

mi mundo

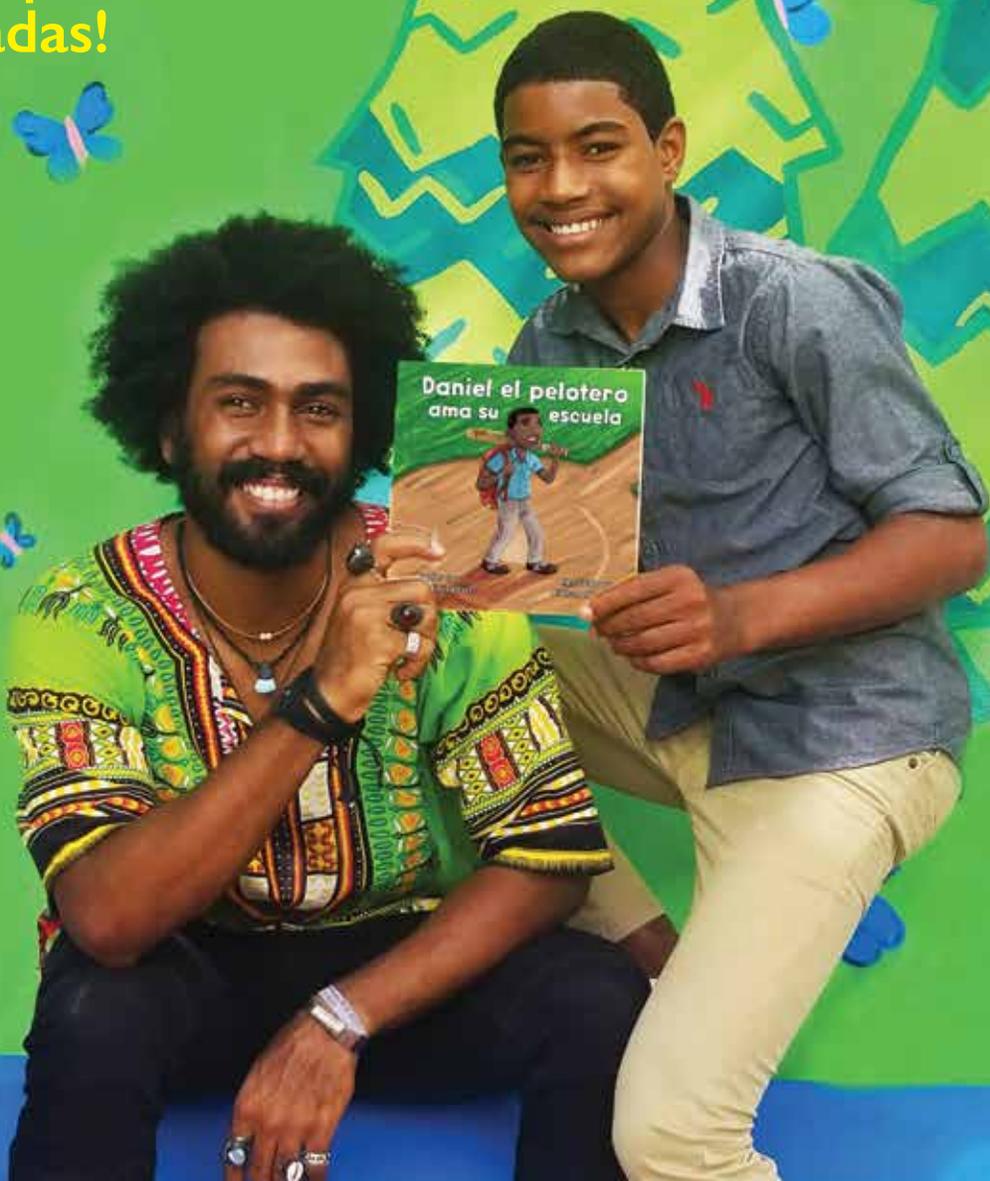
Número 3, abril 2018

Erison,
un escritor
de 15 años

¡Clasificados para
las Olimpiadas!

¡Escapa de
la resaca!

Conoce a
Minou Mirabal



Bienvenidos a MI MUNDO, la revista escrita por los estudiantes de DREAM Project de Cabarete. Con sus artículos quieren compartir información interesante sobre su comunidad y los problemas que preocupan a la juventud. ¡Esperamos que los disfruten!

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

NUESTRO EQUIPO EDITORIAL



Casandra Oscar Dorival



Fania Oscar Dorival



Jeremy Emmanuel Sánchez



Glorially Ramírez



Franchesca Balbuena



Grachus Babeuf Fenelón



Manuela Parisien Laureore



Chanely Franchezca Rosario



Luis Mario Murray



Luisa Maritza Martínez



Emely Díaz Martínez



Adrián de la Cruz

Jennifer Martínez
Yuly Martínez
Roodeline Adonis
Esperanza Saint Louis

Un agradecimiento especial a Nirelis Puello y Vesna Radivojevic por su valiosa labor y coordinación del equipo de Mi Mundo.

www.dominicandream.org

¡UN CUERPO INCREÍBLE!

Luis Mario Murray

El cuerpo humano es una máquina realmente increíble. ¡Es muy importante cuidarlo para que funcione bien durante toda tu vida!

El cráneo se compone de 29 huesos diferentes.

La capacidad del cerebro humano es de más de 4 terabytes.

¡Es imposible estornudar con los ojos abiertos! ¡Salud!

El músculo más fuerte del cuerpo es la lengua.

El corazón de las niñas late más rápido que el de los niños.

El corazón humano bombea 182 millones de litros de sangre en toda su vida.

Con cada paso que das mueves 200 músculos.

Un bebé nace con 300 huesos. Un adulto tiene 206 huesos.

Los pies pueden producir hasta medio litro de sudor al día.



Cuida tu alimentación:
Come una dieta variada de frutas y verduras. Evita los refrescos y los dulces.



Higiene: Báñate y cepíllate los dientes todos los días. Mantén limpias las heridas para que no se infecten.



Haz deporte.



Duerme al menos siete horas diarias.

Alimenta el cerebro ¡y lee todos los días!



¡CLASIFICADOS PARA

Chicos de Cabarete clasifican para ir a los Juegos Olímpicos Juveniles
¡en representación de todo el continente de América!

Entrevistamos a Raquel del Río que mediante su organización, Cabarete Kite Academy, ayudará a los chicos a prepararse para las olimpiadas. ¡Desde la revista Mi Mundo les deseamos mucha suerte a nuestros campeones!

¿Quiénes se clasificaron? ¿Nos puedes hablar de ellos?

En enero, se celebró en Cabarete la clasificatoria para los Juegos Olímpicos Juveniles de Kiteboarding. Clasificó **Lou Marin**. Lou vino a República Dominicana desde Francia cuando tenía 15 días de nacida. Se considera dominicana y por eso compite por nuestro país. Hace 5 años empezó a practicar Kite y ahora fue vencedora y consiguió el puesto para representar al continente de América en los Juegos Olímpicos Juveniles. Tiene 16 años.

En segundo lugar quedó también la dominicana **Paula Herrmann**. Paula tiene 15 años y es una gran promesa del Kite en nuestro país. Acompañará a Lou como suplente en los Juegos Olímpicos Juveniles.

En la modalidad masculina está **Adeuri Corniel**. Adeuri tiene 17 años y es actualmente el campeón del mundo juvenil. Quedó en segundo lugar en la clasificatoria, pero ahora viajará a China para luchar por su plaza en los Juegos Olímpicos. Adeuri viene de una gran familia de campeones y es uno de los mejores kiteboardistas del mundo actualmente.

¿Cuándo son las Olimpiadas Juveniles y dónde?

Los Juegos Olímpicos Juveniles serán en Buenos Aires, Argentina, en octubre de 2018.



De izquierda a derecha: Adrison Batista, Nisael Gómez, Adeuri Corniel, Carlos José Rodríguez, Kelvin Corniel (entrenador), Suami Cavallo, Paula Herrmann, Madelyn Corniel, Lou Marin

¿Cuáles son los requisitos para participar?

Para participar hay que haber nacido entre el año 2000 y 2003 porque son las edades permitidas ya que es juvenil y hay que haber quedado en primer lugar en la clasificatoria del continente donde está tu país. A nosotros nos correspondía la clasificatoria de América.



Florián Trittel, Raquel del Río y Kelvin Curiel prepararán a los atletas para los Juegos Olímpicos.

LAS OLIMPIADAS!

Emely Díaz



¿Cuántas personas o países participan?

En los Juegos Olímpicos habrá un representante masculino y otro femenino de cada continente. Solo 12 hembras y 12 varones del mundo entero.

¿De qué manera se van a preparar?

Los atletas entrenan casi todos los días de la semana. Tienen un entrenador para su entrenamiento en el agua y también para su entrenamiento físico fuera del agua ya que van al gimnasio tres veces por semana para fortalecerse y estar en buenas condiciones físicas.

¿Cómo los ayuda el Cabarete Kite Academy?

Cabarete Kite Academy prepara a los atletas para salir a competir internacionalmente. La academia se encarga de darles equipo, entrenamiento y asesoría para poder salir al extranjero a representar el país. También da un refuerzo en el tema de educación para que sepan expresarse correctamente, tanto en inglés como en español de forma oral y escrita.



Lou Marin, Raquel del Río y Paula Herrmann

Lou Marin después de la prueba en la que consiguió clasificarse.



RONALDO SAINT LOUIS

¡Superación!

Maritza Martínez



Ronaldo sabe que para mejorar hay que practicar todos los días.



Fotos de Nirelis Puello

Ronaldo Saint Louis, haitiano de nacionalidad, empezó a jugar basketball a los 15 años de edad y dos años más tarde se convirtió en uno de los mejores jugadores de La Ciénaga. El deporte lo ayudó a tener más confianza en sí mismo y a conocer nuevos amigos.

¿Qué es lo que más te llamaba la atención del basketball?

La forma de vestir y el juego.

¿Qué te resultó más difícil cuando empezaste a jugar?

Al principio pensaba que no iba a aprender porque no tenía la habilidad. Me sentía avergonzado por la manera que me miraban las personas al verme jugar.

¿En qué equipo juegas?

En el equipo de DREAM

¿Cómo te ha ayudado el deporte?

El deporte me ha cambiado la forma de pensar, mi carácter y mi manera de actuar en la sociedad.

¿Cuáles son los beneficios de hacer deporte?

El deporte nos ayuda con nuestra salud y a mantener un buen físico. Nos ayuda a socializar con más personas. Practicar un deporte es una buena manera de divertirse y de liberar o despejar la mente.

¿Cuál es tu sueño en la vida?

Poder jugar en otros países del mundo y conocer a grandes jugadores de la NBA, como LeBron James, Stephen Curry y James Harden. Pero mi sueño más grande es ser un gran jugador.



MASON, diseñadora

Cassandra Oscar Dorival y Gloraldy Ramírez

En la comunidad de la Ciénaga de Cabarete vive Ramonita González, más conocida como Mason. Es una mujer de 65 años que todos los días trabaja en su casa con su máquina de coser para diseñar ropa y carteras. Antes de empezar, le gusta sentarse en algún lugar que le recuerde a algo especial y le inspire. Para ella, con inspiración todo es posible. Coser le hace sentirse relajada y feliz.

Ser diseñadora de ropa no es trabajo fácil. Cuesta tiempo y esfuerzo. "El diseño de ropa es algo creativo que nace de ti", dice Mason.

Mason es una mujer emprendedora que se ha ganado el cariño y respeto de su comunidad por su honestidad y compromiso. Empezó a diseñar a los 20 años y ya tiene 43 años de experiencia trabajando en la costura.

Cuando era pequeña y la ropa que más le gustaba se rompía, la usaba para hacer vestidos a sus muñecas. También repara ropa para las personas de su vecindario.

Los sábados se dedica a enseñar a niñas a diseñar ropa. Espera que con sus enseñanzas puedan convertirse en emprendedoras como ella. Mason les recomienda a las jóvenes que no abandonen sus sueños porque si tienen esperanza y fe, conseguirán alcanzarlos.

Mason es una inspiración para todos.



Mason muestra algunos diseños de sus carteras durante su entrevista con Cassandra y Gloraldy.

ERISON VALERA FRÍAS

AUTOR A LOS QUINCE AÑOS

Fania Oscar y Adrián del Rosario

Foto de Stacy MacKinnon

Erison vive en Rancho al Medio, en la región de Playa Najayo, San Cristóbal. Con solo quince años de edad, ganó el segundo premio de un concurso de escritura organizado por Baseball Cares. Con su libro, *Daniel el pelotero ama su escuela*, nos quiere transmitir el mensaje de que no importa lo difícil que sea tu sueño, siempre debes luchar para alcanzarlo.

¿Qué te inspiró a escribir este cuento?

Me inspiró ver cómo los padres sacan a sus hijos de la escuela para dedicarse solo a la pelota.

¿Qué te gusta más el béisbol o la escuela?

La escuela

¿Cómo te sentiste al ver tu libro publicado?

Me sentí muy orgulloso y feliz.

¿Qué quieres ser de mayor?

De mayor quiero ser ingeniero civil.

¿Qué fue lo más difícil a la hora de escribir tu cuento?

Lo más difícil fue pensar la historia.

¿Leer es importante? ¿Por qué?

Leer es importante porque nos ayuda a mejorar la escritura y el lenguaje.



EDISON MONTERO

UNA VIDA DEDICADA AL ARTE Y A LA ILUSTRACIÓN

Manuela Parisien y Chanely Franchezca Rosario

Edison Montero, ilustrador, muralista y escritor dominicano que vive en Santo Domingo ilustró el libro que escribió Erison, entre muchos otros.

¿Por qué quisiste ser ilustrador?

El dibujo fue la primera forma de expresión con la que yo me identifiqué. Un dibujo puede contar muchas historias y a mí me gusta contar historias. Lo encuentro muy divertido y es una de las razones por las que me encanta pintar. Dibujo desde pequeño y prácticamente me he pasado toda la vida dibujando.

¿Qué te inspira para ser ilustrador?

Mi inspiración es contar historias a través de cada obra. Lo que más me gusta hacer son dibujos de fantasía.

¿A cuántas ciudades o países has ido a pintar?

Hay algunas ciudades donde no he ido pero sí han ido mis obras. Por ejemplo, en Argentina, se publicó un cómic en que el trabajé pero no he tenido la oportunidad de visitar ese país. En Cuba, he presentado trabajos. En Haití pinté durante un intercambio cultural dominicano-haitiano. También he estado en la universidad de Puerto Rico. En Francia me invitaron a participar en un festival de cultura afro-descendiente llamado FronPon. Mis obras también han estado en los Estados Unidos y España.

¿Cuántos libros has ilustrado?

He ilustrado unos 40 libros para distintas editoriales y revistas infantiles.

¿Cómo reaccionaron tus padres cuando les dijiste que querías ser ilustrador?

La primera reacción de mis padres cuando les dije que quería ser ilustrador fue decirme que me dedicara a otra cosa, ya que vengo de una zona donde no se sabe mucho de la pintura. Mucha gente piensa que los artistas mueren pobres y sus obras comienzan a coger popularidad después de su muerte.

EL HIGÜERO DE FRUTO A FRUTERO

Franchesca Balbuena Díaz

Gracchus Babeluf Fenelón

¿SABÍAS QUÉ?

El árbol de higüero también se conoce como jícaro, jícara, guacal y tecomate. Produce unos frutos muy grandes que se utilizan para hacer diversos tensilios, desde artesanías, lámparas y máscaras a cucharas, termos y recipientes de cocina. También se pueden usar para hacer calabazos y fermentar el vino. En algunos países de África y en Perú, utilizan la pulpa cocida y dicen que tiene propiedades medicinales.

Víctor Ventura, del Parque Ecológico Rugama, nos explica cómo se preparan los frutos del higüero para hacer un frutero o un cuenco de cocina.

Se desprende el fruto del higüero del árbol.



Fruto de higüero abierto



Se corta con una sierra con cuidado para que no se rompa. Hay que ir cortando por todos los lados, poco a poco.



Se vacía la pulpa y se limpia bien para que no queden manchas oscuras.



Se hierva con agua y un poco de cloro.



El higüero ya está listo para utilizar.

¡TARÁNTULA!

Franchesca Balbuena Díaz

Existen muchos mitos acerca de las tarántulas o cacatas, unas criaturas interesantes, sorprendentes y muy temidas. Muchas personas piensan que las tarántulas son venenosas, que se pueden saltar al cuerpo y que su picadura provoca algunas enfermedades, pero lo cierto es que ¡las tarántulas tienen más miedo a las personas que las personas a las arañas!

Ariel Javier, de 15 años, y Yeison Mengot, de 13 años, se encargan de una cacata en Jungle River Tours.

¿Dónde la encontraron?

En la montaña debajo de una piedra en la loma de Cabarete.

¿En qué condiciones de temperatura debe estar?

Debe estar en calor porque el frío la mata.

¿Qué come?

Come insectos, alacranes y lombrices pequeñas.

¿Esta cacata pica?

Todas las arañas pueden picar, pero la picadura de esta araña no es venenosa. Si te llega a picar debes ir al médico porque podría causarte una irritación.



Yeison Mangot muestra su cacata.



DATOS DE LA TARÁNTULA

Nombre común: Cacata o tarántula gigante roja

Nombre científico: *Phormictopus cancerides*

Tamaño: Las hembras tienen un cuerpo de 9 cm y miden unos 23 cm con las patas. Los machos tienen un cuerpo de unos 6.5 cm. Los machos tienen las patas más finas y unas espuelas debajo del primer par de patas.

Longevidad: los machos viven entre 3 y 5 años. Las hembras pueden vivir entre 15 y 25 años.

Alimentación: Come todo tipo de invertebrados y vertebrados pequeños. Clava los colmillos a su presa y le inyecta veneno para paralizarla.

Hábitat: Selvas tropicales

Emmanuel, de 25 años, es un profesional de la música. Toca la guitarra eléctrica y acústica en el coro del Banco Central de Santo Domingo, además de tener un Espacio Creativo llamado "Attico Music & Arts".

Una de sus innumerables cualidades es su pasión por la enseñanza. Todos los fines de semana, viaja de Santo Domingo a Cabarete para impartir clases de piano y guitarra a los jóvenes con una organización sin ánimo de lucro llamada Fedujazz.

EMMANUEL PEÑA SILVERIO

Jeremy Emmanuel Sánchez

¿Qué te motiva a hacer ese viaje todas las semanas?

Lo que más me conmueve es la pasión por la música que tienen los niños de Fedujazz. Están muy envueltos en la música y su alegría contagia a cualquier persona. En estos casi tres años trabajando allá, he visto cada vez más el poder que tiene la música de realizar un cambio social en la vida de las personas y en las comunidades. Un instrumento puede sacar a un niño de la calle. Utilizando la música como herramienta podemos educar a los niños para que sean personas de bien.

¿Has trabajado para alguna fundación con niños especiales?

Toqué en Mustard Seed, una fundación para niños discapacitados. Fue una experiencia muy conmovedora ya que a través de la música el estado de ánimo de los niños cambió y estaban muy contentos. Muchos no podían hablar, pero mostraban su sonrisa al oír los sonidos de los instrumentos,

¿Por qué te interesó la música?

Mi hermana comenzó primero con la guitarra y yo se la tomaba para inventar. Aprendí a tocar solo con un pequeño libro que teníamos. Mi pasión por la música cada vez creía más. Cuando terminé el colegio, decidí entrar en el conservatorio y dedicarme a lo que tanto amaba sin importar lo difícil que fuese el camino.

¿Cuál es tu meta decisiva en tu carrera?

Quisiera ganar un Grammy y poder tocar mi música a nivel mundial.

¡ESCAPA DE LA RESACA!

Equipo editorial de Mi Mundo

¡Ay, la resaca! ¡Pero esta no es la resaca que piensas! La resaca es una corriente fuerte de agua que te arrastra mar adentro. ¡Es capaz de arrastrar hasta al mejor nadador! Todos los años, en nuestras playas, mueren personas ahogadas por causa de la corriente de la resaca. Aprende cómo salir de la corriente. ¡Estos consejos podrían salvarte la vida!

¿Qué debes hacer si te atrapa la resaca?

- Mantén la calma.
- No luches contra la corriente. ¡No vas a ganar!
- Nada en el sentido de la corriente. Después, aléjate de ella y nada hacia la orilla.
- Si no puedes escapar nadando, mantente a flote.
- Si necesitas ayuda, grita y agita los brazos.

¿Cómo puedes ayudar a alguien atrapado en la corriente?

- ¡No intentes rescatarlo! Muchas personas pierden la vida al intentar rescatar a otras.
- Pide ayuda a un profesional o a alguien que tenga una tabla o un bote.
- Si no hay salvavidas, explícale a la persona que está en el agua lo que tiene que hacer.
- Si puedes, arrójale un flotador.

¡La seguridad es lo primero!

- Aprende a nadar.
- Nunca nades solo.
- Mantente siempre alerta.
- Si no estás seguro, ¡no te metas en el agua!



MINOU TAVÁREZ MIRABAL

¡UNA MUJER LUCHADORA!

Manuela Parisien y Gracchus Babeuf Fenelón



Foto de Stacy MacKinnon

Minou durante su entrevista con Manuela y Gracchus

Minou Tavárez Mirabal es hija de Minerva Mirabal, una de las activistas dominicanas que fue asesinada por el dictador Rafael Leónidas Trujillo, junto a sus hermanas Patria y María Teresa Mirabal, las cuales se oponían al régimen trujillista.

Desde pequeña, Minou presentó un carácter de emprendimiento, empoderamiento y amor a la política, siendo criada por su abuela Chea quien le transmitió sus valores y sentido de la democracia.

Durante su carrera política, Minou ha ido superando muchos obstáculos. Fue electa como Diputada del Distrito Nacional. También se ha desempeñado como viceministra de relaciones exteriores (1996-2000).

Actualmente es fundadora y presidenta del partido Opción Democrática. En mayo del año 2016, fue candidata a la presidencia dominicana representando los partidos Alianza por la Democracia (APD) y Opción Democrática (OP).

Minou continúa luchando para que la sociedad sea más equitativa y democrática.

LECCIONES QUE APRENDIMOS DE MINOU

Cuando una persona quiere realmente algo debe luchar y hacer todo lo posible para obtenerlo.

Si no hay justicia, no puede haber democracia, no hay derecho.

Si queremos un país justo todos debemos luchar para obtenerlo.

4 de cada 10 niños son víctimas de abuso físico o psicológico. Estos problemas no se deben tolerar.

Cada persona es su propio obstáculo.

Una verdadera mujer lucha por sus sueños.

Aunque tengamos muchos problemas en la vida, no nos debemos dar por vencidos.

Las mujeres y los hombres deben tener las mismas oportunidades. Debemos educar a las niñas en una cultura de no discriminación e igualdad.

Cuando una mujer aspira, otras mujeres se inspiran.

¡LOS NIÑOS TENEMOS DERECHOS!

Chanely Franchezca Ovalles

“Mis padres no me dejan salir donde yo quiera, no me dejan comprar la ropa corta que a mí me gusta y no me dan todos los caprichos ni todos los gustos que yo quiero. Están violando mis derechos.”

Esto es lo que piensan algunos jóvenes; sin embargo, lo cierto es que cuando nuestros padres hacen eso, nos están dando una buena enseñanza y educación, nos demuestran que les importamos, que nosotros valemos y que nuestra vida y nuestro futuro son importantes. Cuando hacen eso, nuestros padres nos están protegiendo y **están defendiendo nuestros derechos.**

¡CLARO QUE SÍ!

Según la UNICEF, estos son algunos de los derechos de los niños:

- 1- Derecho a la igualdad, sin distinción de raza, religión, idioma, nacionalidad o sexo
- 2- Derecho a la protección para el desarrollo físico, mental y social
- 3- Derecho a un nombre y nacionalidad
- 4- Derecho a una alimentación, vivienda y atención médica
- 5- Derecho a la educación y tratamiento especial para los discapacitados.
- 6- Derecho a la comprensión y el amor de los padres y la sociedad.
- 7- Derecho a las actividades recreativas y a una educación gratuita.
- 8- Derecho a ser de los primeros en recibir ayuda.
- 9- Derecho a la protección contra el abandono, crueldad y explotación.
- 10- Derecho a ser criado con espíritu de comprensión, tolerancia y amistad entre pueblos.



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

DORIS HERNÁNDEZ SAUER * KARLA FARACH DE ATHANASOPOULOS * RAQUEL DEL RÍO



Tel. RD (829) 770-9171 USA (615) 887-6119



Teléfono: 809 - 504 2015

www.facebook.com/RugamaTours/
www.rugama.npage.de

Si desea más información sobre
la revista o quiere anunciarse,
por favor, escriba a:

mimundo@dominicandream.org

www.lectorum.com

LECTORUM

¡Si es en Español, lo tenemos! • If it's in Spanish, we have it!

Toll Free : 800 • 345 • 5946