikh akses: 3 April, 2021.

Saranan Bacaan



1. Judul: Panduan Urus Niaga Runcit Dalam Talian

Carol Fung & Norasurah Abdul Wahab
Nombor Panggilan: Malay 658.87209595 FUN-[BIZ]

Hak cipta terpelihara.
Selangor: MPH Group Publishing, 2015.

2. Judul: Buku Pintar Bisnis Online

Fathul Husnan & Java Creativity
Nombor Panggilan: Malay 658.872 HUS-[BIZ]

Hak cipta terpelihara.
Jakarta: Elex Media Komputindo, 2015.

3. Judul: Memulakan Bisnes Sendiri

Ainon Mohd
Nombor Panggilan: Malay 658.04 AIN-[BIZ]

Hak cipta terpelihara.
Batu Cave, Selangor: PTS Publication House, 2019.

4. Judul: Rahasia Mendapat Dollar Dari YouTube

Deny Setyawan S.Kom
Nombor Panggilan: Malay 658.872 SET-[BIZ]

Hak cipta terpelihara.
Jakarta: Elex Media Komputindo, 2016.

Peranan Datuk dan Nenek di Zaman Digital

Sejak bermulanya tempoh pemutus litar, penggunaan alat teknologi seperti komputer riba serta telefon pintar meningkat dalam kalangan kita. Selain digunakan ibu bapa untuk bekerja dari rumah, kanak-kanak sekolah juga menggunakan peralatan ini untuk pembelajaran mereka di rumah (*home-based learning*). Bagi warga emas pula, pemerintah telah menggalakkan mereka untuk mempelajari dan menggunakan teknologi sejajar dengan visi Singapura menjadi Negara Bijak.

Selain itu, alat teknologi juga digunakan untuk menjalin hubungan antara ahli keluarga. Aplikasi seperti Facetime mahupun Zoom digunakan untuk menghubungkan mereka yang berjauhan.

Walaupun teknologi banyak manfaatnya, kita harus peka mengenai aspek negatifnya. Apatah lagi jika disalahgunakan, khususnya dalam kalangan kanak-kanak sehingga mengakibatkan ketagihan yang merosakkan mental dan emosi mereka.



Sumbangan |
Masturah Abdul Halim

Peranan datuk dan nenek

Semasa ibu bapa harus bekerja, datuk dan nenek memainkan peranan penting membantu membimbing cucu yang berada di bawah jagaan mereka agar menggunakan alat teknologi dengan bijaksana. Di sini, dikemukakan beberapa aktiviti yang boleh dilakukan untuk menjadikan hubungan anda dan cucu tersayang lebih bermakna.

1. Selain memantau dan mengawal penggunaan alat teknologi cucu-cucu anda, ambillah peluang ini untuk bertanya tentang cara menggunakan telefon pintar. Tanya juga kepada mereka tentang video apa yang mereka minati, ataupun laman media sosial manakah yang sering mereka layari dan apakah manfaatnya kepada mereka. Dengan menggalakkan mereka untuk berkongsi minat, ini dapat membuatkan hubungan anda dan cucu anda lebih mesra.

2. Kongsilah kisah hidup anda. Ceritakan bagaimana anda membesar di kampung, atau zaman persekolahan anda dahulu. Mungkin dengan berkomunikasi sebegini, cucu-cucu anda juga ingin berkongsi pengalaman mereka sendiri. Namun, jangan berkongsi cerita yang memalukan mahupun membuka aib seseorang.

3. Apakah kegiatan yang anda minati? Cucu-cucu anda pasti teruja apabila mereka tahu tentang permainan tradisional mahupun permainan bahasa seperti teka-teki yang anda sertai dahulu. Kisah pengalaman seperti membuat kuih-muih tradisional, berkebun, menghasilkan kraf tangan atau memancing meluaskan pengalaman hidup cucu-cucu anda juga. Mereka kelak teruja untuk berkongsi tentang kegiatan yang mereka minati bersama ahli keluarga.



Akhir Kata

Jarak usia yang luas bukan penghalang untuk mempereratkan hubungan antara dua generasi. Kebijaksanaan, kerjasama dan pemahaman antara datuk, nenek dan ibu bapa mampu mendisiplinkan cucu-cucu mereka dengan mudah dan menyenangkan. Kehidupan bahagia bukan semata-mata bergantung kepada kewujudan peralatan teknologi semata-mata.

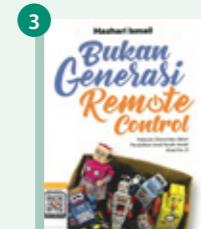
Sumber Internet

Families for Life (n.d.). Datuk dan Nenek: Menjalinkan hubungan. Dipetik dari

https://familiesforlife.sg/discover-an-article/Documents/Grandparents_Building_Relationships_Malay.pdf

Tarikh akses: 1 April 2021.

Saranan Bacaan



1. **Bermata Empat Berkaki Tiga**

Bahasa Othman
Young adult Lending Malay 398.6 BAH

Hak cipta terpelihara.
Kuala Lumpur: Penerbit Sinar Cemerlang, 2016.

2. **Hasta Karya Unik Berbahan Alam Untuk Anak**

Bunda Sugi
Nombor Panggilan: Malay 745.5 SUG-[REC]

Hak cipta terpelihara.
Jogjakarta: DIVA Kids, 2015

3. **Bukan Generasi Remote Control**

Hazhari Ismail; ilustrasi oleh Shari
Nombor Panggilan: Malay 372.21 HAZ

Hak cipta terpelihara.
Kuala Terengganu: Kata Pilar Books, 2019.

4. **Origami teknik sederhana mudah**

Mary Meinking & Chris Alexander; penterjemah,
Noor Junainah Masjuni.

Nombor Panggilan: Malay 736.982 MEI -[ART]

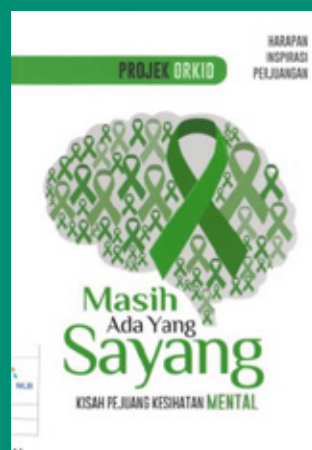
Hak cipta terpelihara.
Kuala Lumpur: Institut Terjemahan Negara Malaysia, 2012.

5. **Mana cermin mata nenek?
= Where are nenek's spectacles?**

ditulis oleh Zuzanita Zakaria; ilustrasi oleh Lee Anne
Nombor Panggilan: JSING Malay ZUZ

Hak cipta terpelihara.
Singapura: Magic Storylamp, 2020.

Masih Ada Yang Sayang: Projek Orkid



Nors'adah Ahmad,
Dr. Noor Hayati Yasmin

No. Panggilan:
Malay 362.2 MAS-[HEA]

Hak cipta terpelihara.
Malaysia: Dua Penulis PLT, 2020.

Satu hasil kajian menunjukkan bahawa kemurungan (*depression*) dan keresahan (*anxiety*) menjadi penyebab utama masalah kesihatan mental di seluruh dunia menjelang 2020.

Mendapatkan rawatan segera ialah cara terbaik untuk sembuh. Beberapa faktor yang tersenarai di dalam buku ini dapat membantu proses penyembuhan mereka yang diganggu masalah kesihatan mental:

- Menerima keadaan
- Ingin mengatasinya
- Memandang penyakit sebagai anugerah dan rahmat Allah
- Sokongan padu orang sekeliling – terutamanya keluarga dan rakan.
- Sedar bahawa kita tidak bersendirian
- Yakin akan sembuh
- Mengenal pasti "*trigger*" yang boleh mengganggu emosi.
- Makan ubat ikut aturan
- Berada dalam aura positif – dalam kalangan mereka yang bersikap positif dalam segala hal.



Menurut Puan Rafidah Abdul Aziz, Presiden Persatuan Biblioterapi Malaysia (PERBIMA) yang pernah melalui episod kesihatan mental ini, biblioterapi mampu memberikan kekuatan dalaman yang luar biasa sehingga melahirkan diri yang baharu – dapat menghilangkan perasaan putus asa, sentiasa berfikiran positif dan mewujudkan keyakinan diri.

Masih Ada Yang Sayang merupakan satu wadah biblioterapi yang dapat menyuntik semangat, memberi inspirasi dan memekarkan aura positif dalam kalangan para pembaca dengan menimba pengalaman orang lain.



Sumbangan | Hussain Bachek

Saranan Bacaan



1. Berkecal Kami Pulih II

Yohanna Abdullah & Radiah Salim

Nombor panggilan: Malay 362.209225957 YOH-[HEA]

Hak cipta terpelihara.
Singapura: Kelab HEAL, 2015.

2. Sakitnya tu disini!: Antologi Seminar Penulisan Mega Bonda Nor

Bonda Nor

Nombor panggilan: Malay 152.1 SAK

Hak cipta terpelihara.
Selangor: Galeri Ilmu, 2019.

3. Surat untuk orang yang putus asa

Adnin Roslan

Nombor panggilan: Malay 152.4 ADN

Hak cipta terpelihara.
Selangor: Sentap Press, 2019.

4. Listen to Your Heart

Nik Alia Hayati


Nombor panggilan: Malay 155.2 NIK

Hak cipta terpelihara.
Kuala Lumpur: Must Read Sdn Bhd, 2018.

Ada Sesiapa Kata Bingo?

Dapatkan seorang ahli keluarga untuk bermain Bingo dengan anda agar kalian lebih mengenali diri masing-masing. Bulatkan petak yang mengandungi pengalaman hidup yang benar-benar pernah anda alami. Pemain pertama yang berjaya membulatkan lima petak dalam satu barisan dikira menang.

Sering membaca berita dalam talian	Seronok bermain permainan di telefon	Pernah menonton drama Korea	Pernah mendaki gunung	Seronok menonton video di YouTube
Boleh menari	Memiliki akaun Facebook	Pernah pergi berkhemah	Pernah menyertai program menerusi Zoom	Tahu menjahit atau mengait
Menanam pokok hias-rumah	Pernah menghadiri sebuah konsert	Amat minat membaca	Bermain sebuah alat muzik	Pernah menyertai larian maraton
Memelihara seekor haiwan peliharaan	Pernah bertemu dengan seorang yang terkenal	Pernah menukarkan lampin bayi	Pernah berswafoto	Membuat panggilan WhatsApp
Pernah melawat sebuah negara lain	Pernah mengunjungi Perpustakaan Negara di Stamford Road	Berita tentang diri sendiri pernah tersiar di akhbar	Amat suka minum teh buih	Pernah memasak hidangan untuk keluarga



卷首语

22

流媒体时代

数字时代

24

向上管理—— 如何管理你的老板

进化之路

26

游戏助系祖孙情

晚晴之歌

28

好书推荐

博览群书

30

我的第一个旅游故事

活学活用

编辑

史哲源、杨思慧

资讯爆炸的年代带来的改变和推陈出新的科技与新知，让我们一再重新审视和挑战既有的观念——从前是上司管理下属，现在员工则需要学习如何管理上司；看电影不用上电影院，也不用录影带或光碟，而是可以通过“流媒体”；阿公阿嬷在数字时代增进与孙子互动的游戏也有新的渠道。就连跑步也可以让我们用不同的角度，跑出一个不一样的生活体验。《乐在生活:好书推荐》期刊继续与您一同探索新知，以新思维迎接新挑战。



流媒体时代



文 | 吴昊

随着去年2月23日流媒体平台迪士尼+(Disney+)登陆新加坡,本地观众终于可以不用上电影院也能观看华特迪士尼集团旗下的知名影视剧作品了。

迪士尼的加入意味着新加坡观众又多了一个可以订阅的付费流媒体平台服务的选择。奈飞(Netflix)、Apple TV+、HBO Go、亚马逊 Prime Video、Viu等,每个平台提供的电影、电视剧内容数量不一,从几百到几千部不等。既有平台购买的影视剧版权,也有自制的内容;既有热门好莱坞电影,也有印度电影和韩剧,而费用也从每月几块钱到十几块钱不等。能观看流媒体的设备更是多样——电视、电脑、平板电脑和手机皆可,还可以下载进行离线观看。

除了上面提到的诸多流媒体平台,市面上还有很多其他类似的竞争者,如中国的爱奇艺和抖音。跟奈飞和迪士尼+等这些仅提供影视观看的平台相比,爱奇艺等平台能提供更多样的服务。它们除了是流媒体平台,也是社交平台,是一种把迪士尼+、YouTube和脸书等混合在一起的综合性平台。这些平台除了占领中国市场,也在拓展海外市场。如抖音(别名为“TikTok”)在美国年轻人中比较受欢迎。爱奇艺近年来也积极进军东南亚市场,比如设立经纪公司招募本土艺人和创作适合本地市场的节目内容。

与传统电视媒体相比,流媒体有不可比拟的优势。它似乎逐渐取代传统电视媒体。同时,也逼迫传统电视媒体向流媒体转型。本地的新传媒从2013年开始提供Toggle流媒体服务,2020年正式改名为meWATCH,让本地观众用电脑和手机通过互联网观看第8频道、亚洲新闻台等电视节目。

过去那种架起天线收看电视的时代已经一去不复返了。流媒体的新时代,精彩可期。



参考资料

DISNEY+明年2月登陆狮城

ZAobao.SG

取自: <https://www.zaobao.com.sg/zentertainment/movies-and-tv/story20201211-1107999>, 2021年3月

流媒体时代,媒体到底“流”向何方?

澎湃新闻

取自: https://www.thepaper.cn/newsDetail_forward_8752787, 2021年3月

2021年新加坡最值得订阅的流媒体平台

ASIAONE

取自: <https://www.asiaone.com/digital/top-streaming-services-singapore-subscribe-2021>, 2021年3月

中国爱奇艺为扩大东南亚市场而培养本土艺人

CNA

取自: <https://www.channelnewsasia.com/news/singapore/china-s-iqiyi-to-develop-regional-stars-for-southeast-asia-push-14428514>, 2021年3月

推荐书籍



1. 玩转抖音,就这么简单: 精细化运营技巧, 抖音爆款账号运营策略

魏源, 张恒著

索书号: 658.872 WY-[BIZ]

版权所有。

台北市: 北京市: 机械工业出版社, 2019

2. 流量变现金! YOUTUBE+FB+IG 社群媒体操作经营活用术

郑苑凤著

索书号: 658.872 ZYF-[BIZ]

版权所有。

新北市: 博硕文化股份有限公司, 2020



3. 5G与人工智能的商业运用

王宁、张冬梅、喻俊志、王寒著

索书号: 658.0563 WN-[BIZ]

版权所有。

台北市: 棋峰资讯股份有限公司, 2020

4. 数据为王·颠覆营销: 移动时代的大数据精准营销

艾媒咨询研究院、张毅著

索书号: 658.83 ZY-[BIZ]

版权所有。

北京市: 人民邮电出版社, 2017

向上管理 如何管理你的老板



向上管理指的是如何通过自己与老板的关系帮助你达成公司、部门和个人目标。管理大师彼得·杜拉克(Peter Drucker)在《彼得·杜拉克的管理圣经》(The Practice of Management)书中写道：“你无需喜欢或钦佩你的主管，你也不用痛恨他。但是，你必须要管理他，好让他变成你达成目标、追求成就及获致个人成功的资源。”没有老板的提拔和支持，你就无法在公司里发挥自己的才能，对公司做出贡献，受到适当的奖励。当你开始影响对你有管理权力的人，你就能善用老板掌握的资源，达成自己的目标。管理老板不是办公室政治、逢迎谄媚，而是以真诚的心态与老板建立良好关系。以下给大家介绍几个向上管理的方法。

1. 分析老板的工作模式与目标

了解老板的目标、优势、弱点、工作模式以及他所承受的压力。评估你自己的需求、目标、优势、缺点和个人风格。通过这分析来营造一份能满足双方需求及期待的关系。

2. 建立信任

主动汇报自己的工作进展，让老板看到你有责任感，信任你能在指定的期限内完成工作。

3. 帮助老板提升

建立一个通讯群组，如WhatsApp群组，时不时发一些有价值的文章到群组，帮助老板提升自己。

4. 帮助老板省时间

你可以帮助老板省下时间，提高他的工作效率。比如帮他看过资料，进行汇总与整理，好让老板能在短时间进行最后处理。

5. 向上沟通

在老板面前除了提出问题，也提供建议，并加以分析，与老板讨论，由老板做最后决定。

想在职场上有所成就？今天起就尝试以上的方法，和老板好好沟通，开始向上管理！



推荐书籍



- 5分钟商学院. 管理篇：人人都是自己的CEO**
刘润著
索书号：658.4 LR-[BIZ]
版权所有。
台北市：日月文化出版股份有限公司，2018
- 首先, 打好关系: 提升职场人气、带团队、解决冲突、克服恐惧、发挥影响力的52个简单技巧**
梅兰妮·A. 卡兹曼著; 李芳龄译
索书号：650.13 KAT -[BIZ]
版权所有。
新北市：星出版：远足文化事业股份有限公司，2020
- 向上管理. 向下管理: 埋头苦干没人理, 出人头地有策略, 承上启下、左右逢源的职场圣经***
萝贝塔. 勤斯基. 玛图森著; 吴书榆译
<https://nlbgs.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=160979>
版权所有。
台北市：经济新潮社出版 家庭传媒城邦分公司发行，2018
- 横向领导: 不是主管, 如何带人成事?***
罗杰. 费雪著; 艾伦. 夏普撰文; 刘清山译
<https://nlbgs.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=188309>
版权所有。
台北市：日出出版 大雁文化发行，2019

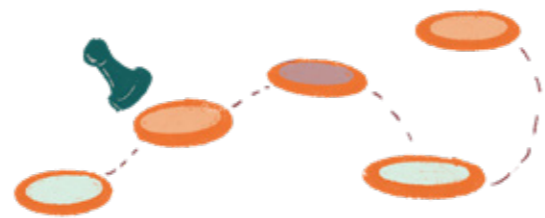
游戏助系 祖孙情

游戏是人们成长过程中不可或缺的休闲活动。想要增进祖孙之间的感情，或许可以考虑通过玩游戏的方式。笔者为了撰写这篇文章，访问了家中长辈对儿时记忆，以便了解旧时和现代游戏的变化和对比它们之间的差异和相似之处。

1. 水沟捉鱼和电子捕鱼游戏

回忆70、80年代，和朋友一起到郊外跑跑跳跳、爬树攀山坡的片段一定还让有些人记忆犹新。其中，结伴到水沟或池塘，齐心协力地捕捉小鱼、蝌蚪，带回家当宠物的点点滴滴，更让人回味无穷。笔者认为，这项旧时童年的小游戏到了现代其实只是换了形式进行。

同样是以捕捉鱼类为目标的电子捕鱼游戏机在电子游乐场里十分普遍，也非常受玩家的青睐。这款游戏同样能让三五好友聚在一起，边“捕鱼”边增进感情。在消磨时光的同时也能和朋友促进感情。比起水沟捉鱼，电子捕鱼游戏或许就少了点汗水和雨水吧？



2. 跳房子、踢毽子、抓石子和电脑游戏

大家小时候最快完成跳房子是多快？踢毽子能连续踢几次？抓石子能否做到零失误？这三项游戏除了挑战玩家的游戏技巧，也考验玩家的手眼协调性和反应速度。同样的，现在深受年轻人和小朋友们欢迎的电脑游戏、手机游戏等，也都异曲同工，磨练玩家的手眼协调性和反应速度。

以第一人称射击游戏(First Person Shooting)举例，《反恐精英》(Counter Strike: GO)这款游戏要求玩家组队消灭敌人或者在限定时间内完成任务。除了需要极高的手眼协调性和反应速度，也需要玩家与队友一同动脑筋，共谋策略。另外，还有一款称为“多人在线战术竞技”的游戏(Multiplayer Online Battle Arena)，如《无尽对决》(Mobile Legends)，除了手眼协调性和反应速度，也着重于玩家之间的默契、团队配合度以及游戏策略是否足够高明等。

游戏的本质和益处

对于玩游戏的利弊的讨论，从以前就备受关注，也众说纷纭。沉迷于游戏固然不好，可能带有不良影响，但游戏的本质不变——让玩家依据规则克服某种冲突，然后达到成果。而游戏能给玩家带来的好处——促进玩家之间的关系、锻炼大脑思考和策谋能力、训练手眼协调性和反应速度也都是跨越年代和模式的。

作为祖父母的读者朋友们或许能够本着游戏的本质和好处，对现代游戏抱以平常心来对待，不要过分担忧。跟孙子孙女们快快乐乐、无拘无束地玩一场游戏吧！



文 | 杨思慧

参考资料

桌游拉近人与人距离

ZAOBAO.SG

取自：<https://www.zaobao.com.sg/zlifestyle/trending/story20201223-1110872>, 2021年11月

游戏化教学 激发孩子对学习的渴望

ZAOBAO.SG

取自：<https://www.zaobao.com.sg/lifestyle/familylove/story20210411-1138534>, 2021年11月

到狮城68重温七八十年代经典童玩

C3A 活跃乐龄

取自：https://cn.c3a.org.sg/Learning_contect.do?id=1351, 2021年11月

The Game Design Reader: A Rules Of Play Anthology

KATIE SALEN AND ERIC ZIMMERMAN

索书号：794.81536 GAM -[REC]

版权所有。Cambridge, Mass.: MIT Press, 2006

The Infinite Playground: A Player's Guide To Imagination

BERNARD DE KOVEN WITH HOLLY GRAMAZIO;
EDITED BY CELIA PEARCE AND ERIC ZIMMERMAN

索书号：793 DEK -[REC]

版权所有。Cambridge, Massachusetts: The MIT Press, 2020

推荐书籍



1. 爱的生存游戏:引导孩子做对选择、远离危险的安全课

斋罗怡君, 单信瑜著; iamct绘

<https://nlb.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=205600>

版权所有。

台北市: 台北市: 亲子天下, 2017
(Hyread电子书)

2. 越玩越聪明的思维游戏

阿志著

<https://nlb.overdrive.com/media/5842059>

版权所有。

新北市: 北京: 中国纺织出版社, 2020
(Overdrive电子书)

3. 看不见的较量

佐尔坦·安得耶柯维克·佐尔坦·安得耶柯维克

<https://nlb.overdrive.com/media/37F7D1AA-3D8D-458D-81D1-6EA3FA5DE80F>

版权所有。

浙江出版联合集团, 2019
(Overdrive电子书)

4. 游戏是孩子的功课:幻想游戏的重要性

薇薇安·嘉辛·佩利著;
杨茂秀译。

索书号：371.337 PAL

版权所有。

昆明市: 晨光出版社, 2018

小说推荐



长长的回廊

东野圭吾著；蓝佳译

索书号：H1GK-[MY]
版权所有。
海口市：南海出版公司，2020

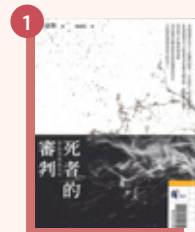
文 | 谢明慧

半年前回廊亭旅馆的一场火灾酿成了重大惨剧。从火海死里逃生的桐生枝梨子决心要为遇害的男友里中二郎复仇。虽然警方推测里中二郎因在回廊亭附近肇事逃逸后，到枝梨子住的回廊亭旅馆和她一起畏罪自杀。但是，枝梨子坚信是有人蓄意纵火。

事发后，枝梨子精心乔装为老太太，返回已修缮好的回廊亭，试图找出真正的凶手。她想尽办法接近凶手，希望能完美实现复仇计划。在长长的回廊中，谁才是复仇目标？其中另有玄妙！



相关书籍



1. 死者的审判

朴焮翼著；简郁璇译
索书号：PAKH-[MY]
版权所有。
新北市：暖暖书屋文化事业股份有限公司，2018

2. 遗忘者

法医秦明著
索书号：QNMG-[MY]
版权所有。
北京市：北京联合出版公司，2020



3. 推理要在本格前

果麦编；徐建雄译
索书号：TLYZ-[MY]
版权所有。
杭州市：浙江文艺出版社，2020

4. 蚂蚁上树

卧斧著
索书号：WOFU-[MY]
版权所有。
台北市：马可孛罗文化，2019

分类书籍推荐



只要我能跑, 没什么不能解决

松浦弥太郎著；涂纹凰译

索书号：158.1 MAT
版权所有。
长沙市：湖南文艺出版社，2020

文 | 王婷婷

只因突然产生“去跑个步吧”的念头，作者便开始坚持跑步长达九年的时间。对作者而言，无论是跑步、慢跑或慢走，都不仅能锻炼身体，也让他能利用运动的时间来了解和面对自己。作者也曾由于缺乏做好跑步的准备而受伤，中断训练而感到气馁。作者通过跑步领略到欲速则不达的道理，并了解自己能力的极限而从失败中学习宝贵经验。

本书借由跑步的心路历程隐喻为了达成梦想的必经之路——目标规划、努力学习新事物以及面对挑战等。所谓：“千里之行，始于足下。”踏出第一步后，第二、第三步就简单多了。遇到低潮时，先停下脚步，沉淀后再重新出发！跟随着自己的节奏走，人生也即是如此。



相关书籍



1. 你最大的敌人, 一直都是自己

何权峰著
索书号：158.1 HQF
版权所有。
Kuala Lumpur: 海滨出版(马)私人有限公司(大众控股全资子公司), 2020

2. 走出迷宫: 寻找人生新乳酪

史宾赛·强森博士著；谢佳真译
索书号：158.1 JOH
版权所有。
台北市：平安文化有限公司，2019



3. 今天要比昨天过得更好

金性希著；王春潮译
索书号：158.1 KIM
版权所有。
北京：中国画报出版社，2019


4. 生活需要节奏感

李思圆著
索书号：158.1 LSY
版权所有。
天津市：天津人民出版社，2019

宾果合家欢

找一位家人玩一场宾果游戏吧！这个玩游戏既能促进相互了解，也能增进彼此的感情，何乐而不为？将下列您体验过的活动圈起来，然后与家人分享。谁先圈出一排五个活动，谁就是优胜者。

经常上网 阅读新闻	享受玩手机 游戏的乐趣	观看过韩剧	爬过山	享受观看 YouTube视频
能跳舞	拥有 脸书账号	曾经在 野外露营	参加过通过 Zoom进行 的活动	懂得缝纫或 钩针编织
培育过 室内植物	参加过 演唱会	热爱阅读	懂得玩乐器	跑过马拉松
饲养宠物	与名人 相遇过	换过尿布	拍过自拍照	用WhatsApp 打过电话
到访过其他国家	曾经到过位于 史丹福路的旧 国家图书馆	上过新闻	喜欢喝 泡泡茶	为家人煮过一餐



பதிப்பாசிரியர் குறிப்பு

32

உங்கள் முதலாளியை எவ்வாறு சமாளிப்பது?

உங்களை மேம்படுத்திக்கொள்ள

34

நம்பிக்கையுடன் முதுமையடைதல் – மின்னூலகில் தாத்தா, பாட்டிகள்

வாழ்வின் இதயத்துடிப்பு

36

மெய்நிகரி

நூல் பரிந்துரை

37

‘பிங்கோ’ என்று கூறுங்கள்

நடவடிக்கை பக்கம்

வணக்கம் நண்பர்களே. வழக்கம்போல் இந்தத் தொகுப்பிலும் நீங்கள் பல சுவாரசியமான, பயனுள்ள தகவல்களைப் பெறலாம். வேலையிடங்களில் நாம் அனைவரும் தவிர்க்கமுடியாத ஒன்று, தொழிலாளி முதலாளி உறவு. பல நேரங்களில் வெவ்வேறு எதிர்ப்பார்ப்புகளின் காரணமாக இந்த முக்கியமான உறவு கசந்துவிடுகிறது. இதனால் பலர் வேலை இடங்களுக்கு வேண்டாவெறுப்பாகச் செல்கின்றனர். இந்த உறவு மேம்பட நாம் என்ன செய்யலாம்? முதல் கட்டுரையை வாசித்து அறிந்துகொள்ளுங்கள்.

அடுத்து இடம்பெற்றுள்ள கட்டுரை பேரப்பிள்ளைகளோடு அர்த்தமுள்ள இணைப்புகளை ஏற்படுத்திக்கொள்ள பல நல்ல ஆலோசனைகளைத் தொகுத்து வழங்குகின்றது. உங்களுக்குப் பயனளிக்கும் வகையில் பல நல்ல நூல்களையும் இத்தொகுப்பில் பரிந்துரை செய்துள்ளோம். அனைத்து நூல்களையும் இரவல் பெற்று வாசித்து மகிழுங்கள்!



பதிப்பாசிரியர்
வே. ராஜலட்சுமி

உங்கள் முதலாளியை எவ்வாறு சமாளிப்பது?



எழுத்து |
நா. நிர்மலா

ஒரு நிறுவனத்தின் உற்பத்திக்கு முதலாளிக்கும் தொழிலாளிக்கும் இடையே உள்ள உறவு மிகவும் முக்கியமானது. தொழிலாளியின் திறமையும் ஆற்றலும் மேம்பட, நம்பிக்கை, புரிதலின் அடிப்படையில் அவர்களின் உறவு கட்டமைக்கப்பட வேண்டும். ஊக்கமுள்ள, மகிழ்ச்சியான ஊழியர்களைக் கொண்டிருப்பது பணியிடத்தில் சுமுகமான சூழ்நிலையை உருவாக்கும்.

உங்கள் முதலாளியைப் புரிந்துகொள்ள முயற்சி செய்யுங்கள். அவருடைய இலக்குகள், பலம், பலவீனங்கள் ஆகியவற்றை அறிந்துகொள்ளுங்கள். உங்கள் முதலாளியின் குறிக்கோள்களை அடைவதில் நீங்கள் எவ்வளவு சிறப்பாக பங்களிக்கிறீர்களோ, அவ்வளவு சிறப்பாக உங்கள் இருவருக்கும் இடையே உள்ள உறவு அமையும். அவரைப் பற்றி மற்ற ஊழியர்களிடம் குறை கூறாதீர்கள். அவர் உங்களுக்கு உதவும்போதும் ஆலோசனை கூறும்போதும் உங்களுக்கான பணிச் சிக்கல்களைக் கவனித்துக் கொள்ளும்போதும் அவரை அங்கீகரிக்கவும்.



மேற்கோள்கள்

<https://the-happy-manager.com/article/manage-your-boss/>

<https://www.forbes.com/sites/lizryan/2018/01/28/how-to-manage-your-boss-ten-dos-and-donts/?sh=40f94b053142>

<https://hbr.org/2005/01/managing-your-boss>

<https://www.straitstimes.com/business/invest/11-tips-on-how-to-work-better-with-your-boss>

உங்கள் பணியின்போது ஏதேனும் அம்சம் குறித்து உங்கள் மேலாளர் குழப்பமடைந்தாலோ அல்லது உங்கள் தவற்றைத் தெரிவித்தாலோ அவரோடு கலந்துரையாடி அதற்கான தீர்வைக் கண்டறியுங்கள். அதிக வேலைச்சுமை அல்லது நேரத்தை விரயமாக்குவதைத் தவிர்ப்பது எப்படி என்று கண்டுபிடியுங்கள். பின்வரும் வளங்கள் உங்களுக்கு மேலும் உதவும் என்று நம்புகிறோம்.



நம்பிக்கையுடன் முதுமையடைதல் — மின்னூலகில் தாத்தா, பாட்டிகள்



தொழில்நுட்பத்தின் தாக்குதலால் மாறிவரும் உலகில், தங்கள் பேரப்பிள்ளைகளின் வாழ்வில் எவ்வாறு முக்கிய பங்களிக்கலாம் என்ற எண்ணம் முதியவர்களுக்கு வரலாம். புதிய போக்குகளைப் புரிந்துகொள்ள முதியவர்களுக்குக் கடினமாக இருப்பதால், அவர்கள் தங்கள் பேரப்பிள்ளைகளுடன் அர்த்தமுள்ள இணைப்புகளை உருவாக்க சிரமப்படலாம். ஆனால், சிறிது முயன்றால் இந்த நிலையை முதியவர்களால் மாற்ற முடியும். புதிய விஷயங்களைக் கற்றுக்கொள்வதன் மூலம், முதியவர்களும் அவர்களது குடும்பங்களுடன் எளிதில் இணைந்து இருக்க முடியும். இதற்கான சில குறிப்புகள் இங்கே.

தொழில்நுட்பக் கருவிகளில் முதலீடு செய்யுங்கள்

உங்கள் வீட்டில் Wi-Fi இல்லை என்றால், அதை அமைத்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் எளிதாக பயன்படுத்தக் கூடிய ஒரு திறன்பேசியில் முதலீடு செய்யுங்கள். திறன்பேசியைப் பயன்படுத்தக் கற்றுக்கொள்ள Silver Infocomm Junction நடத்தும் பயிலரங்குகளில் நீங்கள் கலந்துகொள்ளலாம்.



காணொளி அழைப்புகளைப் பயன்படுத்தத் தொடங்குங்கள்

உங்கள் பேரப்பிள்ளைகளுடன் காணொளி அழைப்புகளைத் திட்டமிடுங்கள். வாரத்தில் ஒரு முறையோ அல்லது உங்களுக்கு ஏற்றவாறோ அழைப்புகளை வழக்கமாகக் கொள்ளுங்கள். காணொளி அழைப்பு சலிப்புத் தட்டாமல் இருக்க நீங்கள் நூல்களை அவர்களுக்கு வாசித்துக் காட்டலாம். அல்லது அவர்களுடன் சமையல் குறிப்புகளைப் பகிர்ந்துகொள்ளலாம்.

சமூக ஊடகங்களிலிருந்து விலகி இருக்க வேண்டாம்

சமூக ஊடகங்களின் வழி நீங்கள் உங்கள் பேரப்பிள்ளைகளின் வாழ்வில் நடப்பதை அறிந்துகொள்வதோடு அவர்களுடன் எளிதில் தொடர்பில் இருக்கவும் முடியும். எனவே, உங்கள் “ஃபேஸ்புக்” பக்கத்தை மேம்படுத்தி வைத்துக்கொள்ளுங்கள்.

உங்களுக்குப் பிடித்ததையும் தெரிந்ததையும் கற்றுக்கொடுங்கள்

தாத்தா பாட்டியுடன் இணைந்து செயல்படும்போது, பிள்ளைகள் திறன்களுடன் அதைச் சார்ந்த அனுபவங்களையும் கற்றுக்கொள்கின்றனர். எனவே உங்களுக்குப் பிடித்ததையும் தெரிந்ததையும் உங்கள் பேரப்பிள்ளைகளுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளைகளை வழிநடத்த அனுமதியுங்கள்

உங்கள் பிள்ளைகளோடு இணைந்து செயல்படும் போதுதான் உங்கள் பேரப்பிள்ளைகளின் வாழ்விலும் நீங்கள் அதிக நன்மைகளைக் கொடுக்க முடியும். உங்கள் பேரப்பிள்ளைகளுக்கு உங்களிடம் வேண்டியது புதிய கருவிகளோ அதிகச் சலுகைகளோ அல்ல. அவர்கள் உங்களின் அன்பையும் அனுபவங்களையும் பெற்றுக்கொள்வதே முக்கியம்.

நூல் பரிந்துரைகள்



1. எங்கள் தாத்தா வீட்டில் ஒரு தோட்டம் இருந்தது
ராஜ்ஜா
குறியீட்டு எண்: Tamil RAJ
அனைத்து உரிமைகளும் காப்புடைமையானவை.
சென்னை: தமிழினி, 2019
3. ஏன் இந்த இடைவெளி :
முதியோர்களின் குடும்பப் பிரச்சனைகளும் தீர்வுகளும்
வ. செ. நடராசன்
குறியீட்டு எண்: Tamil 305.262092 NAT
அனைத்து உரிமைகளும் காப்புடைமையானவை.
சென்னை: வானதி பதிப்பகம், 2015

2. கூகிள், ஃபேஸ்புக், வாட்ஸ்அப், ட்விட்டர் பற்றி முழுமையாகத் தெரிந்துகொள்ளுங்கள்
செ. சோமசுந்தரம்
குறியீட்டு எண்: Tamil 006.754 SOM - [COM]
அனைத்து உரிமைகளும் காப்புடைமையானவை.
சென்னை: மணிமேகலைப் பிரசுரம், 2014
4. முதுமையில் இனிமை
டாக்டர் S. ஜீவராஜன்
குறியீட்டு எண்: Tamil 305.26 JEE
அனைத்து உரிமைகளும் காப்புடைமையானவை.
சென்னை: மணிமேகலைப் பிரசுரம், 2017

BRING THE LIBRARY WITH YOU

Borrow free eBooks and listen to audiobooks on the go.

Track library accounts for your whole family in one app.

Renew and reserve library items.

Register for events and workshops at the libraries.



Scan the QR code for more information or visit <https://mobileapp.nlb.gov.sg>

Grow with every read.
nationalreadingmovement.sg
@readingnationsg | #readingnationsg

NATIONAL
READING
MOVEMENT

Read more. Read widely. Read together.



NLB | National Library Board
Singapore