



## Siman di Kultura 2021

E lema ku nos ta uza e aña aki ta: **Konop'é, Hals'e i Traspas'é!**

### Deskripsjon di lema:

Bienestar general ta un tópiko masha importante i relevante pa hopi tempu kaba. E mester bira pa nos un forma di bida (“way of life”/lifestyle) huntu ku su norma i balornan. E intenshon ta pa stimulá pueblo di Kòrsou pa ban traha riba un kultura di bienestar pa medio di siña e mucha i adulto kon for di edat hóbennan por kuida nan mes. Pa prepará nan pa hiba un bida salú bou di tur sirkunstansia i bira mas konsiente di tur e diferente formanan ku ta kontribuí na un bida mas salú.



**Konop'é, hals'e i traspas'é!**

Siman di Kultura 2021

**Nifikashon di e lema:** Konop'é, Hals'é i Traspas'é ta nifiká pa nos huntu ban hasi uzo di tur lokual ta sabiduria di nos grandinan tokante di bienestar (herensia kultural tantu tangibel komo intangibel) pa asina awe nos por mantené e kustumbenan i salbardiá nan asina nos por hasi traspaso na generashonnan ku ta bini i mantené no kultura bibu.

**Transformashon Konsepto Kultura i Bienestar:** Transformashon di e konsepto “Kultura” pa un konsepto mas profundo i pa kontribuí na bienestar di e pueblo di Kòrsou. Na 2020 riba plataformanan digital nos a bai mas profundo den e konsepto kultural ku e lema Komprondé’e, Konektá i Kosechá. Durante siglonan e konsepto “bienestar” a pasa den kambionan drástiko. Te promé ku siglo 20 tabata mira bienestar komo e ousensia di un malesa òf enfermedat. Den e tempu ei ainda no tabata para ketu na salubridat mental òf otro aspektonan di bienestar. Te na siglo 20 a kuminsá deskribí bienestar refiriendo tantu na e salú mental komo e salú físiko. Tòg e no a keda na e definishon aki so. Den e sosiedat moderno mas i mas ta mira e kurpa humano den forma holístiko pues tambe e bienestar di esaki. Pa e motibu akí e konsepto bienestar a keda hinká den un bachi nobo. Si para ketu kon tabata mira e konsepto akí di un forma superfisial promé ku siglo 20, awor ta deskribí bienestar den siglo 21 komo “ un estado di bienestar komplemento”, un konsepto multidimenshonal kaminda no solamente ta aspirá pa yega na ousensia di malesa òf enfermedat, pero mas importante pa logra yega na un estilo di bida optimal i saludabel.

**Kultura den konteksto di Bienestar:** Teniendo kuenta ku e definishon di UNESCO pa kultura esaki ta hiba nos na e seis dimenshonnan di bienestar ku ta impaktá e estilo di bida. Nos ta nota



un similaridat den e definishon ku UNESCO ta uza pa kultura i tambe e forma ku bienestar ta keda kategorisá.

**E seis dimenshonnan di Bienestar**: Huntu ku e interpretashon moderno di bienestar tin tambe diferente aspekto i dimenshon. Por distinguí seis diferente dimenshon;

1. *Bienestar i salú físiko*
2. *Bienestar sosial i salú*
3. *Bienestar i salú intelektual*
4. *Bienestar i salú spiritual*
5. *Bienestar i salú emoshonal*
6. *Bienestar i salú profeshonal*

Nos ta kere ku si bo kier kambia sosiedat i drecha nivel di bida, hende mester kambia su komportashon. E mester kambia su kultura (estilo di bida). Pa e kambia esaki e mester konosé su kultura i su herensia kultural. Ora e konosé su kultura e por uz'é pa trese kambio den su sosiedat. Den lokualnan ku nos a heredá di nos grandinan, tabatin diferente kustumber ku mester keda salbeguardiá i traspasá riba e áreanan ku ta keda identifiká. Temporada Pandemia tambe a trese kambio drástiko den mundu i nos pais. Di otro banda nos a bira tambe hopi mas creativo. Mirando e temporada difísil ku Kòrsou a pasa aden for di mart 2020 te ku awe, ta bon pa durante siman di kultura nos demostrá nos forsa. Nos forsa ta bini for di kada un persona su talento i su outo-estima i su sentido di kolektivitat. Siman di Kultura ta e temporada ku nos ta pone énfasis riba nos talentonan i nos logronan komo Yu di Kòrsou!

Ministerio di Enseñansa, Siensia, Kultura i Deporte ta kere ku ta di sumo importansia pa den 2021, durante siman di kultura sigui inspirá speransa i mostra riba e resilensia komo pueblo di Kòrsou pa nos haña forsa pa lanta bek komo hende i komo Pais.





## **Deskripshon mas amplio di e seis dimenshonnan di bienestar:**

### **1. Bienestar i salú físiko**

E dimenshon físiko ta pone e enfoke riba e importansia di moveshon i hasi deporte di forma regular. Desaroyo físiko ta sòru na mes momentu pa stimulá un komportashon saludabel di kome, loke ku ta kontribuí pa alkansá un estado kompleto di bienestar. Pa por tin un bon salú físiko ta importante pa edifiká forsa, fleksibilidat i resistensia. Aparte di esaki ta importante tambe pa traha i sigui un patronchi saludabel di kome. Ora ta traha riba e salú físiko ta bira fásil pa rekonosé señalnan di atvertensia di e kurpa i por kalkulá kiko bo kurpa por òf no por kuné. Aparte di benefisiosonan físiko, bienestar ta kondusí hopi biaha tambe na mehorashon di salú den e otro dimenshonnan. Eherciendo deporte e ser humano ta siña diferente balornan ku tambe tin di aber den e konsepto kultural ku norma i balornan manera perseveransia, disiplina, superá atversidat. Esakinan tur ta yuda nos den nos afan pa sobrevivensia i e diferente aspektonan di bienestar.

### **2. Bienestar sosial i salú**

E dimenshon sosial su enfoke ta pa duna un kontribushon na e ambiente i komunidad. Akinan e énfasis ta riba e ko- relashon entre e ser humano i su naturalesa i ambiente. Bienestar sosial ta sòru pa hende sinti nan mes embolbí ku e sosiedat, ku nan ta mira e importansia di nan mes i ta tuma e responsabilidat pa duna su aporte na e komunidad. Aparte di esei e enfoke ta riba komunikashon efektivo, un estilo di bida i ambiente di biba saludabel i ta enkurashá i stimulá esakinan. Na un manera aktivo ta buska forman pa mantené e balansa den naturalesa i tambe e balansa entre hende i su ambiente. Un parti di e ambiente ta keda formá pa medio di stimulashon di relashonnan personal i amistad. Den e maneho di kultura aktual e enfoke tambe ta keda fihá riba e koheshon sosial es decir, kon nos konosé otro, kiko nos ta identifiká nos mes ku otro. Kua ta e aktividatnan ku nos ta bishitá i sinti nos mes uní. Nos sentido di patriotismo.

### **3. Bienestar i salú intelektual**

E dimenshon intelektual su enfoke ta riba kreatividat di e hende pa medio di stimulashon di aktividat mental. Bienestar intelektual ta sòru pa e hende por keda desaroyá su mes, ku nan por atkerí konosementu i abilidadnan nobo i por apliká i kompartí esaki den bida diario. Aparte di keda desafiá e selebre, tin e boluntad pa deskubrí i solushoná problemanan nobo. Tur esaki ta basá riba e boluntad pa amplia konosementu i e boluntad pa hiba e konosementu aki pafó pa asina duna un aporte na e komunidad.

### **4. Bienestar i salú spiritual**

Dimenshon spiritual su enfoke ta pa buska e sentido, e nifikashon i e meta di eksistensia di hende i e bida riba mundu. Durante e búskeda aki e desaroyo di e hende ta para sentral. Ta duna respèt na bida i na tur fuente natural riba e mundu. Aparte di esaki ta buska un balansa di un forma





pasífiko entre sintimentu- i emoshonnan personal i posibel situashonnan i difikultatnan ku por presentá den bida. Salú spiritual tin di aber tambe ku aplikashon di norma i balor den bida ku al final ta resultá na krea un mira personal spiritual riba bida.

### **5. Bienestar i salú emoshonal**

Dimenshon emoshonal su enfoke ta riba bira konsiente, aseptá i ekspresá sintimentu i emoshon di un forma trankil. Bienestar emoshonal ta konsistí di e ser ku ta eksperensia e bida personal, sosial i profeshonal di forma positivo i ku un mira di entusiasmo riba esaki. Banda di esaki ta trata tambe di e kapasidat di por sinti i husga sintimentu i emoshonnan di un hende. Esaki ta enserá tambe e desaroyo di outonomia i anda di forma efektivu ku stress. Na momentu ku yega na stabilitat emoshonal, e ta bira posibel pa inisiá, mantené, manehá i ta responsabel den un relashon ku otronan i tambe duna balor na otro nan.

### **6. Bienestar i salú profeshonal**

E dimenshon profeshonal ta pone su enfoke riba desaroyo personal, satisfakshon, enrikesimentu di un persona su bida den su trabou òf estudio. Bienestar profeshonal tin di aber ku desaroyo di abilitatnan i talentonan. E desaroyonan aki por kondusí na mas apresio pa trabou, formashon di metanan nobo i desaroyo di ambishonnan nobo. Esakinan por kondusí atrobe na promoshon i duna mas satisfakshon durante trabou.

### **Konklushon**

E konsepto bienestar a pasa den kambionan drástiko durante siglonan ku a pasa. No ta posibel mas pa deskribí bienestar simplemente komo ousensia di malesa òf enfermedat. Na lugá di un mira asina superficial riba e konsepto, den siglo 21 ta deskribí e konsepto aki hasiendo uso di e seis dimenshonnan físiko, sosial, intelektual, spiritual, emoshonal i profeshonal pa deskribí bienestar òf salubridat. E dimenshonnan aki tin un relashon estrecho ku otro i ta kontribuí huntu pa alkansá un estado kompleto di bienestar.

I for di e kuadro pa midi kultura statistikamente den paisnan no a saka e siguiente “areanan kultural ku ta keda konsiderá komo direkshon pa midi partisipashon kultural.

**Tin T-shirt na benta na rason di fl. 15,00 i nan tan a Benta na:**

- JCC na Groot Kwartier
- Ofisina na SIFMA
- Ofisina di FDDK
- Ofisina di SEFBA.

Por tuma kontakto tambe via di e mail adres : [salubienestar@gmail.com](mailto:salubienestar@gmail.com) òfpor manda app na e number + 599 9 562 88 88.

