

 DREAM project

# mi mundo

Número 10



La salud: Un derecho humano

La rica y diversa flora dominicana

¿Insectos incomprendidos?

La vida de un kitesurfer

Aprender a luchar te fortalece la mente

Distribución gratuita

Bienvenidos a la décima revista de MI MUNDO, el resultado de nuestro campamento de periodismo que tuvo lugar en DREAM Project y en el que participó un grupo de estudiantes con mucho talento. Con sus artículos quieren compartir información interesante sobre su comunidad. ¡Esperemos que los disfruten!

Este es **mimundo** ¡y el suyo también!

## NUESTRO EQUIPO EDITORIAL



**Katherine Li**  
Correctora de estilo



**Jennifer Sosa**  
E. camp., mi mundo



**Nathalia Alvarez**  
Editora de sección



**Juan Carlos Milanés**  
Editor de sección



**Suldaireny Valdez**  
Editora de sección

Un agradecimiento especial a **Marleny Rojas** por su gestión administrativa.

@thedreamprojectdr

@TheDREAMProject

@TheDreamProject

[www.dominicandream.org](http://www.dominicandream.org)

**Editora:** Ana Galán

**Dirección de arte:** Mayte Dictamen

**Fotografías y diseño gráfico:**

Hailen Garcia

©2024 Todos los derechos reservados

## NUESTRO EQUIPO EDITORIAL



**Richard Bathelémy**



**Elizabeth Belen**



**Francis A. Bueno**



**Ana Melina Cadenas**



**Paola G. Castaño**



**Loreily Echaverria**



**Darlenys García**



**Krissbell González**



**Danilsy Guzmán**



**Kennedy Jan**



**Chantal Jimenez**



**José Martínez**



**Mikael H. Martínez**



**Roelca M. Peralta**



**Cárola Peña**



**Jasmine Polanco**



**Nicole Rodríguez**



**Nashla San Luis**



**Darleny Vázquez**

# Una isla unida al ritmo

Escrito por Richard Bathelemy, Krissbell González, José Martínez

Fotos de Hailen García

La República Dominicana es una isla dividida en dos: dos culturas, dos idiomas y dos legados, pero nuestra raíz es la misma: una sola tierra y una gran pasión por la música.

“La música es mi vida”, expresó Lamande Kedly, director de las clases de konpa dirèk en la Academia de Bachata. El konpa dirèk es un estilo musical haitiano estrechamente vinculado al merengue dominicano, aunque el merengue haitiano es notoriamente más lento que su homólogo dominicano.

Hablando sobre la influencia del kompa en la bachata, Marycris Martínez, una saxofonista de 18 años, maestra asistente en la Academia de Bachata y estudiante de ingeniería en sonido en la Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña (UNPHU), expresó: “Se influyen bastante porque están fusionando ambas raíces y desenvolviéndose en la música”.

En la Academia de Bachata, ubicada en el Callejón de la Loma en Cabarete, se ofrecen clases gratuitas de diversos géneros musicales además de la bachata, como merengue, kompa, baladas y salsa, junto con lecciones de teoría musical y composición.

“La música te puede liberar de la delincuencia, te ayuda a lograr tus metas,” dijo Anthony Martínez, maestro de guitarra que empezó a tomar clases con la Academia a los 14 años. Diez años después, Anthony ha tenido colaboraciones con Manuel Turizo, Kiko Rodríguez y entre otros.

Sección:

¡Descubre lo increíble!



LAMANDE KEDLY



MARYCRIS MARTÍNEZ

ANTHONY MARTÍNEZ



# La rica y diversa flora dominicana

Escrito por Paola Castaños y Lorely Echaverría

Sin duda, la República Dominicana tiene una extensa cantidad de hermosas flores que pone en alto el orgullo nacional por su gran belleza.

## Flor fuchsia



Foto de Pedro Genaro Rodríguez

## Campanita criolla



Fotos de Betsaida Cabrera, Jardín Botánico Nacional

## La rosa de Bayahíbe



Foto de Betsaida Cabrera, Jardín Botánico Nacional

# ANIMALES DEL CIBAO

Escrito por Nicol Rodríguez y Mikael Martínez

Hoy el protagonismo será para la fauna animal que se encuentra en la región norte de la República Dominicana.

## CARPINTEROS



Foto de Carmel Arquelaú



Foto de Ziyán Junaideen

## PALOMAS DOMINICANAS



Fotos de Mayte Dictamen

## CIGUAS PALMERAS



Foto de zoosnow

# ¿Insectos incomprensidos?

Escrito por Chantal Jiménez, Mikael Martínez, Darleny Vázquez  
Fotos de Mayte Dictamen

**¿Imaginas un mundo sin color?** Un planeta donde no hay naturaleza sería un lugar sin el aroma de las flores, sin el sabor de tus frutas favoritas y sin el dulce de la miel.



Las abejas forman parte fundamental para el ecosistema gracias a su labor de polinizar. “Estos insectos son vitales para nuestro cultivo porque su polinización no solo aumenta el rendimiento, sino que también mejora la calidad de la fruta,” dijo la apicultora Carolina Zúñiga, emprendedora de The Honey Company en Cabarete. “Sin las abejas, las plantas no se reproducirán ni florecerán con tanta facilidad.”

Las abejas necesitan un ambiente donde se sientan libres, cómodas y a gusto. Ellas forman parte de la biodiversidad, proporcionan alimentos de muy alta calidad. Existen aproximadamente 20.000 especies de abejas.

Existen diferentes tipos de miel, con colores y sabores distintos, dependiendo la fuente de donde provenga su néctar: flores, árboles de mango, de acacia, de campeche, etc.



## ¿SABÍAS QUE LA CRISTALIZACIÓN DE LA MIEL ES UN FENÓMENO FASCINANTE?

Este proceso ocurre cuando la miel adquiere la consistencia de mini-cristales. La velocidad de cristalización depende de la cantidad de glucosa y fructosa en la miel, siendo más lenta con mayor glucosa y más rápida con mayor fructosa. Este fenómeno único está influenciado por las flores visitadas por las abejas y la composición del néctar y el polen.



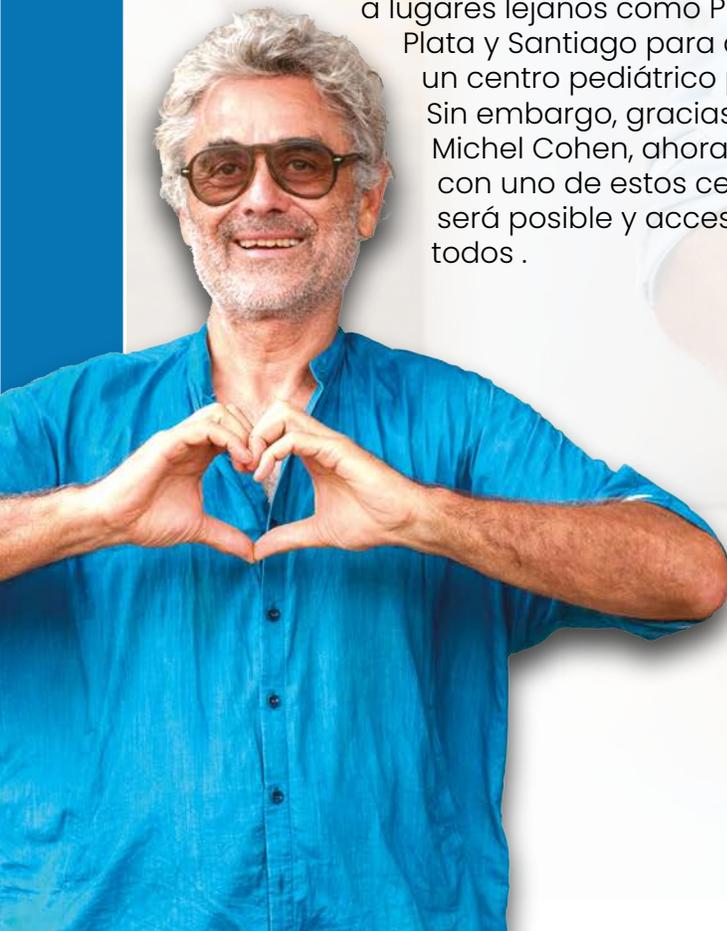
# La salud: Un derecho humano

Escrito por Francis Palin y Jasmine Polanco.  
Fotos de Hailen Garcia

La mayoría de los jóvenes en la República Dominicana tiene un acceso limitado a la atención médica en comparación con otros países. Además, la atención médica privada suele ser costosa y no está al alcance de aquellos niños y jóvenes de bajos recursos. Pero, ¿podría esto cambiar?

La solidaridad puede unir a la comunidad, ya sea al brindar desinteresadamente recursos materiales o servicios de salud y educación. "La meta no es simplemente ofrecer servicios médicos, sino ofrecer servicios médicos de alta calidad", explica el Dr. Michel Cohen, quien ha visitado la isla Dominicana durante 25 años y siente un profundo amor por esta nación. Por esta razón, ha decidido embarcarse en un nuevo proyecto que estará ubicado en La Ciénega. Su nombre es CARIÑO.

En la zona entre Cabarete y La Ciénega no hay centros de atención pediátrica disponibles. La comunidad suele tener que desplazarse a lugares lejanos como Puerto Plata y Santiago para acceder a un centro pediátrico público. Sin embargo, gracias al Dr. Michel Cohen, ahora contar con uno de estos centros será posible y accesible para todos .



Sección:  
Nuestra comunidad

La mejor noticia es que este servicio será completamente gratuito, con el objetivo de estar al alcance de toda la comunidad y estará ubicado en la segunda entrada de La Ciénega, Cabarete. El ambiente que ofrece este espacio es todo menos el típico de una consulta médica. Por el contrario, se siente como si estuvieras en una acogedora cafetería o en una tranquila biblioteca. El lugar tiene un toque rústico, rodeado de árboles y palomas que contribuyen a crear una atmósfera relajante y única.

Dentro de la visión del doctor Cohen se encuentra la idea de transformar la medicina, enfocándose en tratamientos lo más naturales posibles. Su iniciativa no persigue beneficios económicos, sino que se trata de una fundación comprometida a brindar apoyo.

CARIÑO no será solo un centro de atención médica; además de eso, ofrecerá charlas informativas a los adolescentes sobre relaciones sexuales y otros temas relevantes.



El Dr. Cohen con el equipo de Mi Mundo

# INSTANTES INOLVIDABLES: CAPTURANDO LA MAGIA DE LO COTIDIANO A TRAVÉS DE FOTOGRAFÍAS

Sumérgete en la autenticidad de nuestra comunidad a través de estas cautivadoras imágenes que capturan la esencia misma de la vida diaria. Cada fotografía es un testimonio visual de la diversidad y la riqueza cultural que define nuestra querida comunidad. ¡Explora y descubre la magia!



Foto de Judith Ravin

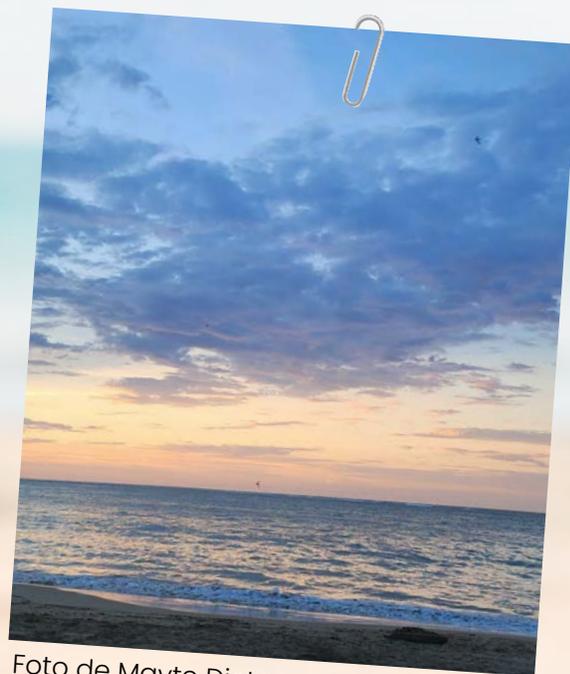


Foto de Mayte Dictamen



Foto de Judith Ravin



Foto de Judith Ravin

# LA VIDA DE UN KITESURFER

Sección:

Explorando el mundo

Escrito por Richard Bathelemy y Cárola Peña  
Fotos de Mayte Dictamen

Imagina un atardecer en la playa con grandes cometas volando en el cielo durante todo el día. ¿Suena imposible? Pero no lo es. En el pueblo de Cabarete se encuentra una playa con el viento perfecto para el kitesurf. De hecho, esta hermosa playa está entre las 10 mejores playas del mundo para practicar este deporte.

El kitesurf es un deporte extremo que requiere de ciertos instrumentos como: cometa, barra, arnés, leash, tabla e inflador, chicken finger (de seguridad), línea.

“Cualquier persona puede hacer kite desde un niño, hasta un adulto mayor de 70 a 80 años. Solo necesita disposición y empeño”, dijo Aryen González, maestro y emprendedor de la escuela AGK de kitesurf en la playa Cabarete.

Aryen empezó a los 13 años en el kite. Aprendió primero windsurf ya que no tenía los medios para hacer kite y tampoco personas que le apoyaran. Desarrolló individualmente su talento en este deporte.

Desde su deseo de contribuir a la comunidad, Aryen ofrece clases gratuitas y luego emplea a los que mejor se destaquen en este deporte. De esta forma aporta para que más locales tengan la oportunidad de practicar kitesurf.

“El kite te cambia la vida, te abre puertas que nunca pensaste tener y transforma la manera en la que ves los elementos como el agua y el viento”, expresó Aryen con mucha pasión.

El kitesurf es uno de los deportes más populares que se practica en Cabarete. Te ayuda a despejar y a forjar tu mente con disciplina y pasión. A veces un deporte puede parecer imposible, pero solo se necesita entusiasmo y práctica.



# EXPLORA LA EMOCIONANTE RUTA DE LOS RÍOS EN PUERTO PLATA

Escrito por Krissbell Gonzalez, Elizabeth Belen, Cárola Peña

Fotos de Hailen García y Luis Mario Murray



## Río Sonador, una belleza única

Está ubicado en la localidad de Yasica, a unos minutos de Puerto Plata, y se encuentra dentro de una propiedad privada. Para disfrutar de sus espacios, se requiere un pago único para acceder.

Este río fluye desde las montañas de Cabarete y ofrece divertidas excursiones durante todo el año. Puedes encontrar cascadas hermosas y aprovechar sus aguas cristalinas para un refrescante baño.

Este río consta de tres hermosas partes (El Palo, Cortina 1 y Cortina 2), pero si continúas hacia arriba caminando, podrás llegar cerca de donde nace este maravilloso río.

Se pueden realizar diversas actividades, como:

- Campismo.
- Rafting: Es una actividad deportiva y recreativa que consiste en recorrer el río en la dirección de la corriente, por lo general, en algún tipo de embarcación, kayak o paddleboard.



## La Rejoya, un lugar misterioso

Se encuentra en Yasica, en una comunidad llamada Juan de Nina. Es un poco complicado encontrar su hermoso arroyo, y lleva dentro de una hora de camino para llegar al lugar.

Este río es bastante hondo, pero sus aguas son cristalinas. Es recomendable conseguir un guía del lugar para no perderse.



# Estrellas Culinarias de DREAM

Escrito por Darlenys García y José Martínez

Fotos por Mayte Dictamen



CLARA, ABIGAIL Y MARÍA

## ¿Sabías que cuando cocinamos con amor la comida sabe mejor?

La cocina es el corazón de todo hogar, el núcleo de la casa y hasta el lugar favorito de muchos de nosotros. Para el DREAM Project, una de las piezas fundamentales es su cocina, donde tres mujeres excepcionales trabajan incansablemente para ofrecer un sabor único al equipo que trabaja en el centro educativo.

¿Puedes imaginar tener que cocinar para alrededor de 65 personas al día? Eso es exactamente lo que hacen estas superchef. Durante los campamentos de verano del DREAM Project, la cantidad de personas aumenta aún más.

Clara, María y Abigail son las estrellas de la cocina. Se preocupan por la salud de sus comensales, por lo que cocinan exclusivamente con ingredientes naturales como ajo, sal, pimienta y cebolla. Saben que muchos de los productos procesados que se usan a diario en la cocina contienen químicos que, con el tiempo, pueden afectar a la salud.

Estas increíbles damas cuentan con un sinnúmero de experiencias vividas aquí en el DREAM. Cada día es uno lleno de risas, calor y trabajo, pero sobre todo de aprendizaje porque cada día adquieren más experiencia en su área de trabajo.

Un agradecimiento especial a estas tres increíbles mujeres que cada día trabajan para mantener los corazones de los DREAMers contentos, porque, como dicen por ahí, barriga llena, corazón contento. Y más contento si es con comida natural.



*"Mi prioridad eran los niños; me enamoré de ellos", dijo María Lerenny (ayudante principal de cocina). "Pero me gustó más la cocina y dije, voy a trabajar porque me quiero quedar en la cocina. Y aquí me quedé."*



*"Si tú no tienes amor no te va a quedar nada bien, sobre todo en la cocina. Debemos amar y también tener delicadeza con lo que hacemos y más para quien la hacemos," dijo la señora Clara Martínez, cocinera principal.*



*"A mí me gusta la cocina porque de los primeros trabajos que he tenido este es el que más me ha encantado", dijo Abigail Velasquez (La Chula) ayudante auxiliar.*



# La receta de la chef de DREAM, Pica pollo dominicano



## Ingredientes

1. En este caso estaremos usando muslos para un mejor sabor.
2. Sal a tu gusto.
3. Pimienta a tu gusto
4. Orégano
5. Ajo molido
6. Limón

**Paso 1.** Desinfectar el espacio donde vas a lavar el pollo con cloro y agua y por último, vinagre.

**Paso 2.** Lavar el pollo con vinagre, agua y luego untar en harina.

**Paso 3.** Sazonar el pollo con los ingredientes anteriores: sal, pimienta, orégano, ajo molido y limón.

**Paso 4.** Pelar los plátanos y cortarlos en ruedas.

**Paso 5.** Colocar un caldero al fuego con aceite caliente.

**Paso 6.** Freír el pollo de 6 a 8 minutos a fuego lento. Después, bajar el fuego y freír durante 15 minutos para facilitar la cocción.

**Paso 7.** Introducir los plátanos en el aceite caliente por 3 minutos. Luego, majar con un majador. Por último, introducir nuevamente al aceite por 3 minutos más.

**Paso 8.** Sacar los pedazos de pollo y los plátanos fritos y poner todo en una bandeja con papel para absorber el aceite. Se puede poner sal en los plátanos fritos a tu gusto.

¡Y listo! Ya tenemos un rico pica pollo para compartir en familia, hecho con ingredientes naturales para cuidar nuestra salud y nuestro bolsillo. **¡Buen provecho!**

## ¿SABÍAS QUÉ?

El pica pollo es parte de la cultura dominicana; un plato que todo dominicano ama. Se hace con pollo frito, plátanos fritos y la opción de acompañar con ketchup.

# APRENDER A LUCHAR TE FORTALECE LA MENTE



Sección:  
Retos y reflexiones

Escrito por Kennedy Jan y Nashla San Luis  
Fotos de Hailen García y página web Academia de la Costa

Al entrar al mundo del jiu jitsu se dejan a un lado los zapatos y el ego en la puerta. En el tatami (la zona de entretenimiento), se lucha no solamente por defensa, sino también para una mentalidad más pacífica.

Según el maestro de jiu jitsu de la Academia de la Costa de Cabarete, Tomás Soñè, (mayormente conocido como "Papo"), "el jiu jitsu es un arte marcial japonés que con el pasar del tiempo llegó a Brasil, enfocándose más en una técnica de agarre y sumisión, de combate cuerpo a cuerpo utilizada por los samuráis."

El jiu jitsu es un arte marcial que se concentra en retener a tu oponente y que se destaca por su combate en el suelo.

Este deporte llegó a nuestra región cuando Tomás y sus compañeros tuvieron la idea de compartir estos conocimientos con la comunidad, aunque en un principio se planteó como un negocio turístico.

Hoy en día, Papo lidera la Academia de la Costa con pagos diferenciales. "Los estudiantes pagan lo que pueden. Y si no pueden, no pagan," comentó Papo.

La Academia de la Costa de jiu jitsu tiene un gran impacto en Cabarete con alrededor de 70 estudiantes dominicanos y extranjeros. La Academia de la Costa en total cuenta con unas 6 academias en todo el país y una en Canadá, con más de 700 personas que practican en ella mundialmente

En resumen, el "jiu jitsu" es una disciplina que ofrece beneficios para la salud física y mental, aliviando así el estrés dentro y fuera del tatami.



# El desafío de ser influencer:

## Más allá de las apariencias

Escrito por Roelca Peralta

Fotos de TikTok @MiledysRoque

El camino de un influencer está lleno de desafíos y caídas. Un influencer es una persona activa en las redes sociales que comparte contenido en una plataforma digital. Su estilo de vida y presencia en línea los han llevado a la fama viral, y se les otorga el título de "influencer" generalmente cuando superan los 10.000 seguidores y obtienen cierto número de "me gusta".

La palabra "influencer" se aplica a individuos que tienen la capacidad de influir, ya sea de manera positiva o negativa, en un público específico.

"Como creadora de contenido, considero que el rol de influencer en la sociedad es multifacético; algunos buscan inspirar o motivar, mientras que otros, como yo, buscan educar y concienciar", explicó la TikToker @MiledysRoque, reconocida por sus videos sobre casos de cultura y criminalización que han impactado en la República Dominicana.

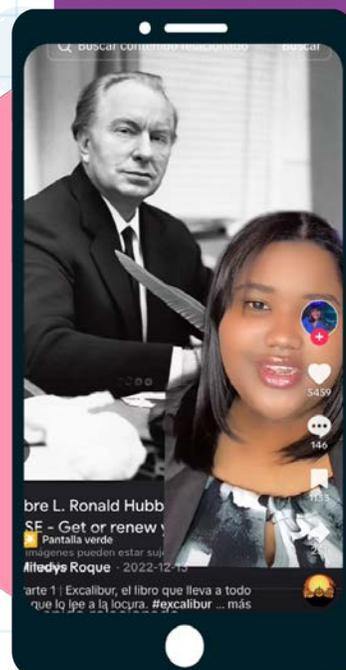
"Lograr ser influencer es una combinación de muchos factores, pero sin duda alguna, el primer paso para convertirse en influencer es tener una idea clara de lo que te apasiona."

Los creadores de contenido han abierto nuevos caminos y oportunidades, pero esto también ha llevado a ser el blanco de críticas y rechazo. "Ser influencer me ha brindado muchas oportunidades, sobre todo en el ámbito laboral", afirmó Miledys. "Además, ha cambiado mi vida y me ha hecho más consciente de la responsabilidad social que tengo".



### Consejos valiosos

En la vida, nada es fácil; incluso las cosas más pequeñas requieren esfuerzo. No te desanimes; siempre ten en mente por qué comenzaste.



# La Información

Más de un siglo de periodismo comprometido con la verdad

Escrito por Roelca Peralta, Loreily Echaverria

Fotos de Hailen Garcia

## ¿Cuándo fue la última vez que leíste un periódico?

En la República Dominicana, los periódicos los lee la gente mayor. La generación actual consume más noticias por las redes sociales. Todos tienen acceso a las noticias de forma inmediata. Pero, ¿cuál es entonces la diferencia entre el periodismo que se lee en un periódico y las redes sociales?

“Un periodista confirma antes de publicar,” explicó Félix Parra, redactor del periódico La Información. Y ¿cómo confirmamos lo que es la verdad? “Ir al lugar del hecho, entrevistar a las personas que fueron testigos de lo que sucedió” dijo Félix.

El periódico La Información es un centro donde se crean periódicos para informar a la sociedad, el único del país ubicado fuera de la capital. Fue fundado en la ciudad de Santiago, el 16 de noviembre de 1915, por Luís A. Franco Olavarrieta, Pedro M. Hungría, Alfredo Rojas y Rafael César Tolentino.

El periódico La Información nació en un momento histórico difícil, atravesando un momento grave de crisis económica, política y social que causó un estado de depresión y pesimismo colectivo afectando a la sociedad dominicana.

“El propósito del periodismo es informar a la sociedad del modo más verídico posible,” dijo Félix Parra, redactor del periódico La Información.



El periódico La Información es un gran defensor de la democracia, los derechos humanos y los intereses del pueblo. Además, en el aspecto laboral, este consta con más de treinta trabajadores en distintos cargos, y a diario se crean aproximadamente 7.000 a 10.000 ejemplares, los cuales tienen un costo de 10 pesos la unidad. Pero lo que sustenta el periódico son las publicidades.

A lo largo de los años de historia, el periódico La Información ha recibido el reconocimiento de la opinión pública y el testimonio de aprecio de los lectores.

“El periodista debe saber todo, no saberlo todo, pero por lo menos saber algo,” nos aconsejó Parra. “Un periodista tiene que estar leyendo constantemente.”

Lee todo. La lectura te abre la mente y te abre puertas en esta vida.



Félix Parra, redactor de La Información



# Un homenaje a la mujer dominicana

Escrito por Darlenys García Cabrera, Elizabeth Belen y Richard Bathelemy  
Fotos de Hailen García

“Mujer dominicana: mujer valiente y emprendedora,” dijo el Lic. Eduardo Villaman Fadul, director general e ideólogo del Museo Rosita Fadul que él fundó en memoria a su madre para honrar a “aquellas mujeres dominicanas que han logrado dejar huellas imborrables en la historia desde distintos aspectos sociales para que fuéramos una mejor nación.”

El Museo Rosita Fadul está ubicado en Santiago de los Caballeros. La inspiración para convertir este museo en realidad llegó a Villaman después de la muerte de su madre. Utilizando como motor de inspiración el deseo de cumplir uno de los últimos deseos de su madre, dejando en claro que el amor de un hijo es más fuerte que cualquier obstáculo.

Rosa Fadul fue una jueza civil, gobernadora, diputada y defensora del prójimo, siempre velando por el bienestar de las personas y más aún de los vulnerables. En vida, Rosa se encargó de darles tierras a aquellos que no tenían un hogar propio, además de grandes aportes a las personas agrícolas y contribuyó al carnaval de Santiago.



Retrato de Rosa Fadul



Lic. Eduardo Villaman Fadul, director del Museo Rosita Fadul

El museo cuenta con aproximadamente 72 mujeres dominicanas destacadas tanto en aspectos sociales como culturales, desde las heroicas hermanas Mirabal hasta nuestra única Miss Amelia Vega y muchísimas otras: Trina De Moya (poeta dominicana, autora del himno a las madres y primera dama de la República), Aida de Cartagena (poeta narradora y ensayista), Ines Paez (Chef Tita), Zoe Saldaña (actriz dominicana-estadounidense), María Montez (estrella en hollywood)

Además, en el mismo museo se llevan a cabo charlas con psicólogos sobre la no violencia contra las mujeres, con el objetivo de empoderar a las chicas de la comunidad en estos temas.

Este museo alberga un espacio dedicado a honrar a las grandes mujeres dominicanas, quienes son ejemplos como madres, amigas, hijas y ciudadanas excepcionales.



La revista Mi MUNDO quiere dar las gracias a sus patrocinadores:



CARIÑO



¡Ven a conocernos!  
Visita DREAM Center, en el Callejón de la Loma de Cabarete, para conocer a nuestro equipo y descubrir todos los programas increíbles que ofrecemos.

¿Eres estudiante y te gusta escribir?  
¡Tenemos el campamento de periodismo perfecto para ti en agosto!

¡Te esperamos!

Come see us!  
Visit DREAM Center, in Callejón de la Loma, in Cabarete, to meet our team and learn all about our amazing programs!

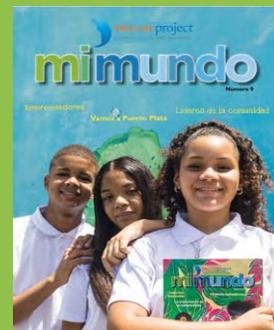
We can't wait to meet you!

Si desea más información  
For more information  
[mimundo@dominicandream.org](mailto:mimundo@dominicandream.org)  
[www.dominicandream.org](http://www.dominicandream.org)



DREAM project

¡Tu donación hace la diferencia!



**DREAM PROJECT** Desde 2001, nuestra organización ofrece a miles de niños y jóvenes de la República Dominicana muchas oportunidades y maneras divertidas e innovadoras de aprender, como esta revista. DREAM ha conseguido que la lectura sea parte de la vida de muchos jóvenes y sus familias en más de 20 comunidades mediante el acceso a libros y actividades que promueven el amor por el aprendizaje y ayudan a entender el mundo que nos rodea. Con nuestras bibliotecas escolares y comunitarias y nuestros programas educativos interactivos queremos seguir haciendo que la lectura sea parte de todos nosotros.