

NY TENY FIAINANA

"Fa tanteraka amin'ny teny iray ihany ny lalàna rehetra, dia izao: tiava ny namanao tahaka ny tenanao."

Galatiana 5:14

CAN JUNIOR FÉMININ HANDBALL - TUNISIE 2023

Ratsy fanombohana ny Akio Malagasy

Nanomboka tamin' ny alakamisy 7 septambra teo any Monastir Tunisie, ka tsy hifarana raha tsy amin'ny alakamisy 14 septambra ho avy izao, ny fifaninana « CAN Junior féminin de handball 2023 » andiany faha-30, izay mifandrindran-dalana amin'ny «CAN Cadets Féminins 2023» andiany faha-19. Mandray anjara amin'ity fifaninana ity izay nozaraina ao anaty vondrona roa i Tunisie (mpampiantrano), Guinée, R. D. Congo, Angola, Algérie, Egypte, Mali, Madagascar, Côte d'Ivoire ary Kenya, ka ao amin'ny vondrona B miaraka amin'i Algérie, Tunisie, Mali ary Egypte (tompondaka lefitra farany) ny Akio U21 Malagasy. Ratsy fanombohana ny Akio Malagasy tamin'ity fifaninana ity, satria lavon'i Tonizia mpampiantrano



Akio Malagasy any Tunisie.

tamin'ny isa somary navesabesatra ihany. Vokadalao andro voalohany 07 septambra 2023 : Guinée 45 – 09 Rdc Congo (Poule

A), Tunisie 44 – 11 Madagascar (Poule B). Marihana fa mbola mahery eo amin'ity sokajy ity i Angola tompondaka farany (2022)

izay efa nibata im-polo ny amboara amin'ity fifaninana ity.

Rainilita

CAN 2024

Nahavita ady sahala 0-0 tamin'i Angola ny Barea

Nahavita nanao ady sahala tamin'ny ekipam-pirenen'i Angola indray, ny Barea de Madagascar, tamin'ny alakamisy 07 septambra tany amin'ny kianja « Stade National de Tundavala » any Lubango Angola, teo amin'ny lalao fifaninananambondrona andro faha-6 amin'ny «CAN Côte d'Ivoire 2024». Toy ny tamin'ny lalao mandroso nifatrehana tamin'ity ekipam-pirenen'i Angola ity, ka nisaraha ady sahala 1-1 tetsy Mahamasina dia io ady sahala 0-0 indray,



Barea tao amin'ny kianja manarapenitr'i Angola.

no nisarahan'ny roa tontantany Angola. Toy izao araka izany ny filaharana farany tao amin'ity von-

drona E ity : 1°-Ghana (isa 12), 2°-Angola (isa 9), 3°-Rép. Centrafrique (isa 7)n, 4°-Madagascar (isa

3). Ireto avy ireo ekipam-pirenenana tafita amin'ity CAN andiany faha-24 ity izay hanomboka amin'ny sabotsy 13 janoary ka hatramin'ny alahady 11 febroary 2024 ho avy izao : 1. Côte d'Ivoire (mpampiantrano), 2. Maroc, 3. Algérie, 4. Afrique du Sud, 5. Sénégal, 6. Burkina Faso, 7. Tunisie, 8. Egypte, 9. Zambie, 10. Guinée Équatoriale, 11. Mali, 12. Cap-Vert, 13. Nigéria, 14. Guinée-Bissau, 15. Guinée, 16. Ghana, 17. Angola. 18. Tanzanie.

Rainilita

Basket tompondaka nasionaly N1B sy U20

Natomboka omaly zoma any Mahajanga



Tompondaka rejionaly Boeny 2023.

Natomboka omaly zoma 09 septambra 2023 tao amin'ny kianja mitafo (Terrains extérieurs), sy tao amin'ny « Complexe sportif Ampisikina | Mahajanga » Faritra Boeny, ka tsy hifarana raha tsy amin'ny alahady 17 septambra 2023 ho avy izao, ny fifaninana basikety fiadiana ny ho tompondaka nasionaly sokajy N1B vehivavy sy sokajy U20 zatovolaha. Anisan'ireo misolo tena ny Faritr'i Boeny amin'izany ny ekipan'ny Ybbc sy JsB izay tompondakan'ny N1B Dame sy U 20 any Boeny.

Rainilita

Sakafo Ny Valosoa



Aranany sy atin'akoho ritra indray, no Sakafo eto amin'ny gazetinao androany. Tsara raha hasiana ro matsatso, na ro mazava anana petsay miaraka aminy. Dia mazotoa homana tompoko.

NY VALOSO A sy Mahasoa

Ny soa azo avy amin'ny sakay pilopilo mena

Ny soa azo avy amin'ny sakay pilopilo mena indray, no Mahasoa eto amin'ny gazetinao androany. Na masiakana aza ny sakay, misy ireo tombontsloa azo avy aminy amin'ny vatan'olombelona. Ireo otrikaina ao aminy:

- Vitamine A.
 - Vitamine C.
 - Vitamine B6.
 - Vitamine E.
 - Vitamine K.
 - Fer na vy amin'ny sakafo.
 - Cuivre na varahina amin'ny sakafo.
 - Manganèse.
- Ireo vokatsoa azo avy aminy :



Vitaminina B6: mampitombo sy manatsara ny fiasan'ny sela mena "globule rouge". Fer sy Cuivre: mampitombo ny hery fiarovana noho ny fisian'ireo ao anatiny. Manatsara ny fikorian'ny rà ny fihinanana azy. Mandanjalanja ny tahan'ny siramamy sy kôlesterôly ao anatin'ny rà, sady miaro amin'ny aretin'ny lalan-drà. Manampy ny vatana hiady amin'ny aretina vokatry ny fidiran'ny mikraoba sy bakteria. Miaro amin'ny homamiadana na cancer. Miaro amin'ny aretin'ny fo.

NY VALOSO A sy Mahaliana

Ny tanànan'i Masomeloka distrikan'i Mahanoro faritra Atsinanana

Ny tanànan'i Masomeloka distrikan'i Mahanoro faritra Atsinanana indray, no Mahaliana eto amin'ny gazetinao androany. Renivohitry ny kaominina Masomeloka ity tanàna ity, iray amin'ireo kaominina miisa 11 mandrafitra ny distrikan'i Mahanoro. Vokatra any ny vary, ny kafe, ny dipoavatra, ny jirofo, ny lavanila. Ny voankazo toy ny manga, ny letchi. Misy mpanjono koa ny mponina any Masomeloka, noho ity tanàna ity voahodidina renirano : ny reniranon'i Mangoro sy ny Lakan-dranon'i Pangalana. Misy mpiompy akoho amam-borona koa ny mponina.

