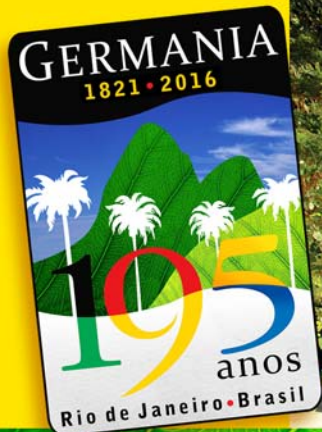




Sociedade GERMANIA

Boletim Informativo da
Sociedade Germania
Julho / Agosto 2016 / Ano 16



195 anos Germania!

A fundação da Sociedade Germania deu-se em um restaurante no centro da cidade do Rio de Janeiro, em **20 de agosto de 1821**, situado na Rua dos Ourives, atual Rua Miguel Couto, Nº 109, e funcionou neste local como sede inicial.

Em 1841, teve sua segunda sede na Rua Fresca Nº 130, em uma casa alugada.

Em 1891, já proclamada a República, transferiu-se para a Rua da Alfândega Nº 77.

Em 1920, mudou-se para a Praia do Flamengo Nº 160, construindo-se ao lado uma nova casa mais ampla e moderna.

Em 1942, período da II Guerra Mundial, teve sua sede confiscada. Após o término da guerra, depois de árdua e demorada luta, teve o seu direito reconhecido de ter de volta a sua sede no Flamengo.

Entretanto, logo em seguida, veio a desapropriação do terreno.

Seguiu-se uma nova luta para receber um preço justo, que com sacrifício, foi reconhecido e liquidado, exceto no tocante à correção monetária. Atualmente é um terreno destinado a UNE (União Nacional dos Estudantes).

Em 1953, foi fundado o Clube Beira Mar na Rua Real Grandeza, Nº 243, em Botafogo.

Em 1970, atendendo demandas dos sócios para construção de uma piscina e necessidades de ampliação, impossíveis em Botafogo, vendeu-se o terreno para a empresa Furnas, que ampliou sua sede no local.

Em 1971, mudou-se para Rua Antenor Rangel, na Gávea, seu endereço atual.



De esquerda à direita:
Sede na Praia do Flamengo (1920).
Sede no bairro de Botafogo (1953).



Agradecimentos | Festa Junina 2016!

- Agradecemos as Sras. Uta, Leticia Esperança e Denise pela doação para compras de prendas.
- A Sra. Sílvia Zendron pela doação de doces.
- A todos que colaboraram com o envio de roupas e acessórios para o Brechó Chic.
- Aos que trabalharam no Arraiá da Germania.
- Nos Caixas: Harald Gübitz, Priscila Sholl, Robert Möller, Kleber Prado, Renato Saldanha, Thea Möller.
- Na barraca de doces: Marlies Lore, Carla Stoffel, Regina Prado, Christiane Tachlitsky.
- No Rode e Ganhe: Beatriz Zellner, Daisy Calmon, Bruno Grieco.
- Na cerveja: Karin Gübitz, Cynthia Varaldo.
- Na comida: Thomas Adams, Dieter Brodhun, Anna Maria Peuker.

- Na pescaria: Ronald Möller e Clarice Möller, Sasha e Vivian Steinhauser, Bruno, Isabella, Vitor e Luana Fricke.
- No Brechó Chic: Elisa Lages, Luisa Deierl, Joyce Altshul, Thereza Baumgarten, Virginia Adams, Nidia Aguilar.
- Na coordenação de brincadeiras e brinquedos infantis: Ingrid Fricke.
- Na coordenação de barracas de doces e cervejas: Cynthia Rammelt Varaldo.
- Na coordenação do Brechó Chic: Elisa Lages.
- Na coordenação geral: Margret Möller.
- A todos os funcionários pelo trabalho incansável para a realização desta festa.
- A todos que prestigiaram e colaboraram com o sucesso da nosso arraiá!



Comemore datas especiais na Germania!

Dia dos Pais na Germania

Domingo **14** de Agosto.
Um buffet muito especial porque eles merecem!



Brunch de Aniversário

Domingo **28** de Agosto.
Vamos todos festejar os **195** anos Germania!

Prezadas e prezados associados

Nosso Clube completa 195 anos este ano.

Uma longa história que se entrelaça com a história do Rio de Janeiro, com o desenvolvimento a partir de mudanças políticas, sociais e econômicas. Uma trajetória digna de episódios marcantes, e construída por gerações de associados interessados em manter o clube, para que muitos pudessem participar da vida social com outros interessados fazendo uma ponte entre culturas.

Se para nós, é uma responsabilidade enorme presidir uma instituição de demandas permanentes, imaginemos estas necessidades em momentos adversos do ponto de vista político. É com profundo respeito que olhamos para o passado!

É muito importante, porém, partir para uma nova visão do futuro: o que precisam os associados para curtir e participar da vida no clube? o que querem os diversos segmentos no seu dia a dia? como as necessidades da vida se sobrepõem às possibilidades que estamos oferecendo? E o que falar das dificuldades de ir e vir nesta cidade tão prejudicada pelo excesso de automóveis e pela falta de eficiente transporte público?

Enfim como podemos aliar o que temos de familiar com a indispensável necessidade econômico-financeira?

Registramos com satisfação o aumento de famílias com crianças pequenas no quadro social - as crianças e jovens representam a continuidade do clube, pois só com uma vivência permanente, o apreço pelo Germania vai se instalando nas pessoas.

Aos colegas da Diretoria e conselheiros dos Conselhos Deliberativo e Fiscal, sempre presentes, nosso agradecimento pelo trabalho colaborador.

Aos associados o compromisso de estarmos atentos ao dia-a-dia fazendo o melhor dentro das possibilidades.

Vamos todos juntos celebrar mais um ano, no tradicional Brunch.

Gemania vale a pena!

Saudações,

Margret Möller
Presidente

Diretoria

Presidente: Margret Möller

1º Vice-Presidente: Harald Manfred Rudolf Gütbitz

2º Vice-Presidente: Hans Joachim Wolff

Diretor Financeiro: Dietmar Schupp

1º Diretor-Secretário: Fernando Porto

Diretor de Sede: Haroldo Sprenger

Vice-Diretora de Sede: Thereza Maria Baumgarten

Diretora Social/Cultural: Cynthia Rammelt Varaldo

Gerente de Obras e Manutenção: Carlos E. Paixão

Expediente

Fotos e Textos: Cynthia Rammelt Varaldo
Edição: Harald Rudolf Gütbitz e Margret Möller
Supervisão: Margret Möller e Cynthia Rammelt Varaldo
Diagramação e arte: Gonzalo Peltier

Sociedade Germania

Rua Antenor Rangel, 210 Gávea / 22451.160 Rio de Janeiro

Tel: (21) 2274.2598 / 2274.2599

secretaria@sociedadegermania.com.br

www.sociedadegermania.com.br

Saúde: banana, importante comer todo dia!

Uma fruta que encontramos o ano inteiro. Ótima para saúde!

A banana é uma das frutas mais consumidas no mundo. Seu doce sabor e textura faz com que seja um alimento muito querido e fácil de comer por crianças pequenas e idosos. Podemos comer a banana em vitaminas, iogurte, bolos, panquecas.

O alto conteúdo de potássio presente na banana (**mais de 13% da dose diária recomendada**) reduzem a pressão arterial e a possibilidade de sofrer arteriosclerose, infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral. A banana também contém altos níveis de frutooligosacarídeos, os quais promovem a absorção de cálcio.

A banana ajuda na função nervosa e muscular. Além disso, previne as câimbras musculares depois de cada exercício. **Uma banana contém 34% da quantidade diária recomendada de vitamina B6.**

Esta vitamina é um agente anti-inflamatório, faz suporte as funções do sistema nervoso, ajuda a reduzir o risco de doenças do coração, diabetes do tipo II, obesidade e muito mais.

As fibras das bananas ajudam a manter uma boa digestão e ao mesmo tempo mantém o açúcar no sangue, o que



evita comer em excesso.

As bananas são ricas em catequizas e delphinidina, que são antioxidantes naturais. Dietas ricas em bananas e outras frutas podem reduzir o risco de câncer de mama e de rins.

Graças à pectina, que ajuda a estabilizar o sistema digestivo, normalizar o trânsito intestinal e aliviar a prisão de ventre, as bananas ajudam a reduzir os sintomas de diarreia e da prisão de ventre.

Esta fruta tem um efeito antiácido e estimula a produção de muco no estômago, o que ajuda a proteger contra ácidos no estômago. As bananas também ajuda a matar as bactérias que causam úlceras estomacais.

Então, comece o dia adicionando esta fruta em seu café da manhã!

Fonte: Revista Melhor com Saúde

Gastronomia: Pudim de queijo de cabra com calda de frutas vermelhas e especiarias

Ingredientes | Pudim

- 01 lata de leite condensado
- 250g de queijo minas
- 100g de queijo de cabra
- 350ml de leite
- 90g de açúcar
- 04 ovos

Ingredientes | Calda de frutas vermelhas

- 150g de amora
- 150g de polpa de framboesa
- 50g de morangos maduros
- 04 unidades de cardamomo
- 02 unidades de anis estrelado
- 01 unidade de canela
- 01 unidade de cravo
- 100ml de vinho do porto
- 150g de açúcar

Preparação

Unte uma forma com margarina e açúcar. Bata todos os ingredientes no liquidificador e coloque na forma untada em "banho maria" em forno baixo (150

graus) por mais ou menos 1 hora. Leve para gelar.

Levar todos os ingredientes da calda ao fogo e cozinhar em fogo baixo até ponto de geleia.

Receita: Monica Rangel



Horários de funcionamento

Secretaria

3ª à 6ª das 9 às 19h / Sábados 9 às 18:30h.

Piscina

3ª, 4ª e 5ª até 18:30h. 6ª e domingo a partir das 09h.

Sauna

6ª até 21h. Sábado e domingo das 10 às 18h.

Restaurante

Salão Nobre: Terças aos Sábados, 12 às 23h. Domingos das 12 às 17h.

WunderBar: Terças às Sextas das 18h às 23h / Sábados das 12 às 23h / domingos 12h às 17h.

Buffet Especial: domingos 12 às 17h.

Brechó Chic

Um grupo de sócias teve a iniciativa de organizar um brechó para ajudar nas finanças do clube.

O resultado **foi um sucesso!!!** A estreia foi na Festa Junina. Aceitamos doações para as próximas edições!



Quizz Germania

Pela primeira vez aconteceu uma noite de Quizz!!! Organizada pelo nosso sócio Dieter Brodhun, as equipes com quatro pessoas, responderam perguntas de História, Geografia, Entretenimento e Conhecimentos Gerais.

Parabéns à equipe vencedora.



Arraiá da Germania

Éta festança boa, só!!!! O povo veio, cumeu, bebeu i danço!!! A criançada brincô a valer!!!

Muita pescaria, pula pula e quadrilha. E a música danada di boa! Até São Pedro compareceu com um dia lindo de sol. Ano que vem tem mais!



Dia dos Pais

• **Domingo 14|08:** Festje seu Pai com um buffet todo especial! A partir de 12h.

Brunch Aniversário Germania

• **Domingo 28|08:** Nosso clube faz **195 anos**, vamos comemorar no nosso tradicional Brunch! A partir das 11:30h.

Oktoberfest 2016

• **Domingo 16|10:** Já vamos esquentando motores para nossa festa! Diversão e comida deliciosa! Toda colaboração é bem-vinda. Fale com a secretaria para mais informações.

Buffet de Sopas Voltou!

• **Sextas-feiras:** Nossas sopas e cremes temperadas no capricho para você aquecer o coração! A partir das 20h.



Buffets de Feijoada

• **Feijoada:** todo 1º sábado do mes. A partir de 12:30h.

Aviso

Feriados das Olimpíadas

5 e 18 de agosto: aberta somente área de lazer.

7 de setembro: aberta somente área de lazer.



O jantar do aniversariante é presente da Germania!*

O sócio ou dependente de sócio que trazer **3 ou mais** pessoas para jantar "à la carte", no mês de seu aniversário, é nosso convidado.

*Promoção válida de 3as à sábados, somente no jantar. Bebidas não inclusas.

Informações na secretaria.

Vamos dar as boas-vindas ao Jumbo na Cidade Maravilhosa!



Novo produto
First Class e
maior oferta
de assentos!



Curiosidades: 5 invenções alemãs do dia-a-dia



1908



1896



1987

Muitas coisas hoje tão imprescindíveis do cotidiano foram inventadas na Alemanha, do filtro de café ao computador!

O Filtro de Papel

Irritada com a borra que ficava no fundo da xícara, em 1908, a dona de casa Melitta Bentz, de Dresden, fez pequenos furos no fundo de uma lata e colocou sobre eles um pedaço de mata-borrão do caderno do filho. Ela é o marido experimentaram com outros tipos de papel, para que o líquido escorresse mais rápido. Eles ainda aperfeiçoaram o recipiente de sustento do filtro e patentaram seus inventos.

A Fita Adesiva

Em 1896, Oscar Troplowitz queria desenvolver um novo esparadrapo. Mas sua invenção colava tão bem que, ao retirar-la, arrancava a pele. Por isso, inicialmente foi usada para vedar pneus de bicicleta. Em 1936, foi então lançada no mercado como "Tesa-Klebefilm", como ainda é conhecida hoje. Tesa é uma junção de sílabas do nome da secretária do inventor, Elsa Tesmer.

O Formato MP3

Em 1987, pesquisadores do Instituto Fraunhofer em Erlangen criaram uma forma de comprimir arquivos de áudio sem perda da qualidade. Em poucos anos, o MP3 revolucionaria a indústria fonográfica. Centenas de álbuns podem ser arquivados hoje em um smartphone ou MP3 player.

O Dínamo

O princípio do dínamo elétrico já era conhecido quando Werner von Siemens, em 1866, o converteu em máquina. Usando um ímã, ele criou uma máquina que transformava energia mecânica em elétrica. Isso não só facilitava a produção de eletricidade, como era facilmente transportável para qualquer lugar. A empresa dele se tornou conglomerado e o nome Siemens ainda hoje é sinônimo de tecnologia eletrônica.

O Computador

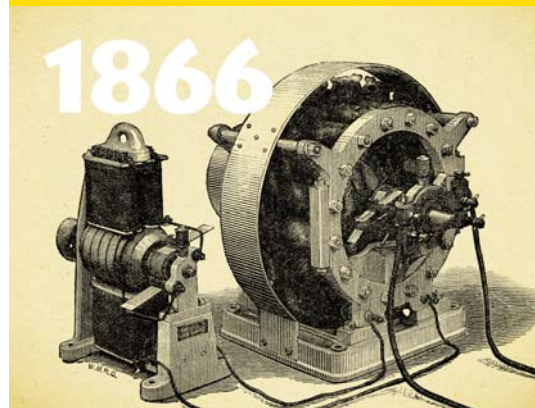
O Z3 do engenheiro Konrad Zuse, de Berlim, era do tamanho de três guarda-roupas e mesmo assim só fazia três operações básicas de matemática e extração de raízes. O aparelho criado em 1941 levava meio segundo para uma soma, e levava **3 segundos para uma multiplicação simples!**

Foi a primeira máquina de calcular calçada no sistema binário (0 e 1), por isso é considerada antecessora do computador moderno.



Konrad Zuse e o primeiro computador: o Z3

Dinamo Siemens: energia mecânica em elétrica



Calendário de eventos 2016

Agosto

14 | Dia dos Pais

Eles merecem muito carinho! Buffet especial para os Pais.

28 | Brunch 195 Anos

Venha comemorar o aniversário do nosso clube Germania. Esperamos você com muitas delícias! A partir das 11:30h.

Outubro

16 | Oktoberfest 2016

Nossa alegre, tradicional e concorrida festa com muita diversão para toda a família e amigos! Participe!

Dezembro

02, 03 e 04 | Weihnachtswoche



Mens Sana in Corpore Sano



Tênis *Erico Alves*
Quarta: 14h às 22h.
Sexta: 14h às 22h.
Cel: 96458-9627



Hóquei Indoor
Quartas: 21h - Misto.
Sábados: 15h - Feminino
17h - Masculino



Natação
Claudio P. Goulart
Terças e Quintas:
06:30 às 10h e 17 às 19h
Quartas: 07h às 19h
Tel.: 2512-4800



Bolão
Terça a Sexta: 15h às 00h
Sábados: 10h às 00h
Domingos: 10h às 19h

VemSer - Esporte & Psicologia

Raphael Zarembo
Terças, Quartas e Quintas: 14 às 20h
Cel.: 9205-9301

Laboratório da Saúde

J. Cleber Hyowa: a evolução da Hidroginástica
Terças e Quintas: 10:30h e 20h
Quartas e Sextas: 09:15h, 10:15h e 11:15h
www.hidroginastica.com.br

Exercícios de solo e aparelhos

Terças e Quintas: 08, 09, 10 e 16h
Quartas e Sextas: 13 e 14h
Tel: 2294-1277 / Cel: 9307-3255

Massagem

Cidnéa Caixeiro
Sábados: 10h às 17h
Domingos: 9h às 17h



Wunder Jazz

Espaço Cultural Germania
Desfrute um drink ouvindo os clássicos do jazz.
Informações na secretaria.



Skat

Quartas: 17:30h às 21h.
Sábados 20/09 - 18/10 - 22/11 - 13/12, das 15h às 21h.



Curso de Alemão

Prof.ª Karin Helga Mertens
Quartas - Feiras
17h: Conversação
19h: Estudos livros Studio D
20:30h - Iniciação
Tel. 2262-5760 ou na secretaria.