



CDI 75
75 AÑOS DE UNIÓN



CDI Informa

Publicación semanal del Centro Deportivo Israelita, A.C.

מרכז הספורט היהודי – מכסייקו

Núm. 3077

18 de Shvat 5785

Ciudad de México a 16 de febrero de 2025

www.cdi.org.mx

f @cdideporvida

@cdideporvida



¡VEN Y SÉ PARTE DE LA EXPERIENCIA!

¡La emoción sigue viva en La Casa de Todos! Las inscripciones tardías para los deportes y actividades del 2025 te esperan, y tú aún puedes ser parte de este ciclo lleno de energía y diversión. ¡Es tu oportunidad para unirte a clases de deportes como Karate, Tochito Bandera, Béisbol y muchos más! Dentro de Actividades, te espera Dibujo y Pintura, Alebrijes, Ajedrez o Grandes Artistas, entre muchas otras clases y talleres que son la delicia de chicos y grandes. Recuerda que puedes inscribirte en las oficinas corporativas del CDI, o si prefieres hacerlo de manera más cómoda, en nuestra

página web www.cdi.org.mx y en la App CDI donde encontrarás la Guía de clases El Dépor mi lugar. Cursos Enero-Julio 2025.

La Casa de Todos ofrece una amplia variedad de opciones, desde deportes tradicionales hasta actividades de entretenimiento y culturales que se actualizan constantemente para que siempre encuentres algo que se ajuste a tus gustos. ¡Ven a ser parte de esta experiencia única y aprovecha la oportunidad para vivir lo mejor del 2025 con nosotros!



Una jornada de Atletismo inolvidable en el CDI



Un desafío de resistencia y determinación

10



Gaza eligió el terror cuando pudo elegir la prosperidad



Celebración emotiva en honor a Beyajad

Lucero Mora

18

15

30

Mtro. Ilan Eichner W.

גַּעֲמָהִים נְקֻדָּמִים

51 FESTIVAL AVIV

CARLOS HALPERT DE DANZA JUDÍA

Beresheit 2.0 וְאֶלְכֵן



23-30 MARZO 2025
CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA
TUSSIE ARENA



CDI75
75 AÑOS DE UNIÓN



Procultura
y Desarrollo Artístico A.C.

@FESTIVALAVIV



REUNIÓN ANUAL DEL CONSEJO CONSULTIVO

En un encuentro que refuerza el compromiso con el desarrollo y bienestar de nuestra Institución, se llevó a cabo la Reunión Anual del Consejo Consultivo el pasado sábado 8 de febrero. El evento destacó por la presencia de Miembros del Consejo Directivo y, el Petit y los Presidentes del Comité Ejecutivo, quienes mantuvieron un diálogo cordial y productivo con miembros del Consejo Consultivo. Durante la jornada, se abordaron temas fundamentales para el futuro del CDI, generando un intercambio de ideas enriquecedor y alineando visiones para fortalecer el crecimiento institucional.

La reunión permitió compartir actualizaciones clave sobre diversos aspectos relevantes para el CDI, consolidando la armonía y el trabajo en equipo que caracterizan a sus

Voluntarios. La retroalimentación obtenida resultó especialmente valiosa, ya que no sólo facilitó la puesta al día en temas prioritarios, sino que también reforzó la cohesión entre los diferentes niveles de liderazgo. Este tipo de espacios subrayan la importancia de mantener una comunicación fluida y transparente, esencial para preservar la excelencia que distingue al CDI y garantizar su continuo progreso.

Más allá de su carácter informativo, la Reunión Anual sirvió como un testimonio del compromiso inquebrantable de Voluntarios con el bienestar y desarrollo de nuestro querido Dépor. Este encuentro no sólo consolidó los lazos institucionales, sino que también reafirmó la dedicación de todos los involucrados en seguir construyendo un futuro sólido y prometedor para nuestra querida Institución. ■



NOS COMPLACE ANUNCIAR
LA APERTURA DEL ESPACIO
ÁREA DE TRABAJO

Que se encuentra en el Salón Ejecutivo Moisés Gitlin, a un lado de la Biblioteca Moisés y Basi Mischne.

Este espacio ha sido diseñado pensando en la comodidad y las necesidades de nuestros Socios. Un espacio ideal para potenciar tu productividad y creatividad.



¡Atención, Socios del CDI!

Con el propósito de optimizar los espacios físicos y mejorar las áreas de servicio, se realizará una reubicación de Casilleros de esta sección en los Baños de caballeros.

El Comité de Socios se pondrá en contacto con los Socios cuyos casilleros serán reubicados para informarles los detalles específicos del cambio y la nueva ubicación de sus casilleros.

Agradecemos su comprensión y colaboración.
Atentamente, Comité de Socios





CLASES FITNESS

Del 17 al 23 de febrero

Dificultad:

- Principiante
- Intermedio
- Avanzado

Modalidad de las clases:

- 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



TRX

7:00 a 8:00 horas
Gabriel Beltrán
Punto CDIMS/Salón 2 frente a Pan y Canela



Stretching

8:00 a 9:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Abraham Broitman



Zumba Fitness

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



Spinning / Intervalos

17:00 a 18:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / Salón Max y Amparo Shein



Sinergy

7:00 a 8:00 horas
Armando Ramírez
CDI / SINERGY Fitness



Activación Física

7:15 a 7:45 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham Broitman



Fitness Combat

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



Sweat Lab

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



Zumba Fitness

17:00 a 18:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Abraham Broitman



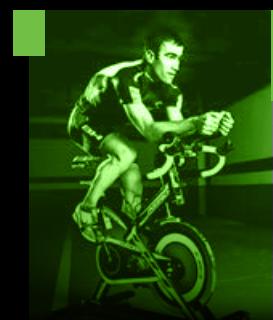
Spinning / Intervalos

7:00 a 8:00 horas
Karenina Ramírez
Punto CDIMS / Fitness



Sinergy

8:00 a 9:00 horas
Armando Ramírez
CDI / SINERGY Fitness



Spinning / Intervalos

8:00 a 9:00 horas
Karenina Ramírez
Punto CDIMS / Fitness



Easy Body Wellness

10:00 a 11:00 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham Broitman



Círculo Funcional

18:00 a 19:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / SINERGY Fitness

BYD



Un legado que nos impulsa a avanzar
Conoce esta y todas nuestras marcas en grupokasa.com.mx

LUNES



Stretching

18:00 a 19:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Abraham Broitman



Box FIT

18:40 a 19:40 horas
Antonio Mota
CDI / SINERGY Fitness



Spinning

19:00 a 20:00 horas
Giovani Rodríguez
Punto CDIMS / Fitness

MARTES



Spinning / Intervalos

7:00 a 8:00 horas
Sandra Marentes
CDI / Salón Max y Amparo Shein



Círculo Funcional

7:00 a 8:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / SINERGY Fitness



Spinning / Endurance

7:00 a 8:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness



Entrenamiento Funcional

7:00 a 8:00 horas
Eduardo Flores
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela



Círculo HIIT (Ligas)

8:00 a 9:00 horas
Sandra Marentes
CDI / Salón SINERGY Fitness



Stretching

8:00 a 9:00 horas
Daniela Plaza
CDI / Salón Moisés Vogel



Acondicionamiento físico general

8:00 a 9:00 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham Broitman



TRX

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



Spinning / Endurance

8:00 a 9:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness



Full Body

9:00 a 10:00 horas
Eduardo Flores
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela



Yoga Vinyasa Flow

9:00 a 10:00 horas
Grace Cheja
Punto CDIMS / Salón 2 Punto Acuático Jacobo Cababie Daniel



Aquaeróbics

9:30 a 10:30 horas
Leonardo Martínez
Punto CDIMS / Punto Acuático Jacobo Cababie Daniel



Gap (Glúteo, abdomen y pierna)

17:00 a 18:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / SINERGY Fitness



Pilates Mat

17:00 a 18:00 horas
Daniela Plaza
CDI / Salón Abraham Broitman



Círculo Funcional

18:00 a 19:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / SINERGY Fitness



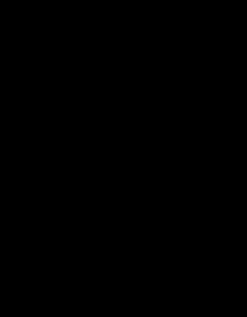
Vinyasa Yoga (Avanzado)

18:00 a 19:00 horas
Esther Hemsani
CDI / Salón Abraham Broitman



Pilates

19:00 a 20:00 horas
Daniela Kleiman
Punto CDIMS / Salón 2 Punto Acuático Jacobo Cababie Daniel



MIÉRCOLES



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Sandra Marentes
CDI / Salón Max y Amparo Shein



Sinergy

7:00 a 8:00 horas
Armando Ramírez
CDI / SINERGY Fitness



Fitness Combat

7:00 a 8:00 horas
Gabriel Beltrán
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela

MIÉRCOLES



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Gina Cohen
Punto CDIMS / Fitness



Box FIT

8:00 a 9:00 horas
Armando Ramírez
CDI / SINERGY Fitness



TRX

8:00 a 9:00 horas
Sandra Marentes
CDI / Salón Abraham Broitman



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
Ceci Franco
Punto CDIMS / Fitness



Zumba Fitness

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



Sweat Lab

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



Spinning Indoor Cycling

9:00 a 10:00 horas
Ceci Franco
Punto CDIMS / Fitness



Easy Body Wellness

10:00 a 11:00 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham Broitman



Spinning / Intervalos

17:00 a 18:00 horas
Sergio Lúpicio
CDI / Salón Max y Amparo Shein



Zumba Fitness

17:00 a 18:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Abraham Broitman



Círculo Funcional

18:00 a 19:00 horas
Sergio Lúpicio
CDI / SINERGY Fitness



Stretching

18:00 a 19:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Abraham Broitman



Box FIT

18:40 a 19:40 horas
Antonio Mota
CDI / SINERGY Fitness



Functional Combat

19:00 a 20:00 horas
Roberto Carlos Morales
Punto CDIMS / Salón 2
Punto Acuático Jacobo Cababie Daniel



Spinning

19:00 a 20:00 horas
Giovani Rodríguez
Punto CDIMS / Fitness

JUEVES



Spinning / Montaña

7:00 a 8:00 horas
Daniela Plaza
CDI / Salón Max y Amparo Shein



Círculo Funcional

7:00 a 8:00 horas
Sergio Lúpicio
CDI / SINERGY Fitness



Dynamic Flex

7:00 a 8:00 horas
Fernando Ayala
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela



Spinning / Endurance

7:00 a 8:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness



Activación Física

7:15 a 7:45 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham Broitman



Spinning / Power

8:00 a 9:00 horas
Sergio Lúpicio
CDI / Salón Max y Amparo Shein

JUEVES



Stretching

8:00 a 9:00 horas
Daniela Plaza
CDI / Salón Moisés Vogel



Acondicionamiento físico general

8:00 a 9:00 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham Broitman



Body Jam

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



TRX

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



Spinning / Endurance

8:00 a 9:00 horas
Amy Rossell
Punto CDIMS / Fitness



Body Jam

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



Yoga Vinyasa Flow

9:00 a 10:00 horas
Grace Cheja
Punto CDIMS / Salón 2
Punto Acuático Jacobo Cababie Daniel



Aquaeróbics

9:30 a 10:30 horas
Leonardo Martínez
Punto CDIMS / Punto Acuático Jacobo Cababie Daniel



Gap (Glúteo, abdomen y pierna)

17:00 a 18:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / SINERGY Fitness



Pilates Mat

17:00 a 18:00 horas
Daniela Plaza
CDI / Salón Abraham Broitman



Círculo Funcional

18:00 a 19:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / SINERGY Fitness



Vinyasa Yoga (Avanzado)

18:00 a 19:00 horas
Esther Hemsani
CDI / Salón Abraham Broitman

VIERNES



Master Wave

7:00 a 8:00 horas
Sandra Marentes
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Eduardo Matehuala
Punto CDIMS / Fitness



Total Body Condition

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



Spinning / Ruta

8:00 a 9:00 horas
Eduardo Matehuala
Punto CDIMS / Fitness



Sweat Lab

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

SÁBADO



Círculo Funcional

9:00 a 10:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / SINERGY Fitness



Spinning / Performance

9:00 a 10:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / Salón Max y Amparo Shein



Círculo Sinergy

10:00 a 11:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / SINERGY Fitness

SÁBADO



Pilates

10:00 a 11:10 horas
Lis Sissa
CDI / Salón Abraham Broitman



Spinning / Montaña

10:15 a 11:15 horas
Daniela Plaza
CDI / Salón Max y Amparo Shein



Zumba

11:10 a 12:10 horas
Sandrine Hallak
CDI / Salón Abraham Broitman

DOMINGO



Spinning

10:00 a 11:00 horas
Giovani Rodríguez
Punto CDIMS / Fitness



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



FIT CERO CERO

RESERVA TUS CLASES
ONLINE A TRAVÉS DE
LA APP CDI.

EL AGUA NO MIENTE,
SIEMPRE REFLEJA MI ESFUERZO

NATACIÓN

¡INSCRÍBETE!

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO DEL CDI, TELÉFONO 55 2629 7400, EXTENSIÓN 463.



MORE THAN EVER.



Grupo
Bosque Real

INTERCAM
Banco



TRAXIÓN
VIDA EN MOVIMIENTO



EL FUTBOL ES UN JUEGO DE EQUIPO; JUNTOS SOMOS MÁS FUERTES.

FUTBOL

¡INSCRÍBETE!

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO DEL CDI, TELÉFONO 55 2629 7400, EXTENSIÓN 463.



MORE THAN EVER.



Grupo
Bosque Real

INTERCAM
Banco



TRAXIÓN
VIDA EN MOVIMIENTO



UNA JORNADA DE ATLETISMO INOLVIDABLE EN EL CDI



El pasado domingo 9 de febrero, el Centro Deportivo Israelita se convirtió en el centro del entusiasmo y la pasión deportiva durante la jornada de Atletismo de los Juegos Macabeos Escolares 2025. Cientos de jóvenes atletas, desde primero hasta sexto grado, demostraron su talento y dedicación en una competencia que se desarrolló en dos intensos bloques.

La mañana comenzó con gran dinamismo a las 8:00 horas, con los chicos de sexto, quinto, y cuarto grado; y, terminamos con el bloque de tercero, segundo y primero con las pruebas de 40 metros planos. Las categorías de primero a tercer grado demostraron su velocidad y técnica en carreras que mantuvieron al público al borde de sus asientos. Los relevos 4x40 metros fueron particularmente emocionantes, con equipos mostrando una coordinación excepcional en cada pase de testigo. El campo no se quedó atrás en espectacularidad, con las pruebas de Lanzamiento de pelota y Salto de longitud desarrollán-

dose simultáneamente. La precisión y potencia en los lanzamientos, junto con la técnica depurada en la fosa de salto, evidenciaron el buen nivel de preparación de los participantes.

Para el segundo bloque, iniciado a las 12:00 horas, se presentaron las pruebas de 60 metros planos y los relevos 4x60 metros elevaron aún más el nivel de competencia, con marcas destacadas que prometen un futuro brillante para el Atletismo en la comunidad. Sin duda, la jornada de Atletismo dejó un grato sabor de boca y un legado de compañerismo, superación personal y juego limpio. El éxito de este evento no sólo radicó en las marcas alcanzadas, sino en el espíritu comunitario que impregnó cada competencia. Con esta edición, los Juegos Macabeos Escolares 2025 reafirmaron su tradición de promover valores a través del deporte, dejando a todos con ansias de lo que vendrá en 2026. ■

¡Nos vemos el próximo año!

GANADORES PRIMERO DE PRIMARIA



Femenil, 40 metros planos: 1º y 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai, y 3º lugar Colegio Hebreo Maguén David.



Femenil, 40x40 metros relevos: 1º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Escuela Yavne.



Femenil, Salto de longitud: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Colegio Atid y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.



Femenil, lanzamiento de pelota de Béisbol: 1º lugar Colegio Hebreo Tarbut, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.



Varonil 40 metros planos: 1º lugar Colegio Hebreo Tarbut, 2º lugar Colegio Atid y 3º lugar Escuela Yavne.



Varonil, 4x40 metros relevos: 1º lugar Colegio Hebreo Tarbut, 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Colegio Olamí ORT.



Varonil salto de longitud: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.



Varonil lanzamiento de pelota de Béisbol: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Colegio Or Hajayim.



GANADORES SEGUNDO DE PRIMARIA



Femenil, 40 metros planos: 1º y 2º lugar Colegio Olamí ORT, y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.



Femenil, 4x40 metros relevos: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Colegio Atid.



Femenil, salto de longitud: 1º, 2º y 3º lugar Colegio Olamí ORT.



Femenil, lanzamiento de pelota de Béisbol: 1º y 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David, y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.



Varonil 40 metros planos: 1º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.



Varonil 4x40 metros relevos: 1º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai, 2º lugar Colegio Atid y 3º lugar Colegio Hebreo Maguén David.



Varonil, salto de longitud: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Colegio Or Hajayim y 3º lugar Colegio Olamí ORT.



Varonil, lanzamiento de pelota de Béisbol: 1º lugar Colegio Hebreo Maguén David, 2º lugar Colegio Or Hajayim y 3º lugar Colegio Atid.

GANADORES TERCERO DE PRIMARIA



Femenil, 40 metros planos: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Colegio Hebreo Tarbut y 3º lugar Colegio Hebreo Maguén David.



Femenil, 40x40 metros relevos: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.



Femenil, salto de longitud: 1º y 2º lugar Colegio Olamí ORT, y 3º lugar Colegio Atid.



Femenil, lanzamiento de pelota de Softbol: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Colegio Or Hajayim y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.



Varonil, 4x40 metros relevos: 1º lugar Colegio Or Hajayim, 2º lugar Colegio Olamí ORT y 3º lugar Colegio Hebreo Maguén David.



Varonil, salto de longitud: 1º y 2º lugar Colegio Or Hajayim, y 3º lugar Colegio Olamí ORT.



Varonil, lanzamiento de pelota de Softbol: 1º lugar Colegio Atid, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.

GANADORES CUARTO DE PRIMARIA



Femenil, 60 metros planos: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.



Femenil, 4x60 metros relevos: 1º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai, 2º lugar Colegio Olamí ORT y 3º lugar Colegio Hebreo Maguén David.



Femenil, salto de longitud: 1º lugar Colegio Atid, 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.



Femenil, lanzamiento de pelota de Softbol: 1º lugar Colegio Atid, 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Colegio Olamí ORT.



Varonil, 60 metros planos: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Colegio Atid y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.



Varonil, 4x60 metros relevos: 1º lugar Colegio Hebreo Tarbut, 2º lugar Colegio Olamí ORT, y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.



Varonil, salto de longitud: 1º lugar Colegio Hebreo Tarbut, 2º lugar Colegio Olamí ORT, y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.



Varonil, lanzamiento de pelota de Softbol: 1º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai, 2º lugar Colegio Hebreo Tarbut, y 3º lugar Colegio Atid.

GANADORES QUINTO DE PRIMARIA



Femenil, 60 metros planos: 1º y 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David, y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.



Femenil, 4x60 metros relevos: 1º lugar Colegio Hebreo Tarbut, 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Colegio Hebreo Maguén David.



Femenil, salto de longitud: 1º lugar Colegio Hebreo Tarbut, 2º lugar Colegio Olamí ORT y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.



Femenil, lanzamiento de pelota de Softbol: 1º y 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Colegio Or Hajayim.



Varonil, 60 metros planos: 1º lugar Colegio Hebreo Maguén David, 2º lugar Colegio Hebreo Tarbut y 3º lugar Colegio Atid.



Varonil, 4x60 metros relevos: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Escuela Yavne y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.



Varonil, salto de longitud: 1º lugar Colegio Hebreo Maguén David, 2º lugar Colegio Hebreo Tarbut y 3º lugar Colegio Hebreo Maguén David.



Varonil, lanzamiento de pelota de Softbol: 1º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.

GANADORES SEXTO DE PRIMARIA



Femenil, 4x60 metros relevo: 1º lugar Colegio Hebreo Tarbut, 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Escuela Yavne.



Femenil, salto de longitud: 1º lugar Colegio Or Hajayim, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Colegio Olamí ORT.



Femenil, lanzamiento de pelota de Softbol: 1º lugar Colegio Or Hajayim, 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Colegio Hebreo Maguén David.



Varonil, 60 metros planos: 1º lugar Escuela Yavne, 2º lugar Colegio Atid y 3º lugar Colegio Olamí ORT.



Varonil, 4x60 metros relevos: 1º lugar Colegio Hebreo Maguén David, 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.



Varonil, salto de longitud: 1º lugar Colegio Hebreo Tarbut, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.



Varonil, lanzamiento de pelota de Softbol: 1º lugar Colegio Hebreo Tarbut, 2º lugar Colegio Hebreo Maguén David y 3º lugar Colegio Or Hajayim.



GANADORES RELEVOS MIXTOS



4x40 metros relevos primero de primaria: 1º lugar Colegio Olamí ORT, 2º lugar Colegio Atid y 3º lugar Colegio Hebreo Maguén David.



4x40 metros relevos segundo de primaria: 1º lugar Colegio Hebreo Maguén David, 2º lugar Colegio Atid y 3º lugar Colegio Hebreo Tarbut.



4x40 metros relevos tercero de primaria: 1º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai, 2º lugar Colegio Atid y 3º lugar Colegio Olamí ORT.



4x60 metros relevos cuarto de primaria: 1º lugar Colegio Atid, 2º lugar Colegio Olamí ORT y 3º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai.



4x60 metros relevos quinto de primaria: 1º lugar Colegio Atid, 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Colegio Olamí ORT.



4x60 metros relevos sexto de primaria: 1º lugar Colegio Hebreo Maguén David, 2º lugar Colegio Hebreo Monte Sinai y 3º lugar Colegio Atid.

COLEGIOS

	ORO	PLATA	BRONCE	TOTAL
Colegio Olamí ORT	16	9	10	10
Colegio Hebreo Monte Sinai	11	12	11	11
Colegio Hebreo Tarbut	10	5	11	11
Colegio Hebreo Maguén David	8	14	8	8
Colegio Atid	5	9	6	6
Colegio Or Hajayim	4	4	4	4
Escuela Yavne	1	1	1	1

MEDALLERO JUEGOS MACABEOS ESCOLARES DE ATLETISMO



M25
MACCABIAH 2025
המכביה

**DEL 8 AL 22
DE JULIO**

NO SE CONSIDERA FECHA DE PRE CAMP



¡INSCRÍBETE!

MORE THAN EVER.

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO DEL CDI, TELÉFONO 55 2629 7400, EXTENSIÓN 463.



75 AÑOS DE DEPORTE



TEAM
MEXICO



CONFEDERACIÓN
LATINOAMERICANA
MACABI

**Grupo
Bosque Real**

**INTERCAM.
Banco**



**TRAXIÓN
VIDA EN MOVIMIENTO**



HYROX GUADALAJARA 2025

UN DESAFÍO DE RESISTENCIA Y DETERMINACIÓN

// ARMANDO RAMÍREZ

El pasado fin de semana, Guadalajara fue sede de una de las competencias de Fitness más desafiantes y emocionantes a nivel internacional: Hyrox. Este evento, que combina resistencia, fuerza y estrategia, reunió a atletas de diversas categorías para poner a prueba sus límites en una serie de estaciones de ejercicio intercaladas con carreras de 1,000 metros.

En esta edición, tuve el honor no sólo de competir, sino también de acompañar a cuatro atletas del CDI, quienes demostraron un nivel excepcional de preparación, disciplina y compromiso.

Nuestro equipo en acción

Cada uno de los atletas enfrentó el reto con determinación y valentía, logrando destacar en sus respectivas categorías:

- **Daniel Podbilewicz (27 años):** Compitió en la categoría de 25 a 29 años y finalizó con un tiempo de 02:12:57.
- **Cynthia Witemberg (26 años):** También en la categoría de 25 a 29 años, completó la prueba en 01:54:26. En su primera competencia de Hyrox, tanto Daniel como Cynthia demostraron su potencial y dejaron claro que no hay límites.
- **Sharon Skvirsky (34 años):** En la categoría de 30 a 34 años, compitió por segunda vez en Hyrox y mejoró significativamente su marca anterior, terminando en 02:04:09.
- **Tammy Goldberg:** Tras quedar en la posición 15 en la categoría PRO en CDMX, esta vez superó sus propios límites y logró un impresionante tercer lugar en la categoría PRO 40-45, con un tiempo de 01:41:27.
- **Armando Ramírez (Coach):** Ascendió a la categoría PRO y finalizó en la posición 28, con un tiempo de 01:42:31.

Más que una competencia, una experiencia de vida

Hyrox no sólo es un desafío físico, sino también mental. La combinación de ejercicios como el trineo, el remo, las sentadillas con peso y los burpees broad jumps exige una preparación integral. Cada uno de nosotros enfrentó momentos de agotamiento, pero la pasión y el espíritu de equipo nos impulsaron a seguir adelante hasta cruzar la meta.

El camino hacia la siguiente competencia

La experiencia en Guadalajara nos deja aprendizajes clave y nos motiva a entrenar con mayor intensidad.



Tammy Goldberg, Sharon Skvirsky, Cynthia Witemberg, Daniel Podbilewicz y Armando Ramírez.

El objetivo es claro: mejorar nuestras marcas y seguir representando al Dépor con orgullo en futuras ediciones de Hyrox.

¡Únete a nuestros entrenamientos!

Si quieras prepararte para tu próximo reto o simplemente mejorar tu condición física, te invitamos a nuestros entrenamientos en el CDI los sábados a las 7:00 horas. No importa tu nivel, lo importante es dar el primer paso y superar tus propios límites.

Nuestra próxima meta es la competencia en Monterrey en abril. Si te interesa formar parte del equipo y vivir la experiencia de Hyrox, ¡contáctanos y comienza tu entrenamiento con nosotros!

Agradecemos a todos los que nos apoyaron: entrenadores, compañeros de equipo, familiares y al Dépor. Sin duda, este es sólo el inicio de un camino lleno de retos y logros. ■

¡Nos vemos en la próxima competencia!

KARATE

Mini-Torneo CDI: estrategia y preparación para el éxito

// JOHANA MICHELLE RODRÍGUEZ CARPIO

El pasado 8 de febrero, el Deportivo llevó a cabo un control táctico, denominado Mini-Torneo, un evento diseñado para brindar a los atletas una simulación de competencia, reforzar su bagaje táctico y optimizar su preparación de cara a los próximos torneos. El evento contó con la participación de 78 atletas, de los cuales 26 representaron al CDI y Punto CDIMS, mientras que 52 atletas de cuatro escuelas invitadas se sumaron a la competencia.

Desde las 9:00 hasta las 13:00 horas, se realizaron encuentros en distintas categorías, tanto en Kata como en Kumite, permitiendo a los atletas poner a prueba su desempeño en un ambiente de competencia controlada. Además, destacó la participación de los alumnos de Punto CDI Monte Sinai, quienes demostraron gran entrega y nivel técnico en cada enfrentamiento, consolidando su crecimiento en la disciplina.

El Mini-Torneo CDI reafirmó la importancia de la estrategia y el control táctico en el Karate Do, permitiendo a los participantes evaluar su nivel y ajustar su preparación para futuras competencias.

Agradecemos a todos los atletas, entrenadores y escuelas invitadas por su esfuerzo y compromiso, así como al equipo organizador por hacer posible este evento. El Centro Deportivo Israelita continúa impulsando el desarrollo del Karate Do, proporcionando espacios de aprendizaje y crecimiento para todos sus practicantes.



TENIS

CDI avanza en el Torneo Estatal CDMX 2025

//JONATAN SÁNCHEZ

Se llevó a cabo la etapa estatal del Torneo de Tenis Ciudad de México, donde nuestros jugadores representaron al Dépor y a la Academia MAT-CDI en una semana de intensa actividad. Los encuentros exigieron un alto nivel de concentración y fortaleza mental, dejando aprendizajes valiosos para seguir mejorando y entrenando con mayor intensidad de cara a la etapa regional.



Alexis Waisman.

Paola Dayan, Jonatan Sánchez y Natalia Avayou.

Como Academia y equipo, seguimos comprometidos en fortalecer nuestro carácter competitivo para alcanzar mejores resultados. Agradecemos a los padres por su apoyo incondicional en cada competencia. Cada resultado obtenido refleja la evolución de nuestros jugadores, quienes lograron avanzar a cuartos de final y semifinales en distintas categorías.

Sigamos trabajando como comunidad para consolidar un equipo multidisciplinario que nos permita continuar creciendo y alcanzando nuevas metas.

RESULTADOS

TORNEO ESTATAL CDMX 27 ENE - 2 FEB

#	Jugador	Categoría	Resultado
1	Alexis Weisman	12 y (-) Femenil	1/4 de Final
2	Natalia Avayou	14 y (-) Femenil	1/4 de Final
3	Paola Dayan	14 y (-) Femenil	1ª Ronda
4	Ian Kleiman	16 y (-) Varonil	1/4 de Final
5	José Turquie	16 y (-) Varonil	2ª Ronda
6	Emilia Schwartzman	16 y (-) Femenil	1/4 de Final
7	Nicole Zajontz	16 y (-) Femenil	8vos de Final
8	Jaime Weisman	18 y (-) Varonil	Semifinal



GIMNASIA RÍTMICA

Curso Estatal de entrenadoras y jueces

//PERLA RANGEL

El pasado 8 y 9 de febrero, se llevó a cabo el Curso Estatal de Jueces y Entrenadoras en las instalaciones del Club YACA, un evento clave para la actualización y profesionalización del equipo técnico de Gimnasia Rítmica.

Durante dos jornadas intensivas, de 9:00 a 20:00 horas, entrenadoras del Centro Deportivo Israelita participaron en este curso con el objetivo de reforzar sus conocimientos y estar al día con las normativas y criterios de evaluación de la disciplina.

■ Representando al CDI, asistieron las entrenadoras:

- Mirna Hormigo Anaya (Punto CDIMS)
- Paulina García Delgadillo (Punto CDIMS)
- Perla Rangel León (CDI)

■ Asimismo, en la capacitación para jueces estuvieron presentes:

- Carmina Lorrabaquio Juárez
- Irene Aguilar Lavariega
- Lucía Estefes Miranda

La formación continua es clave para el desarrollo de la Gimnasia Rítmica en el CDI, ya que permite a las entrenadoras perfeccionar sus métodos de enseñanza y a los jueces aplicar criterios de evaluación con mayor precisión en futuras competencias.

Nuestro compromiso con la capacitación garantiza que las gimnastas cuenten con el mejor respaldo para su crecimiento y desempeño en cada torneo. ■

¡Felicitaciones a nuestras entrenadoras y jueces por su esfuerzo y dedicación!



FUTBOL

CDI vs Cosmos

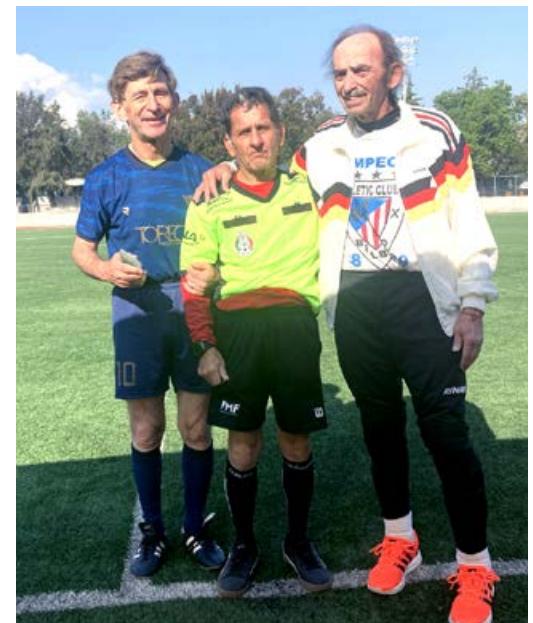
// MARCOS SCHWARTZMAN

Se reinicia el Campeonato de Futbol de la Liga Española, y nuestro representativo debutará frente a Cosmos en un partido nocturno en La Casa de Todos. Tras no haber calificado a las finales en el torneo pasado, comienza una nueva oportunidad para alcanzar los primeros lugares, especialmente ahora que se acerca la Macabiada.

Consideramos que nuestro "once" debe mejorar considerablemente su desempeño en la media cancha, pues es ahí donde se ganan los partidos. Tenemos la esperanza de cumplir con las expectativas. Los partidos de local en la liga se disputarán en noches entre semana, lo que representa una ventaja que debe ser aprovechada.

Por otro lado, el equipo de Veteranos de LIFSA continúa su preparación tanto para el campeonato como para su participación en la categoría de mayores de 50 años en la Macabiada 2025, que se celebrará en julio. Esta semana, el partido fue pospuesto, pero el equipo sigue entrenando entre semana para llegar en óptimas condiciones a ambos compromisos. Aquí, ganar no es lo importante: es lo único.

Jugadores, entrenadores, Voluntarios, profesionales y familias han trabajado en conjunto para elevar el nivel deportivo de nuestros atletas, tanto en disciplinas individuales como de conjunto. El CDI es nuestro hogar, un espacio que nos brinda salud, educación y preparación. ■



**SIMÓN COHEN
(SHARK TANK MÉXICO)**

**DOMINGO 2 DE MARZO,
10:30 HORAS**

EN EL SALÓN MURAL, CDI.

**ACTIVIDAD ABIERTA
A TODO EL PÚBLICO EN GENERAL.**


MORE THAN EVER.




Grupo Bosque Real

INTERCAM Bárbo











30 Aniversario de Beyajad

TRES DÉCADAS

CELEBRACIÓN EMOTIVA EN HONOR A BEYAJAD

// LUCERO MORA

El pasado jueves 13 de febrero, el grupo Beyajad vivió un festejo memorable, lleno de emociones, nostalgia y alegría, en el que se conmemoraron los años de trabajo, convivencia y crecimiento de sus integrantes. La jornada estuvo marcada por actividades que resaltaron el valor y la historia de esta gran comunidad.

■ Un recorrido especial por la exposición en su honor

El evento comenzó con un recorrido por una exposición montada especialmente para rendir homenaje a los miembros de Beyajad. En las paredes se exhibieron fotografías que narraban historias de su trayectoria, logros y momentos compartidos. Los asistentes pudieron revivir recuerdos significativos que han marcado la vida del grupo a lo largo de los años.

■ Mensajes emotivos de directivos, voluntarios y antiguos colaboradores

Uno de los momentos más conmovedores fue la proyección de mensajes en video por parte de los Directivos, quienes expresaron su agradecimiento y admiración por el compromiso y la dedicación del grupo. Las palabras de antiguos colaboradores también resonaron profundamente, reflejando el impacto positivo que Beyajad ha tenido en sus vidas y en la comunidad en general.

■ Brindis, reconocimientos, pastel y música: la combinación perfecta

El brindis fue otro momento especial de la jornada, en el que todos los presentes levantaron sus copas para celebrar la vida, el esfuerzo y la unión que caracterizan a Beyajad. La alegría y la emoción llenaron el ambiente mientras los asistentes compartían risas, abrazos y buenos deseos.

■ Un mensaje muy especial de Jackie Rubinstein

En representación de los integrantes de Beyajad, Jackie Rubinstein compartió un emotivo mensaje que encapsuló el espíritu del grupo:

Beyajad, juntos, siempre juntos.

Treinta años de nunca estar solos, de siempre estar en compañía, con amigos, activos, sin sentirnos en soledad.

Treinta años preocupándonos los unos por los otros.

Treinta años despertando cada mañana con alegría para llegar a nuestra casa, el lugar que nos brinda seguridad, alegría y unión: el Centro Deportivo Israelita.

Treinta años de amistades, de aventuras compartidas, de conversaciones y de momentos inolvidables.

Treinta años sintiéndonos útiles, parte de una sociedad activa.

Gracias, Centro Deportivo Israelita. Gracias, Beyajad.

¡Por otros treinta años más!

■ Un emotivo reconocimiento

La celebración contó con un emotivo reconocimiento a tres integrantes que han estado presentes y comprometidos con el grupo durante estos 30 años: Emma Aronovitz, Micheline Deicas y Raquel Laban. Junto a ellos, la Dra. Erika Moyoros, fundadora de Beyajad, fue homenajeada con un cariñoso detalle, como muestra de gratitud y admiración.

■ Música y alegría para cerrar con broche de oro

La música jugó un papel fundamental en el evento. Los asistentes disfrutaron de la presentación de un imitador de Luis Miguel y del dueto versátil Scala, quienes crearon un ambiente festivo que invitó a todos a cantar, bailar y celebrar.

■ Un evento que quedará en el corazón de todos

El festejo de Beyajad fue uno de los primeros eventos encarnados en la celebración de los 75 años del querido Dépor. No sólo se celebró el paso del tiempo, sino también la conexión y el cariño que une a todos sus miembros. La jornada resaltó la importancia de la memoria colectiva y la amistad, recordándonos que los momentos compartidos se convierten en tesoros que perduran en el corazón.

Este evento quedará grabado en la memoria de quienes fueron parte de él y es testimonio del respeto y la admiración que Beyajad ha cosechado a lo largo de su trayectoria. Sin duda, fue un día especial que continuará inspirando a todos los que tuvieron el privilegio de vivirlo. ■

iMazal Tov!



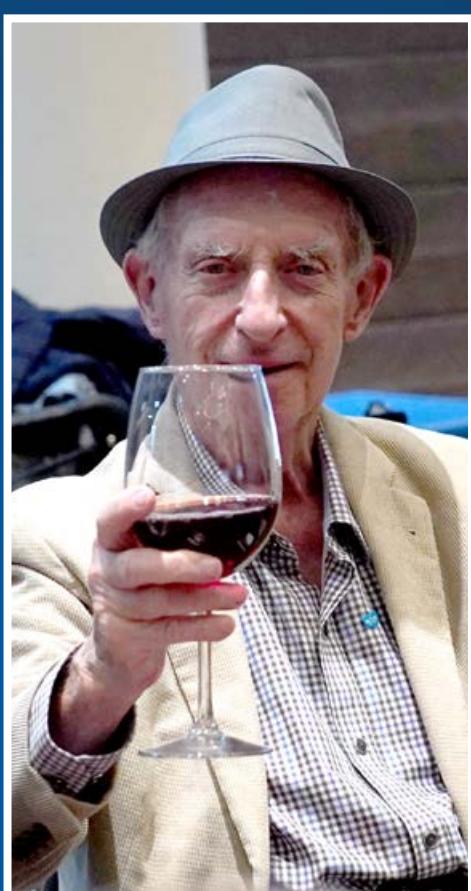
Lic. Yanit Shannon, Directora del Comité de Actividades, felicitando al Grupo de Beyajad por sus maravillosos 30 años de existencia.



Lic. Olga Zepeda, Subdirectora del Comité de Actividades, recordando bellos momentos en Beyajad.



José Enrique Litenstein, Presidente del Comité de Actividades y el Ing. León Braun Vicepresidente, partiendo el pastel de aniversario.





CIRCUS ACADEMY

Estamos preparados para las competencias

// ALEJANDRO CASTILLO

La Danza Aérea es una disciplina artística que ha cobrado gran relevancia en los últimos años, fusionando la danza tradicional con técnicas circenses, teatro físico y acrobacia. Esta práctica utiliza telas, cuerdas, trapecios y aros suspendidos en el aire, desafiando la gravedad y ofreciendo un espectáculo visualmente impactante. Además de requerir destreza física, exige una gran expresividad artística, convirtiéndose en una forma única de comunicar emociones y contar historias.

A lo largo del tiempo, diversos artistas han destacado por su habilidad y creatividad en el desarrollo de la Danza Aérea. Entre ellos, Alicia Bennett, pionera en la técnica de la tela, y Lilian C. Schiavo, quien ha innovado al fusionar danza contemporánea con circo. En el ámbito internacional, Séverine Bourdeau ha llevado la disciplina a una expresión teatral más profunda, combinando danza y acrobacia con maestría.

Los artistas de Danza Aérea enfrentan el reto de unir precisión técnica con una gran carga emocional, logrando piezas impactantes tanto visual como narrativamente. Esto ha permitido que la disciplina trascienda el circo y se integre en festivales de danza contemporánea y artes escénicas.

■ Preparadas para la competencia

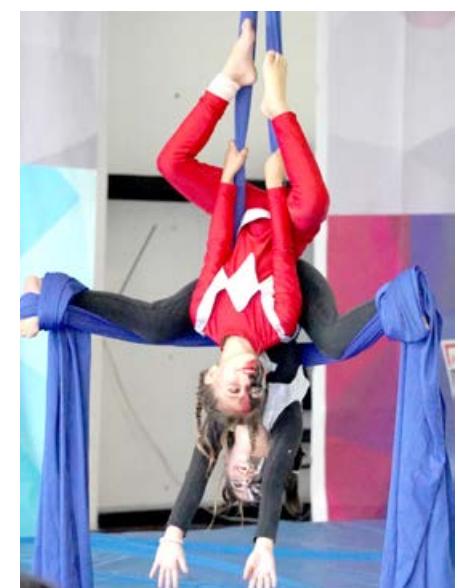
Las competencias de Danza Aérea se han convertido en un espacio clave para que los artistas midan su talento, comparten innovaciones y exploren nuevas formas de expresión. En Circus Academy, nos hemos preparado arduamente para que nuestras alumnas demuestren su talento, creatividad y dedicación en esta disciplina.

■ Aerology: exploración e innovación

Aerology se distingue por su enfoque innovador, permitiendo a los participantes experimentar con diversas disciplinas aéreas, como trapecio, telas y aros. Esta competencia será una gran oportunidad para que nuestras niñas exploren nuevas técnicas y sorprendan a la audiencia con sus movimientos y composiciones.

■ Amanecer volando: gracia y conexión emocional

A nivel nacional, Amanecer volando es una competencia que



resalta la belleza del arte aéreo, enfocándose en la gracia, el control y la capacidad de transmitir emociones a través de la danza. Un evento perfecto para que nuestras alumnas expresen su arte y cuenten historias con cada movimiento.

■ Copa CDI de Danza Aérea: alto rendimiento y excelencia

La Copa CDI de Danza Aérea reunirá a los mejores exponentes del arte aéreo, ofreciendo un escenario de alto nivel donde las niñas pondrán a prueba su técnica, concentración y capacidad para enfrentar la presión de la competencia.

Estamos seguros de que todas nuestras alumnas de Circus Academy darán un gran espectáculo en estas competiciones, demostrando todo lo que han aprendido y, sobre todo, su pasión por la danza aérea. ■

CDI75
75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

LA DIVERSIÓN HECHA REALIDAD

CIRCUS ACADEMY

ACADEMIA DE ARTE

El mundo del Dibujo y Pintura a tu alcance

// ALEJANDRO CASTILLO

El arte es una de las formas más poderosas de expresión humana y, desde temprana edad, puede abrir un mundo de creatividad que perdurará a lo largo de la vida. El Dibujo y Pintura no sólo son actividades recreativas, sino que también ofrecen múltiples beneficios en el desarrollo personal y académico de los niños. Inscribir a tus hijos en una academia de arte puede ser una de las mejores decisiones para su crecimiento integral.

Uno de los principales beneficios de las clases de arte es el fomento de la creatividad. A través de Dibujo y Pintura, los niños experimentan con colores, formas, texturas y técnicas, estimulando su imaginación y su pensamiento innovador. Esta capacidad de pensar fuera de lo convencional no sólo enriquece su desarrollo cognitivo y emocional, sino que también fortalece su habilidad para resolver problemas de manera creativa.

Además, el arte contribuye al desarrollo de la motricidad fina. Al sostener un pincel, trazar líneas precisas o mezclar colores, los niños fortalecen los músculos de sus manos y mejoran su coordinación, lo que impacta positivamente en habilidades como la escritura y otras tareas que requieren destreza manual.

Desde el ámbito emocional, el arte es una herramienta invaluable para la expresión personal. A través de sus creaciones, los niños pueden canalizar sus emociones de forma saludable, comunicando pensamientos y sentimientos incluso cuando aún no dominan completamente el lenguaje verbal. Asimismo, la práctica artística constante refuerza su autoestima, ya que el proceso de creación y la satisfacción de ver su progreso les brinda un sentido de logro y confianza en sí mismos.



Otro aspecto clave es la disciplina que se adquiere en las clases de arte. Los niños aprenden a seguir instrucciones, a ser pacientes y a perseverar ante los desafíos. La concentración en un proyecto, la capacidad de aceptar errores y la determinación para mejorar su técnica son habilidades que pueden aplicar en diversos ámbitos de su vida.

Por último, las clases de arte fomentan la socialización. En la Academia, los niños interactúan con compañeros que comparten sus intereses, desarrollando habilidades sociales, aprendiendo a trabajar en equipo y compartiendo ideas y recursos en un ambiente enriquecedor.

Inscribir a tus hijos en las clases de Dibujo y Pintura de la Academia de Arte CDI es mucho más que ofrecerles una actividad divertida; es brindarles una herramienta educativa integral que contribuirá significativamente a su desarrollo cognitivo, emocional y social. A través del arte, los niños no sólo crean, sino que transforman su mundo, ampliando sus horizontes y preparándose para los retos del futuro. ■

¡No pierdas la oportunidad de regalarles un camino lleno de creatividad y aprendizaje!

CENTRO SEFARAD ISRAEL Y FESELA PRESENTAN LA EXPOSICIÓN:

LA EDAD DE ORO DE LOS JUDÍOS DE ALANDALÚS

GALERÍA PEDRO GERSON, CDI
ESTA EXPOSICIÓN PERMANECERÁ DEL 26 DE ENERO AL 9 DE MARZO DE 2025

CDI 75 75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

INFORMES EN EL COMITÉ DE ACTIVIDADES AL TELÉFONO 55 2629 7400, EXTENSIONES 510 Y 507.

Gala de CIRCUS ACADEMY

DOMINGO 22 DE JUNIO, 2025

¡Espérala!

Cancha de Frontenis, CDI

CDI 75 75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

Informes e inscripciones en el Comité de Actividades, teléfono 55 2629 7400, extensión 505.

CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA ADULTOS Y ADULTOS MAYORES

Del 16 al 23 de febrero

DOMINGO 16 DE FEBRERO

12:00 a 13:00 horas Club de Oro / Domingos Familiares
Domingo musical / Homenaje musical a Frank Sinatra / Salón Anexo al Mural

Galería Pedro Gerson
La edad de oro de los judíos de Alandalús del 26 de enero al 9 de marzo

MARTES 18 DE FEBRERO

11:00 a 12:00 horas	Ritmos Latinos / Salón ex Boliche
11:00 a 12:00 horas	Gimnasia Especial / Gimnasio Carlos Fishbein
11:00 a 12:00 horas	Gimnasia Terapéutica / Salón Anexo al Mural
11:00 a 12:00 horas	Baile y fortalecimiento físico / Salón Abraham Broitman
11:00 a 12:00 horas	Yoga/ Salón Ballet 1
13:00 a 14:00 horas	Dibujo y Pintura / Salón 4 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie
13:00 a 14:00 horas	Súper cerebro / Ex Salón de Juegos
13:00 a 14:00 horas	Temas de interés / Salón 5 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie
13:00 a 14:00 horas	Diviértete jugando / Salón 1 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie

MIÉRCOLES 19 DE FEBRERO

11:00 a 12:00 horas	Método Feldenkrais/Salón Ballet 1
16:00 a 17:00 horas	Gimnasia Cerebral / Salón Ejecutivo Moisés Gitlin

JUEVES 20 DE FEBRERO

11:00 a 12:00 horas	Ritmos Latinos / Salón ex Boliche
11:00 a 12:00 horas	Gimnasia Especial / Gimnasio Carlos Fishbein
11:00 a 12:00 horas	Gimnasia Terapéutica / Salón Anexo al Mural
11:00 a 12:00 horas	Baile y fortalecimiento físico / Salón Abraham Broitman
11:00 a 12:00 horas	Yoga/ Salón Ballet 1
13:00 a 14:00 horas	Súper cerebro / Ex Salón de Juegos
13:00 a 14:00 horas	Gotitas culturales / Salón 5 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie
13:00 a 14:00 horas	Dibujo y Pintura/Salón 4 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie
13:00 a 14:00 horas	Gimnasia Cerbral / Salón Anexo al Mural
13:00 a 14:00 horas	Teatro /Auditorio Marcos y Adina Katz



CDI
75
AÑOS DE ARTE Y CULTURA

**INFORMES EN EL COMITÉ DE ACTIVIDADES
AL TELÉFONO 55 2629 7400
EXTENSIONES 510 Y 507.**

DOMINGO 21 DE FEBRERO

12:00 a 13:00 horas	Club de Oro / Domingos Familiares Karaoke/Salón Anexo al Mural
----------------------------	---

RECOMENDACIÓN LITERARIA

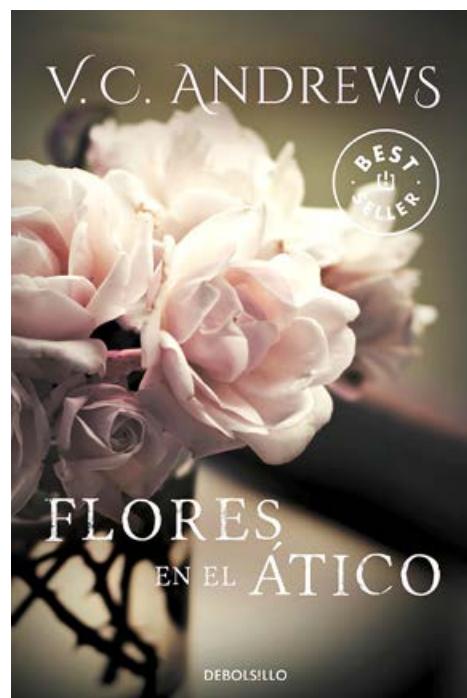
Flores en el ático de V. C. Andrews

// ANGIE RÍOS

La Biblioteca Moisés y Basi Mischne desempeña un papel activo en la promoción de los hábitos de lectura, el desarrollo de la creatividad y la imaginación, así como en el aprovechamiento del tiempo libre. En esta ocasión, te recomienda una novela extraordinaria: Flores en el ático, el primer libro de una saga impactante escrita por V. C. Andrews.

Este libro inicia la Saga Dollanganger, que continúa con Pétalos al viento, Si hubiera espinas, Semillas del ayer y Jardín sombrío. La historia nos sumerge en la infancia, juventud y adultez de cuatro hermanos que, tras una tragedia familiar, son condenados a vivir aislados en un ático.

Corre el año 1957, y los Dollanganger parecen una familia perfecta, viviendo sin preocupaciones en su idílica casa en Gladstone, Pensilvania... hasta que la desgracia toca su



puerta. Christopher, el patriarca, muere en un accidente, dejando a su esposa, Corrine, con una deuda imposible de afrontar. Desesperada, decide regresar a la mansión de sus acaudalados padres en busca de ayuda. Sin embargo, su madre, Olivia Foxworth, le impone una cruel condición: los niños deben permanecer ocultos en el desván.

Así comienza el tormento de los hermanos Dollanganger – Cathy, Chris y los gemelos Carrie y Cory –, víctimas inocentes de oscuros secretos y pasiones prohibidas, condenados a un encierro que marcará sus vidas para siempre.

Desde su publicación en inglés en 1979, Flores en el ático se convirtió en un éxito rotundo, alcanzando la categoría de best seller y siendo adaptada al cine con gran aceptación.

Visita la Biblioteca, adéntrate en esta fascinante saga y descubre por qué ha cautivado a millones de lectores. ■

¡No te arrepentirás!

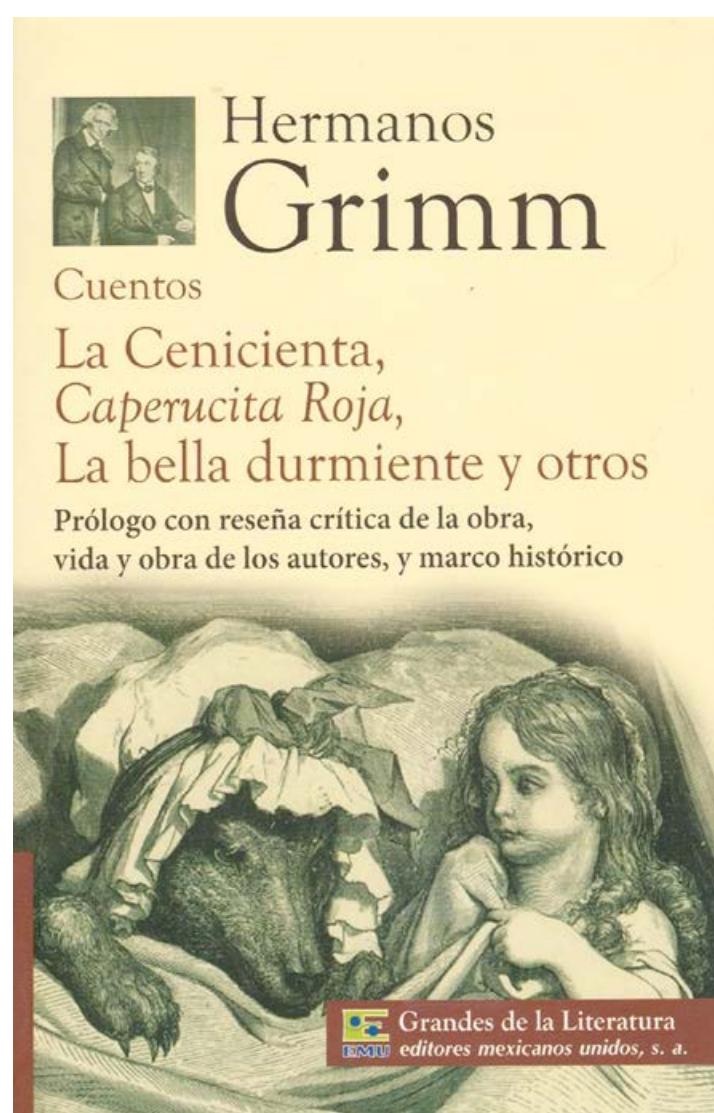
Hablemos de... los hermanos Grimm

// ANGIE RÍOS

Este mes nacieron muchas celebridades de la literatura, y en esta ocasión hablaremos de Wilhelm Carl Grimm, quien, junto a su hermano, escribió numerosas historias que marcaron nuestra infancia.

Wilhelm Carl Grimm nació el 24 de febrero de 1786 en la ciudad de Hanau, Alemania, hijo de Dorothea y Philipp Grimm. Fue el segundo de seis hermanos y, más tarde, se embarcaría en una carrera como escritor y académico junto a su hermano mayor, Jacob.

Influenciados por el Romanticismo alemán, un movimiento predominante en la época, los hermanos Grimm estudiaron en profundidad el folclore de su región, con especial interés en la recopilación de narraciones orales que estaban desapareciendo con la llegada de las nuevas tecnologías. Su trabajo culminó en la publicación de Kinder-und Hausmärchen (Cuentos infantiles y domésticos), cuyo primer volumen apareció en 1812 y el segundo en 1815. Con el tiempo, esta colección sería conocida como Los cuentos de hadas de los hermanos Grimm, incluyendo relatos tan famosos como Blancanieves, Hänsel y Gretel, El



ganso de oro, Caperucita Roja y Cenicienta.

Para hacer la colección más accesible al público infantil, en su segunda edición los hermanos modificaron y ampliaron el lenguaje de las historias.

En 1830, comenzaron a trabajar en la Universidad de Göttingen, donde Wilhelm se desempeñó como bibliotecario adjunto y, cuatro años después, obtuvo una cátedra. Sin embargo, en 1837, debido a su participación en la redacción de la carta de protesta de Los Siete de Gotinga, fue destituido de su cargo y, junto con su hermano, expulsado de Hannover por orden del rey Ernesto Augusto I. Posteriormente, en 1842, el rey de Prusia, Federico Guillermo IV, los invitó a Berlín, donde se establecieron.

La vida y obra de los hermanos Grimm han trascendido en la cultura popular gracias a sus recopilaciones de cuentos, en las que reunieron historias transmitidas oralmente en las regiones de habla alemana. Encargados por Friedrich Carl von Savigny, recorrieron

diversas zonas germanoparlantes para recopilar relatos del folclore popular, muchos de los cuales les fueron transmitidos por la célebre cuentacuentos Dorothea Viehmann.

En la Biblioteca Moisés y Basi Mischne podrás encontrar obras literarias de los hermanos Grimm. ■

¡No dejes de visitarnos!

La música y la IA

// MAX MOSES

Para los que han podido leer algunas de mis columnas y artículos será muy familiar el tema que trataré hoy, ya que siempre hago énfasis de cómo la tecnología nos ayuda a solventar o implementar recursos con los cuales nos sentimos en confianza y más familiarizados, ya que la tecnología hoy en día está al alcance de nuestras manos. Encontré mucha información al respecto por lo que trataré de ser breve.

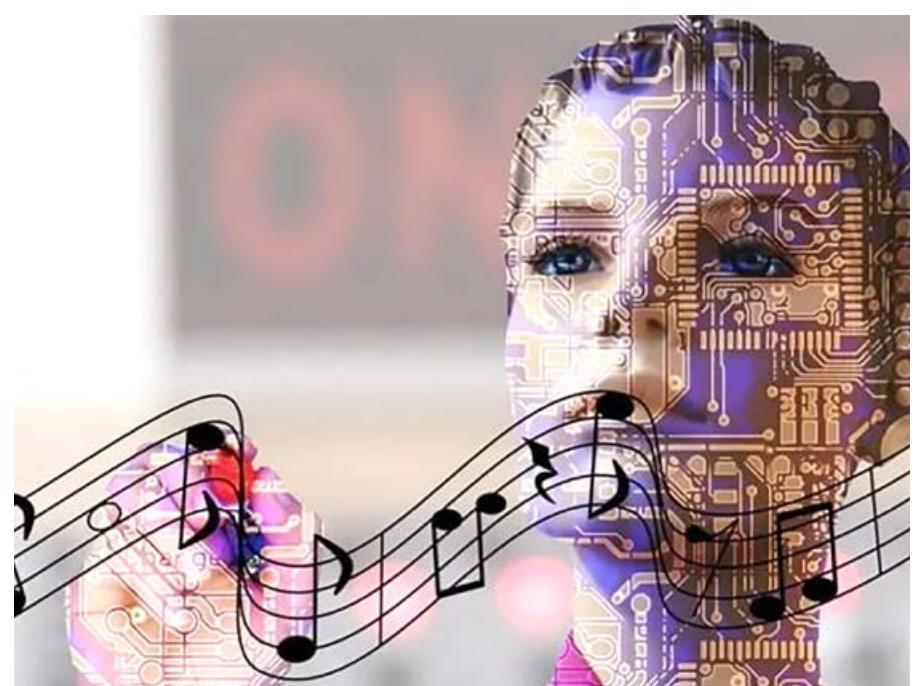
¿Una canción creada por IA es una obra original?

La originalidad es un concepto jurídico que no viene definido en la ley, por lo que han sido los tribunales y la doctrina los que han ido configurando este término, habiéndose definido dos vertientes de este concepto.

La concepción subjetiva de la originalidad entiende que una obra es original si es un reflejo de la personalidad de su autor. La concepción objetiva de originalidad, en este sentido, la originalidad se entiende como novedad, como la creación de algo que no existía previamente, por lo que permite reconocer y diferenciar la obra, requisito que sí cumplirían muchas de estas obras. Pero, no es la capacidad intelectual de una persona en su totalidad.

Las empresas que desarrollan IA creativas suelen incluir en sus condiciones de uso y términos legales que los derechos de las obras creadas por su IA les pertenezcan, por si las dudas.

“El universo fotográfico es un medio para programar en la sociedad una conducta retroalimentadora en función de un juego de combinaciones. Algunas personas luchan automáticamente, a saber: los fotógrafos que intentan producir fotografías informativas no inscritas en el pro-



grama fotográfico; los críticos que tratan de ver a través del juego automático de la programación; y, en general, todas aquellas personas que intentan crear espacio para la intención humana, en un mundo dominado por los aparatos”.

Son estas palabras de Vilem Flusser en su tratado Hacia una filosofía de la fotografía de 1983 que me conmovieron, ya que representa básicamente lo que estamos viviendo como sociedad. Cada vez, el esfuerzo es menos, y el motor creativo y de tolerancia es menos, la música puede ser un escape hacia nuevos mundos, y nuevas formas que nos alimente no sólo el alma, sino la mente.

¿Tú consideras a la IA como una herramienta que reemplazará por completo al hombre y su creatividad?

Te invito a que lo compartas con tus familiares y amigos en tus pláticas, y cada quién dé su punto de vista. Yo tengo el mío, y con gusto, si se acercan a la Academia de Música del CDI podré platicarlo con ustedes. ■

RITMOS LATINOS

Martes y jueves
11:00 horas
Salón ex Boliche

Informes e inscripciones en el Comité de Actividades, teléfono 55 2629 7400 extensiones 507 y 510.

CLUB DE LECTURA CDI

Te esperamos el jueves
27 de febrero de 2025
a las 19:30 horas
para comentar el libro
Tiene que ser aquí
de la autora
Maggie O'Farrell

Librería del Aserradero
Maggie O'Farrell
Tiene que ser aquí
Traducción de Cecilia Gutiérrez

zoom
BIBLIOTECA
MOÍSES Y BASÍ MISCHE

AHORA NUESTRA REUNIÓN ES VIRTUAL.
PARA MAYORES INFORMES Y REGISTRO PREVIO
CON TU NOMBRE Y NÚMERO DE SOCIO AL CORREO: riosa@cdi.org.mx



CDI 75
75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

Visita la Biblioteca Moisés y Basi Mischne y **'Enamórate de un libro'**

Visítanos y revisa las recomendaciones literarias de este mes del amor.

Te esperamos

CDI 75 75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

Informes en la Biblioteca Moisés y Basi Mischne al teléfono 55 2629 7400, extensión 517.

CLASE FELDENKRAIS

Miércoles
11:00 horas



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

FELDENKRAIS
FELDENKRAIS
FELDENKRAIS
FELDENKRAIS

GIMNASIA CEREBRAL

INCLUIDA EN TU MEMBRESÍA DEL CDI

A PARTIR DE LOS 18 AÑOS DE EDAD

Miércoles 16:00 horas
Salón Ejecutivo Moisés Gitlin

• Profesora: Amada Corkidi •

Aprende a relajarte
y a contactar con la respiración consciente...
dale más importancia a tu cuerpo, mente y espíritu.

CDI 75 75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

Informes e inscripciones en el Comité de Actividades, teléfono 55 2629 7400, extensiones 510 y 507.

Academia de Arte

Juntos trabajando para ti

CDI 75 75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

INFORMES EN EL COMITÉ DE ACTIVIDADES AL TELÉFONO, 55 2629 7400, EXTENSIONES 501 Y 505.

CELEBRA EN T-POZ

// ARANZA MERCADO

Del 7 al 9 de febrero recibimos a una organización que acampó en T-Poz. Sus actividades se enfocaron en capacitación, entrenamiento y disciplina. Del 10 al 11 de febrero alojamos a un grupo empresarial en nuestras cabañas. El programa inicia con una introducción sobre las actividades del día, seguida de dinámicas de integración, trabajo en equipo, comunicación, confianza, autoconocimiento y liderazgo. Entre las actividades destacan el lanzamiento de pelotas a cubetas y el traslado de agua mediante tubos.

Del 14 al 16 de febrero recibiremos dos grupos del Colegio Monte Sinai, que realizarán su intensivo de baile hospedándose en cabañas como preparación para el Festival Aviv (de 23 al 30 de marzo de 2025), y un grupo de scouts que acampará en la zona del Lago. Los scouts participarán en diversas actividades como guerra de espuma, trivias y retos.

■ ¡Trae a tus perritos a T-Poz!

Contamos con áreas especiales donde pueden jugar, pasear y divertirse. En febrero, los días disponibles son el domingo 16 y el sábado 22. La actividad física al aire libre beneficia enormemente a las mascotas: les ayuda a liberar estrés y mantener un peso saludable.

■ Fiesta de cumple

¿Buscas un lugar único para tu cumpleaños? T-Poz ofrece actividades extremas como Tirolesa, Tiro con arco, Muro de escalar y Gotcha. También disponemos de circuito de bicicletas, minigolf, fiesta de espuma, pool party y guerra de globos de agua. Contáctanos para más información.

¡No te pierdas el Campamento Familiar Pésaj del 14 al 20 de abril de 2025! Prepárate para disfrutar talleres manuales, juegos familiares, fogatas y muchas sorpresas más. Aprovecha nuestra preventa: \$6,700 (precio especial hasta el 10 de marzo). A partir del 11 de marzo, el costo será de \$7,300. ■

¡Reserva tu lugar ahora!





**APARTA LA FECHA
CAMPAMENTO PÉSAJ
LA VUELTA AL MUNDO
14 AL 20 DE ABRIL**

COSTO PREVENTA:
\$6,700 PESOS HASTA EL 10 DE MARZO.
\$7,300 PESOS A PARTIR DEL 11 DE MARZO.

CDI 75
75 AÑOS DE NATURALEZA

INFORMES EN EL COMITÉ DE T-POZ AL TELÉFONO 55 2629 7400, EXTENSIÓN 515 O AL CORREO ELECTRÓNICO VENTAS_TPOZ@CDI.ORG.MX.



BLOWIE

MUSIC FEST 2025

ACROSS THE UNIVERSE

22-03-2025

PLAZA MACABI, CDI



juventud.
CDI



Procultura
y Desarrollo Artístico A.C.



INSCRÍBETE AQUÍ

INFORMES EN EL COMITÉ DE JUVENTUD DEL CDI, TELÉFONO 55 2629 7400 EXTENSIÓN 514,
O AL CORREO: INFO@BLOWIEMUSICFEST.MX

FAUDA فوادى EN LA VIDA REAL

26.02.2025

7:00 PM



Imagen: Dudi Hason

TSABI HALEVI

Destacado actor israelí que nos compartirá sus
experiencias a raíz del 7 de octubre

Entrada libre
El cupo es limitado

Para asistir, es indispensable registrarse



EN MACABI ESTE SEMESTRE

CAMP TEVA Y SALIDA A T-POZ

Camp Teva

Shimon y Seminario:
28 de febrero - 2 de marzo

Salida a T-Poz

Jonathan y Yehuda:
Sábado 1 de marzo



PURIM CON PAPÁS

Sábado
8 de marzo



CAMP JODESH

2 - 4
de mayo



CAMP FINAL Y FIN DEL SEMESTRE

20 - 22 de junio



Información al: 5526297400 extensión 523

Viaje para adultos (35-70 años)

Shorashim

Praga, Viena, Budapest e Israel

Descubriendo juntos la fuerza de nuestras raíces

Fechas del viaje:
20 de abril al 2 de
mayo 2025



CDI 75
75 AÑOS DE UNIÓN

Síguenos en nuestras redes sociales



WWW.CDIORG.MX
WWW.CDI-INFORMA.COM



GAZA ELIGIÓ EL TERROR CUANDO PUDO ELEGIR LA PROSPERIDAD

// MTRO. ILAN EICHNER W.

El desarrollo de Medio Oriente ha estado siempre condicionado por una lucha constante entre la construcción y la destrucción, la estabilidad y el caos. En el centro de esta disyuntiva se encuentra el conflicto entre Israel y sus vecinos, donde las

decisiones políticas han marcado el destino de generaciones enteras. Mientras algunas naciones han optado por la cooperación y la modernización, otras han preferido anclarse en una mentalidad de confrontación y victimización, perpetuando un ciclo de miseria y estancamiento.

Un caso emblemático de esta divergencia es Gaza, un enclave que pudo haberse convertido en un símbolo de desarrollo y prosperidad tras la retirada israelí en 2005. En lugar de aprovechar esta oportunidad para transformar la Franja en un polo económico vibrante, con acceso a inversiones y comercio, los líderes locales consolidaron un régimen terrorista radical islámico, que ha hecho de la guerra su único propósito. Los recursos que podrían haber sido destinados a hospitales, escuelas e infraestructura fueron canalizados hacia túneles y arsenales, en una clara demostración de que la prioridad nunca ha sido el bienestar de la población, sino la persistencia del conflicto. Esta realidad lleva inevitablemente a preguntarse qué clase de liderazgo elige la confrontación perpetua en lugar de la construcción de un futuro viable.

La situación de Gaza no es un caso aislado. En Líbano, por ejemplo, Hezbolá ha reducido un país con vasto potencial económico a un estado fallido, sometido a la voluntad de Teherán. En Yemen, un patrón similar ha llevado a la devastación de la nación, orquestada por actores externos que han utilizado el territorio como un tablero de ajedrez para sus propios intereses geopolíticos. En cada uno de estos escenarios, la imposición de ideologías radicales ha impedido el progreso, favoreciendo en su lugar la permanencia del conflicto.

En contraste, Israel ha demostrado que la voluntad de construir es más poderosa que cualquier adversidad. A pesar de haber nacido en un entorno hostil y con recursos limitados, el Estado judío ha logrado convertirse en una potencia tecnológica, agrícola y militar. La clave de su éxito radica en la inversión en capital humano, la innovación y la búsqueda de alianzas estratégicas con naciones democráticas que comparten su visión de estabilidad y crecimiento. Mientras algunos eligen la destrucción, Israel elige la creación.

Los Acuerdos de Abraham han confirmado que la cooperación es el camino hacia la transformación regional. Países como Emiratos Árabes Unidos y Bahréin han comprendido que la colaboración con Israel representa una



decisión pragmática y una apuesta estratégica que les permite acceder a tecnología, inversiones y estabilidad. La gran incógnita radica en la persistencia de otros actores de la región en discursos de odio y negación de la realidad, cuando la historia reciente ha demostra-

do que la confrontación solo genera más miseria.

El doble discurso de los movimientos pro-palestinos resulta especialmente revelador. Durante décadas, estas organizaciones han promovido consignas que niegan la existencia de Israel y han justificado la violencia como único medio para alcanzar sus objetivos. Al mismo tiempo, cuando se propone una reubicación de la población gazatí en aras de su seguridad y bienestar, los mismos actores que han clamado por la «liberación» de Gaza califican la medida como «limpieza étnica». La contradicción es evidente: resulta imposible sostener simultáneamente que Gaza es un infierno en la tierra y, a la vez, rechazar cualquier iniciativa que brinde una alternativa a sus habitantes. Esta postura desnuda la verdadera intención de quienes han convertido la causa palestina en una industria política y woke que no busca soluciones, sino la perpetuación del problema.

El último conflicto en Gaza ha dejado en evidencia la inviabilidad del statu quo. La infraestructura terrorista de Hamás ha sido severamente golpeada, sus redes de financiamiento han sido debilitadas y la percepción internacional de la organización terrorista ha cambiado radicalmente. Los intentos de repetir la estrategia del 7 de octubre han fracasado. Ante estos hechos, la retórica de sus aliados se tambalea frente a la cruda realidad de su propia intransigencia. La pregunta clave ahora es qué sigue para Gaza y para la región en su conjunto.

La única vía sostenible es aquella que prioriza la construcción sobre la destrucción y el desarrollo sobre la guerra. La solución no radica en perpetuar la dependencia de la ayuda internacional, sino en generar condiciones que permitan la reconstrucción de una sociedad viable.

La reubicación de los gazatíes en zonas seguras, mientras se erradica la infraestructura terrorista, podría representar un paso lógico en este proceso, siempre que esté acompañado de un compromiso genuino con la creación de oportunidades y la inversión en capital humano.

El mayor obstáculo para este cambio no es la falta de recursos, sino la resistencia de aquellos que han hecho del conflicto su negocio. Durante décadas, la comunidad internacional ha caído en la trampa de financiar estructuras que no generan soluciones, sino que refuerzan el

problema. Si realmente se aspira a un Medio Oriente diferente, la complacencia con los actores que sabotean el desarrollo debe terminar. La historia reciente ha demostrado que, cuando los líderes están dispuestos a mirar más allá de la retórica del odio, los avances son posibles.

El destino de Medio Oriente no está escrito en piedra. Cada sociedad tiene la capacidad de elegir entre la victimización y la autosuficiencia, entre la destrucción y el

progreso. Israel y aquellos que han optado por la cooperación han demostrado que el futuro de la región no está determinado por su pasado, sino por las decisiones que se tomen en el presente.

La pregunta que persiste es si el resto de la región está dispuesto a abandonar las narrativas de confrontación y asumir la responsabilidad de construir un futuro mejor. ■

Rusia: Siria se le va de las manos

// ESTHER SHABOT*

La caída del régimen sirio de Bashar al Assad ha sido un golpe serio para los intereses de posicionamiento de Moscú en el escenario de Oriente Medio. Aun cuando continúa la colaboración estrecha entre Irán y Rusia para reforzarse militarmente mediante el intercambio de armamento e información estratégica, Putin ha tenido que retirar personal y equipo militar de partes importantes de Siria. Las tropas rusas enviadas en septiembre de 2015 a afianzar al régimen de Assad en momentos críticos de la guerra civil que estalló en 2011 al calor de la Primavera Árabe, estuvieron durante los nueve años pasados desplegadas a lo largo y ancho del país. Incluso tuvieron presencia en Damasco y Alepo, pero ahora se han retirado, concentrándose en tres bases militares permanentes: el puerto de Tartús, la base de Khmeimim y Qamishli.

Sin embargo, Rusia ha intentado acomodarse a la nueva situación, aceptando que no hay marcha atrás, y ha conseguido coordinarse con el nuevo régimen rebelde para esa retirada parcial que deja a Moscú en una posición francamente disminuida. A fin de limitar las pérdidas, ha optado por cortejar al nuevo liderazgo sirio encabezado por el presidente de transición, Ahmed al Sharaa, dejando de calificar a los rebeldes como terroristas para denominarlos ahora como "las nuevas autoridades" y proponiendo que se invite a Siria a integrarse al foro BRICS+ en calidad de nación amigable. Y no es para menos, el colapso del régimen de Assad le ha generado a Rusia la pérdida de su mayor aliado en la zona y hoy busca la manera de aminorarla, en buena medida para mantener su imagen de potencia a nivel global y conservar su capacidad de maniobra en ese escenario en el que Estados Unidos expande su influencia cada vez más.

Además, quedan aún ciertas cartas a las que el gobierno de Putin puede recurrir a fin de no perder totalmente las grandes ventajas militares y geoestratégicas que le brindaba su relación con Assad. Rusia ha sido tradicionalmente el gran abastecedor de trigo de Siria y, desde las turbulencias que tumbaron a Assad, suspendió las entregas del cereal. Reanudar ese abasto es indispensable para el nuevo régimen, dada la crisis alimentaria que ha golpeado al país a causa de 14 años de cruenta guerra civil. También puede Moscú ofrecer apoyo en cuestiones energéticas relacionadas con el petróleo y sus derivados



a cambio de no perder totalmente sus bases militares en territorio sirio que le han brindado tantas ventajas.

Es incierto cómo reaccionará en esta coyuntura el nuevo gobierno de transición sirio porque se enfrenta a una situación ambivalente. Por un lado, están elementos como los mencionados arriba, pero, por el otro, están frescas aún en la memoria las imágenes de los bombardeos rusos contra las fuerzas antiAssad. ¿Cómo justificar ante el pueblo sirio que a quienes ejercieron hace apenas unos meses esa violencia tan letal a fin de proteger a la dictadura de Assad ahora se les permita quedarse en suelo sirio maniobrando a placer? También opera, sin duda, en esta ecuación la pretensión del nuevo gobierno de ser apreciado como un régimen moderado capaz de conseguir legitimidad a ojos de Occidente. En ese contexto, sostener la relación con Rusia le sería contraproducente.

Si bien es posible que, mediante una negociación, el nexo Moscú-Siria consiga mantenerse aún vigente y Rusia logre conservar ciertas prerrogativas, todo indica que ha perdido una posición fundamental que le brindaba acceso al Mediterráneo oriental y le proporcionaba una base desde donde ampliar sus maniobras hacia regiones africanas. Putin está atrapado así en una situación cada vez más crítica, porque no sólo está en aprietos por su aventura en Ucrania, sino que, en un lapso relativamente corto, sus aliados en Oriente Medio han sufrido descalabros y alteraciones sustanciales que han intensificado su desgaste político y militar. ■

*Experta en Medio Oriente, texto publicado en Excélsior el 8 de febrero de 2025.

MAAYÁN HAJAIM

FORMAS DE PROMOVER EL ALTRUISMO DESDE NIÑOS



Es innegable que los niños son los arquitectos del futuro de la sociedad.

Por esta razón, los participantes en el proceso educativo tienen la responsabilidad de promover el altruismo desde edades tempranas, con el fin de formar adultos empáticos, cooperativos y con sentido de justicia social.

En esta ocasión nos centraremos en las conductas sociales, que son aquellas que tienen como objetivo establecer y mantener relaciones sociales con otros.

Entre estas formas de vida se encuentra el altruismo, es decir, conductas que buscan el bien de los demás, no tienen ningún beneficio personal detrás y suelen reportar más beneficios a los demás que a uno mismo.

Crear otros comportamientos sociales dentro del grupo mejora tu capacidad para percibir el estado emocional de los demás. Esto crea empatía en los demás y satisfacción en cada individuo.

Las cuales inspirarán acciones altruistas y empáticas, y emociones como la compasión que fomenten la creación de entornos de trabajo creativos y productivos a través de líderes altruistas.

También reduce el dolor físico ayuda a controlar mejor el estrés, además, contribuye a un crecimiento saludable y a una psique más resiliente en los niños.

Inculcar conductas altruistas en ellos es más que recomendable, ya que les ayudará a desarrollar su autoconcepto, controlar su impulsividad y aumentar su empatía.

Mira cómo lograrlo:

1. Poner en marcha iniciativas solidarias escolares o participar en ellas

Préstamo de libros, recolección de juguetes, recogida de alimentos, etc. Son muchas las iniciativas a impulsar en su centro educativo. Hacerle partícipe de ellas hará que el niño experimente de primera mano los efectos de sus acciones. Aparte, ayudar de manera directa a compañeros que conoce resulta más satisfactorio.

2. Entregar algo que cuidar

Dependiendo de la edad del infante, usa desde un juguete hasta una planta. No es recomendable entregar animales, a no ser que participe en los cuidados de forma complementaria; que sea el adulto quien lleve el peso de la responsabilidad.

Con esto aprenderá a ver los efectos de sus cuidados y a desarrollar su sentido de la responsabilidad y la empatía.

3. Impulsar el voluntariado compartido

Realizar voluntariado es una manera de promover el altruismo en los niños. Buscar alguna actividad solidaria apta para ellos no solo favorece compartir tiempo de calidad, sino que se incluye al infante en un ambiente donde el altruismo es la norma.

4. Dar el ejemplo

No se puede exigir a un niño algo que no se practica. Promover el altruismo desde niños es una buena oportunidad para desarrollar estos comportamientos también en ti y crecer juntos. La infancia es un momento clave en el desarrollo personal y el ejemplo es la mejor vía para este tipo de comportamientos.

5. Practicar la amabilidad y la reciprocidad

Aunque al ser altruista no espera nada a cambio de sus acciones, sí es cierto que se fomenta la reciprocidad. De hecho, al revés también funciona; pequeños gestos de reciprocidad desencadenan conductas altruistas en niños de 1 y 2 años.

Por eso, no dudes nunca en crear un ambiente amable y altruista en tu propio hogar, clase o contexto de cualquier tipo.

6. Cuidar el consumo

Parte de la educación de un niño es enseñarles a comprender aquello que sucede fuera de su vista. En este sentido, beneficia hacerles saber de dónde viene lo que consumes, tanto en la esfera física, como en el mundo digital. En cuanto a lo digital, es muy importante que selecciones bien qué contenidos le muestras al niño. Sin censurar lo que forma parte de la vida, procura elegir películas, videos, libros y demás objetos que evidencian enseñanzas valiosas sobre el altruismo.

Para promover el altruismo desde niños es necesario desarrollar la assertividad

Ser altruista no es fácil en un mundo individualista y lleno de injusticias. Muchas veces, la amabilidad se confunde con debilidad y no faltan las personas que se aprovechan de la buena intención de los demás. Esto acontece en todas las etapas de la vida.

Por eso, es crucial enseñar a los niños a gestionar la empatía. A medida que crezcan, como personas altruistas, será necesario ayudarles a comprender las emociones que se derivan de ello, para que pongan sus propios límites y traten con esa conciencia inevitable de que no se puede cambiar el mundo solo con dos manos.

Sí requieres apoyo comunicate a Maayán Hajaim al 55 1292 9391.

VAAD HAJINUJ

CAPACITACIÓN HISTÓRICA: "RAÍCES Y REALIDADES: ISRAEL Y EL IMPACTO DEL 7 DE OCTUBRE" REÚNE A 650 DOCENTES DE LA RED

// SARA GALICO

Directora de Vaad Hajinuj

El pasado 31 de enero, el Colegio Olamí ORT fue sede de una capacitación histórica titulada "Raíces y Realidades: Israel y el impacto del 7 de octubre", organizada en colaboración con el Keren Kayemet LelIsrael (KKL) México, Vaad Hajinuj y el propio Colegio. Esta iniciativa reunió a 650 docentes de 10 colegios e instituciones pertenecientes al Vaad Hajinuj con el propósito de brindar herramientas y conocimientos clave para comprender el complejo contexto que atraviesa Israel y las comunidades judías de la diáspora tras los eventos del 7 de octubre de 2023.

La jornada inició con palabras de bienvenida de Shifra Bierzwinski, Presidenta de educación del KKL México, quien subrayó la relevancia de generar espacios de reflexión y aprendizaje para las comunidades educativas tras un año marcado por la incertidumbre. "El 7 de octubre quedará marcado en la historia de Israel y de los judíos de todo el mundo. Esperamos que las ponencias de hoy sirvan para ampliar lo que ya sabemos y para responder las dudas que aún tenemos", expresó.

El programa incluyó la participación de destacados expertos nacionales e internacionales con miradas de diferentes disciplinas académicas:

Mauricio Meschoulam, destacado analista internacional, especializado en construcción de paz, ofreció una visión detallada sobre los actores clave en el Medio Oriente, desde Hamás y Hezbolá hasta las complejas relaciones internacionales que involucran a Israel, Siria, Irán, Estados Unidos y Rusia. Asimismo, ofreció distintas opciones de fuentes informativas para obtener información veraz.

Daniel Fainstein, decano de la Universidad Hebraica, entrevistado por Sara Galico, directora del Vaad Hajinuj, explicó las raíces del Islam, las diferencias entre chiítas y sunitas, el origen del pueblo palestino y reflexionó sobre las posibilidades de paz entre ambos pueblos.

El reconocido periodista internacional Gabriel Ben Tasgal, cautivó al público con una charla sobre el crecimiento del antisemitismo a partir del 7 de octubre y la importancia de asumir una responsabilidad crítica frente a la información, especialmente siendo docentes y educadores.

El evento concluyó con las palabras de Jackie Konstat, directora de Educación Judía del Colegio Olamí ORT, quien destacó la colaboración interescolar y comunitaria: "Hoy hemos logrado una capacitación intercomunitaria sin precedentes en nuestra historia. Esperamos que se lleven información veraz y salgan con nuevas preguntas que los ayuden a seguir aprendiendo."

Este encuentro fortaleció la comunidad educativa judía en México, permitiendo a los docentes profundizar en el contexto del conflicto. Una muestra del compromiso conjunto por la educación y el aprendizaje continuo. ■



VISITA LA BIBLIOTECA

Visita la Biblioteca y revisa nuestras revistas: contamos con **Hola México, Expansión, Muy interesante, Quién y National Geographic.**



Te esperamos en
la Biblioteca Moisés y Basi Mischne.





Informes de la Biblioteca al teléfono 55 2629 7400, extensión 520 o al correo: riosa@cdi.org.mx

www.cdi.org.mx

REHENES

LIBERACIÓN EN GAZA REVELA CONDICIONES CRÍTICAS DE CAUTIVERIO

El pasado sábado 8 de febrero, tres rehenes israelíes fueron liberados por Hamás tras 16 meses de cautiverio en Gaza, como parte del quinto intercambio bajo el actual acuerdo de alto el fuego. La liberación de Or Levi (34), Eli Sharabi (52) y Ohad Ben Ami (56) ha generado profunda preocupación por las condiciones en las que fueron mantenidos durante su secuestro.

Las imágenes transmitidas durante la liberación mostraron a los tres hombres visiblemente demacrados, con ojos hundidos y en un estado de extrema delgadez, lo que provocó conmoción e indignación en Israel. Durante la ceremonia de liberación, fueron obligados a participar en una entrevista conducida por milicianos enmascarados de Hamás, pese a su evidente estado de agotamiento.

La liberación ha estado marcada por circunstancias particularmente dolorosas. Eli Sharabi, aparentemente sin conocimiento de ello, respondió durante la entrevista que estaba "muy feliz de volver con su esposa e hijas", cuando en realidad estas habían sido asesinadas durante el ataque de Hamás al kibutz Beeri el 7 de octubre de 2023. De manera similar, Or Levy deberá enfrentar la noticia de que su esposa Einav falleció durante el ataque al festival de música Nova.

El Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR), encargado de facilitar los traslados, expresó su preocupación



OR LEVI

OHAD BEN AMI

ELI SHARABI

por las condiciones de las operaciones de liberación y solicitó que las futuras entregas sean "dignas y privadas". Por su parte, el presidente israelí Isaac Herzog calificó la exhibición de los rehenes como "un espectáculo cínico y cruel" y "un crimen contra la humanidad".

Como parte del acuerdo, Israel liberó a 183 presos palesti-

nos, quienes fueron recibidos en Jerusalén este, Cisjordania y Gaza. De las 251 personas secuestradas el 7 de octubre de 2023, aún permanecen 73 rehenes en Gaza, de los cuales al menos 34 han fallecido, según informes del ejército israelí. La primera fase del actual acuerdo prevé la liberación de 33 rehenes a cambio de 1,900 prisioneros palestinos durante un período de seis semanas.

Las negociaciones continúan en Qatar para discutir la siguiente fase del acuerdo, mientras que Hamás ha expresado su disposición a participar en las conversaciones, pese a acusar a Israel de "falta de compromiso" con el alto el fuego actual.

El estado de los rehenes liberados ha intensificado los llamados para acelerar las negociaciones que garanticen la liberación del resto de los cautivos y el fin definitivo de las hostilidades, que hasta el momento han causado 48,181 víctimas mortales en Gaza, según el Ministerio de Salud de Hamás. ■

Fuente: Agencias

Israel espera que Hamás libere a tres rehenes el sábado y pide que más secuestrados con vida recuperen su libertad

Hamás confirmó que liberará a tres rehenes el sábado mientras el Estado judío presiona para que se libere a todos los cautivos vivos restantes.

Las autoridades israelíes esperarían que Hamás entregue el viernes una lista de tres rehenes que serán liberados el sábado, según expresó este jueves un funcionario israelí al medio de comunicación The Jerusalem Post. Se espera que el primer ministro de Qatar, Mohammed bin

Abdulrahman Al-Thani, sea el encargado de enviar la lista al jefe del Mossad, David Barnea.

La liberación de los rehenes de este fin de semana, en caso de concretarse, se produce tras la amenaza de Hamás a principios de esta semana de retener a los secuestrados a menos que Israel cumpla sus obligaciones humanitarias.

La organización terrorista palestina argumentó que Israel no permitió la entrada de toda la ayuda humanita-

ria acordada en la Franja de Gaza, como estipulaba el acuerdo de alto el fuego.

Este jueves, Hamás informó que el Estado judío había accedido a permitir la entrada en Gaza de viviendas prefabricadas y equipos pesados para la retirada de escombros.

Sin embargo, el portavoz del primer ministro Netanyahu, Omer Dostri, calificó estas informaciones de »noticias falsas» en un posteo en X (antes Twitter).

Más tarde, un funcionario israelí afirmó que, »por ahora», nada entrará por el paso fronterizo de Rafah, pero »las cosas podrían cambiar en los próximos días».

Las fuentes explicaron que en el caso de que se permitiese la entrada de equipos y viviendas, éstos llegarían a través de un paso fronterizo israelí, donde serían inspeccionados y autorizados por personal de seguridad antes de llegar a la Franja.

Asimismo, también este jueves, Hamás aseguró que mantiene su compromiso de aplicar el acuerdo de alto



El cruce de Rafah entre Gaza y Egipto

el fuego en el enclave costero palestino, devastado por la guerra iniciada tras la masacre del 7 de octubre. ■

Fuente: Agencia AJN.

Trump pide cancelar el alto el fuego si no liberan a todos los rehenes

El presidente de los Estados Unidos, Donald Trump, dijo que el acuerdo de alto el fuego en Gaza debe cancelarse si los terroristas palestinos no liberan a todos los rehenes israelíes antes del mediodía del sábado.

«Que se desate el infierno», les dijo a los periodistas en el Salón Oval, reiterando la amenaza que hizo varias veces antes de asumir el cargo.

La dura declaración llegó después de que Hamás dijera que iba a retrasar la liberación de rehenes, poniendo en peligro el alto el fuego.

Trump señaló que, en última instancia, depende de Israel y agregó: «Hablo por mí mismo: Israel puede anularlo».

Asimismo, Trump dijo que «posiblemente» podría retener la ayuda a Jordania y Egipto si no aceptan a los refugiados palestinos que prevé que sean reubicados fuera de Gaza.

La amenaza se produjo después de que Egipto rechazara «cualquier compromiso» que infrinja los derechos de los palestinos, en una declaración emitida después de que el ministro de Asuntos Exteriores, Badr Abdelatty, se reuniera con su par estadounidense en Washington.

Un congelamiento de la ayuda a cualquiera de los dos países podría poner en peligro los acuerdos de paz con Israel negociados por los Estados Unidos.

Por otra parte, Trump dijo que cree que su administración llegará a un acuerdo con Irán para detener su programa nuclear y describió a Teherán como «asustado» y dispuesto a negociar.

«Creo que vamos a llegar a un acuerdo en Irán», dijo en una entrevista con Fox News.

Trump dijo que prefiere que Israel no «los bombardee hasta el infierno», como muchos creen que hará



con la ayuda o aprobación de los Estados Unidos.

«Preferiría mucho más ver un acuerdo con Irán en el que podamos hacer un trato, supervisarlo, verificarlo, inspeccionarlo y luego hacerlo estallar o simplemente asegurarnos de que no haya armas nucleares», dijo. «Preferiría mucho más hacer un trato que no los lastime, y creo que ellos también lo quieren».

No dio detalles de cómo mejorar el pacto nuclear de 2015, del que se retiró en 2018 porque dijo que había sido «el acuerdo más tonto» y un «camino hacia un arma nuclear».

Pero dijo que las defensas aéreas de Irán son en gran parte inoperantes, lo que los deja en un estado más vulnerable y dispuesta a negociar.

«Creo que están nerviosos, creo que están asustados», dijo.

Trump también calificó la operación encubierta de Israel para volar miles de radiollamadas de Hezbollah como «algo horrible», pero que «destruyó a muchos líderes» de esa organización terrorista libanesa. ■

Fuente: Agencia AJN.

EMPRENDIMIENTO

ALGO MALO: CUANDO LA CRISIS LLEGA SIN AVISAR

// ILAN ARDITI

Algo está mal. Puede ser un mareo repentino, una caída que te deja sin aliento, la vista nublada o esa sensación de vacío en el pecho que te pide huir. Tal vez un escalofrío en la piel o un dolor que comienza en un punto y pronto se expande como una sombra imparable.

Así es como las crisis llegan a las empresas: sin aviso, frías, pegajosas y devastadoras.

■ El monstruo silencioso: crisis en las empresas

Se ha escrito mucho sobre ellas. Cómo enfrentarlas, cómo prevenirlas, como si fueran enfermedades corporativas. Y lo son. Una crisis no atendida puede convertirse en un cáncer agresivo que devora a las empresas desde dentro, dejando un legado de caos y, en el peor de los casos, la muerte empresarial: el olvido.

Pero, ¿qué hacer cuando llega?

¿Es una crisis real o sólo un problema manejable?

¿Hablar o quedarse en silencio?

¿A quién culpar, a quién proteger?

¿Cómo actuar antes de que el miedo consuma todo?

El reloj corre, y cada minuto perdido puede ser el clavo final en el ataúd.

■ Preparación: la mejor vacuna contra la crisis

No podemos evitar que las crisis existan, pero sí podemos prepararnos para enfrentarlas.

- **Distinguir problemas de crisis:** No todas las tormentas hunden el barco, pero saber cuál lo hará es vital.

- **Capacitar recursos internos:** Las empresas necesitan tener equipos listos para actuar, como un escuadrón de emergencia empresarial.



- **Tener un manual de acción:** Una guía clara y adaptada a la cultura de la organización para responder paso a paso.

- **Entender el impacto de cada decisión:** Desde un simple comunicado hasta una reestructuración completa, cada movimiento cuenta.

La clave está en saber diagnosticar, reaccionar y finalmente, recuperarse con fuerza.

■ El lado positivo de las crisis

Aunque suene extraño, no todas las crisis son malas. Bien gestionadas, pueden convertirse en una oportunidad para evolucionar, ganar terreno en el mercado o abrir puertas que antes parecían imposibles. Es posible que ese "algo malo" termine siendo el catalizador para un renacimiento corporativo.

No se trata de evitar las crisis, sino de enfrentarlas con inteligencia y estrategia. Al final, las empresas que sobreviven son aquellas que logran transformar el caos en crecimiento. ■

ilan@sodadigital.com.mx

www.sodadigital.com.mx

LA SIMBIOSIS PERFECTA

Cómo la inteligencia artificial está revolucionando la robótica

En un mundo donde la tecnología avanza a pasos agigantados, la unión entre la inteligencia artificial (IA) y la robótica está marcando un antes y un después en la forma en que interactuamos con las máquinas. Ya no se trata sólo de robots que realizan tareas repetitivas en líneas de ensamblaje, sino de sistemas autónomos capaces de aprender, adaptarse y tomar decisiones en tiempo real. Esta simbiosis está redefiniendo industrias, mejorando la eficiencia y abriendo un abanico de posibilidades que antes parecían exclusivas de la ciencia ficción.

La robótica tradicional se ha basado en la programación de instrucciones específicas para que las máquinas realicen tareas predefinidas. Sin embargo, con la integración de la IA, los robots ahora pueden "pensar" por sí mismos. Gracias a algoritmos de aprendizaje automático (machine learning) y redes neuronales, estos sistemas pueden analizar gran-

des volúmenes de datos, aprender de su entorno y mejorar su desempeño con el tiempo.

Un ejemplo claro son los robots de servicio en hospitales, que utilizan IA para navegar por pasillos congestionados, entregar medicamentos e incluso interactuar con pacientes y personal médico. Estos robots no sólo siguen órdenes, sino que también pueden tomar decisiones basadas en situaciones imprevistas, como desviarse de su ruta si detectan un obstáculo.

La combinación de IA y robótica está teniendo un impacto profundo en diversos sectores:

1. **Industria y manufactura:** Robots equipados con IA están optimizando líneas de producción, detectando fallos en tiempo real y reduciendo costos. En fábricas inteligentes, estas máquinas colaboran con humanos en tareas complejas, aumentando la productividad y la seguridad.

2. Agricultura: Robots agrícolas con IA pueden analizar el estado de los cultivos, predecir plagas y optimizar el uso de recursos como agua y fertilizantes. Esto no sólo mejora el rendimiento, sino que también contribuye a una agricultura más sostenible.

3. Logística y transporte: En almacenes de gigantes como Amazon, robots autónomos clasifican y transportan paquetes con una precisión asombrosa. Además, los vehículos autónomos, que combinan robótica avanzada y IA, prometen revolucionar el transporte en las ciudades.

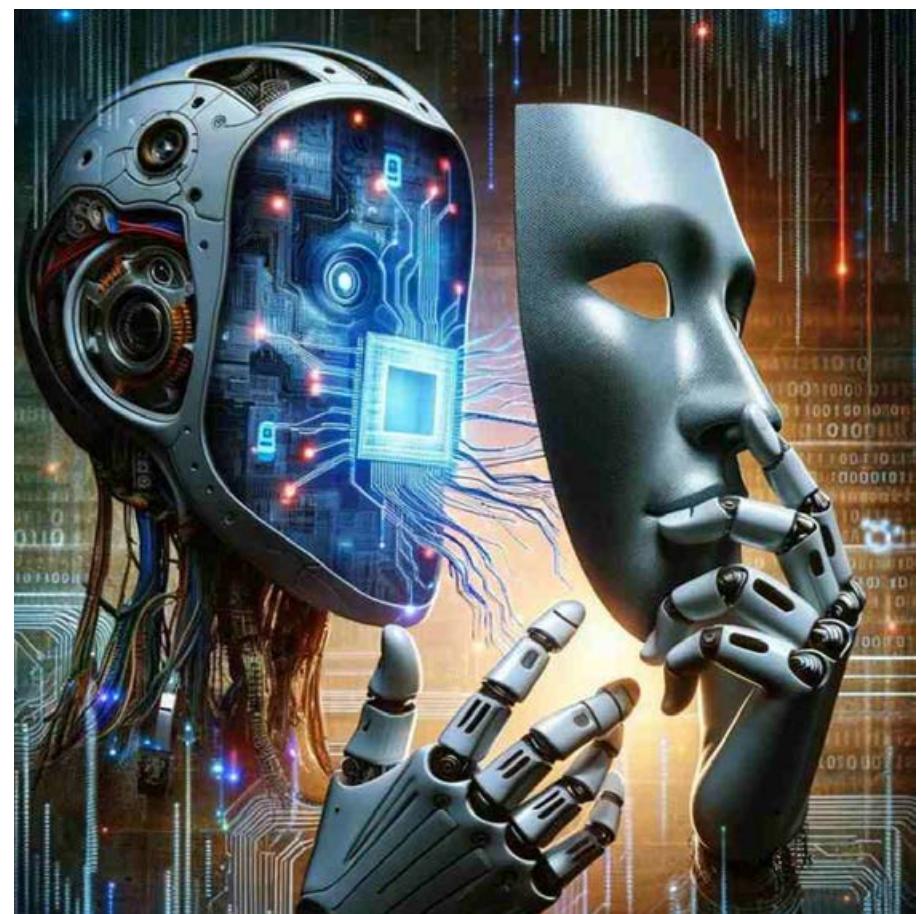
4. Cuidado personal y asistencia: Robots asistenciales, como los diseñados para ayudar a personas mayores o con discapacidades, están mejorando la calidad de vida de millones. Estos dispositivos pueden recordar tomar medicamentos, asistir en tareas domésticas e incluso ofrecer compañía.

■ Desafíos en el horizonte

A pesar de los avances, la integración de IA y robótica no está exenta de desafíos. Uno de los más urgentes es el impacto en el empleo. Según un informe del Foro Económico Mundial, se estima que para este 2025, la automatización desplazará alrededor de 85 millones de empleos, aunque también creará 97 millones de nuevos roles. La clave estará en la capacitación y la adaptación de la fuerza laboral a estas nuevas realidades.

Otro tema crítico es la ética. ¿Quién es responsable si un robot autónomo toma una decisión equivocada? ¿Cómo garantizamos que estos sistemas no perpetúen sesgos o discriminación? Estas preguntas requieren respuestas claras y marcos regulatorios robustos que aseguren un uso responsable de la tecnología.

Lejos de reemplazar a los humanos, los robots impulsados por IA están diseñados para colaborar con nosotros. En sectores como la medicina, por ejemplo, los robots quirúrgicos



permiten a los médicos realizar operaciones con una precisión milimétrica, reduciendo riesgos y tiempos de recuperación.

Además, la IA está permitiendo que los robots entiendan mejor las emociones humanas. Asistentes robóticos en hogares y centros de atención al cliente ya pueden detectar el tono de voz y las expresiones faciales, adaptando su comportamiento para ofrecer una experiencia más personalizada. Como sociedad, debemos asegurarnos de que estos avances beneficien a todos, fomentando la innovación mientras protegemos los valores humanos. La revolución de la IA y la robótica no es solo una cuestión de tecnología, sino también de humanidad. ■

Fuente: Agencias

GENÉTICA

Desarrollan primeras papas con proteína de vaca

La startup israelí Finally Foods presentó recientemente las primeras papas genéticamente modificadas del mundo que contienen proteína de leche de vaca, un avance que podría revolucionar la producción láctea.

La empresa, que forma parte de la incubadora de tecnología alimentaria



The Kitchen del Grupo Strauss, tiene previsto realizar su primer ensayo de campo el mes que viene en el sur de Israel, cerca de la Franja de Gaza, donde se cultivarán las papas modificadas.

De esta manera, se allana el camino para productos lácteos innovadores y un futuro más sostenible.

Una vez cosechadas, las papas se procesarán para extraer caseína en polvo, un componente clave en la producción de lácteos. La caseína, que constituye el 80%

de las proteínas de la leche, es esencial para la fabricación de queso y proporciona propiedades fundentes, elásticas y espumantes a los productos lácteos.

Fundada hace apenas un año, Finally Foods se especializa en agricultura molecular, utilizando a las papas como biorreactores naturales para produ-

cir proteína de caseína.

Los biorreactores sirven de medio para las reacciones bioquímicas y ofrecen una alternativa sostenible a la producción láctea tradicional basada en la ganadería, que contribuye a elevadas emisiones de gases de efecto invernadero y requiere amplios recursos de tierra y agua.

Finally Foods considera que las proteínas lácteas de origen vegetal son una solución a los problemas mundiales del clima y la seguridad alimentaria.

Esta innovadora tecnología se desarrolló con ingeniería genética basada en IA de la empresa israelí de biotecnología Evogene. Analizando vastas bases de datos genéticos, los investigadores identificaron secuencias de ADN de origen animal que podían incorporarse a las plantas, permitiendo

que las papas funcionaran como fábricas biológicas para la producción de proteínas.

Gracias a la IA, se optimiza continuamente tanto el proceso de crecimiento como el rendimiento proteínico. ■

Fuente: Agencia AJN.

SABORES DEL MUNDO

Bagel con salmón y aguacate

Perfecto para un desayuno o brunch con un toque asquenazi-mexicano.

Ingredientes (para 2 porciones):

- 2 bagels (pueden ser naturales, de ajonjolí o todo bagel)
- 100 g de salmón ahumado en rebanadas
- 1 aguacate maduro
- 100 g de queso crema (puede ser natural o con cebollín)
- 1 cda. de jugo de limón
- 1 cdita. de aceite de oliva
- 1 cdita. de alcaparras (opcional)
- ½ cdita. de sal
- ¼ cdita. de pimienta negra
- ½ cdita. de ajonjolí o za'atar (opcional)
- 2 ramitas de eneldo o cebollín picado (para decorar)

Preparación:

1. Preparar el aguacate:

Machaca el aguacate en un tazón y mézclalo con el jugo de limón, aceite de oliva, sal y pimienta. Reserva.

2. Tostar los bagels:

Corta los bagels a la mitad y tuéstalos ligeramente en un sartén o tostadora hasta que estén dorados.

3. Untar el queso crema:

Esparsa una capa generosa de queso crema en cada mitad del bagel.



4. Agregar el aguacate:

Coloca una capa de la mezcla de aguacate sobre el queso crema.

5. Colocar el salmón:

Añade las rebanadas de salmón ahumado sobre el aguacate.

6. Decorar:

Espolvorea con alcaparras, ajonjolí o za'atar, y termina con eneldo o cebollín picado.

7. Servir:

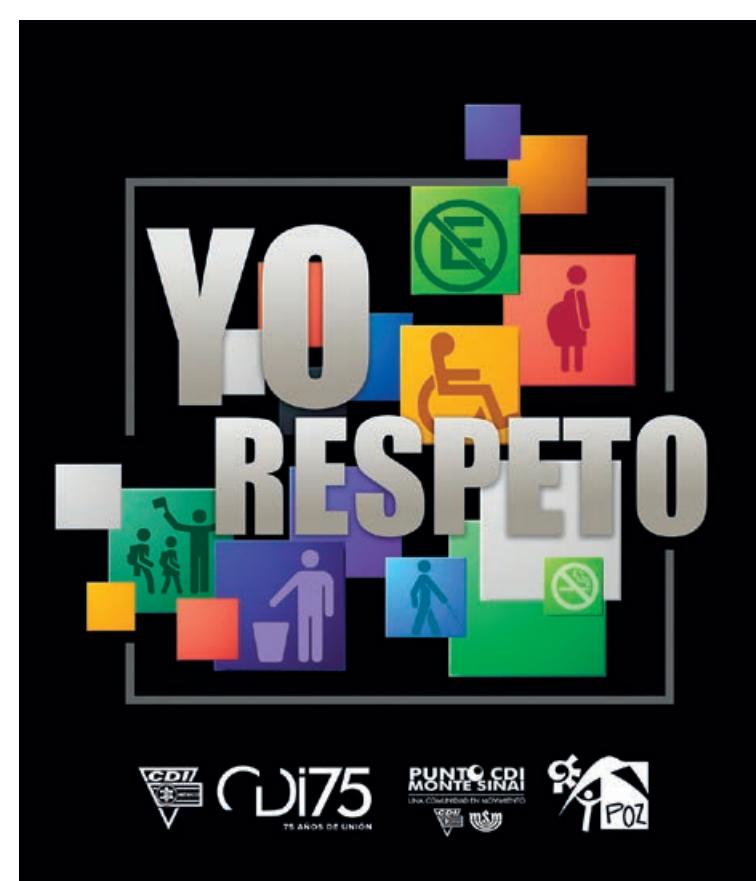
Acompaña con una ensalada fresca o jugo de naranja para un desayuno completo. ■

Haikú

// GRACE NEHMAD*

Juegas historias.
Comprendes partes.
Sueñas simple claridad.

*Filósofa, poeta y pintora.



¡GRAN CONVENIO FIRMADO CON BIOMÉDICA!

¡Te traemos increíbles descuentos en estudios médicos!

- + 35% DE DESCUENTO en estudios nacionales (excepto pruebas especiales, COVID o de referencia)
- + 30% DE DESCUENTO en estudios deImagenología (únicamente en Montes Urales 780, Lomas de Chapultepec, CDMX)
- + 20% DE DESCUENTO en perfiles ejecutivos Biomédica Check (únicamente en Montes Urales 780, Lomas de Chapultepec, CDMX)

¡VEN A VISITARNOS EN NUESTRAS SUCURSALES Y DISFRUTA DE ESTOS BENEFICIOS!

- Solo necesitas tu credencial de comunidad para acceder a estos descuentos.
- Los precios pueden cambiar sin previo aviso. No acumulable con otras promociones.

AHORA SOMOS XG

TUS CONDUCTORES DE SIEMPRE Seguimos activos

Nuestros servicios

- Aeropuerto
- Foráneos
- Eventos
- Turismo

SERVICIO PERSONALIZADO
TRANQUILIDAD Y CONFIANZA
TODOS LOS DÍAS 24/7

Contamos con conductores que hablan Hebreo e Inglés

AGENDA TU SERVICIO
55 3038 3009

CDI 75
75 AÑOS DE UNIÓN

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

Comunidad Sefaradí

SALUD EN ACCIÓN

Campaña de Prevención Intercomunitaria
Febrero 23, 24 y 25

Servicios:

• Citología vaginal	• Medicina general	• Somatometría
• Toma de signos vitales	• Psicología	• Vacunación completa (Menores de 9 años)
• Entrega de medicamentos	• Nutrición	• Dentista

• Pruebas rápidas (glucosa, antígeno prostático, lípidos, entre otros)

Servicio Gratuito

Si no cuentas con Seguro Social IMSS, realiza y trae tu registro previo en IMSS Bienestar, ten a la mano CURP, número celular y correo electrónico.

En el evento no olvides portar una identificación oficial, con CURP,

AVISO URGENTE

Como todos sabemos

NO HAY AGUA

El suministro de agua a través de la red pública ha disminuido a niveles mínimos históricos.

No alcanza el agua, estamos tratando de reabastecernos con pipas, sin embargo, su disponibilidad es limitada y su costo se ha incrementado considerablemente.

Usa responsablemente el agua tomando medidas como:

- Uso de regaderas por un periodo no mayor a 5 minutos.
- Cepillado de dientes con la llave de agua cerrada.
- No dejes el agua correr mientras te enjabonas.

CDI 75
75 AÑOS DE COMUNIDAD

PUNTO CPI MONTE SINAI
UNA CONVOCATORIA EN MARCHA

IPOZ

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

SR. NISSIM SHASHO
Director General del CDI

COMITÉ DE MARKETING

MTRO. ILAN EICHNER
Presidente

LIC. BRYAN BURSTEIN
JACOBO PALOMBO SAADE
LIC. ALEJANDRO PESEL
Vicepresidentes

MTRO. RAMÓN ZAPAN
Director

ÁREA DE COMERCIALIZACIÓN

LIC. AARÓN CHEREM
Gerente Comercial

LIC. ERI NARES
Coordinador y Logística de Patrocinios

ELBA BAHENA
Asistente

GUADALUPE COLÍN
DENISSE FUENTES
Telemarketing

TERESA MARTÍNEZ
Ejecutiva de Ventas

ÁREA DE COMUNICACIÓN

Procoleura
y Desarrollo Artístico A.C.

LIC. REBECA WALDMAN
Subdirectora de Difusión y Diseño

MAURICIO CORONEL GUZMÁN
Jefe de Edición

LIC. ALEJANDRO CARRASCO

LIC. YESICA PEÑA

LIC. LUIS VELÁZQUEZ

LIC. PAMELA MACÍAS

Diseño Gráfico

LIC. CAROLINA ROMERO
Coordinadora de Redes Sociales

LIC. EFRAÍN GUERRERO
Generador de Contenido

LIC. MICHAELL SALDÍVAR
LIC. ALBERTO LUQUEÑO
LIC. GABRIELA LÓPEZ

Editores Multimedia

LIC. BRAULIO SOLÍS
Diseñador Multimedia

LIC. DANIEL SILVA
Fotógrafo

ROGELIO ESPINOSA
Mensajero

COLABORADORES

ILAN ARDITI

ALEJANDRO CASTILLO

ILAN EICHNER W.

SARA GALICO

MAURICIO C. GUZMÁN

ARANZA MERCADO

LUCERO MORA

MAX MOSES

GRACE NEHMAD

ARMANDO RAMÍREZ

PERLA RANGEL

ANGIE RÍOS

JOHANA M. RODRÍGUEZ

JONATAN SÁNCHEZ

MARCOS SCHWARTZMAN

ESTHER SHABOT

AGRADECIMOS EL APOYO DE
ARCHIVO HISTÓRICO MIGUEL LITCHI DEL CDI

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 Cerebral

Gimnasia Terapéutica

Gimnasia Especial

Dibujo y Pintura

Activación Cerebral

Gotitas culturales

Baile y fortalecimiento físico

Historia y Actualidades Judías

Yoga



CDI75
75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

COSTO MENSUAL \$760.00

Martes y jueves con servicio de alimentos y transporte

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