



December 2020



**Extra big edition**  
**Filled with**  
**Information &**  
**Comics**

Business must touch life in a way that is uplifting. We live in an abundant universe. And there are infinite constructive possibilities for achieving results!

Made in Curaçao showed results of local production during her Sustainable Trade Expo. The virtual event consisted of videos which shared through Made in Curaçao's website, social media, Youtube and whatsapp. Our producers presented what they are creating and offering. In their own words, they explained who they are and what they are offering. On our first page: Product of Roses Creation.



## CONTENT

Page	Topic	Lang
1	Cover: Rosario	
2	Content	E
3	Nos ta gradisí	P
4-5	Habitants' View	E
6	Advertisement: massage cups	P
7	Scholarship	P
8	STE: LIVE event	P
9	STE: Charzain / Cur Creation / Couture	E
10	STE: Roses Creation / Kunukito/ QHHT	E
11	STE: Gwen / Cur in Business / Mi Jardin	E
12	STE: Bas tax services / Highly Favpred	E
13	Buy local	E
14-15	Parke Lucha pa Libertat	N
16-17	Un planeta Tierra	S
18-19	Planet Earth	E
20	Fiesta di lus	P
21-24	Curaçao Schoon	N
25-30	Overall Plastic - Plastic Everywhere	N,E
31-37	4KIDZ: Avonturen van Lita	N
38-40	Wat is 3D printen? - What is 3D printing?	N,E
41-47	4KIDZ: Lita's Adventures	E
48-52	Syntropic Gardening Basics, Lesson 2	E
53	Gardening Tip: Re-planting Banana Plants	E
54	Be a Recycling Hero and Win!	E
55	Quote: apoya tienda de barrio	S
56	Made in Curaçao videos page	P

S Spanish / Espanol

E English

N Nederlands / Dutch

P Papiamentu

Find more local information:

- <http://www.iammadein.com>

- <http://www.iammadein.com/global/magazines>

- <https://www.facebook.com/MadeinCuracao>

**Contact:**

[info@iammadein.com](mailto:info@iammadein.com)

What's app # +5999 6637989

Pa di 5 aña konsekutivo Made in Curaçao a forma parti Global Entrepreneurship Week ku nos Sustainable Trade Expo / Eksposishon di Komersio Duradero. Ku un eksposishon virtual ku video i un evento transmití LIVE via nos website i facebook nos por a demostrá kiko tur ta wòrdu produsí riba nos dushi isla.

Esaki tabata posibel danki na nos sponsornan:

The logo for 'ennia' is written in a bold, green, lowercase sans-serif font.

*Feel secure!*



Curacao Business Council for  
Sustainable Development

Danki - bedankt - thank you - gracias

Y un danki na tur ku a yuda nos pasa 50.000 views.

## Habitants' View

<https://iammadein.com/curacao/1477/habitants-view>



Habitants' View shows Curaçao through the eyes of our inhabitants. Experience how it feels to live on our island, what is important to our people, how leisure time is spent. Who are our heroes. Residents will show you the best of their neighborhood. You may even receive recipes of our local food and drinks.



Ced Ride - singer, song writer



Kenley Jansen - MBA champion



Your personal guides have adapted to the new regulations.

You can go on a vacation experience without leaving your home.

Thus, you will have no transit or waiting time, luggage to prepare or airport fees have to pay..

And maybe better than all the above, you can sleep in your own bed.

Contact Habitants' View through their link:

<https://iammadein.com/curacao/1477/habitants-view>

Their friendly team is at your service.



ADVERTISEMENT

**MASSAGE CUPS SPECIAL****2 massage cups for fls 20.-****Benefit of cupping:**

The benefits of cupping include:

- local pain relief and muscle relaxation.
- Cupping improves overall health by removing the energy blockages.
- For athletes, cupping may help increase blood flow to a particular muscle region or help reduce pain.
- It relaxes the body.
- Cupping lowers stress.
- The use of massage cups reduces cellulites.

**How to use the cups:**

Apply massage oil to the area you are going to cup. Secure cup to the skin by squeezing or pressing on the cup to create the negative pressure required to create a seal. Once the right pressure is obtained, slide the cup back and forth, push and pull it or leave it in place for up to three minutes to provide deep stimulation to the underlying tissue

You can also keep it on one place to release/ relax an area under stress.



Order yours now at: +5999 6637989




# 6 Scholarship pa bai studia afó, pagá dor di un DIASPORA di Kòrsou.



BO TIN ENTRE 21 I 28 AÑA DI EDAT?  
 BO TA BON DEN ARTE/MAN DI OBRA?  
 BO WOWONAN TA 20/20?  
 BO NO MESTER DI BREL DI BISTA?



STICHTING GOEDE DOELEN CURAÇAO HUNTU KU UN DIASPORA DI KÒRSOU TA BAI SELEKTÁ 6 HOBEN ENTRE 21 I 28 AÑA. KU LO RISIBI UN FULL SCHOLARSHIP PA BAI STUDIA AFÓ!

KEDA PENDIENTE PA MAS INFORMASHON.



# SUSTAINABLE TRADE EXPO

## Eksposishon di Komersio Duradero



Made in Curaçao su Sustainable Trade Expo 2020 LIVE lo keda online pa 'semper'.

Klik i disfrutá di dje:

<https://iammadein.com/content/13752/made-cura%C3%A7ao-live-29-november-2020>

Forward / rewind i tuma kontakto ku nos komersiantenan.



# SUSTAINABLE TRADE EXPO

## Eksposishon di Komersio Duradero

Company, directory, showcase, webshop, video

Contact them any time:



### Charzain Jewellery

Are you in The Netherlands? Charzain has **delivery within 48 hours.**

Info: [https://iammadein.com/global/directory?title=charzain&field\\_taxonomy\\_terms\\_tid=All](https://iammadein.com/global/directory?title=charzain&field_taxonomy_terms_tid=All)

Webshop: <https://iammadein.com/curacao/1225/charzain-jewellery>



### Curacao Creations

Info: <https://iammadein.com/global/directory/1407/authentic-curacao-creations>

Webshop: <https://iammadein.com/curacao/1475/authentic-curacao-creations>

Video: <https://iammadein.com/content/13728/curacao-creations-sustainable-trade-expo>

### Precious Haute Couture Fashion & Design

Info: <https://iammadein.com/global/directory/13759/precious-haute-couture-fashion-design>

Showcase: <https://iammadein.com/global/directory/13759/precious-haute-couture-fashion-design>

Video: <https://iammadein.com/content/13761/precious-haute-couture-fashion-design>

## Company, directory, showcase, webshop, video

Contact them any time:



### Rose's Creation

Info: <https://iammadein.com/global/directory/13740/roses-creation>

Showcase: <https://iammadein.com/curacao/13741/roses-creation>

Video: <https://iammadein.com/content/13774/rose-creation>



### Ama di Kas

Info: <https://iammadein.com/curacao/13739/ama-di-kas>

Showcase: <https://iammadein.com/curacao/13739/ama-di-kas>



### QHHT Curaçao

Info: <https://iammadein.com/global/directory/13734/qhht-cura%C3%A7ao>

### Kunukito

Pa un bida duradero check projecto i tip di Kunukito

Video: <https://iammadein.com/content/13785/kunukito>

## Company, directory, showcase, webshop, video

Contact them any time:



### Rose's Creation

Info: <https://iammadein.com/global/directory/13725/gwen-inspires>

Showcase: <https://iammadein.com/curacao/13726/gwen-inspires>

Video: <https://iammadein.com/content/13733/gwen-inspires-sustainable-trade-expo-2020>



**Writer: Rudolf Riedel**

### Writer: Rudolf Riedel

Webshop: <https://iammadein.com/curacao/13739/ama-di-kas>

### Curaçao in Business

Info: <https://iammadein.com/global/directory/13735/cura%C3%A7ao-business>

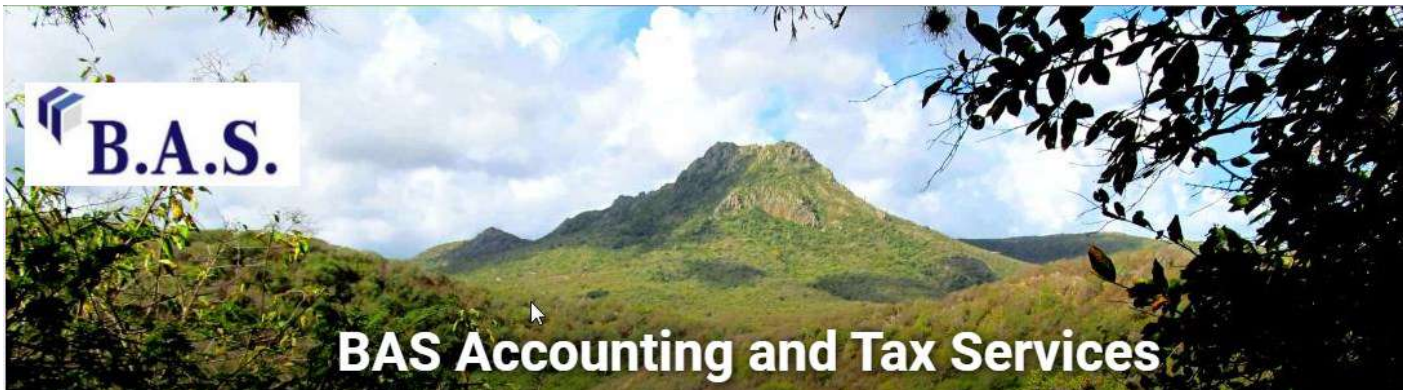
### Mi Jardin

Video: <https://iammadein.com/content/13796/mi-jardin>

Directory; <https://iammadein.com/global/directory/13794/mi-jardin>

Company, directory, showcase, webshop, video

Contact them any time:



### BAS Accounting and Tax Services

Info: <https://iammadein.com/global/directory/13730/bas-tax-services>

Showcase: <https://iammadein.com/curacao/13731/bas-accounting-and-tax-services>

Video: <https://iammadein.com/content/13732/bas-tax-services-sustainable-trade-expo-cura%C3%A7ao-2020>



### Highly Favored

Info: <https://iammadein.com/global/directory/13742/highly-favored>

Video: <https://iammadein.com/content/13786/highly-favored>





**THINK**

**GLOBAL**

**BUY**

**LOCAL**

# Parke Lucha pa Libertat



In 2019 heeft het Ministerie van Economische Ontwikkeling het initiatief genomen tot de oprichting van de "Werkgroep Ontwikkeling Zakito +" met als opdracht de realisering van zogenaamde "quick wins" in het onderhavig gebied.

Dit betreft concreet het gebied omvattende Parke Lucha pa Libertat, het gebied met de vissershuisjes achter het voormalige KAE en het Koredorgebied.

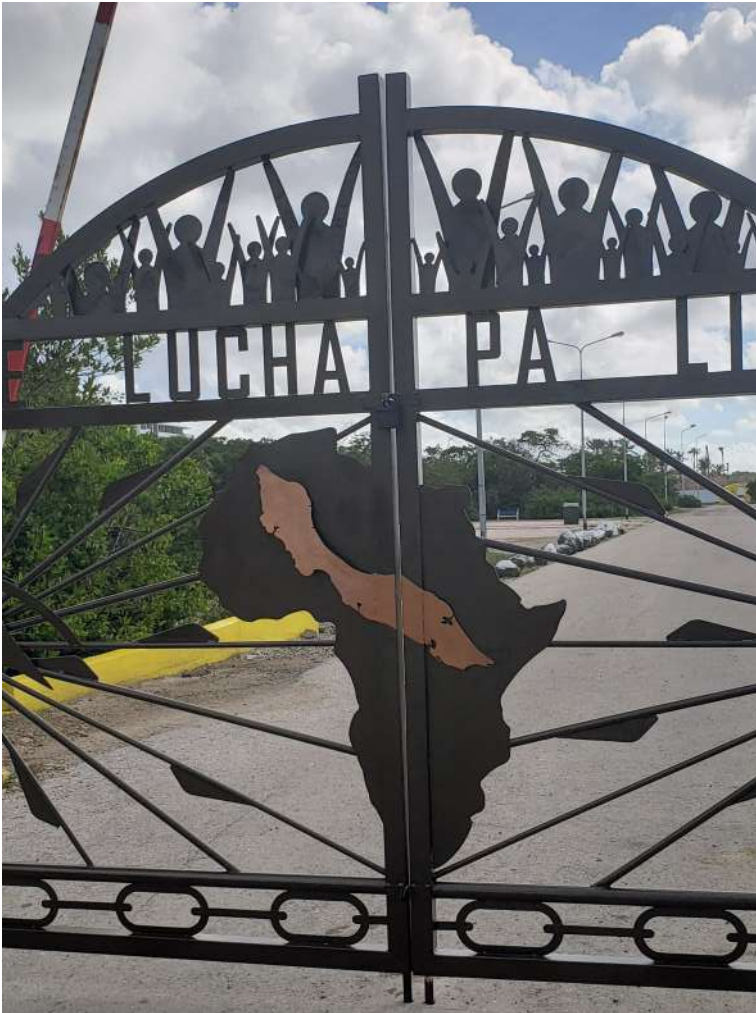
Het doel is de verdere ontwikkeling hiervan tot een multifunctioneel gebied met veel aandacht voor het behoud en de versterking van de aanwezige natuurwaarden, de historische waarden en de recreatieve functies.

In dit kader heeft het CTB na intensief overleg met het bestuur van Fundashon Parke Nashonal, de erfpachthouder van het park, de opdracht gegeven tot onder meer het gedeeltelijk opknappen van Parke Lucha pa Libertat.

De werkzaamheden daartoe zijn begin september 2020 opgestart en omvatten de aanleg van looppaden, het vervangen van kapotte van kapotte banken, het opknappen van het podium, het uitvoeren van schilderwerken, de plaatsing van 2 vlaggenmasten, het opknappen en zonodig voltooiën van aanwezige kunstwerken en het realiseren van een entreepoort.

Deze entreepoort werd op 7 december 2020 geplaatst.





Voor de realisatie hiervan heeft de Fundashon Parke Nashonal de lokale kunstenaar Giovanni Abath benaderd.

Giovanni Abath is bekend vanwege onder meer de productie van het kunstwerk voor de plaatsing van de vlaggen van deelnemende landen aan de Carifta- games enige jaren geleden, de kroon rondom de vlag op het Plaza Brion en de " Wiri" in Banda Bou. De heer Abath heeft naar aanleiding van de aanvraag een ontwerp en begroting voorgesteld dat door alle betrokkenen is goedgekeurd.

Vervolgens is de entreepoort gemaakt en geplaatst. **Het is echter meer dan een poort.** Het is een kunstwerk met daarin verwezen de nodige symboliek. Op het kunstwerk zien we schakels die op enig moment ophouden. Dit symboliseert het einde van de slavernij. We zien het continent Afrika met daarbovenop Curaçao. Dit symboliseert de band van een groot deel van de bevolking van Curaçao met Afrika vanwege de afkomst van hun voorouders. Op de afbeelding van Curaçao vinden we de route die bij de opstand in 1795 is afgelegd evenals enkele uitspraken van de leiders in deze. De volgens vertegenwoordigen de vlucht naar de vrijheid. De juichende massa aan de bovenkant van de poort geeft blijk van een bevolking die hoewel gebutst door de geschiedenis en de overlevingsstrijd van elke dag, haar vrijheid koestert en viert.



# Un planeta Tierra, nuestra Casa

*Somos 7.625 millones de personas habitando la superficie total de la tierra de aproximadamente 510,1 millones km<sup>2</sup>. Todos ubicados en un mismo lugar que parece inmenso, sin embargo, cada organismo vivo depende de nuestro "buen" actuar diario, constante y sostenible, sea cualquiera del rol que tengamos en la sociedad.*

*Bacterias, plagas y virus nos rodean en todo el entorno, unos benéficos otros malignos. Todos integramos un Sistema para vivir o sobrevivir, de la Conciencia personal y de la Ciencia majestuosa dependemos para continuar nuestra existencia.*

*Mares, océanos, montañas, ríos, laderas, páramos, mesetas, lagos, desiertos, colinas y playas; ciudades, pueblos, veredas; países, islas, continentes; todos somos ese Sistema, todos debemos ser protegidos y proteger la naturaleza, el aire que nos provee la atmosfera y la vida, vitales recursos todos.*

*Permanente labor y responsabilidad en conjunto, por un único objetivo a promover y mantener la seguridad ambiental, alimentaria y sanitaria global: Manejo de residuos, basuras, excrementos y desperdicios;*



*Control y evacuación de gases industriales; Manipulación adecuada de químicos;*



*Prohibición de tala de árboles y destrucción de hábitat de animales y microorganismos, originación de incendios forestales; minería ilegal; caza desmedida de especies en vía de extinción y sus tesoros (colmillos, pieles, crías), pesca masiva ilegal en mares lejanos no vigilados incluyendo la zona antártica y ártica, así como posible venta de agua y hielo por grandes potencias no autorizadas ni propietarias (Rusia y China). Estos territorios no tienen un dueño único ni bandera, pertenecen al planeta.*

*Bacterias y toxinas en aguas contaminadas peligro para seres vivos. Muerte de +300 elefantes en Botsuana (África) septiembre 2020*



Langostas gigantes exterminan cultivos completos en poco tiempo. Invasión en Argentina, Pakistán y Kenia (enero, julio, septiembre 2020. Una de las consecuencias de la mutación genética por drástico cambio climático.

Apoyemos a las entidades, organismos o instituciones y empresas privadas que en su loable oficio y compromiso humano harán de este mundo un lugar más seguro para todos.

Gladys Alsleben, I Am Made in Colombia

# Planet Earth, our Home

*Planet earth: a world of 7.625 million people inhabiting a total surface area of about 510.1 million km<sup>2</sup>. All of us living together in this one place, that might seem immense at first glance. However, each living organism depends on us to act in “proper” sustainable ways on a daily, constant basis. No matter what role we may fill in society.*

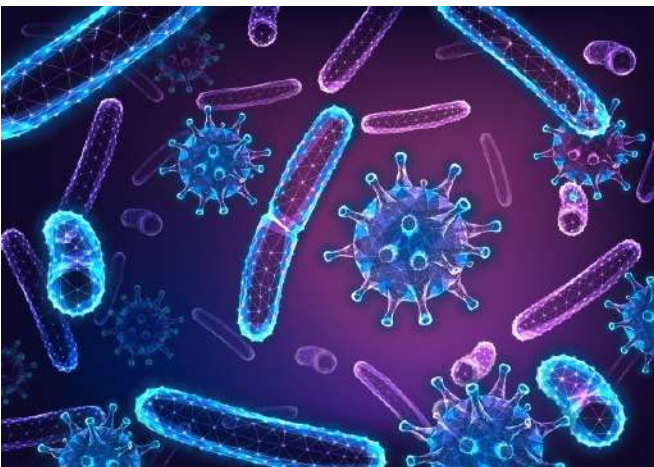
*Surrounding us in this environment are bacteria, viruses, and many other microbes, some beneficial, others harmful. Together, we create a coherent and integrated living System, dependent both on the laws of Science and our individual Consciousness to survive and assure our continued existence.*

*Seas, oceans, mountains, rivers, slopes, moors, plateaus, lakes, deserts, hills and beaches; cities, towns, sidewalks; countries, islands, continents; This System comprises all of us. We must all be protected and protect nature, protect the air that provides us with the atmosphere and life, all of them vital resources.*

*Continuous joint responsibility for and cooperative work towards a single objective is needed to promote and maintain global, environmental food and health security:*

*Waste management*

*Industrial air pollution control and mitigation*



*Managing hazardous substances and chemicals*

*Prohibition of felling of trees*

*Safeguarding wildlife and microorganism habitats from many dangers: forest fires; illegal mining; endangered species poaching; trade of their commodities*

*(tusks, skins, young), illegal mass fishing*

*in unguarded, distant seas, including the Antarctic and Arctic zones, as well as possible sale of water and ice by unauthorized or proprietary great powers,*

*These territories do not have a sole owner or nationality, they belong to the planet. Giant grasshoppers have wiped out entire crops in an instant. Plagues have occurred in Argentina, Pakistan and Kenya (January, July, September*



*2020.) These have been a consequence of genetic mutations due to drastic climate change.*

*Let us support the entities, organizations or institutions and private companies that, in their praiseworthy profession and human commitment, will make this world a safer place for everyone.*

*Gladys Alsleben, I Am Made in Colombia*

# FIESTA DI LUS 2020



Ariba:  
Renaissance  
Hotel

Links:  
Dilanti misa di  
Santa Fama

*Felis dianan  
di fiesta*

# Curaçao MOET Schoner

*De ambitie van één kunuku-man om met community en sociale media een schoon eiland te creëren.*



*Boven: verslaggever P. Scannell van Made In Curaçao Magazine (rechts) loopt een schoonmaakdagje mee met de kunukuman, Frans van de Post (midden), en de vrijwilligers van Curaçao MOET Schoner.*

Het is een bekend probleem op Curaçao: foambakken, blikjes, glazen flessen, plastic tasjes, mondkapjes, zelfs oude autonabanden, palletten en zelfs wasmachines worden zonder omkijken uit autoraampjes gegooid en in de mondi gedumpt.



Op sociale media wordt volop gedebateerd over oplossingen. Sommigen willen strengere boetes, anderen zijn van mening dat het door een gebrek aan vuilnisbakken komt. Een niet gering aantal bewoners denken ook dat het door een gebrek aan netheid komt.

“Ik ben zo opgevoed. Wij leerden vroeger dat men vuil niet zomaar gewoon liet slingeren.” Aldus een vrijwilliger.

En dan hebben we de kunukuman: een burger die de handen yut de mouwen steekt en vrijwillig elke zondag een groepje weldoeners bij elkaar organiseert om tenminste íets te kunnen doen.

“We hebben een whatsapp groep met vrijwilligers die regelmatig op zondag kunnen helpen opruimen,” aldus Frans aan de telefoon. Ik meld me aan om een keertje mee te lopen om te zien hoe ernstig het probleem wel niet is.



4 oktober, Grote knip



18 oktober, plata PARASASA

Uiteindelijk kom op een zondag om 12 uur s’middags aan op Grote Knip, waar de kunukuman ons al staat op te wachten. Met de hulp van sponsors (Caribbeaps) kan hij ons dankbaar voorzien van afvalgrijpers, zodat we niet teveel hoeven te bukken.

Als ik eenmaal begin met oprapen, schrik ik van de hoeveelheid. OP elke vierkante meter in de mondi en het zand vind ik niet alleen flessen of blikken, maar wemelt het van kleine dopjes, stukken karton, sigarettenpeuken, kleine stukjes metaal, glasscherven etc.

Een voorbeeld van de hoeveelheid van het probleem krijg je door naar Frans zijn facebook posts te kijken. Over een schoonmaakactie op Caracasbaaiweg, slechts zes weken (!) na de laatste actie, schrijft hij:

“Het resultaat was toch nog 6 grote vuilniszakken vol met rotzooi.”



11 oktober, Caracasbaai

Te bedenken dat er dus ongeveer elke week tenminste een hele vuilniszak op zo een strand wordt “gedumpt” door bezoekers. En dat wij allemaal, yu di korsou met familie en kinderen, daarin moeten lopen en zwemmen... Dat kan nooit gezond zijn, dus er moet verandering komen.

**“Het KAN en MOET gewoon veel beter. Het MOET gewoon naar schoon. Dat kan alleen lukken als we het tesaam doen, toch?”**

**- De kunukuman**

*Mochten U zich geroepen voelen om mee te helpen, stuur dan een app naar nummer +5.999.676.4695 Schoonmaakacties zijn wekelijks en op zondag tussen 12:00 en 5:00 De kunukuman is ook te volgen op facebook:  
<https://www.facebook.com/prinsvanbelair>*



*Overall*

*Everywhere*

# Plastic!



Rivier in Madagcar, gevuld met plastic afval. / River in Madagascar, filled ith plastic waste. Wikimedia commons.

*Overall*

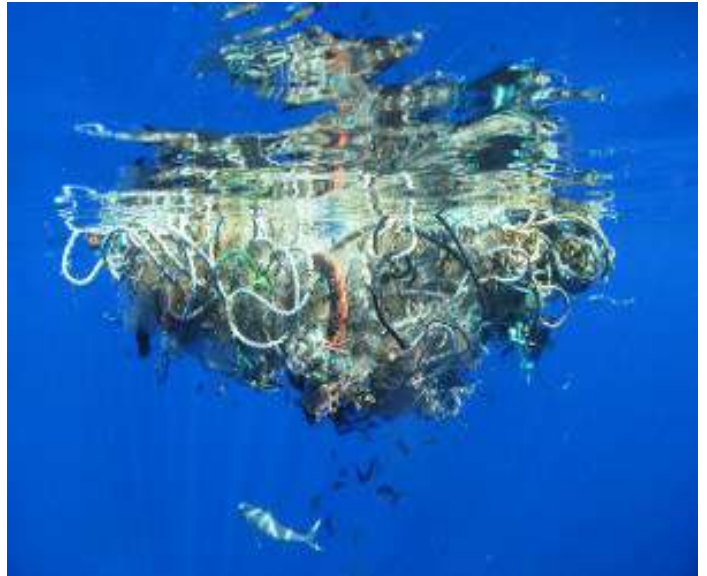
*Everywhere*

# Plastic!

Every day of our lives, we use plastic. We use bags when we go to the store, when we brush our teeth, we wear clothes made of it, and we buy drinks and foods encased in plastic.

This is a major problem, because the plastic does not break down in nature like rotten food, and instead chokes oceans, kills animals, and even gets into our bodies.

But there are things you can do to solve the problem. One of them is recycling the plastic. On Curaçao, you can even order products 3D printed with recycled plastic!



Elke dag van ons leven gebruiken we plastic. We gebruiken plastic tassen in de winkel, we poetsen onze tanden ermee, het zit in onze kleding, en we kopen eten en drinken dat in plastic is verpakt.

Maar dit zorgt voor grote probleem, omdat het plastic niet zoals rottend eten zomaar in de natuur afbreekt. In plaats daarvan verstikt het oceanen, sterven dieren eraan, en krijgen wij het zelfs in ons lichaam.

Maar er zijn dingen die je kan doen om het probleem te helpen op te lossen. Een mogelijkheid is het recyclen van oud plastic. Op Curaçao kun je zelfs produkten bestellen die van recycled plastic zijn gemaakt!





# Plastic!

But there are things you can do to solve the problem. One of them is recycling the plastic.

On Curaçao, you can even order products 3D printed with recycled plastic!



Maar er zijn dingen die je kan doen om het probleem te helpen op te lossen. Een mogelijkheid is het recyclen van oud plastic.

Op Curaçao kun je zelfs producten bestellen die van recycled plastic zijn gemaakt!



# Plastic!

Let's have a look at the recycling process at Green Phenix, a recycling centre in Sambil, Curaçao. The first step is sorting plastic waste into colour and type.

Laten we kijken hoe het recyclen in zijn werk gaat bij Green Phenix, een recycling center in Sambil, Curaçao



*Step 1 above: plastic is sorted by type and by colour. / Boven: Als eerste wordt het plastic gesorteerd per kleur en per type.*



# Plastic!

*Right: Colour- and type-sorted plastic.*

*Rechts: Op kleur en type gesorteerd plastic*



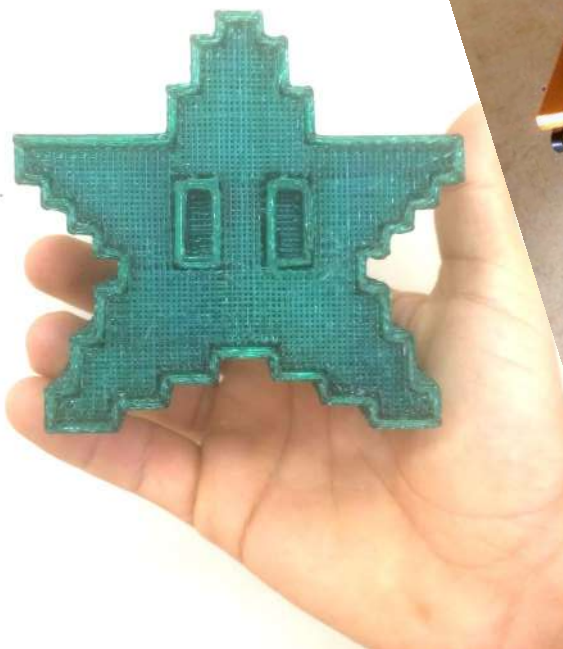
*Step 2 Left: Plastic is shredded into smaller pieces.*

*Stap 2 Links: Plastic wordt versnipperd.*

# Plastic!

*Step 3 right Shredded plastic is turned into custom designs with 3D printing*

*Stap 4 rechts Met ver-  
snipperd plastic bouwt  
men een ontwerp met  
3D printer.*



Bij Green Phenix kun je van alles laten ontwerpen. Ga maar eens kijken bij Sambil!

You can get all kinds of fun designs made at Geen Phenix. Why don't you go for a visit at Sambil?!

# LITA & vrienden deel v

door Pat S. Cann



Dit heet "**vierkante ademhaling.**" Je maakt met dan een vierkant door elke keer in vier stappen te ademen.

Stap 1. Adem in	(4 sec)
Stap 2: Hou vast	(4 sec)
Stap 3: Adem uit	(4 sec)
Stap 4: Hou vast	(4 sec)

Dan begin je weer opnieuw..  
1: Adem in  
2: Hou vast  
3: Adem uit,  
.....etc.


Maak tenminste **vier keer** een rondje om het vierkant.

Zullen we het samen proberen?  
Adem in door je neus en uit door je mond. Je kunt ook een klok gebruiken om bij elke keer 4 seconden te tellen.



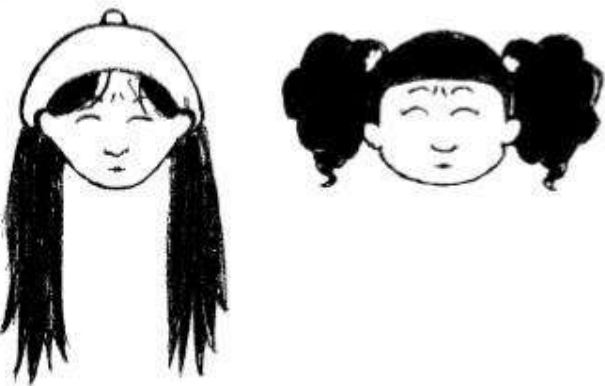
Klaar? Daar gaan we dan...

1



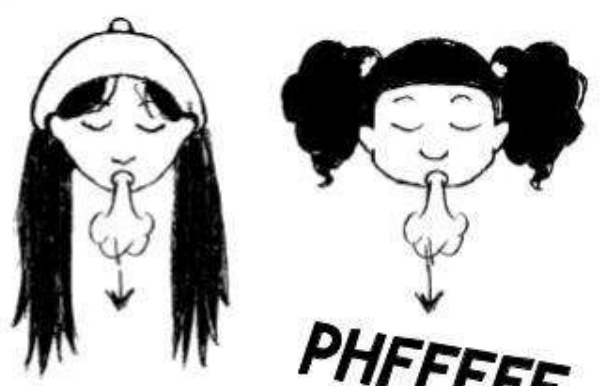
Adem in ... 2... 3.... 4....

2



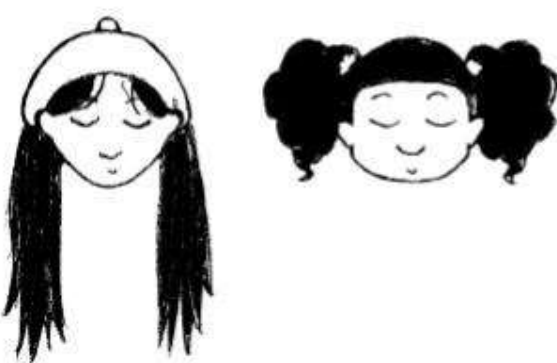
Hou vast... 2... 3... 4...

3



Adem uit.... 2... 3... 4...

4



Hou vast.... 2.... 3... 4....

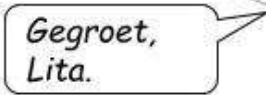
En begin weer bij 1 bovenaan. Maak zo tenminste vier keer opnieuw een vierkant met je adem.... Probeer het maar eens. Wij wachten wel.

.....

.....

Het is je gelukt! Hoe voel je je nu? Mt vierkant ademen wordt je rustiger, alerter, kan je beter nadenken, en focuser. Je kunt het doen voordat je sport, een wedstrijd speelt, een toets maakt, als je nerveus bent voor een optreden, het helpt zelfs bij het slapen gaan! Laten we kijken hoe het bij Ling's zenuwen heeft geholpen...





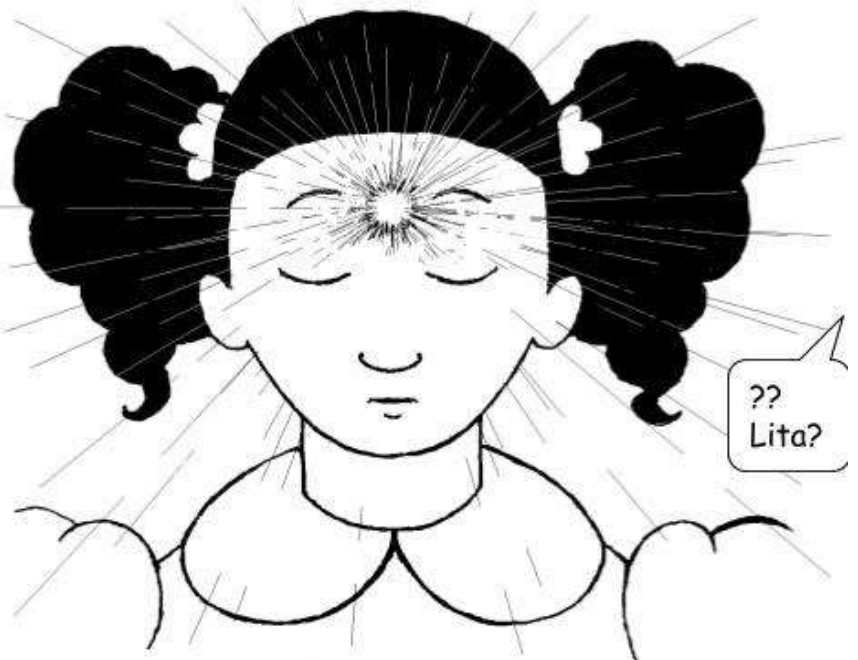
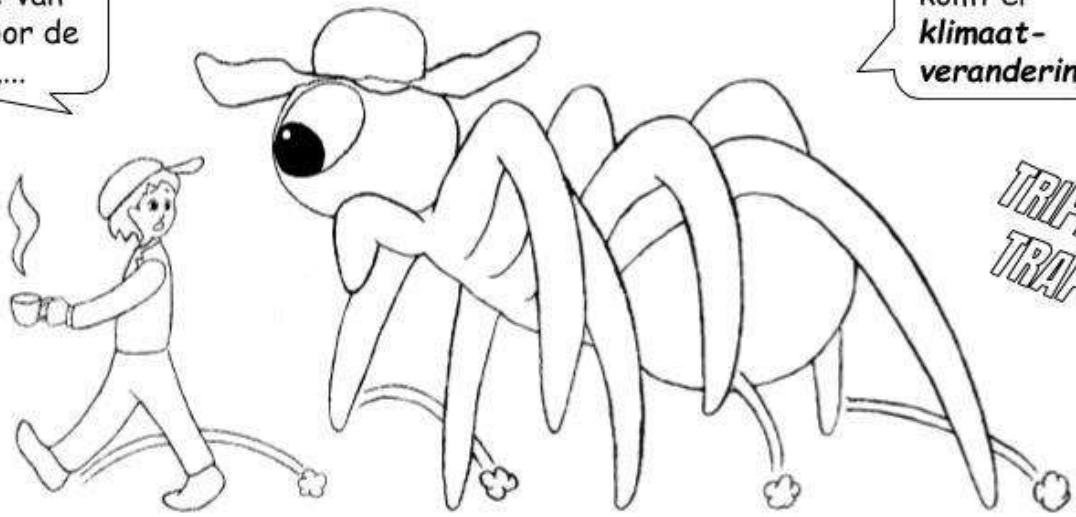


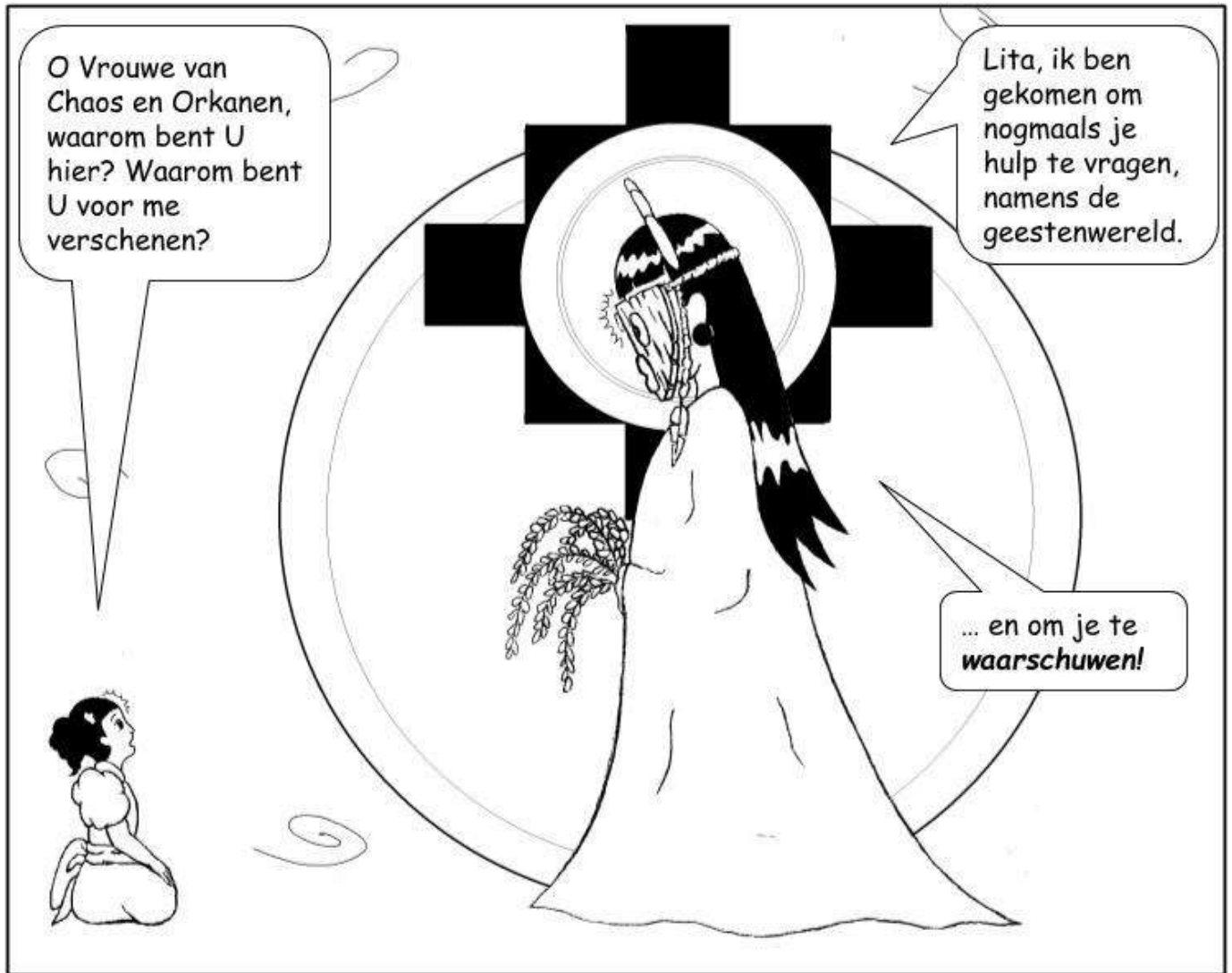
⚠ Ze hebben gelijk. Maak en gebruik vuur alleen onder toezicht van een ouder.

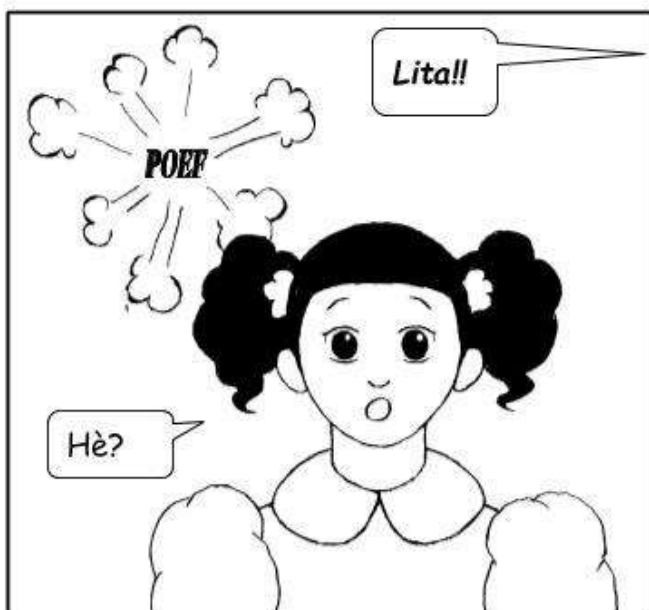
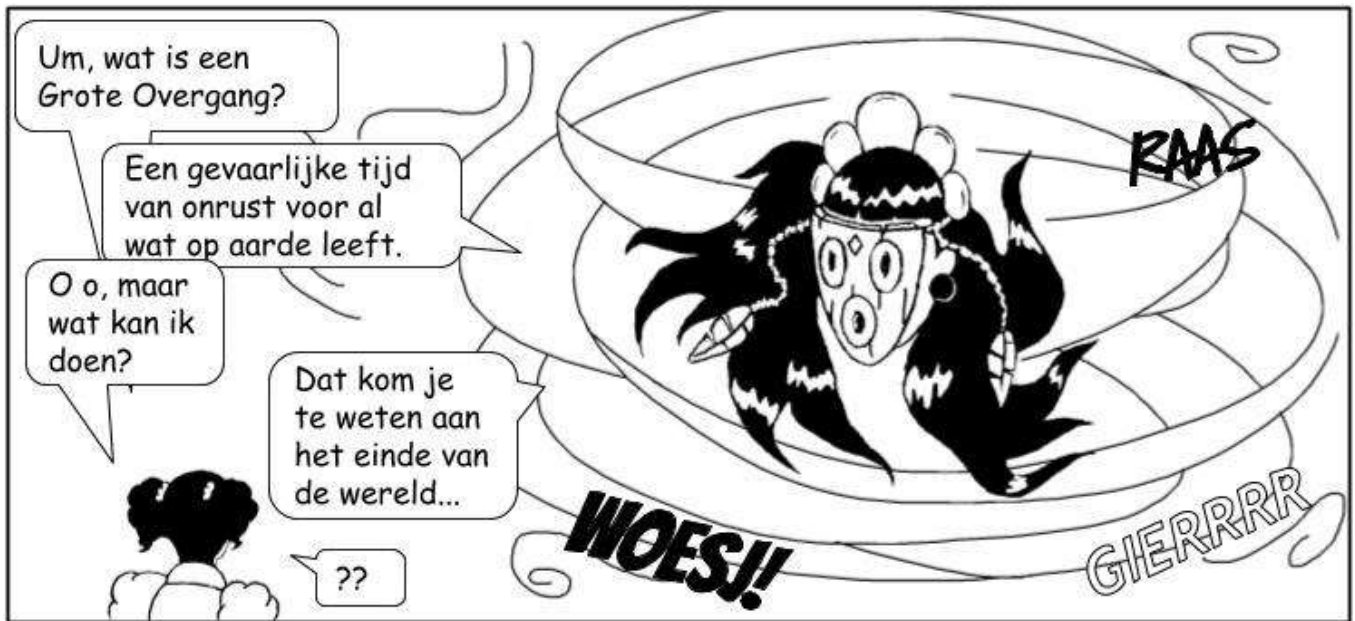


De rook absorbeert **infrarood licht** van de zon, waardoor de lucht opwarmt,....

... en daarvan komt er **klimaatverandering?**







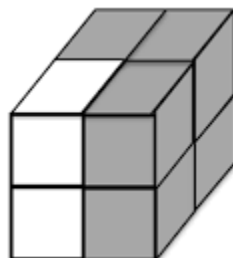
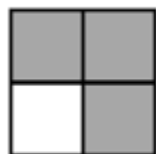
# What is 3D printing ? Wat is 3D printen ?

Have you ever been to a 3D film? You probably got these coloured glasses. When you put them on, it was like the flat screen became real space! Instead of 2D , you could see in 3D.

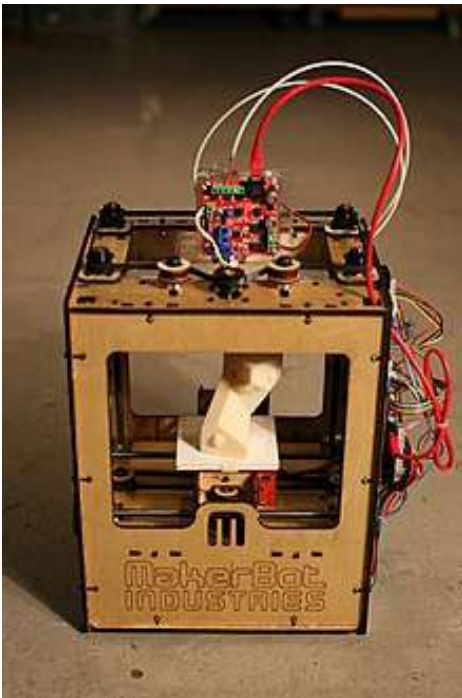


Ben je wel eens naar een 3D film gegaan? Je kreeg toen waarschijnlijk een gekleurde bril. Toen je ze op deed, was het net alsof het platte scherm veranderde in echte ruimte! In plaats van in 2D, kon je in 3D zien.

*A square is like a flat image on a screen. It has only two dimensions: height and width. A cube adds a third dimen-*



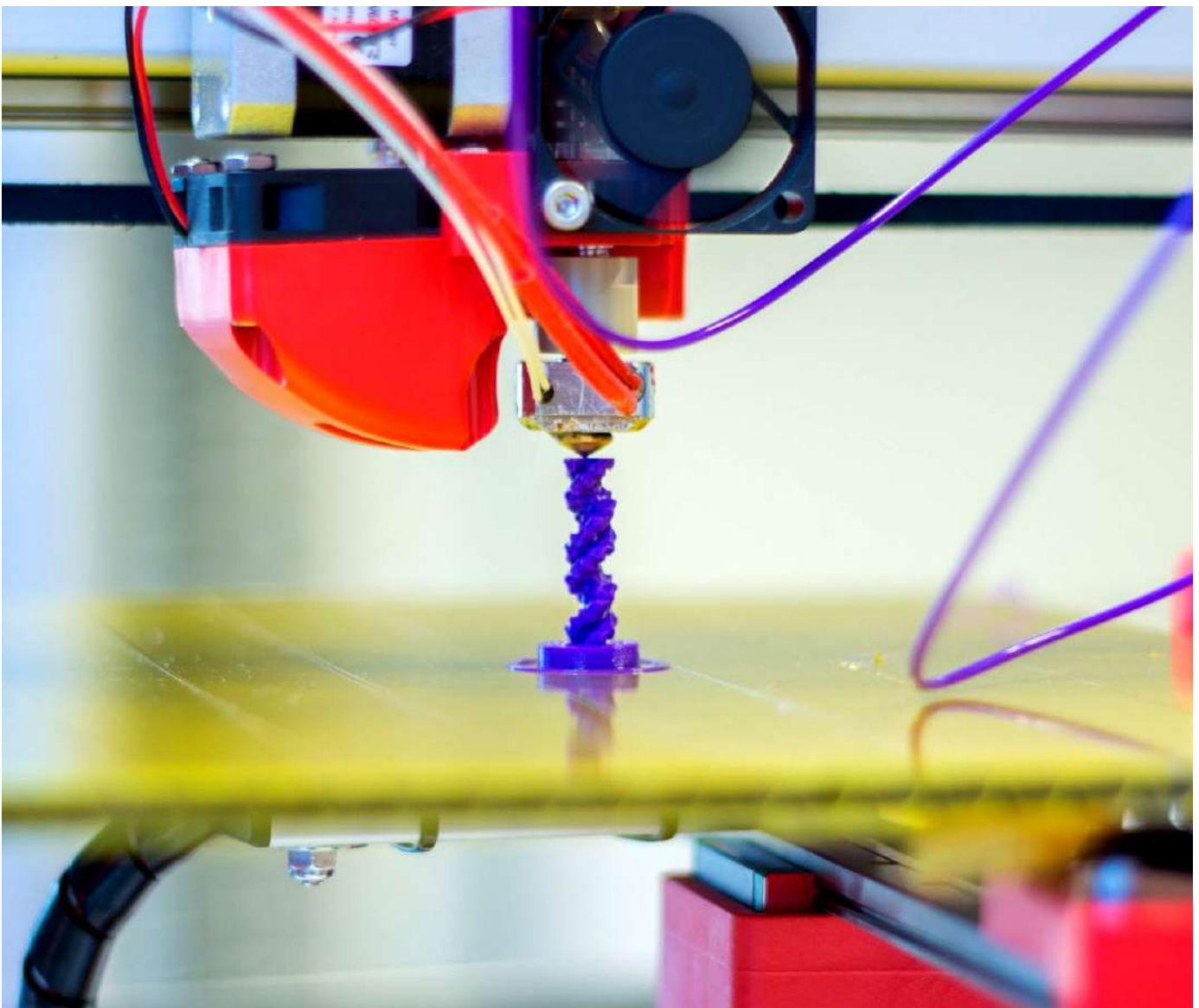
*Een vierkant is net als een plat beeld op het scherm. Deze hebben maar twee dimensies: hoogte en breedte. Een kubus krijgt daar een derde dimensie bij: diepte.*

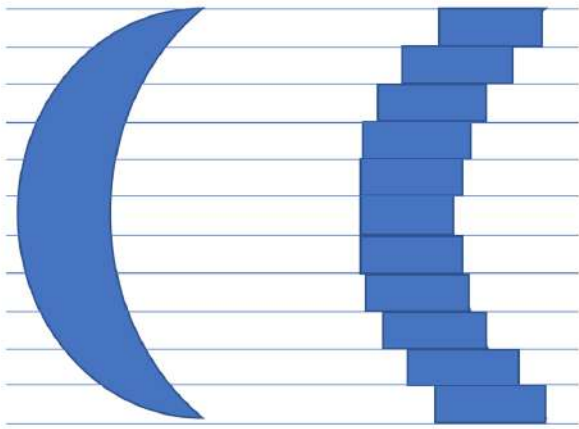


With regular printing you print colours onto paper out of an *image (2D)* on your computer. With a 3D printer (left) you add layers upon layers of a material with the help of a computer *model (3D)*.

Met een gewone printer leg je kleuren neer op een stuk papier. (2D) Met een 3D printer (links) leg je laagjes op elkaar van een bepaald materiaal om een ruimtelijk voorwerp te maken (3D).

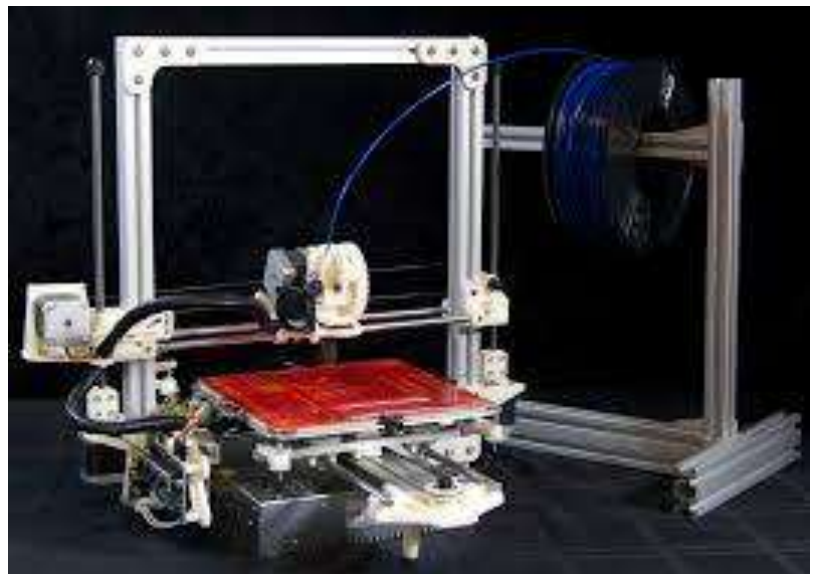
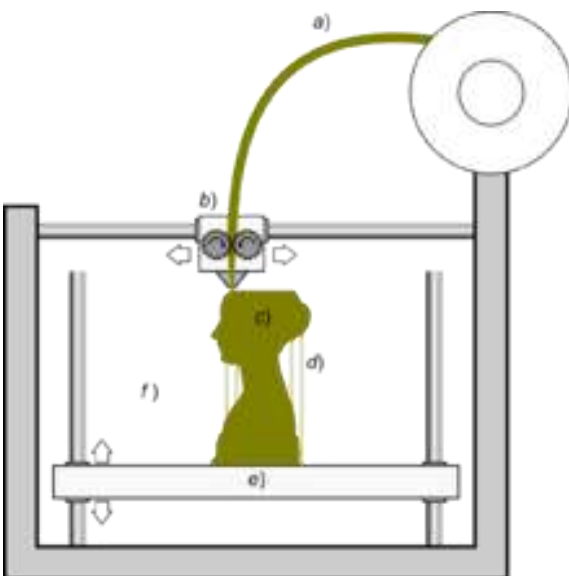
*Above/Boven: 3D printer . Below/Onder: printing in process(s)*





*A 3D model in the computer is adapted into slices with the help of 3D slicing software. (Left) Each slice then gets laid down as a layer. To compare: imagine a loaf of bread being built slice by slice. (Right)*

*Een 3D model in de computer wordt opgedeeld in sneetjes met behulp van een 3D slicer programma. (Links) Elke "slice" of sneetje wordt door de printer als een laag neergezet. Vergelijk het maar met een brood wat je sneetje voor sneetje in mekaar zet. (Rechts)*



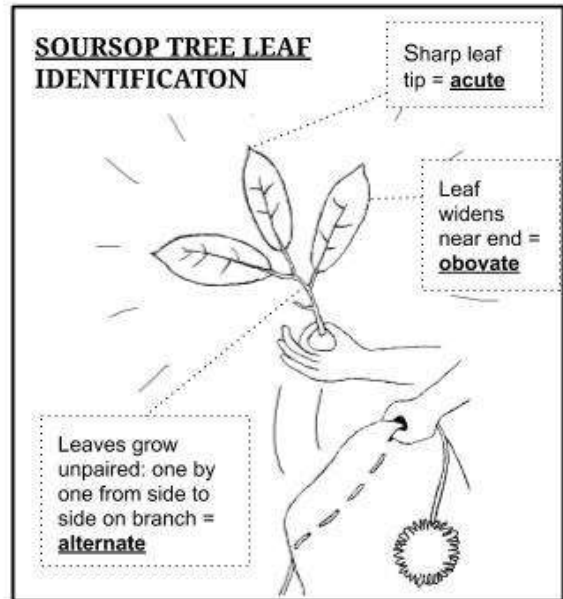
*Above: A filament of plastic feeds the printer. The printer lays the plastic down in melted form into layers.*

*Boven: Een plastic draad gaat bij de printer naar binnen. Het plastic wordt in gesmolten vorm in laagjes neergezet.*



# LITA & friends part v

by Pat S. Cann



This is called "**square**" or "**box breathing**." Make a box by dividing each breath into 4 parts (like the 4 sides of a square.)

Part 1. Breathe in	(4 sec)
Part 2. Hold	(4 sec)
Part 3. Breathe out	(4 sec)
Part 4. Rest	(4 sec)

Now start over at part 1..

1: In  
2: Hold  
3: Out ...  
.... and so on...

Repeat for a total of 4 breaths or more.

Now let's try doing it together. Breathe in through the nose and out through the mouth. Count four seconds at every step. Use a clock if you have to.



Ready? *Let's go...!*



1



**SNIFFFFF**

Breathe in ... 2.... 3.... 4....

2



Hold... 2... 3... 4...

3



**PWHFFFF**

Breathe out.... 2... 3... 4...

4

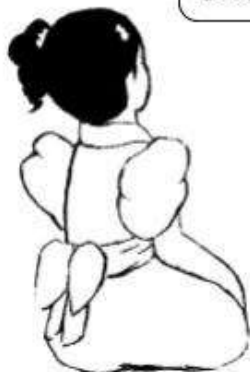
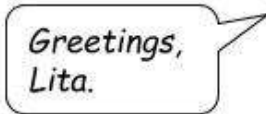


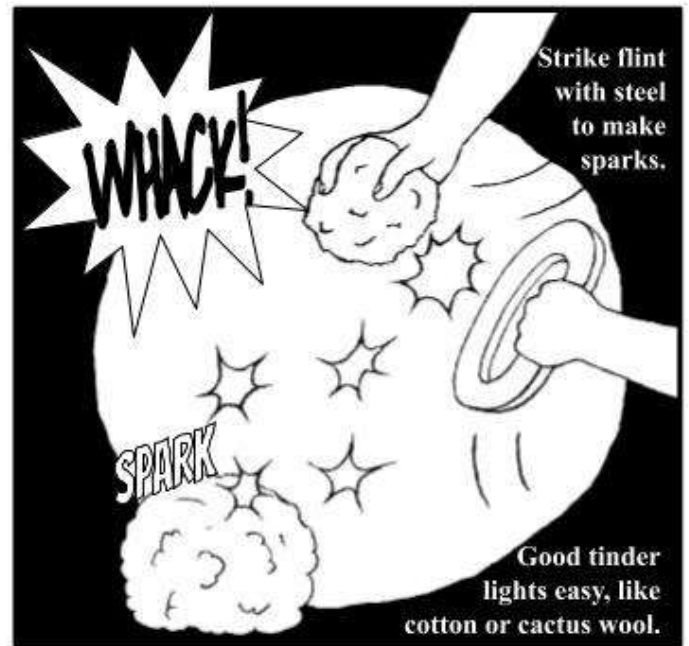
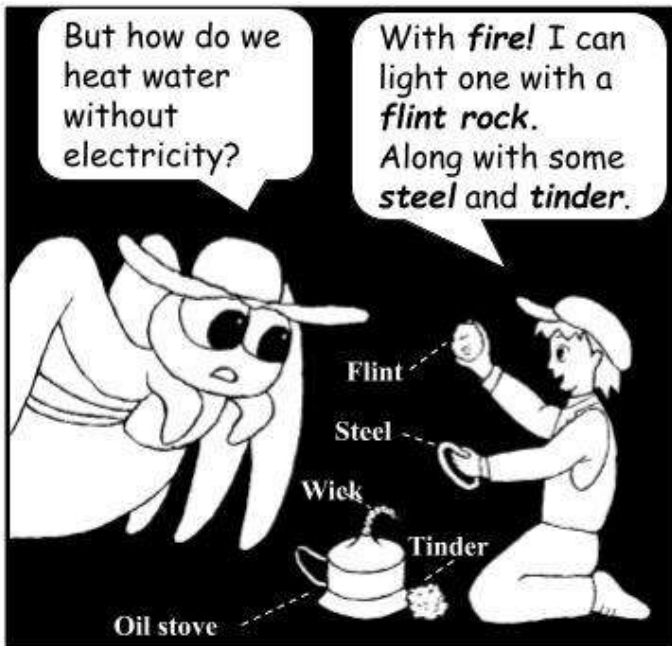
Hold.... 2.... 3... 4....

And repeat: breathe *in*... 2... 3... 4.... and so on until you've made the box at least 4 times. Go ahead. We'll wait.

-----  
You've done it! How do you feel? Box breathing helps the nerves calm down and the brain work better. It helps you stay relaxed, focused and alert. You can box breathe before you take a test, before exercise, a stage performance, before a match or a race. Even before you sleep!

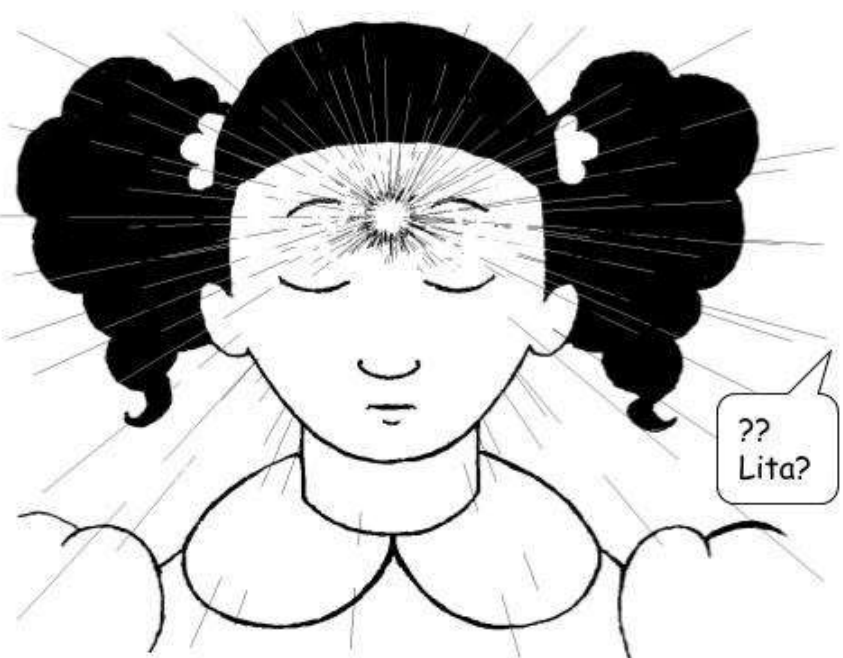
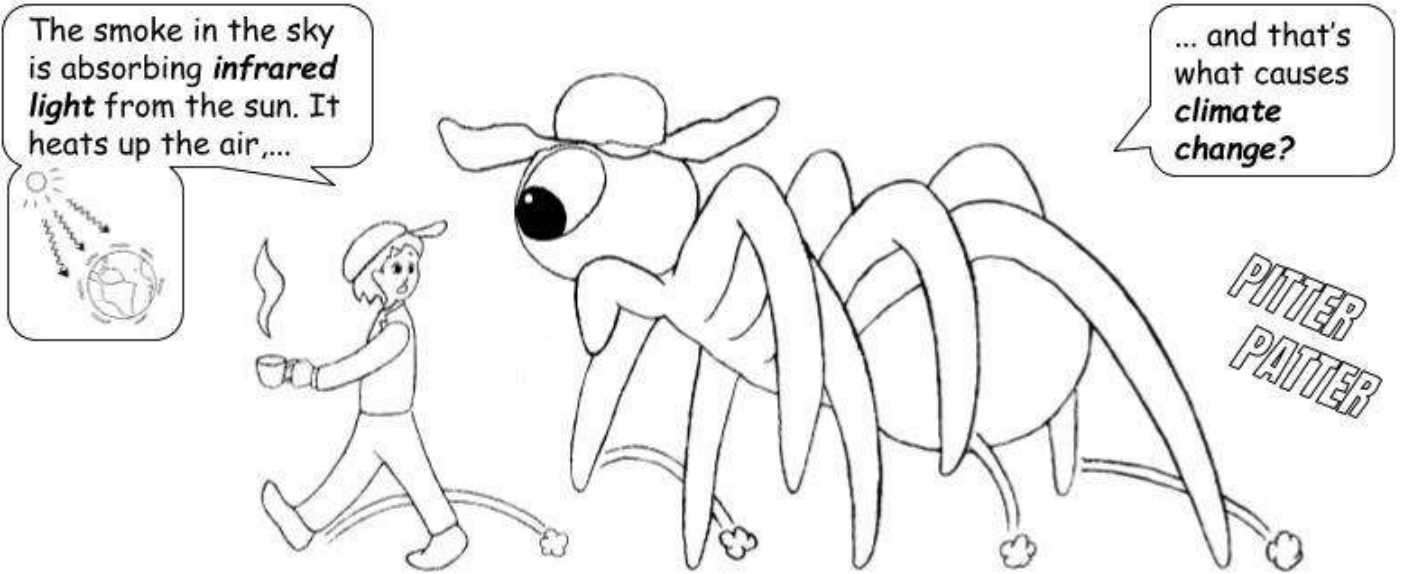
Now let's check back in on Ling...

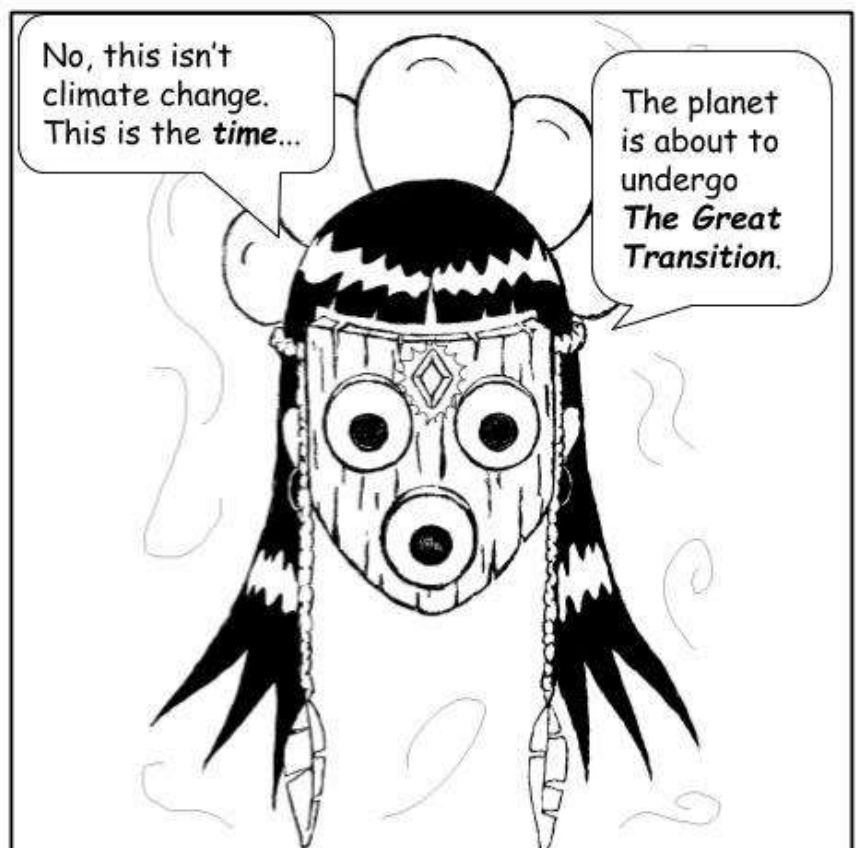
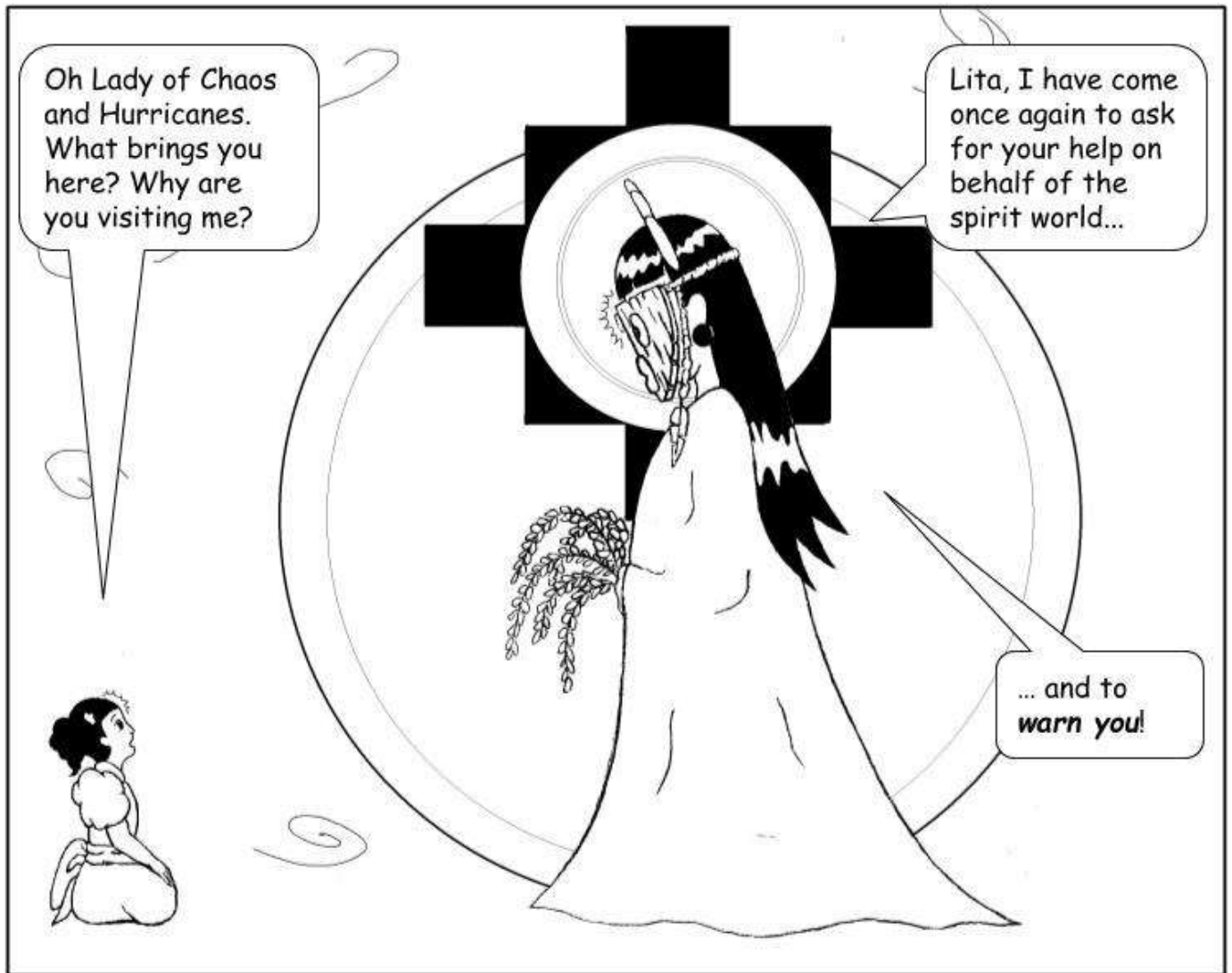


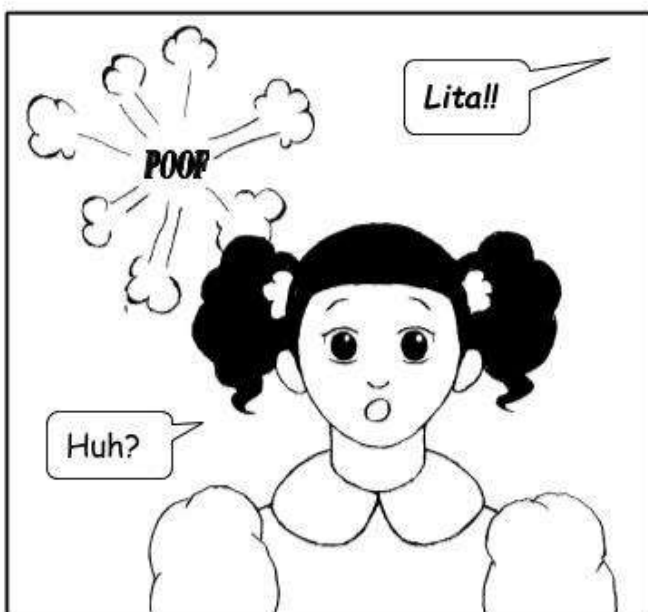
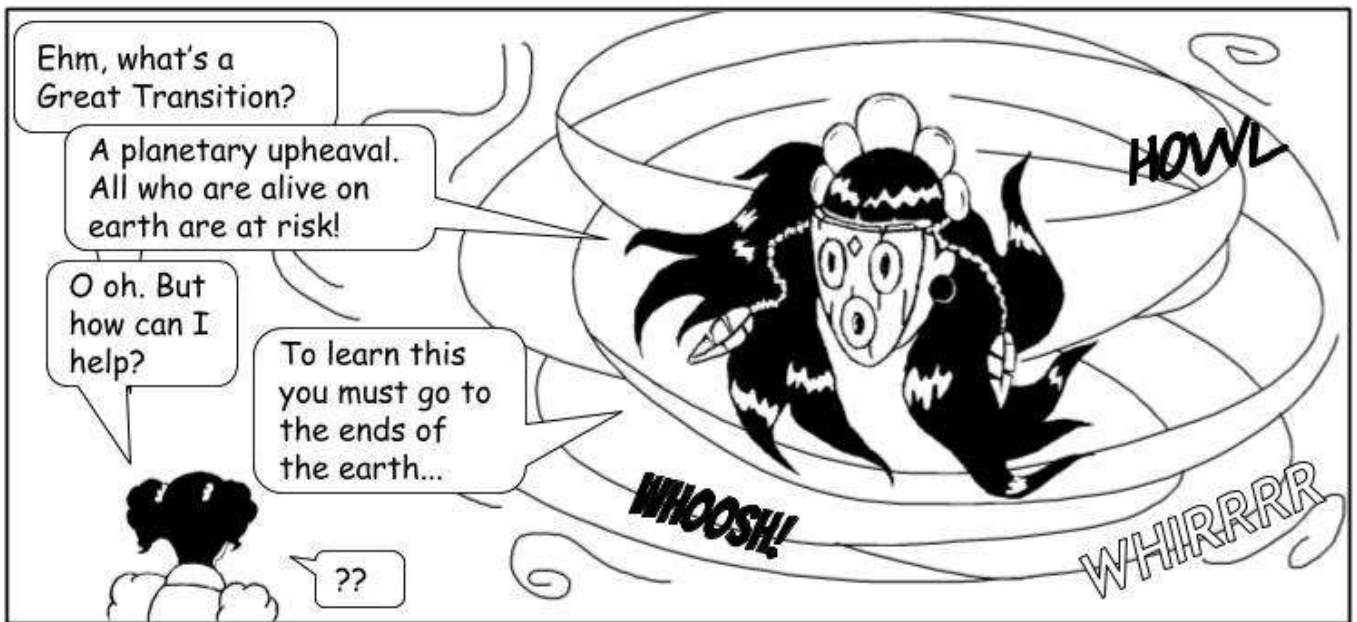


**⚠️** They are right. Be careful with fire and do not make one without an adult.









# SYNTROPIC GARDENING

## BASIC COURSE, LESSON 2 *Continued from Made In Curacao, October issue*



### How to prepare the soil

This is the second installment of the basic syntropic gardening course. The full course is available for free in the facebook page, Curacao Syntropic Farming. [https://www.facebook.com/groups/CuracaoSyntropicFarm/learning\\_content](https://www.facebook.com/groups/CuracaoSyntropicFarm/learning_content)

In this unit, we cover the 7 steps of soil preparation:

1. Removing growth
2. Softening the soil
3. Making nests (not holes)
4. Making deeper nest for bananas
5. Fertilizing
6. Shaping garden bed
7. Covering the bed



### Steps 1 to 4:

1. Remove growth
2. Soften the soil
3. Make nests, not holes
4. Make deeper nest for bananas

Use a shovel and if necessary, a pick to till the top layer of the soil.



Left: note that syntropics is performed by making lines of tilled soil, shaped like a bed, or a nest, for the plants. Each line will have specific species that contribute to the forest ecosystem. The species chosen will be covered in future lessons.

Right: for bananas, deeper nests are dug. Aim for a nest of almost a meter width and half a meter deep. This is because banana root systems do better in very mulchy, loose, organic soil in which they spread out very densely and superficially. Note that the bananas are planted in the middle of other plants because they prefer shelter from wind and humidity from plants around them.





*Soil is tilled in rows and shaped into nests.*



## How to prepare the soil

1. Fertilizing it
2. Shaping garden bed
3. Covering it

Fertilizer can be applied directly to the tilled soil, before putting plants in place.

The beds should be

shaped so that on either side of the row, the soil is slightly higher, allowing water to flow towards the roots.



When applying mulch (see next page), remember to respect the shape of the beds. Just like the soil, the mulch should slope upwards away from the plant roots (above). This is because mulch piling up on the plant stems can disturb the air flow to the stem. The mulch is for the roots. Not the stem!

## Tip: Collecting and using mulch



Cover the beds with very generous amount of mulch. Mulch is a combination of sticks, dead wood, dead leaves, and any other kinds of garden clippings.

The mulch is what feeds the roots, fungi, and bacteria. These organisms work best if the mulch is well chopped and clipped, so aim to chop up large branches and pieces of wood.



At its height between the beds (see previous page), the mulch should be at least ankle-deep, imitating a densely covered forest in the autumn.

## ***Gardening Tip: How to re-plant banana plants***

Right. Re-planting whole banana plants can shock the plant because of the loss of roots. Avoid re-planting a banana like this!



Left: Cut banana plants diagonally at the base above the corm, to stimulate new growth. This technique will allow the banana to adapt to its new home better.



# BE A RECYCLING HERO, HELP CLEAN OUR ISLAND & WIN SUPER PRIZES!

After the great success of **#maketheturtlesmile** last year, this year we are aiming to stop even more plastic from going to waste. How does it work:

- Collect plastic bottles (types 1, 2 and 5) and aluminum cans.
- Bring them to Green Phenix.
- For every 25 bottles or cans you receive a stamp.
- With these stamps you can save for amazing prizes.
- Prizes will be announced on our social media channels.

More info visit [greenphenix.com](https://www.greenphenix.com)



*Reprinted from facebook. Please contact Green Phenix or Sea Turtle Conservation Curaçao for more info. Campaign active until December 27, 2020.*

# COMPRA

EN LAS TIENDAS  
DEL BARRIO



---

★ **APOYA** ★

*al pequeño comercio  
y a los emprendedores*

---

**TE BENEFICIAS TU**

**NOS BENEFICIAMOS TODOS**

# <https://iammadein.com/videos>

[Videos Home](#)
[Directory](#)
[Shops](#)
[Showcases](#)
[Blog](#)
[Global](#)
[Magazine](#)
[Locations](#)
[Categories](#)
[Support](#)
[Members](#)
[Login](#)

## VIDEOS

Kunukito  
 Rose Creation  
 Precious Haute Couture Fashion & Design  
 Made in Curaçao LIVE 29 November 2020

# <https://iammadein.com/global/magazines>

[Global Home](#)
[Directory](#)
[Shops](#)
[Showcases](#)
[Blog](#)
[Magazine](#)
[Locations](#)
[Categories](#)
[Support](#)
[Members](#)
[Login](#)

## MAGAZINES

### October edition 2020

October 2020  
 Made in Curaçao Face Shields  
 Virtual show  
 Kala  
 Eonaire race  
 Tech Meet Up  
 Interview videos  
 Karchi 60+  
 \*Stripverhalen  
 \*Tech meetup  
 \*Syntropic lesson  
 \*Kidscomic  
 \*Tech meetup  
 \*Syntropic lesson

### August edition 2020

August 2020  
 Mas ku 7 aña sosteniendo produkshon lokal.  
 Giving back to:  
 - Nature  
 - Our community  
 - Next generation YDA  
 Working together will create prosperity for all.

### June edition 2020

#BUYLOCAL  
 FOR SUSTAINABILITY  
 MANAGE YOUR OWN:  
 - WEBSHOP  
 - SHOWCASE  
 - BLOG  
 LOCAL FOODS & FOOD PROCESSING  
 4KIDS: LITA'S ADVENTURE CONTINUES!