

An-tsary misongadina Ny Valosoa Vaovao

Helisoa

Ny vehivavy TIM nanolotra fitaovam-pianarana ho an'ireo ankizy sahirana, omaly.



Sakafo My Valosoa



Henakisoa sy amalona indray no laoka amin'ny Sakafo eto amin'ny gazetinao androany. Mety avokoa na amalona maina, na amalona lena no atao. Hatao ketsaketsa izany, na hatao ridritra. Dia mazotoa ho-mana tompoko.

NY VALOSOA sy Mahaso

Ny soa azo avy amin'ny volon-katsaka

Ny soa azo avy aamin'ny volon-katsaka indray, no Mahaso eto amin'ny gazetinao androany.

FAMPIASANA AZY :

- Volon-katsaka maina iray tanana.
- Ampangotrahana amin'ny rano fahefatra ny litatra (1/4 l).
- Misotro iray soto fihinana isaky ny adiny iray, ho an'ny olona mipipy am-pandriana.

Mampihena ny tahan'ny glycémie diabète ihany koa izany.

- Volon-katsaka maina 2 tanana.
- Ampangotrahana amin'ny rano iray litatra.

Misotro iray vera ny maraina, iray vera ny atoandro, iray vera ny hariva. (Rehefa miakatra be ihany ny glycémie vao manao izany).

Miakatra tosi-dra / mitohana tsy mipipy na tsy mamany.

- Mampangotraka volon-katsaka maina iray tanana.
- Ampangotrahana amin'ny rano iray litatra.

Sivanina ny faikany hiala dia misotro izany ny tontolo andro.

Matavy te hanena vatana:

- Volon-katsaka maina roa tanana.
- Ampangotrahana amin'ny rano iray litatra.

Sotroina ao anatin'ny iray andro izany dia manao vaovao hafa indray amin'ny manaraka. Misotro izany indroa isan-kerinandro; ary atao mandritra ny iray volana sy tapany, fa hahita vokatsoa ianao.



NY VALOSOA sy Mahaliana

Ny tanànaan'i Keliloha any amin'ny distrikan'i Tsaratanana faritra Betsiboka

Ny tanànan'i Keliloha any amin'ny distrikan'i Tsaratanana faritra Betsiboka indray, no Mahaliana eto amin'ny gazetinao androany. Renivohitry ny kaominina Keliloha ity tanàna ity, iray amin'ireo kaominina miisa 12 mandrafitra ny distrikan'i Tsaratanana. Any amin'ny faritra atsimo atsinanan'ny faritra Betsiboka no misy azy. Azo lazaina ho efa avo toerana ity tanàna ity satria 666 m ny haavony miohatra amin'ny raonomasina. Vokatry any ny vary sy ny haninkotrana isan-karazany. Ahitana harena ankibon'ny tany sy mineraly samihafa any Keliloha. Mpiompy omby koa ny mponina any antoerana.

