



CDI Informa

Publicación semanal del Centro Deportivo Israelita, A. C.

מרכז הספורט היהודי – מכסיון

Núm. 3076

11 de Shvat 5785

Ciudad de México a 9 de febrero de 2025

www.cdi.org.mx

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

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



BEYAJAD: TRES DÉCADAS, ¡ENHORABUENA!

En el marco del 30 aniversario de la creación del grupo de tercera edad Beyajad, es inevitable reflexionar sobre el impacto que este proyecto ha tenido en diversas generaciones de adultos mayores. Desde su fundación hasta hoy, Beyajad ha recorrido un camino significativo, consolidándose como un programa integral de atención y desarrollo para la tercera edad. En esta celebración, destacamos su innovación, su

capacidad de adaptación a las necesidades de la comunidad y su valiosa interacción con las nuevas generaciones.

Los inicios: una idea transformadora
La fundadora de Beyajad, Erika Moyoros, identificó la creciente necesidad de un enfoque más integral para el bienestar de los adultos mayores. Su visión revolucionaria planteó la creación de un

espacio donde no sólo se brindará atención básica, sino también oportunidades para el desarrollo personal, la interacción social y el esparcimiento. Con el respaldo del Comité de Actividades y el liderazgo del Lic. Marcos Metta Cohen, esta idea se convirtió en realidad. Así nació Beyajad, con un modelo de atención holístico que abarca desde la salud física hasta el bienestar emocional.

14



Hyrox Guadalajara 2025,
team CDI presente



Festejemos el amor
con libros



El Año Nuevo de los
Árboles y su relevancia



Liberan a Yarden Bibas,
padre de los prisioneros más
jóvenes



93 años de historia:
Futbol (Segunda parte)

Sergio Lupercio

12

Angie Ríos

16

22

26

28



ATLETISMO (Velocidad, Lanzamiento y Salto)



גַּתְתִּים נְקִרְבִּים

51 FESTIVAL AVIV

CARLOS HALPERT DE DANZA JUDÍA

Bereshit 2.0 נֶלכָה



23-30 MARZO 2025
CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA
TUSSIE ARENA



CDI 75
75 AÑOS DE UNIÓN



Procultura
y Desarrollo Artístico A.C.

@FESTIVALAVIV

EL DÉPOR, CENTRO DE LA ENERGÍA Y LA PASIÓN

El CDI es mucho más que un centro deportivo. Es el alma vibrante de nuestra comunidad, un espacio donde el deporte, la cultura y la recreación se entrelazan para fortalecer nuestros lazos y proyectarnos al mundo. Cada rincón del Dépor respira historia, esfuerzo y compromiso, y este 2025 no es la excepción. De hecho, ya tenemos un año lleno de actividades que nos invitan a competir, celebrar y, sobre todo, a seguir construyendo juntos. Este fin de semana, la pasión por el deporte toma el escenario con los Juegos Macabeos Escolares, donde el Atletismo será el protagonista. El 9 de febrero, la Pista Atlética del CDI se llenará de velocidad, resistencia y talento, con la participación de ocho colegios de la red en pruebas de Velocidad, Lanzamiento y Salto. Desde las 7:00 hasta las 17:00 horas, seremos testigos de la entrega y el espíritu deportivo de los jóvenes atletas, en una jornada donde se destacarán los valores de respeto, convivencia y trabajo en equipo.

Sin embargo, el CDI no sólo impulsa el deporte, sino también la historia y la unión intergeneracional. El jueves 13 de febrero, el Grupo Beyajad celebra 30 años de amistad, apoyo y recuerdos inolvidables. Este aniversario será una fiesta llena de emoción, música en vivo y grandes sorpresas, con la participación especial de un imitador de Luis Miguel, que transportará a los asistentes a las épocas doradas del "Sol de México". La alegría y la nostalgia se mezclarán en una celebración que



reafirma lo que siempre ha caracterizado a Beyajad: la calidez humana y el amor por la vida.

El 23 de marzo, Plaza Macabi se convertirá en el punto de encuentro del Blowie Music Fest 2025: Across the Universe. Este evento promete ser un viaje musical sin fronteras, con géneros que van desde el rock experimental hasta la electrónica más innovadora. Más que un festival, será una experiencia sensorial que nos recordará que la música es un lenguaje universal que

nos une y nos eleva.

Y si hablamos de trascender fronteras, este verano será una temporada de deporte y comunidad a nivel internacional. Del 8 al 22 de julio, la Macabiada 2025 en Israel reunirá a miles de atletas de más de 80 países, consolidándose como el evento deportivo más importante de la diáspora judía. Además, los JCC ofrecerán la oportunidad para competir en Estados Unidos, en Pittsburgh, del 1 al 8 de agosto. Para los apasionados del Fútbol el torneo en Minnesota (11-20 de julio) será la plataforma ideal para demostrar talento y representarnos con orgullo.

Desde nuestras canchas y salones hasta los escenarios internacionales, el Dépor es sinónimo de energía, identidad y fraternidad. Este 2025 nos invita a seguir haciendo historia, ya sea como atletas, espectadores o simplemente como miembros activos de este espacio que nos une y nos fortalece. ■

¡Vivamos juntos cada momento!



¡Atención, Socios del CDI!

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

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

Agradecemos su comprensión y colaboración.
Atentamente, Comité de Socios





NOS COMPLACE ANUNCIAR LA APERTURA DEL ESPACIO

ÁREA DE TRABAJO

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

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

www.cdi.org.mx

CLASES FITNESS

Del 10 al 16 de febrero

Dificultad:

- Principiante
- Intermedio
- Avanzado

Modalidad de las clases:

- Híbrida (presencial y Zoom)
- Clase presencial

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

LUNES



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Max y Amparo Shein



TRX

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



Stretching

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



Zumba Fitness

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



Spinning / Intervalos

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



Sinergy

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



Activación Física

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



Fitness Combat

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



Sweat Lab

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



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



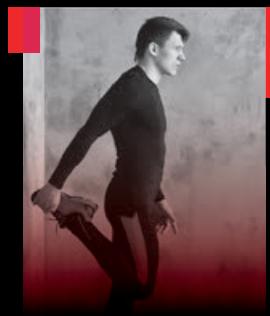
Spinning / Intervalos

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

Blue Vive diferente.

Orgulloso
patrocinador de
Maccabiah 2025
המכביה



Torre de
30 niveles

Desde
204 m²

Alberca
Juniors Club
Kids Club
Gym
Seniors Club
Sala de Cine

55 5321 6000
bosquereal.com

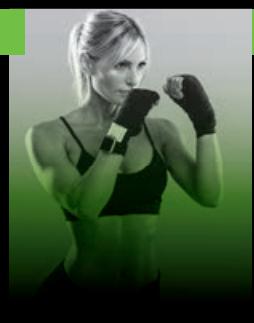
Grupo
Bosque Real

LUNES



Stretching

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



Box FIT

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



Spinning

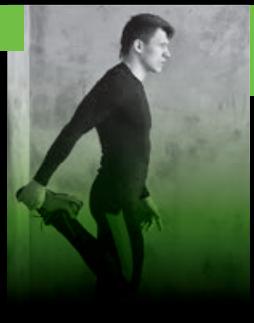
19:00 a 20:00 horas
Giovani Rodríguez
Punto CDIMS / Fitness

MARTES



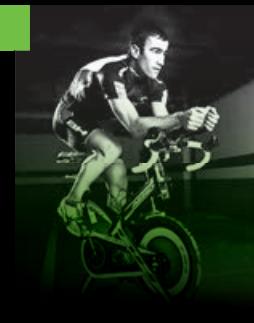
Spinning / Intervalos

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



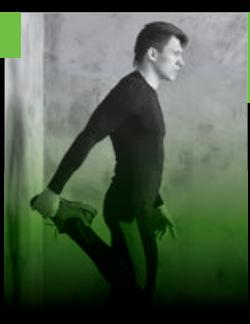
Círculo Funcional

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



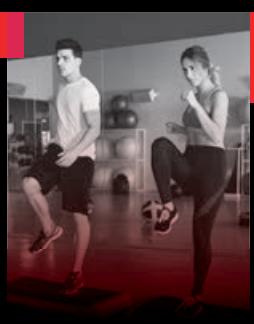
Spinning / Endurance

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



Entrenamiento Funcional

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



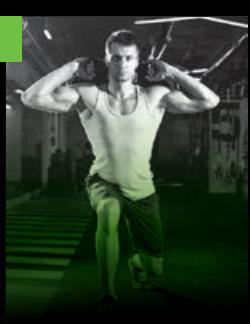
Círculo HIIT (Ligas)

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



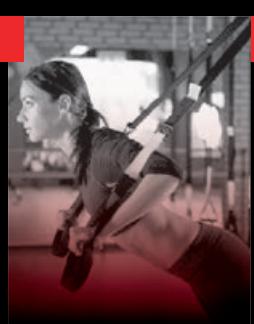
Stretching

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



Acondicionamiento físico general

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



TRX

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



Spinning / Endurance

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



Full Body

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



Yoga Vinyasa Flow

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



Aquaeróbics

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



Gap (Glúteo, abdomen y pierna)

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



Pilates Mat

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



Círculo Funcional

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



Vinyasa Yoga (Avanzado)

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



Pilates

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

MIÉRCOLES



Spinning / Ruta

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



Sinergy

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



Fitness Combat

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

SAVE THE DATE

SEMANA DE IDISH

IDISH

VOJ

רִידִיש
וּוֹגֶן

24 FEBRERO AL 2 DE MARZO



INCLUIDA EN TU MEMBRESÍA DEL CDI

A PARTIR DE LOS
18 AÑOS DE EDAD

Miércoles 16:00 horas
Salón Ejecutivo Moisés Gitlin

• Profesora: Amada Corkidi •

Aprende a relajarte

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



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



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



MIÉRCOLES



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Gina Cohen
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)



Sweat Lab

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



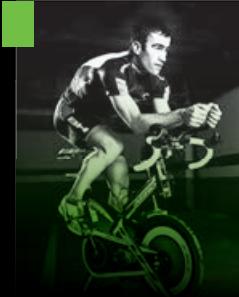
Spinning / Intervalos

17:00 a 18:00 horas
Sergio Lupercio
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



Box FIT

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



TRX

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



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



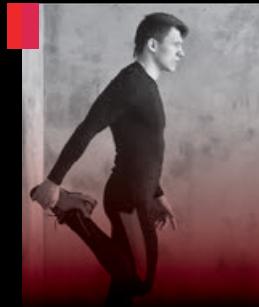
Spinning Indoor Cycling

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



Zumba Fitness

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



Círculo Funcional

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



Functional Combat

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



Box FIT

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

JUEVES



Spinning / Montaña

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



Círculo Funcional

7:00 a 8:00 horas
Sergio Lupercio
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 Lupercio
CDI / Salón Max y Amparo
Shein

JUEVES



Stretching

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



Acondicionamiento físico general

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



Body Jam

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



TRX

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



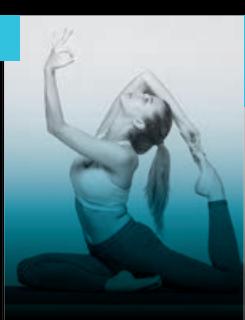
Spinning / Endurance

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



Body Jam

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



Yoga Vinyasa Flow

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



Aquaeróbics

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



Gap (Glúteo, abdomen y pierna)

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



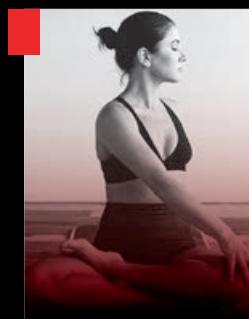
Pilates Mat

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



Círculo Funcional

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



Vinyasa Yoga (Avanzado)

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

VIERNES



Master Wave

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



Spinning / Ruta

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



Súper Clase Amor / Amistad

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



Spinning / Ruta

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



Súper Clase Amor / Amistad

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

SÁBADO



Círculo Funcional

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



Spinning / Performance

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



Círculo Sinergy

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

SÁBADO



Pilates

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



Spinning / Montaña

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



Zumba

11:00 a 12:00 horas
Sandrine Hallak
CDI / Salón Abraham Broitman

DOMINGO



Spinning

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



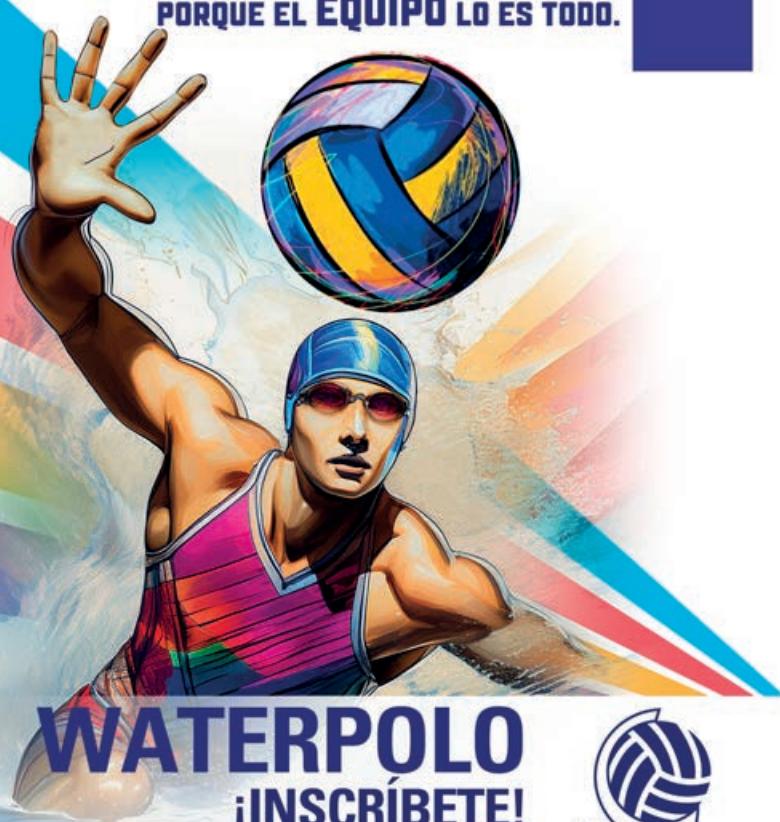
Te invitamos también a ponerte en forma con nuestros profesores en Fit Cero Cero
<https://www.youtube.com/c/FITCeroCero>



FIT CERO CERO

RESERVA TUS CLASES
ONLINE A TRAVÉS DE
LA APP CDI.

EN EL AGUA, LUCHAMOS JUNTOS,
PORQUE EL EQUIPO LO ES TODO.



WATERPOLO
¡INSCRÍBETE!

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



MORE THAN EVER.



CORRER es LIBERTAD,
EL RESTO ESTÁ EN TU CORAZÓN



ATLETISMO
¡INSCRÍBETE!

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



MORE THAN EVER.



Grupo
Bosque Real

INTERCAM
Banco



ESTRATEGIA
URBANA



Atengón



VIDA EN MOVIMIENTO



CGI



UVM

ADÉLON
ESTRATEGIA
URBANA

DELECTRIC
Atengón

S4
VIDA EN MOVIMIENTO

TRAXIÓN

CGI

Beth Yosef

UVM
VIDA EN MOVIMIENTO



**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**



FITNESS

HYROX GUADALAJARA 2025, TEAM CDI PRESENTE

// SERGIO LUPERCIO

El próximo 8 de febrero de 2025, Guadalajara albergará por primera vez un evento Hyrox, una competencia de Fitness que combina carreras y entrenamientos funcionales. La sede será el Centro Expo Guadalajara, donde un equipo de Socios del CDI, conformado por Tammy, Sharon, Cynthia y Daniel, junto con el coach Armando, representará a la Institución. Todos ellos han dedicado esfuerzo, sudor y compromiso en cada sesión de entrenamiento y buscarán llegar en su mejor versión para esta competencia de alto nivel.

■ ¿Qué es Hyrox?

Es una competencia que fusiona resistencia y fuerza. Los participantes completan un circuito que consta de 8 kilómetros de carrera, intercalados con 8 estaciones de ejercicios funcionales. Después de cada kilómetro de carrera, se realiza un workout específico, repitiendo el formato hasta completar el recorrido.

■ Preparación física

Debido a la exigencia de Hyrox, es fundamental contar con una preparación integral que abarque tanto la resistencia cardiovascular como la fuerza muscular. Algunos aspectos clave para un entrenamiento efectivo incluyen:

- 1. Entrenamiento de resistencia (Running):** Mejorar la capacidad aeróbica y la velocidad en distancias largas.
- 2. Entrenamiento de fuerza:** Desarrollar potencia y resistencia muscular.
- 3. Movilidad y flexibilidad:** Reducir el riesgo de lesiones y mejorar el rango de movimiento.
- 4. Entrenamiento del core:** Fortalecer el centro del cuerpo para mayor estabilidad y eficiencia en los ejercicios.



Parte del team Hyrox CDI. De izq. a der: Ury, Tammy, Cynthia, Sharon, Alfredo. Coach Armando.

5. Simulación de competencia: Practicar el formato de la prueba para adaptarse al ritmo y la exigencia.

6. Recuperación activa: Incorporar sesiones de descanso, estiramiento y movilidad para optimizar el rendimiento.

Una preparación bien estructurada te permitirá afrontar el desafío de Hyrox con confianza y alcanzar tu máximo desempeño. Recuerda que la consistencia y la progresión gradual son clave para evitar lesiones y mejorar tu rendimiento.

¡Únete al reto Hyrox!

Acércate al Fitness Center del CDI para conocer las próximas competencias y entrenamientos Hyrox que tenemos preparados.

¡Prepárate para superar tus límites!



FUTBOL

Excelente triunfo del CDI

// MARCOS SCHWARTZMAN

En una vibrante jornada en La Casa de Todos, los veteranos de LIFSA lograron un triunfo de película al vencer 2-1 al líder Club Neza del Estado de México. Desde temprano, el equipo local tomó la delantera con un sólido 2-0, aunque el rival descontó en el último minuto mediante un penal bien señalado. A pesar de la presión final, los tres puntos se quedaron en casa.

Krauchik y Pickman fueron los autores de los goles del CDI: el primero con un potente disparo desde fuera del área, y el segundo tras una gran jugada de pase, desborde y un preciso remate cruzado que aseguró la victoria.

El árbitro Jaime Gallardo, con su experiencia, llevó el encuentro a buen término. Aunque el rival dominó la media cancha, el equipo local mantuvo una defensa sólida con cinco mediocampistas que contuvieron el ataque contrario, además de una destacada actuación del arquero Chori.

Alineación del CDI:

Jaime Grinberg, Adolfo, Manolo Sacal, Julio Masri, Moisés Maya, Tortilla, Krauchik, Sury, Beto Sefami, Jaime Scheinman, Marcos Schwartzman, Pickman, Marco Salame, Moi Ilitzky, Salo Ackerman y Becker.

El próximo reto del equipo será este domingo a las 11:00 horas, cuando visiten el Ajusco en busca de otro triunfo, como el obtenido recientemente frente a Toluca.

**Otros resultados:**

- CDI Española venció 2-1 a Texcoco, ofreciendo una gran exhibición.
- En la UEFA Europa League, el Maccabi Tel Aviv cayó 1-0 ante el Porto, complicando su clasificación. No obstante, el equipo israelí sigue elevando su nivel en el competitivo Fútbol europeo.
- Gran éxito de los Juegos Macabeos Escolares, donde emergen nuevas figuras y se fortalece el nivel competitivo.

Eventos próximos:

Estamos a menos de 500 días del Mundial de Fútbol 2026, que se jugará en México, Estados Unidos y Canadá. Además, el próximo 9 de febrero se celebrará el Super Bowl, el evento deportivo con mayor audiencia del año. Por si fuera poco, en poco más de cinco meses, Israel será sede de la Macabiada 2025. ¡Vaya fiesta deportiva nos espera! ■



JUEGOS 2025
MACABEOS ESCOLARES

Ramas: Varonil y Femenil
En el Campo de Fútbol *Atención!!!*



ATLETISMO
(Velocidad, Lanzamiento y Salto)

Categorías:
1ro. a 6to. de primaria

Fecha de las competencias:
9 de febrero de 2025; 8:00 horas




Informes en el Comité de Fomento Deportivo al teléfono 55 2629 7400, extensiones 466 y 467.

www.cdi.org.mx

VIENE DE LA PORTADA

BEYAJAD: TRES DÉCADAS, ¡ENHORABUENA!

// LUCERO MORA

Para diseñar un programa realmente efectivo, Beyajad llevó a cabo un estudio de mercado integral con la colaboración de estudiantes universitarios del TEC.

A través de encuestas y entrevistas, se analizaron las necesidades, intereses y preocupaciones de la población adulta mayor. Los resultados fueron reveladores: además de requerir cuidados médicos y asistencia física, los adultos mayores deseaban seguir siendo parte activa de la sociedad, disfrutar de actividades recreativas y continuar aprendiendo.

El estudio también identificó desafíos importantes como la falta de espacios adecuados para el esparcimiento, la soledad y la desconexión generacional. En respuesta, Beyajad diseñó un programa que no sólo atiende las necesidades básicas, sino que también fortalece el sentido de pertenencia y la conexión con los demás.

Un programa integral: más allá del cuidado

Beyajad ha estructurado un programa integral que promueve el bienestar físico, mental y social de los adultos mayores.

Entre sus iniciativas destacan:

- Espacios de ejercicio adaptados a las capacidades de cada miembro.
- Talleres de arte, música y danza.
- Sesiones de apoyo psicológico.
- Actividades de integración intergeneracional.
- Programas educativos y desarrollo de nuevas habilidades.

Estas acciones han fortalecido la identidad y el propósito de los participantes, proporcionando un entorno enriquecedor y estimulante.

El rol institucional: apoyo y visibilidad

El Centro Deportivo Israelita ha sido un aliado clave, facilitando la expansión del programa y aumentando la visibilidad de los desafíos que enfrenta la población adulta mayor.

Un futuro prometedor: expansión y nuevas iniciativas

Treinta años después de su creación, Beyajad sigue evolucionando y adaptándose a las nuevas realidades de la tercera edad. Su modelo de atención integral, que ha servido como referencia para otros programas similares, sigue destacándose por su enfoque en la dignidad, autonomía y felicidad de los adultos mayores.

Con miras al futuro, Beyajad busca expandir su alcance, fortalecer alianzas con voluntarios e instituciones educativas y continuar desarrollando iniciativas innovadoras que respondan a las necesidades de una población que exige ser parte activa de la sociedad.

Un legado de compromiso social

A lo largo de tres décadas, Beyajad ha sentado un precedente en el desarrollo de programas enfocados en mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Su éxito radica no sólo en la atención directa a esta población, sino también en la incorporación de un enfoque holístico que involucra a distintas generaciones y cuenta con el respaldo del Centro Deportivo Israelita.

Este **30 aniversario** es una celebración del esfuerzo colectivo, la innovación social y el compromiso con una sociedad más inclusiva y equitativa. ■

Mazal Tov!



RECOMENDACIÓN LITERARIA

El arte de amar de Erich Fromm

// ANGIE RÍOS

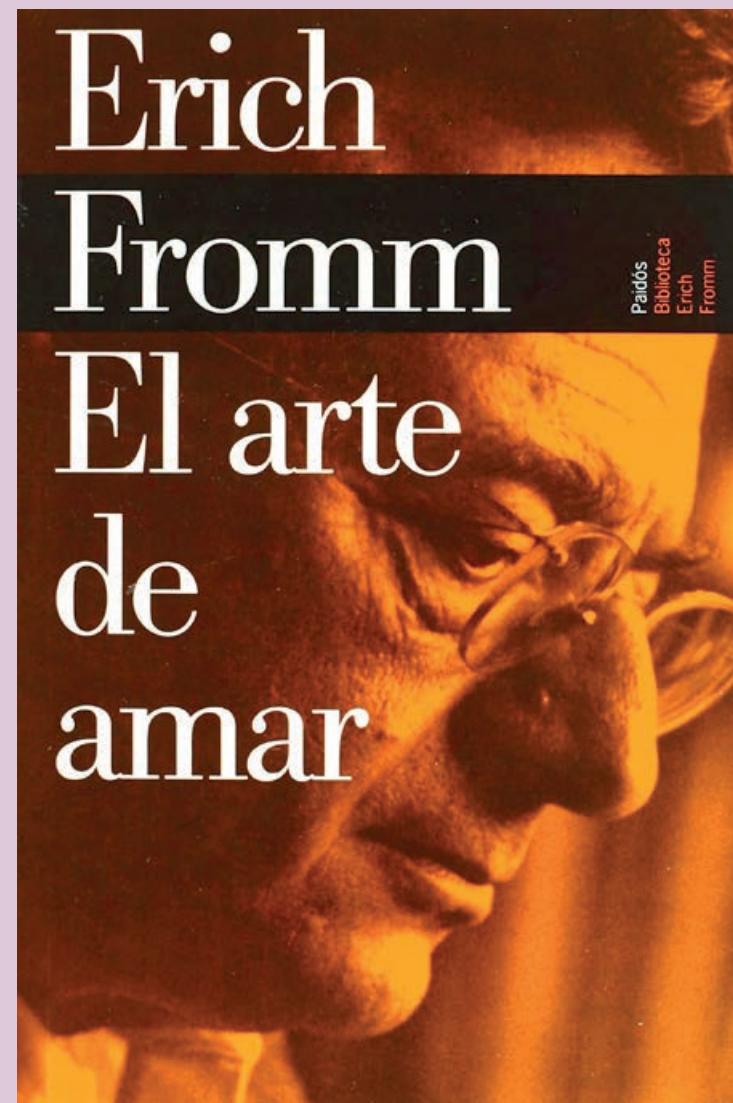
Siguendo con nuestra iniciativa de volver a los clásicos, este mes nos ponemos románticos en honor al Día del Amor y la Amistad. En esta ocasión, te recomendamos *El arte de amar*, una de las obras más influyentes del psicoanalista y filósofo social Erich Fromm, publicada en 1956.

En este libro, Fromm explora el amor no sólo como una emoción, sino como una habilidad que puede desarrollarse y perfeccionarse día a día. Analiza críticamente las concepciones románticas y superficiales del amor, ofreciendo en su lugar una reflexión más profunda y madura sobre este fenómeno.

A lo largo de sus páginas, *El arte de amar* ha guiado a generaciones en la búsqueda de respuestas a preguntas fundamentales: ¿Qué significa amar? ¿Cómo desprendernos de nosotros mismos para experimentar este sentimiento?

Fromm nos enseña que el amor no es sólo una relación personal, sino un rasgo de madurez que se manifiesta en diversas formas: amor erótico, fraternal, filial y amor propio. Además, desmonta la idea de que el amor es efímero o mecánico, como a menudo sugiere la sociedad moderna. Al contrario, el amor es un arte que requiere dedicación y aprendizaje, al igual que la música, la pintura o la medicina.

El amor, explica Fromm, no sólo busca entender y conectar, sino que transforma a quien lo experimenta. Quien ama se vuelve más receptivo, más observador, más productivo y, en definitiva, más auténtico.



Te esperamos en la Biblioteca Moisés y Basi Mischne del Dépor para descubrir este y otros libros especiales que hemos seleccionado para celebrar el mes del amor. ■

CLASE FELDENKRAIS

Miércoles
11:00 horas



FELDENKRAIS

CDI 75
75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

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

¿SABÍAS QUÉ?

Tenemos acceso a los periódicos
Excelsior y **Reforma**



Entérate de las noticias día a día.
De manera impresa, pero si te gusta leer el periódico en digital, solicita tu acceso con el personal de la Biblioteca.

Te esperamos en
la Biblioteca Moisés y Basi Mischne.

CDI
75
75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

BIBLIOTECA
MOISÉS Y BASI MISCHNE

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

www.cdi.org.mx



Festejemos el amor con libros

// ANGIE RÍOS

Sí, el 14 de febrero es una fecha comercial, pero también es una gran oportunidad para recorrer y celebrar el amor en todas sus formas. Según la leyenda, San Valentín fue un sacerdote romano que desafió el mandato del emperador Claudio II, quien prohibió el matrimonio entre soldados, pues creía que los solteros tenían un mejor desempeño en el campo de batalla. A pesar de esta prohibición, San Valentín continuó celebrando bodas en secreto, lo que lo convirtió en el patrón de los enamorados. Al enterarse de su desobediencia, el emperador lo condenó a muerte el 14 de febrero del año 270.

Desde entonces, esta fecha se ha convertido en un símbolo del amor y la amistad, una ocasión especial para demostrar cariño a quienes nos rodean.

En la Biblioteca Moisés y Basi Mischne, queremos celebrar el amor con historias que inspiran y reflexionan sobre este sentimiento. No sólo encontrarás novelas románticas, sino también ensayos y libros que analizan el amor desde distintas perspectivas.

Ven a descubrir títulos como:

El arte de amar –Erich Fromm
 El libro de todos los amores –Agustín Fernández Mallo
 El amor en los tiempos del cólera –Gabriel García Márquez
 El cuaderno de Noah –Nicholas Sparks
 La casa de los espíritus –Isabel Allende
 La tregua –Mario Benedetti
 Orgullo y prejuicio –Jane Austen
 Sobre el amor y la muerte –Patrick Süskind
 Amor y otras historias –Laura Esquivel
 Los puentes de Madison County –Robert James Waller
 Volver a empezar –Colleen Hoover
 Ámate, y mucho –Noemí Seva

¡Que viva el amor!

Festeja esta fecha con una buena lectura.
 Te esperamos en la Biblioteca. ■

SEMLANZA

Valeria Zenil

Valeria es actriz, locutora comercial, presentadora y modelo con 10 años de experiencia. Es licenciada en Teatro y Actuación por la Universidad de Londres y ha desarrollado su carrera en diversos medios.

Desde los 19 años, ha incursionado en el teatro profesional, participando en múltiples temporadas y proyectos. En el ámbito de la locución comercial, ha prestado su voz a marcas reconocidas como IKEA, Barbie Latam, Peugeot, Colgate, Bimbo, Kleenex, Chevrolet y Garnier, entre muchas otras. También ha interpretado personajes en películas, series animadas y animes como *Needless*, *Alvin y las Ardillas* y *Veintialgo* de Disney.

Como modelo, ha sido imagen de Suburbia, Coppel, Andrea, Shyla y otras marcas. En su faceta como presentadora, adquirió experiencia a bordo de cruceros internacionales, conduciendo eventos en inglés y español alrededor del mundo. Recientemente, ha trabajado como conductora bilingüe para empresas como Santander, Grupo Bimbo, Grupo Zapatá, MSD Group y High Impact.

Valeria impartirá la capacitación *Proyección de la voz en la escena teatral* dirigida a nuestros directores de todas las categorías y a los actores de categorías competitivas del Festival Habima de Teatro. Las sesiones se llevarán a cabo los domingos 9 y 16 de febrero en el CDI. ■



51 FESTIVAL AVIV BERESHIT 2.0

Volviendo al Origen

// REBECA KAPLAN

En su 51^a edición, el Festival Aviv celebra el poder de la danza como un retorno a las raíces, con "Bereshit 2.0". Este año, el Festival nos invita a volver a la semilla de donde surgimos, al origen de la cultura y la esencia judía que, en su simplicidad, se convierte en una fuente de inspiración inagotable para el arte del movimiento.

"Bereshit" significa "en el principio," y esta edición nos propone explorar ese primer impulso creativo que, a lo largo del tiempo, ha dado forma a las expresiones culturales que hoy compartimos. En esta búsqueda por regresar al origen, se nos recuerda la importancia de comprender y celebrar nuestras raíces, al mismo tiempo que miramos hacia el futuro con ojos renovados y llenos de posibilidades.

El Festival este año será un viaje a través del tiempo y del espacio cultural judío, destacando cómo el pasado sigue vivo y latente en cada movimiento, en cada ritmo y en cada historia. Con una selección de coreografías que exploran tanto la tradición como la innovación, los bailarines nos transportarán a

un espacio donde lo antiguo y lo contemporáneo se encuentran en perfecta armonía. Es una invitación a danzar desde la esencia, desde el origen que nos define, y a redescubrir el poder y la belleza de lo simple, de lo auténtico.

"Regresemos al origen, a esa semilla que se plantó y traigámosla a la actualidad", reza el espíritu de Bereshit 2.0. Y es precisamente lo que el Festival Aviv logra: un espacio donde cada paso, cada giro, cada pausa nos conecta con nuestra identidad y con esa primera chispa que da sentido a nuestra danza y a nuestras vidas. Que este viaje al origen inspire un año más de celebración y encuentro; bailemos juntos y manten-

gamos viva la esencia que nos une en cada edición del Festival Aviv.■



CENTRO SEFARAD ISRAEL
Y FESELA PRESENTAN
LA EXPOSICIÓN:

LA EDAD DE ORO DE LOS JUDÍOS DE ALANDALÚS

GALERÍA PEDRO GERSON, CDI

ESTA EXPOSICIÓN PERMANECERÁ
DEL 26 DE ENERO AL
9 DE MARZO DE 2025



CLUB DE LECTURA CDI

Te esperamos el jueves
27 de febrero de 2025
a las 19:30 horas
para comentar el libro

Tiene que ser aquí
de la autora
Maggie O'Farrell



zoom

BIBLIOTECA
MOÍSES Y BASÍ MISCHNE

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



CDI 75
75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

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

www.cdi.org.mx

ENTREVISTA

La experiencia del CDI en el Festival Carmel de Brasil

//MAURICIO C. GUZMÁN

Un grupo de jóvenes y talentosos bailarines de Coreo Academy del CDI vivió una experiencia inolvidable en el Festival Carmel de Danza en Brasil. Entre presentaciones, intercambio cultural y nuevas amistades, esta travesía marcó sus trayectorias artísticas. El equipo, conformado por 21 alumnos, dos coreógrafos y dos delegadas, llevó a Brasil un repertorio de danza contemporánea que impactó al público local. Michelle Shannon, Sarah Kassin, Ilan Kogan, Dalia Schejtman, Elías Farca y Frida Zonana compartieron su vivencia donde destacaron los momentos más significativos de la gira.

Una experiencia única sobre el escenario

Michelle Shannon expresó la emoción de bailar en un escenario tan imponente:

“Fue una experiencia increíble. Tener la oportunidad de interpretar tres coreografías en un evento internacional es algo que pocos pueden vivir. Como grupo, nos permitió lucirnos y disfrutar el baile en un ambiente de gran unión.”

Por su parte, Ilan Kogan resaltó la conexión generada entre los participantes:

“Nos llevamos una gran sorpresa al formar un grupo tan unido. Muchos no nos conocíamos antes del viaje, pero regresamos convertidos en una familia. Incluso ahora, la mayoría seguimos bailando juntos.”

El impacto de la danza mexicana en Brasil

Dalia Schejtman destacó el recibimiento del público brasileño: “Ver la reacción de la audiencia fue sorprendente. En el Festival Aviv, en México, estamos acostumbrados a ciertos estilos, pero en Brasil nuestra danza resultó novedosa. La energía y los aplausos fueron impresionantes.”

Uno de los momentos más emocionantes ocurrió en la última noche del festival, cuando el grupo interpretó la coreografía de Joshej.

“El público reaccionó de manera increíble. Aplaudían incluso en medio de la coreografía. Sentíamos la conexión y la emoción en el escenario”, recordó Sarah Kassin.

Un intercambio cultural enriquecedor

El festival no sólo ofreció una plataforma para el talento mexicano, sino también la oportunidad de conocer nuevas expresiones artísticas y culturales. Ilan Kogan destacó la experiencia de compartir con bailarines de distintas partes de Brasil:

“Nos enfrentamos a estilos de maquillaje, peinado y música completamente distintos. Además, tuvimos que comunicarnos entre portugués-español e inglés, lo que hizo la experiencia aún más desafiante y divertida”.

Sarah Kassin agregó: “Todos los participantes compartíamos la misma pasión por la danza, lo que generó un ambiente de compañerismo y aprendizaje”. Para Moisés Farca, el viaje “fue una gran experiencia y responsabilidad, además del aprendizaje cultural”.

Balance entre ensayos y recreación

Michelle Shannon explicó cómo lograron equilibrar los ensayos con las actividades recreativas:

“Desde México, nos preparamos intensamente, lo que nos permitió aprovechar al máximo la experiencia en Brasil. El tiempo estuvo bien organizado, por lo que pudimos disfrutar de cada momento”. “Para mí fue una experiencia increíble. Una cosa que nunca voy a olvidar. Lo disfruté muchísimo, y la verdad, te-



De izq. a der.: Elías Farca, Frida Zonana, Michelle Shannon, Sarah Kassin, Ilan Kogan y Dalia Schejtman.

ner la oportunidad de bailar no sólo una, sino tres coreografías en un escenario tan grande como el de Brasil, fue increíble”. La experiencia en el Festival Carmel dejó una huella profunda en los participantes, no sólo en términos artísticos, sino también personales. Como concluyó Michelle Shannon: “Más allá de la técnica y el espectáculo, lo más valioso fue la energía y conexión que logramos transmitir en cada presentación”.

Organización y logística del evento

A pesar de algunas preocupaciones iniciales sobre la estancia en la Hebraica de Brasil, la organización del festival resultó impecable.

“Nos recibieron con una agenda detallada y actividades enriquecedoras. Todas nuestras expectativas fueron superadas con creces”, comentó Ilan Kogan. Para Frida Zonana “no cambiaría nada. Todo lo que pasó, bueno y malo, fue una experiencia increíble. Si le cambio algo no tendría el sabor que tuvo”. Y, como dijo Dalia Schejtman “ojalá más grupos tuvieran la fortuna de esa experiencia única”. ■



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

CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA ADULTOS Y ADULTOS MAYORES

Del 10 al 16 de febrero

DOMINGO 9 DE FEBRERO

12:00 a 13:00 horas	Club de Oro / Domingos Familiares Domingo de danza / Encuentro con el tango a cargo del profesor Gilberto Valdez / Plaza Macabi
	Galería Pedro Gerson La edad de oro de los judíos de Alandalús Exhibición del 26 de enero al 9 de marzo

MARTES 11 DE FEBRERO

11:00 a 12:00 horas	Ritmos Latinos / Plaza Macabi
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: Historia gráfica del CDI, sus inicios con el Dr. Samuel Rajunov / Salón 5 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie
13:00 a 14:00 horas	Diviértete jugando / Salón 1 del Espacio Cultural Abud y Mery Attie

MIÉRCOLES 12 DE FEBRERO

16:00 a 17:00 horas	Gimnasia Cerebral / Salón Ejecutivo Moisés Gitlin
---------------------	---

JUEVES 13 DE FEBRERO

11:00 a 12:00 horas	Ritmos Latinos / Salón ex Boliche
	BEYAJAD FESTEJO 30 ANIVERSARIO
10:30 A 11:15 horas	Recepción en el Salón Mural / Recorrido libre por Exposición 30 años de Beyajad
11:20 horas	Inicio de protocolo <ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Proyección de videos • Pastel • Brindis • Comida amenizada por el imitador de Luis Miguel • Música para bailar a cargo del dueto Scala

DOMINGO 16 DE FEBRERO

12:00 a 13:00 horas	Club de Oro / Domingos Familiares Domingo Musical / Homenaje musical a Frank Sinatra
---------------------	---



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

OTRA MÁS DE TRUMP

// ESTHER SHABOT*

El presidente estadunidense sigue causando escándalos por doquier. En unos cuantos días ha puesto a temblar al mundo con decretos, declaraciones amenazantes y acciones inmisericordes que están afectando a miles y miles de personas ahora consideradas por él criminales, debido a su condición

de migrantes ilegales. Si bien en Oriente Medio él fue quien dio el último empujón para que se acordara un cese al fuego temporal entre Hamás e Israel para proceder a la liberación de rehenes israelíes a cambio de prisioneros palestinos, ahora se lanza a planear desde su escritorio, las decisiones que él considera adecuadas para presumiblemente completar el rediseño de la región. Como si fuera una especie de emperador omnipotente que mira el tablero del mundo y va acomodando a su antojo las fichas para que quede todo tal como él considera que debe de ser.

Es así como, entre sus propuestas-órdenes, declaró hace unos días que Egipto y Jordania, ambos países árabes con proximidad a Gaza, debían de aceptar en su territorio a cerca de un millón y medio de palestinos de la Franja para contribuir con ello a un mejor futuro para la región. La respuesta inmediata del presidente egipcio al Sissi y del monarca jordano Abdalah fue negativa, alegando su desacuerdo político con ese plan y su imposibilidad de cargar con el costo que ello significaría. Argumentan, además, estar pasando por crisis económicas que se verían agravadas si accedieran a la petición-orden de Trump.

Con el talante autoritario que caracteriza al presidente norteamericano, respondió textualmente lo siguiente: "Lo van a hacer. Nosotros hacemos mucho por ellos y ellos lo van a tener que hacer... pienso que se puede lograr que personas vivan en áreas mucho más seguras y más confortables...". ¿Tiene Trump elementos suficientes de presión para obligarlos a acatar sus órdenes?

Aparentemente sí. Tal como ha doblado a tantos gobiernos a plegarse a sus decisiones, hay mucho en juego para Egipto y Jordania si se ponen difíciles con quien es hoy tan poderoso.



Veamos algunas cifras que comprueban lo anterior: Egipto es el segundo receptor de ayuda económica estadunidense sólo después de Israel. Desde 1946 ha recibido un monto de 90 billones de dólares y apenas en septiembre pasado la administración de Biden le soltó 1.3 billones de dólares en ayuda militar, monto que había estado congelado como sanción al gobierno por sus continuas violacio-

nes a los derechos humanos. El privilegio de recibir tantos recursos de EU ha obedecido a la conveniencia de mantener a flote a esa nación sobre poblada y con altísimas tasas de desempleo. Y también debido al compromiso que asumió Washington en 1979, bajo el gobierno de Carter, de aportarle amplios recursos permanentemente si mantenía vigente el acuerdo de paz con Israel, firmado en Camp David en ese año.

En cuanto a la ayuda a Jordania, desde hace mucho tiempo EU le ha proveído de ayuda humanitaria, económica y militar totalizando un monto de 20.8 billones de dólares desde 1946. Ambas naciones firmaron un memorándum de entendimiento en 2022 por el cual Washington le aumentaba el porcentaje de ayuda, prolongando tal compromiso hasta 2029. Además, EU ha entrenado a miles de aviadores jordanos, haciendo de Amán uno de sus mayores receptores de asistencia militar. A cambio, Washington mantiene aproximadamente a tres mil soldados en suelo jordano, lo que le permite a EU tener una presencia regional clave para la promoción y defensa de sus intereses.

Como puede verse, hay amplias posibilidades de que, aunque un regateo de por medio logre limitar un tanto las pretensiones de Trump, lo que ha estado ocurriendo en las dos semanas pasadas indica que Egipto y Jordania tienen a la guillotina trumpiana amenazándolos, igual que a nosotros los mexicanos. ¿Cómo terminará esta historia particular, susceptible, además, de caer dentro del campo del derecho internacional en la categoría de limpieza étnica al poder ser interpretada la iniciativa del mandatario como desplazamiento forzado de población? ■

*Experta en Medio Oriente, texto publicado en Excélsior el 1 de febrero de 2025.



Síguenos en nuestras redes sociales





BLOWIE

MUSIC FEST 2025

ACROSS THE UNIVERSE

22-03-2025

PLAZA MACABI, CDI



CDI 75
75 AÑOS DE ARTE Y CULTURA

juventud.
CDI

Sound City
SCHOOL OF MUSIC & PERFORMANCE

Procultura
y Desarrollo Artístico A.C.



INSCRÍBETE AQUÍ

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

TU BISHVAT

QUÉ Y CÓMO

El 15 de Shevat es el Año Nuevo de los Árboles, conocido como Tu Bishvat. Según la ley bíblica, existe un ciclo agrícola de siete años, que concluye con el año sabático. Cuando el Sagrado Templo estaba en Jerusalén, en los años uno, dos, cuatro y cinco de este ciclo,

los agricultores debían separar una décima parte de sus productos y comerlos en Jerusalén. Este diezmo se llama Maaser Sheni, el Segundo Diezmo, porque se suma al (dos por ciento que debe ser entregado al Kohain, y al) diez por ciento que se le da al Levita. En los años tercero y sexto del ciclo, en lugar de que los propietarios comieran el Maaser Sheni en Jerusalén, daban este segundo diezmo a los pobres, a quienes se les permitía consumirlo donde quisieran.

[En el año sabático, no se separan los diezmos. Todos los productos que crecen durante este año no tienen dueño y cualquiera puede tomarlos libremente.]

Por lo tanto, era de vital importancia determinar cuándo comenzaba el año nuevo para los productos. Nuestros rabinos establecieron que una fruta que floreció antes del 15 de Shevat es producto del año anterior. Si floreció después, es producto del "año nuevo". [En comparación, los granos, vegetales y legumbres tienen el mismo Año Nuevo que los humanos, el 1 de Tishrei]. ¿Por qué es así? En la región mediterránea, la temporada de lluvias comienza con la fes-



tividad de Sucot. Se necesitan aproximadamente cuatro meses (desde Sucot, el 15 de Tishrei, hasta el 15 de Shevat) para que las lluvias del año nuevo saturen el suelo y los árboles, y produzcan frutos. Todos los frutos que florecen antes son producto de las lluvias del año anterior, y se diezman junto con las cosechas del año anterior.

Aunque este día es Rosh Hashaná para los árboles, le damos un significado especial a esta festividad porque "el hombre es [comparado con] el árbol del campo" (Deuteronomio 20:19). Al cultivar raíces fuertes –fe y compromiso con D-los– producimos muchos frutos: Torá y Mitzvot.

■ Observancias y costumbres

En este día se acostumbra a comer los frutos con los que se alaba a la Tierra Santa (Deuteronomio 8:8): aceitunas, dátiles, uvas, higos y granadas. Si prueba alguno de estos frutos por primera vez en esta temporada, recuerde recitar la bendición Shehejianu (una bendición que se recita en ocasiones alegres, agradeciendo a D-los por "sostenernos y permitirnos llegar a esta ocasión". Esta bendición se recita antes de la bendición estándar "Haetz" recitada sobre los frutos).

Debido a la naturaleza festiva del día, omitimos las secciones de Tahanún (peticiones de perdón y confesión) de las oraciones. ■

Fuente: chabad.org / Naftali Silberberg

El Año Nuevo de los Árboles y su relevancia

El próximo 12 de febrero de 2025, al caer la tarde, dará inicio Tu Bishvat, el Año Nuevo de los Árboles, una festividad con profundas raíces en nuestra tradición, identidad y amor por el medioambiente. La celebración se extenderá hasta la noche del 13 de febrero de 2025, marcando una ocasión especial para reflexionar sobre la naturaleza, la conexión con la Tierra de Israel y la responsabilidad ecológica.

Tu Bishvat es mencionado en la Mishná como uno de los cuatro "Años Nuevos" en el calendario judío. Su origen está ligado a la agricultura en la Tierra de Israel y la determinación de los ciclos de diezmo de los frutos de los árboles. En la antigüedad, los agricultores usaban esta fecha como referencia para saber cuándo un árbol había crecido lo suficiente para que sus frutos fueran aptos para el consumo según la ley judía.

A lo largo de la historia, Tu Bishvat ha simbolizado el lazo del Pueblo Judío con Eretz Israel. Aunque durante siglos los judíos de la diáspora no podían trabajar la tierra, la costum-

bre de comer frutos típicos de Israel – como higos, dátiles, granadas, aceitunas y uvas – se mantuvo viva como una forma de mantener esa conexión. Con el resurgimiento del sionismo y la creación del Estado de Israel, esta festividad cobró un nuevo significado, transformándose en una jornada de reforestación y cuidado del medioambiente. Hoy en día, organizaciones como el Keren Kayemet LeIsrael (KKL) han promovido la plantación de millones de árboles en el país, reafirmando el compromiso ecológico y el amor por la tierra.

■ Una celebración ecológica y espiritual

En la actualidad, Tu Bishvat ha adquirido una fuerte connotación ambientalista y espiritual. Muchas comunidades alrededor del mundo organizan:

- Plantaciones de árboles en parques y bosques.
- Séder de Tu Bishvat, una comida simbólica inspirada en la Cábala, en la que se degustan diferentes frutos mientras se reflexiona sobre la conexión entre la naturaleza y la espiritualidad.

- Actividades de concienciación ambiental, destacando la importancia del cuidado de los recursos naturales y el impacto del cambio climático.

Para la tradición cabalística, Tu Bishvat representa el crecimiento y desarrollo personal. Así como un árbol necesita raíces fuertes, un tronco sólido y frutos sanos, el ser humano debe nutrirse espiritualmente, fortalecerse moralmente y producir buenas acciones.

Más allá de su aspecto religioso, Tu Bishvat es una oportunidad para reflexionar sobre el papel de la humanidad en el planeta. En tiempos de crisis climática, esta festividad nos invita a ser conscientes del impacto de nuestras acciones y a tomar medidas para proteger el entorno.

Ya sea plantando un árbol, degustando los frutos de Israel o promoviendo la sostenibilidad, Tu Bishvat 2025 nos recuerda la importancia de nuestras raíces y el compromiso con un futuro más verde y sostenible. ■

¡Jag Sameaj!

Fuente: Agencias



Actividades para celebrar Tu Bishvat en casa

Plantación:

- Siembra semillas de perejil para tu seder de Pésaj.
- Planta bulbos en una ventana soleada o, si el clima lo permite, árboles en el jardín.

Manualidades:

- Haz impresiones de hojas o árboles con huellas de manos.
- Recicla papel con una licuadora.
- Toma fotos de árboles y enmárcalas.
- Crea esculturas divertidas con frutas o comederos para aves con semillas.
- Decora con linternas aromáticas hechas de clementinas.

Gastronomía:

- Organiza un seder de Tu Bishvat con vinos israelíes.
- Prepara recetas tradicionales de la festividad.

Otras actividades:

- Aprende sobre la historia de Tu Bishvat y el cuidado del medio ambiente.
- Lee cuentos relacionados o explora recursos educativos.
- Canta canciones festivas.
- Da tzedaká a una organización ecológica.
- Participa en una jornada de limpieza ambiental.

Fuente: Jewish life in Your Life



CDI75
75 AÑOS DE NATURALEZA



APARTA LA FECHA
**CAMPAMENTO PÉSAJ
LA VUELTA AL MUNDO**

14 AL 20 DE ABRIL

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

MAAYAN HAJAIM

TAMBIÉN LOS HOMBRES SE DEPRIMEN

El Día Mundial de la lucha contra la Depresión se celebra el 13 de enero. Esta fecha fue establecida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una forma de tomar conciencia de que este problema necesita reconocerse y atenderse.

Sentirse deprimido no es un signo de debilidad y no tiene por qué aguantarse; sin embargo, por las creencias que se ha inculcado sobre los hombres considerándolos como “fuertes y deben de tener el control de sus emociones” ha sido difícil diagnosticarlos, pero en Maayan Hajaim sabemos las implicaciones que se tienen en la salud por ello si tienes que algunos de estos síntomas acercarte a un profesional, estos síntomas pueden ser:

- Sentirse tristes, desesperados o vacíos.
- Sentirse muy cansados.
- Tener problemas para dormir o dormir demasiado.
- No sentir placer por las actividades que normalmente se disfrutan.
- Fumar o beber demasiado.
- Sentir irritabilidad o aislarse.
- Enfocarse en el trabajo o practicar deporte más de lo normal.
- Problemas para relacionarse con otros, como el cónyuge o la pareja, y otros miembros de la familia.
- Síntomas físicos, como dolores de cabeza, problemas digestivos y dolor.



- Problemas con el consumo de alcohol o de drogas.
- Comportamiento controlador, violento o abusivo.
- Comportamiento riesgoso, como conducir imprudentemente.

La depresión en los hombres no se debe pasar por alto, aunque resulte difícil hablar de los sentimientos eso impactará en la calidad de vida, sin embargo, en 2024 la depresión se volvió un problema común que afectó a muchos y lo que se busca es hacer conciencia de que es un problema de salud y por ende debe de atenderse y no tomarse como un signo de debilidad emocional o una falta de masculinidad. Acércate a Maayan Hajaim (55 5292 5131) y te orientaremos al respecto. ■

León e Israel fortalecen lazos y cooperación

Con el objetivo de fortalecer la cooperación en temas clave como agua, medio ambiente, educación, economía y salud, el municipio de León y el Estado de Israel firmaron una declaración de intención para el intercambio de buenas prácticas.

La presidenta municipal, Ale Gutiérrez, destacó que esta firma representa un compromiso de hermandad y aprendizaje, permitiendo a León adoptar estrategias exitosas implementadas en Israel para mejorar la calidad de vida de los leoneses.

“Israel ha logrado avances significativos en seguridad y gestión del agua. Han colaborado con nosotros en temas de prevención del delito y la violencia, así como en soluciones para optimizar el uso del agua. La naturaleza no nos ha dado suficiente agua, pero lo importante es encontrar formas de maximizar su aprovechamiento, algo que Israel ha logrado con éxito”, señaló Gutiérrez.

León ha apostado por la innovación y la tecnología en la gestión del agua, incorporando nanotecnología para tratar y reutilizar agua en la presa de El Palote, exemplificando su compromiso con la sustentabilidad.



El jefe de Misión Adjunto de la Embajada de Israel en México, Nadav Peldman, firmó la declaración de intención y expresó su honor de estar en León en una fecha tan significativa como el 449º aniversario de la fundación de la ciudad.

“León es un referente de buenas prácticas en México. Queremos fortalecer los lazos en áreas fundamentales como agua, agricultura, innovación y cultura. Nuestra meta es continuar ampliando la colaboración con esta gran ciudad”, afirmó Peldman.

Para concluir, Ale Gutiérrez reafirmó el compromiso de seguir aprendiendo de experiencias exitosas en otros estados y países.

“Estamos abiertos a recibir conocimientos y mejores prácticas en economía, salud, agua, tecnología, agricultura y muchos otros temas. De todos podemos aprender”, enfatizó la alcaldesa.

A la firma asistieron Yael Daniel Bucay, coordinadora de Asuntos Políticos de la Embajada de Israel en México, el secretario del Ayuntamiento de León, Arturo Navarro Navarro, así como síndicos, regidores y directores de distintas dependencias del municipio. ■

Fuente: Prensa León

VAAD HAJINU

LA IMPORTANCIA DE LA INCORPORACIÓN DE UNA ESTRATEGIA INTEGRAL DE TRANSFORMACIÓN DIGITAL EN NUESTRAS AULAS

// MÓNICA ÁLVAREZ

Directora Académica Escuela Yavne

La transformación de los procesos educativos no es opcional; es una necesidad urgente. Las instituciones educativas deben enfrentar este reto estratégico con el objetivo claro de generar un impacto real en los resultados de aprendizaje. Los enfoques fragmentados y las inversiones en tecnología sin una visión de futuro ya no son suficientes.

Durante los últimos 25 años, hemos centrado nuestros esfuerzos en la implementación de Tecnologías de la Información y Comunicaciones (TIC), equipando nuestras aulas con computadoras, servidores, tabletas, internet y hasta dispositivos móviles. Sin embargo, estos esfuerzos, aunque bien intencionados, han ofrecido beneficios parciales. Nuestros alumnos no están alcanzando los niveles de aprendizaje esperados para enfrentarse de manera efectiva a los complejos desafíos de la Era Digital.

Aquí radica el verdadero reto: no se trata sólo de incorporar tecnología, sino de diseñar una estrategia integral que transforme radicalmente los resultados del aprendizaje. Si bien el uso de software y herramientas tecnológicas – desde plataformas ofimáticas (Word, Excel, PowerPoint) hasta software empresarial (SAP, Dynamics, Oracle), de diseño como AutoCAD, de creación de música, etc., es importante, estos recursos por sí solos no garantizan una mejora sustancial en el aprendizaje para la formación digital, solo son herramientas.

Es crucial entender que enseñar con nuevos recursos digitales no implica automáticamente un aumento en el aprendizaje significativo. La verdadera transformación solo se logrará si implementamos una estrategia digital que esté orientada hacia resultados cuantificables y medibles, asegurando un impacto real en la capacidad de los alumnos para analizar, resolver problemas y aplicar conocimientos en contextos reales.

Incluso la adopción de tecnologías actuales como los Modelos de Lenguaje Amplios (LLM) – por ejemplo, ChatGPT –, que son herramientas poderosas en el ámbito académico actual, representa solo una fracción del potencial que podemos alcanzar. Si nuestras acciones se limitan a incorporar lo último en tecnología sin una estrategia clara, seguiremos viendo resultados educativos que no responden a las expectativas de mejora.

Lo que necesitamos es un cambio de paradigma. No podemos medir el éxito de nuestra transformación digital por la cantidad de tecnología que se introduce en el aula, sino por cómo esta tecnología impulsa mejoras medibles y sustanciales en el proceso de aprendizaje. La clave radica en diseñar una estrategia que no solo fomente el uso de nuevas herramientas, sino que garantice un incremento significativo y sostenible en los niveles de aprendizaje, medido a través de métricas precisas y resultados comprobables.



Estamos en un punto crítico. Necesitamos adoptar una visión más ambiciosa, donde la tecnología sea el medio para alcanzar resultados educativos claramente definidos y evaluables. Solo una estrategia integral, con un enfoque claro en los resultados de aprendizaje, puede garantizar que nuestros estudiantes estén preparados no sólo para integrarse al mercado laboral, sino para liderar en un mundo cada vez más exigente y digital.

El futuro no esperará. Si no actuamos ahora con una estrategia robusta y orientada a resultados, no sólo perderemos la oportunidad de mejorar nuestro sistema educativo, nuestra oferta educativa, será como muchas más y tendremos a nuestros alumnos mal preparados para un mundo que ya está demandando habilidades que aún no estamos desarrollando de manera efectiva, mediante la incorporación de las nuevas tecnologías.

La transformación digital no es sólo una cuestión de enseñanza, sino de aprendizaje. Debemos asegurar que cada avance tecnológico que introduzcamos esté directamente vinculado a una mejora sustancial y medible en los resultados de aprendizaje. El momento de actuar es ahora. ■

LIBERACIÓN DE REHENES

ENTRE ELLOS A YARDEN BIBAS, PADRE LOS PRISIONEROS MÁS JÓVENES

■ Kfir y Ariel, tenían respectivamente ocho meses y medio y cuatro años de edad cuando fueron capturados

Hamás liberó el 1 de febrero a tres rehenes israelíes, entre ellos Yarden Bibas, padre de los niños Ariel y Kfir, de origen argentino, como parte del cuarto intercambio de rehenes por presos palestinos posibilitado por el acuerdo de tregua en Gaza. El ejército anunció que Yarden Bibas (35 años) y el francoisraelí Ofer Kalderon (54), secuestrados el 7 de octubre de 2023, estaban ya en territorio israelí, después de que el movimiento islamista palestino los entregara de manera ordenada a la Cruz Roja en Jan Yunis, en el sur de la Franja de Gaza. Poco después, el ejército recibió también al israeloestadunidense Keith Siegel, de 65 años, entregado por los milicianos a la Cruz Roja en Ciudad de Gaza.

Israel a su vez excarcelará a 183 presos, más del doble de los 90 inicialmente anunciados. Un bus con prisioneros llegó a Ramala, en Cisjordania ocupada, y fue recibido por cientos de habitantes.

El israelí Yarden Bibas es el padre de los dos rehenes más jóvenes tomados por Hamás el 7 de octubre de 2023 durante su incursión sorpresa en territorio israelí: Kfir y Ariel, que tenían respectivamente ocho meses y medio y cuatro años de edad. El padre de familia fue liberado sin su esposa Shiri, de origen argentino, ni sus dos hijos, de los que se desconoce el paradero y son los últimos menores cautivos en Gaza. Hamás afirmó en noviembre de 2023 que murieron en un bombardeo israelí, pero el ejército del Estado hebreo no confirmó ese extremo y muchos se aferran a la esperanza de que sigan con vida.

■ Símbolo del calvario de los rehenes

La familia fue secuestrada en el kibutz Nir Oz, y desde entonces los dos niños pelirrojos se han convertido en el



símbolo del sufrimiento de los cautivos en Gaza. La liberación coincide con la llegada a Israel del canciller argentino, Gerardo Werthein, que tiene previsto reunirse con familiares de los nueve argentino-israelíes que continúan secuestrados en Gaza.

Ofer Kalderon también fue secuestrado en el kibutz Nir Oz junto a Erez y Sahar, su hijo y su hija, que tenían en ese momento 12 y 16 años, respectivamente. Los dos adolescentes fueron liberados durante la primera tregua de noviembre de 2023.

El día de su ataque, que se saldó con 1.210 muertos, en su mayoría civiles, según datos oficiales, Hamás tomó un total de 251 rehenes. De ellos, 76 siguen cautivos, aunque el ejército israelí da por muertos a 34.

Desde el inicio de la tregua, el 19 de enero, Hamás ha liberado a 18 rehenes -13 israelíes y cinco tailandeses- a cambio de unos 400 palestinos retenidos en cárceles israelíes, muchos de ellos mujeres y niños. Tras 484 días de cautiverio, el Foro de las Familias de rehenes se felicitó por las nuevas liberaciones, que son "un rayo de luz en medio de las tinieblas".

El canje de rehenes se espera se realice este sábado 8 de febrero. ■

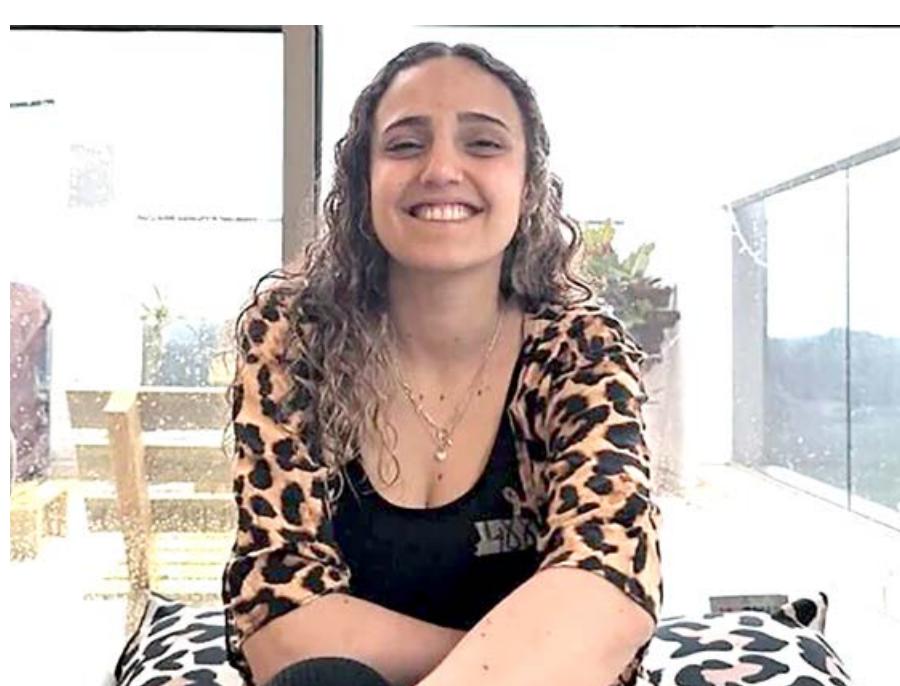
Fuente: Milenio

EXREHÉN

Romi Gonen dice que «salió de la oscuridad a la luz»

Gonen afirma que por fin puede sumarse a la iniciativa promovida antes de su liberación en la que la gente luciría su querido estampado de leopardo.

«Gracias a Dios por fin estoy en casa para formar parte de ello. No hay duda de que el estampado de leopardo es una parte inseparable de mí y gracias a mi familia y amigos, lo habéis convertido en una emocionante iniciativa diseñada para recordarme y luchar por mí», escribió en Instagram.



«Después de 471 días, salí de la oscuridad a la luz, y estaba tan emocionada de gritar: ‘¡Papá, he vuelto viva, papá!».

«Gracias a mi querida familia, que hizo todo lo posible por traerme a casa. Gracias a ustedes pude mantener la cordura y la fe», escribe.

«Gracias a todos mis amigos que se convirtieron en el ‘ejército Romi’ y a todos los que participaron en la lucha, a las fuerzas de seguridad que arriesgaron sus vidas por nosotros, les estaré eternamente agradecida», escribe. «Enorme apoyo y amor a las familias en duelo».



Exrehén Gadi Moses discutió con terroristas de Hamás

En su primera entrevista tras la liberación de su padre, Yair Moses reveló que Gadi pasó la mayor parte de su cautiverio sólo en una pequeña habitación, aunque en los últimos dos meses estuvo con dos rehenes tailandeses.

Moses debatía con sus captores sobre la propiedad de la tierra de Israel, argumentando que los judíos estaban allí hace 3,000 años. Sus secuestradores intentaron adoctrinarlo con libros de Islam y política, pero él exigió lentes para poder leer.

Durante su cautiverio de 482 días, sin electricidad, dormía al anochecer y despertaba al amanecer. Ocasionalmente oía bombardeos israelíes y fue informado sobre la destrucción de edificios donde había estado retenido. También supo de acuerdos de liberación de rehenes y se alegró por quienes fueron liberados antes que él.

A su regreso, su familia lo encontró en mejor estado del esperado. Su hijo Yair contó que Gadi no lo reconoció de inmediato debido a su barba, la cual dejó crecer en señal de espera. Su sobrina Efrat destacó la emoción del reencuentro y recordó que aún quedan rehenes por liberar y un largo proceso de recuperación por delante. ■

Fuente: Con información del *Jerusalem Post*

«Mi viaje de recuperación comienza ahora y tengo muchas más cirugías y tratamientos por delante, pero lo más importante es que estoy en casa», escribe.

«No debemos olvidar que hay 79 personas más secuestradas en Gaza, que sobreviven cada día en condiciones terribles y sólo esperan que las salvemos. Mi rehabilitación no estará completa hasta que todos ellos estén en casa. ¡Debemos traerlos a casa!».

Gonen fue secuestrada en el festival de música Nova el 7 de octubre de 2023 y mantenida como rehén por terroristas en la Franja de Gaza durante 471 días. ■

Fuente: Agencia AJN.

Trump “confía” en que se pueda sellar un acuerdo por los rehenes israelíes

El primer ministro de Israel, Benjamin Netanyahu, se reunió con el presidente estadounidense Donald Trump en la Casa Blanca. Trump dijo que confía en que es posible lograr un nuevo acuerdo por los restantes rehenes israelíes.

“Claro, ¿por qué no se logaría un acuerdo? Se puede lograr un acuerdo, veremos qué pasa”, dijo.

“Estamos tratando con personas muy complicadas”, por los terroristas palestinos, dijo Trump, “pero se puede lograr un acuerdo sin duda”.

Trump dijo que es “horrible” que terroristas con las manos manchadas de sangre sean liberados como parte del acuerdo. “Yo no lo olvidaré. Ustedes no pueden olvidarlo. Algunas personas quieren borrarlo de su memoria, pero nunca podemos permitir que eso suceda”.

En cuanto al 7 de Octubre, dijo que “muchas gente quiere hacer como si no hubiera sucedido. Sucedió”.

Por su parte, Netanyahu dijo: “Apoyo la liberación de todos los rehenes y el cumplimiento de todos nuestros objetivos de guerra, lo que incluye la destrucción de las capacidades militares y de gobierno de Hamás y asegurarnos de que Gaza nunca vuelva a representar una amenaza para Israel”.

Afirmó que no tiene un sólo objetivo de guerra, sino tres, y “lograremos los tres”. ■

Fuente: Agencia AJN



RUMBO A LA 22 MACABIADA

93 AÑOS DE HISTORIA: FUTBOL (SEGUNDA PARTE)

//LIC. LEONARDO KATZ

Miembro del Consejo Directivo del CDI

Continuamos con la participación de México en Fútbol con la participación en la XV edición de la Macabiada en 1997. Esta edición tiene un significado especial pues se celebraban 100 de Sionismo y 50 años de la declaración de la creación del Estado de Israel en las Naciones Unidas.

Fútbol

México se presenta en la Macabiada en 1997 con un equipo en la categoría Open. Repetía como entrenador Alfonso Portugal y participaron varios jóvenes que iniciaban su participación y crearon una generación con muy buenos resultados en la competencia mundial y panamericana. Entre ellos Abdo y David Shamosh, Moisés Tussie, Emilio Musali, Alan Israel e Ilan Lobatón. México quedó sembrado en el Grupo D y tuvo buenos resultados en su grupo con triunfos con Turquía 8 a 1 y con Colombia 7 a 0 y un empate con Sudáfrica 2 a 2. En cuartos de final se enfrentó a Brasil con quien empató a 2 goles, pero perdió en penaltis y quedó en el camino.

Para la Macabiada de 2001, misma que estuvo en duda por la primera intifada, México acudió con un equipo de categoría Open y un equipo de categoría Máster. Ambos equipos tuvieron una muy buena participación logrando medallas. La categoría Máster obtuvo medalla de Bronce, jugando contra Israel con quien perdió 2 a 1, Argentina con quien perdió 1 a 0 y Francia a quien venció 3 a 2. El equipo Open dirigido por Jacques Passy logró la medalla de Plata, segunda en la historia con triunfos sobre Suecia 2 a 0, Francia 3 a 2 y Uruguay 2 a 0. En la final México perdió con Argentina 2 a 1. Este equipo inició aquí una gran actuación que siguió con la medalla de Oro en los Juegos Panamericanos de Chile en 2003 y medalla de Bronce en la Macabiada en 2005.

En la edición 17 de la Macabiada en 2005 nuestro país acudió con 5 equipos en la Delegación más grande que ha llevado México. Acudió con un equipo Junior (menores de 16 años), un equipo Juvenil (menores de 18 años), un equipo Femenil juvenil, el equipo Open y un equipo de categoría Máster. En la categoría junior México jugó con Australia empatando a 0, con Venezuela empatando a 2, perdió con Argentina 0 a 4, empató con Italia a 2 y con Brasil a 2. El equipo Juvenil enfrentó a Estados Unidos a quien venció 3 a 1, después perdió con Israel 8 a 1 y con Alemania 3 a 1 y en su último juego empató con Brasil a 2 goles. El equipo Máster empató a 2 con Australia, a 1 con Argentina y perdió con Brasil 3 a 1. El equipo Femenil en su primera participación en Macabiada, jugó contra Canadá y Estados Unidos, quedando en segundo lugar del torneo con una medalla de Plata. El equipo de categoría Open tuvo una destacada participación ganando a Uruguay 3 a 0, a Dinamarca 3 a 1, perdiendo con Gran Bretaña 1 a 0 y en la semifinal en penaltis con Estados Unidos obteniendo medalla de Bronce.

México participa en la Macabiada en 2009 ahora con 4 equipos. La categoría Open que después de vencer a Venezuela y Suecia termina en 4º lugar del torneo. La cate-

goría Máster que vence a Sudáfrica 6 a 0 y empata con Gran Bretaña y Holanda terminando así su participación. La categoría Junior (nacidos en 1993 y 1994) que empata con Israel y con Sudáfrica y pierde con Estados Unidos. Finalmente, la categoría Juvenil (nacidos en 1991 y 1992) que tiene la mejor participación venciendo a Holanda, Suecia y Francia y logrando medalla de Bronce.

En la edición número 19, nuestro país participa con tres equipos en categorías Juvenil, Open y Master. La categoría Open logra otra buena actuación alcanzando la semifinal donde pierde con Argentina 3 a 2 y queda nuevamente en cuarto lugar.

Llegamos a la edición 20 de la Macabiada en 2017 donde nuestro país asiste nuevamente con 5 equipos y por primera vez con el equipo femenil en la categoría Open. Destacable en esta participación, la categoría Open femenil que termina en un honroso 4º lugar y el equipo varonil Open que también logra terminar en 4º lugar por tercera ocasión seguida. Lo destacable en estos juegos fue la medalla de Plata del equipo Juvenil que perdió la final con Israel 2 a 1.

La última participación fue en la edición de 2021, que por la pandemia de Covid-19 se pospuso hasta el año 2022. En esta edición nuevamente México asiste con 5 equipos en categorías Open, Junior, Juvenil femenil, Juvenil varonil y Master. Los resultados no fueron muy buenos, pero se alcanzó un 6º lugar en la categoría Juvenil femenil y un 4º lugar en Junior perdiendo finalmente con Estados Unidos 3 a 2. ■

Nuestra representación en Fútbol ha participado continuamente desde 1965 en los torneos de Fútbol obteniendo un total de 8 medallas.

DEPORTE	CATEGORÍA	MEDALLA	AÑO
Fútbol	Equipo categoría Abierta	Bronce	1965
Fútbol	Equipo categoría Abierta	Plata	1973
Fútbol	Equipo categoría Abierta	Plata	2001
Fútbol	Equipo categoría Master	Bronce	2001
Fútbol	Equipo categoría Juvenil Femenil	Plata	2005
Fútbol	Equipo categoría Abierta	Bronce	2005
Fútbol	Equipo categoría Juvenil	Bronce	2009
Fútbol	Equipo categoría Juvenil	Plata	2017



Selección de Fútbol Abierta, medalla de Plata en la XVI Macabiada de Israel. Abdo Shamosh, Abraham Cherem, Abraham Cohen, Abraham Safdie, Alan Scheinman, Alan Zyman, Carlos Schwartzman, Daniel Scheinman, David Dabbah, Eduardo Dondich, Gad Zyman, Isaac Metta, Jonathan Weingers, José Zaga, Marcos Mizrahi, Moisés Tussie, Yair Wolf, Jonathan Bendesky, Shai Mortehai y Zión Mizrahi.



Selección de Fútbol 93-94: Eduardo Dychter, Ángel Mejía Huante, Moisés Mitrani, Freddy Sacal Waiss, Gabriel Attie Moscona, Alejandro Shapiro Reifer, Elías Kalach Salame, Abelardo Miserachi Gaistman, Joaquin Raffoul Tarab, Moisés Iní Kalach, José Romano Kably, Eduardo Schlam Huber, Nuri Kalach Zetune, Fernando Corenstein Soued, Samuel Fainsod Zonana, Daniel Sacal Gabel, Eitan Zirlinger Aizenberg, José Turquie Sutton, Jaime Mitrani Vulfovich, Jaime Bissu Bali, Elías Helfon Sacal, Simón Michan Chomer, Elías Amkie Cohen; les acompañan: C.P. Samuel Lifshitz, Ing. Sergio Rubinstein, Ing. Luis Popper, Ing. Cynthia Litchi y Sr. Salomón Iní Saade; en Abanderamiento Delegación Mexicana a XVIII Macabiada Israel, del 13 al 23 julio.



Selección de Fútbol Abierta: Jacques Passy Kahn, Juan Carlos Mendoza, Rony Pshisva Goldsmith, Eli Richard Saadía Haiat, Sabi Sampson Farji, Ari Katz Cano, Gad Zyman Fe, Alan Zyman Corenstein, Jonathan Katz Cano, Alan Scheinman Rajzman, Allan Israel Atri, Jorge Diego Breitburd Kullok, Carlos Schwartzman Lombrozo, Jonathan Salomón Turquie, Amir Arie Sirot Krantz, Alexander Grinberg Solodkin, Isaac Cherem Hamui, Abraham Cherem Hanono, Alfonso Cassab Cherem, Daniel Scheinman Rajzman, Alejo Breiman Lañin; les acompañan: Ing. Sergio Rubinstein, Ing. Luis Popper, Sr. Salomón Iní Saade y C.P. Samuel Lifshitz; en Abanderamiento Delegación Mexicana a XVIII Macabiada Israel, del 13 al 23 de julio.



Selección de Fútbol Soccer Master en la XIX Macabiada de Israel 2013, integran el equipo: Abraham Safdie, Alberto Sueke, Bryan Burstein, Carlos Mendoza, David Dabbah, David Shamosh, Eduardo Avayou, Emilio Mussali, Jaime Shehoah, José Lati, José Valverde, José Zaga, Marcos Misrahi, Mauricio Savariego, Moisés Tussie, Rafael Jaber Aboutbol, Sión Mizrahi y Soni Kably.



Selección de Fútbol Soccer en la XIX Macabiada de Israel.



Selección de Fútbol Abierta: Alberto Sacal, Alfonso Cassab, Allan Israel, Ari Katz, Carlos Schwartzman, Daniel Sacal, Eli Richard Saadía, Elías Cherem, Erik Brailovsky, Ilan Lobaton, Isaac Cherem, Isaac Hamui, Isaac Kichik, José Turquie, Moisés Finkler, Salomón Guindi, Simón Levy, Jacques Passy, Entrenador y Delegado; Óscar Hernán, Entrenador; en Abanderamiento de la Delegación Mexicana a la XIX Macabiada Israel.



Selección de Fútbol Femenil; de XX Macabiada Israel del 4 al 18 julio.



Selección de Fútbol Juniors; de XX Macabiada Israel del 4 al 18 julio.



Medalla de Plata para el equipo de Fútbol Soccer Juvenil, en la XX Macabiada de Israel, integran el equipo: Alan Sarfati, Alan Shueke, Alberto Rayek, Alfredo Pollak, Ari Weitzner, Avi Heitler, Dan Motola, Daniel Cohen, David Kichik, Edmond Alexander, Eduardo Lejtman, Elías Alfie, Isaac Daniel, Jack Jassan, Jaime Daniel, José Mustri, Mauricio Goldwasser, Mayer Khalifah, Salomón Smeke y Sebastián Fainguersch; Delegado: Enrique Heitler, Entrenadores: Alan Sacal y Juan Lecona.

CULTURA EMPRESARIAL: LA CLAVE DE UN EQUIPO BRILLANTE

// ILAN ARDITI

? Alguna vez han pensado en cómo el ambiente de trabajo afecta el desempeño de su equipo? Les cuento que es algo que puede hacer la diferencia entre tener un equipo motivado o uno que simplemente "cumple con su trabajo". La cultura empresarial es ese "algo" que define cómo se siente trabajar en nuestra empresa: los valores, las normas no escritas, la forma en que interactuamos y hasta cómo enfrentamos los desafíos. Y aunque no lo parezca, ese ambiente influye mucho en la productividad. Así que, si están pensando en cómo mejorar el rendimiento de su equipo, tal vez sea hora de mirar más de cerca la cultura de su empresa.

1. Fomentar un ambiente de apoyo y confianza

La confianza es la base de todo equipo exitoso. Cuando nuestros colaboradores saben que pueden contar con nosotros y con sus compañeros, se sienten más motivados a dar lo mejor de sí mismos. Desde mi experiencia, tener una comunicación abierta es clave. Yo trato de que todo el equipo se sienta en confianza para expresar ideas, preguntar y proponer soluciones. Esto, además de fomentar la productividad, genera un ambiente mucho más agradable para trabajar.

2. Reconocer y celebrar los logros

Algo que he aprendido es que todos necesitamos sentir que nuestro esfuerzo vale. A veces, un simple reconocimiento puede hacer que alguien pase de sentirse agotado a estar motivado. No tiene que ser algo grande; pequeños gestos, como un "¡Buen trabajo!" o un reconocimiento público, ya marcan la diferencia. Y créanme, un equipo valorado es un equipo productivo.

3. Fomentar el equilibrio entre vida y trabajo

En mi equipo, intento respetar los tiempos personales de cada uno. Al final, cuando las personas tienen un buen equilibrio entre su vida laboral y personal, son mucho más productivas y están más comprometidas. Fomentar horarios



flexibles o permitir que el equipo se desconecte al final del día hace que vuelvan más frescos y motivados.

4. Crear una cultura de aprendizaje continuo

Otro aspecto que ha impactado positivamente en la productividad es la posibilidad de aprender. Cuando nuestros colaboradores sienten que pueden crecer, se motivan a mejorar continuamente. Yo trato de apoyar su desarrollo ofreciendo talleres, capacitaciones y hasta alentándolos a explorar cosas nuevas dentro de la empresa.

5. Transparencia y claridad en los objetivos

Algo que nunca falta en mi equipo es una comunicación clara sobre lo que queremos lograr. Cuando todos saben hacia dónde vamos, pueden tomar decisiones alineadas con esos objetivos. Esto, además, ayuda a que cada uno se sienta parte importante del "por qué" de la empresa, aumentando su sentido de pertenencia y su productividad.

Entonces, si queremos que nuestro equipo alcance su mejor rendimiento, tenemos que construir un ambiente donde se sientan valorados, apoyados y motivados a crecer. Así que los invito a que reflexionen sobre la cultura de su empresa, y a ver cómo pueden mejorarla para impulsar la productividad de su equipo! ■

ilan@sodadigital.com.mx

www.sodadigital.com.mx

La Inteligencia Artificial estará al servicio de la educación y de las personas en México

La UNESCO agrupó a autoridades educativas, docentes y actores de la iniciativa privada en México para fortalecer el sistema educativo y hacerlo más inclusivo.

La Representación en México de la UNESCO y la Secretaría de Educación Pública del Gobierno de México reunieron a

autoridades educativas, docentes, especialistas e integrantes de la iniciativa privada vinculadas a tecnologías en un diálogo sobre cómo la educación puede aprovechar la inteligencia artificial (IA) y las tecnologías digitales para revertir desigualdades y propiciar un desarrollo más inclusivo y equitativo.

El diálogo se desarrolló a la par de eventos semejantes en París, Nueva York y otras partes del planeta, con motivo del Día Internacional de la Educación 2025 (24 de enero), que en este año invita a emprender acciones para fortalecer a profesores, estudiantes y programas de estudio para preservar la autonomía de las personas, de manera que sean los seres humanos y las comunidades quienes tomen decisiones sobre su futuro, ante un mundo cada vez más automatizado, e insta a invertir en la formación de profesores y estudiantes para el uso adecuado de las tecnologías, como la IA.

La conversación con motivo del Día Internacional de la Educación 2025 inició con la apertura por parte del Secretario de Educación Pública de México, Mario Delgado, y el Representante de la UNESCO en México, Andrés Morales.

Las principales empresas de tecnología anunciaron una inversión de 500 mil millones de dólares en infraestructura de inteligencia artificial y se espera que la IA genere el 3.5% del PIB global en 2030, por lo que Morales reiteró el apoyo de la Organización para, como lo ha dicho la presidenta Claudia Sheinbaum, forjar una “República educadora, humanista, y científica”, en lo cual la SEP ha dado las primeras acciones.

Morales explicó que la UNESCO ha trabajado por casi 10 años en torno al papel de la IA en la sociedad pues sus Estados Miembro, incluido México, han entendido que su discusión y acciones son ante todo un asunto humanista, filosófico, ético y pedagógico crucial para el presente y futuro de las naciones, por lo que ha construido herramientas de orientación y marcos internacionales como el Consenso de Beijing sobre educación e IA de 2019 y la Recomendación de UNESCO sobre la ética de la IA en 2021.

La reunión se dio en un contexto clave para México, pues coincide con la construcción del Plan Nacional de Desarrollo 2025-2030, para definir las prioridades sectoriales tanto a nivel federal como en muchos estados, por lo que el Representante de la UNESCO en el país señaló que se elaboró un documento con 11 propuestas

concretas: “Transformar la educación para lograr el desarrollo sostenible y un futuro de paz, justicia y prosperidad. Visión y propuestas para México 2024-2030”, a disposición para la federación y los gobiernos locales.

Mario Delgado señaló que el Sistema Educativo Nacional y la Nueva Escuela Mexicana continuarán priorizando a las comunidades con menos recursos para fortalecer los aprendizajes y las oportunidades de sus integrantes.

“Tenemos la novedad de la Inteligencia Artificial y mucha gente se preguntará si la utilizamos o no para la educación, si nos quedamos pasivos y sufrimos las consecuencias de un avance tecnológico, que es inevitable, o pensamos estratégicamente como aprovechamos las ventajas de esos avances tecnológicos para mejorar la educación”, subrayó.

Por ello, consideró que esta nueva herramienta ofrece la posibilidad de optimizar el tiempo de las maestras y maestros, para el diseño de mejores estrategias pedagógicas y enfocarse en el factor humano y socioemocional.

Por otra parte, anunció que ha “invitado a la ANUIES [Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior] a que conformemos un observatorio de la IA en la educación, ahí vamos a invitar a la UNESCO, porque no podemos ser sorprendidos. Es mejor estar atentos a lo que está pasando en el mundo, a cuáles son las mejores prácticas de la inteligencia artificial en la educación y que no suframos las consecuencias del mal uso de la inteligencia artificial”.

Lo anterior es crucial pues sólo el 10% de las escuelas y universidades a nivel mundial supervisan oficialmente el uso de la IA, de acuerdo con nuevos datos de la UNESCO. La Organización también publicó en 2024 el Reporte de evaluación del estadio de preparación de IA en el país, en el cual se registró que las tecnologías digitales se han iniciado a incorporar en el sector educativo y aumentos en el número de personas graduadas en programas de posgrado en IA, por lo que es fundamental una estrategia nacional para adaptarse a los rápidos cambios que experimentan la educación y los mercados laborales. ■

Fuente: UNESCO



SALUD

Los ensayos clínicos que prometen revolucionar la medicina

Los ensayos clínicos permiten evaluar la seguridad y eficacia de nuevas intervenciones médicas. Según expertos, estos estudios reflejan los desafíos actuales en la salud global y ofrecen soluciones innovadoras que buscan ser accesibles y equitativas.

Un informe reciente de *Nature Medicine* destaca 11 ensayos clínicos con el potencial de transformar la medicina en los próximos años. Estas investigaciones abarcan desde terapias genéticas hasta soluciones pragmáticas frente al cambio climático, con el objetivo de mejorar diagnósticos, tratamientos y políticas de salud pública.

■ Terapias genéticas y nutrición personalizada

Entre los ensayos más prometedores se encuentran:

- **Nutrición de precisión:** Con más de 8.000 participantes, este estudio analiza cómo la genética y el microbioma influyen en la respuesta a los alimentos, con el fin de personalizar las recomendaciones nutricionales.
- **Terapia genética para la enfermedad priónica:** Utiliza oligonucleótidos antisentido para frenar la producción de proteínas priónicas, responsables de una enfermedad neurodegenerativa sin cura.
- **Edición genética para la anemia falciforme:** El ensayo BEACON evalúa la edición genética en células madre hematopoyéticas, con la posibilidad de ofrecer un tratamiento revolucionario para esta afección.

■ Innovaciones en salud pública

Varios estudios proponen soluciones prácticas y accesibles para problemas de salud global:

- **Techos reflectantes en Burkina Faso:** Se prueban estructuras que reducen el impacto del calor extremo, mejorando la calidad de vida en comunidades vulnerables.
- **Chatbots para detección de cáncer cervical:** Enfocado en mujeres de áreas desfavorecidas, este asistente digital fomenta la participación en pruebas de VPH para mejorar la detección temprana.

- **Jardinería doméstica en Kenia y Burkina Faso:** La implementación de huertos orgánicos busca combatir la malnutrición infantil derivada del cambio climático.

■ Avances en oncología y salud mental

Estos ensayos abordan enfermedades complejas con herramientas innovadoras:

- **Radiofármacos para cáncer de próstata:** Se evalúa el uso temprano del radiofármaco Lu-177 PSMA-617, con el potencial de transformar el tratamiento de esta enfermedad.
- **Detección personalizada de cáncer de mama:** Con más de 53.000 participantes, este estudio pretende optimizar las estrategias de detección, reduciendo sobrediagnósticos y tratamientos innecesarios.
- **Aplicaciones móviles para salud mental:** En Kenia, herramientas digitales ayudan a adolescentes y padres a mejorar la salud mental y reducir la violencia familiar.

■ Tecnología aplicada a la inclusión

Nuevas investigaciones exploran el potencial de la tecnología para mejorar la accesibilidad en la salud:

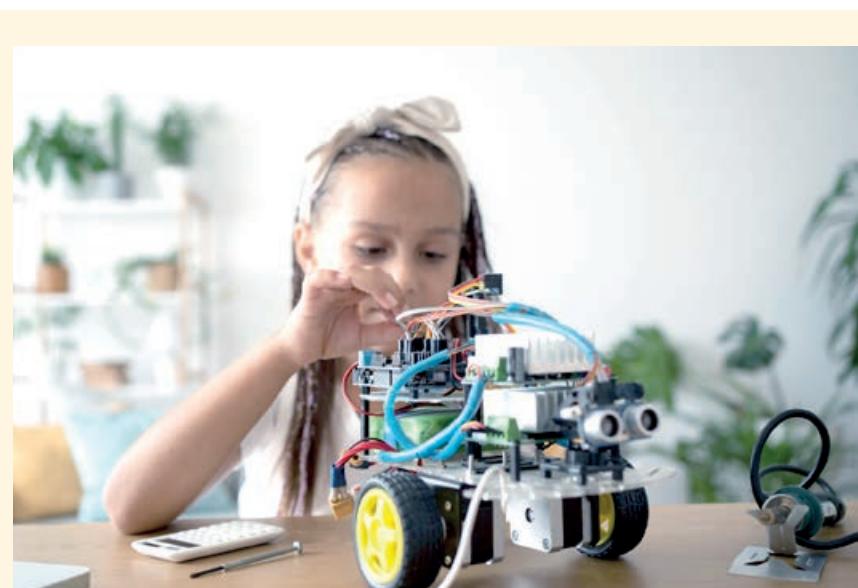
- **Cannabidiol para psicosis:** Este estudio investiga la eficacia del CBD en distintas etapas de la psicosis, con resultados esperados en 2025.
- **Juegos educativos para niños con autismo:** Liderado por Stanford, este ensayo evalúa un juego móvil diseñado

para mejorar la interacción social en niños con autismo, ofreciendo terapias personalizadas y accesibles.

■ Un futuro prometedor

Estos ensayos reflejan cómo la combinación de tecnología, genética y enfoques locales puede transformar la medicina. Desde soluciones pragmáticas como los techos frescos hasta terapias avanzadas como la edición genética, estas investigaciones representan un compromiso con la innovación y la equidad en la salud global. Se espera que los resultados, previstos entre 2025 y 2026, marquen un hito en el desarrollo de la medicina moderna. ■

Fuente: Agencias



Israel lanza un programa de robótica en 500 jardines de infantes

El Ministerio de Educación de Israel anunció el lanzamiento de un innovador programa de educación tecnológica. Desarrollado por la División de Educación Infantil del ministerio, el programa se implementará en 500 jardines de infancia en todo el país.

Se trata de un programa que introduce la robótica con el objetivo de equipar a los jóvenes alumnos con habilidades tecnológicas que tradicionalmente se introducen en etapas educativas más avanzadas, incluyendo la Inteligencia Artificial.

Orna Paz, jefa de la división, destacó que no están "sólo enseñando a los niños a jugar con robots, sino que los estamos preparando para el mundo del mañana". En el marco del programa, los niños aprenderán a programar pequeños robots para seguir rutas diseñadas por ellos mismos.

Estas actividades ayudarán a los niños a desarrollar habilidades lógicas, resolución de problemas y trabajo en equipo desde una edad temprana. El encargado de presentar el programa es el Ministro de Educación, Yoav Kisch. ■

Fuente: Aurora



VENTA DE ESPACIOS PUBLICITARIOS

Anúnciate con nosotros y potencializa tu negocio

Informes con
Teresa Martínez

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



TRASLADOS A TODA LA CIUDAD

Tus conductores de siempre



NUESTROS SERVICIOS
Aeropuertos, Eventos, Viajes Foráneos

55 3038 3009
Hablamos Inglés, hebreo y español

PARA MAYOR SEGURIDAD
REGISTRA TU PLACA




DAV-12-07



Estimado Socio, la entrada al CDI contará con una nueva pluma vehicular que leerá en automático la identificación de tu placa.
Para agilizar el ingreso al CDI registra todas las placas de los miembros de tu membresía.
Visita nuestro stand que se encuentra en la entrada de Socios o ingresa a la página <https://vehiculos.cdi.org.mx/> para realizar el trámite.



SALUD EN ACCIÓN

Campaña de Prevención Intercomunitaria
Febrero 23, 24 y 25

Servicios:

- Citología vaginal
- Toma de signos vitales
- Entrega de medicamentos
- Medicina general
- Psicología
- Nutrición
- Somatometría
- Vacunación completa (Menores de 5 años)
- Dentista
- Pruebas rápidas (glucosa, antígeno prostático, lípidos, entre otros)

Servicio Gratuito
Si no cuentas con Seguro Social IMSS, realiza y trae tu registro previo en IMSS Bienestar, ten a la mano CURP, número celular y correo electrónico.
En el evento no olvides portar una identificación oficial, con CURP.



AVISO URGENTE

Como todos sabemos
NO HAY AGUA

El suministro de agua a través de la red pública ha disminuido a niveles mínimos históricos.
No alcanza el agua, estamos tratando de reabastecernos con pipas, sin embargo, su disponibilidad es limitada y su costo se ha incrementado considerablemente.

Usa responsablemente el agua tomando medidas como:

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

CDI75
75 AÑOS DE COMUNIDAD

PUNTO CPI
UNA COMUNIDAD EN MOVIMIENTO

IPOL

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

SR. NISSIM SHASHO
Director General del CDI

COMITÉ DE MARKETING

MTRO. ILAN EICHNER
Presidente

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

MTRO. RAMÓN ZAPAN
Director

ÁREA DE COMERCIALIZACIÓN

LIC. AARÓN CHEREM
Gerente Comercial

LIC. ERI NARES
Coordinador y Logística de Patrocinios

ELBA BAHENA
Asistente

GUADALUPE COLÍN
DENISSE FUENTES
Telemarketing

TERESA MARTÍNEZ
Ejecutiva de Ventas

ÁREA DE COMUNICACIÓN

Pro cultura
y Desarrollo Artístico A.C.

LIC. REBECA WALDMAN
Subdirectora de Difusión y Diseño

MAURICIO CORONEL GUZMÁN
Jefe de Edición

LIC. ALEJANDRO CARRASCO
LIC. YESICA PEÑA
LIC. LUIS VELÁZQUEZ
LIC. PAMELA MACÍAS
Diseño Gráfico

LIC. CAROLINA ROMERO
Coordinadora de Redes Sociales

LIC. EFRAÍN GUERRERO
Generador de Contenido

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

LIC. BRAULIO SOLÍS
Diseñador Multimedia

LIC. DANIEL SILVA
Fotógrafo

ROGELIO ESPINOSA
Mensajero

COLABORADORES

MÓNICA ÁLVAREZ

ILAN ARDITI

MAURICIO C. GUZMÁN

REBECA KAPLAN

LEONARDO KATZ

SÉRGIO LUPERCIO

LUCERO MORA

ANGIE RÍOS

MARCOS SCHWARTZMAN

ESTHER SHABOT

AGRADECIMOS EL APOYO DE
ARCHIVO HISTÓRICO MIGUEL LITCHI DEL CDI

Nota:
Incluimos las novedades de la última edición de la ortografía de la lengua española

CARTAS A LA REDACCIÓN: CDIFORMA@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.