

NY TENY FIAINANA

"Ary ny fanahin'i Jehovah hitoetra ao aminy, dia ny Fanahin'ny fahendrena sy ny fahazavan-tsaina; ny Fanahin'ny fanoloran-tsaina sy ny faherezana; ny Fanahin'ny fahalalana sy ny fahatahorana an'i Jehovah."

Isaia 11:2

CHAMPIONNAT DE MADAGASCAR DE JUDO 2023

Nifarana tamin'ny alahady tetsy Ankorondrano

Nifarana tamin'ny alahady 16 aprily 2023 tetsy amin'ny kianja mitafon'Ankorondrano ny fifaninanana judo « Championnat de Madagascar 2023 » nandraisan'ny sokajy « minimes », « cadets », « juniors », « séniors », « vehivavy », « vétérans » anjara nandritra ny hate-loana (zoma 14, asabotsy 15 sary alahady 16 aprily 2023) sy niaraka ihany koa tamin'ny fifaninanana « katas » ary mazava loatra nisy ny ny « passage de grade » natao nandritra an'ity fifaninanana ity. Mpandray anjara nahatratra 400 avy amin'ny ligim-paritry ny judo miisa 8 manerana ny nosy izay mivoiran'ny fananan'izy ireo traikafa ambony dia ambony no nandray anjara tamin'ny fifaninanana ary nisongadina tamin'



Ny sasany amin'ireo tompondaka 2023 amin'ny Judo.

izany ny nandraisan'ilay kalaza Malagasy tompondaka eran-tany, Rasoa-naivo Razafy Aina Laura ASM izay nibata medaly volamena teo amin'ny sokajy Sénior -70 kg. Ity fifaninanana ity ankoatra ny fifantenana an'ireo mpilalao handrafitra ny ekipam-pirenena ny Judo Malagasy

sy handray anjara amin'ny lalaon'ny nosy 2023 dia natao indrindra indrindra ihany koa, araka n nambaran'ny filohany FMJ, Bruno Eric Said, teny Ankorondrano nandritra ny fifaninanana, hanomanana an'ireo lalao iraisam-pirenena handraisan'ny judokas Malagasy

anjara toy ny « championnat d'Afrique cadets/juniors hatao amin'ny 27, 28, 29 jolay ho avy izao, ny Jeux de a Francophonie, ny « championnat d'Afrique sady « qualification Jeux olympiques 2024 hatao amin'ny 8 septambra 2023 .

Rainilita

Basket N1A Homme- Femme 2023

Nanomboka tany Antsirabe ny championnat national

Tamin'ny sabotsy 15 aprily 2023 teo no nanomboka tao amin'ny kianja "Gymnase Couvert Vato-fotsy Antsirabe" ka tsy hifanana raha tsy amin'ny alahady 23 aprily 2023 ho avy izao ny fifaninanana basikety « Championnat National de Basket N1A Homme et Femme 2023 » izay tontosaina any amin'ny kianja "Gymnase Couvert Vato-fotsy Antsirabe" ka ny "Ligue LRBB Vakinankaratra" eo ambany fiahian'ny FMBB "Fédération Malagasy de Basket Ball" no manatontosina ny hetsika miaraka amin'ny fanohanana mavitrikany ny "Telma Madagascar" sy ny "MVola" ary ny "You-



Fanofakafana ny basket N1A tany Antsirabe.

zou Madagascar". Tamin'ny alahady tolaandron'ny 16 aprily 2023 teo kosa no nanatanterahana ny fanokafana ofisialy an'ity hetsika ity izay notarihan'ny filohan'ny FMBB, Ramarason Mika, notron'ny filohan'ny « Ligue Régionale de Basket Ball Vakinankaratra » - LRBBV,

Atoa Ralalaharison Mickael. Nisy filarambe nataon'ireo ekipam-pifaninana rehetra tamin'izany ary koa fihanihanana nataon'ny solontenan'ireo mpilalao sy mpitsara. Voka-dalao sokajy vehivavy homologué andro fahatelo : Jea Vakinankaratra - Serasera Vakina-

karatra (62) - (33), Phoenix Vakinankaratra - Ascute Atsinanana (67) - (73), MB2All Analamanga - Fandraza Matsiatra Ambony (104) - (37), Tgbc Betsiboka - Tamifa Amoron'i Mania (66) - (53). Filaharana vonjimaika taorianan'ny andro faha-2 : " Poule A" Vehivavy : 1°- Mb2 All (isa 4), 2°-Tgbc (isa 4), 3°-Jfa (isa 3), " Poule B" Vehivavy : 1°- Fandraza (isa 3), 2°-Gnbc (isa 2), 3°-Tamifa (isa 2), 4°-Ankaratra (isa 2). Sokajy lehilahy : 1°-Copn Analamanga (isa 2), 2°- Sbc Vakinankaratra (isa 2), 3°- Bcb Boeny (isa 2).

Rainilita

Commission Malagasy de Pancras et Submission

Hanatanteraka ny « Open de Madagascar 2023 » amin'ny 30 aprily

Hanatanteraka ny hetsika « Open de Madagascar 2023 » etsy amin'ny kianja mitafon'Ankorondrano amin'ny alahady 30 aprily 2023 ho avy izao ny « Commission Malagasy de Pancras et Submission » tarihan'ny filohany, Mely Zafindranaivo ary eo ambany fiahian'ny Federasiona Malagasin'ny taranja Kick Boxing. Nampahafantariny mpikarakara tamin'ny firesadrehana tamin'ny mpanao gazety nataony teny amin'ny Dojo Betongolo tamin'ny zoma 14 aprily 2023



Pancras Malagasy tetsy Betongolo.

teo fa handray anajra amin'ity fifaninanana ity avokoa ireo kalaza sy manana « Performance » rehetra eo amin'ity taranja ity manerana ny nosy ankehitriny. « Combats » hahatratra 30 isa ka hatramin'ny 35 isa no hatrehana amin'ity fifaninanana ity ka ny sokajy " séniors classe A sy classe B". Heno tao amin'ity resadresaka ity ihany koa fa manan-talenta sy traikafa ny atleta Malagasy eo amin'ny fiangaliana sparo ka mendrika ny ho tohanana mitovy avokoa. Miantso an'ireo tsara-sitraro sy malala-tanana izy ireo noho izany mba hanohana tsy misy fepetra an'ireo atleta Malagasy. Mbola heno tetsy Betongolo ihany koa fa tsy miantso miomanan'ny miangaly ny Pancras Malagasy amin'ny fiatrehana ny "Frappe au sol" manomboka izao izay efa mihatra mandritra ny fifaninanana iraisam-pirenena any ivelany any ankehitriny na dia mbola tsy hampiharina amin'ity " Open de Madagascar 2023 " ity aza.

Rainilita

Sakafo My Valosoa



Henakisoa sy holatra 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

Fitsaboana natoraly ny aretin'ny voa, aty, vavony, tsinay

Fitsaboana natoraly ny aretin'ny voa, aty, vavony, tsinay indray, no Mahaso eto amin'ny gazetinao androany.

Ny papaye dia voankazo mahafinaritra izy io noho ny mombamomba azy, miasa tonga lafatra ho an'ny fandevonan-kanina ary manadio ny any anatin'ny vatana. Manankarena "fibres", "calcium", "phosphore", "fer", "papaïne", "thiamine", "niacine" ary "vitamines" mitondra otrikaina anisan'ny tsara indrindra ny papaye.

Ny ankamaroantsika dia manary ny voan'ny papaye ao anaty fako, tsy fantatr'izy ireo fa misy tombony tsy tambo isaina anefa izany.

- Manatsara ny fiasan'ny voa.

- Manasitrana ny tsy fahombiazan'ny voa (soigne les insuffisances rénales).

- Manadio ny aty.

- Manasitrana ny vavony.

- Manadio ny tsinay.

- "Vermifuge", na ody kankana koa ny voana papaye.

- Manohitra ny mikraoba sy katsentsitra (contre les microbes et les parasites).

- Manatsara ny fahasalamana.

FIKARAKARANA NY VOAN'NY PAPAY:

- Papaye masaka iray.

- Alaina hiavaka ny voany fotsiny (tsy sasana, tsy asiana na inona na inona).

- Hamainina amin'ny masoandro mandrapaha-maina tsar any voana papaye.



NY VALOSOA sy Mahaliana

Ny tanànan'Antenina distrikan'i Soanierana Ivongo faritra Analanjirofo

Ny tanànan'Antenina distrikan'i Soanierana Ivongo faritra Analanjirofo indray, no Mahaliana eto amin'ny gazetinao androany. Renivohitra ny kaominina Antenina ity tanàna ity, iray amin'ireo kaominina miisa 8 mandrafitra ny distrikan'i Soanierana Ivongo. Any afovoany andrefan'ny faritra Analanjirofo no misy azy. Efa azo lazaina ho avo toerana ity tanàna ity, satria 477 m ny haavony miohatra amin'ny ranomasina. Vokatra any ny jirofo, ny lavana, ny vary, ny haninkotrana toy ny mangahazo, ny katsaka, ny vomanga.

