

NY TENY FIAINANA

"Ny fahatahorana an'i Jehovah no fiandoham-pahendrena; ary ny fahafantarana ny Iray Masina no fahazavan-tsaina."
Ohabolana 9:10

TOURNOI OPEN INTERNATIONAL VÉTÉRANS ANDORRE

Nahazo medaly volamena Ratsimiziva Fetra

Nahazo medaly 3 ny Judokas Malagasy "Diaspora Malagasy de Judo", tany amin'ny fifaninanana «Tournoi Open International Vétérans Andorre» andiany faha-4, nokarakarain'ny «Fédération Andorrane de Judo», tao amin'ny «Centre sportif dels Serra-dells, Cra. de la Comella» tamin'ny sabotsy 25 novambra 2023 lasa teo. Ny sokajy veterans M1-M11 lahy sy vavy 30 taona ka hatramin'ny 84 taona tamin'ny sokajin-danja -48kg, -58kg, -57kg, -63kg, -70kg, -72, -78kg ary +78 kg vehivavy sy sokajin-danja -60kg, -66kg, -73kg, -81kg, -90kg, -100kg ary +100kg lehilahy, no nandray anjara tamin'ity fifaninanana ity. Ratsimiziva Fetra teo amin'ny sokajy -81kg nisy azy no nahazo ny medaly volamena tamin'izany. Teo amin'ny sokajy -66 kg nahi-



Ratsimiziva Fetra nahazo volamena tany Andorre.

tana "poule de 3" dia resy tamin'ny ady voalohany nataony "Golden score" i Miraho Sanda sokajy -60kg nefa dia nahazo fandrahana kosa teo amin'ny

lalao farany nataony, ka nibata ny medaly volafotsy. Teo amin'ny sokajy nisy azy koa dia mbola nahazo medaly volafotsy ihany koa i Rico na dia fia-

karany tatami fanindroany tao anatin'ny 5 volana aza ity nataony ity.

Rainilita

Fifaninanana « Inter Section Atsinanana »

Tafavoaka ho laharana faha-3 ny Asc Brickaville



Asc Brickaville nandresy tao an-kianjany.

Tafavoaka ho laharana faha-3 tamin'ny fifaninanana « Inter Section Atsinanana » ny Asc Brickaville, rehefa nandresy 3 – 0 ny ekipan'ny Ajeset Toamasina I tamin'ny alahady 26 novambra teo, tao amin'ny kianja monisipalin'i Brickaville. Tamin'ny 05 novambra 2023 lasa teo no tokony ho natanterahana an'ity lalao ity niaraka tamin'ny lalao fa-

maranana an'io fifaninanana io, izay hifandrian'ny Tia Spam Fc Mahanoro sy ny Fc Vatoman-dry, saingy izao nahemotra tamin'io alahady 26 novambra io izao. Ny lalao famaranana kosa dia hotontosaina any amin'ny kianja « Stade de Mahanoro » amin'ny alahady 03 desambra 2023 ho avy izao.

Rainilita

Rugby lehilahy sy vehivavy

Tontosa avokoa ireo "Match de Barrage" rehetra

Tontosa teny amin'ny kianja Makis tao anatin'ny sy tao amin'ny kianja ive-

lany avokoa, ireo lalao "Rugby Match de barrage" niisa 6, hoan'ny fifanina-

nana fiadiana ny "Coupe de Madagascar Homme 2023", sy ny "Champion-

nat de Madagascar 2023 Dame D1 et D2", hahazoan'ireo ekipa nivoaka ho mpandresy avy, hatrika ny dingana famaranana amin'ireo fifaninanana roa ireo. Hoan'ny "Barrage Championnat de Madagascar Dame D1 et D2" dia nifanandrian'ny FTVI Lalamaty sy Asut Université d'Antananarivo andaniny ary ny Sabnam Sabotsy sy Rosa Antohomadinika ankilany ireo fihonana ireo. Ireo Vokadalao teo amin'ny "Coupe de Madagascar Homme 2023" koa : Ftba Andohotapenaka 22 – 27 Usa Ankadifotsy, Uasc Cheminot 24 – 27 Tfa Anatihazo, Tfma Ankasina 22 – 03 Stm Savonnerie, Tam Anosibe 37 – 17 Mang'Art Manjakarary.

Rainilita



Match de barrage teny Andohatapenaka.

Sakafo Ny Valosoa



Henomby sy épinard indray, no laoka amin'ny Sakafo eto amin'ny gazetinao androany. Hatao rony izany na hatao ketsaketsa ihany koa. Dia mazotoa homana tompoko.

NY VALOSOA sy Mahaso

Fanafana natoralin'ny goty ny lasary angivy

Fanafana natoralin'ny goty ny lasary angivy, io indray no Mahaso eto amin'ny gazetinao androany. Angivy au vinaigrette citron + oignon . Percil , tômaty... mety ihany koa.

Azon'ireo misy goty hanina matetika io lasary io. Mety amin'ny diabetika ihany koa sy ny olona te hana-dio rà ireny.

Angivy manta 250 g isa-kerinandro (in-1 isa-kerinandro) fotsiny .

Atao 5 herinandro ny traitement. Dia misotro rano mafana 3 vera isan'andro . Atao mamay tsara.



NY VALOSOA sy Mahaliana

Ny tanànan'Ambalabe distrikan'i Vatoman-dry faritra Atsinanana

Tao aorian'ireo tanàna amin'ny kaominina miisa 15 tao amin'ny distrikan'i Toamasina II, ireo tanàna amin'ny kaominina miisa 17 any amin'ny distrikan'i Vatoman-dry faritra Atsinanana indray, no hampahafantarina antsika amin'ny Mahaliana.

Ny tanànan'Ambalabe distrikan'i Vatoman-dry faritra Atsinanana. Renivohitry ny kaominina Ambalabe ity tanàna ity, iray amin'ireo kaominina miisa 17 mandrafitra ny distrikan'i Vatoman-dry. Ivaiva toerana ihany ity tanàna ity, satria 135 m ny haavony miohatra amin'ny ranomasina. Misy fokontany 5 ny kaominina Ambalabe. Mpamboly sy mpiompy ny mponina any : mpamboly vary, anana sy legioma, jirofo, lavanila, kafe ny any an-toerana. Misy koa ireo mpanao asa tanana.

