



# Fomba ampidirana ny voankazo eo amin'ny sakafon'ny olona

Fikarohana ho an'ny faritra Atsimo Atsinanana

## HAFATRA FOTOTRA

- ▶ Tsy fahampian'ny fampahafantarana ny olona eny ambanivohitra mikasika ny tombotsoa azo avy amin'ny fihinanana voankazo
- ▶ Fotoana fohy aorian'ny fiotazana ihany no ihinanana ny voankazo vokarina
- ▶ Ny fampiofanana ny vehivavy mikasika ny fambolena papay sy mananasy dia mety ampitombo ny fisian'ny voankazo
- ▶ Efa fomba mahazatra ny olona ny fanamainana litisia saingy mbola afaka atsaraina amin'ny fampiasana fitaovana fanamainana iombonana izay mandeha amin'ny herin'ny masoandro,
- ▶ Ny fanapariahana ny fomba fanamainana ny manga dia mety hampitombo ny fotoana hisitrahana zany voankazo izany/ny voankazo.





## Ambany ny taha fihinanana voankazo

Amporisihana ny fihinanana voankazo isan'andro ho an'ny olona rehetra. Ny tsy fahampian'izany dia mety hitarika ny fahatapahan'ny lalan-drà ao amin'ny loha, ny hatavezana ary ny karazana homamiadana. Amin'ny ankapobeny ny voankazo dia mitondra otrikaina, vitamina ary singa miasa izay tena manan-danja eo amin'ny fahasalaman'ny olombelona, ny fitomboana ara-dalana ary ny fahatomombanan'ny hery fiarovana.

Ny tantsaha mpamokatra ao Atsimo Atsinanana dia misitraka toetr'andro mety ho amin'ny fambolena karazam-boankazo maro. Manoloana izany anefa maro ireo tokantrano no zara raha mihinana voankazo mandritran'ny taona. Ny volana febroary 2020, ohatra dia hita fa 9% ny vehivavy ary 45% ny zaza dia tsy nihinana voankazo misy provitamine A, toy ny manga sy papay mihintsy. Io vitamina io izay ilaina indrindra amin'ny fivoarana sy fitazomana ny fahitan'ny maso ara-dalana.

Ny fambolena voankazo toy ny manga sy litisia dia efa mahazatra ny tantsaha mpamokatra. Maro ihany koa izy ireo no mamboly mananasy, voasary ary mioty goavy. Ireo voankazo ireo anefa dia fotoana fohy aorain'ny fiotazana ihany no ahafahana misitraka azy. Koa satria tsy afaka tehirizina ela ny voankazo tsy voaodina, ary tsy manana fahefa-mividy voankazo eny an-tsenana ny mpamboly, dia maro ireo tokantrano no tsy afaka mihinana voankazo mandritran'ny fotoana maharitra ao anatin'ny taona iray.

## Haika

Tsy voatrandraka araky ny tokony ho izy ny toe-tany sy ny toetr'andro tsara ananan'ny faritra Atsimo Atsinanana. Ny mpamboly dia afaka mampitombo ny vokatra voankazo, manatsara ny kalitaon'izany ary mampitombo ny karazam-boankazo voleny. Io tsy fahampiana io dia noho ny antony maro izay mifandray amin'ny fahazaran'ny olona eo amin'ny fisakafoanana, eo amin'ny fisian'ny tsena, eo amin'ny fomba sy ny kolontsaina ary eo amin'ny traikefa ara-pambolena ananan'ny tantsaha.

- Ny mponina eny an-toearana dia tsy liana loatra amin'ny fihinanana voankazo. Maro ireo olona no mihevitra fa ny voankazo dia natao ho tsakitsaky ho an'ny ankizy fa tsy singa na fototra manandanja eo amin'ny fisakafoanana ara-pahasalamana.
- Tsy ampy ny fampahafantarana ny vokatra azo avy amin'ny fihinanana voankazo ho an'ny fahasalamana. Maro ireo olona mahalala ny tokony hihinanana sakafo "maro loko" saingy ny legioma no tena voakasik'izany fa tsy ny voankazo.
- Kely ny irika ahazoan'ny olona vola avy amin'ny famarotana voankazo. Aorian'ny fiotazana dia maro ny mpamokatra no mifaninana amin'ny famarotana karazam-boankazo mitovy eo amin'ny tsena ka mampidina ny vidin'izany voankazo izany.
- Eo anivon'ny ankamaroan'ny tokantrano mpamboly dia ny lehilahy no tompon'ny tany. Araky ny fomba sy ny kolontsaina ihany koa dia asan-dehilahy ny fambolena ny hazo fihinam-boa, raha toa ka ny vehivavy dia tompon'andraikitra amin'ny fisakafoanan'ny fianakaviana.
- Ny hazo fihinam-boa efa misy, anisan'ny maro an'isa amin'izany ny manga sy ny litisia, dia tsy voakarakara. Ambany nohon'ny tokony ho izy ny vokatra azo satria ny mpamboly dia tsy marisika ampiasa vola amin'ny fandratsanana ny hazo, fampiasana zezika ary ny fanavaozana ny hazo.

## Fanararaotra

Ny fanatratrarana tanteraka ny fihinanana sakafo miovaova any amin'ny faritra Atsimo Atsinanana dia mila fanovana ny kolontsaina ny amin'ny fiheverana ny voankazo. Zava-dehibe izany kanefa mila fotoana maharitra ny fanatanterahana azy. Eo amin'ny fohy ezaka, dia misy paikady telo ahafahana mampiditra ny voankazo eo amin'ny sakafon'ny mponina eny ifotony :





**1. Fambolena voankazo fohy tsingerina eo an-tokontany.** Ny vehivavy dia mandany fotoana misimisy kokoa amin'ny asa aman-draharaha eo anivon'ny tokantrano toy ny fikarakarana sakafo sy ny fikarakarana ny akoho amam-borona. Maro ireo vehivavy no naneho ny hetahetany amin'ny fahafahana misi-traka ny fananana voankazo. Ny voankazo tsy hazo ary manana tsigerim-piainana fohy, toy ny papay, ny mananasy dia afaka ambolen'ny lehilahy sy ny vehivavy eo akaikin'ny toeram-pone-nan'izy ireo. Ireo karazam-boankazo ireo dia tsy mila fampiasam-bola goavana, ahazoana vokatry malaky, voaaro amin'ny halatra, ary tsy mifaninana amin'ny fambolena hafa.

**2. Fanatsarana ny fanamainana litisia.** Maro ireo tokantrano manana litisia no mitahiry izany amin'ny alalan'ny fanamainana amin'ny rivotra. Matetika anefa dia tena kely no vitan'izy ireo ary natokana ho fanomezana alefa ho an'ny namana na fianakaviana fisian'ny. Ny fanamainana litisia betsaka dia atahorana noho ny fisain'ny orana izay mety anelingelina ny fanahazana. Noho izany dia bestaka ny vokatry litisia no tsy ampiasaina, ary sarotra ho an'ny olona ny fampiasana ny litisia maina ho an'ny sakafo ao an-trano. Ny fitaovana fanamainana amin'ny herin'ny masoandro dia afaka apetraka eo anivon'ny tanana iray mba ahafahan'ny mpamboly manamaina sy mitahiry litisia maro ary maharitra hatramin'ny erintaona.

**3. Fanamainana manga.** Aorian'ny fiotazana dia betsaka ny manga masaka no very satria tsy afaka ohanina daholo izay izany azo. Ny fanamainana manga mba ahafahana mitahiry zany maharitra kokoa dia tena vitsy mpahalala any Atsimo Astinanana. Kanefa dia mora ny fanatanterahana izany ary efa be mpanao tokoa any amin'ny faritra hafa. Ny manga maina dia afaka tehirizina mandritran'ny volana maromaro ary tsy very ny tsirony ka afaka mitondra afaka mitondra vitamina mandritran'ny fotoan'ny maitso ahitra.

## TOLO-KEVITRA

- Ny mpamboly dia mila fahaizana manokana amin'ny fambolena papay, mananasy. Ny fisafidiana ny vehivavy hanaraka **fampiofanana teknika** dia hampitombo izany fahaizana manokana izany. Eo ihany koa ny famatsiana fitaovam-pmabolena mifanaraka amin'ny zava-misy eny an-toerana.
- Ny mpamboly dia tokony hisitraka fampiofanana teknika mba ahafahan'izy ireo manatsara ny kalitaon'ny manga sy litisia ary mampitombo ny vokatry azo. Ankoatr'izany, **ny fanaparihana karazam-boankazo maro** ho an'ny hazo fihinam-boa (toy ny karazana manga) dia hampitombo ny fisian'ny karazam-boankazo eo amin'ny tsena. Izany dia ampihena ihany koa ny fifaninanana eo amin'ny samy mpamokatra izay mampidina ny vidin'ny voankazo eny an-tsena.
- Ny fametrahana **fitaovana fanamainana mandeha amin'ny herin'ny masoandro iombonana**, miaraka amin'ny fikambanam-behivavy ohatra, dia mitarika ny fisian'ny litisia sy manga maina afaka atao sakafo ao an-tokantrano. Ireo fikambanana ireo dia mila fitsipika mazava mikasika ny fampiasana sy fikoja-kojana io fitaovana fanamainana amin'ny herin'ny masoandro iombonana io.
- Ny fanamainana manga dia tsotra kanefa mila **fanehoana sy fampianarana teknika** ny mpamboly mba ianaran'izy ireo ny fizotrin'izany.
- Ny lehilahy sy vehivavy dia tokony entanina amin'ny vokatry ateraky ny fihinanana voankazo matetika ho an'ny fahasalaman'ny fianakaviana manontolo. Ny fampiasana ny litisia sy manga maina eo amin'ny sakafo ao an-tokantrano dia afaka amporisihana amin'ny alalan'ny **famorona fomba fandrahoana mety amin'ny rehetra** izay iarahana mikaroka amin'ny mponina eny ifotony.

### Tetikasa Accord-M :

Fikarohana miara-dia amin'ny fampandrosoana ara-tsakafo eto Madagasikara

### Mpanoratra :

Sarah Tojo MANDAHARISOA, Alexandra KONZACK, Denis RANDRIAMAMPIONONA, Irmgard JORDAN, Stefan SIEBER, Jonathan STEINKE

**Fifandraisana :** denisr07@gmail.com

Ity fikarohana ity dia notohanany Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ)



Notohanany

**giz** Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH