



**Bijlage VSBO TKL**

**2026**

tijdvak 1  
maandag 04 mei  
07.30 – 10.00 uur

**Papiamentu**

Tekstboekje

## Teksto 1 Noelle Cicilia, vigilante étiko den inteligensia artifisial



1 Durante AI Awards a nombra Noelle Cicilia, yu di un tata boneriano i un mama hulandes, komo 'AI Person of the Year'. E evento di rekonosimentu akí a tuma lugá den luna di febrüari 2025. AI Awards ta un evento anual ku ta tira lus riba persona ku ta marka impakto den mundu di Inteligencia Artifisial. E premio a sorprendé e mes. Cicilia su promé reakshon tabata masha humilde: "Di kon mi meresé esaki?" Kasi el a sinti su mes inkómodo.

2 Durante su estudio di 'Master of Data Science & Entrepreneurship', Cicilia a siña ku Inteligencia Artifisial no ta perfekto. "E plataforma digital akí ta masha útil. Sinembargo, no mester konfia esaki siegamente, pasobra e por produsí informashon inkorekto òf inventá. Nos ta yama esei halusinashon. Bo mester keda krítiko semper. Bo mester komprendé su limitashon i posibel riesgo," el a atvertí.

3 Kuater aña pasá, Cicilia huntu ku tres ko-fundadó a funda Brush AI; un kompania ku ta desaroyá solushon responsabel di Inteligencia Artifisial. Awor ku Inteligencia Artifisial ta aksesibel pa tur hende via instrumento manera ChatGPT, su mishon ta bira mas relevante ku nunca: siña hende i empresa atendé ku Inteligencia Artifisial na un manera responsabel. E kompania ta yuda kliente transformá nan idea pa hasi algu ku Inteligencia Artifisial na un manera konkreto i étiko. "Semper nos ta wak e konteksto completo: Kiko ta impakto di teknologia? Kon hende lo usa esaki?" Cicilia ta bisa. E kompania ta pone hende komo sentro di tur desishon tékniko.

4 Un reto étiko importante den Inteligencia Artifisial ta diskriminashon. Debí na su desendensia miksto, Cicilia ta konsiente di e nesesidat pa mantené un mira diversifiká den desaroyo di teknologia. "Hopi hende ta kere ku Inteligencia Artifisial ta ophetivo, pero e sistema akí ta reflehá mundu manera e ta, pues tambe prehuisio i diskriminashon presente den nos sosiedat," el a komentá. Su eksperensia personal na Hulanda a reforsá su determinashon pa kambia e situashon.

- .....
- 5           Cicilia ta promové Inteligencia Artifisial, pero di un forma responsabel. Esaki ta enserá ku étika ta para sentral. Aki por pensa riba tema manera honestidat, privasidat i transparensia. “Eseinan ta parse konseptonan apstrakto i vago, miéntras ku téknika ta hustamente rígido. E reto p’ami, i loke mi ta haña masha interesante, ta pa traha un brùg entre e dos mundunan ei,” Cicilia ta konta entusiasamá. Su meta ta pa siña hende i kompania pa keda skèrpi i krítiko den uso di Inteligencia Artifisial. Cicilia ta sigui bisa ku “Inteligencia Artifisial ta un aplikashon, no e destinashon. Bo mester keda semper den kontrol, evaluá e resultado, i puntra bo mes: esaki ta kuadra?”

### **Inspirashon i modelo ehemplar**

- 6           Cicilia ta un ehèmpel pa hende ku ta deseá karera den sektor di Inteligencia Artifisial i tambe persona ku ke bira empresario. E ta enfatisá importansia di ta un modelo ehemplar pa un i tur. “Si bo ta anhelá algu, bo mester kere den bo mes i buska kontakto ku empresario. Semper bo por manda un mensahe kòrtiku pa e persona i puntra si boso por sinta kòmbersá. Hopi biaha hende gusta konta di nan mes. Nan eksperensia por inspirá bo enormemente.” Cicilia ta spera ku, finalmente, Inteligencia Artifisial responsabel lo bira e standart den mundu. Su esfuerso i liderato ta inspirá hopi hende i kompania. Di e forma ei e ta demostrá ku Inteligencia Artifisial por keda un instrumento poderoso si nos guia esaki ku étika i konsiensia.

---

*Saká i adaptá for di <https://retkaribense.ntr.nl>*

## Teksto 2 Rekuperashon di koral na Kòrsou

---

1 Max van Aalst (29) a muda pa Kòrsou na edat di dies aña. En realidat, e ker a bai Hulanda bèk mas pronto posibel. “Mi tabata sinti falta di mi amigunan i mi famia. Mi no tabata sinti mi na kas ningun kaminda.” Pero esei a kambia asina ku el a sera konosí ku mundu bou di awa. “Mi a siña buseo i, for di e momento ei, mi tabata sa ku mi no ke bai for di aki nunca mas.”

2 Aktualmente, Max van Aalst ta na timon di un proyekto ambisioso na Kòrsou, pa salba un tipo di koral ku ta den peliger di ekstinsyon. E koral akí ta parse serebro di hende. El a lansa un proyekto piloto ku su fundashon yamá Branch Coral Foundation (BCF) pa duna bida no solamente na e koral, pero tambe henter e ekosistema di ref.

### **Un mishon nasé for di eksperensia**

3 Van Aalst a haña amor pa laman na kas. Ambos mayor tabata instruktur di buseo. Despues di skol sekundario na Kòrsou, el a bai Hulanda pa studia biologia. Despues el a sigui ku un estudio di maestria na Wageningen. “Pero semper mi tabata sa ku mi ker a bolbe. Despues di a studia bida bou di laman na e isla pa dies aña largu, esaki a mustra mi kuantu e ref a bai atras. Mi ker a hasi algu.”

4 Van Aalst a pasa hopi tempu na Kòrsou i Boneiru en konekshon ku stazje i trabou investigativo. Tòg e no tabata sinti su mes un sientífiko klásiko. “Mi no ker a sinta skirbi riba papel henter dia. Mi ke kompartí mi konosementu i eksperensia na tur skol. Tambe mi ke kompartí informashon na skol di buseo, turista i komunidat. Pa ami edukashon ta mes importante ku investigashon.”

### **Rekuperashon di koral: un kareda kontra tempu**

5 E proyekto di Van Aalst ta dirigí riba krio di koral ku parse serebro di hende. Un sorto di koral ku ántes bo tabata haña hopi rondó di ref na Porto Marie, pero aworakí kasi tur a disparsé. E motibu di esaki ta un malesa agresivo yamá Stony Coral Tissue Loss Disease (SCTLD). “E malesa ei ta mortal i ta plama masha lihé. Den dos siman henter un kolonia por muri.”

6 E koralnan ku a sobra te ainda, lo por ta mas resistente. P’esei Van Aalst ta selektá fragmento di koral sobreviviente via e método di mikrofragmentashon. E método akí ta kòrta e koralnan na pida chikitu i ta kria nan den un kriadero bou di awa. “E pidanan chikitu ei por krese kuarenta biaha mas lihé ku normal. Ora nan ta grandi ta planta nan bèk riba ref.”

- 7           Gobièrnu di Kòrsou ta otorgá pèrmit pa por kolektá e koral. “A dura basta luna pa regla tur kos. Sinembargo, ta krusial pa e tipo di proyektonan akí tuma lugá na un manera kontrolá i responsabel” Van Aalst ta konta.

### **Edukashon i kolaborashon**

- 8           BCF ta traha a base di tres pilá: krio di koral, edukashon i kolaborashon. “Nos ta traha ku boluntario, duna informashon i purba envolví persona ku ta traha den maneho i otro organisashon. Pasobra si nos keda pone koral bèk, sin atendé ku e kousanan, ta trabou di pia di palu.”

- 9           Kiko ta e problemanan lokal di mas grandi? “Awa kontaminá, konstrukshon na kosta i desaparishon di palu di mangel. Awa kontaminá ta trese malesa, ta kondusí na kresementu di alga i ta kibra e balansa delikado ku tin den ref. Nos ta boga pa mihó maneho di awa residual i maneho pa kosta duradero.”

### **Speransa**

- 10          Djabièrnè, 17 di mei pa 9’or di mainta lo kuminsá ku e plantashon di koral mas grandi te na e momento akí na Caracasbaai. E tim di restourashon di koral a organisá un evento spesial huntu ku Curaçao Clean Up i Curious 2 Dive, komo parti di e inisiativa boluntario di CuraDoet. Huntu nan lo planta un par di shen fragmento di koral ku a kultivá ku hopi atenshon. Esaki ta tuma lugá despues di e simannan di trabou di limpieza. A uni tur esfuerso pa logra e meta.

- 11          Apesar ku e proyekto a kaba di kuminsá, e promé resultadonan tabata alentador. “E koralnan ku nos a pone bèk siman pasá, tur ta bibu ainda i nan ta duru pegá. Esei ta un viktoria chikitu, pero importante. Awor mi sa ku e ta funshoná. E koralnan ku nos a kria tres aña pasá, ta kasi dos meter kuadrá grandi aktualmente. Esei ta duna speransa.”

- 12          Van Aalst ta enfatisá ku tur hende por kontribuí. “Disfrutá di e ref, saka su portrèt i laga mira kon bunita e ta. Tambe por bira boluntario, hasi donashon, òf usando awa i loke ta tira afó konsientemente. Rekuperashon ta posibel basta nos traha huntu.”

---

*Saká i adaptá for di Korant Extra i <https://retkaribense.ntr.nl>*

### Teksto 3 Nivel di gastu di kuido ta superá otro pais den region



1 *E montante ku Kòrsou ta gasta na kuido ta relativamente altu. Na 2023, e montante akí tabata aproksimadamente 14,7 porshento, mas ku, por ehèmpel, Aruba (8,7%) i Sint Maarten (6,5%). Esaki ta pone ku por gasta ménos riba otro tereno di maneho i ta kondusí na mas preshon di impuesto i prima.*

2 Konforme Central Bureau of Statistics Curaçao (CBSC) su investigashon, enbehesimentu di poblashon ta pone ku preshon riba e sistema di kuido ta sigui oumentá. Ta antisipá ku un solushon pa e

problemátika serka Curaçao Medical Center (CMC) tambe lo kondusí na gastu adishonal pa pais. ...19..., Kòrsou lo mester hasi sierto eskoho tumando medida awor pa oumentá efisiensia den kuido, pa por redusí e doló den futuro.

3 Segun International Monetary Fund (IMF), Kòrsou ta gasta binti biaha mas tantu pa persona pa kada servisio di laboratorio kompará ku e otro paisnan den Karibe. Anualmente, na Kòrsou ta skirbi un promedio di 20 resèpt pa persona, kompará ku 14 na Aruba i 12 na Hulanda. Ademas, frekuentemente, ta usa remedi di marka ku ta kostoso. Na Kòrsou, hopi hende ta hasi uso di kuido di emergensia, kual ta kosta hopi plaka, miéntas por a akudí na dòkter di kas promé pa risibí kuido.

#### **Medida**

4 Kòrsou por tuma medida pa redusí gastu di kuido. A hasi bastante análisis, awor ta importante pa implementá. E último añanan no a implementá sufisiente reforma efektivo.

5 Na momento ku fortalésé kuido primario lo por aliviá preshon riba spesialisista i tur hòspital. Regla mas estrikto pa referensia i enfoke dirigí riba barío ta importante den e kaso akí. CMC ta indiká ku por aliviá e preshon riba kuido di emergensia i evitá ku pashènt ku keho simpel ta risibí kuido innesesariamente kostoso. Di e forma akí ta fortalésé e funshon di

ofisina di dòkter di kas mihó konosí komo Huisartsenpost (HAP). Den e kaso akí, kolaborashon den kadena ta krusial.

- 6           Segun IMF, por redusí gastu di remedi. Por hasi esaki remplasando remedi di marka ku ta karu pa opshon genérico ku ta mas barata den mayoria di kaso. Pais a bin ta purba hasi esaki for di 2019 kaba, pero te awor no a logra. Un otro manera pa kontribuí na redukshon di gastu ta revishon di pakete básico.
- 7           Prevenshon ta mihó ku kura. Dunando mas kuido preventivo i promoviendo un estilo di bida saludabel, por redusí gastu di kuido. Konsiderando e enbehesimentu di poblashon inevitabel, ta importante pa hende bira bieu den bon estado di salú.
- 8           Aktualmente, apénas tin insentivo finansiero den e sistema di kuido. Esaki ta pone ku kuido ta aksesibel, pero na mes momento tampoko tin frena riba konsumo di kuido. Di akuerdo ku IMF, un oumento di kontribushon propio pa esnan ku por paga esaki, por kontribuí na moderashon di konsumo di kuido.

---

*Saká i adaptá for di korant Vigilante*

## Teksto 4 E studiante ku a kome 720 webu den un luna

- 1 *Nick Norwitz, un studiante di Harvard, ku a kome 720 webu den un luna. Esaki a sirbi komo eksperimento pa verifiká si kolesteròl di dieta ta influensia nivel di kolesteròl den sanger. Pa su sorpresa, su nivel di kolesteròl LDL den sanger a baha mas o ménos ku kasi 20%. Pues, e eksperimento ku Norwitz a dokumentá den su vidio viral, ta desafiá e mito ku konsumo di webu ta subi kolesteròl.*



- 2 Ta un echo ku webu ta forma parti di alimentashon komun i ta keda konsumí pa miones di hende rònt mundu, apresia pa su sabor i su altu balor nutritishonal. Konsumo di webu tin impakto signifikativo riba nos salú? E ta e pregunta ku Nick Norwitz, un hòben studiante di Harvard i dòkter den fisiologia pa Universidat di Oxford, a disidí di investigá. Durante un luna, Norwitz a hasi un eksperimento radikal pa proba su hipótesis: kome 720 webu den 30 dia lo no subi su nivel di kolesteròl LDL, konosí komo 'kolesteròl malu'.

- .....
- 3 Den su vidio viral, Norwitz a splika detayadamente kon su eksperimento a tuma lugá: "Mi a kome un webu kada ora durante un luna kompletu." E ta tradusí esaki den un konsumo di 24 webu pa dia, total di 720 den 30 dia. E idea akí tabata simpel: verifiká si e konsumo masivo di kolesteròl lo influensia su nivel di kolesteròl den sanger.

- 4 Na fin di e luna di prueba, kontrarestando e kreensia popular, su análisis a musta ku su kolesteròl LDL no solamente no a subi, pero a baha. "Mi kolesteròl LDL a baha 2% durante e dos promé simannan, i despues a baha 18% den e dos simannan siguiente," Norwitz a komentá.



### Kon e fenomeno akí ta surgi?

- 5 Norwitz ta splika ku e relashon entre dieta i nivel di kolesteròl den kurpa ta mas kompleho ku ta parse. E hòben investigadó ta indiká ku ora nos konsumí kolesteròl, esaki ta uni ku e reseptor den sélula intestinal, ku despues ta aktivá liberashon di un hormona yamá 'cohesina'. E hormona akí ta bai na e igra. Aki e ta uni ku un reseptor



spesífiko ku ta indiká na e órganu ku no mester produsí mas kolesteròl, kreando asina un balansa den kurpa.

- 6 Sinembargo, Norwitz a deskubrí un faktor adishonal ku por a influensjá e bahada di su nivel di kolesteròl LDL. Durante su eksperimento, Norwitz a añaí 60 gram di karbohidrato nèto pa dia, derivá for di fruta manera banana, blubèri i stròbèri. E ahuste chikitu akí den su dieta ta musta di a hasi gran efekto. Segun e studiante, karbohidrato por redusí nivel di kolesteròl LDL.

### **Kibrando mito di kuminda**

- 7 Pa medio di e eksperimento ektremo akí, Norwitz a logra pone algun kreensia mundialmente konosí tokante dieta i kolesteròl den duda. Segun Norwitz, e klave ta den e balansa entre diferente makronutriente manera vèt i karbohidrato, ku huntu ta modulá nivel di kolesteròl den un manera mas kompleho ku e tabata pensa promé.
- 8 E eksperimento akí a laga bon kla atras ku, a pesar di rekomendashon tradishonal pa moderá konsumo di webu, tin mas faktor den wega ku, simplemente, kolesteròl den webu. Pa esun ku tin metabolismo normal, konsumí un kantidat grandi di webu no ta nesesariamente dañino. Kurpa humano tin kapasidat di adaptá su mes na konsumo altu di kolesteròl sin oumentá nivel di LDL.

---

*Saká i adaptá for di [www.eltiempo.com](http://www.eltiempo.com) i [www.as.com](http://www.as.com)*

## Teksto 5 Di limitashon pa profeshon

- 1 Hende ku limitashon visual na Boneiru, Kòrsou i Aruba tin oportunidat pa forma nan mes komo masahista profeshonal. Paul Vrenken ta fundadó di Triskal Advies. Den e organisashon akí, tin e departamento *Blindenmassage Nederland*. E organisashon akí ta spesialisá i ta enfoká riba mehorashon di kalidat di bida di persona ku limitashon visual. Banda di esaki, e organisashon ta stimulá nan desaroyo personal i integrashon sosial. *Blindenmassage Nederland* ta ofresé *entrenamentu na e grupo di enfoke akí*. Nan ta *konsiderá takto komo unu eksepsional*. “Si bo no por mira, bo ta siña fula na un manera ku ta bai muchu mas leu ku téknika so. Esei ta hasi hende ku limitashon visual sumamente adekuá pa e fishi di masahista,” Paul Vrenken, ku tambe ta un entrenadó, ta bisa.



- 2 E posibilidat pa hende ku limitashon visual sigui kurso òf ehersé un profeshon ku ta kuadra ku nan sirkunstansia ta sosodé masha poko riba e tres islanan. Miéntas tin hopi kos ku sí nan por. Esei ta e punto di salida di e kurso. Paul Vrenken ta konta: “Kon tiki nan por mira presisamente, no ta interesá mi asina tantu. Semper mi ta puntra mesora: kiko sí bo por?” T’asina ku hende ku limitashon visual por hasi hopi pa medio di takto, ku ta un spesialidat klave den mundu di masashi.

- 3 For di aña 2000, Vrenken a dediká su mes na masashi i yoga. El a deskubrí ku hende ku limitashon visual tin gran potensial, i a desaroyá un kurso profeshonal rekonosé na Hulanda (CRKBO; Centraal Register Kort Beroepsonderwijs). E kurso ta intensivo i, básikamente, ta trata práktika pa yuda e partisipantenan ku limitashon visual gana konfiansa i prepará nan mes pa trabou. “Nan no por bira shofùr òf sekretaria, pero sí masahista,” e ta bisa.



- 4 Den kolaborashon ku Rob van Wageningen, Vrenken, a trese e kurso pa e islanan. Kòrsou a kuminsá den 2022, Boneiru den 2024 i Aruba resientemente. Tin un kantidat di partisipante visualmente limitá ku a gradua pa masashi di stul, masashi klásiko, masashi deportivo i masashi relahante. E kursista latinoamerikano tabata haña, adishonalmente, orientashon na spañó.

- 5 Na prinsipio, Vrenken mester a kustumbrá ku e grupo, i den korto tempu el a siña adaptá su método. E kurso ta pidi hopi memorisashon, pasobra nan no por lesa fásil. Den práktika, nan ta siña sinti e grepnan i konosé anatomia. Anatomia ta siensia ku ta studia kon kurpa di ser bibu ta formá i organisá. Masashi ta un profeshon ku ta dependé di eksperensia. E diploma ta un kuminsamentu, no un final. Hopi di e partisipantenan ta haña oportunidat pa traha pa asina hiba nan konosementu den práktika. Resientemente, tin un partisipante ku a bai traha den un salon di masashi despues ku su bista a bai atras.



- 6 Na Aruba e kurso a tuma lugá ku FAVI; un instituto ku ta brinda guia na persona ku limitashon di bista i ta kontribuí na nan kalidat di bida i desaroyo personal. Dos masahista lokal, esta, Rossiel Colmenares i Jenny Ras, a asistí boluntariamente. Durante e èksamen tabatin masahista i fisioterapista ku a evaluá nan. Awor e graduadonan por ofresé servisio na kompania, resòrt òf kuminsá nan mes studio.
- 7 E kurso tabata kombiná ku diferente momento pa relahá manera yoga na playa, deporte i kontakto ku naturalesa. E entrega di diploma tabata un selebrashon grandi, ku emoshon i orguyo di tur partisipante. Liza, un di nan, ta bisa: “Mi a siña un fishi ku ta duna mi forsa i pa medio di dje mi por yuda otro persona.”
- 8 Vrenken ta kontentu ku e resultadonan i a plania pa bolbe Aruba e siguiente aña. FAVI i Blindenmassage Nederland ke sigui ku kurso nobo di bienestar i masashi, sperando ku asina por kontinuá ku e trayekto noble di forma masahista na Kòrsou, Boneiru i Aruba.

---

*Saká i adaptá for di <https://retkaribense.ntr.nl>*