

NY TENY FIAINANA

"Tandrema ny tenanareo amin'ny amboa, tandrema ny tenanareo amin'ny mpanao ratsy, tandrema ny tenanareo amin'ny voakilema."

Filipiana 3:2

FIFANINTSANANA MONDIAL 2026

Efa any Accra Ghana ny Barea de Madagascar

Efa any Accra Ghana hatramin'ny omaly alatsinainy 13 novambra 2023 ireo mpilalao Barea de Madagascar avy eto an-toerananana nanainga teny Ivato tamin'ny alahady 12 novambra teo. Niditra tao anaty fiaramanidina nitondra azy ireo tao Addis Abeba i El Hadary milalao any amin'ny St Michel United Seychelles. Tamin'io omaly alatsinainy 13 novambra io ihany no fantatra fa ho tonga hamonjy ny delegasiona ihany koa ireo mpilalao mpilalao ravinahitra avy any Frantsa. Mbola manana fotoana hanamasahana ny fiarahana tsara, araka izany, ireo mpilalao Barea nantsoina rehetra satria tsiahivina fa amin'ny zoma 17 novambra 2023 ho



Ny delegasiona Malagasy nanainga teny Ivato.

avy izao no hiakan-tsehatra ao amin'ny kianja «Stade Baba Yara Kumasi

Ghana » manomboka amin'ny 04 ora tolaandro (7 ora hariva Madagasi-

kara) hikatoka amin'ny Black Stars de Ghana.

Rainilita

Fc Copain 18 taona

Raikitra ny « Tournoi Open Foot à 7 »

Tonga dia raikitra nanomboka tamin'ny alahady 12 novambra teo teny amin'ny kianjan'ny « Travaux publiques Alarobia », ny fifaninanana baolina kitra « Tournoi Open Foot à 7 » karakarain'ny ekipam-pokontany Fc Copain Alarobia Amboniloha tarihan'ny filohany, Rakotondramiara Hasina izay tafiditra ao anatin'ny fanamarihana ny faha-18 taonany amin'ity taona 2023 ity. Nambaran'ity filohan'ny Fc Copain ity teny Alarobia tamin'io alahady io fa ekipa avy amin'ny faritra maro eto andrenivohitra sy ny manodidina azy miisa 34 ankehitriny no efa namaly ny antso raha ekipa 64 no vinavinaina handray anjara amin'ity fifaninanana ity. Mbola misokatra ny fisoratana anarana hoan'izy liana mbola handray anjara amin'ny fifaninanana, hoy hatrany Atoa Hasina, ary notsiahiviny ihany koa fa omby tena mifahy lehibe no hatolotra izay ho tafavoaka ho mpandresy amin'ity fifaninanana ity. Voka-dalao andro voalohany : US Prom 2 - 0 FC 2AM, Rover 0 - 0 Spartak, APMF 1 - 2 Together, Boca 3 - 1 EX-Sport, AJJ Ivato 1 - 2FC, ASDS 0 - 3 Celesao (par forfait), Famille Atsimo 0 - 0 AS IFFI, Tambatra 2 - 0 Red Star, Racing 2 - 1 Mahatony City. Teo amin'ny lalao fanokafana ofisialy ny hetsika nifanandrinan'ny Fc Copain topim-



Ny mpikambana ao amin'ny Fc Copain teny Alarobia.

pety sy ny ekipan'ny Airtel Madagascar mpanohana ofisialy kosa natao tamin'ny fiandohan'ny tolaandro tamin'io alahady 12 novambra io dia nivoaka ho mpandresy 3 - 0 ny Fc Copain.

Rainilita

« Combat Avenir – Kick Boxing »

Notolorana amboara avokoa ireo mpandresy rehetra



Kick boxing teny Mahamasina tamin'ny alahady.

Notolorana amboara tafavoaka ho mpandresy, avokoa ireo mpikatroka tamin'ny fifaninanana kick

boxing « Combat Avenir », nokarakarain'ny Club Lion Force tarihan'ny filohany, Maître Boto Gilbert tetsy amin'ny kianja mitafofon'ny Mahamasina Mahamasina tamin'ny alahady 12 novambra 2023 tontolo andro nanomboka tamin'ny 10 ora maraina. Ady nahatratra 58 be izao nanomboka tamin'ny fandraisana anjaran'ny sokajy « petit 24, 26, 38, 41, 45 kg) ka nandalo tamin'ny sokajy Junior A,B,C ka hatramin'ny sokajy Sénior A, B, C (51 sy 54 kg) no natrehan'ireo

mpitia haiady tetsy amin'ny kianja mitafofon'ny Mahamasina ka nandraisana mpikatroka avy eto Analamanga sy avy any Moramanga ary avy any Fe noarivo Atsinanana anjara Marihana fa natao indrindra hampakatra ny haavo teknikan'ireo mpikatroka kick boxing indrindra indrindra ity hetsika ity ka ny fiakaran'ireo mpilalao tsy mbola zatra miakatra ringa no nanatanterahana an'izany, araka ny fanamarihana nomen'i Boto Gilbert teny Mahamasina.

Rainilita

Sakafo Ny Valosoa



Henabaolina indray, no Sakafo eto amin'ny gazetinao androany. Zavatra ilaina: totokenomby, tongolo maitso, atody, tongolo. Tsara raha hasiana lasary voatabia na lasary tomaty miaraka aminy. Dia mazotoa homana tompoko.

NY VALOSOYA sy Mahaso Fanafody natoralin'ny aretin'aty

Fanafody natoralin'ny aretin'aty indray, no Mahaso eto amin'ny gazetinao androany.

-ZAVOKA araky ny fikarohan'ny manampahaizana dia raha mihinana zavoka 2 isak'herinandro ny olona marary, izay mamporisika ny vatana hamokatra singa mamono arafesina antsoina hoe: GLUTATHIONE dia hahita vokatra tsara anatin'ny iray volana.

-ANANA: ny anamaitso rehetra, indrindra ny epinard, salad, manampy ny vy vokarin'ny aty hanao ilay asa mpanadio ra ary mamotika ny akora simika amin'ny sakafo.

-PAMPLEMOUSSE be otrikaina, mamono ny arafesina, manakana ny poizina indrindra ny homamia-dana.

-NY DITE MAITSO: manala menaka, manala arafesina.

-NY CHOUX FLEUR, BROCOLI, CHOUX BLANC, mampiakatra ny famokaran'ny vatana ny glucosinolates izay manamora ny asa fandevonana ataon'ny ATY.

-NY TAMOTAMO: manarina ireo sela simba.

-TONGOLO GASY: mamotika ireo poizina tafiditra: na tsy marary aza ianao ,mihinana tongolo gasy manta singany 2 ka hatramin'ny 4 isan'andro.

-BETERAVY manta atao jus sotroina maraina.

-KAROTY na PAOMA atao jus.

-FRAISE, VOALOBOKA hohanina

-MISOTRO RANO TSARA 1 ka hatramin'ny 2 litra isan'andro.

-MIFADY MENAKA, TOAKA, SIGARA.



NY VALOSOYA sy Mahaliana

Ny tanànan'i Fanandrana distrikan'i Toamasina II faritra Atsinanana

Ny tanànan'i Fanandrana distrikan'i Toamasina II faritra Atsinanana indray, no Mahaliana eto amin'ny gazetinao androany. Renivohitry ny kaominina Fanandrana ity tanàna ity, iray amin'ireo kaominina miisa 15 mandrafitra ny distrikan'i Toamasina II. Lalovan'ny lalampirenena faharoa i Fanandrana. Vokatra any ny vary, ny mangahazo, ny katsaka, ny akondro, ny letchi, ny soanambo, ny ampalibe. Ankoatra ny mpamboly sy mpiompy akoho amam-borona, misy mpanjono koa ny mponin'i Fanandrana.

