

NY TENY FIAINANA

Ary raha nilaza izany Izy, dia nangaihay izay rehetra nanohitra Azy; fa ny vahoaka rehetra nifaly noho ny zavatra malaza rehetra nataony.

Lioka 13:17

FIFANTENANA MPILALAO BAREA U23

Hatao anio eny Ambohidratrimo ny an'ny eto Analamanga

Hatao eny amin'ny kianja syntetikan' Ambohidratrimo anio sabotsy 19 martsa 2022, ny fifantenana an'ireo mpilalao tanora Malagasy latsaky ny 22 taona no midina, handrafitra ny ekipan'ny Barea U23 ao amin'ilay tetisakan'ny UFISCAM miaraka amin'ny FMF. Mpanazatra manana ny maha-izy azy hatrany amin'ny 15 isa any ho any farafahakeliny, izay ho tarihan'ilay mpanazatra Christian Kely, no hiantaikitra an'izany fifantenana izany anio, hanomboka amin'ny 8 ora maraina, ka mandra-pa-



Ny mpanazatra Christian Kely.

harivan'ny andro. Tsy hisy intsony ny kitra- noantrano amin'ny fifantenana mpilalao toy itony

araka izany, fa samy hanara-maso akaiky avokoa ireo mpanazatra miisa 15 ireo. Mpikarakara an'ity eto amin'ny Faritra Analamanga ity ny ligy Alfa "Ligin'Analamanga amin'ny baolina kitra". Hanohy an'izany fifantenana izany ihany koa ry zareo avy any Bongolava sy Itasy ary ny any Vakinankaratra, mba hahazoana hifantenana an'ireo hampidirina ao amin'ny ekipan'ny Faritanin'Antananarivo, izay ho tantanan'ny mpanazatra Fenohasina.

Rainilita

"Athlétisme Championnat du monde en salle"

Hiditra an-tsehatra anio i Sidonie

Hiditra an-tsehatra avy hatrany anio sabotsy 19 martsa, andro voalohany amin'ny fifaninanana atletisma "Championnat du monde en salle", izay ho tontosaina any Indoor Belgrade, Serbie, amin'ny 19 sy rahampitso 20 martsa 2022 i Fiadanantsoa Sidonie Valdez, atleta Malagasy avy any Ambilobe sy nianatra tao amin'ny Oniversiten'Antsiranana ary miofana any Sirama, La Union any El



Fiadanantsoa Sidonie Valdez.

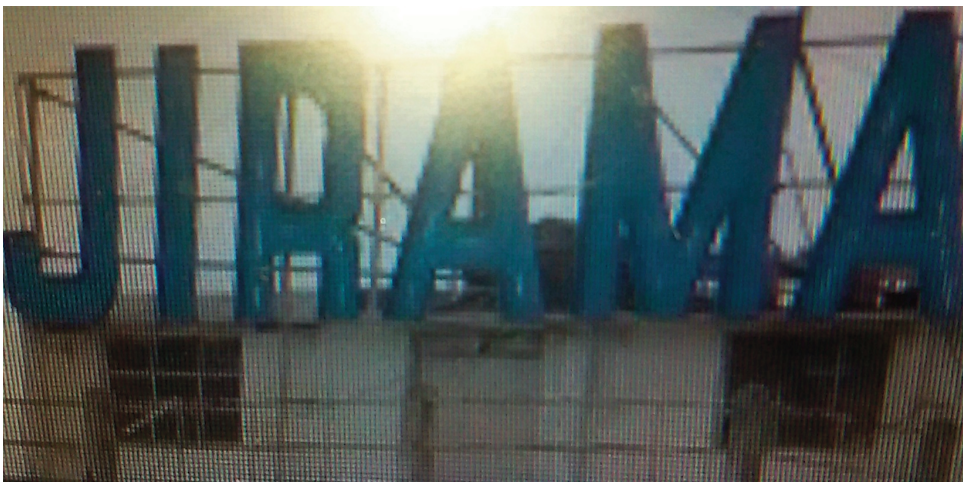
Salvador ankehitriny. Eo amin'ny hazakazaka 60 m misy fefy, no handraisan'ity tovovavy Malagasy ity anjara, ka amin'ny 9 ora sy 50 minitra any ho any izy no hiditra an-tsehatra ary eo amin'ny "4è couloir" no hisy azy amin'ny dingan'ny 1ère Série hataony. Mirary soa ho azy isika Malagasy tsy vaky volo. Alefa Sidonie à!

Rainilita

Sendikan'ny Mpiasan'ny Jirama (SMJ)

Ho tapaka ny tady raha tsy tontosa ny fifampiresahana amin'ny ministra

Maneho ny alahelony amin'ny Ministry ny Angôvo ny sendikan'ny mpiasan'ny Jirama (SMJ), manoloana ny vaovao naelin'ny kaontion'ny Minisitry mpiahy amin'ny tambazotran-tserasera, fa efa nanatanteraka fihonana tamin'ny sendikan'ny mpiasan'ny Jirama ity farany. Nanazava Andriamandroso Ratovomanarivo Amnora filoha nasionalin'ny SMJ, fa mbola tsy nisy ny fihonana nataon'ireto farany tamin'ny Ministrin'ny Angôvo hatramin'izao ary mbola tsy nivaly ny fangatahanan fihonana an-taratasy, izay nataon'ny SMJ tamin'ny 18 Oktobra 2021 lasa teo. Nohy fanazavana ny filohan'ny SMJ, fa ilaina ny fifampiresahana amin'ny Minisitry mpiahy, satria manjaka ao amin'ny orin'asa Jirama ny kiantranoantrano, hany ka tsy mandeha amin'ny laoniny ny asa rehetra atao. Ankoatran'izany, nanamafy



Tsy afaka olana ny orinasa Jirama hatramin'izao.

ity mpitarika ny sendikan'ny mpiasan'ny Jirama ity, fa tokony hisy ny fifampidinihina mikasika ny fanavaozana ny lalàna momba ny "Libéralisation du secteur électrique" sy ny lalàna momban'ny "Libéralisation de transport et la distribution de l'énergie", satria tsy hanana andraikitra intsony ny mpiasan'ny Ji-

rama manoloana ny fanjakazakan'ireo orinasa vahiny mitantana ny sehatr'asa rehetra. Ary ny farany nanazava Andriamandroso Ratovomanarivo Amnora, fa mila manana rafitra azo antoka ny orin'asa Jirama raha tiana ny hanatratra tanjona, ka ilaina ny mifampiresaka eo amin'ny roa tonta, mba hahafahana mame-

traka an'izany rafitra iombonana izany. Tsy maintsy mijoro amin'ny ady noho ny fisian'ny tsy aradalàna, tsy ara-drariny, ny fisian'ny tsindry hazolena sy ny fisian'ny tsy maty manota ataon'ny mpitantana ny sendikan'ny SMJ, mba hahafahana miaro ny asa sy ny orin'asa.

Franck Razakambelo

Sakafo Ny Valosoa



Fonken'omby nendasina indray, no laoka amin'ny Sakafo eto amin'ny gazetinao androany. Tsara raha hasiana ro matsatso anana sy angivy miaraka aminy. Dia mazotoa homana tompoko.

NY VALOSOA sy Mahaso

Ny soa azo avy amin'ny vinaingitra-na cidre de pomme

Ny soa azo avy amin'ny vinaingitra-na cidre de pomme indray, no Mahaso eto amin'ny gazetinao androany. Efa amidy eny amin'ny mpivarotra rehetra mahafatrapo ity karazana vinaingitra ity. Ireo tombontsoa azo avy amin'ny fampiasana na fihinanana azy:

- Mampidina ny tahan'ny Siramamy ao amin'ny rà , noho izany tsara ho an'ny diabetika ny mihinana.
- Mampidina tosi-dra , noho izany tsara ho an'ny olona manana tosi - drà avo ny vinaigre de cidre de pomme.
- Mampidina ny tahan'ny cholesterol ratsy tsy ilain'ny vatana.
- Manala tavy amin'ny kibo.
- Miaro amin'ny cancer na homamiadana.
- Tsara hanina rehefa voan'ny sery , mikohoka , voan'ny tazo. Mamono bacteria sy virus na tsimokaretina izy.
- Tsara ho an'ny olona mitohana na tratran'ny constipation.
- Anasana salady , legioma, voankazo.
- Anadiovana fitaovana.
- Mahatsara volo sy hoditra.
- Manala fofona amin'ny tongotra, andomana tongotra , manala vakivaky.

Fomba fihinanana azy : 1 sotro kely atao anaty rano matimaty 1 vera dia sotroina maraina vao mifoha, afaka asiana tantely.

Afaka atao amin'ny crudite , salady atao solona vinaigre: 1 sotro lehibe no atao.

Fampiasana azy amin'ny volo sy hoditra 1 na 2 ny sarony vinaigre de cidre de pomme atao anaty rano tapaky ny sceau kely , sasana amin'ny shampooing aloha ny volo dia kobanina, izay vao atao amin'ny volo ilay rano tapaky ny sceau kely misy vinaigre de cidre iny, avela 15 min dia kobanina ho an'ny olona lava volo io, fa raha fohy volo dia kely ny rano ampiasaina .

NY VALOSOA sy Mahaliana

Ny tanànan'Antsondrodava distrikan'i Maintirano faritra Melaky

Ny tanànan'Antsondrodava distrikan'i Maintirano faritra Melaky indray, no Mahaliana eto amin'ny gazetinao androany. Renivohitry ny kaominina Antsondrodava ity tanàna ity, iray amin'ireo kaominina miisa 14 mandrafitra ny distrikan'i Maintirano. Any atsimon'ny faritra Melaky no misy azy. Vokatra any ny vary, ny raphia, ny voanio fakana menaka, ny haninkotrana toy ny mangahazo sy katsaka.

