

NY TENY FIAINANA

"Ary hadinonareo ny fananarana izay milaza aminareo toy ny amin'ny zanaka hoe: "Anaka, aza atao ho zavatra kely ny famaizana ataon'i Jehovah, ary aza reraka raha resi-lahatry ny anatra ataony hianao". Hebreo 12:5

BAREA DE MADAGASIKARA U23

Ho raikitra ny fampivondronana faha-2

Nitafatafa tamin'ny mpanao gazety teny amin'ny Carlton Anosy tamin'ny alakamisy 24 febroary 2022 lasa teo, ny solontenan'ny Ufiscam «Union des Footballeurs Internationaux et Cadres Sportifs Malagasy», sy ny Madas «Mobilisation Associative pour le Développement du Sport», Andriamady Chalot, niaraka tamin'ilay iraka manokana, Nazan Dolfer, sy ny mpanazatra Rabeharisoa Herimanitra David na Hery Be, sy Rakotoarimanana Christian (Christian kely) ary ny filohan'ny ligin'ny baolina kitra Alfa, nisolotena ny ligy 22. Nampahafantarina ny hanantontosana ny fampivondronana faha-2 ho an'ny Barea de Madagascar sokajy U23. Ao anatin'ilay vina «En route pour les JO Paris 2024», izay imatesan'ny Ufiscam sy Madas efa nahavitan'izy ireo soniam-pi-



Ufiscam sy Madas teny Anosy.

fanarahana tamin'ny FMF izany. Hisy araka izany ny fampivondronana an'ireo mpilalao mpila ravinahitra any ivelany, sy fanaovan'izy ireo lalao ara-pirahalahiana amin'i Cap-Vert U23 sy Comores U23 asry Algérie U23, amin'ny 21 ka hatramin'ny 27 martsa 2022 ho avy izao any Troyes France. Eto Madagasikara kosa dia hanomboka ny fitiliana

an'ireo mpilalao eto antoerana isaky ny Faritany, ka amin'ny 17, 21, 24,25 aprily sy amin'ny 1er mey 2022 ho avy izao no fitiliana faobe hatao amin'izy ireo, any amin'ny kianja «Stade d'Ampasambazaha Fianarantsoa », ka ny Ufiscam sy ny Madas no miantoka feno ny lany rehetra amin'izany nefa miantso ny fitondrampanjakana handray anjara amin'izany koa izy ireo,

noho ny maha-fikarakarana ekipam-pirenena Malagasy ny raharaha. Fantatra fa hisy ny «Grand regroupement» hampivondronana miaraka, an'ireo mpilalao «expatriés» sy mpilalao «locaux» voafidy farany, amin'ny volana mey 2022 ho avy izao, ka ho tarihan'ilay «Sélectionneur : Boualem Mankour» .

Rainilita

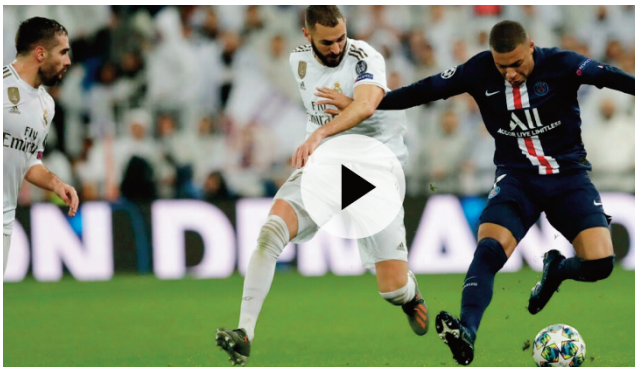
1/8-dalan'ny «Champion 's League » any Europe

Ny 8 sy 9 ary 15 sy 16 martsa 2022 izao ny lalao famerenana

Ho tontosaina amin'ny tataka 8 sy alarobia 9 martsa ary amin'ny talata 15 sy alarobia 16 martsa 2022 ho avy izao, ireo lalao 1/8-dalana miverina, amin'ny fifaninanana baolina kitra "champion's League" any Europe. Maritana fa tamin'ny talata 15 sy alarobia 16 ary tamin'ny talata 22 sy alarobia 23 febroary 2022 lasa teo, no nanaovana ny lalao mandroso tamin'ity

1/8-dalana ity, ka naha-zaona ny vokatra : Sporting 0-5 Manchester City, Paris Sg 1-0 Real Madrid, Red Bull Salzburg 1-1 Bayern Munich, Inter Milan 0-2 Liverpool, Chelsea 2-0 Lille, Villarreal 1-1 Juventus, SI Benfica 2-2 Ajax, Atlético Madrid 1-1 Manchester United.

Rainilita



1/8-dalan'ny «Champion 's League » any Europe.

« Ligue Analamanga de Judo »

Mitohy ny fitsidihana ataon'i Tomokazu Iwahori



Ilay « volontaire Japonais Tomokazu Iwahori » (ankavanana).

Mitohy hatrany ny fitsidihana an'ireo "club de judo" ao amin'ny ligue de judo Analamanga, ataon' ilay « volontaire Japonais Tomokazu Iwahori » eto Madagasikara, izay miatrika ny « Phase d'observation » ankehitriny. Isaky ny sabotsy maraina manomboka amin'ny 10 ora 30 ka hatramin'ny 12 ora antoandro dia mitarika fanazarantena misokatra ho an'ny Judokas eny amin'ny "Madagascar Judo Institut Faravohitra" izy, ka hitohy hatramin'ny faran'ny volana mey 2022 ho avy izao izany. Ny « techniques de bases » amin'ny taranja judo no hampitaina amin'izany

hetsika izany. Fantatra ihany koa fa hikaraka hetsika « 1er meeting d'arbitrage » ao amin'ity MJI "Madagasikara Judo Institute" eny Faravohitra ity ihany ny « Ligue de Judo » eto Analamanga, amin'ny 12 martsa 2022 ho avy izao manomboka amin'ny 9 ora maraina, ka hatramin'ny 12 ora atoandro. Misokatra ho an'ireo « arbitres » lahy sy vavy amperinas ity « meeting » ity, sy ho an'ireo rehetra maniry hanomboka ny hanao « arbitre de judo » ihany koa, nefa voafaritra fa tsy maintsy manao Judogi avokoa ny rehetra amin'izany hetsika izany.

Rainilita

Sakafo Ny Valosoa



Saosisy sy saosety indray, no laoka amin'ny Sakafo eto amin'ny gazetinao androany. Atao ketsaketsa izany. Tsara raha hasiana ro matsatso anana sy angivy miaraka aminy. Dia mazotoa homana tompoko

NY VALOSOA sy Mahasoa

Ny soa azo avy amin'ny ravina manga

Ny soa azo avy amin'ny ravina manga indray, no Mahasoa eto amin'ny gazetinao androany. Ny manga dia voankazo be vitamine A, vitamine C, magnésium, Potassium.

- Tsara ho an'ny olona Diabetika izy.
- Mampidina ny tosi-drà, tsara ho an'ny olona misy tosi-drà ny misotro ny ravina manga atao dite.
- Tsara ho an'ny olona misy stress na rarintsaina lava, tsy mahita tory, matahotra, mampilamina ny saina.
- Manala ny vato ao amin'ny voa (calcul rénal).
- Tsara ho an'ny olona manana olona amin'ny taovampisefona (Asthmatique, mikohoka lava, farim-peo, voan'ny sery, voan'ny tazao).
- Fanafody mampijanona aretim-pivalananan-drà.
- Fanafody allergique (mangidihidy ny Vatana).
- Azo atao amin'ny faritra may, apetaka eo amin'ny faritra may ilay ravina manga, mba tsy hanonitra ny fery sady anti-bacterie, na mamono mikraoba samihafa.
- Mahafaka aretin- tenda: ampangotrahana dia atao gararaka.
- Manala rivotra ao amin'ny kibo sy vavony.



Tenehina 15 min ny ravina manga dia sotroina arak'ilay aretinao, no hanaovana azy dia afaka hasiana tantely ihany koa. Afaka atao anaty vera misy rano matimaty amin'ny alina dia avela eo dia tsihifina amin'ny maraina sotroina vao mifoha.

NY VALOSOA sy Mahaliana

Ny tanànan'i Bekodoka any amin'ny distrikan'i Besalampy faritra Melaky

Ny tanànan'i Bekodoka any amin'ny distrikan'i Besalampy faritra Melaky indray, no Mahaliana eto amin'ny gazetinao androany. Renivohitry ny kaominina Bekodoka ity tanàna ity, iray amin'ireo kaominina miisa 6 mandrafitra ny distrikan'i Besalampy. Efa azo lazaina ho avo toerana izy satria 262 m ny haavony miohatra amin'ny ranomasina. Tantsaha mpamboly sy mpiompy ny 90% ny mponina any Bokodoka. Vokatra any ny vary, ny menaka avy amin'ny coco ary ny mangahazo.

