



CDI Informa

Publicación semanal del Centro Deportivo Israelita, A. C. יידישער ספורטע-צענטער – מקסיקו

Núm. 3039

20 de nisán 5784

Ciudad de México a 28 de abril de 2024

www.cdi.org.mx

[f @cdideporvida](#)

[@cdideporvida](#)

DOBLE FESTEJO

Este mes, la alegría y la diversión están en el aire con dos emocionantes eventos organizados para recordar el Día del Niño. La Ludoteca CDI y T-Poz ofrecerán una celebración llena de entretenimiento y risas para los más pequeños. El 29 y 30 de abril, la Ludoteca invita a todos a disfrutar de dos días de juegos, manualidades y la oportunidad de ganar increíbles premios. A partir de las 15:00 horas, los niños pueden sumergirse en un mundo de diversión y creatividad en las instalaciones del CDI. Y, por otro lado, el domingo 5 de mayo, T-Poz está organizando una Pool Party especial para los niñas y las niñas. Desde las 10:00 hasta las 17:00 horas, las familias están invitadas a disfrutar de una emocionante jornada bajo el sol, con una refrescante alberca, deliciosa comida y actividades divertidas para todas las edades. Con estas dos fiestas llenas de alegría y entretenimiento, La Casa de Todos celebra la importancia de la infancia y ofrece momentos inolvidables para todos los niños y sus familias. ¡No te pierdas estas emocionantes actividades del Día del Niño!



Es un evento deportivo y es un escaparate para establecer nuevas metas, alcanzar sueños y compartir momentos inolvidables con otros apasionados del deporte acuático. **En los días 4 y 5 de mayo de 2024**, el espíritu de competencia invadirá nuestras instalaciones con la llegada de los nadadores destacados de distintas partes del país. ¡No te pierdas esta experiencia única para disfrutar del gran ambiente del CDI!



Emocionante cuadrangular
en el CDI
Alejandra Santander

7►



Un Dayenu para este Pésaj
(5784)
Ilan Eichner

20►



El Centro Deportivo Israelita, A.C.
Expresa su más sentido pésame
por el fallecimiento del

Sr. Elías Libnic Z"l

Quien fue Miembro del Comité Ejecutivo
de nuestra Institución, e hijo de Felipe Libnic Z"l,
uno de los Fundadores del CDI.

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



FESTIVAL
33 Habima
DE TEATRO

Respirando Teatro

16 MAYO
2024
16 JUNIO

AUDITORIO MARCOS Y ADINA KATZ, CDI



Procultura
y Desarrollo Artístico A.C.


Mifel
PATROCINADOR OFICIAL

Atención!!!

SH
CUSTODIAS

ISRACAP
Preserve your past. Invest in your future

AVIV
ACCIONES
PRIVADAS

JOSÉ ENRIQUE LITENSTEIN, SU LEGADO EN EL FESTIVAL AVIV

José Enrique Litenstein ha dejado una huella muy destacada en el Festival Aviv Carlos Halpert de Danza Judía a lo largo de los años, desempeñando un papel crucial en su evolución y éxito continuo. No sólo como bailarín y coordinador, su trayectoria abarca más de una década. Sin embargo, desde su entrada en la Mesa de Dirección Artística hasta su liderazgo como Director General, él ha sido una fuerza impulsora detrás de la magia del Festival, transformándolo y adaptándolo a lo largo de los años.

Cuando fue tiempo de tener un nuevo recinto para el Aviv, Litenstein era parte de esa generación que acompañaba a Liz Hop en la Dirección General. La Arena CDI se vislumbraba como el escenario perfecto para el evento, un sueño hecho realidad. Aunque la inauguración tuvo lugar en 2018, aún se trabajaba en algunos detalles, como el techo. Sin embargo, para el año siguiente, en 2019, la Arena CDI brilló en todo su esplendor. Fue también en ese mismo año cuando se estableció el cargo de Subdirector en la estructura del evento, siendo José Enrique Litenstein el primero en ocuparlo.

A pesar de los desafíos presentados por la pandemia en 2020, no se detuvieron, e idearon un evento virtual que mantuvo viva la esencia del Aviv y demostró su resiliencia ante la adversidad. En 2021, Litenstein asume la Dirección y se afinan los detalles de un Festival que otra vez tuvo que ser virtual. Después de que asumió la Dirección del Festival



marcó el comienzo de una nueva era, llevando al Aviv a nuevos horizontes y consolidando su posición como uno de los eventos culturales más destacados de la Comunidad Judía de México. En sus propias palabras, el “antes y después de la pandemia” fue el mayor desafío que tuvo que enfrentar.

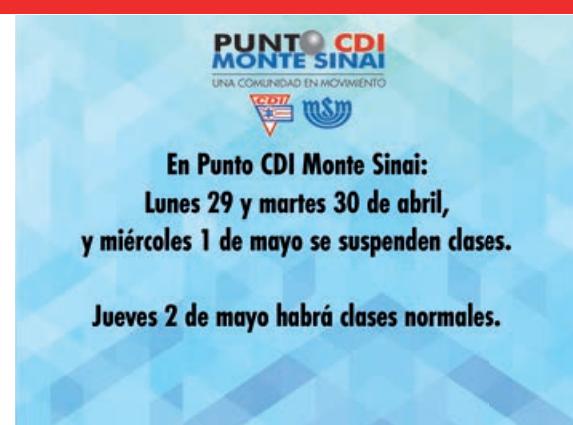
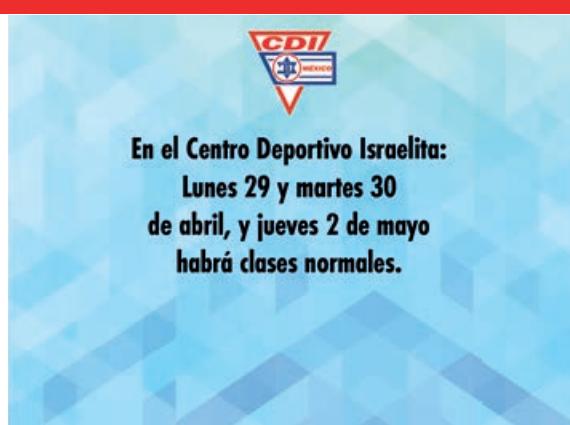
El retorno triunfal del Festival al escenario presencial en 2022, bajo la dirección de Litenstein como Director General, marcó una nueva ruta en la historia del evento. La energía y emoción palpables en la Arena CDI durante el Aviv

2022 reflejaron el papel fundamental que el Festival desempeña en la comunidad, especialmente en tiempos difíciles.

El compromiso de Litenstein y su equipo con la preservación y promoción de la cultura judía se evidencia en cada aspecto del 50 Festival Aviv. Desde exposiciones históricas hasta noches de celebración, el Festival continúa siendo un faro de creatividad y conexión comunitaria gracias su liderazgo visionario.

José Enrique Litenstein se despide como Director del Festival, pero considera que el futuro del Aviv es prometedor. Con un enfoque en la educación y la innovación tecnológica, piensa que seguirá creciendo y evolucionando, atrayendo a nuevas generaciones de participantes que contribuirán a mantener viva esta invaluable tradición comunitaria. Desde el CDI, le agradecemos todos sus esfuerzos y le deseamos lo mejor. El Dépor y el Aviv siempre serán su casa. ■

HORARIOS DE CLASES EN LA SEMANA DE PÉSAJ



AVISO IMPORTANTE

El miércoles 1 de mayo el horario de servicio del Centro Deportivo Israelita, Punto CDI Monte Sinai y el Club Campestre T-Poz será de 6:30 a 15:30 horas.

El lunes 6 de mayo Punto CDI Monte Sinai abrirá de 6:00 a 14:00 horas.





CLASES FITNESS

Del 29 de abril al 5 de mayo

Dificultad:

- Principiante
- Intermedio
- Avanzado

Modalidad de las clases:

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

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

LUNES



Spinning / Ruta

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



Stretching

8:00 a 9:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Moisés Vogel
(CLASE PRESENCIAL)



Zumba Fitness

17:00 a 18:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Abraham Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



Stretching

19:00 a 20:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Abraham Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



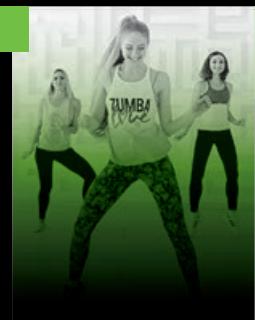
Sinergy

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



Sinergy

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



Zumba Fitness

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



Easy Body Wellness

10:00 a 11:00 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



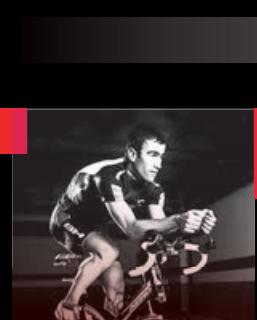
Spinning / Intervalos

17:00 a 18:00 horas
Sergio Lúpervio
CDI / Salón Max y Amparo Shein
(CLASE PRESENCIAL)



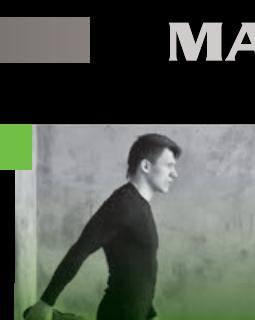
Círculo Hiit

18:00 a 19:00 horas
Sergio Lúpervio
CDI / Salón SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



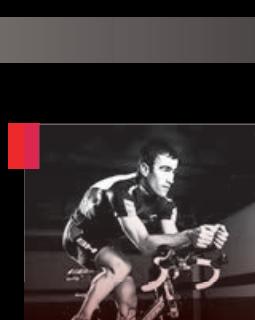
Spinning / Intervalos

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



Círculo Funcional

7:00 a 8:00 horas
Sergio Lúpervio
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)

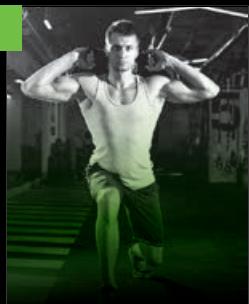


Spinning / Power

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

MARTES

MARTES



Acondicionamiento físico general

8:00 a 9:00 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham
Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



Círculo HIIT (Ligas)

8:00 a 9:00 horas
Sandra Marentes
CDI / Salón SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Zumba

17:00 a 18:00 horas
Aarón Sánchez
CDI / Salón Abraham
Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



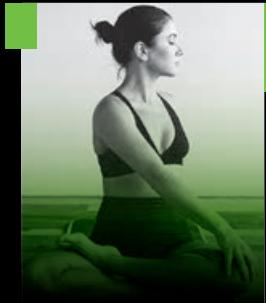
GAP (Glúteo, abdomen y pierna)

17:00 a 18:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / Salón Abraham
Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



Círculo Funcional

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



Vinyasa Yoga (Avanzado)

18:00 a 19:00 horas
Esther Hemsani
CDI / Salón Abraham
Broitman
(CLASE PRESENCIAL)

MIÉRCOLES



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
René Cárdenas
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Fitness Combat

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



Total Body Condition

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



Spinning

8:00 a 9:00 horas
René Cárdenas
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Sweat Lab

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



Spinning / Indoor Cycling

9:00 a 10:00 horas
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Montaña

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



Círculo Funcional

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



Dynamic Flex

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



Spinning / Endurance

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



Spinning / Power

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



Acondicionamiento físico general

8:00 a 9:00 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham
Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



Stretching

8:00 a 9:00 horas
Daniela Plaza
CDI / Salón Moisés Vogel
(CLASE PRESENCIAL)



Body Jam

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



TRX

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



Spinning / Endurance

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



Body Jam

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



Yoga Vinyasa Flow

9:00 a 10:00 horas
Grace Cheja
Punto CDIMS / Salón 1 Punto Acuático Jacobo Cababie Daniel
(CLASE PRESENCIAL)

JUEVES



Aquaeróbics

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



Zumba

17:00 a 18:00 horas
Aaron Sánchez
CDI / Salón Abraham
Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



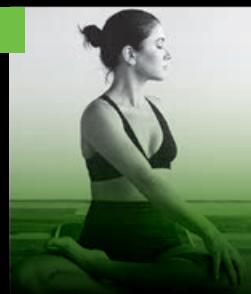
Gap (Glúteo, abdomen y pierna)

17:00 a 18:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Círculo Funcional

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



Vinyasa Yoga (Avanzado)

18:00 a 19:00 horas
Esther Hemsani
CDI / Salón Abraham
Broitman
(CLASE PRESENCIAL)

VIERNES



TRX

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



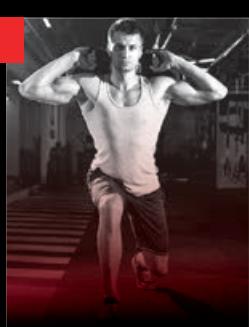
Spinning / Ruta

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



Spinning / Ruta

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



Total Body Condition

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



Sweat Lab

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

SÁBADO



Círculo Hiit

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



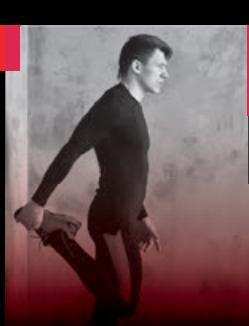
Spinning Performance

9:00 a 10:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / Salón Max y Amparo
Shein
(CLASE PRESENCIAL)



Círculo Funcional

9:00 a 10:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Círculo Sinergy

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



Pilates

10:00 a 11:00 horas
Paz Zayat
CDI / Salón Abraham
Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Montaña

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



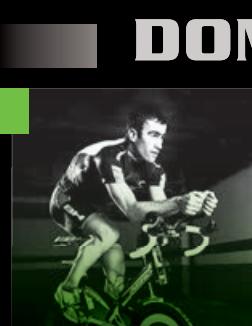
Zumba

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



Stretching

11:00 a 12:00 horas
Daniela Plaza
CDI / Salón Moisés Vogel
(CLASE PRESENCIAL)



DOMINGO

Spinning

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



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.

WATERPOLO

EMOCIONANTE CUADRANGULAR EN EL CDI

// ALEJANDRA SANTANDER

El pasado fin de semana se llevó a cabo un emocionante cuadrangular de Waterpolo protagonizado por el equipo del CDI, donde nuestros destacados atletas del deporte acuático demostraron su habilidad y determinación enfrentándose a sus rivales. Las jugadas fueron verdaderamente impresionantes, poniendo a prueba tanto su fuerza como su destreza en la alberca.

Los resultados de los partidos fueron los siguientes:

México Master 18 vs AOFM 13

CDI Azul 14 vs AOFM 15

CDI Blanco 17 vs CDI Azul 19



Equipo: México Master.

Queremos felicitar el excelente desempeño de cada uno de nuestros deportistas y su entrenador, quienes han demostrado un gran compromiso y dedicación en cada encuentro. Esperamos que continúen cosechando éxitos en sus próximos desafíos, manteniendo el mismo nivel de excelencia que hasta ahora han mostrado. ¡Enhorabuena a todo el equipo!



Equipo: Alberca Olímpica.



Equipo: CDI Azul.

TAEKWONDO

Éxito rotundo en un entrenamiento con más de 100 participantes

// MÓNICA ECHEVERRÍA

El pasado domingo 21 de abril, el Centro Deportivo Israelita fue el escenario de un evento sin igual en el mundo del Taekwondo local. Con una asistencia de más de 100 participantes, el entrenamiento se erigió como un testimonio del compromiso y la pasión que rodean a esta disciplina milenaria.

Nuestros atletas cedeístas Eli Goldstein, cinta verde, y Alexa Levy, cinta naranja avanzada, destacaron en el evento con su técnica invaluable y su esfuerzo en cada combate.

Desde temprano, profesores de todas nuestras escuelas de CB Taekwondo se dieron cita para dirigir una jornada intensa y emocionante. Los combates, protagonizados por niños y jóvenes de todas las cintas, fueron el punto culminante del día, ofreciendo un espectáculo lleno de destreza y determinación.

El objetivo principal de este evento fue proporcionar a los practicantes la oportunidad de elevar su nivel y prepararse para los desafíos venideros en el mundo de los torneos. Cada participante, sin importar su grado de experien-



cia, tuvo la oportunidad de poner a prueba sus habilidades y recibir retroalimentación directa de los expertos.

Este entrenamiento fue una celebración de la comunidad y el trabajo en equipo. El esfuerzo conjunto de los alumnos, respaldado por el apoyo incondicional de sus padres, demostró que el Taekwondo es mucho más

que una práctica individual: es un vínculo que une a generaciones en torno a una pasión compartida.

En nombre de todo el equipo de CB Taekwondo, expresamos nuestra profunda gratitud a todos los participantes y sus familias por hacer de este evento un éxito rotundo. Su compromiso y dedicación son la fuerza impulsora que alienta a nuestra comunidad hacia nuevos logros y metas.

Con el entusiasmo aún en lo más alto, aguardamos con ansias el próximo encuentro, donde continuaremos cultivando el espíritu deportivo y forjando nuevos caminos hacia la excelencia en el Taekwondo. ¡Nos vemos en la próxima oportunidad para seguir creciendo juntos!

ENTREVISTA

Eli Saadia, portero del Club de Cuervos mantiene vivo su sueño

// MAURICIO C. GUZMÁN

En medio del frenesí y la emoción de la Kings League America's, nos adentramos en una entrevista con uno de sus jugadores destacados. En un diálogo revelador, exploramos la dinámica de este emocionante evento deportivo que ha cautivado a audiencias de todo el continente. Desde el éxito de la liga hasta la innovación en su formato, pasando por la interacción con celebridades y la participación activa de los fans, descubrimos cómo esta competición ha redefinido el concepto de deporte de alto nivel. Eli Saadia es un deportista exitoso hecho en el CDI; su trayectoria pasa por todas las categorías; y la cima de sus triunfos fue en 2019, cuando México obtuvo la medalla de Oro en los XIV Juegos Macabeos Panamericanos; además de incontables triunfos en JCC y en Macabiadas.

¿Cómo describirías la experiencia de participar en la Kings League Américas hasta ahora, especialmente considerando el éxito que ha tenido la liga desde su lanzamiento?

Es una experiencia muy bonita; es un deporte rápido y con mucha interacción con el público. Y, con los Cuervos, pues también... es muy emocionante ya que ellos son una franquicia que trae mucho nombre atrás, hay mucha gente que ya la ha seguido, entonces la verdad está increíble.

¿Qué opinas sobre el formato innovador de la Kings League America's, y cómo crees que ha influido en la popularidad de la liga entre los aficionados?

Yo creo que hacia allá van todos los deportes, ¿no? Tienen que adaptarse para poder evolucionar un poquito. Las audiencias jóvenes están buscando que haya más interacción con ellos y que no sean nada más un simple espectador. Entonces yo, la verdad, creo que lo están haciendo muy bien. Aparte es muy divertido, para nosotros también está muy movido y todo el tiempo están pasando cosas.

¿Cómo ha sido tu experiencia trabajando con celebridades y figuras públicas dentro y fuera del campo?

Nosotros nos dedicamos a la parte deportiva y ellos a la



parte de la promoción y el contacto con las audiencias. Al final, se trata de algo verdaderamente novedoso para un público que está más acostumbrado al mundo digital y a la interacción. Nosotros le damos toda la seriedad del mundo a nuestra preparación y a los partidos, finalmente jugamos para ganar.

¿Qué impacto crees que ha tenido el enfoque en el espectáculo y entretenimiento en la Kings League America's en términos de atraer a una audiencia más amplia y comprometida?

Creo que el impacto ha sido muy positivo porque involucra

a la liga y a los equipos y a las audiencias para la toma de decisiones, y para hacer esto más divertido, así como más atractivo.

¿Cómo te sientes acerca de la participación activa de los fans en la liga y cómo ha afectado eso a tu experiencia como jugador?

Me gusta mucho que el espectador tenga interacción con nosotros porque al final de cuenta, para que esto sea un éxito mediático necesitamos que el espectador esté contento; tenerlos cerca y escucharlos, así como interactuar con el hace que esto sea más atractivo.

¿Tienes algún mensaje para las nuevas generaciones y para los chicos del CDI?

Los sueños están hechos para cumplirse, no se regalan las cosas, son cosas que el trabajo te va a recompensar en la vida. Independientemente sea la King's League, sea profesional, sea en una Macabiada, o en Juegos Macabeos Panamericanos o en JCC, sea en torneos nacionales, internacionales, lo que sea. Pero al final de cuentas, cuando nosotros trabajamos y trabajamos fuerte, tenemos disciplina, mentalidad ganadora, y hacemos caso a lo que los entrenadores nos están enseñando, las oportunidades se presentan.

Con esta entrevista, queda claro que Eli Saadia no solo es un talentoso portero, sino también un líder en la cancha y un modelo a seguir para las nuevas generaciones de futbolistas. Su dedicación al deporte y su compromiso con el equipo reflejan los valores fundamentales de la King's League America's: pasión, trabajo en equipo y superación personal. ■



AVISO A NUESTROS SOCIOS

Nos complace anunciar que el Centro Deportivo Israelita será la sede del Mundial de Tenis Master, que se llevará a cabo del 28 de abril al 11 de mayo. Durante este emocionante evento, nuestras instalaciones serán el epicentro del Tenis de élite a nivel mundial. Sin embargo, queremos informarles que, debido al torneo, habrá limitaciones en el uso de las canchas durante este periodo. Para obtener detalles sobre la disponibilidad de canchas para Socios durante el Mundial de Tenis Master, los invitamos a acercarse con Cipriano, o pueden comunicarse con el Comité de Fomento Deportivo al teléfono 55 2629 7400, extensión 470.

CDI golea

// MARCOS SCHWARTZMAN

EI CDI de Española arrasó en casa al equipo de Médicos con un contundente 5-0 en un juego completamente dominado por nuestro equipo, dejando en claro nuestra superioridad y borrando del terreno a un rival que no pudo hacer frente a nuestro desempeño.

Ahora marchamos como líderes del torneo, muy cerca del Milán que ocupa el segundo lugar, y creemos que el desenlace del campeonato podría definirse allí. Recibimos la visita de Don Toño Fernández, presidente de la liga, y es un honor que haya visitado nuestra casa.

El CDI estuvo imparable, acertando en cada llegada. Veremos quién será nuestro próximo rival y esperemos que continuemos con esta racha impresionante.

Los Veteranos, madrugadores, nuestro CDI LIFSA, recibieron al Paris Saint Germain en un gran duelo que ganamos 1-0, con justicia y un gol de Abraham. Casi al minuto, un potente disparo de Marcos al travesaño fue desviado providencialmente por el arquero, quien demostró su grandeza profesional. Fue un partido emocionante con varios momentos de suspense que incrementaron la emoción del encuen-



tro. Con este resultado, escalamos posiciones en la tabla y seguimos en ascenso.

El CDI 2015, compuesto por niños muy capaces y entusiastas, goleó 5-0 al Providencia en la categoría infantil, provocando alardos de alegría entre los padres. Tenemos un gran semillero de talento con nuestras categorías infantiles y juveniles, tanto de niñas como de niños, y esto es resultado del excelente trabajo del Comité de Fomento Deportivo, el profesorado, los Voluntarios y los profesionales involucrados.

¡Sí, y sí! ■

XXVI COPA CDI DE NATACIÓN

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

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

4 y 5 de mayo de 2024.

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

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

LA CASA DE TODOS (LOS ARTISTAS)... EL CDI

PARTE 2

// NURIT MENDELSBERG

En la parte uno de este artículo, hablamos ya de todas las opciones de clases relacionadas con el arte que el CDI tiene en sus Academias. La Casa de Todos, es la casa de todos los artistas.

_____ la casa de todos los artistas.
Esta semana, sin embargo, con el Día Internacional de la Danza, el lunes 29 de abril, y el Día del Niño, el martes 30, quisiera que pongamos nuestra atención en el punto donde estos dos grandes festejos se unen: Danza + niños = libertad absoluta.

Cuando los niños bailan, aprenden cosas sin darse cuenta, su cuerpo y mente se transforman. La danza los ayuda a mejorar su concentración y poner atención de forma más profunda por periodos más largos de tiempo. Además, no hay otro ejercicio que los ayude igual a conocer su cuerpo y entender cómo se mueve, para qué sirve y cómo puedo expresarme a través de él; sin duda la danza es el medio de expresión corporal por excelencia, sobre todo en los más pequeñitos.

Probablemente no lo habías pensado, pero bailar es tanto un ejercicio individual como colectivo. Los niños entienden, al mismo tiempo, identifican sensaciones y emociones muy personales, y aprender a trabajar en equipo y colaborar con el otro. Cada bailarín es un mundo en sí mismo y al mismo tiempo es un mundo colectivo con su compañía de danza.

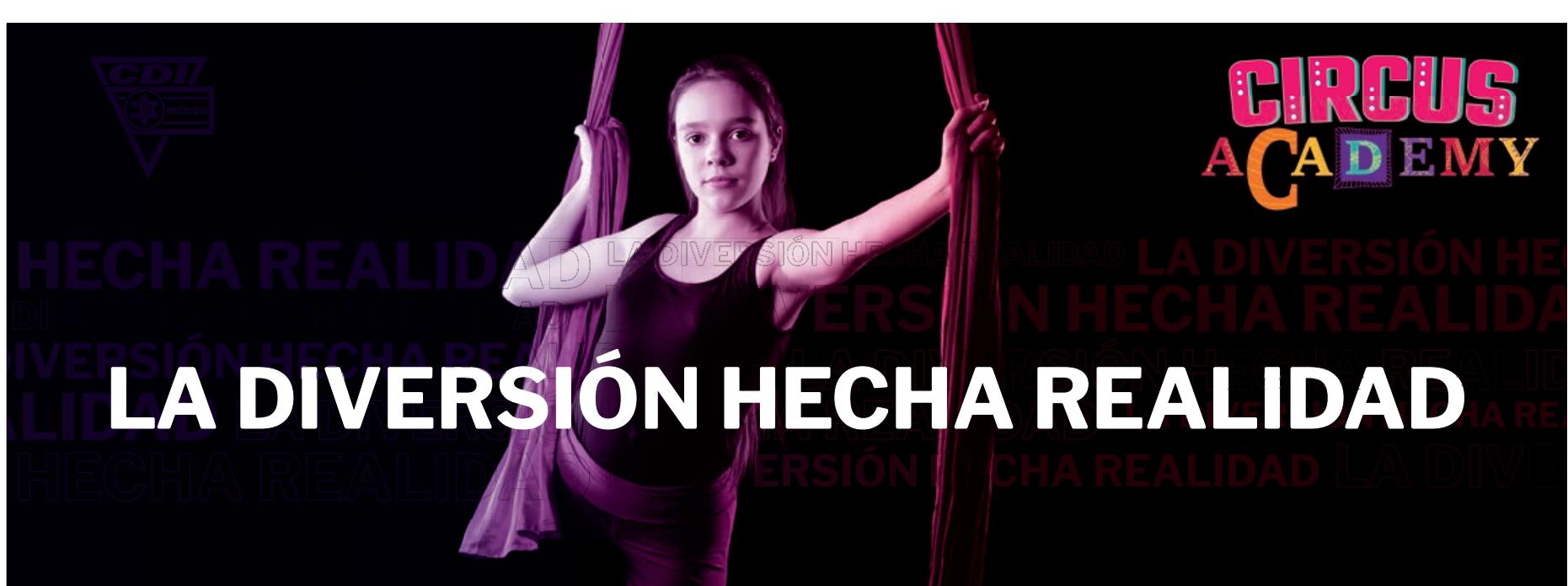
También podemos hablar de otros temas ya tratados en muchos otros textos antes de este, el como la danza ayuda a mejorar la salud mental de los niños y niñas ya que reduce el estrés y la ansiedad; también estimula los vínculos sociales, mejora el desarrollo y la coordinación.

Pero justo para los chiquitines, bailar también puede ser un complemento de su educación formal. El desarrollo de habilidades se traslada y traduce del salón de baile al salón de clases, donde se concentran mejor, valoran el trabajo y esfuerzo de sus compañeros, son más sensibles y creativos e incluso ejercitan la memoria.

En cuanto a mejorar la motricidad, la danza es una actividad que además de mejorar la coordinación fina y gruesa, favorece el ejercicio cardiovascular, fortalece sus músculos y mejora su flexibilidad.



BASE A LA PÁGINA 11



◀ VIENE DE LA PÁGINA 10

Pero sobre todo, la danza crea vínculos. Nos relacionamos con otros niños, hacemos amigos y somos más empáticos; creamos comunidad. Nos ayuda a desinhibirnos y lo más importante: mejora el autoestima.

Los maestros y coreógrafos de Coreo Academy lo saben, y por eso las clases de los más pequeñitos están planeadas alrededor de desarrollar todas estas actividades. Cada clase está especialmente planeada para el momento de desarrollo psicológico, social y físico de sus niños y niñas. Comenzando por la clase de **Dance lab 1**, pensada especialmente para chiquitos de 2 y 3 años, momento donde todavía estamos descubriendo cómo mover y expresar con nuestro cuerpo y comenzamos a desarrollar nuestra coordinación y rítmica.

Dance lab 2 continúa con ese trabajo, entendiendo que a los 4 y 5 años podemos ya trabajar con secuencias de

memoria más complejas y nuestro cuerpo crece y se hace más fuerte.

A partir de que pasamos a primaria, las y los bailarines pueden ya enfocar su educación dancística en estilos. Pueden, por ejemplo, elegir **Urban dance** y por medio del **Hip hop y Break dance** ejercitarse fuerza y coordinación. Pueden preferir **Danceskills**, donde combinando técnicas de ballet y jazz el enfoque es más hacia la sensibilidad y fineza. Finalmente podrían elegir los **Rikudim** y la danza judía que a través de la música que ya conocemos nos lleva a tener una relación con nuestra comunidad que va más allá de la escuela, las fiestas.

El Día Internacional de la Danza y el Día del Niño están unidos por una razón... para que la niñez ¡baile! ■

Nos leemos en la parte 3.



Verano CDI 2024
Diversion y seguridad como ningún otro lugar

CAMP Circus 2024

Para niños de 6 a 13 años de edad
Inscripciones semanales

Primera semana del 15 al 19 de julio
Segunda semana del 22 al 26 de julio
Tercera semana del 29 de julio al 2 de agosto
Cuarta semana del 5 al 9 de agosto

Informes al teléfono 55 2629 7400
CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA.
Extensión 501, 502, 504, 470 y 463
PUNTO CDI MONTE SINAI.
Extensión 101, 103 y 104



NUEVA CATEGORÍA

Stand-up

Día del evento
6 de junio de 2024
Cierre de inscripciones
16 de mayo
CUPO LIMITADO

FESTIVAL
33 Habima DE TEATRO

Respirando Teatro

16 MAYO 2024
16 JUNIO

AUDITORIO MARCOS Y ADINA KATZ, CDI

Mitel, Clorox, S.C., ISRACAP, Pro Cultura

INFORMES EN EL COMITÉ DE ACTIVIDADES AL TELÉFONO 55 2629 7400, EXTENSIÓN 508.

Intensivo de Danza Aérea

"No hay límites cuándo mis pies no tocan el suelo"

Anónimo.

// ALEJANDRO CASTILLO

Estamos por concluir nuestro ciclo de Danza Aérea, un periodo que nos ha traído muchos logros en la preparación de todas nuestras alumnas de Circus Academy, quienes están listas para representarnos en nuestra Copa CDI de Acrobacia en Telas el próximo domingo 26 de mayo.

Es por ello que hemos creado un espacio de convivencia y especialización de todas sus rutinas en el Intensivo de Danza Aérea, el cual llevaremos a cabo los próximos domingos 5 y 12 de mayo. Este busca perfeccionar la Danza Aérea con el fin de llegar a procesos creativos que deriven en un acto, pieza u obra completa para su exhibición en competencias.

En este curso intensivo se abordarán distintas maneras de utilizar el cuerpo para una práctica saludable, desarrollando conciencia a partir de las posibilidades de cada alumna con la repetición de ejercicios básicos. Estos ayudarán a fortalecer la fuerza y la conciencia para ejercicios más complejos.

Dentro de este taller, se motivará a las alumnas a conocer las habilidades de su cuerpo a través de diversos ejercicios



para desarrollar un lenguaje artístico en tela. Al finalizar, todas habrán adquirido la fuerza y habilidad necesarias para desempeñarse en rutinas de competición.

El contenido temático del programa consiste en clases de Coaching Deportivo, Ballet y Danza Contemporánea, creación de personaje, Trabajo de Piso e Improvisación aplicados a la Danza Aérea, y Perfeccionamiento del Movimiento Escénico para la Danza Aérea.

También tendremos un espacio alterno en el cual trabajaremos con todas las mamás de nuestras alumnas en la clase de peinados. En esta aprenderán a arreglar a sus hijas para la competencia, creando un vínculo de unión familiar entre madre e hija.

Así es como nos estamos preparando día a día para fortalecer nuestra academia, logrando un espacio de sana convivencia y perfeccionamiento de la Danza Aérea.

Los esperamos a todos para que nos acompañen a motivar a nuestras alumnas en la Copa CDI de Acrobacia en Telas. Recuerden, les esperamos el próximo domingo 26 de mayo a partir de las 9:00 horas. ¡No falten! ■

RITMOS LATINOS

Profesor: Ari Dávila

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.

CLASE FELDENKRAIS

Miércoles 11:00 horas

FELDENKRAIS

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

Una plática muy placentera

// ANGIE RÍOS

En el Club de Lectura del CDI, nuestro objetivo es fomentar y descubrir el gusto por la lectura. Como cada mes, tuvimos nuestra reunión el jueves 18 de abril de 2024, a las 19:30 horas. Estábamos preparados para hablar sobre libros, literatura y cuestionarnos qué libros son aquellos que se deben leer.

Esta sesión en el Club fue especialmente placentera, rica y satisfactoria, ya que tuvimos como invitado a un personaje muy interesante de la literatura: Nicolás Alvarado.

Una de las cuestiones que debatimos fue la importancia de leer buenos libros, buena literatura, y entre todos intentamos definir qué constituye un buen libro y cuáles son los libros que deberíamos leer. Además, discutimos sobre la importancia misma de la lectura, ya que esta actividad modifica ideas y conocimientos, llevándonos a cuestionarlos de manera más activa y profunda.

Compartimos la idea de que no siempre experimentamos la misma sensación al leer novelas; en ocasiones preferimos la poesía, ensayos, libros de filosofía, etcétera. No todas las lecturas tienen que interpelarnos o brindarnos una experiencia literaria, y eso está bien.

También reflexionamos sobre cómo la biografía de un lector es única, transitando de un libro a otro, explorando diferentes géneros, estilos, épocas y registros sin siquiera percatarnos. Llegamos a la conclusión de que, con los libros, no existe una lista de obras obligatorias, sino más bien una serie de recomendaciones.

Abordamos temas provocativos que generaron debates interesantes, como, por ejemplo: ¿Por qué los premios No-



bel no siempre recaen en los mejores? ¿Cuál es la relación de los jóvenes con la literatura en la era digital? ¿Es mejor que una persona vea videos cortos en TikTok en lugar de leer una novela completa como Crepúsculo? ¿Por qué se publica tanta literatura de baja calidad? ¿Qué significa realmente que "leer es bueno"?

Nicolás Alvarado, escritor, comunicador y promotor cultural, compartió su experiencia y conocimientos con nosotros. Agradecemos profundamente su tiempo y esperamos seguir honrando la tradición de reunirnos en torno a los libros. Si deseas acceder a la grabación de la sesión, no dudes en solicitar el enlace en la Biblioteca Moisés y Basi Mischne. ■

PLAYHOUSE
GALERÍA
nuevo teatro

DESDE CERO
un musical improvisado
DIRECCIÓN FRANCISCO ROJAS

**Jueves 16 de mayo de 2024
a las 21:00 horas**

Auditorio Marcos y Adina Katz, CDI

**GRAN INAUGURACIÓN
DEL 33 FESTIVAL HABIMA DE TEATRO**

Adquiere tus boletos en el Comité de Actividades.

FESTIVAL
33 Habima
DE TEATRO
Respirando Teatro

Mifel, S. C., ISRACAP, A.C.

PRESENTACIÓN DEL LIBRO

Pasafará Del dolor a la trascendencia

Del autor
Isaac Podbilewicz

Domingo 5 de mayo, 2024
12:00 horas
Salón Mural
Moderador: Dan Ovseyevitz

Isaac Podbilewicz

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

CDI
BIBLIOTECA
MÉXICO

RECOMENDACIÓN LITERARIA

Libros para el Día del Niño

// ANGIE RÍOS

El Día del Niño en México fue reconocido primero el 8 de mayo de 1916 en la ciudad de Tantoyuca, Veracruz. Sin embargo, esta fecha cambió cuando el presidente Álvaro Obregón estableció la celebración oficial el 30 de abril de 1924, luego de firmarse la "Declaración de Ginebra".

Este 30 de abril, centramos nuestras recomendaciones de lectura en cuatro títulos que abordan temas clave y que seguramente divertirán a tus niños.

El Pequeño Vampiro Llamado Clementillo de Nicola Lisci. (De

3 a 5 años) Caramelos y bombones para llenar camiones. Pero hay algo que me parece oír. ¿Quién llora en el jardín? ¡Una historia terrorífica sobre lo que le puede pasar a tus dientes!

Señor Abrigos de Sieb Posthuma. (De 3 a 5 años) Había una vez un hombrecito que siempre tenía frío. En otoño, en invierno, en primavera e incluso en verano, cuando afuera brillaba el sol. Siempre estaba en su casita temblando junto a sus estufas al rojo vivo. Pero un día no pudo soportarlo más. Quería finalmente entrar en calor. Se abrigó mucho y salió por la puerta... El Señor Abrigos nos enseña de una forma maravillosa que para cada uno de nosotros hay alguien que nos puede calentar el corazón, ya sea con amistad o amor. Esta obra ha sido representada en todos los teatros de los Países Bajos y seleccionada por la Sociedad de Ilustradores de NY para su Exposición Anual de Arte.



"Una obra de humor, sobre cómo quitar las capas que nos envuelven para descubrir la calidez de la conexión humana". - *Foreword*. "Esta historia demuestra que hay una tapa para cada olla, incluso los más pequeños se entusiasmarán con la historia de amor descongelando a dos personas heladas." - *School Library Journal*.

Rosa-Luna Y Los Lobos de Magali Le Huche. (De 6 a 8 años)

En un pueblo, hay una dama redonda y blanca como la porcelana, Rosa-Luna, a quien le gusta cantar. Pero en el pueblo de los Nunca-Contentos, muchos no soportan su voz. Por eso se ve

obligada a irse al bosque, donde los lobos se convierten en su mejor público. El problema comienza cuando Rosa-Luna regresa a su casa y estos la siguen: la gente querrá deshacerse tanto de ella como de los temibles animales. Con una catapulta resolverán la historia y, sin querer, darán al mundo su Luna.

El Buscapleitos de Jan Needle. (De 6 a 12 años) Simón Mason ha sido acusado de molestar a unos compañeros, pero la subdirectora de la escuela, una maestra muy observadora, tiene sus dudas sobre quién molesta a quién, pues sabe que Simón es un niño impopular y tímido. Para Simón ha llegado la hora decisiva: ha sido enjuiciado y condenado por sus compañeros a un castigo que no está dispuesto a sufrir.

Visita la Biblioteca Moisés y Basi Mischne y descubre todos los títulos de libros infantiles que tenemos para los más pequeños del hogar. ■



90º CICLO DE CINE-REFLEXIÓN

Arráncame la vida

Director: Roberto Sneider
México, 2009
Duración: 1:47'

Basada en la novela homónima de Ángeles Mastretta La historia hace una crítica al sistema político del México de los años 30, donde se habla sobre corrupción, abuso de poder, uso indebido del presupuesto, ambición, adulterio, machismo, infidelidad y poligamia, además sobre cómo era la vida de las mujeres en aquel tiempo. Entre ese mundo se desarrolla la película.

Es la historia de Catalina, una mujer que busca la libertad en el México machista. Ella es una joven que vive en un pueblo del que desea salir. Cuando conoce a Andrés, un hombre muy poderoso y atractivo, cree que puede ser su camino para dejar atrás su pequeño mundo y emprender una nueva vida llena de amor.

Pero con el paso del tiempo, Catalina se da cuenta de que al unirse a Andrés está siendo muy infeliz y ha perdido toda su libertad. Su intención es huir con sus hijos, pero librarse de un hombre tan poderoso es casi imposible.

En el Palacio de Bellas Artes, Catalina conoce a Carlos Vives, un hombre apuesto e idealista que le hará volver a revivir la ilusión y que la trata como un igual, pero Andrés se encargará de que esta relación amorosa no continúe... ■

Fecha: martes 30 de abril.

Horario: 16:30 horas.

Lugar: Salón Ejecutivo Moisés Gitlin.

Ánalisis y comentarios: Dra. Eugenia Behar Rosanes.

El Día del Niño y las infancias

// VIRIDIANA HERNÁNDEZ

Las infancias forman parte de nuestro día a día, tanto en el ámbito deportivo como en la cotidianidad. Le dan vida a cada uno de los espacios que visitamos, las clases que se ofrecen, los pasillos en los que nos encontramos o los eventos que se realizan.

Con motivo del Día del Niño, queremos resaltar la importancia que debe tener para todos los que formamos parte de los círculos cercanos de nuestros pequeños el ser agentes activos dentro de sus vidas. Nos referimos a que la relación entre cuidadores y niños debe ser fortalecida día con día en todo sentido, principalmente en el emocional. Esto favorece los vínculos afectivos, pero también el buen comportamiento y la colocación de límites. Nuestros pequeños deben ser siempre una prioridad para nosotros, recordando que esa buena relación se fortalece de muchas formas. Ejemplo de ello es pasar un tiempo de calidad con ellos, demostrándoles afecto, atención, cuidado, involucrándonos en sus sentimientos y emociones, enseñándoles su contexto y al mismo tiempo escuchándolos



para entender cómo interpretan su realidad.

El Día del Niño es una fecha importante para celebrar a las infancias y recordar que todos los niños deben ser tratados con respeto y dignidad. También para recordar que, al colocar límites a nuestros pequeños, estamos aportando en dos sentidos: enseñándoles que deben respetar los límites de los demás, fortaleciendo así su tolerancia a la frustración, y enseñándoles que las demás personas también deben respetar los límites que ellos establecen. Nuestros pequeños cuentan con derechos fun-

damentales que deben ser respetados en todo momento. Cuando conocen sus derechos, son capaces de reconocerlos en sí mismos y en los demás niños, por lo que es importante inculcarlos desde la infancia.

En la Ludoteca CDI, queremos festejar a todos nuestros pequeños Socios. Te recordamos que este 29 y 30 de abril tendremos actividades especiales con motivo del Día del Niño, por lo que puedes acompañarlos para descubrir lo que tenemos para ustedes. ■



יום הזיכרון לשואה ולגבורה



YOM HASHOÁ

NUESTRA EXISTENCIA...

UNA LUZ ETERNA

Lunes 6 de mayo 2024, 19:00 hrs. Centro Cultural Monte Sinai (Punto CDI-MS)

CONMEMORACIÓN INTERCOMUNITARIA



PRESENTACIONES DE LIBRO

El CDI quiere esto cuando tu obra literaria salga y abre sus puertas a aquellos escritores que quieran presentarla dentro de sus instalaciones.

Si quieres dar a conocer tu trabajo, contáctanos para disponibilidad.



Informes en Coordinación de Biblioteca Moisés y Basi Mischne CDI, al teléfono 55 2629 7400, extensiones 517 y 520, o al correo electrónico riosaa@cdi.org.mx con Angie Ríos.

MAYO 13

COMUNIDAD SEFARADI

20:00 HRS.

ANNÍ MARGUSH
ANO MERGHIS
YO SIENTO
MARGUISH

YOM HA'ATZMAUT

COMITÉ CENTRAL DE LA COMUNIDAD JUDÍA DE MÉXICO
COMUNIDAD SEFARADI
COMUNIDAD BETEL
COMUNIDAD SHALOM
LA KEHILÉ
MSM
MUSEO MEMORIA Y TOLERANCIA
MAGUEN DAVID

CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA ADULTOS Y ADULTOS MAYORES

Del 28 de abril al 5 de mayo

DOMINGO 28 ABRIL

12:00 a 13:00 horas Club de Oro y Actividades Familiares
Participación Artística de Shelly Tzarafi / Plaza Macabi

MARTES 30 DE ABRIL

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 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 Conferencia YOM HASHOÁ, Memorias del infierno, narradas desde el cielo. La historia de Abraham Majzner: una vida negada a los nazis, un testimonio negado al olvido. Ponente: Dr. Jerry Majzner/ Salón 5 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie

13:00 a 14:00 horas Fortalecimiento integral / Salón de juegos

13:00 a 14:00 horas Dibujo y Pintura / Salón 4 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie

16:30 a 19:30 horas Arráncame la vida / Salón Ejecutivo Moisés Gitlin

JUEVES 2 DE MAYO

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 Mural

11:00 a 12:00 horas Baile y fortalecimiento físico / Salón Abraham Broitman

11:00 a 12:00 horas Yoga/ Salón Ballet 1

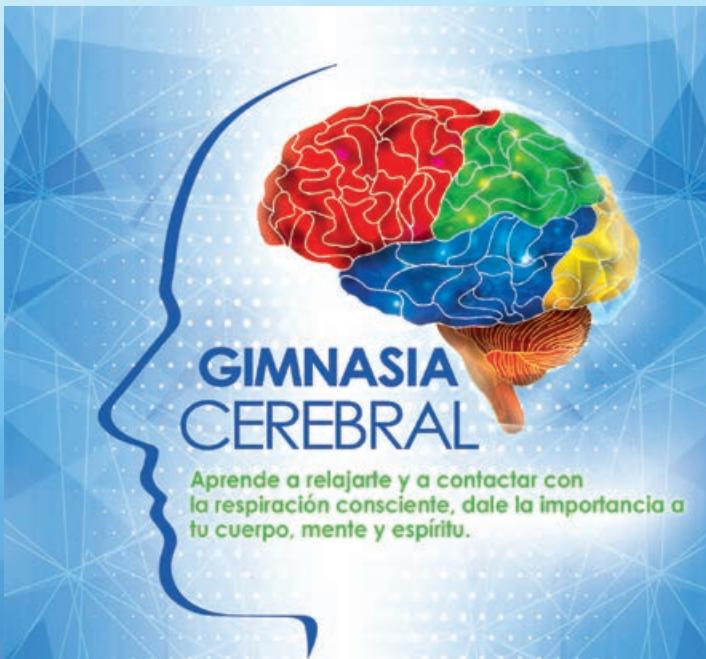
13:00 a 14:00 horas Dibujo y Pintura / Salón 4 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie

13:00 a 14:00 horas Gotitas Culturales / Salón 5 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie

13:00 a 14:00 horas Gimnasia Cerebral / Salón Ejecutivo Moisés Gitlin

DOMINGO 5 DE MAYO

12:00 a 13:00 horas Club de Oro y Actividades Familiares



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.



Síguenos en nuestras redes sociales



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



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

Verano CDI 2024

Diversión y seguridad como ningún otro lugar

DEL 15 DE JULIO AL 9 DE AGOSTO

Para niños de 3 a 13 años de edad
Inscripciones semanales

Primera semana del 15 al 19 de julio

Segunda semana del 22 al 26 de julio

Tercera semana del 29 de julio al 2 de agosto

Cuarta semana del 5 al 9 de agosto

¿Qué incluye Verano CDI 2024?

- Kit de inscripción
- Todos los materiales necesarios para las actividades
- Viernes Keff en el CDI
- Personal especialista en cada área
- Personal médico
- Seguridad

OFERTA OLAMÍ ORT

NITZANIM OLAMÍ

3 a 5 años de edad

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

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



CAMP FUTBOL OLAMÍ

6 a 13 años de edad

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



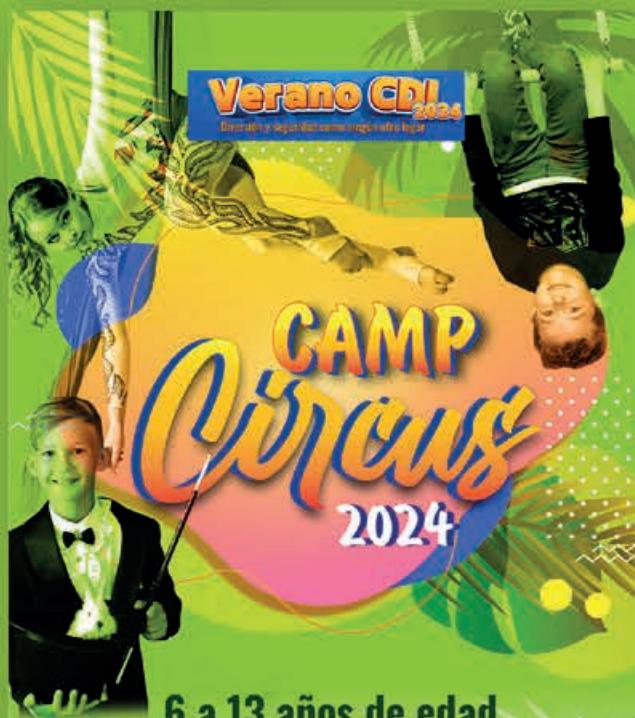
OFERTA CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA

NITZANIM

3 a 5 años de edad

¡Descubre la aventura en Nitzanim CDI! Un mundo de diversión y aprendizaje para los pequeños. Inscríbelos ahora y déjalos disfrutar de increíbles actividades de la mano de las maestras del Colegio Olamí ORT y especialistas que desarrollarán habilidades físicas y creativas de forma lúdica e inolvidable en tus hijos. ¡No te pierdas esta experiencia única en Nitzanim!

Lunes a viernes de 9:30 a 14:00 horas



6 a 13 años de edad

Bienvenidos a Camp Circus, donde la diversión y el aprendizaje se fusionan en un espectáculo inolvidable! Únete a nosotros para una experiencia única llena de diversión y emoción. Maestros especializados con gran experiencia y todas las medidas de seguridad.

Nuestro equipo de maestros altamente capacitados garantiza un ambiente seguro y estimulante donde los niños pueden explorar y desarrollar sus habilidades circenses. Además, ofrecemos talleres creativos y actividades para fomentar la imaginación y la expresión artística.

¡No te pierdas la oportunidad de ser parte de esta aventura única en Camp Circus! ¡Regístrate ahora y prepárate para vivir momentos mágicos y emocionantes bajo la carpa del circo!

Las actividades que se impartirán en Camp Circus:
• Danza aérea • Trapecio • Aro • Malabares • Clown

Lunes a viernes de 9:30 a 14:00 horas

CAMP CDI

6 a 13 años de edad

¡Descubre la aventura en Camp CDI! Un mundo de diversión y aprendizaje espera a tus hijos. Inscríbelos ahora y déjalos disfrutar de emocionantes deportes como Futbeis, Patineta, Tochito Bandera, ¡y más! Coordinado por expertos en educación no formal, tendrán peulot y talleres recreativos impartidos por maestros especialistas. ¡No te pierdas esta experiencia única en Camp CDI!

Los deportes que se impartirán en Camp CDI son:

- Futbeis • Patineta • Tochito bandera
- Handball • Pádel • Básquetbol
- Fitness Kids • Rally
- Atletismo



Lunes a viernes de 9:30 a 14:00 horas

FECHA PAGO

Precio pronto pago

Del 2 de mayo al 2 de junio del 2024

PRECIOS VERANO CDI

SOCIOS y alumnos Olamí ORT

Con pronto pago
\$ 1,550.00

Sin pronto pago
\$ 1,730.00

NO SOCIOS

Con pronto pago
\$ 1,860.00

Sin pronto pago
\$ 2,080.00

CLÍNICAS DEPORTIVAS

6 a 13 años de edad

Para los apasionados del deporte, continuamos con entrenamientos para equipos representativos, mientras que nuestras Clínicas Deportivas están disponibles para todos. ¡Potencia tus habilidades y disfruta aprendiendo en un ambiente divertido y enriquecedor!

Regístrate ahora para asegurar tu lugar en nuestras emocionantes Clínicas Deportivas y equipos.

Las Clínicas Deportivas son:

- Básquetbol • Béisbol • Futsal
- Gimnasia Artística • Gimnasia Rítmica
- Karate • Natación • Fútbol
- Fútbol Olamí • Voleibol de Playa y Voleibol de Duela • Taekwondo
- Tenis



Lunes a viernes de 9:30 a 14:00 horas

PRECIO TRANSPORTE POR SEMANA

Se ofrecerá transporte opcional con costo extra en DOS puntos base de la Zona Poniente al CDI Sotelo, para quienes lo soliciten.

Escuela Yavne
Colegio Olamí ORT

SOCIOS y alumnos Olamí ORT
\$ 1,280.00

NO SOCIOS
\$ 1,400.00

Nota: Sujeto a inscripción mínima.

Informes al teléfono 55 2629 7400
CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA.
Extensiones 501, 502, 504, 470 y 463
PUNTO CDI MONTE SINAI.
Extensiones 101, 103 y 104



UN DAYENÚ PARA ESTE PÉSAJ (5784)

// ILAN EICHNER

En esta noche de Pésaj, como cada año, acudiremos puntualmente a la cita. A pesar del contexto, el Séder nos espera, pues el calendario no perdona. Estamos viviendo un momento terrible, trágico, doloroso. Dentro de nuestra Tierra, luchamos una guerra incansante y cruenta, mientras en la diáspora la batalla se vuelve cada vez más intensa, a medida que el antisemitismo va ganando terreno, y nos enfrentamos a situaciones más complicadas.

Hoy por la noche (ha'laila ha'ze), nos reuniremos nuevamente para celebrar nuestra maravillosa liberación de Egipto, a recordar nuestro milagroso escape de la opresión, una Festividad que siempre ha simbolizado la victoria sobre el avasallamiento y la esperanza de tiempos mejores, un momento que glorifica una de las aportaciones más valiosas del Pueblo Judío a la humanidad: el reconocimiento de los derechos fundamentales y la justicia social. Sin perjuicio de lo anterior, este año, nuestro Séder se tiñe de una actualidad sombría, marcada por el conflicto que estalló el 7 de octubre, y es así como, en medio de esta terrible guerra, encontrar momentos de gratitud puede parecer particularmente desafiante, pero resulta más necesario que nunca.

Dentro del Séder, uno de los momentos más emblemáticos es nuestro tradicional Dayenú, cuyas estrofas nos enseñan a reconocer y agradecer cada acto de bondad Divina, recordándonos que incluso en las peores circunstancias, hay destellos de luz que merecen ser valorados. Algunas de las frases más icónicas que recitamos son: "Si H', nos hubiese sacado de Egipto sin impartir justicia sobre los egipcios, ¡Dayenú! (hubiera bastado)... Si no hubiese partido el mar para nosotros, ¡Dayenú!... Si H' no nos hubiese dado el Shabat, ¡Dayenú!... Si no nos hubiese dado la Torá, ¡Dayenú!... Si no nos hubiese ingresado en la Tierra Prometida, ¡Dayenú!..."

Esta vez, quiero proponer algunas adiciones a Dayenú, para recordarnos que la presencia Divina nos acompaña en todo momento, y que debemos confiar en que Sus Milagros serán el conducto para re establecer la paz y la seguridad para el Pueblo Judío en todo el mundo, pero también, como un inmenso tributo, desde el fondo de mi corazón, con cariño, y sinceridad, a todas y cada una de las personas que han sido el conducto para que estos milagros se materialicen, y que con su esfuerzo y dedicación lo han dado todo para protegernos:

Si H' solamente hubiera guiado a las Fuerzas de Defensa de Israel, que han protegido incontables vidas en estos tiempos de incertidumbre y peligro... ¡Dayenú!

Si solamente se hubiera presentado un reservista a defender a nuestro Pueblo... ¡Dayenú!

Si solamente una de las madres hubiera abierto su casa para atender las necesidades de los combatientes... ¡Dayenú!

Si solamente una persona hubiera organizado una colecta para conseguir el equipo que necesitan nuestros soldados... ¡Dayenú!



Si solamente un judío de la diáspora hubiera aterrizado en Israel para ayudar... ¡Dayenú!

Si la cúpula de hierro hubiera derribado un solo misil... ¡Dayenú!

Si tan solo uno de los valientes rehenes hubiera sido liberado del cautiverio, permitiéndole volver a casa con sus seres queridos... ¡Dayenú!

Si no hubiera fracasado por completo el fallido ataque de Irán... ¡Dayenú!

Si no se hubiera fortalecido el espíritu de nuestra Comunidad y de todo el Pueblo Judío después de un tiempo de división y contraste, permitiéndonos mantenernos unidos y apoyarnos mutuamente en estos tiempos de prueba... ¡Dayenú!

En esta noche de reflexión y memoria, nuestra recitación del Dayenú se convierte en un canto resonante de agradecimiento y reconocimiento por cada pequeño milagro, por cada gesto de valentía y por cada acto de generosidad. A través de estas palabras y acciones, redescubrimos la fortaleza inherente a nuestra fe y la resiliencia de Am Israel. Estas bendiciones, aunque pequeñas en apariencia, tejieron la red que ha sostenido a generaciones ante la adversidad y nos guiarán hacia un futuro de paz y armonía.

Este Pésaj, mientras nos enfrentamos a desafíos abrumadores tanto en nuestra tierra ancestral como en la diáspora, nuestra celebración se impregna de una profundidad especial. Cada copa de vino, cada trozo de matzá, no sólo nos recuerda de dónde venimos, sino que también reafirma nuestro compromiso con lo que aspiramos a ser, recordándonos a donde vamos: a Yerushalaim. Invito a cada uno de Ustedes a mirar más allá de la mesa del Séder, a extender la mano a quienes están luchando, a quienes todavía esperan su liberación y a quienes trabajan incansablemente por asegurar nuestra seguridad y bienestar.

Deseo que el espíritu de Pésaj infunda en nosotros un renovado sentido de propósito y unidad, que nos inspire a llevar las lecciones de nuestro pasado hacia las acciones de nuestro presente. Espero que cada historia de

PASE A LA PÁGINA 21 ➤

◀ VIENE DE LA PÁGINA 20

lucha y cada canto de liberación que compartamos esta noche nos recuerde el poder de la esperanza y la importancia de la acción colectiva.

Así, al concluir nuestro Séder, elevemos nuestras voces en una oración común por la paz, la justicia y la seguridad para todos. Para la próxima cita, el año que viene, deseo que el Séder de Pésaj nos encuentre reunidos en Yerushalaim, en un mundo transformado, donde la libertad no sea

solo un recuerdo de nuestras historias pasadas, sino una realidad vivida por cada miembro de nuestra comunidad global.

Jag Kasher ve'Sameaj, lleno de significado, reflexión y renovación. Que el recuerdo de nuestras luchas y nuestras victorias nos acompañe en cada paso hacia el futuro, y que juntos, como un pueblo unido por la fe y la esperanza, alcancemos la promesa de días mejores. Am Israel Jai ■

Aprovechar el tiempo: el mensaje de la Cuenta del Ómer

// RAV BINYOMIN WEISZ

Contar implica forjar una relación consciente con el tiempo y sus momentos.

Estamos en la Cuenta del Ómer, los 49 días que comienzan a partir de Pésaj y nos llevan al momento en que recibimos la Torá en Shavuot. En estos días, la Torá nos ordena

contar cada noche. ¿Qué es lo que logra esta cuenta? ¿Acaso un día "contado" es diferente a un día regular? ¿Y por qué esta mitzvá constituye el camino que nos lleva al Monte Sinai?

La cuenta nos transmite un mensaje importante. El tiempo puede entrar a nuestro presente, pero después desvanecerse en el horizonte de la historia, sin haber adquirido ningún significado. Tiempo "muerto", vacío. Y todavía peor, el tiempo puede restringirnos y abrumarnos con estrés, aburrimiento o desesperación. Esperar puede ser nada más que una barrera frustrante que nos aleja de aquello que queremos en la vida, ya sea encontrar un esposo, un trabajo o lograr un objetivo. Podemos quedarnos atrapados dentro del tiempo.

Pero no tiene que ser de esta manera.

Ese mismo tiempo puede llegar y podemos contar lo. Contar implica forjar una relación consciente con el tiempo y sus momentos. Es decir que yo elijo hoy, en vez de vivir pasivamente. Esto permite que incluso una espera difícil se vuelva significativa, porque recibo lo que me brinda el momento presente y reconozco su potencial de crecimiento. Al contar estos 49 días construimos esta nueva relación con el tiempo. De esta forma preparamos nuestras vidas para dedicarlas a la Torá.

Este enfoque no es sólo para los solteros que esperan a su alma gemela ni para las parejas que esperan ser bendecidos con hijos, sino que es para todos. El mismo medio a través del cual experimentamos la vida es el tiempo. El tiempo es un potencial puro que nos regalan día a día para usarlo en cosas buenas. Un recipiente que espera ser llenado. Desde esta perspectiva, esos momentos difíciles que todos pasamos no tienen que generar necesariamente frustración y desesperación. Simplemente son otra oportunidad. Una posibilidad de profundizar nuestra fe en D-os, para crecer como personas y como judíos.

A veces, externamente – o a los ojos de nuestra sociedad – puede parecer que estamos "en tránsito". Simplemente estamos esperando una cita, esperando tener un hijo, esperando obtener un título o un trabajo. Pero en verdad el camino nunca es simplemente un escalón para llegar a otra cosa, sino que ese escalón lleva dentro de sí el destino mismo. Aquí, y sólo aquí, se encuentra nuestra misión de ahora. Dios nos ama y



tiene un plan para nosotros en cada etapa de nuestras vidas, incluso en las más dolorosas. Él nos sacó de Egipto, no a pesar sino debido al sufrimiento que soportamos allí, para que pudiéramos ganar lo que necesitábamos de esa experiencia. Entonces, en el momento preciso, Él nos sacó y nos convirtió en Su nación y recibimos la Torá. Ambas etapas eran partes esenciales de nuestro camino hacia el Monte Sinai.

La Cuenta del Ómer es un momento para reconocer que no estamos bajo el control de la naturaleza, la suerte ni las estadísticas. Siempre estamos en un **camino hacia**. Detrás de las escenas, D-os conduce suavemente a cada persona exactamente a las situaciones que pueden ayudarla a desarrollar su potencial. Cada momento contiene la travesía cósmica de un judío: dejar las limitaciones representadas por Egipto y construir para experimentar una conexión Divina con la Torá. Una travesía hacia lo eterno.

Sí, cada momento de nuestras vidas tiene un valor intrínseco. En cada lugar se puede encontrar una oportunidad para el crecimiento.

Al vivir con esta filosofía, acumulamos valiosos días "plenos" que nos llevamos con nosotros para siempre. Tal como nuestro patriarca Abraham, a quien la Torá describe diciendo que "llegó con sus días" (Génesis 24:1). También tenemos que recordar que en la vida nunca se trata de "todo o nada". Los días que pasaron sin ser aprovechados al máximo no limitan el nuevo recipiente de hoy, que siempre está disponible para llenarse con cosas buenas y para guardarlo para la eternidad.

La primera mitzvá que recibimos al convertirnos en la nación de D-os fue santificar la luna nueva. Su mensaje es: ¡Libérate! Hazte cargo de tu vida y toma las riendas del tiempo. Lleva el tiempo al reino de tu conciencia en vez de dejar simplemente que se diluya. Aprovecha sus segundos, sus minutos, sus horas y sus días para la elevación espiritual, en vez de esclavizarte a ellos. ¿Dónde comienza este proceso? Con la decisión de hacer que este momento sea importante.

Como judíos, tenemos esta capacidad, especialmente durante los especiales días del Ómer. Nunca tenemos que ser "víctimas" del tiempo. Por el contrario, tenemos la fuerza de aprovechar el tiempo para propósitos productivos, para elevarlo, llenando nuestros días con significado. Podemos esforzarnos por encontrar y aceptar el plan de D-os para esta etapa de nuestra vida.

Si elegimos hacerlo, el tiempo realmente "cuenta". ■

Fuente: aishlatino



MARCANDO PAUTAS
O PRACTICANDO NOTAS

#SÉELEJEMPLO

Hagamos del arte algo mucho más grande.



HERSH GOLDBERG-POLIN

LOS PADRES DEL REHÉN PIDEN UN ACUERDO PARA LIBERAR A LOS CAUTIVOS EN GAZA

Rachel Goldberg-Polin y Jon Polin, padres del rehén Hersh Goldberg-Polin, a quien se vio en un video de Hamás, hicieron “una súplica a todos los líderes” que han estado negociando un acuerdo por la liberación de los cautivos en la Franja de Gaza, nombrando a Qatar, Egipto, Estados Unidos, Hamás e Israel: “Sean valientes, aprovechen este momento y consigan un acuerdo para reunirnos a todos con nuestros seres queridos y poner fin al sufrimiento en esta región”.

“Ver el video de Hersh hoy es abrumador. Nos sentimos aliviados de verlo con vida, pero también nos preocupa su salud y bienestar, así como el de todos los demás rehenes y de todos los que sufren en esta región”, expresaron en una filmación difundida en redes sociales.

“Hersh, si puedes escuchar esto, hoy escuchamos tu voz por primera vez en 201 días. Y si puedes escucharnos, te lo decimos, te amamos, mantente fuerte, sobrevive”, manifestaron.



Fuentes de inteligencia israelí afirmaron hoy que el israelí-estadounidense Hersh Goldberg-Polin todavía está vivo, según The Times of Israel. ■

Fuente: Agencias

FDI

Perseguiremos a Hamás por toda Gaza

Al comentar sobre el video de Hersh Goldberg-Polin como rehén de Hamás, el portavoz de las FDI, el contralmirante Daniel Hagari, dijo que es “un llamado urgente a la acción”, al mismo tiempo que prometió que los militares “no dejarán piedra sin remover en nuestros esfuerzos para encontrar a nuestros rehenes”.

“Hamás acaba de publicar un video de Hersh Goldberg-Polin, un joven estadounidense-israelí de 23 años, que estaba celebrando con sus amigos en el Festival de Música Nova cuando fue atacado violenta y brutalmente y secuestrado por Hamás el 7 de octubre”, dijo en una declaración en video en inglés.

“Hersh ha estado retenido por Hamás en Gaza durante más de 200 días. Otros 133 rehenes han estado retenidos por Hamás en Gaza en condiciones inhumanas durante más de 200 días”, continúa Hagari.

Agregó que “hasta que Hamás libere a nuestros rehenes, las FDI seguirán persiguiendo a Hamás por toda Gaza”. ■

Fuente: Artículo original de © israelnoticias.com | Autorizado para su difusión, incluyendo este mensaje y la dirección: <https://israelnoticias.com/idf/fdi-perseguiremos-a-hamas-por-toda-gaza/>

ANTISEMITISMO

Netanyahu pidió “hacer más” para detener las protestas pro palestinas en Estados Unidos

El primer ministro israelí, Benjamín Netanyahu, afirmó que “hay que hacer más” para detener las protestas pro palestinas de las universidades estadounidenses. “Lo que está sucediendo en los campus universitarios de Estados Unidos es horrible”, expresó en una declaración grabada, acusando a “turbas antisemitas” de apoderarse de las principales universidades.

“Es inadmisible. Hay que detenerlo. Hay que condenarlo inequívocamente”, afirmó. “La respuesta de varios rectores de universidades fue vergonzosa. Ahora, afortunadamente, funcionarios estatales, locales, federales, muchos de ellos han respondido de manera diferente, pero tiene que haber más. Hay que hacer más”.

Las protestas por las acciones de Israel en Gaza se han intensificado en las universidades estadounidenses en las últimas semanas. Los manifestantes pro palestinos piden un alto el fuego y que sus universidades se deshagan de empresas con vínculos con Israel. Decenas de estudiantes fueron suspendidos por la universidad y arrestados por la policía.

Algunos estudiantes y profesores judíos e israelíes dijeron que las protestas han convertido a las universidades en un entorno hostil en el que se sienten amenazados. Algunos han informado de un aumento del antisemitismo en el campus.

El 7 de octubre, Hamás encabezó un ataque contra comunidades del sur de Israel en el que murieron 1.200 personas y 253 fueron tomadas como rehenes. ■

Fuente: Agencias



¿Cuál era el plan de Hamás?

// ESTHER SHABOT*

El ataque sorpresa de Hamás a Israel del 7 de octubre no era sólo entrar a territorio israelí para asesinar y secuestrar gente, cometer actos de salvajismo inaudito como quemar vivas a familias enteras y violar sin piedad. Se trataba de la primera etapa de un plan armado minuciosamente desde tiempo atrás, sustentado en un mesianismo islámico con tintes muy similares a los de movimientos sectarios encabezados por iluminados que presagian la inmediatez del fin de los tiempos.

De hecho, una institución denominada MEMRI (Middle East Media Research Institute) dedicada desde hace décadas a traducir y publicar información generada en Oriente Medio, expuso públicamente desde el 4 de octubre de 2021 una apretada síntesis de una magna conferencia llevada a cabo el 30 de septiembre de ese año en el Hotel Intercontinental de Gaza. En dicho evento participó Yahya Sinwar, el máximo líder militar de Hamás, junto a decenas de altos oficiales de la misma organización. El título que los convocaba era Promesa para el ahora y el después. Palestina posliberación. De ahí emergió una lista de “las ideas y los métodos de operación a implementarse durante la liberación de Palestina después de que Israel cese de existir”.

El documento es largo, por lo que me voy a permitir exponer aquí textualmente, sólo algunas partes de su programa, pero el lector interesado puede encontrarlo completo en el sitio de MEMRI. En principio, llamaba a “redactar un documento de independencia que sea una continuación directa del Pacto de Umar Ibn Al-Khattab, concerniente a la rendición de los bizantinos ante los conquistadores musulmanes (638 d.C.); definir el nuevo liderazgo del Estado; estipular las recomendaciones para el trato con la comunidad internacional y los Estados vecinos; establecer los aparatos para asegurar la continuación de las actividades económicas una vez que el shékel (la moneda israelí) no esté en uso, y se requiera preservar los recursos que previamente pertenecían a Israel”.

Además, se recomendaban las reglas necesarias para tratar a los “judíos” en el país, incluyendo la definición de quiénes de ellos serían matados o sujetos a persecución legal, y a quiénes se les permitiría exiliarse o quedarse. Llamaba también a prevenir una fuga de cerebros de profesionales judíos y la retención de “judíos educados expertos en las áreas de medicina, ingeniería tecnología e industria civil y militar...a quienes no se les permitiría emigrar”. Había que, también, “...elaborar listas de los agentes de la ocupación en Palestina, en la región y en el mundo, y los nombres de los reclutados, judíos o no judíos, en el país y fuera de él, para purgar a Palestina y a la Patria Árabe e Islámica de esa hipócrita inmundicia”.



De acuerdo con Kamal Abu Aoun, vocero de Yahya Sinwar, éste había declarado el día del evento que “...estamos patrocinando esta Conferencia porque está en línea con nuestra consideración de que la victoria está cerca, acorde a nuestra visión de que la completa liberación de Palestina desde el río hasta el mar, está en el corazón de la visión estratégica del Hamás”.

También participaron en el evento miembros de la Jihad Islámica. Uno de sus representantes, Khader Habib, declaró: “...Saldremos victoriosos como lo prometió Alá... el único conflicto que el Corán discute en detalle es el conflicto entre nosotros y la empresa sionista, la cual es el pináculo del mal a nivel global”. Llamó a los palestinos a estar preparados para las ramificaciones de la victoria divina, ya que “el final de la entidad sionista es mencionado en el Corán lo cual lo hace cierto y creíble”.

El último párrafo de la transcripción realizada por MEMRI, dice a la letra: “Tenemos un registro de los números de los departamentos e instituciones israelíes, de sus recintos educativos, estaciones de gas, de energía y sistemas de drenaje, por lo que no tenemos elección más que estar listos para manejar esa estructura...creemos que la liberación vendrá en pocos años y que la desaparición de Israel será un hecho histórico sin precedentes a nivel regional y global... en suma, ha llegado el tiempo de actuar. La preparación para la liberación de Palestina empezó con el espíritu emanado de esta conferencia y con la preparación de los combatientes cuyas almas anhelan liberar Palestina y sus lugares sagrados. Estamos encaminados a la victoria que Alá les prometió a sus siervos: Oh tú que has creído, si apoyas a Alá, Él te apoyará a ti y plantará firmes tus pies (Corán 47:7). Ellos dirán ¿cuándo será eso? Tal vez pronto (Corán 17:51)”. El proyecto de Hamás estaba claro desde hace tiempo, la pregunta es por qué se le desestimó, a pesar de su espeluznante franqueza. ■

*Experta en Medio Oriente, texto publicado en Excélsior el 13 de abril de 2024.

REDES SOCIALES DIGITALES

SI HACES LO MISMO EN TODAS LAS REDES SOCIALES... MORIRÁS

// ILAN ARDITI

Si se hace lo mismo en todas las redes sociales, existe una gran posibilidad de padecer no solo en su forma digital, ya que las redes sociales se han convertido en un reflejo para cualquier marca o producto.

■ ¿Cómo aprovechar cada red social?

Las redes sociales son cruciales para crear un perfil, aumentar ventas y presencia en el mercado, pues su capacidad para llegar a audiencias masivas y segmentar mensajes es muy poderoso; sin embargo, hay que entender que cada plataforma tiene su propia audiencia y algoritmo. ¿Aún publicas lo mismo en todos tus canales?

Vamos a explorar de qué manera aprovechar cada red social, desde Facebook hasta Tiktok, para poder diversificar el contenido de manera correcta y realizar campañas exitosas.

Antes de empezar, hay que dividir el contenido en cinco ejes clave presentes en cada plataforma digital:

Público: Es decir, edad o rango generacional, género, intereses, horarios de conexión, tono, región, entre otros.

Formato: Imagen, video, reel, infografía, carrete, meme, etc.

Branding: Colores, palabras, slogans, símbolos alusivos, logos, etc.

■ Tendencias y actualización de algoritmos

Temas centrales: Contenido de fondo y forma que responden los ¿Por qué? ¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Dónde?, y ¿Para qué?

Asimismo, no hay que olvidar que cada red social tiene atributos propios y particulares, el cual pueden ser explotados según el objetivo de cada campaña. Ejemplo, las historias en Instagram, las encuestas y enlaces en LinkedIn, los lives en Tiktok, podcast en Youtube, por mencionar algunos.

■ Facebook

Red social ideal para generar comunidad en grupos o en la misma página, a través de contenidos que incentiven la participación por medio de reacciones, comentarios o shares apelando al humor con referencias a series, películas y anécdotas del momento.

Formato ideal: Fotos y videos en 4:5

Tono: Simple

Copy in: Texto gancho (Frases, Referencias, infografías, memes)

Copy Out: Texto que nutra el gancho con palabras clave

Hora: Las horas con mayor engagement y alcance hasta finales del 2023 son de lunes a jueves desde las 8 am hasta la 1 pm.

■ Instagram

Red social ideal para dar a conocer algún producto o marca por medio de contenido simple que apele al humor, empatía e interacción.

Formato ideal: Fotos 1:1, videos (reel) e historias en 9:16



Tono: Simple

Copy In: Poco texto con estructura (Introducción y solución)

Copy Out: Detalles de la imagen, video o del texto

Hora: Las horas con mayor engagement y alcance hasta finales del 2023 son lunes, martes y miércoles de 9 a 1 pm.

■ LinkedIn

Red social ideal para dar a conocer la identidad de una marca o empresa, generar networking, socios comerciales, clientes y reconocimiento en el mercado por medio de contenido diferencial y de alto valor.

Formato ideal: Fotos 3:1/2:3, videos en 2:3 (si es directo desde la plataforma) y presentaciones en forma de carrete en proporciones 1:1

Tono: Inspiracional y corporativo

Copy In: Texto explicativo y con soluciones (El contenido lo es todo). Es decir, largos y estructurados

Copy Out: Poco texto con palabras clave o largos y estructurados en párrafos

Hora: Según las recomendaciones de la misma plataforma de LinkedIn, las horas con mayor engagement y alcance hasta finales del 2023 son las primeras horas de la mañana (entre 7 a 8 am) y las últimas de la tarde (entre 5 a 6 pm) los días lunes y jueves, aunque los días miércoles, sábados y domingos de 6 a 9 pm también ha tenido gran impacto.

■ WhatsApp

Canal social ideal para informar y promover otros canales.

Formato ideal: Fotos y videos 1:1 y enlaces con redirección a páginas, blogs, o productos.

Tono: De venta que atrape al lector

Copy In: Poco texto, principalmente con preguntas

Copy Out: Texto que conteste la pregunta e incentive al lector a seguir leyendo

Hora: La hora más recomendable son las primeras horas del día.

■ X (Twitter)

Red social ideal para promover información sin censura

Formato ideal: Fotos 1:1 y videos en 1:1 o 3:1. Ambos ilustrativos

◀ VIENE DE LA PÁGINA 25

Tono: Explicativo

Copy Out: Texto con palabras clave y que propicie la participación por medio de respuestas.

Hora: Las horas con mayor engagement y alcance hasta finales del 2023 son martes, miércoles, jueves y viernes de 9 a 2 pm.

■ **TikTok**

Red social ideal para dar a conocer algún producto o marca por medio de contenido simple que apele al humor, empatía e interacción a través de tendencias.

Formato ideal: Fotos 1:1 y videos en 9:16

Tono: Simple y para todo público

Copy In: Poco texto con estructura (Introducción y solución)

Copy Out: Detalles de la imagen, video o del texto

Hora: Las horas con mayor engagement y alcance hasta

finales del 2023 son martes de 2 a 6 pm, miércoles de 2 a 5 pm y jueves de 3 a 5 pm.

La diversificación de contenido

Así se puede seguir con cada red social determinando qué formato, tono, hora y más; sin embargo, hay que resaltar que estas recomendaciones son solo eso, simples recomendaciones para poder empezar. Pero lo que realmente nutre a cada una, es la investigación, análisis y entendimiento de cada perfil.

A pesar de tener semejanzas cada red social cubre necesidades diferentes, por lo que la diversificación del contenido debe recordarte que, si haces el mismo contenido en todas las redes sociales, con el mismo formato, tono, hora, público, etc.... morirás. ■

ilan@sodadigital.com.mx

www.sodadigital.com.mx

SERIE

Estreno a nivel internacional de la primera serie original en hebreo

Con su fecha de estreno original retrasada por los acontecimientos del 7 de octubre – y el preestreno cancelado debido al ataque iraní – la serie Bros, la primera producción original hebrea e israelí para Netflix, llega en un momento profundamente cargado para la sociedad israelí.

Transcurre el año 2008 y el equipo de Fútbol Beitar Jerusalem juega contra el Wisłow Krakow en Polonia. Es un partido trascendental de la clasificación para la Liga de Campeones de la UEFA (Champions League), que sirve de dramático telón de fondo para la nueva serie Bros, una comedia negra israelí que se estrenó en Netflix a nivel internacional esta semana.

La serie, titulada «Ba'esh Uvamayim» en hebreo («A través del fuego y el agua»), es una creación de Guy Amir y Hanan Savyon, colaboradores desde hace mucho tiempo, que escribieron, dirigieron y protagonizan la serie como Nisso y Pini, mejores amigos de toda la vida.

También es la primera producción original hebrea e israelí para Netflix. El estreno estaba previsto inicialmente para principios de noviembre, pero se pospuso a raíz de la masacre de Hamás del 7 de octubre.

La producción también se vio directamente afectada por el ataque del grupo terrorista que gobierna el enclave costero palestino: el diseñador de sonido Lior Waitzman, que había estado trabajando en la serie, fue asesinado el 7 de octubre mientras andaba en bicicleta cerca de su casa en Sderot, una localidad del sur de Israel fronteriza con Gaza.

Y meses después de que se reprogramara, el preestreno terminó siendo aún más discreto de lo esperado, cuando una proyección de celebración prevista para el pasado domingo por la noche en el Estado judío se canceló a raíz del ataque con misiles y aviones no tripulados de Irán.

La serie no tiene nada que ver con Hamás, la Franja o incluso el conflicto palestino-israelí. De hecho, hay muy poca política. Bros cuenta la historia de dos amigos de toda la vida, interpretados por Savyon y Amir, que crecieron en Jerusalén.

Savyon y Amir tienen una holgada experiencia en el mundo de la televisión israelí, trabajando juntos en numerosos proyectos a lo largo de los años, como «Asfur» de 2010 (con una joven Gal Gadot) y «Scarred» de 2013, así como las películas «Maktub» en 2017 y «Forgiveness» en 2019.

Para ser una serie (al menos originalmente) dirigida al público de los 190 países de Netflix, «Bros» es profunda e innegablemente israelí. A los ocho minutos del primer episodio, la pareja hace un chiste sobre los terroristas de Hezbollah y en el segundo episodio hay una referencia al Holocausto.

En la serie se pueden ver algunos de los barrios más reconocibles de la capital israelí, mientras que los que vuelan regularmente a y desde Israel se reirán cuando el personaje de Amir pida una comida «kosher especial» a bordo de un avión, simplemente porque está harto de que los pasajeros religiosos coman primero.

Es difícil predecir cómo le irá a «Bros» en Netflix, el servicio de streaming más popular del mundo. Si bien el público mundial se fanatizó con series israelíes como «Fauda» y «Teherán», centradas en el conflicto y la violencia, y con «Shtisel», que arrojaba luz sobre una comunidad insular y poco conocida y la humanizaba, «Bros» trata esencialmente de dos hombres de mediana edad a los que en ocasiones es difícil animar, que viven su vida mientras toman decisiones terribles e intentan madurar con varias décadas de atraso. ■

Fuente: *Times of Israel*.

CONSEJOS PARA CUIDAR EL AGUA

De la intimidad del hogar a tu influencia en el panorama global

(Primera de dos partes)

Salvaguardar las reservas de agua dulce potables y hacerlas accesibles de forma equitativa es una tarea conjunta y extensa que pasa por modificar nuestras acciones cotidianas y fomentar cambios estructurales.

Sin agua no habría vida, esto es una realidad. Hace más de 4.500 miles de millones de años, cuando la Tierra se formó, el agua fue una de las sustancias responsables de que se crearan las primeras formas de vida, y es imprescindible para que todo ser sobreviva hasta el día de hoy.

Aunque no siempre lo veamos, este elemento de la naturaleza se encuentra en casi todo lo que nos rodea: en las moléculas de cada organismo vivo, en las nubes que sobrevuelan nuestras cabezas, circulando por el interior de la Tierra... es tan propio de nuestro planeta que a menudo pasamos por alto que no se trata de un recurso ilimitado.

Así, como tantas veces ha ocurrido desde el desarrollo de la sociedad postindustrial, hemos sobreestimado la capacidad de regeneración de este medio vital y no hemos hecho suficiente para preservarlo, dejando las aguas de múltiples puntos del mundo en una situación de crisis.

Recientemente hemos recibido noticias sobre la imposición de medidas de ahorro en algunos puntos de España, una solución de último recurso ante una alerta por sequía. Sin embargo, para encontrar soluciones reales debemos ir mucho más allá, empezando por entender los desafíos que sufren las aguas del planeta y, sobre todo, manteniendo una importante pregunta en mente: ¿Cómo podemos cuidar este preciado recurso?

■ Todo empieza en casa

Sí, el panorama global puede resultar abrumador y quizás pensemos que no hay mucho que se pueda hacer a nivel individual, pero nada más lejos de la realidad: toda acción cuenta, por pequeña que pueda parecer.

Casi un 97% del agua del planeta es salada, lo cual reduce a poco más del 3% la cantidad de agua dulce disponible para nuestro uso, y parte de ella se encuentra congelada en los glaciares o bajo la superficie terrestre. En total, solo un 0,025% del agua potable es accesible. Por tanto, conservar y hacer una buena gestión de ella será esencial. ¿Qué podemos hacer en el día a día?

Usar detergentes biodegradables y productos de limpieza ecológicos.

Reciclar debidamente el aceite de cocinar según la normativa local, no tirarlo por el desagüe.



Lavar la ropa en cargas completas.

Usar duchas de bajo flujo, recolectar el agua que se vierte mientras sale caliente, cerrar el grifo mientras nos lavamos los dientes o nos afeitamos.

Regar las plantas con agua reutilizada.

No utilizar el inodoro como basurero para evitar que los residuos lleguen al mar.

Hacer un buen mantenimiento de tuberías, evitando fugas y atascos.

■ Pensando en grande

Si extrapolamos estas acciones cotidianas a un contexto global, en seguida nos daremos cuenta de que los problemas que abordamos no son tan distintos: la escasez, la contaminación, el fallo de estructuras esenciales...

A grandes rasgos, esta situación de crisis ha ido tomando forma debido a las consecuencias del calentamiento global, el aumento de la población y el consumo excesivo, así como las malas prácticas llevadas a cabo por grandes empresas o la gestión insostenible del agua potable por parte de algunos gobiernos.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) ha previsto que, de seguir las tendencias actuales, más del 50% de la población mundial sufrirá las consecuencias de la escasez de agua hacia el año 2050.

No obstante, no todo son malas noticias: informes recientes de la misma ONU indican que se han abierto nuevas vías de cooperación internacional en materias de acceso al agua y saneamiento seguro en todos los territorios del mundo.

Este dato nos ayuda a imaginar un futuro más optimista en el que todos contribuimos y aportamos soluciones a las dificultades que sufren las aguas de nuestro planeta, creando sistemas de desarrollo sostenible. ¿Qué está ocurriendo a gran escala y cómo lo podemos cambiar?

■ Los océanos, un ecosistema fundamental

Es prácticamente imposible abordar cualquier tema relacionado con los problemas de recursos y no terminar mencionando el cambio climático, una realidad que tiene afectaciones directas o indirectas en casi todos los ámbitos de la vida en nuestro planeta.

A pesar de que los océanos no son una fuente de agua potable por sí mismos, se trata de una parte fundamental del sistema hidráulico que hace circular el agua continuamente entre estos, la atmósfera y la superficie en lo que conocemos como el ciclo del agua. Por tanto, de su correcto funcionamiento depende una parte del agua potable que usamos como recurso.

PASE A LA PÁGINA 28 ➤

◀ VIENE DE LA PÁGINA 27

El calentamiento global progresivo del planeta ha producido cambios importantes en la mayoría de los ecosistemas, y los océanos no son ajenos a estos efectos. Bajo sus aguas se esconden a simple vista unas corrientes vitales para la regulación del clima entre el mar y la tierra.

La alteración de este delicado equilibrio afectaría de forma extrema, entre otras cosas, a los patrones de precipitación y al nivel del mar, causando que varios sumideros de carbono se degraden, como es el caso de los propios océanos y algunas selvas. En consecuencia, el cambio climático se aceleraría todavía más. ■

Fuente: National Geographic

ESTADOS UNIDOS



SABORES DEL MUNDO

Jaroset (Haroset o Charoset)

Ingredientes

2 manzanas grandes, peladas y picadas en trozos pequeños
1 taza de nueces picadas
1 cucharadita de canela molida
2 cucharadas de miel
2 cucharadas de vino tinto (opcional, puedes usar jugo de uva si prefieres no usar vino)
1 cucharada de jugo de limón

Instrucciones

En un tazón grande, mezcla las manzanas picadas y las nueces.

Agrega la canela molida y mezcla bien.

Incorpora la miel, el vino tinto (o jugo de uva) y el jugo de limón. Mezcla hasta que todos los ingredientes estén bien combinados y la mezcla tenga una consistencia homogénea.

Prueba la mezcla y ajusta el sabor según tu preferencia, agregando más miel o canela si es necesario.

Cubre el tazón con papel film y refrigerá durante al menos 1 hora antes de servir para que los sabores se mezclen y se intensifiquen.

Sirve el Charoset en un plato decorativo como parte de la mesa del Séder. ¡Disfruta de esta deliciosa y simbólica preparación durante tu celebración de Pésaj! ■

Esta receta de Charoset de Estados Unidos es una versión dulce y aromática que complementa perfectamente el significado y la esencia de la festividad de Pésaj. ■

SABÍAS QUE...

Efemérides

28 de abril:

1854: Nace Hertha Marks Ayrton, ingeniera, matemática, física e inventora británica de origen judío. galardonada con la Medalla Hughes de la Royal Society por sus estudios del arco eléctrico y la formación de ondas de las dunas y las olas del mar.

29 de abril:

1954: Se estrena la obra de teatro Esperando a Godot de Samuel Beckett en París.
1976: Se funda Apple Inc., una de las empresas tecnológicas más importantes del mundo.

30 de abril:

1829: Se promulga en México la Ley de Libertad de Imprenta, que garantiza la libertad de expresión en el país.

1 de mayo:

1939: Se celebra por primera vez el Día Internacional de los Trabajadores.

1998: Se publica el primer borrador del genoma humano.

2 de mayo:

1986: Se publica el primer libro de la serie "Harry Potter" de J.K. Rowling.



Tiempos nuevos

// GRACE NEHMAD AMKIE*

Los tiempos nuevos
Se imponen elegantes,
modas seguras.

(Autre temps, autres mœurs)

Traducción literal: otros tiempos, otros modos.

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

PINTURA Y POESÍA



POR TU SEGURIDAD

Evita riesgos innecesarios al estacionar y permanecer en tu vehículo fuera del CDI.

EL CDI ES TU LUGAR MÁS SEGURO

USO OBLIGATORIO DE TOALLA

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

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

GAFETE DE ACCESO CHOFER - ACOMPAÑANTE

JOSÉ JAVIER ALCARÁZ HERNANDEZ
MEMBRESCA DE VÍNCULO 23784-00
NOMBRE DEL TITULAR DE LA MEMBRESCA MENDOZA Y TUCHAR

CREDENCIAL DEL CDI PARA CHOFERES.

Costo \$250.

Informes al 55 262 97400 extenciones 422, 409, 410 y 402.

VENTA DE ESPACIOS PUBLICITARIOS

Anúnciate con nosotros y potencializa tu negocio

Informes con Teresa Martínez

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

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.

Si encuentras algún objeto extraviado, favor de entregarlo al Comité de Socios.

AVISO DE PRIVACIDAD

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

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

S.R. NISSIM SHASHO
Director General del CDI

COMITÉ DE MARKETING

MTRO. ILAN EICHNER
Presidente

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

MTRO. RAMÓN ZAPAN
Director

ÁREA DE COMERCIALIZACIÓN

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

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

FRANCISCO PADILLA
Mensajero

AGRADECIMOS EL APOYO DE
ARCHIVO HISTÓRICO MIGUEL LITCHI
DEL CDI

COLABORADORES

ILAN ARDITTI
ALEJANDRO CASTILLO
MAURICIO C. GUZMÁN

ILAN EICHNER
MÓNICA ECHEVERRÍA
VIRIDIANA HERNÁNDEZ

NURIT MENDELSBERG
LUCERO MORA
GRACE NEHIMAD

ANGIE RÍOS
ALEJANDRA SANTANDER
ESTHER SHABOT

MARCOS SCHWARTZMAN
BINYOMIN WEISZ

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

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.

