



**CDI 75**  
75 AÑOS DE UNIÓN



# CDI Informa

Publicación semanal del Centro Deportivo Israelita, A. C.

מרכז הספורט היהודי - מכסיקו

Núm. 3079

2 de adar 5785

Ciudad de México a 2 de marzo de 2025

[www.cdi.org.mx](http://www.cdi.org.mx)

[f @cdideporvida](https://www.facebook.com/cdideporvida)

[@cdideporvida](https://www.instagram.com/cdideporvida)



CAMPAMENTO PÉSAJ

## LA VUELTA AL MUNDO

Queremos que toda tu familia sea parte del campamento más divertido en T-Poz, donde tendremos infinidad de actividades para todos. Además, recuerda que es el lugar más seguro donde tus hijos podrán jugar todo el día y disfrutar de las vacaciones más divertidas que puedan imaginar.

Ven a vivir una nueva experiencia acampando, disfrutando de la naturaleza, cantando en la fogata o comiendo bombones, paseando en bicicleta, descubriendo tu creatividad en los talleres manuales, ejercitándote por las mañanas, jugando con todas las familias. Todas

nuestras actividades se han diseñado para que vivan una experiencia única conociendo el mundo en una semana.

Con el objetivo de proporcionar una experiencia completa, T-Poz ha dispuesto de todas las comodidades necesarias, incluyendo alojamiento y servicios básicos para el confort de todos los participantes.

Aprovecha nuestros últimos días de preventa hasta el 10 de marzo. Tenemos lugares disponibles en acampado y cabañas.

¡Te esperamos para dar juntos la vuelta al mundo!

JAZMÍN ARTEAGA / Coordinadora de T-Poz



Destacada actuación del equipo de Karate Do

Andrés Guzmán

13 >



Circus Academy presente en la convención aerology de Danza Aérea

Alejandro Castillo

17 >



Bailando por tradición, conectando con la raíz

Mtra. Rossy Shamah

22 >



93 años de historia: Gimnasia

Lic. Leonardo katz

31 >



Relaciones entre Israel y Unión Europea no deben ser rehenes del conflicto israelí-palestino: Gideon Saar

32 >

להתחיל מבראשית  
**51 FESTIVAL AVIV**  
CARLOS HALPERT DE DANZA JUDÍA  
בראשית 2.0

23-30 MARZO 2025  
CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA  
FORO AVIV TUSSIE ARENA





# BLOWIE

## MUSIC FEST 2025

# ACROSS THE UNIVERSE

22-03-2025

PLAZA MACABI, CDI



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



# SE PREPARAN GRANDES EVENTOS EN EL CDI

**G**randes eventos se preparan en el CDI con el objetivo de fomentar la unión y el conocimiento de nuestras raíces mediante actividades que prometen dejar entrañables recuerdos para el futuro.

Ya suenan la música y los pasos que anteceden a la 51 edición del Festival Aviv, mismo que se realizará del 23 al 30 de marzo en la Tussie Arena, donde la danza tendrá el poder de servir de puente entre la actualidad y nuestras raíces con "Bereshit 2.0".

Cómo preámbulo se realizó el Prefestival de la categoría Bikurim, con la participación de más de 900 bailarines y 35 coreógrafos, así como del Prefestival de la categoría Shorashim que se basó en el tema Shoresh (Raíz)-Bailando por tradición, en el que participaron más de 500 bailarines y 28 coreógrafos.

Para aquellos a los que les gusta la música se está preparando el Blowie Music Fest 2025, Across the Universe, el cual se realizará el 22 de marzo en la Plaza Macabi, en el que se podrá escuchar una mezcla de géneros que van desde el rock más experimental hasta la música electrónica más innovadora.

Este Festival está pensado para todos aquellos que buscan ser parte de uno de los eventos musicales más representativos de nuestra comunidad, donde se comparten los mismos valores y, por su puesto, el amor por la música.

Además, nuestro Deportivo será el anfitrión de la XXVII Copa CDI de Natación del 5 al 6 de abril. Este evento es considerado como el evento acuático más importante del Estado de México, donde se espera que algunos de los participantes rompan sus propias marcas y pongan en alto al CDI.

Asimismo, para beneficio de todos los Socios nos alegra dar la noticia de que el Dépor ya cuenta con un Área de trabajo, espacio que fue diseñado para la comodidad de quienes deseen potenciar su productividad y creatividad. Este nuevo lugar se encuentra ubicado en el Salón Ejecutivo Moisés Gitlin, a un lado de la Biblioteca Moisés y Basi Mischne.

El Centro Deportivo Israelita sigue trabajando para potencializar tus capacidades físicas e intelectuales. Disfruta del abanico de oportunidades que se nos ofrecen y que fueron expresamente pensadas porque somos La Casa de Todos. ■








**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.

## CLASES FITNESS

Del 3 al 9 de marzo

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



#### Sinergy

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



#### Spinning / Intervalos

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



#### TRX

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



#### Activación Física

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



#### Sinergy

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



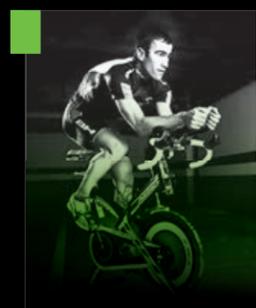
#### Stretching

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



#### Fitness Combat

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



#### Spinning / Intervalos

8:00 a 9:00 horas  
Karenina Ramírez  
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



#### Easy Body Wellness

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



#### Spinning / Intervalos

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



#### Zumba Fitness

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



#### Circuito Funcional

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

# 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 Merentes  
CDI / Salón Max y  
Amparo Shein



## Circuito 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



## Circuito 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



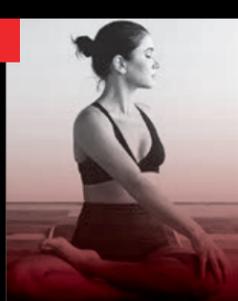
## Pilates Mat

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



## Circuito 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



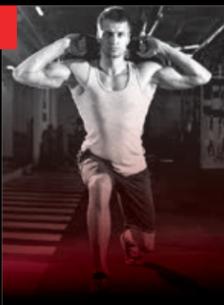
## Box FIT

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



## TRX

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



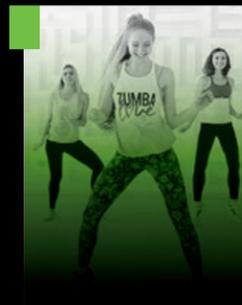
## Total Body Condition

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



## Spining 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



## Spinning Indoor Cycling

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



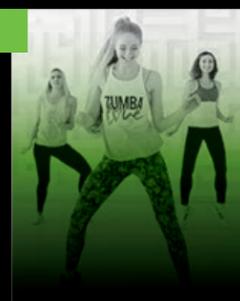
## Easy Body Wellness

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



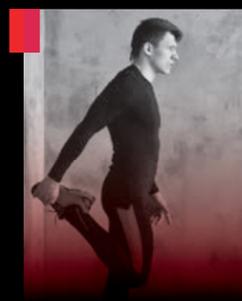
## Spinning / Intervalos

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



## Zumba Fitness

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



## Circuito Funcional

18:00 a 19:00 horas  
Sergio Lupercio  
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



## Circuito Funcional

7:00 a 8:00 horas  
Sergio Lupercio  
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



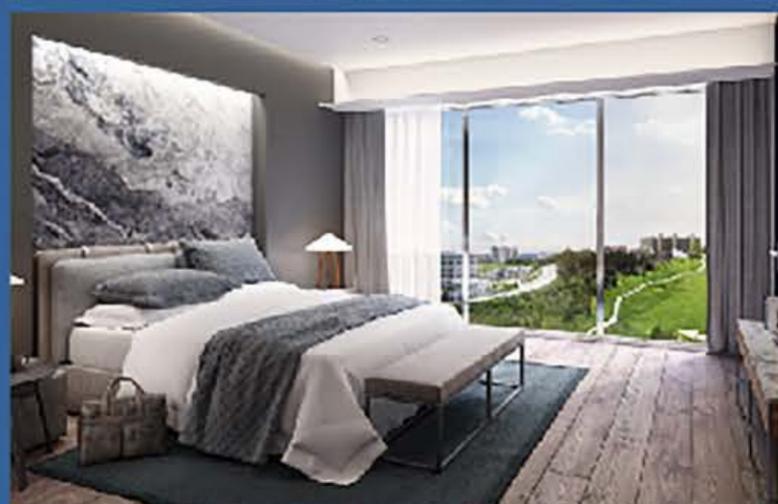
## Spinning / Power

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

# Blue

Vive diferente.

Orgullosa  
patrocinadora de



Torre de  
30 niveles

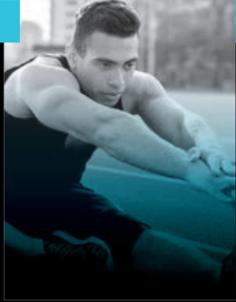
Desde  
204 m<sup>2</sup>

Alberca  
Juniors Club  
Kids Club  
Gym  
Seniors Club  
Sala de Cine

55 5321 6000  
bosquereal.com

Grupo  
Bosque Real

# 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



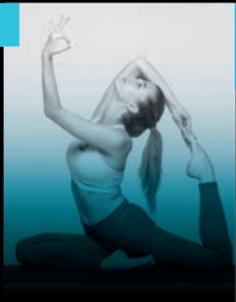
## Spinning / Endurance

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



## Circuito 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

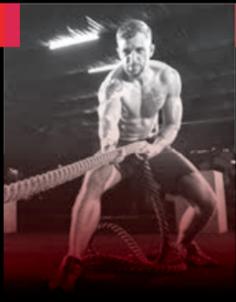
8:00 a 9:00 horas  
Eduardo Matehuala  
Punto CDIMS / Fitness



## Sweat Lab

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

# SÁBADO



## Hyrox

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



## Circuito Funcional

8:00 a 9:00 horas  
Sergio Lupercio  
CDI / SINERGY Fitness



## Spinning / Performance

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



## Circuito Funcional

9:00 a 10:00 horas  
Jesús Ramírez  
CDI / SINERGY Fitness



## Circuito Sinergy

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



## Pilates

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

# SÁBADO

## 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 Rodriguez  
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.

CADA SAQUE ES UNA NUEVA OPORTUNIDAD PARA BRILLAR

**TENIS DE MESA ¡INSCRÍBETE!**

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

COMPITE CON PASIÓN. CORRE CON EL CORAZÓN

**MACCABI RUN M25**  
1 DEPORTE 4 PRUEBAS  
Half Marathon, 21.1 Km. / Jerusalem  
Maccabi Run, 10 Km. / Daliyat Karmel  
Maccabi Run, 5 Km. / Herzeliya  
Maccabi Run, 1.6 Km. (Mile). / Hadera  
**¡INSCRÍBETE!**

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



Grupo Bosque Real

INTERCAM Banco

Grupo Bosque Real

INTERCAM Banco





~~\$3,500~~  
**\$2,700**

**¡PORQUE TÚ LO PEDISTE!**

— Junta informativa —  
 miércoles 5 de marzo 2025  
 por **ZOOM**  
 “Inscríbete para recibir el link”

SESIONES DE CAPACITACIÓN TEÓRICA Y SESIONES DE TALLERO  
 TZOJEK ACADEMY, MÁS RENOVADA QUE NUNCA...  
 ¡FORMA PARTE DE NUESTRA COMUNIDAD DE STANDÚPEROS!

juventud CDI | CDI 75 | PUNTO CDI MONTE SINAI

INFORMES EN EL COMITÉ DE JUVENTUD AL TELÉFONO 55 2629 7400 EXTENSIÓN 514 Y 519,  
 O AL CORREO ELECTRÓNICO [weintraubm@cdi.org.mx](mailto:weintraubm@cdi.org.mx)

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




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

Viaje para adultos (35-70 años)  
**Shorashim**  
 Praga, Viena, Budapest e Israel  
 Descubriendo juntos la fuerza de nuestras raíces

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




Yachad | CDI 75 | Yachad



**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 | CDI 75 | 75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

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



**CDI, ESPACIO LIBRE DE TABACO**

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



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.



Grupo  
Bosque Real

INTERCAM  
Banco



# GRAN DESEMPEÑO DEL EQUIPO CDI DE KARATE DO EN LA CDMX

// JOHANA MICHELLE RODRÍGUEZ CARPIO

**N**uestro equipo de Karate Do dejó en alto el nombre del CDI al participar con pasión y entrega en el Campeonato Estatal de la Ciudad de México, torneo donde los integrantes del equipo mostraron el alto nivel que han desarrollado gracias a la tenacidad y disciplina con las que practican este arte marcial.

En la competencia se demostró, una vez más, el espíritu de esfuerzo que anima a los jóvenes competidores de nuestro Dépor, por lo que lograron alcanzar el pódium en la entrega de medallas.

El evento se realizó el pasado 16 de febrero en el Domo del Plan Sexenal de la Ciudad de México, donde se observaron destacadas participaciones en Kata y Kumite por parte de nuestros jóvenes cedeístas.

Es importante reconocer sus logros ya que compitieron con gran compromiso y pasión para demostrar que el Karate Do, más que una disciplina deportiva es un camino de crecimiento y superación personal.

Más allá de los destacados resultados, cada competidor demostró que el verdadero valor del Karate Do está en el aprendizaje, perseverancia y pasión con la que enfrentan cada desafío. Reciban todos y cada uno de ellos, una gran felicitación por su entrega y dedicación. ■

## RESULTADOS DESTACADOS

Nombre	Categoría	Medalla
Ilana Pulido	Kata	1er lugar
Michelle Rosenberg	Kata	1er lugar
	Kumite	2do lugar
Alberto Tawil	Kumite	1er lugar
Denise Leder	Kata	2do lugar
Mijael Wlodaver	Kata	2do lugar
	Kumite	6to lugar
Matías Fraidenray	Kumite	2do lugar
	Kata	3er lugar
Mario Víctor Algazi	Kata	3er lugar
	Kumite	3er lugar
Simón Galante	Kata	3er lugar
	Kumite	3er lugar
Andrés Levy Aliphas	Kata	3er lugar
Sol Fraidenray	Kata	3er lugar
Jacobo Levy	Kumite	3er lugar
Ariel Eshkenazi	Kata	3er lugar
Aline Rubinstein	Mostró gran entrega en Kata y Kumite	



Ilana Pulido.



Michelle Rosenberg.



Denise Leder.



Mijael Wlodaver.



Simón Galante.



Sol y Matías Fraidenray.



Alberto Tawil en lo alto del pódium.

## JUEGOS DEPORTIVOS DE LA CDMX

# Destacada actuación del equipo de Karate Do

// ANDRÉS GUZMÁN

El equipo de Karate Do del CDI tuvo una destacada participación en los Juegos Deportivos Infantiles, Juveniles y Paralímpicos de la Ciudad de México, logrando excelentes resultados en diversas categorías, poniendo en alto el nombre del Dépor al mostrar tenacidad, valor y compromiso en sus participaciones.

El torneo se realizó en el Gimnasio Cuauhtémoc del Plan Sexenal el 23 de febrero, lugar donde los jóvenes cedeístas compitieron contra otros clubes y asociaciones, logrando demostrar el compromiso y esfuerzo de todos los integrantes del equipo.

El Karate Do del CDI sigue demostrando su compromiso y esfuerzo en cada torneo y los resultados obtenidos, reflejan el arduo trabajo de nuestros atletas y entrenadores, quienes continúan preparándose para los próximos desafíos.

Gracias al esfuerzo que puso en la competencia, Raquel Turquíe, alcanzó a obtener el octavo lugar en Kata individual; Eitan Wolff, logró el primer lugar en Kata por equipo y el octavo lugar en Kata individual en una competencia que estuvo integrada por 28 atletas, es decir que quedó dentro

RESULTADOS CDI		
Nombre	Categoría	Medalla
■ Raquel Turquíe	Kata individual	8vo lugar
■ Eitan Wolff	Kata por equipo	1er lugar
	Kata individual	8vo lugar
	Kumite individual	Bronce
■ Abraham Zirdock	Kumite individual	Bronce
■ Sony Mizrahi	Kumite individual	5to lugar

de los mejores 10 lugares de la Ciudad de México y obtuvo primer lugar en Su Pool y bronce en semifinales en Kumite.

Además, Abraham Zirdock, obtuvo Bronce en Kumite individual, pero tuvo un retiro por Kiken debido a una fractura en la muñeca; y Sony Mizrahi, logró el quinto lugar en Kumite individual U21, dentro de los cinco mejores de la CDMX.

Es necesario enviar felicidades a todos los integrantes del equipo Cedeísta por su entrega y dedicación en esta y todas las competencias donde se presentan. ■



Raquel Turquíe.



Eitan Wolff.



Sony Mizrahi.

**El Centro Deportivo Israelita se complace**  
en ser el anfitrión del evento acuático más importante del Estado de México.

## XXVII COPA CDI DE NATACIÓN

Compite, mejoras tus marcas y demuestra ser el mejor nadador del país, el próximo

**5 y 6 de abril de 2025.**

### Costos (pago en efectivo):

- Paquete de 8 pruebas \$700.00 (Setecientos pesos 00/100)
- Prueba individual \$100.00 (Cien pesos 00/100 MN)

### Categorías:

- Infantil "A" 9 y 10 años
- Infantil "B" 11 y 12 años
- Juvenil "A" 13 y 14 años
- Juvenil "B" 15 y 16 años
- 17 y mayores

Fecha límite de pago: 20 de marzo, a las 16:30 horas.

CUPO LIMITADO



Informes en el Comité de Fomento Deportivo al teléfono 55 2629 7400, extensiones 464 y 467 o al correo fmncamex06@gmail.com

# Brilla equipo Master de Softbol del CDI en Torneo de Sonora

// KINARI VICENTE

**E**l equipo Master de Softbol tuvo una participación brillante en la XI Edición del Circuito Fast-Pitch en Ciudad Obregón, Sonora. La competencia se realizó del 20 al 23 de febrero, y el equipo Cedeísta se enfrentó a equipos muy competitivos de diversas ciudades sonorenses, entidad donde este deporte es uno de los de mayor nivel.

Los integrantes del equipo del Centro Deportivo Israelita (CDI), se enfrentaron sin miedo a equipos provenientes de las ciudades de Navojoa, Santa Ana, Nogales, Guaymas, Hermosillo y de la local Obregón, logrando hacer casi tres decenas de carreras en contra de sus oponentes, quienes reconocieron el nivel de juego del equipo Master.

Durante este torneo, los jugadores vivieron una experiencia llena de euforia y compañerismo, enfrentando a sus rivales con su mejor esfuerzo, guiados por el liderazgo de Allan Dayan y bajo la dirección del coach de la Selección Macabiada, Ernesto Barraza, así como en coordinación con el mánager del equipo Master, Daniel Dantus.

La determinación del equipo permitió que cada uno de los softbolistas diera lo mejor de sí, destacando el gran trabajo de Abraham Saade quien fue reconocido por la Dirección Técnica como el jugador más valioso del torneo, además de destacar también, el trabajo de pitcheo de Salomón Esquenazi.



**De pie:** Daniel Dantus, Jacobo Dabbah, Jacobo Kirsch, Jacobo Sevilla, Daniel Capuano, Moisés Betech, José Shayo, Uri Ovseyevitz y capitán Allan Dayan. **Abajo:** Marcos Amivelech, Salomón Esquenazi, Moisés Zapan, Abraham Saade, Jaime Shehoah, Efraín Hendy y Eduardo Haiat.

Así, con un total de 28 carreras anotadas, el respeto y reconocimiento de sus rivales, el equipo Cedeísta regresó a casa con la mirada puesta en su preparación para la Macabiada 2025 que se realizará en Israel.

El equipo se acerca cada día a su objetivo y está consciente que la preparación, descanso y atención a los detalles son fundamentales para su éxito. Ellos tienen muy claro que quieren llegar a hacer historia en los juegos de la unidad. ■

## Vence el equipo de CDI 2-0 al equipo Mercedes Gómez

// MARCOS SCHWARTZMAN

**E**n lo que se puede considerar como un clásico de la Liga Española nuestro representativo del CDI se enfrentó en la segunda fecha al equipo Mercedes Gómez logrando su primera victoria en el torneo. El conjunto Cedeísta se dispuso en el campo con seguridad y buen juego, consiguiendo el dominio del partido, lo que le permitió levantarse con el triunfo.

En partido nocturno, los representantes de nuestro Dépor lograron dominar en medio campo para luego realizar un juego armado que permitió llegar a la portería rival, con certeza en dos ocasiones, mientras que los rivales de Mercedes Gómez no consiguieron traspasar la línea de gol ninguna vez.

Nuestro representativo con su buen juego, vence y convence. En este encuentro se vieron superiores al rival al ganar con justicia y convencimiento. Sin embargo, se espera que mientras la temporada avance su juego de conjunto mejore para hacer frente a cualquier rival que se ponga frente a ellos.



De esta forma, el conjunto Cedeísta mostró que tiene individualidades muy interesantes, pero debe lograr un juego completo de conjunto para ser un cuadro más competitivo. Van por el camino correcto según se apreció en este encuentro donde obtuvieron el triunfo, esperamos que sigan avanzando.

Por otra parte, el equipo de los veteranos CDI LIFSA recibió a los campeones y líderes invictos, el Texcoco y luego de un primer tiempo cerrado y parejo, las piernas pesaron en nuestro equipo y el rival aprovechó para anotar y vencer.

Hacemos una invitación para que todo aquel deportista del CDI que haya jugado Fútbol o bien Fyt de salón y sea mayor de 50 años, se acerque a nuestro director, Beto Sefami y pueda ser considerado para ingresar en este equipo.

Esperamos que los siguientes partidos tengamos mejores resultados, porque la garra y disposición de nuestros veteranos está presente. Puede ser que las piernas ya no respondan de la misma forma, pero la calidad y el toque de balón no se pierden. ■

# Gran entrenamiento-convivencia del equipo de Natación en Las Estacas

// VÍCTOR TORRES

El pasado domingo 23 de febrero en el bellissimo parque natural Las Estacas se realizó una actividad con un doble propósito. El primero fue un entrenamiento en el río el cual consistió en nadar 8 kilómetros aproximadamente, 4 de ellos a favor de la corriente y 4 a contracorriente. Estas distancias fueron recorridas por los nadadores del equipo Juvenil.

Este grupo de atletas Cedeístas estuvo integrado por 15 nadadores y fue liderado por los 7 seleccionados a la Macabiada 2025. Ellos son Francis Ovseyevitz, Miriam Cohen, Gabriel Feldman, Alan Dabbah, Moisés Rayek y Alan Haras. Además, en este grupo nadaron algunos papás realizando el recorrido acompañando a sus hijos.

En lo que respecta a los nadadores infantiles ellos sólo recorrieron 3 kilómetros a favor de la corriente, este grupo estuvo conformado por 10 nadadores y se les sumaron sus hermanos voluntarios quienes se unieron al contingente, todos ellos vigilados por nuestros entrenadores.

Fue espectacular ver un gran grupo de nadadores desplazándose por lo largo del río, llegando al borbollón y regresando al punto de partida.

Cabe destacar que el agua de este río es fría, lo que no fue ningún obstáculo para nadar y disfrutar del paisaje acuático.

En el intermedio se jugó un Kick-Beis enrolando a papás y hermanos en los equipos, con esto se inició el cumplimiento del segundo propósito que era la convivencia. El partido resultó muy reñido y entretenido.

El plato fuerte de todo esto fue la comida donde 70 comensales (papás, mamás, nadadores, hermanos y entrenadores) disfrutaron de un menú exquisito que prepararon las mamás. Es importante mencionar que la organización y coordinación del evento estuvo a cargo de Debbie Tussie (mamá de los hermanos Huerin) y Tania Teche (mamá Francis Ovseyevitz) ellas lograron una convivencia de primera.

Los comentarios de todos los asistentes eran que fue una experiencia muy grata y una gran oportunidad para reafirmar que la familia de la Natación CDI está viva y más fuerte que nunca.

Estas actividades enriquecen los lazos de amistad y compromiso entre todos los nadadores no importantando la edad que tengan.

Gracias por su decidida e importante participación. ■



Equipo de Natación CDI en Las Estacas.



Tamara Atri, Francis Ovseyevitz y Alan Dabbah.



Participaron en Las Estacas: Miriam Cohen (hija) seleccionada a la Macabiada M25 y Rina Cohen (mamá).





CDI 75  
75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA



# 30 ANIVERSARIO LUDOTECA

*Sé el monstruo que quieras ser*

**Domingo 30 de marzo, 2025**

**Asoleadero, 11:30 a 15:00 horas**

**Informes en la Ludoteca al teléfono 55 2629 7400, extensión 521.**

# CIRCUS ACADEMY PRESENTE EN LA CONVENCION AEROLOGY DE DANZA AÉREA

// ALEJANDRO CASTILLO

**E**stamos por iniciar nuestro ciclo de competencias con nuestras niñas de Danza Aérea, la primera parada será: Aerology, la cual se llevará a cabo del viernes 28 de febrero al domingo 2 de marzo.

Las competencias de danza aérea son el espacio perfecto para que nuestras niñas muestren todo lo que han aprendido y demuestren su destreza y habilidades adquiridas con dedicación y esfuerzo. Este evento no sólo se trata de competir, sino de poner en práctica lo trabajado en sus entrenamientos, donde cada vuelo se convierte en una demostración de talento, coordinación y valentía.

Durante la competencia, nuestras talentosas participantes demostrarán con orgullo sus habilidades al ejecutar movimientos acrobáticos en el aire utilizando telas, aros y cuerdas con una fluidez impresionante. Cada rutina refleja la combinación de fuerza, flexibilidad, control y creatividad, aspectos esenciales de la Danza Aérea. Cada figura, giro y transición serán una prueba de la destreza que estas niñas han cultivado con arduo trabajo.

La competencia es también un escenario para que nuestras pequeñas exhiban su capacidad de concentración y control, ya que la Danza Aérea exige una conexión total entre mente y cuerpo. Volar a través del aire, desafiando la gravedad, es sólo el resultado visible de la disciplina interior que cada una posee. Cada paso que dan, cada ascenso o descenso, son un reflejo de su crecimiento tanto en lo físico como en lo emocional.

Este evento es una oportunidad única para celebrar no sólo los logros de nuestras niñas, sino también el proceso de aprendizaje que las ha llevado hasta aquí. A lo largo de la competencia, podremos ver cómo el esfuerzo, la paciencia y el amor por la danza se materializan en cada uno de sus movimientos. No hay duda de que cada vuelo será una muestra de su pasión y dedicación.

Además de demostrar su rutina el día de la competencia, las niñas tendrán la oportunidad de participar en algunas clases que ofrecerán una experiencia inmersiva para los participantes, quienes podrán perfeccionar sus rutinas y aprender nuevas herramientas que potenciarán



su destreza en el escenario. Cada workshop será diseñado para enriquecer de conocimientos y brindar una sana convivencia a todos los presentes.

Felicitemos a todas nuestras niñas por su valentía, esfuerzo y destreza; estamos seguros de que cada una de ellas dejará una huella imborrable en este evento ¡Y que tanto ellas como todos los asistentes, disfrutarán de esta increíble experiencia! ■



**CDI 75**  
75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA



**LA DIVERSIÓN HECHA REALIDAD**



# Tres pilares que promueven un envejecimiento saludable

// LUCERO MORA

**A**ctualmente es indispensable conocer la importancia que tienen los grupos dedicados a adultos mayores en la promoción de la actividad física, el crecimiento cultural y la socialización, tres pilares indispensables para su bienestar.

A medida que la población mundial envejece, las necesidades y el bienestar de los adultos mayores se convierten en una prioridad en las sociedades modernas. Un aspecto fundamental en el proceso de envejecimiento saludable es el fomento de la actividad física, el crecimiento cultural y la socialización, tres pilares que se pueden potenciar a través de la participación en grupos sociales y actividades comunitarias.

Estos tres pilares juegan un rol vital en la mejora de la calidad de vida de los adultos mayores, brindándoles no sólo una mejor salud física, sino también un entorno donde puedan seguir creciendo como individuos y combatir la soledad.

## ■ Primer pilar: fomento de la actividad física

La actividad física regular es esencial para el bienestar corporal y mental de las personas mayores y para las personas de cualquier edad. Mantenerse activo ayuda a prevenir una serie de enfermedades crónicas, mejora la movilidad y reduce el riesgo de caídas. Los grupos de actividad física, como los que se enfocan en Yoga, Baile, Gimnasias para adultos mayores, ofrecen una estructura que permite a las personas mantenerse motivadas y comprometidas con el ejercicio.

Además, estas actividades no solo se centran en la mejora física, sino que también ayudan a disminuir los niveles de estrés, la ansiedad y la depresión, problemas comunes en la tercera edad. La interacción en estos grupos facilita que los adultos mayores se mantengan motivados para seguir practicando ejercicio, ya que el trabajo en equipo y el apoyo mutuo actúan como impulso para mantener la constancia.

## ■ Segundo pilar: crecimiento cultural y aprendizaje continuo

El envejecimiento no debe jamás implicar un cese de crecimiento intelectual o cultural. Los adultos mayores tienen una vasta experiencia de vida, y su participación en actividades culturales puede ser una vía para seguir aprendiendo y compartiendo su sabiduría con las generaciones más jóvenes o con sus mismos compañeros.

Los grupos que fomentan actividades culturales como clases de desarrollo cognitivo, pintura, historia, danza o teatro, brindan a los adultos mayores la oportunidad de explorar nuevos intereses y talentos lo que refuerza su autoestima y los mantiene cognitivamente activos.

## ■ Tercer pilar la socialización y sentido de comunidad

Uno de los mayores desafíos que enfrentan los adultos mayores es la soledad y el aislamiento social. Las redes de apoyo social son fundamentales para mantener una salud mental y emocional adecuada.

La participación en grupos fomenta la interacción social y ayuda a prevenir los efectos negativos del aislamiento, lo que puede dar lugar a depresión y ansiedad. Los grupos propor-



cionan un espacio seguro donde los adultos mayores pueden hacer amigos, compartir experiencias y participar en actividades en grupo que refuercen su sentido de comunidad.

La socialización también juega un papel importante en la mejora de las habilidades cognitivas y emocionales. Las conversaciones y las interacciones regulares estimulan la mente, mientras que la participación en actividades grupales contribuye a mantener agudas las habilidades sociales y la capacidad de resolver problemas. Además, estos grupos ayudan a las personas mayores a sentirse aceptadas, respetadas y los hace parte activa de su entorno, lo que fomenta su bienestar general.

## ■ El resultado es la mejora de la calidad de vida

El resultado combinado de la actividad física, el crecimiento cultural y la socialización es una mejora significativa en la calidad de vida de los adultos mayores. Estos tres pilares actúan sinérgicamente para promover un envejecimiento saludable, evitando el deterioro físico y cognitivo, reduciendo los riesgos de enfermedades relacionadas con la edad y proporcionan un sentido de propósito y satisfacción.

La participación en grupos también les permite a los adultos mayores sentirse más conectados con su comunidad y con el mundo que los rodea, lo que les proporciona una mayor sensación de seguridad y bienestar. Además, la posibilidad de aprender y desarrollarse continuamente les permite mantener una visión positiva de la vida y disfrutar de una vejez plena.

Si aún no perteneces a Beyajad te invitamos a probar los tres pilares que brinda este grupo, el cual fomenta la actividad física, el crecimiento cultural y la socialización.

El envejecimiento activo no solo es un derecho, sino una forma de vivir de manera plena y digna. ■

# CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA ADULTOS Y ADULTOS MAYORES

## Del 2 al 9 de marzo

### DOMINGO 2 DE MARZO

**12:00 a 13:00 horas** Club de Oro / Domingos Familiares  
Domingo bohemio / Alejandro Reyes /  
Plaza Macabi

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

### MIÉRCOLES 5 DE MARZO

**11:00 a 12:00 horas** Método Feldenkrais / Salón Coreo 5

**16:00 a 17:00 horas** Gimnasia Cerebral /  
Galería Pedro Gerson

### MARTES 4 DE MARZO

**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 Coreo 5

**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

### JUEVES 6 DE MARZO

**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 Coreo 5

**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** Teatro / Auditorio Marcos y  
Adina Katz

### DOMINGO 9 DE MARZO

**12:00 a 13:00 horas** Club de Oro / Domingos Familiares  
Domingo de Danza / Luakaha  
danza de Hawai / Plaza Macabi



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

# Día de la mujer

“Las mujeres no serán iguales fuera del hogar mientras los hombres no sean iguales dentro de él.”

Gloria Steinem

// ANGIE RÍOS

**S**e acerca una fecha muy significativa del mes de marzo, donde muchas mujeres se visten de morado...

El 8 de marzo, es un recordatorio de la importancia de seguir luchando por los derechos de las mujeres, en todas sus formas: desde la igualdad laboral hasta la erradicación de la violencia de género.

El Día Internacional de la Mujer es una celebración de logros históricos que se han conseguido gracias a muchas mujeres valientes que, con su ayuda y perseverancia, han abierto caminos en diversas áreas, pero esta fecha no es sólo una celebración sino una denuncia y recordatorio de todas las desigualdades que aún existen, porque a pesar de los avances, las mujeres siguen enfrentando discriminación, sueldos bajos, falta de oportunidades y sobre todo violencia.

Recordemos que esta conmemoración, comenzó en la II Conferencia Internacional de Mujeres Socialistas realizada en Copenhague en 1910. Clara Zetkin propuso y se aprobó la celebración del “Día de la Mujer Trabajadora” que se comenzó a festejarse al año siguiente: la primera conmemoración se realizó el 19 de marzo de 1911 en Alemania, Austria, Dinamarca y Suiza, desde entonces se ha extendido a muchos países.



No dejemos pasar este momento como si fuera cualquier día, esta fecha es una oportunidad para reflexionar sobre el trabajo colectivo que se necesita para lograr una sociedad más justa e inclusiva, y esto implica un compromiso de absolutamente todos, no sólo de las mujeres.

En esta conmemoración la Biblioteca Moisés y Basi Mischne te invita a ser parte del cambio, a promover el respeto, equidad y empoderamiento hacia las mujeres, así como a unirte a los que escuchan y visibilizan las experiencias de mujeres diversas que enfrentan desafíos únicos según su contexto social, económico y cultural.

Además, la Biblioteca te invita a conocer todos los libros sobre este tema y sobre mujeres, no te pierdas los datos de mujeres escritoras. ■

¡Te esperamos!



## RECOMENDACIÓN LITERARIA

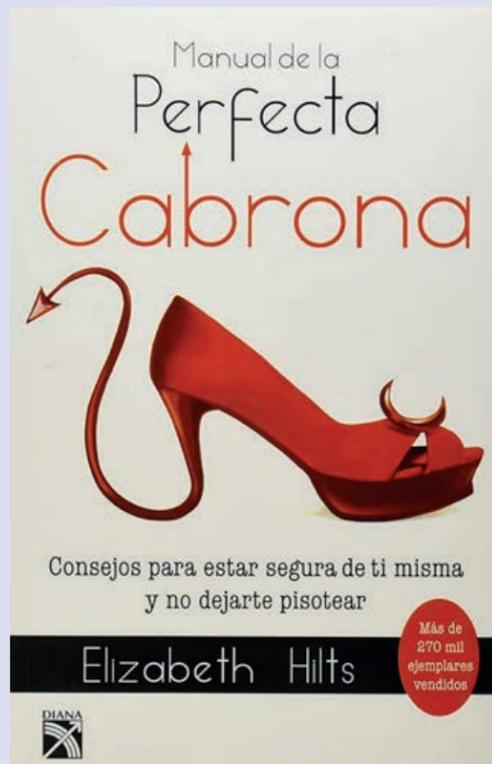
# Manual de la Perfecta Cabrona: Consejos para estar segura de una misma y no dejarse pisotear por Elizabeth Hilts

// ANGIE RÍOS

La Biblioteca Moisés y Basi Mischne te comparte esta recomendación literaria para que como mujer te empoderes y te vuelvas más valiente.

A muchas mujeres las han educado para actuar siempre de la manera “correcta”. Sin embargo, ese esfuerzo no sólo no las hace felices, sino que incluso les impide alcanzar lo que desean. Pero en cada mujer existe una fuerza fundamental y poderosa que muchas veces preferimos ignorar.

Toda mujer lleva una “cabrona” dentro, conseguir que emerja para ayudarnos a vivir mejor es sólo cuestión de que aprendamos a escucharla y seamos capaces de superar nuestros miedos. Este es un libro que busca empoderar a las mujeres, enseñándoles a defender sus derechos, establecer límites saludables y no sentirse culpables por ser asertivas en sus relaciones y en la vida en general. El término “perfecta cabrona” no se refiere a ser malva-



da, sino a una mujer que sabe lo que quiere, que es auténtica, que no se deja pisotear y que tiene confianza en sí misma.

Con humor e ingenio, Elizabeth Hilts nos ofrece en este libro los consejos básicos para que, de una vez por todas, la cabrona tome el mando. Hilts utiliza un tono directo y humorístico para desafiar las expectativas tradicionales de la mujer sumisa o complaciente, y anima a las lectoras a adoptar una actitud más firme y segura. El libro aborda temas como la autoestima, el autocuidado, el manejo de relaciones tóxicas y la importancia de priorizarse a una misma sin sentir culpa por hacerlo.

En resumen, Manual de la Perfecta Cabrona es una guía que busca motivar a las mujeres a tomar control de su vida y a vivir de acuerdo con sus propios valores y deseos.

No te pierdas en leer este libro, visita la Biblioteca Moisés y Basi Mischne y encuentra este y más libros sobre cómo empoderarte como mujer. ■

**RITMOS  
LATINOS**

**Martes y jueves**  
11:00 horas  
Salón ex Boliche

CDI 75  
19 AÑO DE ARTE Y CULTURA

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

**MÉTODO  
FELDENKRAIS**

**Miércoles**  
11:00 horas  
Salón Coreo 5

CDI 75  
19 AÑO DE ARTE Y CULTURA

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

## PREFESTIVAL DE SHORASHIM

# BAILANDO POR TRADICIÓN, CONECTANDO CON LA RAÍZ

// MTRA. ROSSY SHAMAH CHATAJ

Coreógrafa y bailarina del 51 Festival Aviv  
Miembro de la Dirección Artística del 51 Festival Aviv

El pasado 23 de febrero de 2025, el escenario del Prefestival de la categoría Shorashim se llenó de energía, emoción y una profunda conexión con la esencia de la danza judía. Con la temática Shoresh (Raíz) - Bailando por tradición, 14 grupos de bailarines de secundaria dieron vida a una experiencia única donde los Rikudei Am, las danzas folclóricas israelíes, fueron las protagonistas. Más de 500 bailarines y 28 coreógrafos participaron en este evento, mostrando su dedicación y amor por la tradición a través de cada coreografía.

Este evento no sólo representó un homenaje a las tradiciones que han perdurado a través de generaciones, sino que también sirvió como un recordatorio de que la danza es un legado vivo que sigue evolucionando sin perder su esencia. Cada grupo presentó coreografías que reflejaban la autenticidad y fuerza de la tradición, llevándonos a un viaje a través de la historia y la cultura judía, pero con una mirada innovadora. La pasión, el esfuerzo y el compromiso de cada bailarín hicieron de esta jornada un espectáculo inolvidable para todos los participantes.

Este evento permitió que los mismos bailarines fueran tanto intérpretes como espectadores de sus compañeros. Este ambiente creó una atmósfera única de aprendizaje y crecimiento mutuo. Cada grupo no sólo mostró su talento, sino que también tuvo la oportunidad de inspirarse en las presentaciones de los demás, fortaleciendo así la comunidad de danza y reforzando la conexión con sus raíces.

Además de la danza, este Prefestival se convirtió en un espacio de reflexión sobre el significado de la tradición en la actualidad. La transmisión del legado cultural no sólo se encuentra en los movimientos y la música, sino también en el sentido de pertenencia que se construye al compartir estos momentos con otros jóvenes que sienten la misma pasión. La danza, en este contexto, se vuelve un puente entre generaciones, uniendo el pasado con el presente y proyectándolo hacia el futuro.

Te invitamos al Festival de la categoría Shorashim, que se llevará a cabo el próximo jueves 27 de marzo de 2025 a las 20:00 horas en la Tussie Arena, donde estos talentosos jóvenes volverán a pisar el escenario con la misma pasión y orgullo por su herencia cultural. Será una noche donde las raíces se harán presentes en cada paso, ritmo y emoción compartida entre los bailarines, reafirmando el valor de la danza como un símbolo de identidad y continuidad. ■



Yozmá, Escuela Yavne.



Ketzef, Colegio Hebreo Tarbut.



Imanu, Bet Hayladim.



Kineret, Colegio Hebreo Monte Sinai.



Bnei Midbar, Colegio Hebreo Maguén David.



Kahdabeks, Dánzico, Coreo Academy Punto CDI Monte Sinai.



להתחיל מקראית  
**51 FESTIVAL AVIV**  
 CARLOS HALPERT DE DANZA JUDÍA  
 בראשית 2.0



**Shalhevet Belibeinu**, Colegio Olamí ORT.



**Proyect Hei**, Dance Proyect CMD.



**Shajar**, Colegio Atid.



**Bidiuk**, Xdanz, Coreo Academy, CDI.



**Darkenu**, Hanoar Hatzioni.



**Diplomado Emshej**, CDI.



**Najon Tamid**, Scouts Israelitas de México.



**Hatikva**, BE by Ryver Dance Academy.



**Coreógrafos de Shorashim**.

## PREFESTIVAL DE BIKURIM

# Un viaje a los orígenes y nuevos comienzos

// MTRA. ROSSY SHAMAH CHATAJ

Coreógrafa y bailarina del 51 Festival Aviv  
Miembro de la Dirección Artística del 51 Festival Aviv

El pasado 23 de febrero tuvo lugar el Prefestival de la categoría Bikurim, en el que 18 grupos de jóvenes de preparatoria y universidad exploraron los significados profundos de la conexión con la historia y la constante reinención del pueblo judío a lo largo de los siglos. Con la participación de más de 900 bailarines y 35 coreógrafos, este evento fue un despliegue de talento, esfuerzo y creatividad en el que cada presentación dejó una huella imborrable en los participantes.

Dividido en dos categorías, Bikurim Folklórica y Bikurim Abierta, este evento ofreció una profunda diversidad de interpretaciones coreográficas. En la primera, bajo la temática Mekorot (Orígenes), las presentaciones giraron en torno a las Tefilot (oraciones), explorando cómo estas forman parte del día a día y sirven como un puente que une generaciones y comunidades alrededor del mundo.

Cada movimiento, cada ritmo y cada expresión corporal transmitieron la esencia de la tradición judía, haciendo que los bailarines sintieran la conexión entre el pasado y el presente.

Por otro lado, la categoría de Bikurim Abierta, que se centra en la temática Hatjalot (Comienzos), permitió que la danza fuera una narrativa sobre los momentos de transformación en la historia del pueblo judío. Los nuevos comienzos han sido siempre una constante en nuestra identidad, llevándonos a evolucionar y dejar huella en el mundo.

Esta categoría brindó a los participantes la oportunidad de innovar, incorporando elementos contemporáneos sin perder el profundo significado de su herencia. La creatividad de los bailarines y coreógrafos, la sincronización de los movimientos y la fuerza de las interpretaciones hicieron de este Prefestival un evento emocionante e inolvidable.

Te invitamos al Festival de la categoría Bikurim, que se celebrará en tres fechas imperdibles en la Tussie Arena:

- **Primera noche: domingo 23 de marzo de 2025 a las 19:30 horas.**
- **Segunda noche: martes 25 de marzo de 2025 a las 20:00 horas.**
- **Gran Final: domingo 30 de marzo de 2025 a las 19:30 horas.**

Ambos Prefestivales nos recordaron que la danza es más que movimiento; es memoria, identidad y un reflejo de la historia que seguimos escribiendo. Aviv 51: Bereshit 2.0 nos invita a regresar al origen y redescubrirlo desde el presente, con la misma pasión y fuerza con la que lo hicieron quienes vinieron antes que nosotros. La emoción y el talento desplegados en estos eventos fueron sólo una muestra de lo que vendrá en las siguientes etapas del Festival, reafirmando que la danza sigue siendo un lenguaje universal de expresión y conexión con nuestras raíces. ■



Anajnu Veatem, Compañía de Danza Judía en México.



Proyect Jet, Dance Proyect CMD.



Maspik, Dánzico, Coreo Academy Punto CDI Monte Sinai.



Zfateinu, Colegio Olamí ORT.



Tzofim, Scouts Israelitas de México.



Lirkod Lashalom, Colegio Hebreo Monte Sinai.



Netzaj, Colegio Hebreo Tarbut.



Joshej, Dánzico, Coreo Academy Punto CDI Monte Sinai.



Zrijat Hashemesh, Escuela Yavne.



Dimión, Colegio Hebreo Maguén David.



Nefesh, Xdanz, Coreo Academy, CDI.



Hagshamá, Hanoar Hatzioni y Dor Jadash.



Lev, Juventud CDI.



Neimá, CDI.



Tiferet, Colegio Atid.



Lehitjadesh, Colegio Hebreo Tarbut.



Nativ, Colegio Olamí ORT.



Reguash, Macabi Hatzair México.



Comité Organizador del 51 Festival Aviv, Carlos Halpert de Danza Judía.



Coreógrafos de Bikurim del 51 Festival Aviv.

להתחיל מקראשית  
51 FESTIVAL AVIV  
CARLOS HALPERT DE DANZA JUDÍA  
Bereshit 2.0 בראשית



**PREVENTA**  
DEL 24 FEBRERO AL 9 DE MARZO

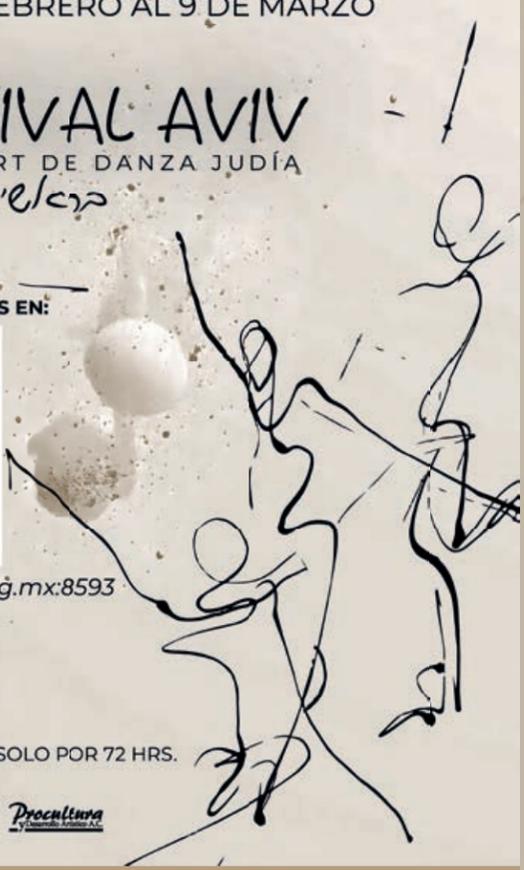
51 FESTIVAL AVIV  
CARLOS HALPERT DE DANZA JUDÍA  
Bereshit 2.0 בראשית

CONSULTA COSTOS Y  
RESERVA\* TUS BOLETOS EN:



<https://boletos.cdi.org.mx:8593>

\*RESERVACIONES VÁLIDAS SOLO POR 72 HRS.


להתחיל מקראית

# 51 FESTIVAL AVIV

CARLOS HALPERT DE DANZA JUDÍA

בראשית 2.0 Bereshit 2.0



23-30 MARZO 2025

CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA  
TUSSIE ARENA

PRIMERA NOCHE

## BIKURIM

DOMINGO 23 DE MARZO  
19:30 HORAS  
TUSSIE ARENA

## DANZA DE CÁMARA

LUNES 24 DE MARZO  
PRIMERA FUNCIÓN 19:30 HORAS  
SEGUNDA FUNCIÓN 20:45 HORAS  
PLAZA MACABI

SEGUNDA NOCHE

## BIKURIM

MARTES 25 DE MARZO  
20:00 HORAS  
TUSSIE ARENA

FINAL

## DANZA DE CÁMARA

MIÉRCOLES 26 DE MARZO  
20:00 HORAS  
PLAZA MACABI

## SHORASHIM

JUEVES 27 DE MARZO  
20:00 HORAS  
TUSSIE ARENA

## GARINIM Y ANAFIM

DOMINGO 30 DE MARZO  
10:00 HORAS  
TUSSIE ARENA

## GRAN NOCHE AVIV

DOMINGO 30 DE MARZO  
19:30 HORAS  
TUSSIE ARENA



@FESTIVALAVIV



# CAMPAMENTOS T-POZ

## // ARANZA MERCADO

**D**el 19 al 20 de febrero tuvimos la visita del Colegio Yeshivá Kéter Torá, dicho grupo se instaló en las cabañas de T-Poz y realizaron distintas actividades. Jugaron Fútbol Soccer, por la noche hicieron una actividad que consistía en buscar luces fluorescentes (barras de luz) y, después de eso, crearon una fogata.

Del 21 al 23 de febrero se tuvo al Grupo de Bailes CDI, quienes tuvieron su intensivo de baile. Este campamento los ayuda a prepararse y ensayar para el Festival Aviv.

El domingo 23 de febrero se tuvo la visita del grupo Padres para padres. Al llegar los dividieron en equipos de diferentes colores (rosa, vino, azul, verde, gris y naranja), realizaron diversas actividades y talleres en el Lago como tie-dye, un domo planetario, competencias en donde gana quien recolectara más agua por medio de tubos y cubetas, actividad en la que se requiere comunicación, coordinación y trabajo en equipo para lograrla ya que la cubeta la tenían que sujetar ocho personas o más por medio de listones.

Te invitamos a pasar este fin de semana en T-Poz, y recuerda que el lunes 17 de marzo es festivo, aprovecha para visitarnos, contamos con diversas áreas verdes en donde puedes acampar, pasear y jugar con tranquilidad, también tenemos cabañas en donde te puedes alojar y una alberca en la que conseguirás nadar, jugar o relajarte.

### ■ Campamento familiar

Forma parte y disfruta de unas vacaciones con un toque distinto pero muy divertido en el Campamento familiar Pésaj, que se llevará a cabo del 14 al 20 de abril. Tenemos muchas actividades y sorpresas preparadas para que te diviertas en familia al aire libre. Nos interesa mucho que además de que te diviertas y pases unos días agradables, te sientas seguro en nuestras instalaciones, por ello, se contará con elementos de seguridad las 24 horas del día. Aprovecha el precio especial de preventa que tenemos para ti, únicamente disponible hasta el 10 de marzo. Comunícate con nosotros y aparta tu lugar.

### ■ Mascotas

Recuerda que tenemos fechas en las que nos puedes visitar con tus perritos, contamos con áreas verdes donde podrá correr, pasear, jugar y divertirse. Este mes de marzo las fechas permitidas son: domingo 2, sábado 8, domingo 16 y sábado 22. Hacer actividades al aire libre trae consigo muchos beneficios para ambos, desde mejorar la salud hasta incrementar el vínculo afectivo. ■



**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 CDI75 75 AÑOS DE NATURALEZA T-POZ

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

MAAYÁN HAJAIM

# ¿CÓMO TENER RELACIONES SANAS DE PAREJA?

**E**n una relación de pareja sana lo que predomina es el amor y no el enamoramiento. Los conflictos, que los hay, se hablan. Y no siempre es todo felicidad. Existen momentos buenos y otros no tanto.

Se le puede llamar pareja sana, personas que se entienden, o de mil maneras. Pero ante todo diríamos que es posible encontrar el equilibrio.

Un punto importante para tener una relación de pareja sana es que cada miembro se responsabilice de su felicidad. Así, es básico que el amor hacia el otro parta de sólido amor propio y de tener una autoestima con un buen tono que refuerce la idea de que tenemos muchas cosas valiosas que aportar a la relación.

Recuerda que si eres una persona que se infravalora a sí misma, puedes terminar por culpar o depender en exceso de tu pareja. Por eso la relación ha de ser de igual a igual, donde ambos encuentren un equilibrio en el reparto de responsabilidades.

La importancia de la comunicación para establecer y mantener el equilibrio del que hemos hablado antes es vital. Para ello es clave hacer el uso de la empatía y saber abrir canales de escucha activa.

No siempre será fácil, pero es necesario mantener una capacidad de entendimiento de la otra persona siempre. Así pues, hay que comprender sus puntos de vista y por qué hace lo que hace. Hemos de ser flexibles y tolerantes, pese a no estar de acuerdo. Tienen un fin común.

Una relación de pareja sana jamás estará basada en la mentira. Este es un punto básico. Por eso es necesario que ambas partes sean sinceras en los puntos más importantes de anclaje de la pareja.

Además, por más que nos conozca nuestra pareja, no sabe al 100% lo que pensamos en todo momento. Si optas por la vía de darlo todo por conocido, es fácil que muchas situaciones desemboquen en discusiones y dinámicas negativas. Así, por mucho que estén compenetrados, deben ser claros a la hora de expresarse.

Otro aspecto de la asertividad es la forma de comunicar aquellos desacuerdos, cuando usamos la asertividad para comunicarnos solemos usar la razón y esto significa “emplear el lenguaje, el sentido común y la capacidad para llegar a acuerdos para resolver situaciones de conflicto. El resultado es bienestar y una autoestima que no se perjudica”.

Si no hay confianza entre ambas partes, rara vez se podrán conseguir lugares comunes para los dos. Es importante sentirse confiados y apoyados y en que el otro también se siente así.

De esta manera tendréis la confianza de que cada vez que necesites contar con la otra persona esta va a responder, apoyando, ayudando a avanzar, andar y caminar. Además, la confianza alejará tormentas como las que traen los celos. Piensa, si tu pareja te quiere y tú la quieres, ¿qué tienes que temer?

Si uno o ambos miembros se centran en lo que vendrá, en cambiar a la otra persona o en que mañana será mejor marido o mujer, poco futuro tendrá la relación. Una relación de pareja sana vive en el presente, en el aquí y ahora. Es bueno hablar del futuro, pero sin dejarse condicionar por



las ideas y expectativas. Lo que existe es el presente y por mucho que planeemos todo está sujeto a cambio.

De la misma forma que no se puede vivir en el futuro, tampoco se debería hacer en el pasado. Prácticamente todas las parejas han tenido problemas. Sin embargo, una vez superados y perdonados, es necesario dejarlos ahí. No los saques cada vez que haya una discusión para usarlos en forma de reproche. Si los problemas pasados son tan “graves” que no podemos dejarlos atrás y salen a la luz cada vez que hay tensión debemos replantearnos la relación.

Muchas parejas dicen que han superado un conflicto, pero lo siguen arrastrando durante meses, incluso años. Hay dos opciones: trabajar en el problema o si es tan grave, replantearse la situación. ■

**Si requieres apoyo, comunícate a Maayán Hajaim al 5552925131.**

**75**  
Páginas

La Biblioteca te invita a cumplir  
**UN GRAN RETO**

Una forma eficaz de leer más,  
es con 25 páginas al día que son  
casi 10,000 páginas al año.

**¡Comienza el Reto ya!**  
... y únete al festejo de estos 75 años del CDI

BIBLIOTECA MOISÉS Y BASI MISCHNE DEL CDI,  
TELÉFONO 55 2629 7400, EXTENSIONES 517 Y 520.

# TRUMP CONGELA AYUDA AL EXTERIOR

// ESTHER SHABOT\*

**L**a andanada de decretos intempestivos del presidente

Donald Trump incluye la decisión de pausar, al menos por 90 días, la ayuda que tradicionalmente Estados Unidos proporciona a cerca de cien naciones a través de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). En el año fiscal 2023, USAID

erogó 38 billones de dólares, menos de 1% del presupuesto total federal, en apoyos ante desastres, reducción de la pobreza, prevención de enfermedades y diversos programas humanitarios más. La mayoría de tales acciones eran dadas en subcontratación a organismos y grupos gubernamentales y privados que se encargaban de la tarea de hacer efectivos tales apoyos en beneficio de poblaciones vulnerables. Incluso parte de esos fondos llegaban a México y eran canalizados a través de diversas instancias, algunas de ellas oficiales.

La periodista Peniley Ramírez expuso hace una semana en su columna titulada El gran donador, en el diario Reforma, los efectos devastadores que estaba teniendo para México tal congelamiento de fondos: una cascada de despidos masivos de trabajadores encargados del manejo y distribución de la ayuda que en 2023 fue de 230 millones de dólares destinados a protección del medio ambiente, ayuda a migrantes, investigación de corrupción, búsqueda de desaparecidos y prevención de delitos, entre muchos otros rubros. Los activistas en esos campos califican la situación derivada de la orden de Trump como catastrófica, según lo reporta Ramírez.

Es evidente que, de acuerdo con la fortaleza o la fragilidad de las naciones receptoras de la ayuda estadounidense, la decisión de Trump resulta menos o más grave. Países africanos o de Oriente Medio golpeados por guerras continuas, desastres naturales, epidemias y hambrunas constantes, sufren el actual corte de fondos como la puntilla que acabará con cualquier esperanza de paliar, aunque sea un poco, las muchas desgracias que padecen.

Emblemático de la gravedad implicada en este repentino congelamiento de fondos es el caso de Siria, país que desde 2011 ha estado sumido en una guerra civil que ha dejado un saldo de medio millón de muertos y ha lanzado al exilio a



más de 5 millones de sus habitantes. Aún en pie, a pesar de la devastación está, por ejemplo, el Hospital Central de Idlib, el cual da atención gratuita a 7 mil 100 pacientes mensuales. Se trata de uno de los 12 hospitales sirios operados por la Syrian American Medical Society (SAMS). A él recurren pacientes desde zonas alejadas, ya que se

trata de uno de los pocos centros hospitalarios que cuenta con equipo médico suficiente y personal especializado. Ahora, esos médicos y enfermeras que han sobrevivido a los bombardeos sistemáticos enfrentan la nueva amenaza de quedarse sin los recursos mínimamente necesarios para seguir trabajando.

Los médicos al cargo temen una verdadera catástrofe sanitaria ya que, de por sí, se calcula que 90% de la población siria vive por debajo de la línea de la pobreza. Entre las áreas que ya entraron en crisis está, por ejemplo, la de las cirugías, sin contar con el previsible desabasto de medicamentos, en especial los necesarios para tratar la tuberculosis, que es prevalente en el norte de Siria y tiene una tasa de mortalidad de 50% cuando no es tratada.

Para completar el cuadro crítico está también la orden ejecutiva de Trump de sacar a su país de la Organización Mundial de la Salud (OMS), lo cual implica una sensible reducción de los fondos en manos de esa organización y, por tanto, un hueco más en las finanzas de las instituciones hospitalarias que recibían recursos de ella. Casi de inmediato, la OMS ha anunciado que los programas de tratamiento de sida en 50 naciones han quedado en pausa por la carencia de recursos. Ante la crisis tan severa que se está gestando, ¿hay posibilidad de que el flujo de ayuda se reanude pronto? Un juez federal ordenó a la administración de Trump dar marcha atrás en su decisión, argumentando que la Casa Blanca no ha explicado satisfactoriamente el porqué del congelamiento de fondos que previamente habían sido aprobados por el Congreso. Habrá que ver si Trump, quien encuentra la manera, casi siempre, de salirse con la suya, acata la orden del juez. ■

\*Experta en Medio Oriente, texto publicado en Excélsior el 22 de febrero de 2025.



Síguenos en nuestras redes sociales



WWW.CDI.ORG.MX  
WWW.CDI-INFORMA.COM



## RUMBO A LA 22 MACABIADA

## 93 AÑOS DE HISTORIA: GIMNASIA (PRIMERA PARTE)

// LIC. LEONARDO KATZ

Presidente del Archivo Histórico Miguel Litchi

Continuamos con la participación de México en la gimnasia, un clásico deporte olímpico. La historia de la gimnasia en el movimiento macabeo es muy relevante pues varios de los primeros clubes en Istanbul y en Alemania fueron clubes donde se practicaba la gimnasia.

## ■ GIMNASIA

La primera participación de México en este deporte fue en 1973. Nuestro país acudió con un equipo Femenil en la categoría Juvenil. El equipo estaba formado por Noemi Shor, Jackie Hirschfeld, Susy Bialostosky, Laura Chezes y Amira Nahmias. Tuvieron una destacada participación logrando la medalla de plata en el All Around.

Nuestro país acude nuevamente en la edición de 1977 con un equipo Femenil con una decorosa participación, pero sin lograr medalla. Las participantes fueron Raquel Assis, Sofia Cassab, Carla Grinberg, Ivonne Hanono, Ivonne Lew, Lilian Wolcovich y Deborah Braverman.

Para la edición número 11 de la Macabiada el equipo Femenil estuvo formado por Ariela Grimberg, Jessica Dorfsman, Alicia Katz, Alegre Menasse, Brenda Stern, Raquel Shamah y Orly Picker.

Regresa la delegación de México en 1985 con un equipo Femenil Juvenil y un equipo Varonil. El equipo Femenil formado por Sharon Waiss, Arlette Sutton, Liza Liberberg, Patricia Mustri, Judith Lopata, Grace Smeke, Galia Loberfeld, y Shulamith Marcushamer; obtienen medalla de plata en el All Around y algunos resultados individuales como Liza Liberberg sexto lugar en Barras y séptimo lugar en Piso y Sharon Waiss octavo lugar en piso. El equipo Varonil estuvo formado por Carlos Nurko, Benito Shapiro, Zev y Zachary Zaidman. El mejor resultado fue el octavo lugar en Piso de Carlos Nurko.

Seguimos en la siguiente edición con el resto de las participaciones de México en Gimnasia y Gimnasia Rítmica.

Queremos hacer un corte con los deportes que ya hemos presentado que son:

- Levantamiento de Pesas
- Judo
- Lucha Greco-romana
- Clavados
- Waterpolo
- Atletismo
- Boliche
- Ciclismo
- Esgrima
- Equitación
- Triatlón
- Maccabi Man/ Woman
- Fútbol
- Fútbol



## CUADRO MEDALLERO

Deporte	Medalla Oro	Medalla Plata	Medalla Bronce	Total
Levantamiento de Pesas	0	0	1	1
Judo	2	1	3	6
Lucha	1	1	2	4
Clavado	5	5	9	19
Atletismo	3	5	12	20
Boliche	5	14	19	38
Esgrima	0	0	3	3
Ciclismo	0	0	2	2
Triatlón	1	0	1	2
Maccabi Man / Women	1	1	0	2
Equitación	0	0	1	1
Fútbol	0	4	4	8
Fútbol	0	1	4	5
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>32</b>	<b>61</b>	<b>111</b>



**Selección de Gimnasia Olímpica Femenil, ganadora de medalla de Plata por equipos:** Noemi Shor, Susana Bialostozky, Laura Chezes, Jacky Hirschfeld, y Amira Nahmias, de la IX Macabiada de Israel 1973.



**Selección de Gimnasia Olímpica Femenil en Aeropuerto rumbo a Israel a la X Macabiada de Israel 1977:** Carla Grimberg, Deborah Braverman, Ivonne Hanono, Ivonne Lew, Lilian Wolcovich, Raquel Assis y Sofia Cassab; las acompañan: Prof. Francisco Ávila, Director Técnico; Profa. Ligia Gamboa, Juez Internacional; y Prof. Gerardo Araujo, entrenador responsable.



**Selección de Gimnasia Femenil:** Alicia Katz, Jessica Dorfsman, Ariela Grimberg, Alegre Menasse, Orly Picker, Raquel Shamah y Brenda Stern; las acompañan: Ing. Ishie Gitlin y Sr. Miguel Litchi, Presidente y Vicepresidente del Comité Macabiada; Dr. Samuel Fleitman, Coordinador General; Sra. Beatriz Katz, Delegada; y Prof. José Betancourt, entrenador; en Abanderamiento de la Delegación Mexicana a la XI Macabiada de Israel 1981.

**Selección de Gimnasia Femenil Juvenil, medalla de Plata por equipos, de la XII Macabiada de Israel 1985, competidoras:** Grace Smeke, Liza Liberberg, Galia Loberfeld, Judith Lopata, Shulamith Marcushamer, Patricia Mustri, Arlette Sutton, y Sharon Waiss; las acompañan los Sres.: Lic. Alberto Konik, Presidente de la Delegación Juvenil; Ing. Moisés Weinstock, y Sr. Abraham Durst, Presidente y Vicepresidente de la Delegación; Sr. Bernardo Waiss e Ing. Rubén Podoswa, Vicepresidentes del Comité de Fomento Deportivo; Dr. Leonardo Duque, Doctor de la Delegación; y Prof. Galindo.

**Selección de Gimnasia Varonil Juvenil:** Benny Shapiro, Carlos Nurko, Zachary Zaidman y Zev Zaidman; los acompañan: Ing. Moisés Weinstock, Presidente de la Delegación; Sr. Abraham Durst, Vicepresidente de la Delegación; Sr. Rubén Podoswa y Sr. Bernardo Waiss, Vicepresidentes de Fomento Deportivo; Lic. Alberto Konik, Presidente de la Delegación Juvenil; y Dr. Leonardo Duque, Doctor de la Delegación; en el Abanderamiento de la Delegación Mexicana a la XII Macabiada de Israel 1985.

## 40 ANIVERSARIO

# EL PRIMER MINISTRO NETANYAHU Y SU ESPOSA PARTICIPAN EN CEREMONIA CONMEMORATIVA DE LA OPERACIÓN MOISÉS

// MIGUEL ANGEL SALAZAR

**E**l primer ministro de Israel Benjamin Netanyahu y su esposa Sara Netanyahu acudieron a una ceremonia conmemorativa por el 40 aniversario de la Operación Moisés, la cual consistió en trasladar a la Comunidad Judía Etiope desde Sudán a Israel.

La oficina del Primer Ministro publicó el mensaje, donde Netanyahu se dirigió en particular “a mis hermanos y hermanas, a las familias en duelo y a las familias de los heridos, a los héroes de Israel”.

El funcionario israelí recordó que el sábado 22 de febrero fue liberado Avera Mengistu, quien regresó a su casa como parte del acuerdo de secuestro. “Durante más de una década, Avera estuvo prisionero por nuestro enemigo, los monstruos humanos de Hamás, en la Franja de Gaza”.

Gracias a la presión militar que ejercimos sobre Hamás, continuó, y con el importante apoyo del presidente de Estados Unidos, pudimos devolver a casa a muchos rehenes, entre ellos a Avera.

Este acontecimiento de libertad (el de Avera Mengistu) casi toca en esta fecha del 40 aniversario de la Operación Moisés un gran acontecimiento de libertad, de salida de la esclavitud hacia la redención.

Y mientras conmemoramos cuatro décadas de la Operación Moisés en esta ocasión, “hay dos números que cuen-



Benjamin Netanyahu es el actual primer ministro de Israel.

tan la historia completa en pocas palabras: 2500 y 40”. El pueblo judío etiope existió durante 2 mil 500 años en África Oriental, pero con la conciencia de que era un lugar de residencia temporal.

En cambio, los 40 años en Israel, un período mucho más corto, son la situación permanente. “Allí está el exilio, aquí está el hogar. Hay anhelo, aquí hay realización. Allí está la falta, aquí está la perfección”, aseveró. ■

## Relaciones entre Israel y Unión Europea no deben ser rehenes del conflicto israelí-palestino: Gideon Saar

// MIGUEL ANGEL SALAZAR

**E**l Ministro de Relaciones Exteriores de Israel, Gideon Saar, aseguró que las relaciones de su nación con la Unión Europea (UE), no deben ser rehenes del conflicto israelí-palestino, porque este enfoque no le dará a la Unión Europea una posición fuerte e influyente, sino justamente lo opuesto.

Lo anterior en declaraciones a la prensa luego del encuentro del Consejo de Asociación entre la Unión Europea e Israel, que se realizó en Bruselas, Bélgica, y al que se convocó por primera vez en muchos años.

El funcionario israelí agradeció a la Alta Representante de la Unión Europea para Asuntos Exteriores, Kaja Kallas y a la Comisaria para el Mediterráneo, Dubravka Suica, por convocar al encuentro el cual contempló “como una invitación a un diálogo constructivo y abierto”.

Agregó que “Israel y la Unión Europea tienen una historia en común (parcialmente dolorosa), valores compartidos, desafíos compartidos e intereses mutuos. En ciertas oca-



siones, existen también diferencias de opinión, está bien. Israel es un gran socio comercial para la Unión Europea”.

El Ministro de Israelí resaltó que siempre estamos abiertos a escuchar y al diálogo, pero nadie nos forzará a poner en riesgo a nuestra gente. “No los podemos exponer al riesgo de la aniquilación”.

Aseguró, ante los representantes de la prensa, que “El ataque contra

Israel desde siete frentes diferentes desde el 7 de octubre, y las voces que hemos escuchado en los últimos días desde Teherán, Yemen, Beirut y Gaza muestran que hay intenciones concretas de eliminar a Israel. Deseamos una asociación basada en un diálogo real, respetuoso, con la intención de encontrar una base común”.

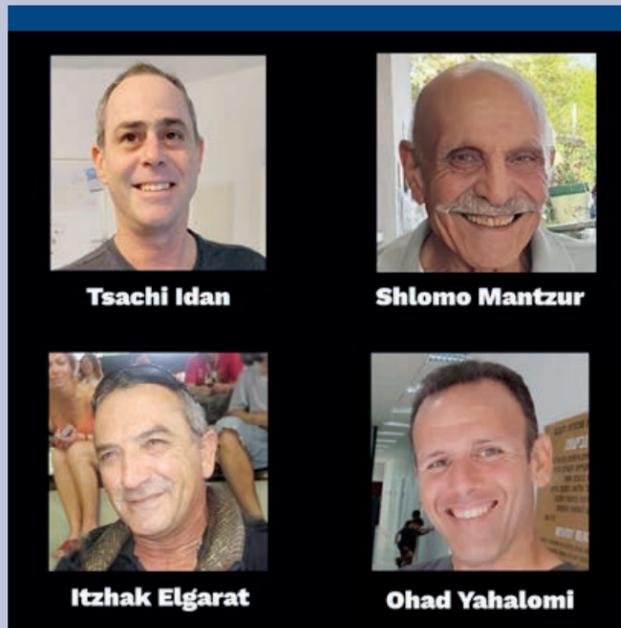
Gideon Saar, agregó que el Islam radical, el programa nuclear iraní, el terrorismo, el odio y la hostilidad a la forma de vida occidental son las amenazas en común para Israel y Europa. “Incluso si estamos luchando en el frente de batalla por nuestra existencia y pagando el costo, también estamos librando vuestra guerra”. ■

## Recibe Israel cuatro cuerpos entregados por Hamás

El jueves pasado, Israel recibió por parte del grupo Hamás los cuerpos de Ohad Yahalomi, Tsachi Idan, Itzhak Elgarat y Shlomo Mantzur, cuyos restos fueron identificados por las FDI, el Centro Nacional de Medicina Forense del Ministerio de Salud y la Policía de Israel.

El gobierno de Israel informó que los representantes de las FDI fueron quienes informaron a la familia Yahalomi, La familia Idan, la familia Mantzur y la familia Elgarat de la identificación de los restos de sus seres queridos.

Según información del gobierno de Israel, se conoció que Ohad, Tsachi e Itzhak fueron asesinados en cautiverio en Gaza, mientras que el difunto Shlomo Mantzur fue asesinado en la masacre del 7 de octubre de 2023 y su cuerpo fue retenido en la Franja de Gaza.



Por su parte el Primer Ministro de Israel Benjamin Netanyahu, emitió un mensaje que se difundió en la página oficial del gobierno israelí, donde, junto con su esposa Sarah enviaron sus más profundas condolencias a las familias “de los cuatro rehenes caídos a quienes devolvimos del cautiverio de Hamás a Israel esta noche”.

Al referirse a las cuatro personas que fueron asesinadas agregó que “su memoria sea bendita. Dios levantará su sangre” y agregó que a las queridas familias, estamos de luto con ustedes. Todo el pueblo de

Israel los abraza y comparte vuestro dolor.

En este sentido, Benjamin Netanyahu, prometió que seguiremos trabajando incansablemente hasta que todos regresen. Hasta que traigamos a todos nuestros hijos e hijas a casa. ■

*Fuente: Oficina del Primer Ministro.*

### MINISTERIO DE PROTECCIÓN DEL MEDIO AMBIENTE

## Educación en niñez necesaria para formar estilos de vida ambientales

La educación ambiental para los niños desde una edad temprana es importante para dar forma a los patrones de pensamiento y estilos de vida ambientales, y les permite convertirse en embajadores del cambio y líderes de una realidad sostenible en el futuro.

Así lo día conocer el Ministerio de Protección del Medio Ambiente del Israel luego de que publicó una convocatoria de propuestas para las autoridades locales y las asociaciones municipales para el medio ambiente, con un apoyo total de hasta 57 millones de NSI del presupuesto del Fondo para la Preservación de la Limpieza.

En su página oficial el Ministerio explicó que esta convocatoria de propuestas tiene como objetivo empoderar a las autoridades locales en su papel de líderes del cambio social y ambiental al proporcionar herramientas, recursos y conocimientos para crear un impacto amplio y profundo en los residentes de todas las edades.

El apoyo se brindará para los años 2025-2027 y ayudará a promover la educación ambiental y la implementación de valores de sostenibilidad en escuelas, jardines de infancia y la comunidad.

La ministra de Protección del Medio Ambiente, Idit Silman, declaró que “Proteger el medio ambiente es un deber compartido por todos nosotros, y las autoridades locales y regionales desempeñan un papel crucial a la hora de liderar un cambio significativo.

El apoyo del Ministerio a las autoridades locales y regionales y a las asociaciones de ciudadanos les propor-



cionarán herramientas para promover la educación ambiental, lo que alentará a las generaciones más jóvenes y a la comunidad en general a asumir la responsabilidad ambiental y tomar acciones prácticas, que necesariamente crearán un futuro mejor para las generaciones futuras”. ■

*Fuente: Página del Ministerio del Medio Ambiente.*

# TU BISHVAT: LOS ÁRBOLES Y LA RESILIENCIA DEL PUEBLO JUDÍO

// KEREN KAYEMET LEISRAEL

**T**u Bishvat es una festividad que nos invita a reflexionar sobre la naturaleza y su capacidad de regeneración. Los árboles, a lo largo de su vida, enfrentan tormentas, sequías y cambios en su entorno, pero gracias a sus raíces profundas y su capacidad de adaptación, logran seguir creciendo. Esa misma resiliencia se encuentra en el pueblo judío, que a lo largo de la historia ha sabido sobreponerse a la adversidad y continuar floreciendo.

Con esta perspectiva, desde Keren Kayemet Lelsrael llevamos a cabo una actividad especial en la que participaron 500 alumnos de 6to de primaria de la Red Escolar Judía, quienes a través de historias reales de residentes del sur de Israel pudieron conocer de primera mano lo que significa la resiliencia en tiempos de crisis. A pesar de los obstáculos encontrados por la guerra, estas personas lograron encontrar nuevos sentidos a sus vidas, emprender proyectos significativos y fortalecer lazos comunitarios.

Cada historia estuvo acompañada de una experiencia vivencial. Los alumnos conocieron el caso de una empresa que crea productos naturales en el kibutz Saad, NS Oils, que tuvo que reinventarse, así como el de un grupo de residentes de varios kibutzim que abrieron un café comunitario, el Café Otef, para brindar apoyo a las familias del sur de Israel y dar también un espacio de encuentro en medio de la incertidumbre. También participaron en la creación de caleidoscopios, una actividad que simbolizaba la importancia de cambiar de perspectiva ante los desafíos, entre otros talleres.

Durante la actividad, también exploramos el papel fundamental que Keren Kayemet Le Israel ha tenido desde el inicio de la guerra en el apoyo a las comunidades del sur. A través de diversas iniciativas educativas y recreativas, KKL ha brindado acompañamiento a niños, jóvenes y adultos en un mo-



mento de gran dificultad. Además, actualmente está liderando la construcción de un kibutz temporal para los residentes de Kfar Aza, con el objetivo de que esta comunidad pueda mantenerse unida a pesar de no poder regresar aún a sus hogares.

Para finalizar la actividad con un mensaje de esperanza y unidad, todos los participantes cantamos juntos Yajad Nenatzeaj, de Sarit Hadad, enviando nuestro amor y solidaridad a Israel.

Así como los árboles enfrentan adversidades y siguen creciendo, el pueblo judío ha demostrado su capacidad de florecer incluso en los momentos más difíciles. Este Tu Bishvat nos recordó que, con raíces fuertes y el apoyo de nuestra comunidad, juntos somos más fuertes. ■



**BIBLIOTECA**  
MOISÉS Y BASI MISCHNE

**Servicios en la Biblioteca**

La Biblioteca Moisés y Basi Mischne tiene para ti:

- Préstamo de libros y computadoras
- Préstamo de revistas y periódicos
- Servicio de consulta
- Acceso a internet
- Entrega de libros del Programa de PJ Library
- Tenemos presencia en la App del CDI donde puedes consultar E-books, Audiolibros y recomendaciones literarias

Contamos con copias, escaneos e impresiones (con costo extra).  
Si requieres sólo de recibir tus impresiones directamente en la Biblioteca, mándanos previamente tus archivos al correo: [biblio-gestion@cdi.org.mx](mailto:biblio-gestion@cdi.org.mx)

**HORARIOS DE ATENCIÓN:**  
Lunes a jueves de 8:30 a 20:00 horas,  
sábado y domingo de 9:00 a 15:00 horas.

## EMPRENDIMIENTO

# FAST FASHION Y GENERACIÓN Z: CLAVES DE SU ÉXITO EN MARKETING

// ILAN ARDITI

**E**n un contexto de crecimiento para el sector retail, las plataformas de compras en línea de fast fashion han sobresalido al adaptarse con rapidez a las demandas y preferencias de la Generación Z. El mercado del fast fashion invierte alrededor de 140 mil millones de dólares en publicidad, pero, a pesar de ello, los gigantes de la industria enfrentan un desafío clave: la rápida transformación de los hábitos de consumo. Esta inversión se ha aprovechado de manera estratégica, estableciendo el estándar para alcanzar eficazmente a la Generación Z.

## ■ ¿Qué es el fast fashion y cómo han revolucionado las plataformas en línea?

El fast fashion se refiere a un modelo de producción caracterizado por la creación y distribución acelerada de prendas a precios accesibles. En la era de las redes sociales y la inmediatez digital, han surgido plataformas como Shein, Temu y AliExpress, que integran este modelo en sus negocios. Nacidas en el entorno digital y potenciadas por algoritmos, estas empresas actualizan sus catálogos en tiempo real, priorizando la velocidad, la personalización y precios bajos. Así, convierten el proceso de compra en una experiencia interactiva, donde las tendencias se generan y consumen a un ritmo sin precedentes. La trífeca del éxito: Datos, velocidad y redes sociales.

El fast fashion ha ganado protagonismo en el mundo de la moda gracias a su capacidad para responder rápidamente a las tendencias. Este factor de "inmediatez" ha permitido a los gigantes de la industria posicionarse en el "top of mind" de la Generación Z, un logro nada fácil en una era donde la viralidad en redes sociales impulsa las tendencias y los cambios de consumo. Los consumidores de esta generación valoran un contenido altamente personalizado y rechazan firmemente los mensajes irrelevantes. Prefieren comunicaciones breves, fáciles de digerir, con un toque de humor y enriquecidas con elementos visuales como emojis y memes.

Uno de los principales factores que ha impulsado el liderazgo global de estas empresas es su oferta masiva, combinada con precios accesibles, que encaja perfectamente con una generación que busca gratificación instantánea. Compañías como Shein y Temu han seguido una estrategia similar, expandiendo su oferta más allá de la moda para incluir productos como artículos para el hogar y gadgets, lo que ha ampliado su base de clientes. La clave de su éxito reside en el dominio de los algoritmos y el big data, lo que les permite anticipar y adaptarse a las cambiantes demandas del mercado, introduciendo nuevas tendencias en tiempo récord. Más allá del precio: Experiencia, comunidad y gamificación.

El éxito de plataformas como Amazon, Shein y Temu no se basa únicamente en precios bajos o rapidez. Estas empresas han transformado la experiencia del cliente mediante la gamificación y los microincentivos, creando grandes comunidades en redes sociales que refuerzan la lealtad de los usuarios. La Generación Z no sólo valora el precio y la conveniencia, sino también el propósito detrás de la marca



y la capacidad de ofrecer una experiencia que los conecte con otros consumidores.

Un componente clave en esta estrategia es el contenido generado por usuarios (UGC), que se ha convertido en una poderosa herramienta de publicidad auténtica. Shein, por ejemplo, colabora regularmente con influencers y creadores de contenido en plataformas como TikTok, fomentando la promoción de sus productos tanto de manera orgánica como pagada, manteniendo la autenticidad y el atractivo del contenido. Esta integración de comunidad, contenido y compras ha catapultado a estas plataformas, logrando una conexión única con los consumidores jóvenes que las marcas tradicionales aún no han logrado replicar.

La clave del éxito en el fast fashion no radica sólo en la rapidez con la que se producen las prendas, sino en cómo las marcas logran conectarse emocionalmente con una generación que demanda autenticidad y participación constante en el proceso de compra. Las plataformas que entienden esto, están dominando el mercado. ■

[ilan@sodadigital.com.mx](mailto:ilan@sodadigital.com.mx)

[www.sodadigital.com.mx](http://www.sodadigital.com.mx)



# Comunicación herramienta indispensable para evitar el bullying

// MANUEL ROCHA

La comunicación es la herramienta indispensable para evitar el bullying, por lo que hay que mantener una relación comunicativa constante con los niños, niñas y adolescentes, para enseñarles los límites del respeto, tolerancia e inclusión y evitar acciones que pudieran derivar en violencia.

Asimismo, la confianza entre los infantes y jóvenes con sus padres, es una medida positiva en contra del acoso escolar, porque las actitudes cotidianas son las que se reproducen tanto en las escuelas como en los círculos de convivencia social.

Según el Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes de México, indicó que el fenómeno del acoso escolar o bullying consiste en una agresión sistemática y repetitiva que se ejerce sobre otra persona, de manera física o psicológica y que busca, por la intimidación, una relación de sometimiento que brinde poder.

El bullying no es un fenómeno que pueda ayudar a los niños, niñas o jóvenes que lo padecen a enfrentar problemas posteriores, al contrario, cuando sufren este tipo de violencia durante la niñez y la adolescencia se traduce en baja autoestima, lo que los acompaña por el resto de su vida.

Por ello para evitar este desagradable fenómeno es necesario tener buena comunicación entre padres e hijos, ya que



muchas veces los agredidos guardan silencio y cierran la posibilidad de que se les auxilie.

Además, hay que fomentar una buena comunicación con maestras, maestros e instructores, pues ellos son los que, por la cercanía que tienen con su alumnado les permite detectar síntomas de violencia que posiblemente no pueden ser detectados en el hogar.

Hay que concientizar a la niñez y las adolescencias de que existen límites, ya que la actitud de violencia contra sus semejantes puede causar en quien la sufre depresión, ansiedad, falta de apetito, problemas de sueño o conductas agresivas provocadas por la frustración. ■

## SABORES DEL MUNDO

### Pozole Kosher

El pozole (proviene del náhuatl pozolli, de tlapozonalli, 'hervido' o 'espumoso' 1) es un caldo tradicional mexicano hecho a base de granos de maíz nixtamalizados, comúnmente de la variedad cacahuazintle, al que se agregan carnes, verduras y especias muy variadas según la región.

#### ■ Ingredientes:

- 1 bolsa de 500 g. de maíz para pozole limpio
- Trozos de carne agujas, mozat o pechuga de pollo kosher
- 2 chiles anchos cocidos sin semilla
- 2 chiles guajillo cocidos, chipotle de lata (opcional)
- 2 jitomates cocidos
- Un trozo de cebolla
- 1 diente de ajo
- 1/2 taza de puré de tomate
- Sal y consomé

#### ■ Ingredientes para servir:

- Tiritas de lechuga
- Cebolla finamente picada
- Rábanos finamente rebanados
- Orégano
- Jugo de limón
- Tostadas



#### ■ Preparación:

Se pone el maíz ya limpio y lavado a cocer en la olla exprés con la carne por 30 minutos. Si se utiliza pollo se recomienda cocerlo con anterioridad y con su caldo cocer el maíz.

Se licúan los chiles, jitomates cebolla y ajo y se cuelean. Se vierte la salsa sobre el maíz ya cocido y se sazona. Si le hace falta se pone un poco de puré de tomate. Se añade el pollo y se deja hervir unos 20 minutos aproximadamente para que tome su sabor.

Se sirve con la guarnición de lechuga, cebolla, rábanos, orégano, limón al gusto acompañado de tostadas. ■

**¡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



**TRASLADOS A TODA LA CIUDAD**  
Tus conductores de siempre

**XG**

**NUESTROS SERVICIOS**  
Aeropuertos, Eventos, Viajes Foráneos

**55 3038 3009**  
Hablamos Inglés, hebreo y español



**KATALYST EMPLEA**

"Somos la organización que guía a todos los miembros de la comunidad hacia la sustentabilidad económica, la innovación y el emprendimiento."

**Red de ventas Katalyst:**  
Expande tu Fuerza de Ventas

Conectamos tu negocio con vendedores comunitarios, creando oportunidades y aumentando tus ventas.

**SCAN ME**

Incrementa tu fuerza de ventas  
Mayores ventas, incrementa tu alcance  
Impacto positivo en la comunidad

Contacto Emplea [autoempleo@katalyst.org.mx](mailto:autoempleo@katalyst.org.mx) 55 9505 4460

**EN MACABI ESTE SEMESTRE**

**CAMP TEVA Y SALIDA A T-POZ**

**Camp Teva**  
Shimon y Seminaro:  
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



**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 CDI MONTE SINAI** PARA COMUNITARIOS ENVIEMOS

**T-POZ**



Publicación semanal del Centro Deportivo Israelita, A.C.  
Bld. 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  
Telemarketing

TERESA MARTÍNEZ  
Ejecutiva de Ventas

**ÁREA DE COMUNICACIÓN**

**Procultura**  
y Desarrollo Artístico A.C.

LIC. REBECA WALDMAN  
Subdirectora de Difusión y Diseño

LIC. MIGUEL ÁNGEL SALAZAR  
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 ARDITTI  
JAZMÍN ARTEAGA  
ALEJANDRO CASTILLO  
ANDRES GUZMÁN  
LEONARDO KATZ  
ARANZA MERCADO  
LUCERO MORA  
ANGIE RÍOS  
MANUEL ROCHA  
JOHANA M. RODRÍGUEZ  
KINARI VICENTE  
MIGUEL A. SALAZAR  
MARCOS SCHWARTZMAN  
ESTHER SHABOT  
ROSSY SHAMAH  
VÍCTOR TORRES

AGRADECEMOS 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.

