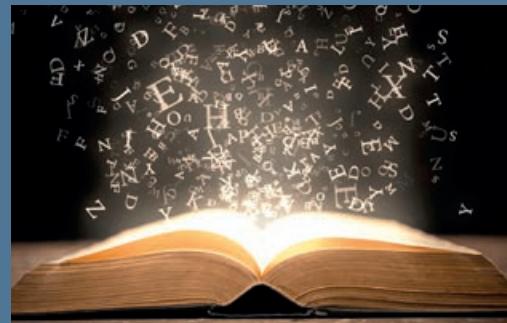


Revisión histórica de ganadores del Certamen Literario

Recordamos a algunos de los ganadores del Certamen Literario a través de sus propios textos.

24>



CDI informa

Publicación semanal del Centro Deportivo Israelita, A. C. יידישער ספורטצענטער – מקסיקו

Núm. 3002

27 de tamuz 5783

Ciudad de México a 16 de julio de 2023

www.cdi.org.mx

f @cdideporvida

@cdideporvida



¡ÚNETE A LA DIVERSIÓN!

Llegó el esperado momento del año para niños y niñas en busca de emociones y diversión: ¡Los Campamentos de Verano 2023 inician el lunes 17 de julio! Con entusiasmo y alegría, nuestros pequeños aventureros se reunirán en las instalaciones del CDI, Punto CDI Monte Sinai y el Colegio Olamí ORT para comenzar una experiencia llena de actividades emocionantes y nuevas amistades. Una de las cosas que nos distingue para estos campamentos, es nuestro estupendo conjunto de instalaciones. Contamos con amplias áreas verdes, Alberca, canchas deportivas, salas de juegos y mucho más. Cada espacio ha sido diseñado pensando en el confort de los niños, brindándoles

un entorno ideal para explorar, aprender y divertirse.

En el CDI, nos aseguramos de tener un equipo de profesionales altamente calificados en cada una de nuestras actividades. Desde profesores especializados en diferentes disciplinas hasta guías expertos en actividades al aire libre. Si los chicos son amantes del deporte, te encantará saber que en nuestras clínicas deportivas procuramos una alta calidad en la enseñanza. Contamos con entrenadores especializados que guiarán a los participantes en diferentes disciplinas, ayudándolos a mejorar sus habilidades y disfrutar al máximo de cada deporte. Asimismo, podemos destacar que este año tenemos una magnífica clínica

especial de Básquetbol con especialistas de la academia de los Capitanes. Y, qué decir del Camp Circus, será una toda una sensación entre los chicos de 6 a 13 años.

La seguridad y el bienestar de tus hijos son nuestra máxima prioridad. En el CDI, nos orgullece ofrecer un entorno amable y seguro donde los niños puedan explorar, aprender y hacer amigos.

Con todas estas razones, la diversión en los Campamentos de Verano del CDI está asegurada. No dejes pasar esta oportunidad y asegura un verano lleno de momentos inolvidables para tus hijos. Te recordamos que las inscripciones son semanales.

¡Acá nos vemos!



Los Juegos Macabeos Panamericanos Buenos Aires 2023

Sofía Mercado Atri

12>



Se cumplirán 29 años de dolorosa impunidad

AMIA/aniversario

35>



קרן היסוד
POR EL PUEBLO DE ISRAEL
Celebrando con Israel

¿Sabías que?

En Keren Hayesod apoyamos de manera directa e inmediata a instituciones y proyectos como:



Cada uno de nosotros, juntos.



Año tras año fortalecemos la educación judeo sionista y ayudamos a forjar a nuestros futuros líderes comunitarios,

EN MÉXICO Y SOBRE TODO EN NUESTRA COMUNIDAD.



KH - Tu conexión con Israel



@kh_tuconexionconisrael

VOLUNTARIOS DEL CDI LIC. NOEMI WEIL



En el Centro Deportivo Israelita, hay voluntarios cuyo compromiso y dedicación dejan una huella imborrable en la Institución. Entre ellos, se destaca Noemi Weil, una mujer ejemplar que ha dedicado y mantiene buena parte de su tiempo y esfuerzo al servicio del Dépor.

La Lic. Noemi Weil de Gancz ha desempeñado diversos cargos y ha participado en eventos importantes a lo largo de los años. Su contribución al Dépor ha sido invaluable, demostrando su amor por la Institución y su deseo de promover el crecimiento y bienestar del Deportivo, mismo que mantiene en su actual cargo representativo como Secretaria del Comité Ejecutivo del CDI.

Desde sus primeros años, Noemi Weil se destacó en el ámbito deportivo. Dicha experiencia que incluye juegos juveniles de verano y participaciones en Juegos Macabeos Panamericanos, le permiten una gran sensibilidad y conocimiento como Voluntaria donde ha desempeñado roles de liderazgo. Desde 2014 hasta 2018, ocupó el cargo de Vicepresidenta del Comité de Tepotzotlán; luego de 2018 a 2022 fue Presidenta de ese Comité, demostrando su capacidad para tomar decisiones y guiar a otros en beneficio de la Institución. ■



CDI, ESPACIO LIBRE DE TABACO

En atención al nuevo Reglamento de la Ley General para el Control del Tabaco en México, el Centro Deportivo Israelita es un espacio 100 por ciento libre de humo de tabaco y emisiones. Por lo que queda prohibido fumar, consumir o tener encendido cualquier producto de tabaco o de nicotina.



Verano espectacular en el CDI

Con los chicos ya de vacaciones, muchos papás optaron por inscribirlos en alguno de los campamentos de verano que desde este lunes se desarrollarán en las Instalaciones del Dépor, Punto CDI Monte Sinai y Colegio Olamí ORT. Con ello, el Deportivo se transforma en las mañanas en un hervidero de niños y niñas participando en un sinfín de actividades recreativas.

De igual manera, los adultos mayores podrán disfrutar de actividades que los mantienen a tono física y mentalmente. Si lo tuyo es la lectura, la Biblioteca Moisés y Basi Mischne te espera estas vacaciones de lunes a jueves de 8:30 a 19:00 horas; y sábados y domingos, de 9:00 a 15:00 horas. Asimismo, afinando detalles técnicos y tácticos, los equipos que van a participar en los juegos juveniles de verano mantienen sus entrenamientos antes de salir hacia sus respectivos torneos. Uno de los espacios favoritos de los Socios es el área de Fitness que mantiene disponibles sus clases. Consulta el Calendario y reserva tu clase a través de la App. Recuerda que todas las clases están incluidas con tu membresía al corriente.

El Dépor, la Casa de Todos, siempre tiene una actividad o un espacio para ti. Si lo que te gusta es caminar, nadar, leer, disfrutar del Asoleadero; o de simplemente conversar con tus amigos, tenemos los mejores espacios para esos momentos mágicos de encuentro. Las vacaciones de verano están aquí y nos da gusto recibirte, ¡te esperamos! ■



HORARIOS DE VIERNES EN VACACIONES



**El Centro Deportivo Israelita
abrirá los viernes 21, 28 de julio
y 4, 11 agosto de 2023
en horario de 6:30 a 15:30 horas.**

CLASES FITNESS

Del 17 al 23 de julio

Dificultad:

- Principiante
- Intermedio
- Avanzado

Modalidad de las clases:

- Clase por Zoom
- Híbrida (presencial y Zoom)
- Clase presencial

Te recordamos que todas estas clases están incluidas en tu cuota mensual como Socio del CDI.

LUNES



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Max y Amparo Shein
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Intervalos

7:00 a 8:00 horas
Karenina Ramírez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



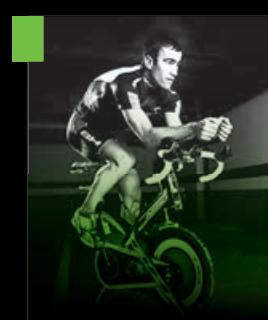
Sinergy

8:00 a 9:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



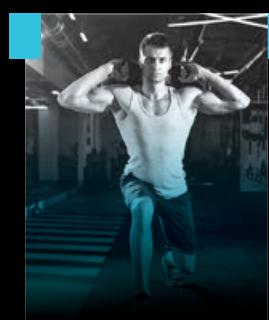
Entrenamiento Funcional

8:00 a 9:00 horas
Gabriel Beltrán
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Intervalos

8:00 a 9:00 horas
Karenina Ramírez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Full Body

9:00 a 10:00 horas
Fernando Hernández
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela
(CLASE HÍBRIDA)



Círculo Hiit

10:00 a 11:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / Salón SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



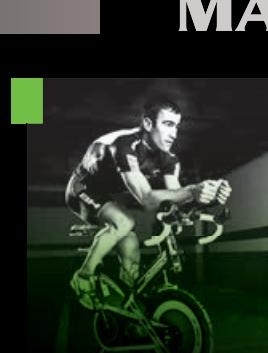
Spinning

19:00 a 20:00 horas
Giovani Rodríguez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



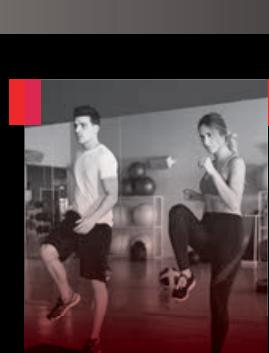
Círculo Funcional

18:00 a 19:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Endurance

7:00 a 8:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Círculo Hiit

8:00 a 9:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / Salón SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



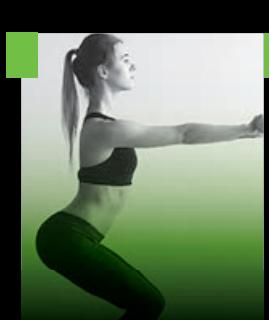
TRX

8:00 a 9:00 horas
Ulises Capelli
Punto CDIMS / Salón 2 frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Endurance

8:00 a 9:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Lower Body

9:00 a 10:00 horas
Gabriel Beltrán
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)

MARTES

MARTES



Aquaeróbics

9:30 a 10:30 horas
Leonardo Martínez
Punto CDIMS /
Punto Acuático Jacobo
Cababie Daniel
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Ruta

10:00 a 11:00 horas
Segio Lupercio
CDI/ Salón Max y Amparo
Shein
(CLASE PRESENCIAL)

MIÉRCOLES



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Iván Moreno
CDI/ Salón Max y Amparo
Shein
(CLASE PRESENCIAL)



Sinergy

7:00 a 8:00 horas
Armando Ramírez
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Fernando Hernández
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Box FIT

8:00 a 9:00 horas
Armando Ramírez
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



TRX

8:00 a 9:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / Salón Abraham
Broitman
CLASE PRESENCIAL



Total Body Condition

8:00 a 9:00 horas
Ulises Capelli
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE HÍBRIDA)



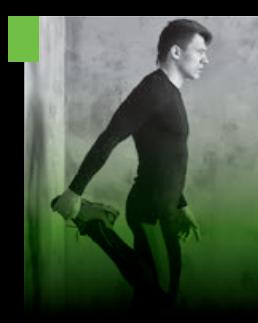
Spinning / Indoor Cycling

8:00 a 9:00 horas
Fernando Hernández
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Zumba Fitness

9:00 a 10:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Abraham
Broitman
CLASE PRESENCIAL



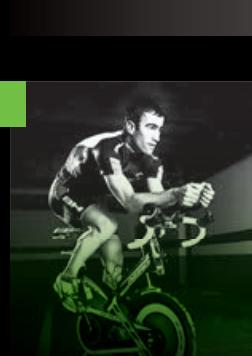
Entrenamiento Funcional

9:00 a 10:00 horas
Gabriel Beltrán
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)



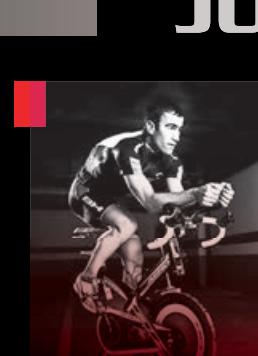
Spinning

19:00 a 20:00 horas
Giovani Rodríguez
CDI/ Salón Max y Amparo
Shein
(CLASE PRESENCIAL)



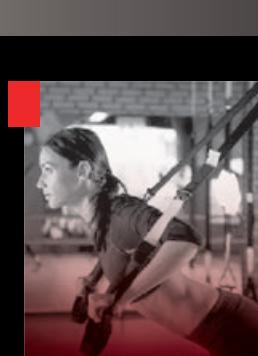
Spinning / Endurance

7:00 a 8:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning Power

8:00 a 9:00 horas
Sergio Lupercio
CDI/ Salón Max y Amparo
Shein
(CLASE PRESENCIAL)



TRX

8:00 a 9:00 horas
Ulises Capelli
Punto CDIMS / Salón 2
frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)



Body Jam (Baile)

8:00 a 9:00 horas
Fernando Ayala
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Endurance

8:00 a 9:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Body Jam (Baile)

9:00 a 10:00 horas
Fernando Ayala
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)

JUEVES



Aquaeróbics

9:30 a 10:30 horas
Leonardo Martínez
Punto CDIMS /
Punto Acuático Jacobo
Cababie Daniel
(CLASE PRESENCIAL)



Círculo Hiit

8:00 a 9:00 horas
Armando Ramírez
CDI / Salón SINERGY
Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Karenina Ramírez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Ruta

8:00 a 9:00 horas
Karenina Ramírez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Total Body Condition

8:00 a 9:00 horas
Ulises Capelli
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE HÍBRIDA)



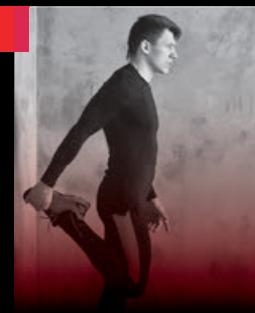
Full Body

9:00 a 10:00 horas
Fernando Hernández
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE HÍBRIDA)



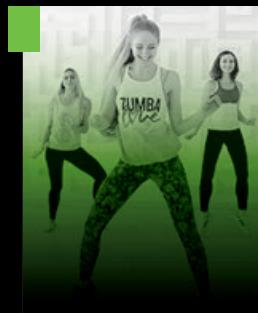
Spinning Performance

9:00 a 10:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / Salón Abraham
Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



Círculo Funcional

10:00 a 11:00 horas
Armando Ramírez
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Zumba Fitness

11:00 a 12:00 horas
Sandrine Hallak
CDI / Salón Abraham
Broitman
(CLASE PRESENCIAL)

DOMINGO



Spinning

10:00 a 11:00 horas
Giovani Rodríguez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)

RESERVA TUS CLASES
ONLINE A TRAVÉS DE
LA APP CDI.



Te invitamos también a ponerte en forma
con nuestros
profesores en Fit Cero Cero
<https://www.youtube.com/c/FITCeroCero>



FIT CERO CERO

CIERRE DE CLASES EN PUNTO CDI MONTE SINAI

//YESENIA SADOVITCH

La semana pasada tuvimos los cierres de nuestras clases, tanto de Futbol en las instalaciones del Colegio Olamí ORT; como de Karate en Punto CDIMS. Los alumnos de Karate tuvieron su evaluación, así como el cambio de cintas y medallas a los más destacados de esta disciplina, contamos con la presencia de familiares de nuestros karatecas quienes en perfecto orden y enorme actitud recibieron su evaluación y cambio de cinta, ante unas emotivas palabras de los profesores Ernesto Estrada y Mauricio Cabrera. ■



**La danza
evoluciona.**



CAPITANES CDMX

CLÍNICA ESPECIAL DE BÁSQUETBOL



KIT DE BIENVENIDA 2023

**Del 17 de julio al
11 de agosto, 2023**

De 6 a 13 años de edad

INSCRIPCIONES SEMANALES

Primera del 17 al 21 de julio

Segunda del 24 al 28 de julio

Tercera del 31 al 4 de agosto

Cuarta del 7 al 11 de agosto

GIMNASIO MOISÉS DERZAVICH
DEL CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA.



Inscripciones en: www.cdi.org.mx; en la App CDI; en el módulo ubicado en la entrada de Socios del CDI; en Punto CDI Monte Sinai.

Informes al teléfono 55 2629 7400.

CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA. Extensiones 501, 502, 504, 470 y 463

PUNTO CDI MONTE SINAI. Extensiones 101, 103 y 104

Si no eres Socio del CDI, acude con tu credencial comunitaria a los módulos de inscripciones.

TENIS

CDI EN DUAL MEET CON SAYAVEDRA RACQUET CLUB

El pasado 4 de julio, se llevó a cabo un Dual meet con Sayavedra Racquet Club, teniendo como sede nuestro Deportivo. El evento contó con la participación de 23 alumnos de nivel de Transición de ambos clubes. La modalidad de juego fue tanto individual (singles) como por parejas (doubles), con diversas categorías como 10, 12 y menores, tanto en la rama masculina como en la femenina.

El objetivo de este encuentro amistoso fue brindar a las niñas y niños la oportunidad de convivir, divertirse y adentrarse en el mundo de la competencia. Asimismo, se buscaba que tanto profesores como alumnos pudieran observar su desarrollo dentro de la cancha, con el fin de mejorar su técnica, táctica de juego y, en ciertos momentos, canalizar



los nervios propios de un partido. Cabe destacar que todos los jugadores mostraron una actitud positiva y sociable en la cancha.

Al concluir los partidos, los anfitriones del CDI invitaron a los participantes y familiares del Sayavedra Racquet Club a un convivio, donde tuvieron la oportunidad de socializar y hacer nuevas amistades. ■

FUTBOL

Veteranos mantiene liderato

// MARCOS SCHWARTZMAN

En la etapa madura del torneo de la Liga de Futbol en LIFSA, nuestro equipo de Veteranos CDI ha experimentado una serie de victorias y goles. Sin embargo, recientemente sufrimos una derrota ante el Vejentus, con un marcador de 3-1. Fue una sorpresa cuando anotaron desde medio campo en los primeros minutos del partido, lo que creemos que es el gol más tempranero del campeonato.

Freddy logró empatar con un gran remate, y a pesar de haber tenido varias oportunidades claras, no pudimos aprovecharlas, mientras que el equipo visitante aprovechó las pocas que tuvo. A pesar de esto, gracias a nuestra ventaja en puntos y diferencia de goles, nos mantenemos en el liderato con posibilidades de ganar el campeonato.

Nuestro equipo estuvo conformado por Alex, Sión, Beto, Freddy, Manolo, Moi, Eduardo, Marcos, Akerman, Pickman,



Adolfo, Jack, Abdo, Julio y David. En el Futbol, no siempre es el equipo que domina y tiene más oportunidades el que triunfa, sino aquel que logra convertir sus oportunidades en goles. Este deporte, el más popular de todos, atrae multitudes y despierta emociones.

En otros asuntos, el torneo mexicano profesional ha comenzado y seguirlo de cerca nos ayuda a mejorar nuestro juego. Además, los partidos de la selección son muy importantes, ya que juegan los mejores jugadores. Felicitamos al Tri por ganar los Centroamericanos y contribuir con otra medalla de oro. ■

Buenos Aires 2023

XV JUEGOS MACABEOS PANAMERICANOS

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO AL TELÉFONO 552629 7400 EXT. 463.

DEPORTES EN CONJUNTO

- BÁSQUETBOL • FUTBOL SOCCER • FUTSAL
- SOFTBOL • VOLEIBOL • VOLEIBOL DE PLAYA

DEPORTES INDIVIDUALES

- CICLISMO • GIMNASIA ARTÍSTICA • GIMNASIA RÍTMICA
- GOLF • MACABI MAN / WOMAN
- NATACIÓN • PÁDEL • TENIS • TENIS DE MESA

24 DE DICIEMBRE DE 2023 AL 4 DE ENERO DE 2024

TEAM
MEXICO



WORLD FUTSAL SHOWCASE

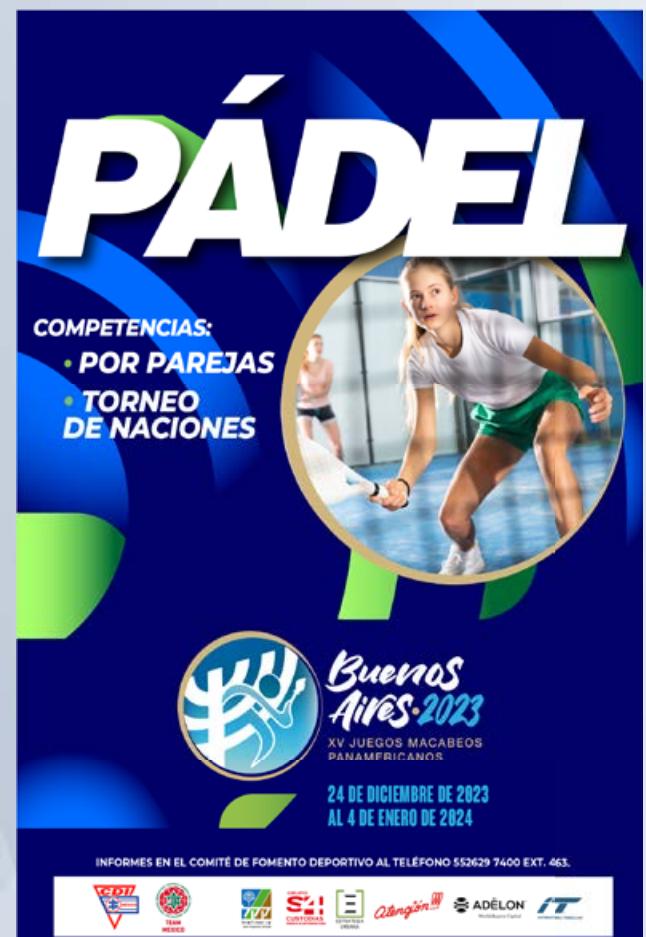
World Futsal Showcase

Gran aventura de los equipos del CDI

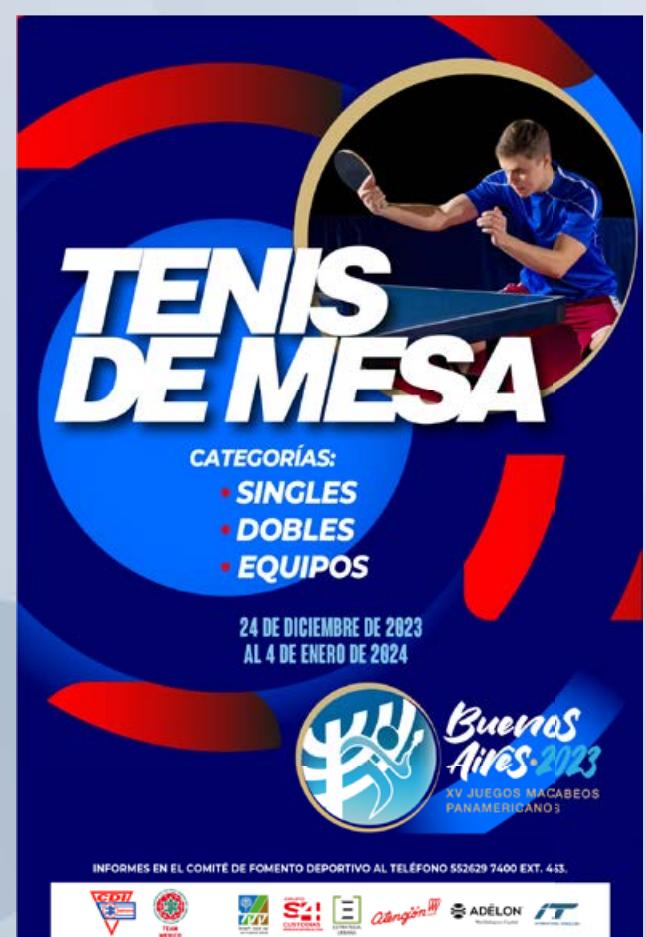
Esta semana nuestros equipos juveniles de las generaciones 2010-2011 y la 2008-2009 tuvieron su participación en el torneo World Futsal Showcase en Orlando Florida, donde nuestros muchachos tuvieron una magnífica experiencia. Es la primera vez que participan en el torneo de Futsal más grande del mundo. Les compartimos esta galería fotográfica y la próxima semana tendremos la reseña completa. ■



Mucho éxito a la Delegación que participa en la USA CUP de Minnesota del 14 al 23 de julio.
Nuestros equipos varonil y femenil ya se encuentran listos para su debut.



**TEAM
MEXICO**





Buenos
Aires·2023

XV JUEGOS MACABEOS
PANAMERICANOS

LOS JUEGOS MACABEOS PANAMERICANOS BUENOS AIRES 2023

// SOFÍA MERCADO ATRI

Los Juegos Macabeos Panamericanos son una competencia deportiva que se realiza cada cuatro años en el continente americano. Estos juegos se originaron en 1950, inspirados por las Macabiadas de Israel, y están organizados por la Confederación Latinoamericana Macabi (CLAM) y con el apoyo de Macabi World Union (MWU). Estos Juegos reúnen a atletas judíos de América Latina y América del Norte en un ambiente de camaradería y competencia. Al igual que las Macabiadas, los Juegos Macabeos Panamericanos ofrecen una variedad de deportes en los que los participantes pueden competir.

Las Macabiadas y los Juegos Macabeos Panamericanos (JMP) son eventos deportivos que tienen sus raíces en la comunidad judía y comparten similitudes, pero también presentan algunas diferencias. Las Macabiadas son una competencia deportiva internacional que se lleva a cabo en Israel cada cuatro años. Fueron creadas en 1932 como una iniciativa del movimiento Macabi. Las Macabiadas reúnen a atletas judíos de todo el mundo para participar en una variedad de disciplinas deportivas, incluyendo Atletismo, Natación, Futbol, Básquetbol y muchos otros deportes.

El objetivo de las Macabiadas y de los JMP es fortalecer los lazos entre las comunidades judías de diferentes países y promover el espíritu deportivo y la solidaridad. La Macabiadas representan uno de los cinco eventos deportivos más grandes del mundo y son considerados como un evento regional por el Comité Olímpico Internacional. El origen de esta gesta deportiva se remonta al año de 1897, en el Congreso Sionista en Basilea, Suiza, convocado por Teodoro Herzl. En esa ocasión desfi-



laron ante los asistentes al congreso gimnastas judíos pertenecientes a la llamada Judische Turneschaft (Unión Gimnástica Judía).

Con el surgimiento del Estado de Israel, empezó el interés por el desarrollo físico de la juventud y se crearon organizaciones deportivas con el nombre de Macabi, en memoria de aquellos momentos gloriosos en que los valientes hijos de Matitahu liberaron a Judea del yugo de los greco-sirios. Los juegos

Macabeos recuerdan la libertad y fortaleza del espíritu humano.

Hoy, las Macabiadas y los Juegos Macabeos Panamericanos son una celebración de la cultura judía y el deporte en una atmósfera de fiesta, con la participación de atletas judíos de todo el mundo que se celebran cada 4 años; y se alternan entre sí cada dos. Se incluyen una amplia variedad de deportes como Futsal, Futbol, Básquetbol, Voleibol, Voleibol de Playa, Softbol, Gimnasia Rítmica, Natación, Golf, Tenis, Pádel y Tenis de Mesa.

Es una competencia deportiva de alto nivel y algunos de los atletas que participan han destacado a nivel mundial. Como valor adicional, se incluyen diversos eventos culturales a cargo de algunas de las delegaciones participantes y de la delegación anfitriona. Este año, los Juegos Macabeos Panamericanos se llevarán a cabo en Buenos Aires, y se podrá disfrutar de lo mucho que Argentina tiene para ofrecer en términos de turismo, desde las cataratas del Iguazú hasta la Patagonia. Los Juegos Macabeos Panamericanos Buenos Aires 2023 son definitivamente una oportunidad de algo muy grande: un evento deportivo y cultural único que te permitirá experimentar el orgullo de ser parte de la gran comunidad judía mundial. ■



Buenos Aires 2023

XV JUEGOS MACABEOS
PANAMERICANOS

Inculcar la práctica del deporte

// SOFÍA MERCADO ATRI

El deporte ha sido definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS), como “todas las formas de actividad física que, a través de la participación casual u organizada, tiene como objetivo expresar o mejorar la aptitud física y bienestar mental, formar relaciones sociales u obtener resultados en la competencia a todos los niveles”.

Son múltiples los beneficios que aporta el deporte en la infancia y adolescencia. Desde el bienestar físico hasta la trasmisión de valores, el deporte es importante en el desarrollo de los niños por múltiples razones.

El principal beneficio de la práctica deportiva es el movimiento. El joven que practica algún deporte se mantiene en movimiento, no importa las exigencias físicas del deporte que elija. Esta es el mejor antídoto contra el sedentarismo, tan común en nuestros días. Es obvio que los jóvenes de hoy ya no practican juegos de movimiento, sus actividades recreativas se llevan a cabo frente a una pantalla, ya sea la televisión, la tablet o el celular. Ya no son los tiempos en que los jóvenes aprovechaban las vacaciones o fines de semana para salir a la calle a jugar con los vecinos de la cuadra unas cascaritas, perderse en la bicicleta, los patines o la ya desaparecida patineta.

Por lo tanto, es sumamente necesario que el joven se interese en cualquier práctica deportiva. Al participar en algún deporte, ya sea individual o en equipo, el joven adquiere múltiples beneficios para su salud física, mental y también emocional:

- **Favorece el desarrollo físico y mental:** el deporte favorece el proceso de crecimiento, debido a la estimulación que se produce en el tejido óseo y muscular.

- **Corrige y previene problemas de salud:** ayuda a prevenir el sobrepeso y la obesidad. La práctica del deporte



activa el sistema inmunológico y los ejercicios de fuerza y elasticidad corrigen posturas que ayudan a fortalecer los músculos y los huesos.

- **Estimula la disciplina y los buenos hábitos.** Enseña responsabilidad y respeto. La práctica habitual de deporte estimula cumplir diariamente con un compromiso.

- **La práctica de un deporte ofrece la oportunidad de desarrollar habilidades sociales** que beneficiarán a los niños y niñas durante toda su vida. Además,

enseña habilidades de liderazgo, de trabajo en equipo y comunicación.

- **Los niños que llevan a cabo algún tipo de deporte de manera regular tienen una mayor capacidad de concentración,** lo que incrementa su rendimiento escolar. Contrario a lo que se piensa, el joven deportista tiene que desarrollar habilidades de estudio más prácticas para poder estar al día con sus estudios.

El Centro Deportivo Israelita ofrece a los Socios un enorme abanico de opciones interesantes e innovadoras, desde deportes que se practican de forma individual como la Natación o en equipo como el Fútbol. En todos los casos la práctica de cualquier deporte está orientada por maestros bien calificados, expertos además en el trabajo que se requiere para la estimulación del deportista. La práctica deportiva se estimula a través de competencias a nivel nacional y fuera del país también.

El próximo 27 de diciembre darán inicio los Juegos Panamericanos en Buenos Aires. Como ha sucedido en eventos anteriores estamos seguros de que la participación de nuestros deportistas será de alta calidad y tendremos la oportunidad de vivir momentos de intensa emoción. En esta ocasión podremos disfrutar de la convivencia con miembros de comunidades judías de otras partes del mundo, disfrutando, ya sea en la cancha o en las gradas. ■



Atención!!!





O'camp O'Circus 2023

KIT DE
BIENVENIDA

**Para niños de 6 a 13 años de edad
Inscripciones semanales**

Primera semana del 17 al 21 de julio

Segunda semana del 24 al 28 de julio

Tercera semana del 31 de julio al 4 de agosto

Cuarta semana del 7 al 11 de agosto



Inscripciones en: www.cdi.org.mx; en la App CDI; en el módulo ubicado en la entrada de Socios del CDI; en Punto CDI Monte Sinai.

Informes al teléfono 55 2629 7400.

CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA. Extensiones 501, 502, 504, 470 y 463

PUNTO CDI MONTE SINAI. Extensiones 101, 103 y 104

Si no eres Socio del CDI, acude con tu credencial comunitaria a los módulos de inscripciones.

DISFRUTA ESTE VERANO CON LIBROS

// ANGIE RÍOS

No dejes de leer en vacaciones, porque si hay un momento perfecto para relajarnos y poder leer, es durante el verano. Desde luego, las vacaciones es el momento propicio para ponerse al día con la lectura, en cualquiera de los géneros que te interesan: desde la literatura romántica que vale la pena hasta libros que pueden ayudarnos a mejorar nuestra salud mental.

En estas vacaciones, un buen libro podrá ser tu mejor acompañante además de tu bloqueador, tus lentes de sol, tu agua y tu sombrero, ya sea que estés en la playa, en casa o en tu lugar favorito disfruta de alguno de estos libros que la Biblioteca Moisés y Basi Mischne te recomienda.

Cien cuyes, de Gustavo Rodríguez (Premio Alfaguara 2023) Frasia, acuciada por sus necesidades económicas, pues tiene que sacar adelante a su hijo Nico, se ha ido convirtiendo en compañía imprescindible para algunos de ellos. Si consiguiera juntar diez cuyes, el dinero para comprar diez conejillos de Indias, podría, según le dijo siempre su tío, empezar una nueva vida. Así, todos los días cruza la ciudad en transporte público para asistir a Doña Bertha, que además de ayuda doméstica necesita un apoyo extra porque en los últimos tiempos anda baja de ánimo y casi no tiene contacto con su hija. Por cierto, este libro es el que se leerá este mes para comentarlo en el Club de lectura, por si quieras animarte a entrar a la sesión, será el jueves 27 de julio, a las 19:30 horas.

Gente que conocemos en vacaciones, de Emily Henry. La comedia romántica para este verano, por la autora de La novela del verano. Diez viajes, dos amigos. ¿Una última oportunidad para el amor? Poppy y Alex. Alex y Poppy. No tienen nada en común: ella lleva vestidos estampados; él, pantalones de pinza. Ella es un espíritu aventurero; él prefiere quedarse en casa

leyendo. Y, a pesar de todo, son mejores amigos. Durante la mayor parte del año viven separados, ella en Nueva York, él en su pequeño pueblo, pero cada verano desde hace ya una década, se toman una semana de vacaciones juntos. Hasta hace dos años, cuando todo cambió. Ahora Poppy tiene todo lo que siempre había soñado, pero está atrapada en la rutina.

Viajar por la vida, de Gaby Pérez Islas. Todos los viajes son espacios de reflexión, de experiencia, de descubrimiento. Antes de emprender una aventura, es necesario que empaques una maleta, que elijas qué y cuánto cargar; en el trayecto admirarás paisajes insólitos y cuando por fin alcances tu destino conocerás el lugar y, más importante aún, te descubrirás a ti mismo. Todo viaje llega a su fin, pero si hemos hecho del recorrido una experiencia en sí misma, llegar al final será sólo el comienzo de un nuevo camino. Viajar por la vida te guiará en el viaje más importante que emprenderás: tu propia existencia. De su mano harás conscientes las pérdidas, las ganancias y las lecciones de cada experiencia, y aprenderás cómo hacer de la tanatología un elemento fundamental de tu caja de herramientas emocional para cargar el equipaje correcto y dejar ir aquello que te resta felicidad.

El viaje de los colibríes, por Sue Zurita. El viaje de los colibríes ocupa ya un lugar en los corazones de los lectores mexicanos, desde que Sue Zurita publicó una edición independiente hace ocho años con la que logró llegar a más de 70 mil personas. Esta nueva edición, revisada y actualizada, incluye un capítulo inédito: un nuevo final para Romina. ¿Qué fue de ella? ¿A dónde fue? ¿Qué experiencias vivió? Todo ello se cuenta en el nuevo desenlace de la novela. La vida de Romina representa la de todos aquellos que sueñan con irse lejos y abrazar un nuevo futuro, con la principal expectativa del amor y del encuentro consigo mismos. El viaje de

PASE A LA PÁGINA 16 ➤

Club de Lectura

Te esperamos este
Jueves 27 de julio de 2023,
19:30 horas.

a comentar el libro:

Cien cuyes

del autor:
Gustavo Rodríguez

Premio ALFAGUARA de novela 2023

Por Zoom

BIBLIOTECA AL DÍA FELIZNE

Ahora nuestra reunión es virtual. Para mayores informes y registro previo con tu nombre y número de Socio al correo: riosa@cdi.org.mx

Profesor:
Ari Dávila

KINOS

VEN Y DISFRUTA

CLASE DE RITMOS LATINOS

Martes y jueves

11:00 horas

Salón Auxiliar 1

Mayores de 18 años

Inscripciones e informes en el Comité de Actividades al teléfono 55 2629 7400, extensiones 507 y 510.

www.cdi.org.mx

los colibríes es un vuelo sin final, en el que Romina decide hacer diferentes escalas.

El Alquimista, Paulo Coelho. Es la historia de Santiago, un joven pastor andaluz que viaja desde su tierra natal hacia el desierto egipcio en busca de un tesoro oculto en las pirámides. Nadie sabe lo que contiene el tesoro, ni si Santiago será capaz de superar los obstáculos del camino. Pero lo que comienza como un viaje en busca de riquezas se convierte en un descubrimiento del tesoro interior. Rica, evocadora y profundamente humana, la historia de Santiago es un testimonio eterno de la fuerza transformadora de nuestros sueños y de la importancia de escuchar a nuestros corazones.

Si estos libros no te convencen, ven a la Biblioteca del Dépor a ver que libros tenemos y no dejes de leer en estas vacaciones. ¡Te esperamos! ■

Durante el período vacacional el horario de la Biblioteca Moisés y Basi Mischne será de lunes a jueves de 8:30 a 19:00 horas, sábados y domingos de 9:00 a 15:00 horas.

El horario estará vigente del 17 de julio al 24 de agosto.

89 CICLO DE CINE - REFLEXIÓN

Cría cuervos

Director: Carlos Saura

España, 1976

Duración: 1:52'

En Madrid, las hermanas huérfanas Irene, Ana y Maite, son criadas por su austera tía Paulina junto con su abuela muda y lisiada después de la muerte de su madre y su padre Anselmo. La película sigue los recuerdos de Ana veinte años atrás durante el verano de uno de los primeros años de la década de los años setenta. Ana a los 9 años es una niña melancólica, después de ver a su madre tener una muerte dolorosa y a su padre muerto en la cama. Entre los recuerdos de infancia están sus vivencias en compañía de sus hermanas, las tres participan en juegos de fantasía; bailando entre ellas mientras la tía de las chicas, cariñosa pero ausente queda fuera de su mundo. Recuerda también la represión educativa familiar y el drama frente a la muerte repentina de su padre, un general franquista autoritario. La película capta con gran sensibilidad las pérdidas, Ana es huérfana, pero se sumerge en su creencia de controlar la vida y la muerte de los que la rodean. Además, cree poseer el poder de invocar la presencia de su madre con la que revive los momentos que le quedan en el recuerdo. La historia se desarrolla desde el punto de vista de los ojos de la niña y termina con un final lleno de genialidad en el que la fantasía y la realidad se mezclan en el mundo onírico que ha desarrollado Ana. ■



Fecha: martes 11 de julio.

Horario: 16:30 horas.

Lugar: Salón Ejecutivo Moisés Gitlin.

Análisis y comentarios: Dra. Eugenia Behar Rosanes

Esta actividad es para mayores de 18 años.

AGOSTO 2023

RECOMENDACIÓN LITERARIA

La tía Julia y el escribidor, de Mario Vargas Llosa

// ANGIE RÍOS

Esta semana en la Biblioteca Moisés y Basí Mischne seguimos promoviendo los Premios Nobel de Literatura de Latinoamérica. Pasa a la Biblioteca y podrás encontrar diversos libros de autores de la región galardonados con la máxima presea de la literatura.

Hoy te recomendamos un libro de Mario Vargas Llosa: La tía Julia y el escribidor. Vargas Llosa recibió en 2010 el Premio Nobel de Literatura y para la ocasión pronunció un discurso titulado Elogio de la lectura y la ficción. También ha sido distinguido con el Premio Rómulo Gallegos (1967), el Premio Príncipe de Asturias de las Letras (1986) y el Premio Cervantes (1994), entre otros muchos.

El libro trata sobre una relación amorosa del joven escritor Varguitas con una mujer de su familia mayor que él, la tía



Julia, y la desaforada presencia del folletinista Pedro Camacho en la misma emisora de radio donde Varguitas trabaja, son las dos historias en que se vertebra el argumento de La tía Julia y el escribidor.

La noble pasión amorosa entre la tía Julia y el aprendiz de novelista, que la sociedad limeña de los años cincuenta, trata por todos los medios de impedir, se combina con las narraciones truculentas del folletinista de las ondas.

Esta narración mayor de Mario Vargas Llosa reúne el interés de los relatos de aventuras, donde coinciden de forma brillante la encendida pasión shakesperiana con su correlato melodramático, la inesperada confluencia del devoto de la alta literatura con el escribidor rastretero. Ven y disfruta de este y más libros de los Premios Nobel de Literatura. ¡Te esperamos en la Biblioteca del Dépor! ■

CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA ADULTOS Y ADULTOS MAYORES

Del 16 al 23 de julio

DOMINGO 16 DE JULIO

- 12:00 a 13:00 horas** Club de Oro y actividades familiares
Domingo musical / Homenaje a José José con la hermosa voz de Manuel Alejandro / Plaza Macabi

MARTES 18 DE JULIO

- Beyajad: Salida de Verano al Instituto Cultural México Israel
16:30 a 19:30 horas Cine Reflexión
Película: Cría Cuervos / Auditorio Marcos y Adina Katz

MIÉRCOLES 19 DE JULIO

- 11:00 a 12:00 horas** Método Feldenkrais / Zoom
11:00 a 12:00 horas Gimnasia cerebral / Salón Ejecutivo Moisés Gitlin

JUEVES 20 DE JULIO

- | | |
|----------------------------|---|
| 11:00 a 12:00 horas | Gimnasia especial / Gimnasio Carlos Fishbein |
| 11:00 a 12:00 horas | Gimnasia terapéutica / Pista del Gimnasio Moisés Derzavich |
| 11:00 a 12:00 horas | Baile y fortalecimiento físico / Salón Abraham Broitman |
| 13:00 a 14:00 horas | Gimnasia Cerebral / Salón Ejecutivo Moisés Gitlin |
| 13:00 a 14:00 horas | Dibujo y Pintura / Salón 6 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie |
| 13:00 a 14:00 horas | Fortalecimiento integral / Salón 7 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie |
| 13:00 a 14:00 horas | Gotitas culturales / Salón 1 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie |

DOMINGO 23 DE JULIO

- 12:00 a 13:00 horas** Club de Oro y actividades familiares
Domingo musical / Recorrido musical con música de piano con Salo Grabinsky/ Plaza Macabi



KIT DE BIENVENIDA

Para niños de 3 a 13 años de edad Inscripciones semanales

Primera semana del 17 al 21 de julio

Segunda semana del 24 al 28 de julio

Tercera semana del 31 de julio al 4 de agosto

Cuarta semana del 7 al 11 de agosto

CDI

Nitzanim - Edad 3 a 5 años

Camp CDI - Edad 6 a 13 años

Camp Circus - Edad 6 a 13 años

PUNTO CDI

Nitzanim Olamí - Edad 3 a 5 años (Este campamento se imparte en el Colegio Olamí ORT)

Camp CDI - Edad 6 a 13 años (Este campamento se imparte en Punto CDI)

Futbol - Edad 6 a 13 años (Este campamento se imparte en el Colegio Olamí ORT)

EQUIPOS Y CLÍNICAS DEPORTIVAS

Edad 6 a 13 años

Béisbol - Futsal - Gimnasia Rítmica - Karate

Natación - Tochito (en el Colegio Olamí ORT) - Futbol - Voleibol

Gimnasia Artística - Taekwondo - Tenis - Clínica Capitanes



Inscripciones en: www.cdi.org.mx; en la App CDI; en el módulo ubicado en la entrada de Socios del CDI; en Punto CDI Monte Sinai.

Informes al teléfono 55 2629 7400.

CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA. Extensiones 501, 502, 504, 470 y 463
PUNTO CDI MONTE SINAI. Extensiones 101, 103 y 104

Si no eres Socio del CDI, acude con tu credencial comunitaria a los módulos de inscripciones.



CONSULTA
LA GUÍA INFORMATIVA

SHAJAR

UN PROGRAMA DE JUVENTUD QUE INVITA A DESCUBRIR ISRAEL

// SHAY KLEINBERG

Subdirector del Comité de Juventud CDI

Israel, un país con una rica historia y una diversidad cultural fascinante, se ha convertido en un destino popular para los viajeros de todas las edades. Entre aquellos que buscan sumergirse en esta tierra llena de maravillas, se encuentra Shajar, un programa de juventud que ofrece a jóvenes de 14 a 16 años la oportunidad de explorar y descubrir Israel a través de paseos de un mes.

Shajar, cuyo nombre significa "árbol" en hebreo, simboliza el crecimiento, la conexión con la tierra y el florecimiento personal. El programa está diseñado para brindar a los jóvenes una experiencia enriquecedora que va más allá de un simple viaje turístico. A través de una combinación de actividades educativas, culturales y recreativas, los participantes tienen la oportunidad de sumergirse en la historia, la cultura y las tradiciones de Israel de una manera auténtica y significativa.

Durante el mes de paseos, los jóvenes recorren diversos lugares emblemáticos de Israel, desde las bulliciosas calles de Tel Aviv hasta los antiguos caminos de Jerusalén. Pero el programa Shajar no se trata sólo de visitar lugares turísticos.

Los participantes también se sumergen en la cultura israelí a través de actividades interactivas, como talleres de cocina, danza y música tradicional. Además, tienen la oportunidad de participar en proyectos comunitarios y voluntariado, brindándoles la posibilidad de conectarse con la gente local y contribuir de manera significativa a la sociedad israelí.

El aspecto educativo del programa es fundamental, ya que se imparten conferencias y se organizan debates sobre temas históricos, sociales y políticos relevantes para Israel y la región. Los jóvenes tienen la oportunidad de escuchar diferentes perspectivas y desarrollar un pensamiento crítico, lo que contribuye a su crecimiento personal y su comprensión del mundo que les rodea.

Shajar es mucho más que un simple viaje turístico. Es una experiencia transformadora que invita a los jóvenes a descubrir Israel en su máximo esplendor, explorando su historia, su cultura y su diversidad. A través de este programa de Juventud CDI, los participantes tienen la oportunidad de crecer, aprender y establecer conexiones significativas, llevándose consigo recuerdos y lecciones que durarán toda la vida. ■



#ESPECIALYOSOYHISTORIA

Este año Macabi Hatzair México cumple 60 años de trayectoria y para celebrar, presentaremos una página conmemorativa con fotografías del recuerdo desde la fundación hasta nuestros días. En el recorrido gráfico podremos apreciar imágenes de quienes impulsaron este proyecto en el CDI, los primeros pasos, sus Campamentos, las celebraciones de nuestras fiestas y conmemoraciones, y una revisión histórica con fotos de quienes amamos a Macabi a lo largo de seis décadas.

MACABI HATZAIR MÉXICO 1990-1991

Los preparativos y la organización de los campamentos amalgaman los esfuerzos de todo el Deportivo, cabe destacar la gran labor, iniciativa y empuje de los jóvenes de Macabi que son parte integral de la idea central de los campamentos, de la organización de las actividades de los niños y jóvenes, y de la dirección por los Roshim de los campamentos en sí. En cuanto a jerarquías, debajo de la Roshit se encuentra la Hanagá. La Hanagá está integrada por los Roshim Shiyvá, es decir, aquellos que son los líderes de las diferentes Shjavot (grupos de edades) de la Tnuá, aquellos que integran la Hanagá son los supervisores directos de los Madrijim. En varias ocasiones, los miembros de la Hanagá tienen diferentes Tafkidim (tareas) aparte de la supervisión de sus Shjavot, generalmente, los miembros de la Hanagá también son los líderes de las diferentes Vaaidot en la Tnuá (grupos de trabajo con una misión específica dentro del Movimiento). ■

(Con información del CDI: periódico No. 1578 de 1991; y página electrónica https://es.wikipedia.org/wiki/Macabi_Hatzair_M%C3%A9xico).



Josef Fryerman, Néstor Schejman, Paul Slomiansky, Salomón Chertorivski, Shlomo Fryerman, Samy Farji, y Bernardo Strimling (Berele); entre los integrantes del equipo de Macabi, ganador del partido de Futbol: Ejecutivos vs. Macabi; entregó trofeo el Sr. Daniel Bergenfeld, Presidente del Comité Ejecutivo, acompañado por el Ing. Rubén Podoswa, Gerente Administrativo. Año, 1990.



Ciclo de Pláticas en Macabi Hatzair México, entre el grupo de Madrijim: Sara Medrez, Rina Gitlin, Paul Slomiansky, Sión Mercado y Daniel Wulfovich; durante la conferencia de la Lic. Ezra Shabot, Directora del Centro de Estudios Judaicos en México. Año, 1990.



Salomón Chertorivski y León Braun, entre integrantes de Macabi Hatzair México, en la clausura del primer y segundo Turno de Campamento. Año, 1990.



Ariadna Cymet, Gady Krumholz, Paul Slomiansky, Berele Strimling, Ari Garbach, Romi Man, David Vogel, Shlomo Fryerman, León Braun, Gabo Gruener y Shula Marcushamer, Jóvenes de Macabi Hatzair México. Año, 1990.



Cena baile del XL Aniversario CDI; Paul Slomiansky, Karla Rotchild, Shlomo Fryerman, Gabriel Gruener, Ariadna Cymet, Iosy Tikero; de pie: Néstor Schejman, Raquel Cheja, Berele Strimling, León Braun, Jacobo Braun, Beto Haber, Karen Aks, Meme, Aby Gorbach y Noemi Weil; entre Grupo de Bogrim de Macabi Hatzair. Año, 1990.



Salomón Chertorivski, en reunión de Macabi Hatzair México. Año, 1990.



Macabi Hatzair México, al teatro, a la feria y a patinar. Año, 1990.



Ricardo Fastlich, Samy Levy, Daniel Wulfovich, Sión Mercado, Karla Rotchild, José Piecarchik, Clara Berner, Nurit Raich, Jonathan Waxman, Pedro Feldman, Tania Bergenfeld, Yana Frymerman y Nurit Schwarz, de Macabi Hatzair México. Año, 1991.



Equipo Ponchkes, en Campamento Macabi. Año, 1991.



Madrijim y Bogrim, en I Congreso de Macabi, en Puebla. Año, 1991.



**Campamento Macabi
Hatzair México**. Año, 1991.



Daniel Wulfovich y Shlomo Frymerman, entre Madrijim y Bogrim, por el I Congreso de Macabi, realizado en Puebla. Año, 1991.





Del 17 de julio al 11 de agosto

Para niños de 3 a 13 años de edad

Inscripciones semanales

- Mejor precio
- Seguridad
- Horas súper divertidas
- Calidad deportiva
- Los mejores maestros
- Las mejores instalaciones

Todos los campamentos tienen cupo limitado.

OFERTA

**COLEGIO OLAMÍ ORT
PUNTO CDI**

NITZANIM Olami

3 a 5 años de edad

Este campamento está coordinado por las y los maestros de kínder de Olamí quienes con su especialidad en educación para niños en edad preescolar brindan una experiencia inolvidable a los niños y niñas, de la mano de los maestros de Fomento Deportivo del CDI, quienes tienen a su cargo la parte de activación física.

Esta experiencia está enfocada en desarrollar de manera divertida múltiples habilidades a través de diversas actividades deportivas, artísticas y recreativas, facilitando el aprendizaje en todos los y las peques de forma lúdica.



Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas

Núcleos de máximo 10 niños

Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.

CAMP CDI Punto CDI

6 a 13 años de edad

Este campamento estará coordinado por Roshim de Macabi, quienes junto con los madrijim y maestros de Fomento Deportivo impartirán actividades recreativas con un enfoque de educación no formal.

Este camp incluye clases de Natación y talleres de arte dos veces a la semana.



Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas

Núcleos de máximo 10 niños

Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.

FUTBOL Olami

6 a 13 años de edad

Los campamentos de Futbol, son ideales para niños que quieran aprender y dominar este deporte, centrando la actividad en práctica en posiciones específicas, sesiones de estrategia, juegos de práctica competitivos y enseñanza de las complejidades del juego de la mano de los grandes maestros de Futbol del CDI.



Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas

Núcleos de máximo 12 niños

Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.



OFERTA CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA

NITZANIM

3 a 5 años de edad

Este campamento está coordinado por las y los maestros de kínder de Olamí quienes con su especialidad en educación para niños en edad preescolar brindan una experiencia inolvidable a los niños y niñas, de la mano de los maestros de Fomento Deportivo del CDI, quienes tienen a su cargo la parte de activación física.

Esta experiencia está enfocada en desarrollar de manera divertida múltiples habilidades a través de diversas actividades deportivas, artísticas y recreativas, facilitando el aprendizaje en todos los y las peques de forma lúdica.

Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo 15 niños

Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.



CAMP CDI

6 a 13 años de edad

Este campamento estará coordinado por Roshim de Macabi, quienes junto con los madrijim y maestros de Fomento Deportivo impartirán actividades recreativas con un enfoque de educación no formal.

Este campamento incluye talleres recreativos dos veces por semana.

Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo 15 niños



Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.

Equipo y clínicas deportivas

6 a 13 años de edad

Este campamento es para los Socios que ya son parte de algún equipo Representativo* y es una continuación de sus entrenamientos.

*Preselección y JCC no entran en las clínicas deportivas; deben coordinarse con su entrenador.

Deportes

- Béisbol
- Futsal
- Futbol
- Gimnasia Rítmica
- Gimnasia Artística
- Karate
- Natación
- Tochito (en Olamí ORT)
- Taekwondo
- Tenis
- Voleibol



Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas

*Para los deportes individuales se requiere un mínimo de 3 inscritos para abrir la clínica
*Para los deportes en equipo se requiere un mínimo de 5 inscritos para abrir la clínica

Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.



6 a 13 años de edad

Campamento que se desarrollará de una manera multidisciplinaria, en donde todos nuestros niños y niñas, se divertirán practicando diferentes disciplinas circenses (trapecio, aros aéreos, malabares y acrobacia en telas), realizando actividades educativas y artísticas, con todas las medidas de seguridad necesarias, guiadas siempre con monitores especializados y con gran experiencia.

Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo 8 niños

Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.



6 a 13 años de edad

En esta clínica los chicos conocerán y practicarán los fundamentos del Básquetbol con la metodología de enseñanza de Capitanes, los trabajos son dirigidos por entrenadores de sus clínicas en la Ciudad México.

KIT DE BIENVENIDA 2023
CUBIERTO DEPORTIVO
UNIFORME DE ENTRENAMIENTO
MORRAL
Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo 10 niños

PRECIOS CLÍNICA CAPITANES

Pago SOCIOS \$1,700*

Pago NO SOCIOS \$2,040*

PRECIOS CAMPAMENTOS DE VERANO

Pago SOCIOS \$1,580*

NO SOCIOS \$1,900*

Inscripciones en: www.cdi.org.mx; en la App CDI; en el módulo ubicado en la entrada de Socios del CDI; en Punto CDI Monte Sinai.

Informes al teléfono 55 2629 7400.

CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA. Extensiones 501, 502, 504, 470 y 463
PUNTO CDI MONTE SINAI. Extensiones 101, 103 y 104

Si no eres Socio del CDI, acude con tu credencial comunitaria a los módulos de inscripciones.

***Costo por semana**

CERTAMEN LITERARIO 50 ANIVERSARIO

Semana a semana, en este espacio del CDInforma recordamos a algunos de los ganadores del Certamen Literario a través de sus propios textos. En esta ocasión compartimos el cuento VARIACIONES SOBRE UN MISMO TEMA, ganador del Primer Lugar en la Categoría CUENTO de Abraham Sniderman. Asimismo, el poema COSAS PERDIDAS, ganador del Primer

Lugar en Categoría POESÍA de Nelly Goldberg. Ambos, corresponden al año 1981. También publicamos UN DISFRAZ, ganador del Primer Lugar en la Categoría CUENTO de Julio Akerman. Asimismo, POEMAS, ganador del Primer Lugar en Categoría POESÍA de Jaya K de Cotic; y el poema GEOGRAFÍA DEL EXILIO I. El cuento y los poemas corresponden al año 1982. ■

VARIACIONES SOBRE UN MISMO TEMA*

I. La habitación en penumbras había pasado a ser en los últimos meses, el lugar donde uno podía estar seguro de encontrarlo.

Ese mismo lugar, años antes, era una recámara amplia y bien iluminada. Pero desde la construcción de un edificio de 10 pisos ubicado pared con pared con el viejo inmueble, el cuarto pasó a ser un lugar frío y oscuro y, a sensación de todos, había curiosamente reducido su tamaño.

De este modo, pasó a ser un edificio antiguo habitado por viejos enterrados en ese lugar. Viejos y fantasmas.

Fantasmas que vivían en los grandes candiles de cristales multiformes que, a manera de prismas, reflejaban la luz por mil caminos diferentes; fantasmas abriendo roperos de madera pesada y firme. Armarios, roperos y alacenas que resguardaban del correr del tiempo las memorias añejas, amarillentas y fácilmente quebrables por el juego de la arterioesclerosis y los días de moderna electricidad.

Por su parte, él era el habitante idóneo de ese ambiente. Treinta y cinco años de permanencia sedentaria hablaban por sí solos.

Habiendo llegado a este país desde hace muchos calendarios, procedente de Polonia, como tantos otros, conservó el espíritu y la animosidad, logrando adaptarse a un medio hostil y, para él, xenóglota. Llegó verdaderamente a amar este lugar.

Eran muchas las tardes en que paseaba por el centro de la ciudad, visitando los sitios históricos, empapándose de las costumbres, virtudes y habilidades de los lugareños. Oía sus cantos, sus rezos y plegarias; los insultos, albures y maldiciones que, afortunada o desgraciadamente, no llegaba a entender bien.

Le llamaba la atención de sobremano la devoción religiosa que los habitantes de este país, en su mayoría, profesaban y la comparaba, no sin sus claras diferencias, con el fervor de los habitantes de aquel lejano pueblito que hacía mucho había dejado atrás.

Es la misma cosa, pero con signos y simbología diferentes. Vamos, la misma obra, pero en idioma diferente, con otra ortografía mística.

En verdad, le divertía ver la cara de horror que el rabino local exhibía al oír esas palabras. Y si hacemos honor a la verdad, más de una vez hizo pasar tragos amargos y sudores, con alevosía, premeditación y ventaja, a aquellos enlutados de su religión que tanto le fastidiaban. Pero también es cierto que ellos empiezan... solía decir con un dejo infantil que le gustaba imitar y que, indefectiblemente, arrancaba las sonrisas y solidaridad de aquéllos que presenciaban el combate verbal.

Era, sobre todo, realista. Como todos, fue joven de sueños y lucha. Como todos, vino a ser viejo y aquella obscura habitación que envejeciera con él, era su santuario.

II. Realmente nunca entendió bien lo que había sucedido. Recordaba su casa, su cuarto y la necesidad imperiosa de calmar un dolor que le molestaba desde la comida y que no había logrado controlar con la medicina habitual.

La presión vino después. Mucha presión y dolor. Se sintió caer y quiso gritar, sin lograrlo. Del resto se enteró posteriormente: la sirvienta, al oír el golpe de la caída, acudió al cuarto, donde lo encontró tendido en el piso, con un color cenizo en la cara, por lo que llamó al doctor.

Fue trasladado al hospital e internado en la unidad de cuidados intensivos, también llamada unidad coronaria, con el diagnóstico de infarto agudo al miocardio y con pronóstico reservado. Al despertar se encontró a sí mismo encamado, con apa-

ratos a su alrededor, parpadeando; tubos entrando y saliendo por todo el cuerpo y una especie de pantalla de televisión pequeña, de fondo verde, en la que circulaba un jero-glífico que (... ¡y cómo, sin mis lentes!...) no llegaba a distinguir.

La primera vez que le vino a visitar, el médico le había explicado dónde se encontraba, qué había sucedido; que aquello no eran jeroglíficos, sino la representación eléctrica de su corazón. - Por el momento, tendrá

usted que guardar absoluto reposo y permanecer en este lugar hasta que se considere necesario, cooperando, por favor, lo más que le sea posible, para que pueda usted reponerse a la brevedad. Yo vendré a verle dos veces por día. Y con un afectuoso saludo, el doctor abandonaba el sitio del mismo modo y con el mismo andar que un juez abandona la corte. Sin palabras.

Además, ¿qué podía decir?, ¿que en ese lugar se palpaba la presencia de la muerte rondando por cada cubículo?, ¿que ya antes había visto a la muerte de cerca, gamada, marchando y entonando loas fanáticas?

Vieja historia esa.

Vieja y rancia, pensaba de modo solemne. Para distraer un poco su afligida y atribulada mente, decidió hacer un recorrido si bien visual, por el pequeño cubículo que lo aprisionaba.

Frente a él, se encontraba la puerta, mitad cristal, mitad madera, al igual que las paredes. A su izquierda, las tétricas visiones de los aparatos que, se le había explicado, velaban por su vida, no habiéndosele aclarado si velaban por SU vida o la de ellos mismos. A la derecha, otra pared igual a la puerta, a través de la cual se distinguían otros cubículos. Y, por último, arriba de él, veía las almohadas y un crucifijo.

Una sensación curiosamente extraña le invadió.

Un crucifijo... ¡vaya situación para encontrarse de frente con un crucifijo! Sólo podía verle en parte, pues la mitad inferior de la imagen se encontraba fuera de su campo visual. Sin embargo, lo que podía, lo distinguía bien: la cabeza péndula, coronada por una diadema de espinas y gotas de sangre, del modo clásico. Los brazos abiertos y ostensiblemente clavados. -Es exactamente igual a todos los que he visto; una imagen impresionante, por cierto.

Trataba de no pensar mucho en el asunto, pero el mero hecho de tenerle exactamente sobre él y con la cabeza apuntando hacia abajo, hacía imposible la misión.

Poco a poco, al correr del suero en su brazo, secundero vital de líquido, se le fue metiendo una idea en la cabeza.

Descabellada, infantil y absurda, de hecho. Pero ahí estaba y no podía apartarla de su pensamiento; resultaba demasiado atractiva e interesante. Algo que haría que todos los de negro gritaran, pensaba, esbozando una traviesa sonrisa, como las de hace muchos años.

Pensaba lento, pero claro. Durante muchos años, ha vivido entre gentes con una religión diferente a la mía, en cuanto a los procedimientos y ritos. Nunca ha podido entender muchas de las ideas y fundamentos en que se basa, quizás porque no ha tenido el valor de preguntar, ni la confianza de hacerlo. Y aun así, ¿quién es capaz de acercarse a un sacerdote para hablar de algo en lo que él es experto y uno ajeno, sin caer en discusiones y polémica?

Es locura de viejo, pero ¿por qué no hablar de esto con Jesucristo? Creo en Dios y sigo una de sus formas.

Si Moisés habló con Él en el desierto... ¿por qué no he de poder yo hablar con Él en un hospital? ¿Que acaso Jesús no era judío? Y con una sonrisa de niño y mirada perspicaz, David Coppel se dispuso a hablar, aunque fuese sólo pensando (... "Los grandes hablan en diez, pensando en cien"), con Jesús.

- Bueno, seguramente que ya habrás oído mis razones y estás al tanto de que mucho no conozco sobre ti. Por otro lado, me pregunto qué tanto de mí sabes tú. Lo que sé, es que, en este mismo instante, nos encontramos ambos en la misma situación: tú, ahí arriba, prisionero por tus clavos, y yo, aquí, retenido a base de agujas, tubos y aparatos. - Por supuesto que no somos iguales: tú eres el hijo de Dios, eres venerado y famoso, en cambio yo... el hijo de Samuel y tan conocido como otra persona más en la calle.

La sensación de extrañeza que había sentido al iniciar el monólogo se iba diluyendo poco a poco y la confianza comenzó a ganar terreno. - ¿Sabes?, te recuerdo cuando de niño me paraba en la puerta de

VIENE DE LA PÁGINA 24

la iglesia del pueblo y pretendía rezar, justo en el momento en que el antipático y gruñón rabino pasaba rumbo a su casa.

¡Deberías haber visto su cara cuando me veía y comenzaba...! ¿No la viste, verdad? ... el caso es que a veces me atrevía a mirarte allá, al fondo de la capilla. Nunca entendí por qué la gente insistía en pintarte esas heridas y la sangre. No está bien que el hijo de Dios sangre. ¡Y esos clavos! Esos clavos me espantaban siempre, aún de joven. Clavos de metal opaco, recio, del mismo metal que las espadas y los rifles, sembrando fuego.

- Pensaba yo que eran clavos de fuego y odio... la representación de los hombres atravesados por las guerras y el dolor, hombres de todos los tiempos y todos los pueblos. Hoy comprendo que todos hemos tenido nuestros propios clavos a lo largo de la historia, todos hemos sido sacrificados y hemos resucitado. Todos hemos llorado a un hijo y recuperado su memoria, manteniéndola clavada a la pared y al sentimiento. En cada familia hay un mártir, un ídolo y un líder, al cual rendir tributo y culto.

- Sabes que soy judío y arraigado con gusto a mis creencias; creo en Dios y en su misericordia.

- En lo que no creo es en el polimorfismo que los hombres como tú y yo hemos insistido en adjudicarle: son variaciones sobre un mismo tema.

La imagen es una y tantas, como hombres hay. Por eso tengo la confianza de hablar contigo sobre estas cosas, aún a pesar de que, según lo establecido, yo no debería ni podría hacerlo.

Ni contigo, ni con Buda, ni con Alá. Variaciones sobre un mismo tema.

Y, sin embargo, aquí tienes a este viejo judío, enloquecido por los años, aburriéndote con cosas que tú sabes. Déjame pensar que a ti también te molestan. Cuando hiciste el mundo, tú no sabías cómo te ibas a llamar. Eso nos correspondió a nosotros. Geografía pura. Las gotas de sudor perlaban la frente de David Coppel y el color de su cara era de pasión; estaba, a estas alturas, realmente convencido de que era escuchado.

Tenía la sensación de estar hablando con un viejo conocido, como en las épocas de su juventud, cuando discutía con los ortodoxos acerca de religión. Pensaba rápido y fuerte. Eran ideas claras, cortas y explosivas.

Las había retenido durante mucho tiempo, rumiándolas y dándoles diversas explicaciones, interpretándolas. Y nadie sabía de ello.

Hoy tenía la oportunidad única y no la dejaba pasar. Luego de un rato de silencio en el que puso en orden su alocada mente, sudoroso, notó una sensación de bienestar. Animado por esto, prosiguió.

Jesús, en verdad debes ser el hijo de Dios para poder aguantar a este viejo decrepito y sus locas ideas.

Jesús... ¡qué raro suena tu nombre en mi boca, aun cuando tiene el mismo origen que el mío! Sabes, ésta es una plática entre paisanos. Es como si estuviésemos sentados en el parque, platicando de cómo nos ha ido en el día.

¡Cuántas palabras bellas he oído decir de ti y por ti! realmente, y no lo tomes como cumplido de formulario, tu filosofía tenía cosas buenas. ¡Paz con el alma, sí señor! ¡Cuántas cosas por ti se han hecho!, ¡cuántas majestuosas catedrales, bellas esculturas y pinturas, fiestas y

nombres de niños pequeños, que es lo mejor de todo! Aunque no todo, y dicho sea con imparcialidad, ha sido grecas, arcos y velas; no todo ha sido belleza. De pronto su faz cambió de expresión.

Han habido sangre y llamas. Gritos y tormentas. Los hombres tomamos a nuestro gusto e interpretamos a placer las palabras divinas.

Han habido masacres, ritos crueles, persecución y muerte.

¿Cuánta gente ha sido masacrada en tu nombre, falsamente?...

- ¡Olor a carne chamuscada, gritos de dolor indescriptible, de agonía ardiente!

¡Gente de tu sangre, derramando la sangre de tu gente!

Sangre mía, del indio, del negro tribuño, sangre cristiana en los circos y las guerras santas, sangre judía en los hornos, ¡en la frente de Torquemada!

- Tu nombre, Dios, ha sido manchado con sangre de todos los colores, que fluye por todo el mundo... - Somos los hombres que te usamos para conseguir nuestros mundanos propósitos, hombres de religión maleable a las órdenes de reyes y tiranos... éos son los herejes, éos son los bárbaros...

"¡¡¡Perseguidles!!! y que con su vergüenza limpian la sangre que han derramado... Pero no los mates, que circulen malditos por la historia, predicando con su ejemplo cuál es el camino por tomar. ¡Ese será su peor castigo!

¡¡Perdonar, pero no olvidar!! perdonar, pero no...

Sus manos temblaban, su color se tornaba cenizo nuevamente, el sudor empapaba ya su pecho. Era una sensación fría.

Sin embargo, se sentía ligero, como flotando. Sabía que Dios estaba a punto de contestar a su monólogo. El nerviosismo había desaparecido. Se extrañaba de cómo es que había podido iniciar todo aquello con sólo pensar. La botella de su líquido secundero ya estaba casi vacía, y él comprendió que había anochecido.

III. - ¿Sabes?, es increíble, pero todo este ajetreo me ha dejado exhausto. El viaje de regreso desde Varsovia fue muy pesado y ¡he trabajado allá como por diez! Recoger la cosecha no es un trabajo fácil, aun cuando se es joven. - Quiero cenar y dormir hasta mañana. Mañana será un nuevo día.

IV.

- SHM A, ISRAEL, PADRE NUESTRO

A DONA Y ELOHEINU

QUE ESTÁS EN LOS CIELOS

A DONA Y EJAD

SANTIFICADO SEA TU NOMBRE

V. El hecho fue dramático para mí. Fue mi paciente durante veinticinco años.

Recorté con cuidado, y lentamente, el pedazo de periódico: "El señor David Coppel falleció el día de ayer, a las 20 horas. El sepelio será hoy, a las 13 horas. Se suplica no enviar flores."

Volvía a leer aquella esquina, pensando en lo que para mí significaba. Siempre es lo mismo: los buenos se van antes. Guardé el recorte en mi bolsillo y, con paso cansado, salí de la Unidad.

***Abraham Sniderman Hass, Primer Lugar en la Categoría CUENTO.
1981**

COSAS PERDIDAS*

Desde la tumba del amor
con una lápida de estrellas
y un firmamento reducido,
como una plegaria de rabia congelada,
un huracán de palabras que se apagan,
toda mi colección de verbos silenciados.
Desde la muerte del ayer incierto
rescato a la mañana herida
de alguna forma por tu tierra estéril,
busco dentro de mí para encontrarte.

Desde la tumba del amor
en esa tierra nace una flor negra
que no es de ayer ni de mañana,
una flor de roca y piedra
tan sólo indica el tallo

que no es ni pan, ni árbol...
que allí en esa tierra ignota
disfrizada de planetas instantáneos
en esa tierra inmensa de fantasmas
surcada de historias repetidas
también fue sepultado el verbo,
la canción y la batalla;
el pan que tan sólo fue semilla
y con el polvo vivo de tu propio suelo
se desprendió el trigo convertido en mariposa
y quedó tan sólo esa flor negra,
que es canción de muertos.

Hago memoria y llegan a mí
las flores del presente eterno. Las mariposas
del tiempo,

los pájaros que brotan de tu boca,
los peces que resbalan por tus manos;
voy más allá, regreso al instante
en que fuiste puerta y árbol,
presagio verdes manzanas,
geografía de ciudades habitadas
continente rojinegro de batallas diarias,

sal de pueblo y bandera de infinitos,
busco dentro de mí para encontrarte,
paseo por las oscuras galerías de mi cuerpo.
Hago recuento de todos los que se fueron
Quetzalcóatl el Dios, perdido y derrotado
al convertirse en hombre;
Prometeo el ladrón,
cien veces muerto en vida

PASE A LA PÁGINA 26 ➤

VIENE DE LA PÁGINA 25

pagando su pecado.
Sócrates mismo quitándose la vida,
Jesús el hombre
vendido por el que no pudo resistir la oferta.

Y sin embargo ahora
haciendo el recuento con mi historia,
encontrando todos aquellos sentimientos idos,
pronunciando la palabra libertad sin nombre,
bautizando a todas las ciudades conquistadas,
después de tantos sitios,
de tantas resistencias y combates,
de haber roto con Dios,
con la piedra del sol,
con las canciones de los hombres.
Después de haber ganado el pan,
la poesía, la misma noche,
ahora, después de tantos sueños
y otros despertares;
de que sembraste el trigo en mi camino.

La Alicia niña en el espejo viejo,
el juego de dados en un tapete
inmenso y negro,
todos los universos en los que nos encontramos,
aquella luz que no es de sol ni de luna.
Busco piedras, arena,
una frase
una mirada perdida en el espejo una imagen
una nota
un cuento
un verso congelado,
la rabia de Morelos y Zapata,
el negro presagio de Bolívar.

Busco, sin perderme hasta encontrarte,
ciega,
con un montón de piedras sepultando a todos
mis estados de ánimo.
atada de manos
con un montón de piedras sepultando
a todos mis estados de ánimo.

Después de tantas espirales
tantos caracoles en la noche,

me alejo más del punto
me alejo más de ti como un sueño sin montañas.

Te veo dentro de un
plano sumergido.
Busco entre los vidrios y el diamante en una
copa de cristal.

Busco en el agua transparente mi retrato,
mi verdadera faz mi muerte obligatoria,
ando entre sarcófagos y cirios,

Pero también ahora, en este instante,
que no es el tiempo pétreo
sino la nada, de la que algunas
veces salen flores y los últimos combates
me pregunto:
una y mil veces me pregunto
coqueteando con la historia,
de haberse asomado al orificio,
de penetrar el infinito,
de haber sentido luz en aquel montículo nocturno.

Hoy, en los momentos de proceso
y retroceso, buscando la cerebral
respuesta a no tener impulso de buscarme,
a no desear rescatarme
a pisar esa locura aventura
de una tierra habitada por fantasmas,
de esperar noche tras noche
tu mediodía de campanas mudas,
la reparación de un reloj
de maquinaria gregoriana.

Busco, busco tan sólo una
respuesta incontestable,
un planteamiento "ilógico" de Einstein,
una justificación de la vejez,
las reglas del juego
en un tablero de ajedrez.
Las flamas de tu rostro se
van multiplicando.
La flor negra, testigo mudo
de sábanas y almohada,
flor-pan endurecido por los días,

flor petrificada por cuentos de fantasmas,
flor verídica que alguna vez fue historia,
flor de peces muertos
de mariposas disecadas
de bibliotecas olvidadas
flor de polvo más viejo
que la Biblia,
flor de resurrección,
flor pasado,
flor y canto de sirenas que se queda en la
Ilíada,
mirada que mira en
la mirada de Argos
flor medusa que alguna
vez fueron Ulises y Penélope,
flor de Ciclope y de nadie,
Yo, despreciado por tu espalda.

Una larga espera.
¿Cuántos días,
cuántos ríos y calles,
cuántos aparadores que apantanallan
a lo más profundo de tu cuerpo,
tu mismo vientre generando rebeldía
cuánto tumulto de campanas sordas
de gritos de niños ahogados en la nada?

Y sin embargo el universo
prosigue su canto hidrogenoide
las nubes siguen dibujando
su leyenda.
El niño llora porque tiene hambre,
el indio sigue pisoteado por
los mismos.
La vida lucha por romper las olas.
El viejo avanza sin premura
hacia la muerte.
El estudiante sigue rompiendo geografías.
Todos luchan por algo,
la estrella por secarse
los ríos por llegar al mar.

Es cierto,
aquí no pasa nada.

***Nelly Goldberg Warman. Primer Lugar en la
Categoría POESÍA. 1981.**

UN DISFRAZ*

El domingo pasado, al mirar por el postigo entreabierto del balcón, vi detenerse un coche de alquiler frente al hotel "Los Paraísos" del cual bajó una mujer con un vestido celeste y una valija de cuero en la mano. Cuando la reconocí, por poco me desmayo

de alegría. Era "La Delfina", mi querida Delfina. Habían transcurrido dos años desde que se fue con esa compañía de revistas de mala fama, que por entonces daba funciones en un teatro del centro de la ciudad.

Recuerdo que "La Delfina" andaba ensoberbecida porque salió electa reina del Sindicato de Costureras en aquel maldito baile de carnaval. A decir verdad, estaba preciosa con su disfraz de noche. Yo misma le ayudé a pegar las lentejuelas, las estrellas de papel plateado, la media luna del sombrero. Era mi amiga; la única de la Sucursal que no tenía vergüenza de salir conmigo. Por eso me regocijé cuando la coronaron. Imaginaba la rabia que tendrían las demás empleadas, sobre todo "La Claudia", esa italiana falsa que se cree una belleza y que no es más que una pobre mujer que proviene de la clase baja. Por eso la aborrezco. "La Delfina" será morocha, delgada, tendrá los dientes separados, pero ni punto de comparación con "La Claudia"; que siempre me pareció el colmo de lo ordinario. Yo, por supuesto, no fui al baile del Carnaval y me quedé sentada en el balcón hasta muy tarde.

Mi padre, cuando vivía, tuvo la feliz ocurrencia de hacerme esta silla desde donde puedo mirar la calle sin fatigarme demasiado. Me hubiera

pasado la vida en el balcón, pero mi padre murió y debí resignarme a trabajar en la Sucursal. Con todo, fue una suerte que "La Delfina" ocupara un cuarto en el hotel "Los Paraísos", justo en la esquina de mi casa. Por la mañana pasaba buscarme para tomar el tranvía 26 Oriente.

Recuerdo esas mañanas como las más felices de mi vida. "La Delfina" me cedía el asiento de la ventanilla y me hablaba de su novio, de las actrices de cine que admiraba, de las novelas que leía por las noches. Yo le prestaba libros y revistas. Aunque nunca fui a la escuela, tengo instrucción. Yo sola por mis propios medios aprendí a leer. Mi padre me regaló una Biblia, y me sé de memoria algunos proverbios que ahí vienen escritos; pero mis dones de clarividencia y de sabiduría no provienen de esa fuente. Mi raza, en otras épocas, disfrutó del apoyo de los poderosos. Fuimos favoritos y príncipes y la corte celebraba y temía nuestra lengua brillante y venenosa. Eso lo leí en un tomo de la Encyclopédie ilustrada que compré con el último aguinaldo que me dieron al final del año.

"La Delfina", a pesar de todo, adivinó mi superioridad, me hizo su confidente, quería que viviéramos juntas a lo cual supuestamente yo me negué. Después de la muerte de mi padre decidí por aislarme del mundo y tomar en cuenta los ultrajes que aún hoy necesariamente tengo que soportar cuando salgo a la calle. Pensé que iba a recibir una pensión por parte del Estado, pero según las leyes no me corresponde. Mi singular-

PASE A LA PÁGINA 27

VIENE DE LA PÁGINA 26

dad física me permite trabajar, así que acepté el empleo en la Sucursal. Al principio sufría, las empleadas no me quitaban los ojos de encima, pero en general creo que mi aspecto desconcertante las volvía serias y retraídas. Sólo "La Claudia", esa italiana odiosa, se atrevió a tocarme. Dijo que le traería buena suerte. Me puse roja de vergüenza y en ese momento la hubiera matado. No podría soportar vivir con alguien pues soy de carácter muy irritable. Nací bajo el signo de Saturno. A veces, cuando regreso del trabajo, por las noches, me tiendo en la hamaca del patio y empiezo a decir malas palabras hasta calmarme. El loro que perteneció a mi padre las escucha y aprende a repetirlas rápidamente. Antes solía entonar la Cumparsita; también sibaba los últimos compases del Himno Nacional. Ahora insulta, maldice, y eso me divierte.

Debo confesar que nunca sentí cariño por mi padre. A mi madre nunca la conocí, pues murió al darme a luz. Supongo que tendría los ojos sombreados y un poco saltones como los míos. Mi padre, al enviudar, trajo a una mulata de la costa para que se ocupara de las tareas de la casa. "La Mercedes", así se llamaba. Tenía la costumbre de frotarme con ungüentos preparados por una curandera paisana suya, medio bruja. La misma fabricó el amuleto que según ella, había de convertirme en una persona normal. (Supersticiones de ignorantes). No quiero cambiar, pues pertenezco como lo dije antes, a un linaje muy antiguo cuya inteligencia y astucia han llegado a ser proverbiales. Si bien es cierto que en estos tiempos desprovistos de humanidad sufrimos postergados en circos y parques de diversiones, yo tengo el orgullo de ser una excepción, gracias a mi puntualidad, mi silencio y mis hábiles y refinadas maneras; así que pronto seré nombrada Jefa de la Sección de Ojales, y entonces tomaré medidas contra "La Claudia". Una noche, ya muerto mi padre, descubrí que "La Mercedes", tenía relaciones con un hombre en el cuarto del fondo; detrás de la cocina. Espié por los visillos de mi dormitorio y vi al hombre que cruzaba el patio en dirección a la puerta de la calle. En ese momento odié a "La Mercedes" con toda mi alma. Al otro día le dije que no me alcanzaba el dinero y que debía arreglármelas sin ella, la despedí. Fue una suerte que se marchara.

Desde ese momento ahorro dinero, casi no como y un puñado de arroz hervido y un pedazo de pan para vivir. Con eso me basta compro libros que me interesan y miro por el balcón, divertida, a los transeúntes que cruzan por la calle. Ayer, casualmente volví a ver al amante de "La Mercedes" es moreno y rizado, parece un turco. Lo vi pasar en su carro de refrescos.

Pero la única persona que ocupaba mi recuerdo, mi nostalgia, era "La Delfina". Por eso el domingo cuando bajó del coche de alquiler y entró al hotel "Los Paraísos", mi primer impulso fue lanzarme a su encuentro y abrazarla, pero reflexioné: Es ella quien debe venir a visitarme, se portó mal conmigo, no me escribió a pesar del dinero que le presté antes de que se marchara a Buenos Aires.

La verdad es que "La Delfina" fue falsa en aquella oportunidad, pues me ocultó en un principio el vergonzoso carácter de su compañía de revistas. Aún tengo dudas si lo hizo para no escandalizarme. Dijo que Androcles, el empresario, trataba de formar un conjunto de bailes regionales y que a ella la contrataban por su tipo de criolla; pero yo estaba enterada de todo y me enfurecí. Le dije llorando, que iba hacia su perdición, que se arrepentiría de abandonarme. "La Delfina", emocionada, me tomó entre sus brazos y me secó las lágrimas con su pañuelo. Fue entonces cuando me contó sus verdaderas intenciones. Me dijo que lo de "Beldades de Media Noche" no era de su agrado, pero que a falta de algo mejor aprovechaba esa oportunidad para salir de la provincia. No iba a pasarse la vida entera en la Sucursal. Triunfaría. "La Claudia", quedaría retorcida de envidia. Estas últimas palabras me convencieron y sin vacilar le presté mis ahorros, pues jamás olvidaré que "La Claudia" tocó mi espalda poniéndome en ridículo. Deseo verla muerta.

Recuerdo que acompañé a "La Delfina" a la estación la mañana de su partida. En el andén conocí a Androcles, un hombrecito autoritario y pálido, que fumaba innumerables cigarrillos negros. Las otras chicas de la compañía me parecieron unas descaradas. "La Delfina" que prometió escribirme, me dejó de recuerdo la maravillosa capa de su disfraz de noche. Sentí que, al irse, yo quedaba a merced del odio de las demás empleadas de la Sucursal.

Durante los dos años que duró su ausencia, sólo recibí una fotografía que aún guardo en mi buró. "La Delfina" más bonita que nunca, caracterizada de belleza oriental, o de Cleopatra, lleva una curiosa diadema de serpientes entrelazadas en forma de corazones. Sus pechos desnudos y pequeños asoman entre los collares de perlas, y a través de la muselina se distingue su vientre, con esa clásica penumbra del ombligo. Al pie del retrato la firma, sin ninguna dedicatoria: Delfina Coronel,

y la fecha. Sufrí mucho por esa muestra de frialdad, pudo haber agregado algo cariñoso, después de todo fui su única confidente, le presté dinero.

No puedo ocultar la decepción que me produjo el encuentro con "La Delfina".

Yo terminaba de lavarme la cabeza, el pelo húmedo y suelto, me cubría la espalda. Sé que mi cabellera es espléndida, una vez a la semana la enjuago con raíces de caña de la región, fortalece. También mis piernas, aunque delgadas, son perfectas. eso la Las he mirado largamente, hasta el arroabamiento. Cuando abrí la puerta de la calle simulé una gran indiferencia. "La Delfina" me abrazó, dijo que me había escrito. Te lo juro, querida se disculpó -el correo debió extraviar las cartas. Me acompañó al dormitorio donde acabé de secarme el pelo. La ingrata, recostada sobre mi cama, encendió un cigarrillo. Miré por el espejo su hermoso cuerpo y me ruboricé al recordar el entusiasmo que me asaltaba por las noches mientras contemplaba su fotografía. Traté de parecer natural, de sonreír, pues temía que descubriera mi secreto, que lo leyera en mis ojos. Le pregunté si venía por mucho tiempo. "Una semana apenas -me contestó-. Vine a buscar una cocinera para el negocio de mi marido". Sentí que el suelo cedía bajo mis pies, pálidéci. "La Delfina", advirtiendo mi turbación, agregó "¿No sabías que estoy casada?". Al poco tiempo de llegar a Buenos Aires, Androcles me propuso matrimonio, y acepté con la condición de que abandonara definitivamente la compañía de revistas; pues deseaba un hogar decente. Androcles ganó dinero en las carreras y compró la llave de un restaurante. Y como quiere especializarse en comidas del Norte, me encargó que le buscara una buena cocinera. "Pero yo recibí una fotografía -murmuré con voz atrabilada- llevabas, creo collares de perlas, una especie de disfraz oriental, -la sacó Androcles en el cuarto del hotel donde vivíamos;- tiene manía de los desnudos artísticos. A veces le sirvo de modelo para su colección. ¡Oh! A pesar del antifaz me hubiera reconocido. No me atrevería a enviarte uno de esos retratos. No hagas ese gesto querida. El hobby de Androcles es bastante inocente. Después "La Delfina" me preguntó si continuaba trabajando en la Sucursal, y le respondí que a fin de mes iban a nombrarme Jefe de la Sección de Ojales. Pero "La Delfina" no prestaba atención a mis palabras: Era feliz con su Androcles y con su departamento nuevo en un suburbio de la ciudad. Esas habían sido en el fondo sus verdaderas intenciones; para eso me pidió el dinero. Farsante.

Súbitamente me sentí herida, traicionada, hice un esfuerzo para no arrojarme sobre ella y golpearle la cara. Le hubiera gritado: ¡Canalla, estás haciendo porquerías con Androcles y con otros! Porque yo sé que hay otros, muchos otros. Pero sólo atiné a decirle: Me duele la cabeza, me siento afiebrada, será mejor que hablemos mañana o pasado: perdóname. Cuando "La Delfina" se fue, rompió la fotografía y arrojó los pedazos a la basura. Después, encerrada en mi dormitorio, escupí sobre el espejo del ropero, me rasguñé la cara y lloré largamente. La idea de que "La Delfina" posaba desnuda para satisfacer los gustos de su marido, lastimaba mi delicadeza. Me hice un té de tila, ensayé distraerme un poco con la lectura de la Encyclopédie Illustrada, pero la misma idea volvía a atormentarme. Cerré los ojos y una imagen horrible me cortó la respiración: "La Delfina" estaba acostada en mi cama con el vendedor de refrescos. Sentí que la imagen de esos dos cuerpos no me abandonaría nunca, que estaba condenada a no conocer el amor sino a través de uno de ellos. Yo podía ser el vendedor de refrescos y tener en mis brazos a "La Delfina"; o bien ser "La Delfina" y estar en brazos del vendedor. Abrí los ojos aterrizada. Luego, grité.

Si yo fuera una persona vulgar me habría suicidado. El sábado, "La Delfina" tomó el tren de la tarde y volvió con Androcles, su marido. Antes de marcharse a la estación, pasó por mi casa y me devolvió el dinero que le había prestado. (Lo dejó en un sobre que deslizó por debajo de la puerta). Sé que tocó el timbre y rasguñó la persiana del balcón, pero no tuve coraje para abrirle la puerta y permanecí en mi cuarto sollozando hasta que se marchó.

Ayer, para colmo, me enteré de que "La Claudia" se casa con un telegrafista y abandona la Sucursal. Durante años, soñé con el momento de ser ascendida a Jefa y vengarme de esa infeliz que puso su mano sobre mi espalda. Las demás empleadas simularon alegría, pero estaban carcomidas de envidia. Le hicieron bromas, propusieron una colecta para el regalo de bodas y discutieron mucho. Al final decidieron que le regalarían un ventilador. Yo permanecí sumida en mi trabajo, tratando de no escuchar, pero las manos me temblaban. Pedí permiso para retirarme una hora antes. (Es la primera vez que lo hago en cuatro años) y volví a mi casa. Compré nafta en un almacén cercano; quería incendiarme, morir. "La Delfina", pensaba, estará en este momento

PASE A LA PÁGINA 28

VIENE DE LA PÁGINA 27

posando desnuda para su marido. Y yo, que consigo el ascenso a Jefa de la Sección de Ojales, no podré vengarme de "La Claudia". Mi vida no tiene objeto, me consumen el insomnio y la pena, me paso las noches devorada por visiones repugnantes, alucinada entre el deleite y el horror. Pero algo en mí se aferra a la vida, como una cucaracha que trepa por las paredes con la mitad del cuerpo reventado.

Mientras miraba por el balcón, vi al vendedor de refrescos bajar como un mono gigante de su carro, llevando sobre los hombros un cajón de botellas color naranja. Una idea me iluminó, olvidé al instante mis pensamientos sombríos y lo llamé con un chistido. El hombre se acercó al balcón, con su barba tupida, su aire turco y sus mejillas salpicadas por las cicatrices de la viruela. Los ojos oblicuos, retintos, el cuerpo ágil, vigoroso. Me bastó una mirada para saber que era inofensivo, de mentalidad simple; y que no me sería difícil hacerlo representar su papel de acuerdo con mis planes. Le dije que tenía un mensaje de "La Mercedes", que, si podía, una vez terminado el reparto, pasar un momento por mi casa. El hombre no pareció sorprenderse, tampoco sé si creyó lo del mensaje, pero mostró sus dientes manchados de nicotina y me dijo: "Bueno, mañana daré una vuelta por aquí, a eso de las tres".

Ahora estoy sentada en mi cuarto esperando al vendedor de refrescos, he cerrado las puertas que dan al patio, la casa está en penumbra y hace calor. Los jazmines del florero exhalan un perfume similar al vértigo, y aunque marchitos, huelen a intensa melancolía; sugieren la noche, el deseo ofrecido al olvido, y a la desdicha. He bebido un poco, no estoy acostumbrada al alcohol. Sé que ésta es la única oportunidad que tengo para conjugar la visión que me persigue desde la última vez que vi a "La Delfina". A fuerza de irrealidad conseguiré saciarla, pues tendrá el sueño, y la paz. Por momentos la idea de un fracaso me estremece; supongamos que la alucinación me rechace. ¿Tendré que

soportar la violencia de un cuerpo que detesto, mientras "La Delfina" escapa de mi para siempre? Necesito ser astuta y asegurar el triunfo.

He sacado del ropero la capa del disfraz de noche que me regaló "La Delfina" y que guardaba como un tesoro. (Aún recuerdo cuando la coronaron reina en aquel baile de carnaval, hace dos años. Yo le ayudé a pegar las estrellas y las lentejuelas del vestido). Me la pongo, suelto mi cabellera que me cae más allá de la cintura y me contemplo en el espejo. La imagen me sobresalta de admiración; parezco un insecto sumuoso de ojos saltones y piernas delicadas. Al fin me desprendo de la lisa superficie tibia del espejo y ensayo repetirme en voz baja "Me llamo Delfina, Delfina Coronel". Súbitamente cruza por mi imaginación la idea de que el vendedor pueda negarse a participar en el juego. Quizá mi aspecto le desagrade, quizás corra. Entonces vuelvo a mirar mi reflejo, y me tranquilizo. Estoy hermosa, la capa brillante y los cabellos revueltos disimulan mi espalda. Si el hombre se resiste, le ofreceré dinero y le diré que soy virgen para alentarlo. Después de todo, la mulata Mercedes era casi una vieja y no tenía las piernas tan bonitas como las mías. Está a punto de llegar el momento, el alcohol ha empezado a marearme y un repentino hipótono hace presa de mí. El perfume de los jazmines me excita y me llena la boca de palabras obscenas. Soy los jazmines, soy la noche. Brillo, y al caminar arrastro por el cuarto una cola de seducciones, de dulces inmundicias. Han llamado a la puerta. Cruzo el zaguán, temblorosa, y al abrir me encuentro con un caballero elegantemente vestido. Es sin duda el vendedor. Lleva un ramo de rosas su mano derecha; son para mí, me mira fijamente y me dice: "Buenas tardes, señora". "Buenas tardes, pase usted, soy Delfina, Delfina Coronel".

*Julio Akerman Drucker. Primer Lugar en la Categoría CUENTO, 1982.

POEMAS*

Y murió asesinada por una pluma negra,
un cigarro rubio
y un papel en blanco.

Al fondo,
una puerta.
Enfrente,
una ventana

Y yo, ante el espejo.

Escribo por la anécdota,
"para la literatura".
Pude hacerlo desde mí,
sobre aquello,
pero todo quedó aplazado
para cuando escribiera un libro;
el libro que hoy escribo
sin recordar visceralmente,
qué es lo que me urgía decir.

Departamento chic,
escritorio Art Nouveau,
papel grueso de lino.
Máquina borra sola
toque pronto
sin hilos.

Café recién tostado
recién molido,
cigarrillos.

Kaftán de seda azul,
la pluma preparada,
no hay ruidos.
Estudio aclimatado,
paisaje encantador,
copa de vino. Y ante tal perfección
la Musa se escapó
y se fue al otro piso.

La vida apareció inconsciente
escapó sigilosa
para hacerse presente después,
sumida en la pereza,
ahora,
que la miro entre nubes espesas,
que la muerdo con dientes quebradizos,
que la toco con manos temerosas,
de vieja.
Ahora que mi cuerpo registra
los minutos
como reloj de arena,
alejada del ruido,
canceladas las metas,
embriagada por húmedos olores
que adormecen la tos
y la conciencia.
Centrada en el confort,
Sumida en la pereza

con una bata china
y una sirvienta negra.

A MI MADRE

Ahora, aquí,
a tu lado,
y tú al fin vencida,
exenta de pecado,
mentalmente dormida,
tu piel fuera del tiempo,
tus ojos dos heridas,
tu pelo liberado
del spray que lo asía,
tu boca sin palabras,
tus manos sin espinas
tu vientre guango y tibio
con dos senos encima.
Cubierta de un silencio
que te da otra medida,
pareces abarcable
mientras latiendo expiras.
En el día de tu muerte,
- inaplazable ya –
sacudida en mi centro
descubro con sorpresa
que también soy mortal.

*Jaya K. de Cotic. Primer Lugar en la Categoría POESÍA, 1982.

GEOGRAFIA DEL EXILIO I*

La geografía de mi alma
se funde y confunde
con la geografía de un pueblo
que surca los campos
cultiva viñedos
y sacrifica carneros.
Pastoreando rebaños se hace profeta
y escribe su historia
con las huellas polvosas
de sus sandalias resecas.

Atraviesa los valles
con la aceleración lenta de saber
que el encuentro es seguro.
Una piedra es la clave
y queda erigido
un altar como Acuerdo.

GEOGRAFIA DEL EXILIO II "

La geografía de mi cuerpo
se cubre con piel de historia
los cabalísticos nombres viven en mi memoria.
Me recorren montañas y valles.
mares desiertos y oasis
y solamente por ellos
mi fisonomía se entiende.

El Sinaí va conmigo
y frente a su cima imponente
me hice pueblo en el pacto.

Generaciones pasadas, generaciones futuras
la eternidad se dio cita
haciéndose cargo de metas y rutas.

GEOGRAFIA DEL EXILIO III

Exiliada de ninguna-patria
con la nostalgia de pertenecer
a la tierra que perdí sin habitar.
Desterrada de ella
sin haber sentido sus caricias
sin haber vivido su regazo
y en los brazos de una idea me acuno y me consuelo.

Arranca mi destino siendo tributaria
de una caudalosa fuente que recorre por su cuenta paisajes diferentes
y los tengo que mirar con nuevos ojos
porque aún no son recuerdos.
En el camino me enriquecen
las aguas de otros ríos
y termino por llevar en mí
reminiscencias de otros verdes
y sin percatarme de sutiles existencias
que se filtran con el devenir del tiempo
añooro los azules de cielos
que no he visto.

ESPIRALES SIN SALIDA

Al tomar la pluma se me funde al dedo
y empiezo a gotear mi luto, desangrándome por el bolígrafo
dibujando con palabras, abarrocados epitafios, flores de panteón púas de colores, alambradas enredadas de círculos concéntricos y espirales sin salida. Desgarradas vísceras sin boca, voz, manos o piernas, o con boca, voz, manos y piernas
que gritan con silencios hondos, impotentes, ácidos y espesos;
movimiento inmóvil que atomiza y se implosiona
materializando un sordo eco que se pega a mi cara, a mi cuerpo
a mi doloroso pecho y se endurece al contacto convirtiéndose
en una capa de resina transparente que permite adivinarme
encubriendo un cuerpo que se mueve y se revuelve en una
absurda piel que va arrugándose, porque no recibe aire y se
alimenta del aliento que no quiere apagarse y me arrebata una
voz que quiere hacerse oír por todo lo que representa, y por eso
mismo que a su vez la opprime, por su especie, por su sexo, por
su raza, porque cree y porque no.
Luto, grito por absurdo, luto en la conciencia
por saber y no hacer nada
luto en la inconsciencia porque sabe
que no se puede hacer ya nada
luto porque quiere y se estrella en la impotencia
luto porque la demencia puede ser la puerta
luto por las fantasías muertas
y luto por las otras que no son más que eso.

*Paloma Cung Sulkin. Primer Lugar en la Categoría POESÍA,
1982.



#YOSOYHISTORIA

FUTSAL

El Futsal en un principio era llamado Futbolito, actualmente conocido también como Futbol de Salón. En un inicio, en el CDI, era practicado al aire libre en el campo de Futbol y en las canchas de Básquetbol y Voleibol que se encontraban cercanas a las canchas de Tenis; en el año de 1961, se practicaba dentro de las instalaciones del entonces nuevo edificio de Baños y Gimnasio Carlos Fishbein; en 1999, en el inaugurado Gimnasio Moisés Derzavich; y, en el año 2006, junto al Área de Frontones en el entonces inaugurado Gimnasio Auxiliar, también conocido como Gimnasio Multiusos. En el año de 1966 con la presidencia en la Comisión de Futbolito del Sr. Abraham Nurko, se realizó el primer Torneo Interior, iniciando con ello

las competencias deportivas de esta disciplina, seguido de diversas competencias como: Torneos de Liga Interclubes del D.F., Juegos Deportivos Interescolares, Copa CDI de Futbolito, Campeonato Nacional de Futbol de Salón, donde nuestro equipo representativo obtuvo el campeonato 1984; Torneo de Invitación Copa Independencia 1984, organizado por la Delegación Benito Juárez, en el que el equipo CDI de Futbol de Salón obtuvo el campeonato y los dos trofeos al mejor equipo ofensivo y defensivo; Macabiadas en Israel, logrando el nivel internacional, evento donde se han obtenido diversas medallas; y ahora, en el World Futsal Showcase, en Orlando. Presentamos algunos de los equipos cedeístas de Futsal más recientes. ■



Equipo CDI, categoría Sub-15, Campeón Nacional de Futsal de la Federación Mexicana de Futbol A.C., los goles fueron de Paul Cheres y de Marc Telyo, en perfecta jugada con el portero Guindi. Año, 2010.



Mauricio Podoswa y Eduardo Hussny acompañados por el Sr. Ernesto Podlipsky y Lic. Samuel Wolcovich, Vicepresidentes del Comité de Fomento Deportivo; en la ceremonia de entrega de Estandarte CDI a los equipos Sub 17 y Sub 13, que participaron en el Campeonato Nacional de Futsal de Estados Unidos, sede Long Beach, California, fechado del 7 al 12 de julio de 2010.



Equipo Sub 13, comandado por el Prof. Luis Camiro, en la ceremonia de entrega de Estandarte CDI a los equipos Sub 17 y Sub 13 que van al Campeonato Nacional de Futsal de Estados Unidos, sede Long Beach, California, fechado del 7 al 12 de julio de 2010.



Equipo Juniors, tercer lugar de Segunda Fuerza, del Torneo Interior de Futsal 2011.



Equipo CDI, categoría 2003, integrantes:
Marcos Shrem, Ariel Rotberg, Eduardo Haidenberg, Salomón Zayat, Jaime Shaooli, Isidoro Sitton, Alejandro Zaga, José Penjos, Jaime Sutton, Uri Picker, Benjamín Schmulson, Gabriel Calderón, Lázaro Zaga, Jonathan Shimon, Gabriel Eichner, Emilio Zonana y Jaime Dayán; dirección técnica del profesor Marino Guevara y asistencia del profesor Luis Nava. Año, 2011.

Equipo CDI de Futsal con su entrenador, durante el fin de cursos agosto-diciembre 2017.



Equipo CDI de Futsal con su entrenador, durante el fin de cursos agosto-diciembre 2017.



Jugadores de equipo de Enseñanza de Futsal. Año, 2019.



Premiación de Futsal por el Torneo Interno de Aniversario. Año, 2019.



Equipo Infantil CDI de Futsal, en la entrega de uniformes. Año, 2019.



Jóvenes de Futsal; en la entrega de uniformes. Año, 2019.

CAMPAMENTO TNOUTS EN T-POZ

// YAEL WORNOVITZKY

Durante una semana se realizó la majané de Hanoar Hatzioni, Habonim Dror, Dor Jadash y Hasomer Hatzair quienes gozaron en el Club Campestre de T-Poz de un campamento espectacular, con diferentes actividades, así como días de diversión en la alberca. Realizando Mifkadesh cada grupo en la clausura.

Cuando alguien pregunta ¿Qué es un majané?, es casi imposible dar una respuesta inmediata, la cabeza se inunda de ideas, de imágenes y de sonrisas.

La descripción más cercana que se puede dar sería: un majané es un lugar mágico, en donde la gente se desconecta de la realidad para conectar con la tnuá, es un lugar en donde chavos entre los 16 y 21 años logran mover masas. Estas personas a las que conocemos como Madrijim/ot logran que más de 100 niños, conecten con la misma causa.

Un majané es el lugar en donde lo imposible se vuelve posible, es el lugar donde la tnuá está en su máximo esplendor y donde se vive la felicidad plena. ■

**Gracias a todos los que hicieron el majané posible Jazak v' matz
i Los esperamos con los brazos abiertos en diciembre de 2023!**



Es un gusto recibirlos en T-Poz. Pregunta por la disponibilidad de espacio para tus encuentros. Puedes solicitar más informes en el teléfono 55 2629 7400 extensión 515, o esribenos al correo ventas_tpoz@cdi.org.mx

60

MACABI

HATZAIR MÉXICO

Save the Date

9 de diciembre de 2023
fiesta Macabi 60 años.

LA COMPAÑÍA DE TEATRO CDI
PRESENTA

CASI UN PUEBLO

DE:
Jhoan Cariani
DIRECCIÓN:
Carlos Rangel

MIÉRCOLES AGOSTO 30 8:30 PM	JUEVES AGOSTO 31 8:30 PM	SÁBADO SEPTIEMBRE 02 9:00 PM	LUNES 04 SEPTIEMBRE 8:30 PM	MARTES 05 SEPTIEMBRE 8:30 PM
-----------------------------------	--------------------------------	------------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------

ADQUIERE TUS BOLETOS
CON SARY AL TEL. 552560 0030
O CON CECY AL TEL. 552737 2434

AUDITORIO CARLOS Y TERESA METTA
DEL CENTRO CULTURAL MONTE SINAI (PUNTO CDI MONTE SINAI)
(AV. DE LA PALMA #200, VISTA HERMOSA)

MAAYAN HAJAIM

LA RUTINA EN LA RELACIÓN DE PAREJA

En el ciclo vital de la pareja se viven etapas y una de ellas se caracteriza por momentos de adaptación donde hacen actos de presencia las mismas conversaciones, las mismas expresiones de cariño, los mismos planes para el fin de semana, etcétera. A eso se le llama la rutina y se dice que cuando llega... el amor acaba. En realidad no es así, es probable que simplemente se haya dormido, no obstante, puede amenazar con terminar la relación si no se reacciona a tiempo.

En este sentido podemos definir que la rutina es aquella costumbre o hábito que se adquiere para hacer las cosas de un modo determinado y no exige pensar o reflexionar demasiado. Por ello dentro de las relaciones de pareja, la rutina es un estado de confort en el que entran las parejas con el paso del tiempo, y que determina la forma como hacen las cosas. El problema del confort es que este surge cuando el vínculo deja de ser estimulante y aparece la desmotivación, sumado a eso hay distanciamiento físico y emocional, lo que podría ser un pretexto para caer en la infidelidad o incluso el final de la relación.

Por otra parte, tampoco es sano creer que la relación debe ser un carrusel de emociones, por el contrario, la tranquilidad y la familiaridad son parte esencial en el vínculo, lo que sí es imprescindible comprender es que lo que se requiere es "hallar el equilibrio entre la familiaridad y la novedad". Algunas estrategias que se pueden implementar son:

1. Tomarse un espacio personal, para hacer cosas que fortalezcan la individualidad y eso va a nutrir la comunicación porque se hablará de la experiencia de cada uno.

2. Atreverse a innovar, lo que significa realizar un plan nuevo como por ejemplo aceptar una salida o un plan al que siempre nos negamos.



3. Darse el espacio para jugar, porque promueve un espacio lúdico que distrae la mente de los problemas cotidianos, como por ejemplo un juego de mesa.

4. Escuchar música, cantar e incluso bailar potencian la alegría y si se hacen en pareja puede resultar muy divertido.

5. Tener metas en conjunto, permiten tener en claro las razones por las que están junto y claro eso significa construir cosas.

Acá lo más importante es dejar de lado las excusas, porque el hecho de vivir en pareja es darse esa oportunidad validar el compromiso y estar en la mejor disposición para que las cosas funcionen antes de pensar en la separación, si te encuentras en momentos difíciles de tu relación puedes acudir a Maayan Hajaim y psicoterapeutas profesionales te orientarán. ■

“Diásporas de tristezas” en Bellas Artes

En el marco de la Temporada de Danza 2023 “Palacio en movimiento” en el Palacio de Bellas Artes, el próximo 22 de julio el Centro de Producción de Danza Contemporánea (Ceprodac) ofrecerá una función para estrenar el programa “Diásporas de tristezas”, dedicado a la conmemoración del 80 aniversario del levantamiento del Gueto de Varsovia.

En este contexto, y como parte de un proyecto de cooperación internacional entre México y Polonia a través del Instituto Adama Mickiewicz- dicha presentación incluye el estreno mundial de la pieza “Der Moment” del coreógrafo polaco, Jacek Przybyłowicz y el estreno en México de “Until With/Out Enough” del israelí Itzik Galili.

“Der Moment” hace referencia a un periódico en idish que se publicaba en Europa Oriental a principios del siglo XX, haciendo una crónica de la comunidad judía polaca.

“Until With/Out Enough”, coreografía para la pieza musical “Quasi Una Fantasia” de Henryk Górecki, explora el concepto del espacio cerrado que existe en nuestras mentes en términos dramáticos y espirituales.

El ciclo “Palacio en Movimiento”, 19 de julio al 12 de agosto, es organizado por el Gobierno de México y el Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura, a través de la Coordinación Nacional de Danza con el principal objetivo de dar a conocer, reconocer y fortalecer “la persistencia, permanencia y compromiso de las compañías que se presentan y sus proyectos”. ■

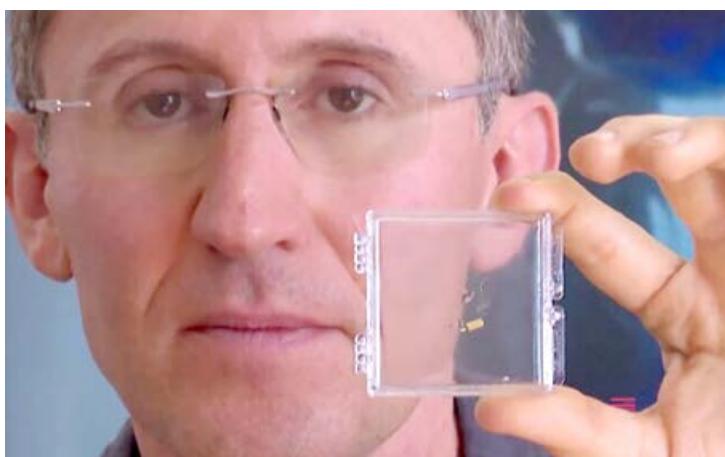
Fuente: Tribuna Israelita



STARTUP

ROBOT ISRAELÍ PARA TRATAR ENFERMEDADES CEREBRALES

PrimSense, la empresa fundada por Michael Shpigelmacher, Aviad Maiatz y Alex Shpunt, fue adquirida en 2013 por Apple por unos 400 millones de dólares. Fue un líder mundial en sensores 3D que ayudó a impulsar Microsoft Kinect para Xbox 360 y proporcionó la tecnología detrás del Face ID de Apple.



Bionaut Labs, la startup médica fundada por el trío, ahora tiene objetivos muy diferentes: ir hacia los rincones más profundos del cerebro humano.

La compañía está probando su tecnología en una instalación de Mayo Clinic y está lista para comenzar ensayos clínicos con cinco centros médicos estadounidenses de primer nivel mientras solicita la aprobación de la FDA.

El Bionaut de la compañía, un diminuto micro-robot más pequeño que un grano de arroz, es guiado a través del sistema nervioso central de un paciente hacia un punto específico en el cerebro donde puede realizar una cirugía menor, administrar medicamentos terapéuticos o regresar con tejido para una biopsia.

Shpigelmacher, director ejecutivo de Bionaut Labs, dice que se dio cuenta de que los tratamientos para las enfermedades que ocurren en un punto específico del cuerpo, especialmente el cerebro, no estaban siendo dirigidos con precisión.

Él compara el efecto de los tratamientos existentes con «bombardear el cuerpo de un paciente con drogas», creando «efectos secundarios no deseados generalizados o daños en los tejidos y órganos circundantes».

«Era como tener un plato sucio en el fregadero y sacar una manguera contra incendios que inunda toda la casa solo para lavar ese único plato», dice.

El Bionaut, guiado por un médico que usa un poderoso imán, puede liberar una carga útil de terapia dirigida directamente a un tumor o cualquier otro objetivo localizado, incluso en lo profundo del cerebro, y luego salir del cuerpo.

«Las cirugías para llegar al cerebro tienden a ser relativamente agresivas y bastante profundas y llevan muchos riesgos y mucho tiempo de recuperación», dice el Dr. Bill Loudon, vicepresidente de neurociencia de Bionaut Labs. La barrera hematoencefálica crea «problemas muy importantes para intentar llevar la droga a donde queremos que llegue. Por el lado quirúrgico, es difícil llegar al cerebro y por el lado de los medicamentos, es difícil llegar a los tejidos».

«El Bionaut tiene ventajas específicas que sortean estos problemas. Realmente representa un nivel completamente nuevo», dice el Dr. Loudon.

La empresa ha desarrollado varios prototipos de microrobots, cada uno diseñado para un propósito diferente. Hay un Bionauta en forma de cápsula diseñado para moverse a través de fluidos, un Bionauta en forma de sacacorchos diseñado para excavar a través del tejido y un Bionauta de punta afilada que puede realizar una microcirugía cortando el tipo de quiste en el cerebro que causa hidrocefalia.

«Minimizamos la penetración en los tejidos, haciéndolo solo en la distancia más segura y más corta posible. Abre una forma completamente nueva de tratar enfermedades cerebrales», dice Shpigelmacher. ■

INVESTIGACIÓN

Descubrimiento, medicina para enfermedades infecciosas

La medicina personalizada existe hoy en día en un conjunto de enfermedades como el cáncer, pero casi no se utilizan estas herramientas en el campo de las enfermedades infecciosas. Con base en su avance científico, los investigadores de la Universidad de Tel Aviv esperan que también sea posible aplicar la medicina personalizada a las enfermedades infecciosas y brindar tratamientos más efectivos a los pacientes.

Una enfermedad infecciosa es una condición en la que un microorganismo (virus, bacteria o parásito) logra penetrar y multiplicarse en el cuerpo humano, causando daño directo a las células. El daño al cuerpo también puede ser indirecto, como resultado de la reacción del sistema inmunológico, por ejemplo, la creación de inflamación contra el mismo agente causante de la enfermedad. Hasta ahora, el mundo médico estudiaba la respuesta inmunitaria como una sola unidad, pero un equipo de investigadores de la Universidad de Tel Aviv descubrió una forma, mediante experimentos y herramientas computacionales, de clasificar dos componentes centrales de la respuesta inmunitaria que operan como resultado de una grave enfermedad infecciosa.

La importancia del descubrimiento es que abre una puerta al mundo de la medicina personalizada en el campo de las enfermedades infecciosas y la provisión de tratamientos más efectivos para los pacientes. Es decir que, en lugar de dar un medicamento uniforme a todos los pacientes, como podría ser la penicilina, el médico podrá determinar con precisión qué medicamento debe dar al paciente y en qué dosis, según la clasificación de la infección.

La investigación fue dirigida por el Prof. Irit Gat-Viks y el Prof. Eran Bacharach, con los estudiantes de doctorado Ofir Cohn y Gal Yankovitz de la Escuela Shmunis de Biomedicina e Investigación del Cáncer en la Facultad de Ciencias de la Vida George S. Wise. El estudio fue publicado en la prestigiosa revista «Cell Systems».

«Nuestras nuevas observaciones y una clasificación más precisa de la respuesta inflamatoria nos ha permitido identificar nuevos indicadores y marcadores en nuestro torrente sanguíneo. Lo que todo esto significa es que a partir de simples análisis de sangre, podemos aprender mucho sobre el estado de salud de las personas

que enfermaron y brindarles un tratamiento más integral de acuerdo con el desarrollo de la infección en sus cuerpos», expresó Gat-Viks. ■



AMIA/ANIVERSARIO

SE CUMPLIRÁN 29 AÑOS DE DOLOROSA IMPUNIDAD

El martes 18 de julio se cumplirán 29 años de dolorosa impunidad para las 85 víctimas del atentado a la AMIA, sus familias, los cientos de heridos, la comunidad judía y la sociedad argentina en general. Lamentablemente, la causa judicial no experimentó mayores novedades en los últimos doce meses y el eventual juzgamiento de los iraníes imputados como autores ideológicos está paralizado a la espera de que Interpol logre capturarlos o que prospere alguna de las iniciativas en estudio: el cuestionado juicio en ausencia, que impulsa la DAIA sin apoyo del Gobierno saliente, con varios juristas que lo rechazan y la mayoría de los familiares que teme que sea una estrategia para cerrar la investigación, o que la Organización de las Naciones Unidas conforme un tribunal especial, o algo similar.

Por lo pronto y como cada vez que se aproxima algún aniversario, hubo alguna novedad de poca monta, como para aparentar una acción que no es tal. En este caso, el juez que está interinamente a cargo, Daniel Rafecas (el mismo que archivó la denuncia del fallecido fiscal Alberto Nisman), ordenó la captura internacional de cuatro iraníes con residencia temporal o definitiva, pasada o actual, en Paraguay y/o Brasil, a quienes se le imputa una participación secundaria en el atentado por medio de la facilitación de la nacionalización en el primero de esos países de Salman Raouf Salman (más conocido como Samuel Salman el-Reda Reda) para que el presunto coordinador del ataque pudiera moverse con mayor comodidad por el mismo y por la región, incluida -obviamente- la Argentina. Las evidencias parecen conducir más a un delito migratorio que a sustentar una acusación por terrorismo... pero algo había que mostrar cuando se avecinaba julio, máxime si se tiene en cuenta que las detenciones las había pedido la Unidad Fiscal que lidera el bastante inoperante Sebastián Basso... en noviembre.

Tampoco avanzó realmente la transparencia en el caso, pese a que el magistrado instó hace más de un año a las unidades de investigación, Fiscal y Especial del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos, a que arbitrasen los medios para garantizar el pleno acceso de los familiares de víctimas querellantes a los diversos fondos documentales desclasificados.

Respecto de la "conexión local", luego de la nueva absolución de Carlos Telleldín, que está a la espera de su revisión por parte de la Cámara Federal de Casación Penal, paso previo a que la Corte Suprema vuelva a hacer lo propio, la Fiscalía promovió el sobreseimiento del resto de los imputados, lo cual fue rechazado por las querellas y el juzgado, pero tampoco se avanzó un ápice a su respecto.

Funcional a esa pretensión resultó la difusión de un presunto informe del Mossad que detallaría todo lo atinente a la preparación y ejecución del ataque terrorista, con nombres, fotos, etc., y rechazaría la intervención de argentinos en la materialización del mismo.

En el campo internacional, el Estado argentino volvió a admitir su responsabilidad por la imprevisión y la impunidad, esta vez ante la Corte Interamericana de Derechos Humanos y ante la demanda de Memoria Activa, y es inminente que se conozcan los términos de la condena que habrá de recibir.

Paralelamente existen varias causas abiertas por presunto encubrimiento de los autores o cómplices del atentado en el



menemismo, el kirchnerismo y el macrismo.

El juicio por el pago ilegal a Telleldín para que acusara a policías bonaerenses y la protección a Alberto Kanoore Edul, hijo de un amigo del entonces presidente Carlos Menem, que terminó en varias condenas y algunas absoluciones, sigue en Casación, al igual que el cierre anticipado y sin debate del expediente contra la Vicepresidenta saliente y varios funcionarios y simpatizantes por el Memorándum con Irán.

El remanente que seguía en la instrucción fue desestimado por Marcelo Martínez de Giorgi tras la muerte de Claudio Bonadio, pero ello fueapelado por dos padres de víctimas.

Por último, las presuntas maniobras encubridoras del gobierno de Mauricio Macri forman parte de una causa más grande y de incierto futuro, llamada "Mesa Judicial".

En la instrucción permanece una causa contra ex secretarios del destituido juez Juan José Galeano, que fueron procesados por cargos menores y ello fue apelado, y contra el ex ministro del Interior menemista Carlos Corach, mientras que el segmento contra el excomisario Luis Vicat y la abogada Marta Parascandalo aguarda su juicio oral hace varios años.

Hasta ahora, las únicas condenas fueron para el excomisario Carlos Castañeda por la desaparición de pruebas, incluidos los casetes claves que demostrarían cómo negoció su entrega Teilleldín (tiene otra pendiente de revisión), y el misterioso brasileño Wilson dos Santos, quien advirtió del atentado y después quiso convencer a todos de que había sido una mera casualidad...

Paralelamente, tampoco hubo novedades en la causa por el supuesto asesinato de Nisman, que tiene acusado al técnico informático Diego Lagomarsino como partícipe necesario de un crimen cuyo autor aún se ignora y a los custodios del fiscal por encubrimiento e incumplimiento de deberes de funcionario público.

Asimismo, hay otro expediente que analiza un eventual encubrimiento de ese presunto homicidio y tiene imputados a ex y actuales funcionarios.

Desde un punto de vista político, más allá de las disputas típicas de la «grieta» filo/antikirchnerista, sobre todo por este último tema, el atentado a la AMIA casi ni figuró en la agenda a lo largo del año y hubo muy pocas reuniones o alusiones al mismo, salvo la media sanción reciente en la Cámara de Diputados de un proyecto que declara día de duelo nacional al 18 de julio, con la abstención de los legisladores de izquierda y el rechazo, por supuesta ignorancia, de la fórmula presidencial de La Libertad Avanza: Javier Milei-Victoria Villarruel, aunque el primero se arrepintió después, aunque no pudo enmendar su «error».

Por su parte, el presidente de la Nación, Alberto Fernández, reiteró el reclamo ante la Asamblea General de las Naciones Unidas de colaboración internacional para obtener la cooperación de Irán, en septiembre, pero omitió el tema ante la Asamblea Legislativa en la apertura de sesiones ordinarias, el 1º de marzo.

Es fundamental que la sociedad toda apoye y acompañe a los familiares de las víctimas en su práctica de memoria, su reclamo de verdad y su exigencia de justicia para que de una vez por todas se ponga fin a la impunidad y las 85 víctimas puedan descansar en paz. ■

Contenido para sitio web o redes sociales... ¿Qué da más resultados?

// ILAN ARDITI

Recientemente, me preguntaron ¿qué es más efectivo: crear contenido para nuestro sitio o blog o... o hacerlo en Instagram, TikTok o YouTube?, ¿cuál es mejor?, ¿contenido en sitio o en redes sociales?

Para responder a la pregunta, debemos comprender cuál es el camino que recorre nuestra audiencia hasta llegar a nuestra marca, por qué y cómo lo hacen. Sin importar si es una marca personal, una sin fines de lucro o un gran corporativo.

■ ¿Por qué crear contenido?

Hay que entender que el contenido, independientemente de dónde lo coloquemos, es imprescindible.

Esto es porque la principal razón por la que las personas entran a la web es buscar información, ya sea porque desean:

- Saber algo
- Resolver un problema específico
- Sólo entretenerte

■ ¿Sobre qué desarrollar contenido?

La matriz de contenidos es una buena guía de carácter universal para crear contenido. Idealmente, cualquier marca u organización debería crear:

- Contenido que eduque a su audiencia
- Contenido que la entreteenga
- Contenido que la inspire
- Contenido que convierta

El contenido es vital porque si no lo creamos, jamás encontrarán a tu marca, sin importar si la audiencia está buscando en Google, si navega en redes sociales o lo hace dentro de una app.

Lo siguiente que hay que entender es que el contenido puede tener diferentes fines: awareness, posicionamiento, conversión, reputación, etc.

Muchas marcas creen que sólo debe crear contenido de venta... ¡Error! De hecho, de todo el contenido que una marca desarrolle, solo el 25% debe estar orientado a ventas. Esto es porque la mayoría de las búsquedas online son de carácter informativo, no comercial.

■ ¿Y qué funciona mejor? Contenido en sitio o en redes sociales

Generalmente, hay dos vías en la web por las que una persona conoce a una marca u organización y/o consume su contenido:

La halló a través de search (buscando en Google o YouTube)

La encontró en redes sociales (por contenido pagado)

■ 1. Contenido en sitio o blog (search)

Hablemos primero de cómo se halla el contenido en search (a través de buscadores como Google o YouTube).

La persona tiene alguna pregunta que realiza en Google o YouTube. Los resultados que le arroja pertenecen a marcas u organizaciones que han publicado contenido a través de un blog o un canal de video.



Las búsquedas de las y los usuarios pueden ser de carácter informativo, o de carácter comercial/transaccional. Las búsquedas informativas suelen realizarse con términos como: qué, por qué, para qué, cómo, cuándo, etc.

Las comerciales y transaccionales suelen ir destinadas directamente más hacia la compra.

¿Por qué crear contenido en sitio? Porque, como dije, BUSCAR es la principal razón de los internautas para estar en la web... y los sitios (blogs, portales, etc.) es lo único que aparece en los resultados de Google... y también videos de YouTube (que también pertenece a Google).

Y aun dentro de YouTube es importante señalar que las búsquedas funcionan de la misma forma. Por ello, la creación de contenido, desarrollado pensando en las preguntas de una audiencia específica, es vital.

■ Contenido en redes sociales

El contenido en redes sociales es distinto porque estas plataformas no están optimizadas como Google o YouTube para ser buscadores, aunque posean barra de búsqueda.

Es verdad que recientemente el mismo Google señaló que TikTok estaba siendo utilizado para búsquedas locales, pero la realidad es que aún están muy lejos de ser competencia y la función primordial del social media no es la búsqueda per se.

Si pensamos en la forma en que consumimos contenido en redes sociales, nos daremos cuenta que el contenido «nos encuentra», es decir, a través del stream nos topamos con él.

■ Cómo funciona la pestaña «Para ti»

Algunas redes sociales han integrado la pestaña «Para ti», específicamente TikTok y Twitter. Los usuarios pueden deslizarse entre las pestañas «Para ti» y «Siguiendo» en su feed principal.

La pestaña «Para ti» es una combinación de contenido recomendado por el algoritmo, que incluye tanto publicaciones de cuentas que seguimos como de aquellas que no seguimos. El algoritmo determina esto basado en nuestros intereses y en las cuentas y tipos de contenido con los que hemos interactuado en el pasado.

PASE A LA PÁGINA 37 ➔

VIENE DE LA PÁGINA 36

Instagram hace lo mismo, pero cuando damos click en la lupa (su página de búsqueda); allí, muestra cuentas y contenidos sugeridos en función de las publicaciones con las que interactuamos y nuestras búsquedas anteriores.

Esto quiere decir que, si consumimos constantemente contenido de sustentabilidad, ejercicio, autos, comida, etc., el algoritmo comenzará a mostrarnos cuentas que desarrollen publicaciones de ese tipo.

Hoy en día, en lugar de preocuparnos por tener muchos seguidores, es más importante ser constantes en la creación de contenido de alta calidad. Esto hará que el algoritmo ponga nuestra cuenta y contenidos delante de los ojos de la audiencia que está consumiendo ese tipo de mensajes.

Contenido en sitio o en redes sociales

Muchos productos o servicios cuentan con audiencias que harán búsquedas en la web para hallar respuestas a sus inquietudes.

Además, los contenidos que se colocan en redes sociales NO aparecen en los resultados de búsqueda de Google.

En este sentido, el crear contenido en sitio o en YouTube QUE RESPONDA A PREGUNTAS que nuestra audiencia pudiera hacerse, es una estrategia poderosa, pero también demanda mucho trabajo, tiempo y planeación.

¿Pero entonces si es mejor el contenido en sitio que el contenido para redes sociales?

Hay muchos productos o servicios que, al ser altamente visuales, brillan en las redes sociales: ropa, viajes, comida, entretenimiento, fitness, cosméticos, lifestyle, accesorios personales, calzado, tips rápidos, compras por impulso, etc.

Además, cuando una persona ha visitado un sitio porque lo halló en Google, es altamente probable que visite sus redes sociales y allí se enamore de la marca y sus productos.

Yo suelo aconsejar que se desarrolle contenido para ambos canales. Muchos usuarios encontrarán una marca buscando resolver problemas o preguntas en Google, pero una vez que hayan visitado el sitio, las redes sociales son un extraordinario refuerzo.

En este sentido, es mejor crear contenido para ambos canales y así asegurarse de que la audiencia nos encontrará de una u otra manera.

Cabe señalar que el contenido, sin importar si es para sitio o redes sociales, sólo funciona cuando el producto o servicio es realmente bueno.

De modo que la respuesta no está en decidir si se hace contenido en sitio o en redes sociales, sino en qué tan bueno es el producto o servicio para que una vez que la gente halle el contenido, se sienta realmente conectada con él. ■

ilan@sodadigital.com.mx

www.sodadigital.com.mx

Con la vara que midas serás medido

// GRACE NEHMAD AMKIE*



*Risa en tus labios.
Desafías las medidas que miden sueños.*

*Filósofa, poeta y pintora. Autora de Mis mundos paralelos (en dichos y refranes, en seres mágicos y sus historias) en pintura y poesía.



Inteligencia Artificial en la universidad

Ha llegado la Inteligencia Artificial para quedarse? ¿Ha irrumpido la IA en nuestras vidas o vivimos un boom sin precedentes? ¿Cómo convertirla en una herramienta adecuada para los profesores y los estudiantes? Son algunas de las cuestiones a las quedan respuesta las profesoras Soledad Martínez y María del Mar Andreu, del departamento de Métodos Cuantitativos y Ciencias Jurídicas. Las investigadoras presentaron las últimas tendencias el II congreso internacional "Educación 4.0: Cuestiones actuales sobre la docencia universitaria" celebrado en la UPCT.

María del Mar Andreu, profesora de Derecho Mercantil, señala acerca de las luces y

PASE A LA PÁGINA 38 ➤

VIENE DE LA PÁGINA 37

sombra del uso de la inteligencia artificial en la docencia universitaria que la IA “es una realidad innegable. Tenemos que enseñar a nuestros estudiantes estas herramientas digitales, pero con pensamiento crítico y ético”.

Soledad Martínez, profesora de Informática de Gestión, recuerda que ya hay unos 150 millones de usuarios activos de chat GPT en el mundo y que esta no es la única herramienta de inteligencia artificial generativa que está disponible. Martínez, acerca de la Inteligencia Artificial: Chat GPT y otras herramientas, manifiesta: “tendremos que utilizarlo y enseñar a hacerlo pero siempre aplicado de forma creativa, crítica y coherente”, considera la profesora, “para saber cómo, cuándo y porqué y para qué utilizarlo”, apostilla.

Coincide Martínez con la profesora Andreu en que la IA no es algo nuevo. “Está presente desde hace tiempo en nuestras vidas y que hemos normalizado, por ejemplo, en

el uso de reconocimiento de datos biométricos en nuestros teléfonos, en la optimización de rutas de algunas grandes empresas o en las sugerencias en las plataformas de streaming de música o series”, indican.

Las profesoras consideran que el desarrollo e implantación de la tecnología en la actualidad va mucho más rápido que cualquier desarrollo normativo. El modo en el que se implementarán los nuevos sistemas de IA en los campus universitarios estarán en función de las distintas normativas que están tratando de regularlas a nivel europeo y nacional. En cualquier caso, ya se están incrementando las competencias digitales de nuestros estudiantes, siguiendo el Marco Europeo para la Competencia Digital de los Educadores (DigCompEdu) que lo desarrolla. ■

Fuente: UPC.

SÍNDROME DE ALIENACIÓN PARENTAL

No es necesario dominar al otro; miedos e inseguridades

// JULIETA ALGAZI

Continuando con el tema del Síndrome de Alienación Parental (SAP), que cada vez afecta a un mayor número de familias, me gustaría recordar cómo funciona para retomar el tema. Aunque es un tema que la gente evita hablar y escuchar, es importante comprenderlo debido al aumento de los divorcios y la consiguiente desintegración familiar. Debemos estar informados para enfrentarlo y detenerlo, ya que es un problema generalizado que incluso ha llevado a muchos jóvenes a no querer casarse. Prefieren vivir solos o en parejas sin compromiso y sin hijos, sustituyendo a los hijos por perros de compañía a los que perciben como más leales, ya que permanecen, obedecen y no se alejan como hacen los hijos en la actualidad, escapando de hogares donde no se sienten cómodos.

El SAP ocurre cuando uno de los miembros de la pareja busca dominar al otro de tal manera que sólo piense y haga lo que él o ella quiere. Detrás de esta actitud prepotente se esconde el miedo e inseguridad, que la persona no puede reconocer ni expresar abiertamente.

El origen de este miedo o inseguridad puede tener varias raíces, como malas experiencias durante la infancia, bullying escolar o entre amigos, y sentimientos de soledad y aislamiento. Quienes padecen el SAP desean asegurarse de que



la persona con la que se casaron estará siempre a su lado. Sin embargo, esto provoca justo lo contrario, ya que la pareja termina separándose debido a que la persona sometida ve su propia vida en peligro debido a los efectos negativos que la situación le provoca en su salud.

Para establecer una buena relación de pareja, es fundamental que cada individuo comience por reconciliarse consigo mismo, superar sus miedos y desarrollar una confianza saludable en sí mismo. No es necesario dominar al otro, sino aprender a dominarse a uno mismo. El autocontrol y el autoconocimiento son elementos clave para cultivar una relación sana. ■



CIERRE TEMPORAL DE ÁREAS EN BAÑOS CABALLEROS

Apreciable Socio, le informamos las fechas de cierre de distintas áreas de Baños Caballeros por mantenimiento mayor:

- Del lunes 10 al sábado 15 de julio, 2023: cierre de **Regaderas de Jóvenes**.
- Del domingo 16 al sábado 22 de julio, 2023: cierre del **Vapor Húmedo**.
- Del lunes 24 al sábado 29 de julio, 2023: cierre del **Vapor Seco**.
- Del lunes 31 de julio, 2023 al lunes 7 de agosto, 2023: cierre de **Regaderas Adultos**.

Cabe aclarar que el cierre es por sección y las áreas de Casilleros no se verán afectadas, permanecerán abiertas.

Agradecemos su comprensión.



VENTA DE ESPACIOS PUBLICITARIOS

Anúnciate con nosotros y potencializa tu negocio

Informes con
Teresa Martínez

Tel. 55 2629 7400 Ext. 552
Celular: 55 4551 9054
Correo: martinez@cdi.org.mx

AVISO IMPORTANTE

Se les informa que a partir de esta fecha, será necesaria la tramitación de la **CREDENCIAL DEL CDI PARA AUXILIARES DOMÉSTICAS**, ya que solo se permitirá el ingreso con esta identificación al CDI y a Punto CDI Monte Sinai.

El costo es de \$250 pesos, y el trámite se realiza en el Comité de Socios.

GAFETE DE ACCESO ACOMPAÑANTE

JOSEFINA
ALCARÁZ
HERNÁNDEZ
MEMBRESÍA DE VINCULO
23784-00
NOMBRE DEL TITULAR
DE LA MEMBRESÍA
RAQUEL MICHAN TAUCHI

Para mayores informes llamar al 552629 7400 extensiones 422, 409, 410 y 402.

USO OBLIGATORIO DE TOALLA

Recuerda traer tu toalla, no se permitirá el uso del Fitness ni el acceso a las clases grupales sin ella.

El CDI cuenta con servicio de renta de toallas por \$12.00 pesos.

TODO LO QUE NECESITAS, ESTÁ EN SHUK APP

- CONSULTAS MÉDICAS
- MAQUILLAJE
- CLASES DE FÚTBOL
- MUDANZAS
- PRODUCTOS DE CONSUMO
- ¡Y MUCHO MÁS!**



AVISO DE
PRIVACIDAD

<https://www.cdi.org.mx/aviso-de-privacidad>

Publicación semanal del Centro Deportivo Israelita, A.C.
Av. Manuel Ávila Camacho 620
Lomas de Sotelo
11200, Ciudad de México
55-2629-7400
cdi@cdi.org.mx www.cdi.org.mx

COMITÉ DE MARKETING

LIC. ILAN EICHNER
Presidente

JOSÉ ENRIQUE LITENSTEIN
MS. JACOBO PALOMBO
LIC. ALEJANDRO PESEL
MTRO. RICARDO PODOLSKY
Vicepresidentes

ÁREA DE COMERCIALIZACIÓN

MTRA. NATALIA KACZYNKA
Dirección Comercial

LIC. ERI NARES
Coordinador y Logística de Patrocinios
ELBA BAHENA
Asistente
GUADALUPE COLÍN
Telemarketing
TERESA MARTÍNEZ
Ejecutiva de Ventas

ÁREA DE COMUNICACIÓN

Pro cultura

LIC. REBECA WALDMAN
Subdirectora de Difusión y Diseño

MAURICIO CORONEL GUZMÁN
Jefe de Edición

LIC. CARMEN HERNÁNDEZ
LIC. ALEJANDRO CARRASCO
LIC. YESICA PEÑA
LIC. LUIS VELÁZQUEZ
Diseño Gráfico

LIC. CAROLINA ROMERO
Coordinadora de Redes Sociales
LIC. EFRAÍN GUERRERO
Generador de Contenido

LIC. MICHAELL SALDÍVAR
LIC. ALBERTO LUQUEÑO
LIC. MA. FERNANDA TÉLLEZ
Editores Multimedia

LIC. BRAULIO SOLÍS
Diseñador Multimedia

LIC. LESSLIE ARREDONDO
Fotografía

AGRADECIMOS EL APOYO DE
ARCHIVO HISTÓRICO MIGUEL LITCHI
DEL CDI

COLABORADORES

JULIETA ALGAZI

ILAN ARDITI

SHAY KLEINBERG

SOFÍA MERCADO ATRI

LUCERO MORA

GRACE NEHMAD

PILAR RANGEL

ANGIE RÍOS

YESENIA SADOVITCH

MARCOS SCHWARTZMAN

Yael Wornovitzky

Nota:
Incluimos las novedades de la última edición de la ortografía de la lengua española
CARTAS A LA REDACCIÓN:
CDINFORMA@CDI.ORG.MX
LOS ARTÍCULOS Y LOS ANUNCIOS PUBLICADOS SON EXCLUSIVA RESPONSABILIDAD DE SUS AUTORES Y DE LOS ANUNCIANTES.

CLASES DE BEYAJAD



GIMNASIA TERAPÉUTICA

GIMNASIA ESPECIAL



BAILE Y FORTALECIMIENTO

HISTORIA JUDÍA



ARTE Y PINTURA



FORTALECIMIENTO INTEGRAL



GIMNASIA CEREBRAL

ENTRE MUCHAS ACTIVIDADES MÁS

Informes en el Comité de Actividades
al teléfono 55 2629 7400,
extensión 507 y 510.

COSTO MENSUAL \$700.00
Martes y jueves con servicio de alimentos y transporte