

Copa CDI de Gimnasia Artística 2024

El evento sirvió como torneo de ranqueo. Participaron gimnastas femeninas en niveles 1 al 10 y varones en niveles promocionales 1 y 2, así como en niveles FMG 3 al 8. El evento mostró el alto nivel técnico de los gimnastas del CDI y contribuyó al posicionamiento de los atletas a nivel nacional.

15>



CDI informa

Publicación semanal del Centro Deportivo Israelita, A.C. ידישער ספורטענטער – מקסיקו מרכז הספורט היהודי – מקסיקו

Núm. 3068

23 de jeshván 5785

Ciudad de México a 24 de noviembre de 2024

www.cdi.org.mx

f @cdideporvida

@cdideporvida



MACABIADA ISRAEL, EL MAYOR ENCUENTRO DEPORTIVO DE 2025

¿Te imaginas participar en un evento internacional llevando al límite tus capacidades atléticas? ¡El momento está por llegar! La Macabiada 2025 (M25) está a la vuelta de la esquina, y la comunidad judía de todo el mundo se prepara para participar en este emblemático evento deportivo que se llevará a cabo en Israel del 8 al 22 de julio de 2025.

Este encuentro deportivo, que se celebra cada cuatro años, reunirá a miles de atletas de diversas disciplinas para competir y celebrar la identidad judía en un gran ambiente de hermandad.

Este evento será muy emotivo para todos nosotros y desde su lema MORE THAN EVER (Más que nunca), es una invitación a que todos los judíos nos mantengamos unidos.

Desde su fundación en 1932, las Macabiadas han crecido significativamente, convirtiéndose en el evento deportivo más grande y esperado por la comunidad judía global. En 2025, se espera que atletas de más de 80 países participen en competiciones que incluyen Futbol, Baloncesto, Natación, Atletismo, entre los deportes más populares.

La ciudad anfitriona, Jerusalén, ofrecerá un telón de fondo impresionante, con su rica historia y diversidad cultural. La M25 será una oportunidad única para que los participantes y espectadores experimenten la belleza y la vitalidad de Israel, mientras celebran sus raíces y tradiciones. Para los atletas del Centro Deportivo Israelita, este evento constituye una oportunidad única de representar a México, mostrar su talento y conectar con una comunidad global diversa y vibrante.

Es por ello que te invitamos a que te inscribas en los deportes individuales y de conjunto que estarán presentes. En el CDI ofrecemos los siguientes deportes de la M25: Básquetbol, Béisbol, Futbol, Futsal, Gimnasia Artística, Gimnasia Rítmica, Karate, Natación, Pádel, Softbol, Squash, Tenis, Voleibol, Voleibol de Playa y Waterpolo; pero la Delegación Mexicana también puede participar en Aguas abiertas, Atletismo, Básquetbol 3X3, Ciclismo, Equitación, Escalada, Golf, Maccabi Man-Woman, Medio Maratón, Ninja, Tenis de Mesa y Triatlón.

¡Prepárate para una experiencia deportiva sin precedentes, e inscríbete ya! Informes en el Comité de Fomento Deportivo.

MORE THAN EVER.



El Centro Deportivo Israelita, A.C. expresa su más sentido pésame por el fallecimiento de la

Sra. Jasja Dickter de Waisman Z'L

Hermana del C.P. David Dickter, Miembro del Consejo Consultivo; y tía del Lic. Arie Dickter, Miembro del Comité Ejecutivo de nuestra Institución.

Nos unimos a la pena que embarga a familiares y amigos.



El Centro Deportivo Israelita, A.C. expresa su más sentido pésame por el fallecimiento de la

Sra. Rebeca Menasse Levy Z'L

Esposa del Arq. Arie Gersztein, Miembro del Consejo Directivo de nuestra Institución.

Nos unimos a la pena que embarga a familiares y amigos.



CDI brilla en el Target USA CUP Qualifier México

Moisés Jafif



¡El camino que nos trajo aquí... hoy!

Mtra. Sharon Skvirsky

13>

26>



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.



**Grupo
Bosque Real**



EL CDI: MÁS QUE UN CENTRO DEPORTIVO, UNA GRAN FAMILIA

El Centro Deportivo Israelita es un espacio excepcional para el deporte, la cultura y la recreación, ofreciendo a sus Socios un ambiente familiar único y estimulante. Recién nuestros equipos representativos han tenido mucha actividad en distintos torneos que además de poner a prueba su avance visten a nuestra Institución de gran colorido, pasión deportiva y convivencia familiar. En la parte cultural, tenemos exposiciones pictóricas, presentaciones de libros y la emoción del 51 Certamen Literario que se encuentra en fase de evaluación con un jurado que se encuentra en deliberación. De esta forma, te recordamos que nos vemos el domingo 8 de diciembre para conocer a los ganadores.

El pasado fin de semana, nuestras instalaciones fueron testigo de una extraordinaria actividad deportiva que reafirma nuestro compromiso con la formación integral de nuestros atletas. Destacamos tres competencias que pusieron en alto el nombre del CDI: la Copa CDI de Gimnasia Artística 2024, la Copa de Béisbol CDI 2024 y el Target USA CUP Qualifier México de Futbol. Nuestros jó-



venes atletas demostraron talento, dedicación y un espíritu deportivo admirable, compitiendo en categorías que van desde los 7 hasta los 19 años. En esta edición del CDIinforma presenta una cobertura completa con todos los resultados y una estupenda galería fotográfica.

Se acerca el fin de año y con ello el cierre de nuestras actividades y deportes. Les invitamos a estar aten-

tos a los próximos eventos de clausura de cursos, donde podrán apreciar el progreso de nuestros chicos. Como cada año tendremos un gran despliegue de ritmo y talento en la función de danza del Arterama Fin de Cursos; y qué decir de las sorpresas que nos prepara la Academia de Música y de todos los talleres y clases que ofrece el Comité de Actividades.

Además, les recordamos con gran emoción que el próximo domingo 15 de diciembre de 2024, a las 10:30 horas, celebraremos el 12 aniversario de Punto CDI Monte Sinai, tendremos muchas sorpresas ¡acompañanos! ■

Entre las clases culturales y de deportes, la programación refleja la diversidad de talento y habilidades que desarrollan nuestros Socios. ¡Los esperamos con muchas sorpresas para compartir este momento especial! ■

Escanea este código y entérate de los beneficios que puedes obtener con tu credencial del CDI.



PUNTO CDI
MONTE SINAI
UN COMUNITARIO EN MOVIMIENTO



CUOTAS PARA EL EJERCICIO | 2025

	CUOTA MENSUAL	CUOTA ANUAL
Familiar	\$5,645	\$67,740
Familia Oro	\$2,810	\$33,720
Matrimonial	\$3,420	\$41,040
Matrimonial Oro	\$1,750	\$21,000
Individual	\$2,360	\$28,320
Individual Oro	\$1,300	\$15,600
Juvenil	\$1,725	\$20,700

CUOTA PARA CASILLEROS

Costo	CASILLERO GRANDE	CASILLERO CHICO
	\$2,245	\$1,295

DESCUENTOS POR PRONTO PAGO

EL DESCUENTO POR PRONTO PAGO SOLO APlica EN CUOTA ANUAL
CUALQUIER FORMA DE PAGO
(NO APlica EN PAGO DE CASILLEROS)

	FECHA DE PAGO	DESCUENTO
Noviembre	2024	8%
Diciembre	2024	8%
Enero	2025	7%

Informes al teléfono 55 2629 7400, extensión 403 y 409.



CLASES FITNESS

Del 25 de noviembre al 1 de diciembre

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



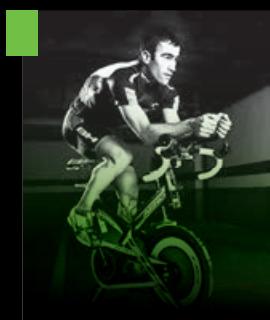
Fitness Combat

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)



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



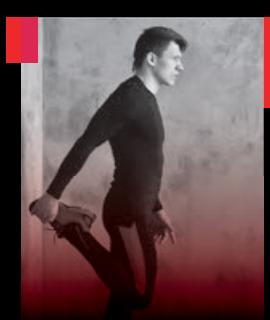
Spinning / Intervalos

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



Zumba Fitness

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

ESTA JANUCÁ, QUE NADIE SE QUEDA FUERA DE LA FIESTA.

No poder escuchar nos aisla de nuestra gente querida.

Centro Auditivo
IMON



USA EL CÓDIGO
#LATKES

10%
DESCUENTO

⌚ 55 5081 8249
🌐 www.imon.com.mx

MORELOS

CASAS CON EFICIENCIA ENERGÉTICA

RESIDENCIAL
CUMBRES
TULIPANES

~~\$2,450,000.00~~
DESDE
\$2,250,000.00

<https://cumbretulipanes.com.mx/>

Palapa con asador Alberca con chapoteadero Extensas áreas verdes

96 m² crecimiento a roof garden Acceso controlado 3 Recámaras 3 baños

PULSACIONES ONÍRICAS

CITLALIN
ARCINIEGAS CÁRDENAS

Obra "La magia de la sabiduría" ganó el primer lugar del concurso de dibujo de Ivanevski

Obra "Las olas del pensamiento" ganó el tercer lugar en la categoría de artes plásticas del 12º concurso caminos de la libertad para jóvenes.

Obra "Pintando(me) en libertad" ganó el segundo lugar del 15º Concurso de Caminos de la libertad para jóvenes en la categoría de PintArte.

Del 20 de octubre al 1 de diciembre, 2024

Galería Pedro Gerson

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



VIVE EN NUEVO POLANCO

POLAREA.MX
55 8009 6860

¡Alberca Climatizada y más AMENIDADES!

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

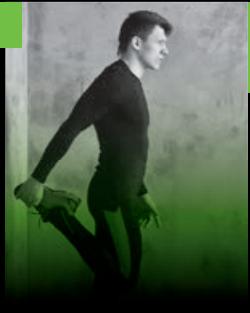
19:00 a 20:00 horas
Giovani Rodríguez
Punto CDIMS / Fitness

MARTES



Spinning / Intervalos

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



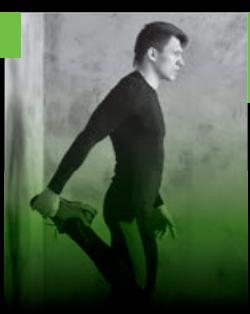
Círculo Funcional

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



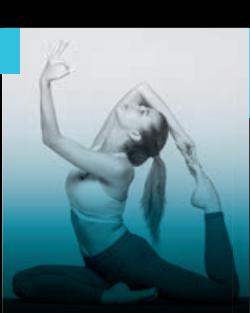
Spinning / Endurance

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



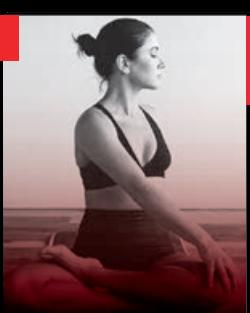
Pilates Mat

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
CDI / 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

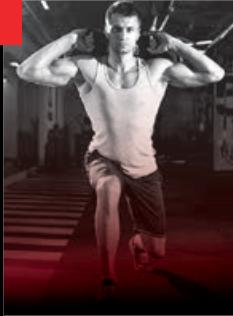
7:00 a 8:00 horas
Gabriel Beltrán
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela

MIÉRCOLES



Box FIT

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



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

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



Spinning / Intervalos

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



Stretching

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



Spinning

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



Spinning / Montaña

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



Spinning / Endurance

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



Stretching

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



Spinning Indoor Cycling

8:00 a 9:00 horas
Ceci Franco
Punto CDIMS / Fitness



Full Body

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



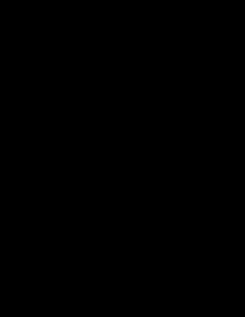
Zumba Fitness

17:00 a 18:00 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



TRX

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



Zumba Fitness

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



Easy Body Wellness

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



Círculo TRX

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

JUEVES



Spinning / Montaña

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



Spinning / Endurance

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



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



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 1
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



Spinning / Ruta

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



Total Body Condition

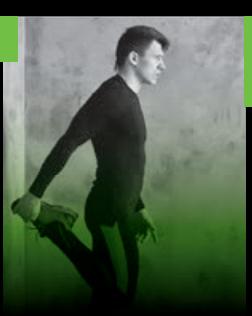
8:00 a 9:00 horas
Ulises Capelli
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela (CLASE HÍBRIDA)



Full Body

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

SÁBADO



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

SÁBADO



Círculo Sinergy

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



Pilates

10:00 a 11:00 horas
Paz Zayat
CDI / Salón Abraham Broitman



Spinning / Montaña

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



Zumba

11:00 a 12:00 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.

**CADA GOLPE CUENTA
CADA PUNTO SUMA**

TENIS
¡INSCRÍBETE!

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

M25 | **MORE THAN EVER.** | **CDI** **TEAM MEXICO** **CLAM**

**CADA REBOTE ES UNA
NUEVA OPORTUNIDAD EN
EL ENCUENTRO.**

BÁSQUETBOL
¡INSCRÍBETE!

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

M25 | **MORE THAN EVER.** | **CDI** **TEAM MEXICO** **CLAM**



COPA CDI MT700 CDMX2025

DEL 20 AL 26 DE ENERO
CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA

SAVE THE DATE



RESULTADOS DE LA COPA CDI DE BÉISBOL

// COMITÉ ORGANIZADOR COPA CDI DE BÉISBOL

Del 16 al 18 de noviembre, el Dépor recibió a cinco equipos de tres estados de la República en la categoría de 9-10 años. Con la presencia de jugadores, entrenadores, acompañantes y personal técnico, más de 250 personas se reunieron en el Estadio de Softbol Rosendo Gervitz.

Cada entrada fue vivida intensamente, con momentos de emoción y nerviosismo en cada jugada. La convivencia entre los jugadores, tanto dentro como fuera del campo, reflejó los valores del deporte. El domingo se realizó una actividad recreativa planificada donde todos compartieron la mesa en un gran ambiente de espíritu deportivo, demostrando que el deporte fomenta grandes seres humanos tanto en la cancha como fuera de ella.



In Shape contra CDI.



Alberto Shannon se prepara para conectar.



Abraham Grinberg en plena concentración.



Alex Dayan y Abraham Ginberg celebran una buena jugada.

Después de tres días de jornadas matutinas, y en algunos casos vespertinas, los resultados finales fueron los siguientes:

Campeón: Linces de Puebla

Subcampeón: CDI 1

Tercer lugar: ESFOBEC de Cuernavaca

Queremos hacer una mención especial por su destacada participación a:

- In Shape de CDMX
- CDI 2

Agradecemos profundamente a las familias por su apoyo incondicional a nuestros jóvenes beisbolistas, quienes hacen posible eventos como este. ¡Saludos y nos vemos en la próxima edición de la Copa CDI de Béisbol! ■



Equipo del CDI, pasta de Campeones.



Eduardo Shayo en el infield.



Eduardo Cohen prepara su lanzamiento.



Uzi Zaga, en catcher de primera.



Alejandro Cohen con madera de beisbolista.



Alberto Saat en su turno al bat.

Copa CDI de Béisbol: sólo en el CDI

// FAMILIA ZAGA LEVY

Soy mamá de la porra de Béisbol del CDI, y mis cuatro hijos participan con mucho entusiasmo. Somos una familia beisbolista. Llevamos tres años consecutivos en el equipo y hemos sido testigos de la evolución y el desarrollo que ha tenido este deporte en el Dépor. La participación ha crecido y las exigencias han aumentado, lo que nos ha permitido ver en los niños avances y mejoras significativas.

Este domingo 18 de noviembre, logramos el segundo lugar en un torneo que disfrutamos al máximo en la comodidad y alegría de "estar en casa" como sede de este gran evento.

El Béisbol en el Dépor se ha convertido en un espacio donde cualquier niño puede destacar si combina constancia y disciplina. Es un ambiente positivo, amigable y tolerante, donde vemos cómo los compañeros celebran los logros de sus amigos y se apoyan en los errores, brindándose mutuamente la oportunidad de mejorar en cada jugada.

Hoy obtuvimos un segundo lugar que nos supo a campeonato, pues vivimos momentos mágicos: los padres nos unimos en una gran emoción al ritmo de la porra, apoyando a nuestros niños, mientras ellos se acercaban a lo que para muchos fue su primera experiencia en una copa de esta categoría.

Todos, entrenadores, padres y niños, compartimos un solo corazón y una energía que se sintió en cada jugada. Fue un logro especial que contribuye a formar a nuestros hijos y a hacerlos grandes.

Gracias, CDI. ■



Equipo In Shape y Puebla.



Alex Dayan y Eduardo Shayo en estampa de pelota beisbolera.



Equipo Puebla y CDI magnífica convivencia.



Alejandro Cheskes en el outfield.



Antonio Hamuy lanza una pelota caliente.



Rafael Blanga, un gran pelotero.



Mateo Atri turno al bat.

FUTBOL

CDI brilla en el Target USA CUP Qualifier México

// MOISÉS JAFIF

Un fin de semana extraordinario marcó la participación de nuestros equipos representativos de Futbol en el Target USA CUP Qualifier México, donde los equipos desplegaron un gran ambiente pasión y competitividad que trascendió más allá de los resultados deportivos.

Con un ambiente familiar vibrante y un apoyo incondicional desde las gradas, nuestros jóvenes futbolistas demostraron un nivel de entrega y compromiso realmente excepcional. Cada jugada estuvo cargada de garra, coraje y el espíritu competitivo que nos caracteriza.

Los resultados reflejan nuestra evolución y dedicación:

- 2015: Campeones, venciendo en la final a Barca Academy

- 2014: Subcampeones, perdiendo la final contra el club libanés
- 2012: Eliminados en semifinales por el club libanés
- 2011: Subcampeones, perdiendo la final contra La Herradura

Aunque el equipo femenil no logró avanzar a las finales, su desempeño fue magnífico, mostrando un talento y potencial que sin duda seguirá creciendo. Más allá de los marcadores, el torneo representó una gran oportunidad de crecimiento, aprendizaje y fortalecimiento de lazos entre jugadores, familias y cuerpo técnico. Un verdadero festival del futbol juvenil que enorgullece al Centro Deportivo Israelita. ■



Equipo 2015.



Equipo 2014.



Equipo Femenil.



Equipo 2015.



Equipo 2011.



Equipo 2014 contra Academia Futsat.



Equipo 2015 contra Herradura.



Equipo 2014.



Equipo 2011 contra Cruz Azul Arboledas.



De Der. a Izq. Estrella Abadi, Kelli Goodrich y Clinton Labeau, Directores de la USA Cup; Kasia Karnas, Directora del Comité de Fomento Deportivo y Moisés Jafif, Vicepresidente del Comité de Fomento Deportivo del CDI.

CDI BRONCE

Destacada participación en el Torneo Nacional de Béisbol

El Equipo Bronce de Béisbol concluyó su participación en el Torneo del Programa Mexicano de Béisbol y Softbol "Vamos a Jugar" AC, desarrollado del 16 al 18 de noviembre en el Campo de Béisbol de Lindavista.

Durante tres intensos encuentros, los peloteros demostraron su capacidad competitiva, enfrentando desafíos bajo la dirección del entrenador Jorge Cruz. El equipo mostró un alto nivel de compañerismo y dedicación, superando cada reto en el terreno de juego.

La plantilla estuvo conformada por los jugadores: Daniel Ezban Reyes, Isaac Zaga Levy, Alan Cohen, Alan Vonderwalde, Alberto Cohen, Ariel Zarkin, Gabriel Weisz, Salvador Dayan, Alex Cases, Alexander Pepper, José Zaga, Max Isaac Weil, e Isidoro Gancz, quienes pusieron a prueba sus habilidades y estrategias deportivas.

El torneo representó una oportunidad invaluable para el desarrollo y crecimiento de los jóvenes beisbolistas, reafirmando el compromiso del Programa Mexicano de Béisbol y Softbol con la formación de nuevos talentos. El Equipo Bronce no sólo compitió, sino que demostró el espíritu deportivo y la pasión por el Béisbol que caracteriza a la nueva generación de atletas del Deportivo. ■



La entrenadora Ximena Hermoso triunfa en la Copa Cosat 2024

La entrenadora y directora técnica de MAT, Ximena Hermoso, se coronó campeona en la Copa Cosat 2024 con la Selección Nacional femenil U12, al vencer 2-1 a Brasil en un emocionante torneo celebrado en el Club de Tenis Santa Cruz, Bolivia. ¡Felicitaciones a Ximena y a todo el equipo por este gran logro!



FUTBOL

Israel 1, Bélgica 0

// MARCOS SCHWARTZMAN

Israel enfrentó a Bélgica en el Estadio Bozsik Arena, en Budapest, Hungría, logrando sumar 4 puntos en el torneo de la UEFA Nations League. El gol llegó al minuto 86, cortesía



del debutante Yarden Shua, quien aprovechó un pase de Smets para sellar la victoria. Con este resultado, Israel empata en puntos con los belgas.

En el encuentro anterior entre ambos equipos, Bélgica se impuso con un marcador de 3-1. Para este partido, los jugadores alineados por Israel fueron Dor Peretz, Eli Dasa, Idan Nachmias, Sean Goldberg, Raz Shlomo, Mahmud Habe, Mohamed Abu, Oscar Gloukh y Din David. En el banquillo estuvieron Feingold y Dor Turgeman.

El juego tuvo lugar en el estadio que lleva el nombre del futbolista húngaro József Bozsik, una estrella del Fútbol. Israel sigue demostrando su capacidad en cualquier lugar que le sea necesario, avanzando y creciendo deportivamente.

Por otro lado, en nuestro CDI, se llevó a cabo el evento futbolístico Target USA Cup, el cual ofrece la oportunidad de competir en Minnesota para las categorías de 10 a 19 años. Asimismo, el equipo del CDI Española disputará sus encuentros los días miércoles, sumando actualmente 7 puntos y con la esperanza de seguir en ascenso. ■

¡Siempre adelante!

La Copa CDI 2024, un espectáculo de talento y dedicación

// ABRAHAM MENDOZA

Del 15 al 18 de noviembre, las instalaciones del Centro Deportivo Israelita se llenaron de energía, emoción y destreza con la celebración de la Copa CDI de Gimnasia Artística 2024. Este evento, avalado por la Federación Mexicana de Gimnasia A.C. y la Unión de Gimnastas de la Ciudad de México A.C., no sólo destacó como un torneo de ranqueo, sino también como un escaparate del creciente nivel técnico de la Gimnasia Artística del CDI.

En la rama femenil, las gimnastas compitieron en categorías que iban del Nivel 1 al Nivel 10, en todos sus grupos según pirámide nacional vigente, demostrando una impresionante combinación de gracia y fuerza en sus rutinas. Por su parte, en la rama varonil, los atletas participaron en niveles promocionales 1 y 2 en todos sus grupos de edades. Y, en Niveles FMG 3 al 8 en todos sus grupos de edades, destacándose por su precisión y habilidad en cada aparato.

El respaldo de importantes organismos como la FMG subrayó la calidad del evento, asegurando que los resultados no sólo sirvan como métrica de desempeño, sino que también contribuyan al desarrollo y posicionamiento de los atletas en el circuito nacional.

Resultados de la Copa CDI de Gimnasia Artística 2024

Participación del viernes 15 de noviembre

- **Tamara Cheirif:** N: 2 C: 2019-2018
2º lugar AA
- Participación del sábado 16 de noviembre**
- **Elena Ortiz Amozurrutia:** N:3 C: 2018-2017
- 1º lugar en Salto, Barras, Piso y AA
- 2º lugar en Vigas
- **Valeria Levy Aliphias:** N:6 C: 2012-2011
- 1º lugar en Vigas
- 2º lugar en Salto, Barras, Piso y AA
- **Celine Sarfati Cohen:** N:3 C: 2018-2017
- 3º lugar en Salto, Barras, Vigas y AA
- **Sarah Shuchleib Cassab:** N:3 2018-2017
- 3º lugar en Piso
- **Eliane Levy Retchkiman:** N: 3 C: 2016-2015
- 1º lugar en Piso y AA
- 2º lugar en Barras y Vigas
- **Stephanie Sabson Bronsoi:** N: 3 C: 2016-2015
- 1º lugar en Salto y Vigas
- 2º lugar en Piso y AA
- **Leila Cohen Sasson:** N: 3 C: 2016-2015
- 1º lugar en Barras
- 3º lugar en Salto y AA
- **Nicole Levi Retchkiman:** N: 3 C: 2016-2015
- 3º lugar en Vigas y Piso
- **Esther Sus Shueke:** N: 3 C: 2016-2015
- 4º lugar en Salto
- **Alexa Arditti Sunikasky:** N: 3 C: 2016-2015
- 3º lugar en Barras
- **Raquel Chayo Haber:** N: 3 C: 2016-2015
- 5º lugar en Barras
- **Elisa Cohen Fasja:** N: 3 C: 2016-2015
- 4º lugar en Vigas

- **Denisse Husny Levy:** N: 3 C: 2016-2015
- 2º lugar en Salto
- **Daniela Grinberg Behar:** N: 3 C: 2016-2015
- 7º lugar en Barras
- **Margie Haber Laniado:** N: 3 C: 2016-2015
- 6º lugar en Salto
- **Ariela Cohen Fasja:** N:3 C: 2014-2013
- 1º lugar en Salto, Barras, Piso y AA
- 2º lugar en Vigas
- **Rita Mann Smeke:** N:3 C: 2014-2013
- 1º lugar en Vigas
- 2º lugar en Salto, Barras, Piso y AA
- **Jaya Kassim Cohen:** N: 4 C: 2015-2014
- 1º lugar en Barras y AA
- 3º lugar en Vigas
- 2º lugar en Piso
- **Natalia Halkin Hemsani:** N: 4 C: 2015-2014
- 1º lugar en Vigas, Piso y AA
- 3º lugar en Salto y Barras
- **Karla Masri Serur:** N: 4 C: 2015-2014
- 1º lugar en Salto
- 2º lugar en Vigas
- 3º lugar en AA
- **Mijal Rabchinsky Guerrero:** N: 4 C: 2015-2014
- 2º lugar en Barras
- 3º lugar en Piso
- **Michelle Atri Saltiel:** N: 4 C: 2015-2014
- 2º lugar en Salto
- **Etelle Mousali Sacal:** N: 4 C: 2015-2014
- 4º lugar en Barras
- **Valentina Garrido Contente:** N: 4 C: 2015-2014
- 5º lugar en Salto
- **Victoria Askenazi Marcus:** N: 4 C: 2015-2014
- 4º lugar en Vigas
- **Olga Micha Nahmad:** N: 4 C: 2015-2014
- 5º lugar en Vigas
- **Giselle Sacal Romano:** N:4 C: 2011-2010
- 1º lugar en Salto, Barras, Piso y AA
- 2º lugar en Vigas
- **Elizabeth Bucay Adler:** N:4 C: 2011-2010
- 1º lugar en Barras y Vigas
- 2º lugar en Salto, Piso y AA
- **Esther Abadi Smeke:** N: 4 C: 2013-2012
- 1º lugar en Salto, Barras, Vigas, Piso y AA
- **Alice Gamus Askenazi:** N: 4 C: 2013-2012
- 2º lugar en Salto, Barras, Vigas, Piso y AA
- Participación del domingo 17 de noviembre**
- **Nicole Halkin Hemsani:** N: 6 C: 2012-2011
- 1º lugar en Vigas, Piso y AA
- **Martina Garrido Contente:** N: 6 C: 2012-2011
- 1º lugar en Salto
- 2º lugar en Vigas y AA
- 3º lugar en Piso
- **Daniela Romano Grego:** N: 6 C: 2012-2011
- 3º lugar en Barras, Vigas y AA
- 2º lugar en Piso

- **Liat Dickter Balas:** N: 6 C: 2012-2011
 - 1º lugar en Barras
 - 2º lugar en Salto
 - **Valeria Halkin Hemsani:** N: 6 C: 2012-2011
 - 3º lugar en Salto
 - 2º lugar en Barras
 - **Rivka Mendoza Canseco:** N:5 C: 2010-2009
 - 1º lugar en Salto, Barras, Piso y AA
 - 2º lugar en Vigas
 - **Ilana Bronsoiler Dowek:** N:5 C: 2010-2009
 - 1º lugar en Vigas
 - 2º lugar en Salto, Barras y AA
 - **Nataly Delgadillo Husny:** N: 5 C: 2016-2015
 - 1º lugar en Salto, Barras, Vigas, Piso y AA
 - **Lilian Idit Jung Lahti:** N: 5 C: 2014-2013
 - 1º lugar en Salto, Barras, Vigas, Piso y AA
 - **Esther Hamui Achar:** N: 5 C: 2012-2011
 - 1º lugar en Barras, Vigas, Piso y AA
 - 2º lugar en Salto
 - **Sylvana Harari Chayo:** N: 5 C: 2012-2011
 - 1º lugar en Salto y Vigas
 - 2º lugar en Barras, Piso y AA
- Participación del lunes 18 de noviembre**
- **Gael Malchansky Litvin:** N:2 C
 - 1º lugar en todos los aparatos y AA

- **Gad Burstein Teper:** N: 3 GAV C
 - 1º lugar en Anillos, Salto, Barras, Barra Fija y AA
 - 2º lugar en Piso y Caballo
- **Jonathan Ezban Bessudo:** N: 3 GAV C
 - 1º lugar en Piso y Caballo
 - 2º lugar en Anillos, Salto, Barras, Barra Fija y AA
- **Gabriel Staropolsky Bielak:** N: 3 GAV D
 - 1º lugar en todos los aparatos y AA
- **Moisés Capon Zagha:** N: 4 GAV B
 - 1º lugar en todos los aparatos y AA
- **Darío Capon Zagha:** N: 4 GAV C
 - 1º lugar en todos los aparatos y AA
- **Elías Gabriel Romano Za:** N:4 GAV C
 - 2º lugar en todos los aparatos y AA

La Copa no fue sólo una oportunidad para medir habilidades, sino también una experiencia enriquecedora para los participantes, quienes se lucieron frente a un público entusiasta y compartieron momentos de aprendizaje y superación. Este tipo de eventos continúa posicionando al CDI como un referente en la organización de competencias deportivas de primer nivel, fomentando el desarrollo de jóvenes talentos y consolidando la Gimnasia Artística del CDI como una disciplina que inspira y motiva a nuevas generaciones.

¡Nos vemos en 2025 para seguir celebrando el arte y la destreza en el tapiz! ■



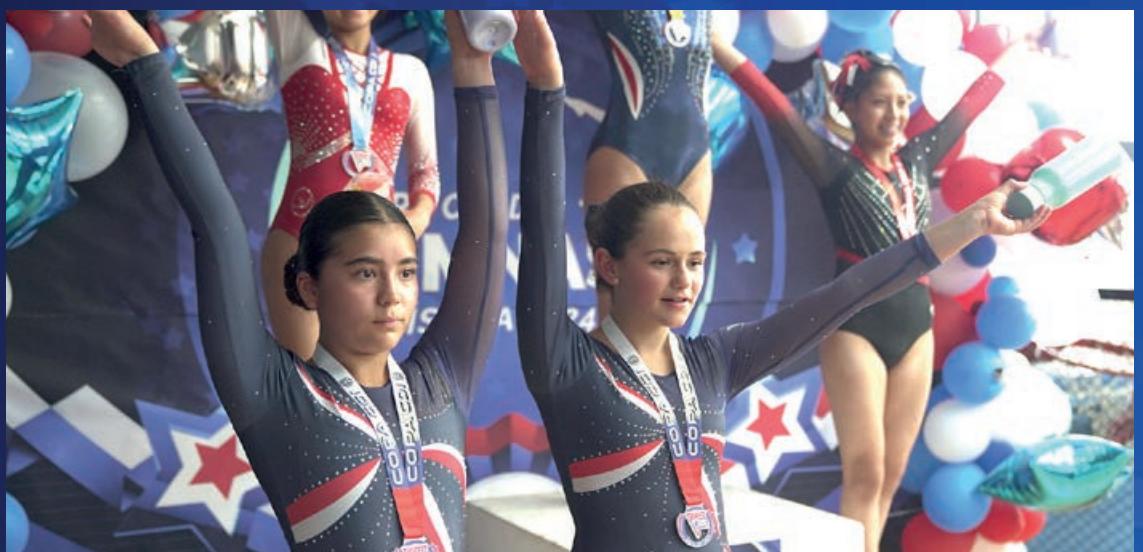
Tamara Cheirif, sonrisa de medallista.



Esther Hamui, campeona en Barras, Viga y Piso.



Olga Micha, una gran triunfadora.



Rivka Mendoza e Ilana Bronsoiler, en el podio de ganadoras.



Valeria Halkin, Liat Dickter, Daniela Romano, Nicole Halkin, Martina Garrido y el entrenador Abraham Mendoza.



Mijal Rabchinsky magnifica presentación.



Michelle Atri, Estelle Moussali y Valentina Garrido, espiritu de equipo.



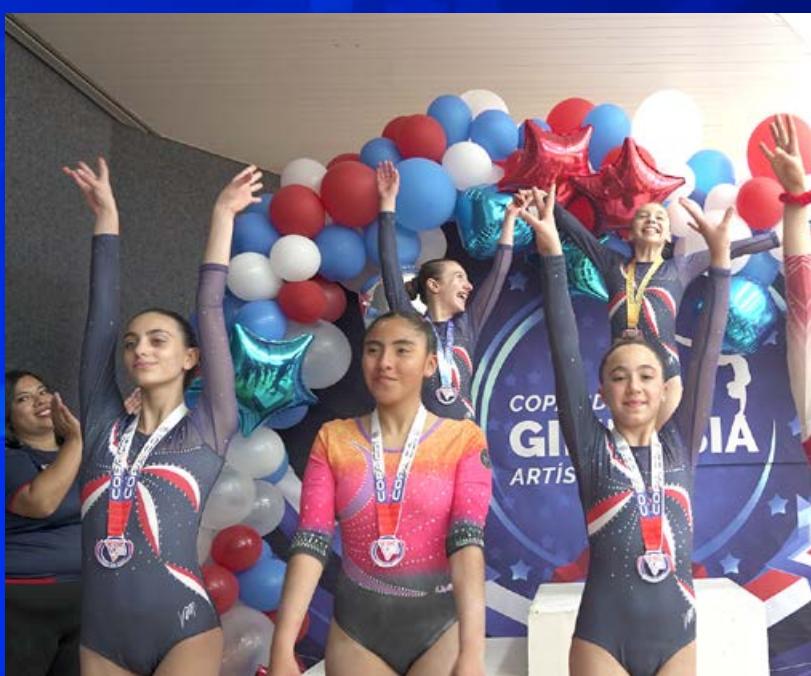
Jaya Cohen campeona en Barras.



Karla Masri hizo el 1,2,3, en diferentes aparatos.



Nataly Delgadillo, Lilian Jung, Sylvana Harari, Esther Hamui, Rivka Mendoza y Ilana Bonsoiler.



Premiación Nivel 6 CDI.



Elena Ortiz, Sarah Shuchleib, Valeria Levy y Celine Sarfati.



Eliane Levi en su participación en Barras.



Liat Dickter campeona en Barras.



Natalia Halkin dominó la Viga de equilibrio.



Rita Mann ganó primer lugar en Viga.



Ariela Cohen elegancia en la Viga.



Nicole Halkin gracia y vigor en Piso.



Elias Romano, multimedallista.



Esther Abadi, Alice Gamuz, Giselle Sacal y Elizabeth Bucay.



Moisés Capon triunfó en todos los aparatos.



Gael Malchansky, un acróbatas en los Anillos.



Premiación del Equipo Varonil del CDI, entrenadores Edgar Carranza y Abraham Morales.



Dario Capon, un gran campeón.

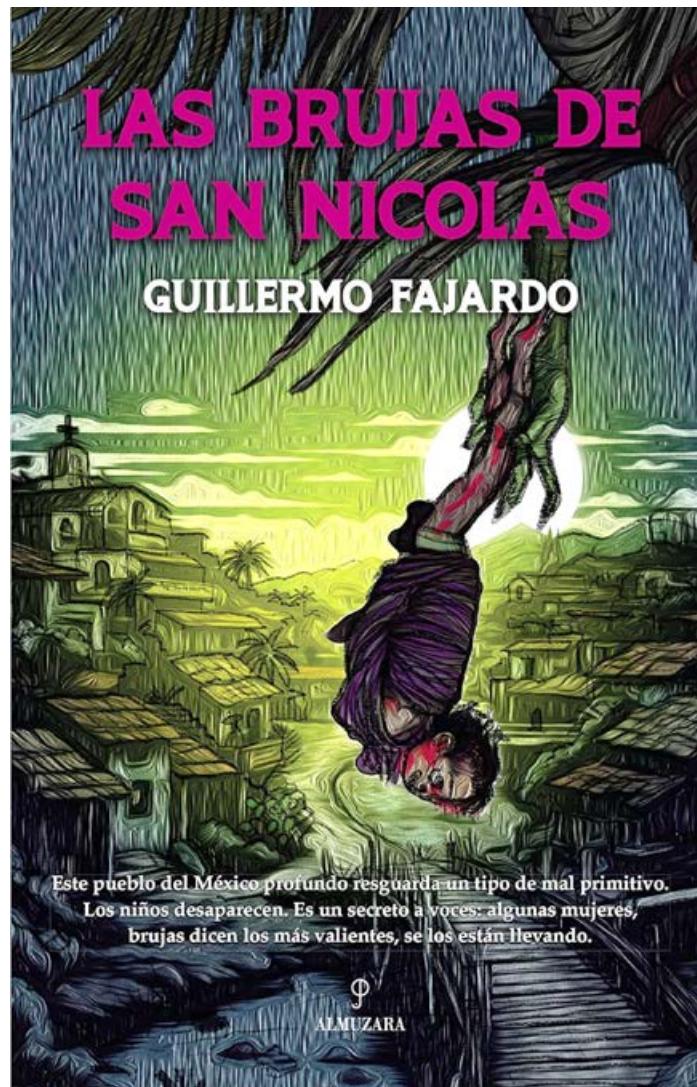
RECOMENDACIÓN LITERARIA

LAS BRUJAS DE SAN NICOLÁS DEL AUTOR GUILLERMO FAJARDO

// ANGIE RÍOS

“Yo no sé cuáles habían sido sus culpas. La muerte es harto rara, como un lugar sin nombre en donde te agarra el patatús y te quedas bien tieso, como fierro pandeado, pues. Estaban bien flaquitos, chupados por dentro y colgados de esas jaulas como animales. De seguro el diablo los había chucheado y así acabaron. Por peleoneros. Llevaban los ojos cerrados, desguanzados, como si les hubiera agarrado la tiricia o la bola los hubiera ajusticiado ...

Así comienza esta novela que estremece de principio a fin, una obra excepcional de una de las voces más potentes de la nueva narrativa mexicana. En esta ocasión La Biblioteca Moisés y Basi Mischne te recomienda un extraordinario libro llamado *Las brujas de San Nicolás* que es una alegoría del México contemporáneo y profundo, que busca sumergir al lector en las raíces de aquellos luga-



res especiales que parecen destinados a la sangre.

Toda la trama ocurre en San Nicolás del Valle, un pueblo situado en algún lugar de México, donde ni siquiera los lobos se atreven a entrar. Enquistado en un valle silencioso y gris que existe como un milagro, en este lugar nadie puede detener los crímenes sino apenas susurrarlos. El viento, cuando ulula, acarrea murmullos que, bien oídos, avisan a los errantes que ahí se vive al límite. Hasta los árboles hablan, así que incluso es mejor no levantar la voz.

Este libro también fue parte de la donación que realizó la editorial Almuzara a la Biblioteca del Dépor. No dejes de leer novela histórica, te podrás adentrar en una historia fascinante.

Te esperamos para que puedas consultar este y otros títulos que fueron donados por parte de esta editorial. Visita más seguido la Biblioteca del CDI y revisa este, y otros libros sobre novela histórica. ■

PRESENTACIÓN DEL LIBRO

Saber crecer
Resiliencia y espiritualidad

De la autora:
Rosa Argentina Rivas Lacayo

Domingo 1 de diciembre
a las 12:00 horas
Galería Pedro Gerson

Presentadores:
Mtra. Bella Hamui y Dr. Jaime Micha

BIBLIOTECA Rosa Argentina
RIVAS LACAYO

Saber crecer
Resiliencia y espiritualidad

Edición ampliada
Incluye nuevo capítulo
sobre el duelo

Urano

CDI BIBLIOTECAS
BIBLIOTECA ROSA ARGENTINA RIVAS LACAYO

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

EXPO ARTERAMA
CINEMA CDI

Domingo 8 de diciembre
Inauguración 12:00 horas
Galería Pedro Gerson

CINEMA CDI

CDI Academia de ARTE

Informes en el Comité de Actividades
al teléfono 55 2629 7400 extensiones 501 y 515.

www.cdi.org.mx

Saber crecer

// BELLA HAMUI

El Centro Deportivo Israelita se viste de gala para recibir a la Dra. Rosa Argentina Rivas Lacyo. Es presidenta de la Asociación Latinoamericana de Desarrollo Humano en siete países de América Latina. Directora del Método Silva en México, Centroamérica y Canadá. Dra. en Orientación Psicológica especializada en Psico-oncología. Maestrías en Logoterapia, Mística y Ciencias Humanas. Diplomada en Tanatología, Terapia Cognitiva Conductual y Psicología Positiva. Conductora de radio durante 25 años. Ha impartido conferencias y cursos en más de 30 países incluyendo México, Sudamérica e Israel.

Autora de los libros:

- Saber crecer, Resiliencia y espiritualidad
- Saber pensar: Dinámica mental y calidad de vida
- Saber perdonar, paz y libertad

En esta ocasión tendremos la presentación de su libro Saber crecer, resiliencia y espiritualidad nueva edición, en donde la Dra. incluye un nuevo capítulo sobre el duelo.

¿Cómo sobrellevar la muerte de un ser querido? Puede ser uno de los mayores retos que podemos enfrentar. La muerte de un familiar puede causar un dolor extremadamente profundo. Aunque veamos la pérdida como una parte natural de la vida, nos pueden embargar el golpe y la confusión, lo que puede degenerar en largos períodos de tristeza y depresión. Todos reaccionamos de forma diferente ante la muerte y echamos mano de nuestros propios mecanismos para sobrellevar el dolor que ésta conlleva. En este libro nos ayuda a transitar por esta experiencia tan dolorosa.

Presentadores:

Dr. Jaime Romano Micha

Médico neurofisiólogo, fundador y director del Centro Neuropsicopedagógico de México. Pionero en la investigación y desarrollo del Neuromarketing. Doctorado en Neurociencias en la Universidad de California en Los Ángeles. Autor de varios libros y artículos especializados.

Maestra Bella Hamui Picciotto

Maestra de idiomas egresada del Instituto Anglo Mexicano de Cultura. Iridóloga y Nutrióloga, especialista en Medicina Natural certificada por el Dr. Bernard Jensen de California. Instructora de Ayurveda (Medicina de la India) certificada por el Dr. Deepak Chopra. Terapeuta floral certificada por el centro Bach de Inglaterra. Premio Maguén David por su destacada labor en Medicina Natural. Traductora de famosos libros, entre ellos Como crear salud del Dr. Deepak Chopra.



Imparte seminarios y conferencias sobre las Flores de Bach y otros temas.

¿Qué es la resiliencia? Es la capacidad de un material para recobrar su forma inicial después de haber soportado una presión que lo deformó. En psicología, es la capacidad de enfrentar la adversidad y salir fortalecido. La fortaleza consiste en tener la capacidad de afrontar el sufrimiento, reconstruirse y no perder la capacidad de amar y de luchar. Ante una adversidad tenemos la opción de superarla o adoptar el papel

de víctima. Sólo nosotros mismos podemos editar nuestras memorias.

Citando a Antonio Machado:

“La felicidad no es una posada al final del camino, sino una manera de transitar por la vida.”

En esta obra Rosita explica aquellas características psicoemocionales y espirituales que dan fortaleza a los seres humanos para sobreponerse a los momentos de crisis y crecer a través de ellos y nos provee en su libro con ejercicios para valorar qué tan resilientes somos.

En esta presentación aprenderemos como valorar la adversidad, así como las experiencias y enseñanzas que nos deja y a enfrentar situaciones que se presentan en la vida de cada uno de nosotros. Después de una noche fría y oscura viene un radiante amanecer lleno de luz.

Nuestros pensamientos pueden generar salud o enfermedad, amargura o alegría, caos o armonía. A través de dichos pensamientos estás construyendo tu realidad de manera constante o sea que tú puedes ser el constructor o el destructor de tu propia vida.

Como dice Antonio Manero: “La adversidad es un espejo en el que deben mirarse todos los que verdaderamente quieran conocerse.”

Es tu decisión y sólo tuya seguir sufriendo y hacer sufrir a los demás.

Permitete ser feliz a pesar de las circunstancias y de la negatividad que prevalezca a tu alrededor independientemente de lo que te haya pasado y de lo que hayas sufrido.

Como dice un proverbio chino: “No puedes evitar que las aves de la tristeza pasen por tu cabeza, pero si puedes prevenir que hagan nidos en tu cabello.”

“Los pesimistas no son más que espectadores mientras que los optimistas son quienes transforman el mundo.” (François-Pierre- Guillaume Guizot)

¿Quieres permanecer como espectador o quieres transformar al mundo? Es tu decisión y de nadie más.

Esperamos contar con tu presencia en este espacio de conocimiento y aprendizaje. ¡Será una experiencia que cambiará tu vida! ■

Te esperamos este domingo 1 de diciembre a las 12:00 horas, en la Galería Pedro Gerson.



92º CICLO CINE REFLEXIÓN

La provocación

Director: Woody Allen

Gran Bretaña, 2006

Duración: 2:00'

Chris es un joven ambicioso que logró salir de la pobreza y convertirse en un reconocido tenista que se mantuvo en lugares respetados en la tabla mundial de dicho deporte; sin embargo, es obligado a retirarse prematuramente y encuentra trabajo como instructor en un club de lujo de Londres.

Ahí entabla amistad con Tom, miembro de una familia de millonarios y conoce a la hermana de este, Chloe. Como una forma de lograr su ascenso social empieza una relación romántica con Chloe y acabará casándose con ella, ubicándose rápidamente en la alta sociedad inglesa.

Pero su vida cambia cuando conoce a la novia de Tom, una bella actriz norteamericana, llamada Nola, de quien se siente atraído desde el primer momento que la ve y mantendrá una turbia y sórdida relación con ella.

Así, el azar, la pasión, la ambición, la lujuria y el engaño lo conducirán a cometer acciones que lo llevarán hasta el asesinato. ■

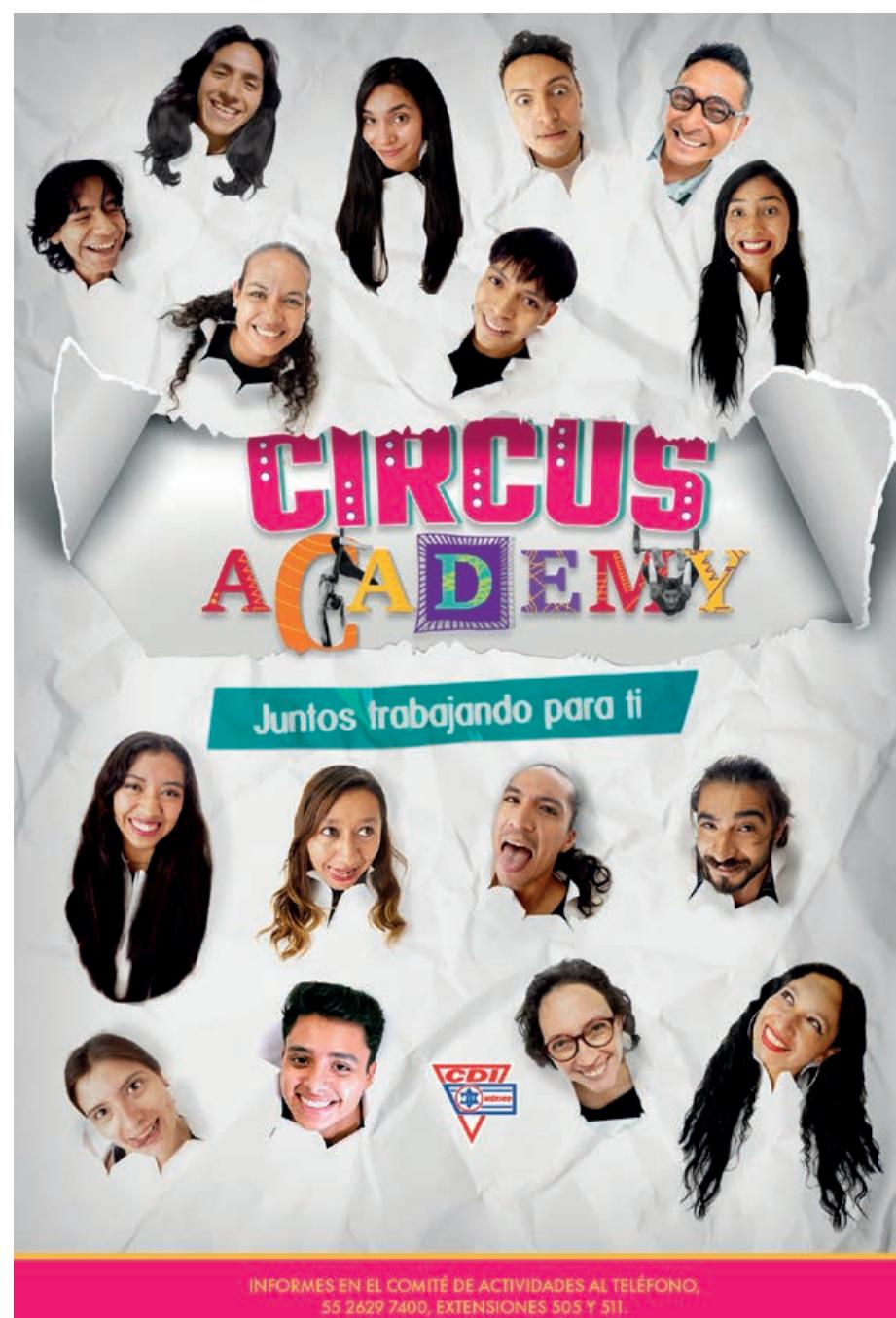
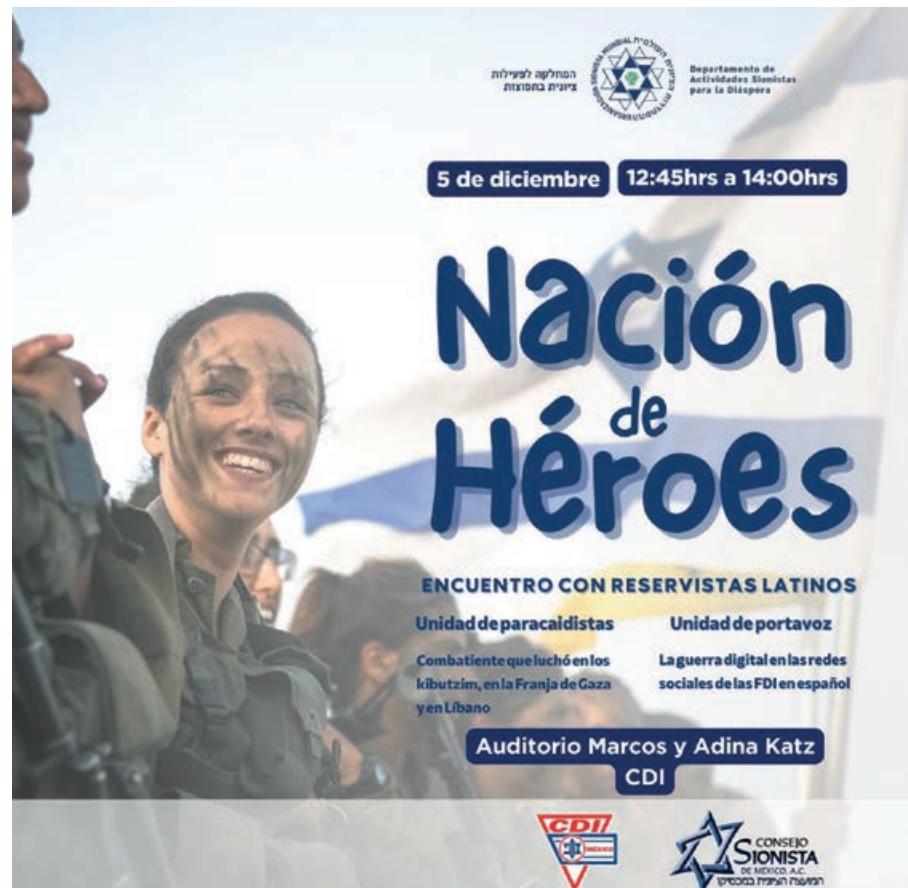
Fecha: martes 26 de noviembre.

Horario: 16:00 horas.

Lugar: Auditorio Marcos y Adina Katz.

Análisis y comentarios: Dra. Eugenia Behar Rosanes.

Esta actividad es para mayores de 18 años.



12

ANIVERSARIO

PUNTO CDI
MONTE SINAI

UNA COMUNIDAD EN MOVIMIENTO



Te invitamos a celebrar con nosotros
el doceavo aniversario de Punto CDI Monte Sinai,
en la Terraza Isaac Cababie

**DOMINGO 15 DE DICIEMBRE
DE 2024, 10:30 HORAS**

Donde tendremos preparadas
muchas sorpresas para ti.

- Kermés • Regalos • Inflables • Cámara 360 • Rifa
- Presentaciones del Comité de Actividades
y Comité de Fomento Deportivo

¡TE ESPERAMOS!

¡CELEBRA EN T-POZ!

// ARANZA MERCADO

Ven a celebrar con nosotros, el lugar ideal para tu fiesta con áreas y actividades para todos los gustos. Disfruta de la adrenalina con nuestra Tirolesa, Muro de escalar, Tiro con arco, Tiro con diabolos y Gotcha. De igual forma, organiza una increíble pool party, participa en guerras de globos y pistolas de agua, batallas de lodo, carreras de lanchas y deslízate en el resbalín.

Y, para una celebración creativa y variada, tenemos concurso de cocina con ingredientes secretos, concurso de talentos, minigolf, fiesta de espuma, camping, preparación de galletas y nieves, ¡y mucho más!

■ Día de mascotas en T-Poz

Este sábado 23 de noviembre, trae a tu perrito para que disfrute de nuestras áreas al aire libre diseñadas para que jueguen y pasen un día en familia. Estar en contacto con la naturaleza no sólo beneficia a las mascotas, sino también a sus dueños: te activa, te permite desconectarte del estrés y fortalecer el vínculo con tu mascota. Un día al aire libre ayuda a los perros a liberar energía, ejercitarse, mantener un peso saludable y estimular su mente mediante el olfato.

Comunícate con nosotros para recibir más información y reservar tu fecha: 55 2629 7400 extensión 515. ■



**CLASE
FELDENKRAIS**

Miércoles
11:00 horas



FELDENKRAIS

CDI MÉXICO

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

RITMOS LATINOS

Profesor:
Ari Dávila

CDI MÉXICO

VEN Y DISFRUTA

CLASE DE RITMOS LATINOS

Martes y jueves
11:00 horas
Salón Auxiliar 1
Mayores de 18 años

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

www.cdi.org.mx

CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA ADULTOS Y ADULTOS MAYORES

Del 24 de noviembre al 1 de diciembre

DOMINGO 24 DE NOVIEMBRE

12:00 a 14:00 horas	Club de Oro / Domingos Familiares Dueto versátil de par en par / Salón Anexo al Mural
	Galería Pedro Gerson Pulsaciones oníricas Del 20 de octubre al 1 de diciembre

MIÉRCOLES 27 NOVIEMBRE

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

MARTES 26 DE NOVIEMBRE

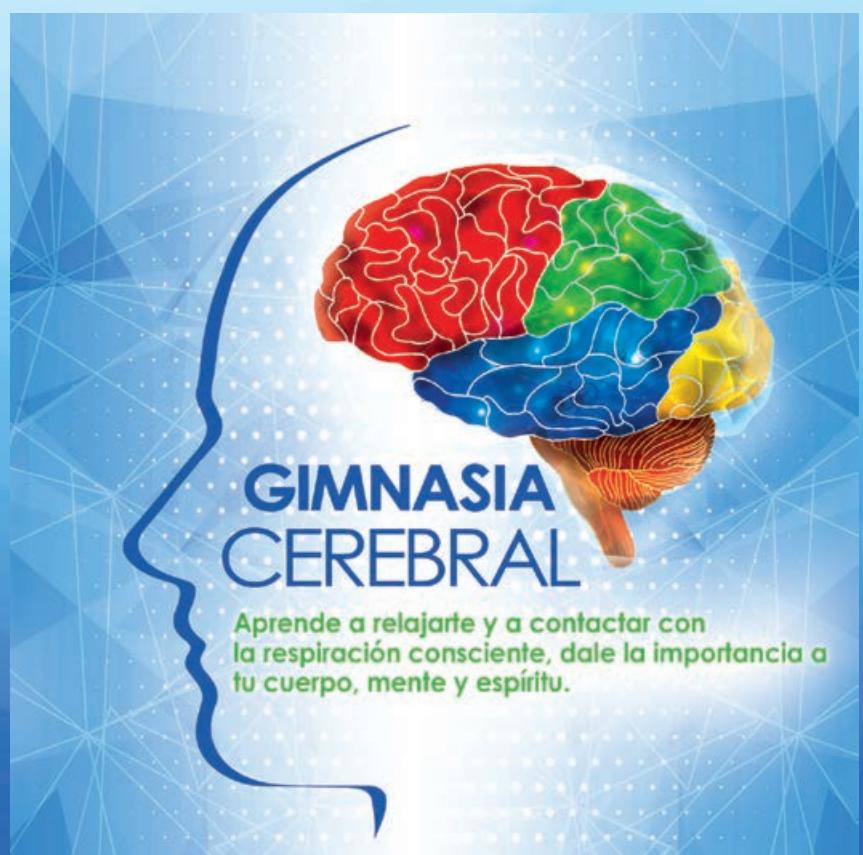
11:00 a 12:00 horas	Ritmos Latinos / Salón Auxiliar 1
11:00 a 12:00 horas	Gimnasia Especial / Gimnasio Carlos Fishbein
11:00 a 12:00 horas	Gimnasia Terapéutica / Salón Anexo al Mural
11:00 a 12:00 horas	Baile y fortalecimiento físico / Salón Abraham Broitman
11:00 a 12:00 horas	Yoga / Salón Ballet 1
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
16:00 a 19:00 horas	Cine Reflexión La provocación/ Auditorio Marcos y Adina Katz

JUEVES 28 DE NOVIEMBRE

11:00 a 12:00 horas	Ritmos Latinos / Salón Auxiliar 1
11:00 a 14:00 horas	Beyajad / Salida al Centro de Tlalpan y Multiforo Tlalpan

DOMINGO 1 DE DICIEMBRE

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



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



A PARTIR DE LOS 18 AÑOS DE EDAD
Miércoles 16:00 horas
Salón Ejecutivo Moisés Gitlin
PROFESORA:
AMADA CORKIDI

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



Incluido sin costo
con tu membresía



PUNTO CDI
UNA COMUNIDAD EN MOVIMIENTO



CALENDARIO DE ACTIVIDADES DEPORTES CDI

EDAD	DEPORTE	HORARIO		SALÓN
		LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	
4 a 12 meses	BABY GYM 1	16:30 a 17:30 horas	16:30 a 17:30 horas	Auxiliar 2
13 a 23 meses	BABY GYM 2	17:30 a 18:30 horas	17:30 a 18:30 horas	Auxiliar 2
2 a 2 años 11 meses	AVVENTURA DEPORTIVA	16:30 a 17:30 y 17:30 a 18:30 horas	16:30 a 17:30 y 17:30 a 18:30 horas	Auxiliar 3
3 a 3 años 11 meses	PLAY BALL	16:30 a 17:30 y 17:30 a 18:30 horas	16:30 a 17:30 y 17:30 a 18:30 horas	Auxiliar 1
4 a 5 años 11 meses	MINICAMPEONES	16:30 a 17:30 y 17:30 a 18:30 horas	16:30 a 17:30 y 17:30 a 18:30 horas	Auxiliar 1

ACTIVIDADES CDI

EDAD	CLASE	HORARIO		SALÓN
		LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	
2-3 años	DANCE LAB I	16:40 a 17:40 horas	16:40 a 17:40 horas	Coreo 5
	PEQUEÑOS ARTISTAS I	17:40 a 18:40 horas	17:40 a 18:40 horas	Salón 2 Espacio Cultural Abud y Mery Attie
4-5 años	DANCE LAB II	17:40 a 18:40 horas	17:40 a 18:40 horas	Coreo 6
	PEQUEÑOS ARTISTAS II	16:40 a 17:40 horas	16:40 a 17:40 horas	Salón 2 Espacio Cultural Abud y Mery Attie

PREDEPORTES PUNTO CDI MONTE SINAI

EDAD	CLASE	HORARIO				SALÓN
		LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES		
3 a 4 años	PREDEPORTES	16:30 a 17:30 horas	Punto CDIMS	16:30 a 17:30 horas	Punto CDIMS	Color Morado
4 a 5 años	PREDEPORTES	17:30 a 18:30 horas	Punto CDIMS	17:30 a 18:30 horas	Punto CDIMS	
3 a 4 años	PREDEPORTES	16:30 a 17:30 horas	Olamí Plus	16:30 a 17:30 horas	Olamí Plus	Cancha del kinder
	PREDEPORTES	17:30 a 18:30 horas	Olamí Plus	17:30 a 18:30 horas	Olamí Plus	

ACTIVIDADES PUNTO CDI MONTE SINAI

EDAD	CLASE	HORARIO			
		LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES	
2 a 3 años	DANCE LAB I	16:30 a 17:30 horas	Salón Pan y Canela 3	16:30 a 17:30 horas	Salón de Música Kinder
	PEQUEÑOS ARTISTAS I	17:30 a 18:30 horas	Salón de Arte	17:30 a 18:30 horas	Markers de Kinder
4 a 5 años	DANCE LAB II	17:30 a 18:30 horas	Salón Pan y Canela 3	17:30 a 18:30 horas	Salón de Música
	PEQUEÑOS ARTISTAS II	16:30 a 17:30 horas	Salón de Arte	16:30 a 17:30 horas	Markers de Kinder

MACABI HATZAIR MÉXICO

LUDOTECA CDI

EDAD	CLASE	HORARIO	
4 a 5 años	MACATAN	Sábados de 11:00 a 13:00 horas	De 0 a 5 años Entrada libre

¡EL CAMINO QUE NOS TRAJO AQUÍ... HOY!

// MTRA. SHARON SKVIRSKY
Presidenta del Comité de Juventud CDI

El martes 19 de noviembre tuve la oportunidad de vivir un momento único. Ver reflejados en un video **124 años de historia de nuestra Comunidad Judía de México** fue mucho más que un recorrido por el pasado; fue un recordatorio profundo de quiénes somos y de todo lo que se ha logrado para estar aquí, hoy.

Gracias al **Comité Central de la Comunidad Judía de México y a las comunidades Monte Sinai, Ashkenazí, Maguén David, Sefaradí, Bet El y el Centro Deportivo Israelita** por este logro, por esta invitación que nos llena de orgullo.

Mientras lo veía, no podía dejar de pensar en el difícil camino que atravesaron nuestros ancestros para construir esta comunidad que tanto nos da. **Sentí un orgullo** inmenso al darme cuenta del esfuerzo, la valentía y la resiliencia que nos trajeron hasta aquí. También me hizo reflexionar sobre todo el activismo y trabajo que he hecho dentro de la comunidad: **ha valido la pena, pero aún queda mucho por hacer.**

En el video hubo una frase que resonó profundamente conmigo y que jamás olvidaré: **“Fácil es sólo una palabra. Fue mucho trabajo, mucha lucha, y ahora aquí estamos.”** No fue fácil, y eso lo hace aún más valioso.

Este video también me dejó una reflexión importante: **nada de esto puede darse por hecho.** Nos toca a nosotros, como jóvenes, valorar lo que tenemos y transmitirlo a las



generaciones que vienen. Detrás de cada logro, cada tradición y cada espacio, está el trabajo de mucha gente que soñó con que hoy disfrutáramos de una comunidad tan rica en valores, historia y unión.

Y, por supuesto, gracias a este país, México, por habernos abierto las puertas. Por habernos permitido establecernos, crecer y construir esta comunidad que hoy es un ejemplo de

unidad, esfuerzo y valores. Este suelo ha sido testigo de nuestra historia, y es aquí donde seguimos trabajando para aportar y mejorar el mundo que nos rodea.

Para mí, este momento fue un llamado a la acción: **seguir construyendo, cuidando lo que tenemos y transmitiendo nuestra identidad con orgullo.** Ser judío no es sólo pertenecer a una comunidad; es vivir con principios, aportar al mundo y recordar siempre de dónde venimos.

Si no lo viste, te invito a que lo hagas. **“EL CAMINO QUE NOS TRAJO AQUÍ... HOY”** no es sólo un video, es una experiencia que te conecta con nuestras raíces y te inspira a seguir adelante.

Y si no sabes cómo encontrarlo, no te preocupes. Como **JUVENTUD CDI**, haremos pronto una proyección para que, si no lo viste, esta sea una gran oportunidad.

Para mí, fue único vivirlo. ¿Y para ti?

Síguenos en nuestras redes
@juventudcdi

Judaísmo Fitness: Keep Healthy to Keep Holy

// MTRA. SHARON SKVIRSKY
Presidenta del Comité de Juventud CDI

Este evento, que se llevó a cabo el miércoles 20 de noviembre en el auditorio de Punto CDI Monte Sinai, no solo fue una oportunidad para explorar la relación entre nuestra tradición y el cuidado personal, sino también para reflexionar sobre cómo el bienestar físico, mental y espiritual nos fortalece como individuos y como comunidad.

El CDI tiene como misión promover un estilo de vida activo, saludable y conectado con nuestros valores judíos. Creemos que cuidar de nuestros cuerpos y mentes no es solo un acto personal, sino una responsabilidad colectiva que impacta positivamente a nuestras familias, a nuestros amigos y a las futuras generaciones.

Hoy tuvimos el privilegio de contar con un panel de expertos excepcionales:

- El Rabino Joseph Dweck, quien nos brindó una perspectiva profunda sobre cómo nuestra tradición valora el cuidado personal como una forma de santidad.
- El Dr. Eduardo Roditi, quien nos compartió información basada en la ciencia moderna para tomar decisiones informadas sobre nuestra salud.
- Y Esperanza Daniel, nutrióloga y maestra de spinning, que aportó consejos prácticos para mantener un equilibrio entre la alimentación y el ejercicio.



A través de este diálogo, la idea es seguir impulsando los valores que representan al CDI: comunidad, bienestar, identidad y aprendizaje constante. Porque ser parte del CDI no es solo pertenecer a un espacio físico, sino formar parte de una red que busca inspirar a todos sus miembros a alcanzar su máximo potencial.

¡Se disfrutó del evento, que sea el primero de muchos encuentros que fortalezcan cuerpo, mente y alma!

¡Una asistencia de 70 personas, en su mayoría jóvenes!

MAAYÁN HAJAIM

APRENDE A ELABORAR MEJORES ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO PARA SER MÁS FELIZ RELATIVIZANDO

i Recuerdas el rasgo físico que te acomplejaba durante tu adolescencia y que hoy parece totalmente irrelevante? ¿Recuerdas aquel suceso que, en el momento parecía, catastrófico y actualmente es sólo un vago recuerdo sin importancia? Con frecuencia, necesitamos que el paso del tiempo suavice la intensidad emocional de los acontecimientos. Pero, ¿cuánto sufrimiento nos ahorraría saber hacerlo en el presente? Aprende a relativizar y serás mucho más feliz.

Esta es una realidad que habrás experimentado por ti mismo en numerosas ocasiones. Quienes padecen o han padecido una enfermedad grave han comprendido, a las malas, que mucho de lo que nos preocupa es realmente insignificante. Y es que una discusión con la pareja, un error en el trabajo o una travesura de nuestros hijos son asuntos que palidecen ante un impacto de tal magnitud.

¿Por qué esperar a que un revés de la vida nos muestre lo verdaderamente valioso? ¿Por qué no aprender a gestionar esa mente que hace montañas de granos de arena? Relativizar es quitar la atención de esa piedra en el camino y levantar la mirada hacia el majestuoso paisaje que la rodea. Pero, ¿por qué nos cuesta tanto y cómo podemos lograrlo?

El cerebro está diseñado para garantizar tu supervivencia, no para hacerte feliz. Por lo mismo, te resulta mucho más sencillo identificar dificultades y contratiempos que detectar oportunidades y bendiciones. Los seres humanos tenemos inclinación natural a enfocarnos en lo que va mal y dar por sentado lo que va bien. Basta con comprobar que sólo una de las cuatro emociones básicas está relacionada con afectos positivos.

Así, cuando nuestro incesante radar detecta un contratiempo, enfoca toda nuestra energía mental en esa dirección. Una mancha en la ropa o en el mantel, un comentario desafortunado de nuestra pareja o ese amigo que nos cancela un plan son suficientes para mantenernos todo el día de mal humor. ¿Cómo podemos contrarrestar esta tendencia?

Seguramente tú ya eres consciente de que esto sucede y te gustaría evitarlo. Sin embargo, es complejo modificar la forma en la que llevamos pensando, reaccionando y actuando durante años. A continuación, te presentamos algunas claves que pueden ayudarte a lograrlo.

Método 10-10-10

Así, ante cualquier acontecimiento que te perturbe, pregunta: ¿cómo me afectará esto en 10 minutos? ¿Y en 10 meses? ¿Y en 10 años? Este sencillo ejercicio nos aporta una interesante perspectiva y nos ayuda a contemplar la importancia real de un suceso.

Que tu hijo deje caer un vaso y se rompa apenas tendrá importancia en 10 minutos, y mucho menos más adelante. ¿Vale la pena enfadarse, gritarle o iniciar un conflicto por



esto? Si olvidas entregar un proyecto a tiempo en el trabajo puedes tener consecuencias negativas. Pero ¿qué relevancia tendrá esto en 10 años? ¿Hasta qué punto es necesario, entonces, que te tortures por este error? Aprende a relativizar.

Es cierto que la mente tiene una cierta predilección por los problemas, pero con el fin de resolverlos. Muchas veces somos nosotros los que magnificamos la importancia de un suceso al pensar demasiadoantes de decidirnos a pasar a la acción.

¿Puedes ponerle remedio a lo ocurrido? Entonces, hazlo: cámbiate la camisa manchada, recoge el vaso roto del suelo o dialoga con tu pareja para hacer las paces. ¿No puedes hacer nada? Entonces, ¿para qué preocuparte si no está en tus manos? Siente, sí, pero gestiona esos sentimientos; no te quedes atrapado en ellos.

La psicología positiva se ocupa de fomentar y potenciar las fortalezas del ser humano que le acercan a la felicidad y la autorrealización. Y muchas de estas cualidades son grandes aliadas para aprender a relativizar: la gratitud, el perdón o el optimismo nos colocan en un estado mental sosegado y apacible. Son excelentes herramientas para comenzar a enfocarnos en lo positivo y abordar las dificultades con templanza y resiliencia. Practícalas cada día y notarás los cambios. ■

Si requieres apoyo comunicate a Maayán Hajaim al 55 5292 5131

KATALYST
DESARROLLO

FORWARD

Taller para MUJERES

1 taller de 5 sesiones



Coach integral de vida y negocios.
Coach de Katalyst

Linda Haber

Sesiones:

- 1 Cómo construir una mentalidad de posibilidades.
27 noviembre, 4:45 - 5:30 pm
- 2 Conecta con tus dones, talentos y habilidades.
2 diciembre, 4:45 - 5:30 pm
- 3 Establece tus objetivos.
4 diciembre, 4:45 - 5:30 pm
- 4 Construye tu modelo de vida.
9 diciembre, 4:45 - 5:30 pm
- 5 Manos a la obra
16 diciembre, 4:45 - 5:30 pm

El taller se llevará a cabo en el CDI
El costo será de \$1800 por persona.

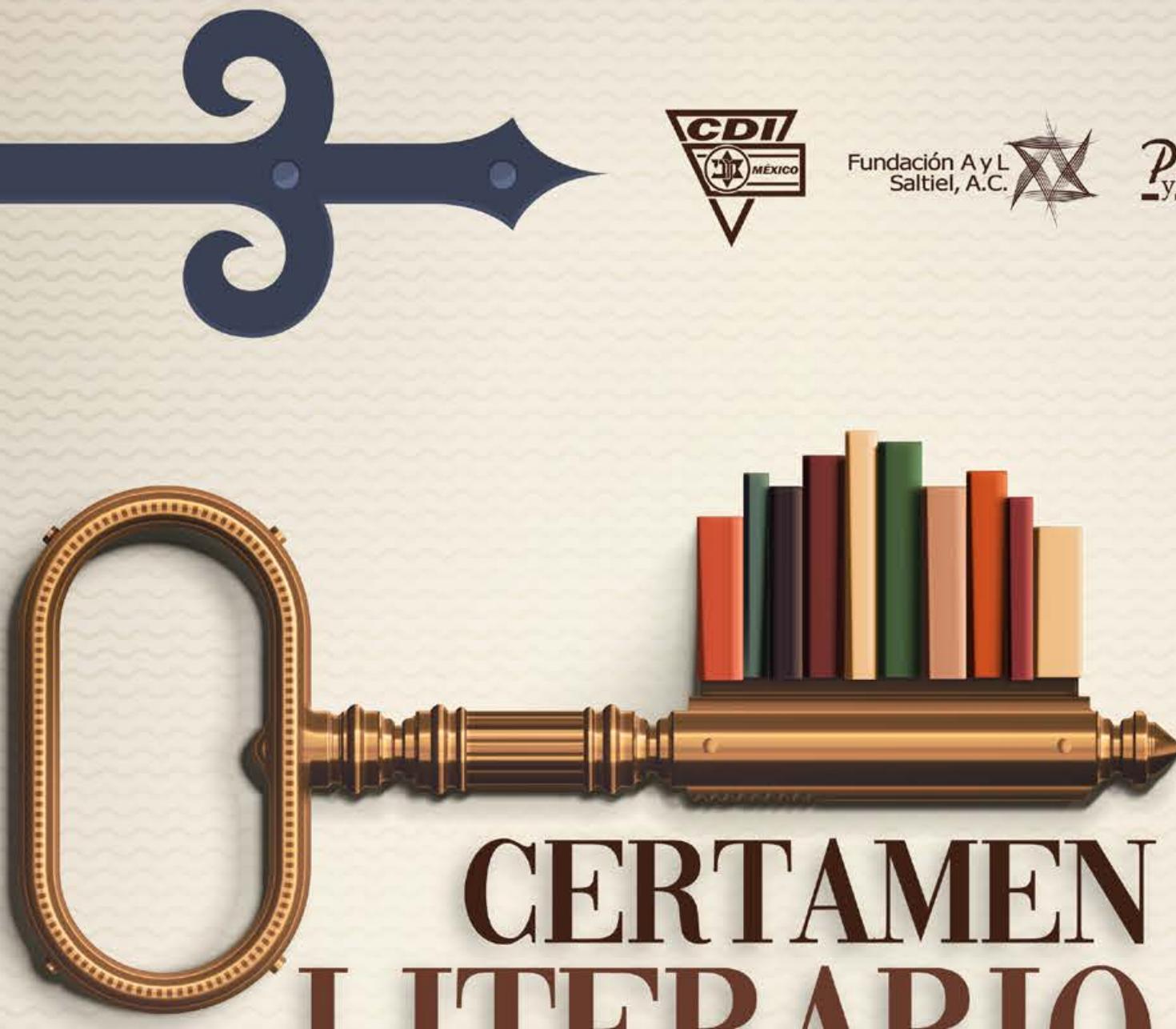
■ ¡Aparta tu lugar, tenemos
cupo limitado a 15 mujeres! ■

Contáctanos

+52 55 9505 4457
desarrollo@katalyst.org.mx

Donado para Leliluy Nishmat Daniela Sarah Bat Sophie





CERTAMEN LITERARIO

CEREMONIA DE PREMIACIÓN
8 de diciembre, 2024
13:00 horas,
Salón Mural del CDI

Informes al teléfono 55 2629 7400, extensión 552.

@cdideporvida



COLEGIO ATID

CUANDO LA ÉTICA DEFINE AL LÍDER

// DEBORA WLODAWER

Directora de Elementary del Colegio Atid

Recientemente tuve la oportunidad de visitar el Museo de Memoria y Tolerancia en la Ciudad de México con mi hija de 17 años. Durante nuestro recorrido, nos encontramos con la exposición temporal de Ana Frank, una experiencia profundamente conmovedora que nos llevó a reflexionar sobre la vida, los sentimientos y las vivencias de la familia Frank. Esta exposición te permite no sólo conocer la historia de esta familia, sino también adentrarte en su refugio: la "casa de atrás", donde permanecieron escondidos por aproximadamente dos años.

Uno de los aspectos que más me impactó fue el reconocimiento a las personas conocidas como "Justos entre las Naciones". Estas eran personas que, durante el Holocausto, arriesgaron sus vidas para proteger a familias judías, entre ellas, la familia Frank. Muchos de estos héroes eran empleados de Otto Frank, quienes lo cuidaron a él y su familia, sin importar que ponían en peligro sus propias vidas.

Al salir de la exposición, me quedé pensando en Otto Frank como líder. ¿Qué clase de jefe fue para que sus empleados no sólo quisieran ayudarlo, sino también arriesgar sus vidas por él? ¿Qué tipo de vínculo estableció con ellos para inspirar tal nivel de compromiso y lealtad en una época en la que apoyar a los judíos era peligroso y muchos veían la oportunidad de aprovechar la situación para su propio beneficio?

La respuesta, para mí, es clara: Otto Frank debió ser un líder extraordinario, con un impacto positivo tan grande en sus empleados que estos estaban dispuestos a hacer lo impensable para protegerlo. Esto me llevó a cuestionarme algo fundamental: ¿Cuántos de nosotros, como líderes, podemos decir que tenemos ese tipo de impacto en las personas que trabajan con nosotros?

Es un ejercicio de introspección que me lleva a preguntarme, ¿cómo gestionamos nuestro liderazgo en el día a día? ¿Somos líderes que inspiran lealtad y compromiso, o simplemente mantenemos relaciones jerárquicas donde el vínculo se basa en la necesidad y no en el afecto o el respeto? Como líderes, debemos reflexionar sobre el tipo de relaciones que construimos con nuestro equipo, ¿somos líderes verticales, que imponen órdenes, o somos líderes horizontales, que buscan construir vínculos de colaboración y confianza?

Senge (1990, citado por Bolívar, A. 2000) afirma que el liderazgo no sólo implica la toma de decisiones desde una posición de autoridad, sino también la responsabilidad de diseñar procesos de aprendizaje para que el personal de una organización pueda abordar situaciones críticas y desarrollar su dominio en las disciplinas de aprendizaje. Así, el líder no es un experto que impone su visión, sino un facilitador que guía a los miembros de su equipo a reestructurar sus puntos de vista y a pensar más allá de las respuestas reactivas, fomentando una comprensión sistémica de la realidad.

En una organización inteligente, los líderes, aunque pueden comenzar siguiendo su propia visión, aprenden a escuchar las visiones de los demás, comprendiendo que su propia perspectiva es parte de un todo más amplio (Senge, 1992a: 433, citado por Bolívar, A. 2000). Soy directora de



una escuela primaria perteneciente a la red judía de México y me siento profundamente comprometida con la formación de los próximos líderes de nuestra sociedad. Mi responsabilidad es formar ciudadanos capaces de impactar positivamente en la vida de las personas que los rodean, ciudadanos que actúen con un fuerte sentido de responsabilidad y ética. Líderes que no sólo dirijan, sino que lo hagan con valores, empatía y un profundo respeto por los demás.

El legado de Otto Frank no es sólo el de un sobreviviente, sino el de un líder que inspiró a su equipo a actuar con valentía y humanidad. Esa es la clase de liderazgo que debemos aspirar a inculcar en las generaciones futuras. Líderes que, a través de sus acciones, dejen una huella imborrable en las vidas de quienes los rodean. Es nuestra labor formar personas que impacten, que sumen, que tengan el poder de dirigir y guiar a otros con la misma influencia positiva con la que Otto Frank, sin duda, impactó en su personal. Porque, al final del día, el verdadero éxito de un líder no se mide por los títulos o las posiciones, sino por la capacidad de transformar vidas y crear un legado de humanidad y generosidad. ■

Referencia:

- Bolívar, A. (2000). El liderazgo compartido según Peter Senge. Liderazgo y organizaciones que aprenden. Bilbao, ICE de la Universidad de Deusto, 2000, pp. 459-471.
https://www.researchgate.net/profile/Antonio-Bolivar/publication/300170863_El_liderazgo_compartido_segun_Peter_Senge/links/5709da9708aed09e916f9ad3/El-liderazgo-compartido-segun-Peter-Senge.pdf

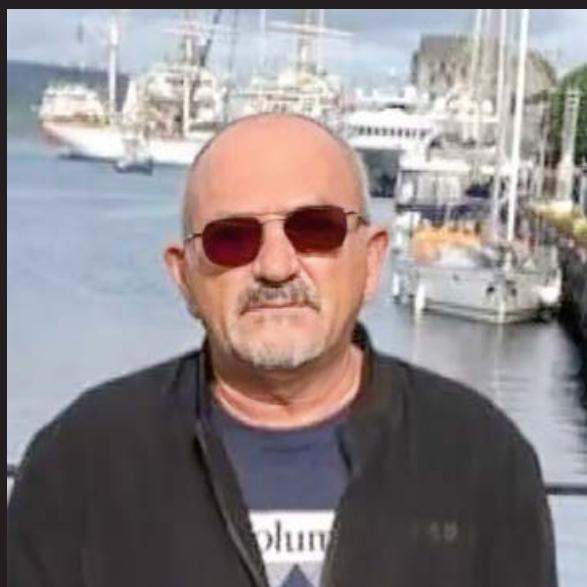
101 REHENES DETENIDOS EN GAZA

Aunque la herida sigue abierta con 101 secuestrados, vidas interrumpidas desde el 7 de octubre de 2023 a manos de los terroristas, nosotros no perdemos la fe de que regresen sanos y salvos a casa. Son madres, padres, hijos, abuelos, bebés y adolescentes; cada uno con una historia personal que merece ser contada, cada uno con una familia que espera su retorno. Como una forma de visibilizar y crear conciencia de quienes continúan retenidos; en la presente edición de CDInforma damos continuidad a la presentación de 6 víctimas, su foto y un breve perfil. ■



Omer Neutra

Israelí-estadounidense de 22 años y nieto de supervivientes del Holocausto, estaba prestando servicio como comandante de tanque cerca de Gaza cuando Hamás atacó. Los padres de Omer afirman que la embajada israelí les informó de que había sido secuestrado.



Itzik Elgarat

De 69 años, fue secuestrado en Nir Oz y, según se informa, recibió un disparo en la mano durante el ataque. Su teléfono fue rastreado hasta Gaza después del ataque.



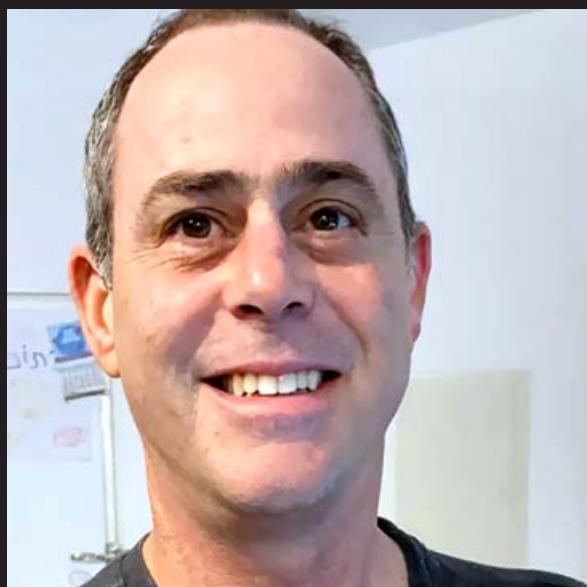
Gadi Moses

De 80 años, también fue secuestrado en Nir Oz, donde trabajaba como experto agrícola. Su pareja, Efrat Katz, murió en el ataque. En septiembre, su familia le dijo a la prensa israelí que no habían tenido noticias de él desde diciembre de 2023, cuando apareció en un video de propaganda de Hamás.



Nimrod Cohen

De 20 años, fue secuestrado en Nahal Oz. Después de su secuestro, su padre fue invitado a reunirse con el Papa Francisco en Roma junto con las familias de otros rehenes.



Tsachi Idan

De 50 años, fue secuestrado por hombres armados de Hamás de su casa en Nahal Oz. Su hija mayor, Maayan, que acababa de cumplir 18 años, fue asesinada a tiros en el ataque. En agosto, la esposa de Tsachi, Gali, dijo a la televisión estadounidense que lo último que había oído de su marido fue un informe de rehenes en noviembre de 2023.



Yarden Bibas

De 34 años, fue secuestrado en Nir Oz junto con su esposa, Shiri, y sus dos hijos pequeños, Ariel y Kfir. En una entrevista televisiva en junio, el ministro israelí Benny Gantz indicó que el gobierno sabía lo que le había sucedido a la familia Bibas, pero dijo que aún no podía brindar detalles.

NETANYAHU VISITÓ EL CENTRO DE LA FRANJA Y ASEGURÓ QUE HAMÁS NO GOBERNARÁ GAZA

El primer ministro de Israel, Benjamín Netanyahu, visitó el centro de Gaza y afirmó que el grupo terrorista palestino Hamás no gobernará la Franja. Además, advirtió que cualquiera que haga daño a los rehenes israelíes pagará un precio alto.

Netanyahu destacó que las tropas de las Fuerzas de Defensa de Israel (IDF) "lograron excelentes resultados hacia nuestro importante objetivo: que Hamás no gobierne en Gaza".

"Estamos destruyendo sus capacidades militares de manera impresionante y estamos avanzando hacia sus capacidades de gobierno. Hamás no estará en Gaza", agregó.

El premier israelí recorrió la zona junto al ministro de Defensa, Israel Katz, el líder de las IDF, teniente general Herzi Halevi, y el jefe del Shin Bet, Ronen Bar.



En referencia a los secuestrados que permanecen cautivos en el enclave costero palestino, Netanyahu expresó: "No retrocederemos en nuestro empeño. Seguiremos haciéndolo hasta que lleguemos a todos, tanto a los vivos como a los muertos".

Asimismo, dirigiéndose a "quienes retienen a nuestros rehenes", el primer ministro detalló: "Quien se atreva a hacer daño a nuestros rehenes asumirá la responsabilidad. Los perseguiremos y los atraparemos".

Netanyahu reiteró su oferta de entregar 5 millones de dólares a cualquier persona en la Franja que entregue a un secuestrado israelí: "La elección está en sus manos, pero el resultado será el mismo. Traeremos a todos a casa". ■

Fuente: AJN

Israel pide al Consejo de Seguridad que actúe contra las milicias proiraníes de Irak

El ministro de Exteriores, Gideon Saar, envió una carta al presidente del Consejo de Seguridad de la ONU para pedirle que tome medidas "inmediatamente contra la acción de las milicias proiraníes en Irak" que han lanzado decenas de ataques contra Israel.

"Pedí que se tomen medidas inmediatas respecto a la actividad de las milicias proiraníes en Irak, cuyo territorio está siendo utilizado para atacar a Israel", escribió Saar en su cuenta de X.

Asimismo, Saar solicita al máximo órgano de Naciones Unidas que "actúe urgentemente para garantizar que el Gobierno iraquí cumpla sus obligaciones en virtud del derecho internacional y para que cesen estos ataques contra Israel".

Además, subraya que el Gobierno iraquí es responsable de lo que ocurre en su territorio y recuerda que "Israel tiene el derecho a defenderse, tal y como está consagrado en la Carta de las Naciones Unidas", sin dar más detalles.

El ministro cita a las milicias Kataib Hizbulá, Asaib Ahl al Haq, Al Nu-jaba, Kataib Sayid al Shuhada, Ansar Alá al Awfiya y las brigadas Badr, a las que acusa de haber lanzado "cientos de drones contra Israel".

En su misiva, cita un ataque lanzado el pasado 3 de octubre desde suelo iraquí con dos drones explosivos, uno de los cuales fue interceptado, mientras que el otro impactó contra una base militar y asesinó a dos soldados israelíes.

Las milicias iraquíes que reivindican ataques contra Israel forman parte del llamado "Eje de la Resistencia", integrado también por el grupo terrorista libanés chií Hezbolá, el terrorista islámico palestino Hamás y los insurgentes hutíes del Yemen, todos respaldados por Irán y que no reconocen la existencia del Estado de Israel.

Desde que se inició la guerra entre Israel y el grupo terrorista Hamás en Gaza, las milicias iraquíes han lanzado decenas de ataques con drones y proyectiles hacia Israel, así como bases militares con presencia estadounidense en Irak y Siria. ■

Fuente: EFE

EN HONOR A UN SOLDADO CAÍDO EN GAZA

Más de 300 personas pedalearon en bicicleta en un evento benéfico

Fundado en 1932, el Hospital ALYN es un centro de rehabilitación integral para niños, adolescentes y adultos jóvenes con discapacidades físicas, ubicado en Jerusalén.

Todos los años, el hospital lleva a cabo el evento benéfico Wheels of Love que busca recaudar dinero para la institución. En 2023, el evento tuvo que suspenderse debido al estallido de la guerra entre Israel y Hamás en octubre.

Es por esto que este año, el recorrido en bicicleta que se llevó a cabo del 10 al 14 de noviembre de 2024, fue dedicado a la memoria del Sargento Primero Yakir Hexter, un voluntario comprometido con ALYN, fallecido en Gaza en enero de 2024 mientras servía en la reserva del ejército israelí.

Fueron 330 las personas que participaron, muchos de ellos provenientes del extranjero, quienes recaudaron cerca de 3 millones de dólares para la institución. También participó la familia de Hexter, incluidos su hermano menor Ezra y su padre Josh, que llevaron el nombre de Yakir en las camisetas oficiales.

El recorrido comenzó con un acto de solidaridad en el Kibutz Be'eri y continuó por diferentes rutas hasta culminar en Jerusalén. Los encargados de entregar las medallas a los ciclistas fueron los pacientes del hospital, algunos de ellos niños con discapacidades.

Fuente: Agencias

¿Influencer o líder de opinión?

// ILAN ARDITI

Es común utilizar la palabra “influencer” para referirse a aquellos que trabajan su marca personal y están buscando construir un liderazgo de opinión frente a sus audiencias.

■ El líder de opinión

Es una persona que es percibido por los demás como una autoridad o una fuente confiable de información, noticias, o reflexiones; y cuyos puntos de vista son tomados como modelo por un grupo social o una comunidad en particular.

Se ha ganado el reconocimiento, confianza y respeto de una audiencia en un campo específico debido a su experiencia, conocimientos y trayectoria. Su autoridad se basa en sus logros y contribuciones a una industria o área de expertise, lo que le otorga credibilidad para que otros tomen sus opiniones como información veraz.

■ Influencer

Es una persona que ha ganado una audiencia significativa, principalmente en plataformas digitales, debido a su capacidad para crear contenido atractivo y conectar emocionalmente con su público. Los influencers pueden abarcar diversas áreas, como moda, tecnología o estilo de vida, y su capacidad para influir proviene de la relación que establecen con su audiencia, más que de su experiencia técnica o profesional en un área específica.

Los influencers suelen crear contenido en torno a nichos como moda, estilo de vida, tecnología o belleza, y utilizan su visibilidad para promocionar productos, servicios o ideas. Su éxito se mide en gran parte por el nivel de interacción y compromiso que generan entre sus seguidores.

■ Líder de opinión vs. Influencer

El principal objetivo de un influencer es construir una audiencia lo suficientemente grande y comprometida para ser atractivo a las marcas para así, a través de colaboraciones comerciales y acuerdos de patrocinio, monetizar su contenido.

Por otro lado, un líder de opinión no se enfoca en acumular seguidores, sino en cómo quieras que te vean, qué valores y competencias deseas que el mundo asocie contigo, y sobre todo, quiénes quieras que confíen en ti.

En otras palabras, y como bien lo expuso Florencia, los influenciadores buscan aumentar Los influencers monetizan su contenido a través de “brand deals”.

Mientras que los líderes de opinión buscan aumentar su “brand equity” a través de demostrar, enseñar e impactar a sus audiencias para que así mismo esto se traduce en el crecimiento de sus carreras o negocios gracias a una cada vez más sólida posición en el mercado.



¿Un influencer puede convertirse en líder de opinión?

¿O viceversa?

Sí, un influencer puede ser también un líder de opinión, y viceversa, pero no siempre sucede.

■ De influencer a líder de opinión:

Para que un influencer evolucione hacia ser un líder de opinión, necesita trascender la popularidad y ganar autoridad basada en conocimiento. Esto implica adquirir y demostrar expertise en un campo específico. Por ejemplo, un influencer de fitness podría convertirse en líder de opinión si obtiene certificaciones relevantes, publica investigaciones o trabaja como consultor para grandes marcas en el sector.

El cambio ocurre cuando su audiencia ya no solo sigue sus recomendaciones por simpatía o conexión, sino que valora sus opiniones por la profundidad y veracidad de su conocimiento en la materia.

■ Un líder de opinión que se convierte en influencer:

En este caso, un líder de opinión, que ya cuenta con credibilidad profesional, puede usar las plataformas digitales para amplificar su mensaje y generar una mayor conexión emocional con una audiencia más amplia. Un buen ejemplo es cuando académicos o profesionales técnicos, como médicos o abogados, usan redes sociales no solo para compartir contenido científico, sino también para humanizarse y conectar con sus seguidores en un nivel más personal.

La clave es que mantengan su autoridad intelectual mientras desarrollan una presencia más accesible, lo que genera un equilibrio entre la confianza técnica y la autenticidad personal.

Tanto los influencers como los líderes de opinión pueden generar un impacto significativo, pero la pregunta clave es: ¿qué tipo de impacto deseas tener? Si te interesa construir una audiencia masiva y trabajar con marcas, tal vez el camino de influencer sea el adecuado para ti. Sin embargo, si deseas posicionarte como un líder en tu industria y atraer oportunidades a largo plazo, invertir en tu marca personal es esencial. ■

INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Del check-in virtual a la experiencia personalizada

La Inteligencia Artificial (IA) ha dejado de ser una promesa futurista para convertirse en una herramienta cotidiana en el sector turístico global. Así quedó demostrado durante la reciente Cumbre de Innovación Turística 2024, donde representantes de destinos turísticos y empresas del sector compartieron sus avances en la implementación de esta tecnología.

"La IA es como un tsunami que nos está arrasando", señaló una de las expertas del sector durante el evento, aunque rápidamente matizó que este tsunami trae más beneficios que inconvenientes. Como ejemplo, mencionó que la traducción simultánea mediante IA ya alcanza una fiabilidad del 90%, lo que está revolucionando la comunicación con los turistas internacionales.

Los organismos de gestión turística están encontrando en la IA un aliado inesperado. Diversos destinos la utilizan para detectar irregularidades que dañan el ecosistema turístico, implementando sistemas de IA para identificar alojamientos turísticos ilegales y gestionar el flujo de visitantes. Sin embargo, los expertos reconocen que aún hay camino por recorrer en la implementación de estas tecnologías en el sector público.

En el sector privado, las innovaciones son aún más llamativas. Grandes cadenas hoteleras han desarrollado "viajes inmersivos" que permiten a los huéspedes explorar virtualmente las instalaciones antes de su llegada. "Pero todavía no aprovechamos al máximo los datos recopilados para personalizar las experiencias", admitió un ejecutivo de una importante cadena hotelera internacional.

Las aerolíneas también han dado un paso adelante con asistentes virtuales basados en IA generativa que resuelven problemas comunes de los clientes. "Esto no sólo mejora la experiencia del usuario, sino que también reduce nuestros costes operativos", explicó un director de tecnología del sector aéreo.

Sin embargo, en medio de esta revolución tecnológica, surge una preocupación importante: la inclusividad. Los expertos advierten que "hay 1.200 millones de personas con discapacidad en el mundo y, si no tenemos en cuenta sus necesidades, nuestra tecnología estará sesgada y dejaremos a mucha gente atrás".

Los reguladores están tomando cartas en el asunto. A través de diferentes normativas, buscan establecer marcos



que fomenten la innovación de forma segura y transparente. Los especialistas enfatizan que "la IA tiene un gran potencial para mejorar las estrategias y los negocios, pero necesitamos regular su uso para garantizar la seguridad y la ética".

Los expertos predicen que en los próximos cinco años la experiencia de viaje será completamente digital. La clave del éxito residirá en la colaboración entre todos los actores del sector para crear experiencias más fluidas y personalizadas, accesibles para todos los viajeros, independientemente de sus capacidades.

En este nuevo panorama, la industria turística se posiciona como un laboratorio de innovación donde la IA está transformando desde la gestión de destinos hasta la experiencia del viajero, marcando el camino hacia un turismo más inteligente, sostenible e inclusivo. Los avances incluyen desde sistemas biométricos en aeropuertos que agilizan el proceso de embarque, hasta habitaciones de hotel inteligentes que se adaptan automáticamente a las preferencias del huésped.

La tecnología sin contacto también está ganando terreno, con una reducción significativa en el uso de papel en las habitaciones de hotel y la implementación de pagos digitales. Todo esto forma parte de una transformación más amplia que promete revolucionar la forma en que viajamos y experimentamos nuevos destinos. ■

Fuente: Agencias

Haikú

// GRACE NEHMAD*

T e inventas, eres.
Descubres las miradas
de viejos sueños.

*Filósofa, poeta y pintora.





SABORES DEL MUNDO

Kugel polaco de manzana y canela

Ingredientes

- 500 gramos de pasta corta (como fideos)
- 4 huevos grandes
- 1 lata de leche condensada (390 gramos)
- 2 tazas de leche evaporada
- 2 ramas pequeñas de canela
- 2 cucharadas de canela molida
- 100 gramos de pasas de uva
- 2 manzanas verdes
- 2 cucharadas de esencia de vainilla
- 1 cucharada de mantequilla
- 1 cucharada de harina de trigo
- zarzamoras para decorar

Instrucciones:

- 1. Prepara la pasta:** Cocina la pasta en abundante agua hirviendo con las ramas de canela hasta que esté al dente. Esurre y enfria bajo agua fría.
- 2. Prepara la mezcla:** En un bol grande, bate los huevos con la leche condensada y la leche evaporada. Agrega la vainilla, la canela molida, las pasas y las manzanas cortadas en cubos.
- 3. Combina:** Incorpora la pasta cocida a la mezcla anterior y revuelve bien.
- 4. Hornea:** Engrasa una fuente para horno con mantequilla y harina. Vierte la mezcla de pasta y hornea a 180°C durante aproximadamente 45-60 minutos, o hasta que esté dorado y firme.
- 5. Sirve:** Deja enfriar ligeramente antes de servir. Puedes espolvorear con canela adicional al gusto.

Consejos:

- **Variantes:** Puedes utilizar otros tipos de pasta, como fideos anchos o cabello de ángel. También puedes añadir otras frutas, como peras o ciruelas pasas.
 - **Dulzor:** Si prefieres un kugel más dulce, puedes agregar un poco más de azúcar o leche condensada.
 - **Textura:** Para una textura más cremosa, puedes agregar un poco de queso crema o requesón a la mezcla.
- ¡Disfruta de este delicioso postre polaco! ■

SALUD

Immunai y Teva se asocian para desarrollar terapias contra el cáncer

Teva Pharmaceutical Industries es una compañía farmacéutica internacional con sede central en Petah Tikva, Israel que se especializa en medicamentos genéricos e ingredientes activos.

Recientemente, la farmacéutica anunció una colaboración con la compañía biotecnológica Immunai Inc para avanzar en programas de inmunología e inmuno-oncología, más específicamente en el desarrollo de fármacos utilizando inteligencia artificial.

Immunai desarrolla terapias novedosas combinando genómica de célula única y aprendizaje automático para decodificar el sistema inmunológico. Según Noam Solomon, CEO de la empresa, la colaboración busca enfrentar el desafío de desarrollar medicamentos, un proceso "desafiante, largo y costoso".

Además, agregó que "a través de nuestra asociación con Teva, estamos ansiosos por utilizar nuestro motor basado en IA, el Immunodynamics Engine (IDE)™, para agilizar este proceso y facilitar la entrega de nuevas terapias a los pacientes". ■

Fuente: Agencias



CLUB DE LECTURA

Te esperamos para comentar el libro
NORMAS DE CORTESÍA
 de Amor Towles

Jueves 28 de noviembre, 2024
 a las 19:30 horas por Zoom

zoom

CDI BIBLIOTECA

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

iTransforma tu idea en realidad con la Incubadora de Katalyst!

¿Por qué unirte? **KATALYST**
INCUBADORA

Aquí te dejamos algunos beneficios:

- Asesoría personalizada para guiarlo en cada paso.
- Validación y estructuración de su modelo de negocio.
- Acceso a herramientas y recursos clave.
- Capacitación para formalizar su emprendimiento.
- Inscripciones abiertas del 1ro al 20 de noviembre.

iNo dejes pasar esta oportunidad!

iDa el primer paso hacia el éxito!

Email: incubadora@katalyst.org.mx Contacto: [5595054456](tel:5595054456)

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.

PUNTO CDI MÉXICO **CDI MÉXICO** **CDI POZ**

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

SR. NISSIM SHASHO
Director General del CDI

COMITÉ DE MARKETING

MTRO. ILAN EICHNER
Presidente

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

MTRO. RAMÓN ZAPAN
Director

ÁREA DE COMERCIALIZACIÓN

LIC. ERI NARES
Coordinador y Logística de Patrocinios

ELBA BAHENA
Asistente

GUADALUPE COLÍN
DENISSE FUENTES
Telemarketing
TERESA MARTÍNEZ
Ejecutiva de Ventas

ÁREA DE COMUNICACIÓN

Procultura
y Desarrollo Artístico A.C.

LIC. REBECA WALDMAN
Subdirectora de Difusión y Diseño

MAURICIO CORONEL GUZMÁN
Jefe de Edición

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

LIC. CAROLINA ROMERO
Coordinadora de Redes Sociales

LIC. EFRAÍN GUERRERO
Generador de Contenido

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

LIC. BRAULIO SOLÍS
Diseñador Multimedia

LIC. DANIEL SILVA
Fotógrafo

COLABORADORES

ILAN ARDITI

BELLA HAMUI

MOISÉS JAFIF

ABRAHAM MENDOZA

ARANZA MERCADO

FAMILIA ZAGA LEVY

MOISÉS JAFIF

LUCERO MORA

GRACE NEHMAD

ANGIE RÍOS

SHARON SKVIRSKY

MARCOS SCHWARTZMAN
DEBORA WLODAWER

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.



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

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

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.

