

Rio 450 anos!

A região que ocupa atualmente a cidade do Rio de Janeiro foi descoberta no dia **1º de março de 1502**, por uma expedição portuguesa ao comando de Gaspar de Lemos, que acreditou ter chegado à desembocadura de um grande rio, assim, batizou a baía com o nome de Rio de Janeiro. Contudo, foram os franceses que primeiro se fixaram na região, competindo com os portugueses no comércio madeireiro.

Os portugueses estabeleceram serrarias. Em resposta, os franceses contrataram até corsários e trouxeram colonos para habitar e explorar o lugar. Depois de anos de luta os franceses foram expulsos.

Como resposta às intenções francesas, no dia 1º de março de 1565, Estácio de Sá funda a cidade de São Sebastião do Rio de Janeiro. A cidade possuía ruas irregulares e estilo português medieval. A expulsão definitiva dos franceses ocorreu em 1567.

Devido à posição estratégica da cidade na Baía de Guanabara, desenvolveu-se ali uma zona portuária comercial dinâmica e crescente (madeira, pesca e cana-de-açúcar).

Em 1660, a população daquela cidade contava com 6.000 índios, 750 portugueses e 100 negros.

No fim do século XVII e início do século XVIII a descoberta de metais, especialmente ouro, em Minas Gerais, fez com que o Rio se transformasse numa ponte estratégica entre as minas e a Europa.

No final do século XVIII, a cidade foi abalada por uma crise econômica, as minas já não produziam tanto e havia outros países sul-americanos que competiam com o Brasil na produção de cana-de-açúcar. Contudo, o cultivo do café, a chegada da família real, em 1808, e o conseqüente traslado do governo português para a colônia, deram um novo alento à economia da cidade. Nesta época, a realeza construiu igrejas, palácios e nosso Jardim Botânico.



Jardim Botânico no Século XIX. Ao fundo o Morro Dois Irmãos, nosso vizinho e parte da paisagem verde da Germania.

Na segunda metade do século XIX, a instalação de vias férreas trouxe um novo impulso à produção agrícola e de café, começavam a aparecer as primeiras indústrias no centro da cidade, a iluminação a gás e circulavam transportes com tração animal. Então o Rio de Janeiro já contava com 800.000 habitantes.

Com o crescimento da cidade os problemas sanitários, de emprego, habitacionais e as constantes epidemias de varíola, tuberculose e febre amarela castigavam a então capital do Brasil. Em 1903, Francisco Pereira Passos tornou-se prefeito de cidade.



Praia do Arpoador (1950). O Rio cosmopolita, conquista o mundo com sua alegria, belas praias e natureza singular.

Na sua administração foram criadas grandes avenidas, parques e também um novo porto. Casas sem condições de higiene foram demolidas levando a população pobre a viver nos subúrbios.

O Rio de Janeiro conheceu seu maior esplendor entre 1920 e 1950, quando as pessoas do mundo inteiro vinham atraídas pela sua imagem romântica, seus cassinos, praias e as belezas naturais. Em 1960 a cidade deixou de ser a capital do país.



Cristo Redentor sendo construído (1931). A cidade ganha mais um ícone que hoje é conhecido no mundo inteiro.

O aniversário de 450 anos do Rio de Janeiro, em 2015, é o momento de reverenciar as pessoas que fizeram e fazem desta cidade um dos lugares mais adorados e procurados do planeta, os "cariocas". A natureza exuberante contribuiu bastante, mas o que torna o Rio tão singular é todo o repertório histórico, artístico, cultural e paisagístico construído nestes 450 anos.



Há décadas, a maior festa popular do mundo: O "Carnaval Carioca", explosão de criatividade e alegria.

Sociedade GERMANIA

Boletim Informativo da
Sociedade Germania
Janeiro / Fevereiro 2014 / Ano 15

VOCÊ SABIA?

- Que a reforma do bar da piscina está caminhando a passos largos?
- Que o Moffu"s já está com piso novo?
- Que as novas toalhas do restaurante foram costuradas pela sócia e diretora de secretaria, Ingrid. Agradecemos muito!
- Que recebemos do associado Dieter Brudhun uma gravura do Rio Antigo que em breve será pendurada? Agradecemos muito!
- Que o bazar do clube, em benefício dos funcionários, teve um resultado tão bom, que foi possível comprar para cada um Chester e uma cesta bem variada, bem como oferecer R\$ 1.000,00 em prêmios para um sorteio durante a festa?

Prezados associados

Conforme a convocação publicada em Jornal e enviada aos Sócios por e-mail e correspondência, realizamos em 11/12/2014 uma AGE com a pauta sobre o possível aluguel das instalações da Germania para serem utilizadas por uma das organizações interessadas, no período dos Jogos Olímpicos de 2016, em particular o Comitê Olímpico Alemão, que até o presente já realizou diversas reuniões e troca de informações com a Diretoria. Os Conselhos Deliberativo e Fiscal tem sido mantidos a par deste tema.

Na AGE com a presença de um significativo número de sócios o assunto foi exaustivamente debatido, respondendo a Diretoria as perguntas e questionamentos apresentados por vários sócios.

Foram apresentados em Power Point os aspectos relevantes deste tema, incluindo as vantagens deste aluguel para os sócios da Germania bem como o ônus denão podermos utilizar as instalações durante o período deste evento que ocorrerá em agosto de 2016. Também foi informado que os sócios ficarão isentos da mensalidade durante um mês, que é o período aproximado em que o evento vai ocorrer incluindo alguns dias para montagem e desmontagem.

Está prevista uma receita bruta mínima de R\$ 1,5 milhões que nos permitirá realizar diversas obras já pendentes há bastante tempo, conforme já mencionamos em boletins anteriores. Estas obras incluem desde a entrada, as vias de acesso - subida, estacionamento e saída, bem como o prédio principal e a área da piscina e respectivo bar. Também as instalações elétricas e hidráulicas, bastante antigas, serão revistas e onde necessário melhoradas. Além disso a Germania terá uma projeção que certamente contribuirá para nos tornarmos mais conhecidos e atraíremos novos sócios. Enfim espera-se uma série de benefícios indiretos.

Existe ainda a possibilidade de fazermos o catering deste evento gerando uma receita e resultados adicionais para a Germania.

A exposição feita na AGE já foi enviada aos sócios e a Diretoria se coloca a disposição para quaisquer esclarecimento adicional.

Após terem sido esclarecidos todas as dúvidas, o tema foi colocado em votação, tendo sido aprovado por unanimidade com 41 votos a favor e 0 contra, o que demonstra que a apresentação foi clara e que os benefícios ultrapassam em muito a limitação do não uso das nossas instalações por cerca de um mês.

A Diretoria agradece a confiança que os sócios depositaram nela e fará os esforços necessários para a implementação das obras ainda ao longo do ano de 2015 e primeiro semestre de 2016, caso seja fechado com uma das organizações o aluguel das nossas instalações.

Atenciosamente,

Harald Gübitz
Presidente

Diretoria

Presidente: Harald Manfred Rudolf Gübitz

1º Vice-Presidente: Margret Möller

2º Vice-Presidente: Hans Joachim Wolff

Diretor Financeiro: Dietmar Schupp

1º Diretora-Secretária: Ingrid Fricke

Diretor de Sede: Haroldo Sprenger

Vice-Diretora de Sede: Thereza Maria Baumgarten

Diretora Social/Cultural: Cynthia Rammelt Varaldo

Diretor Jurídico: Alexandre Calmon

Diretor de Obras e Manutenção: Renato Saldanha

Diretor de Marketing: Guilherme Sprenger

Expediente

Fotos e Textos: Cynthia Rammelt Varaldo

Edição: Harald Rudolf Gübitz e Margret Möller

Supervisão: Margret Möller e Cynthia Rammelt Varaldo

Diagramação e arte: Gonzalo Peltier / Tiragem: 450 exemplares

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: dentes brancos e sem tártaro

Saiba como retirar o tártaro e branquear os dentes naturalmente!

• Para o tártaro

Retire o tártaro dos dentes em apenas uma semana. O ingrediente mágico é o vinagre branco. Um bochecho por dia com vinagre branco permite retirar o tártaro dos dentes.

A receita é colocar em meio copo de água 2 colheres de sopa de vinagre branco. Para melhor eficácia e melhorar o gosto adicione umas gotas de suco de limão.

• Para branquear os dentes

O morango possui propriedades que ajudam a branquear os dentes. Ele contém um ácido, que retira as manchas dos dentes. É, também, um bom pretexto para comer mais morangos que são deliciosos e bons para a saúde.

Misture 1/2 colher de café de bicarbonato de sódio e um morango bem maduro.

Em uma xícara esmague o morango até que não fique um só pedaço, por isso ele tem que estar bem maduro. Acrescente o bicarbonato de sódio.

Antes de escovar os dentes, aplique esta pasta sobre os dentes com a jura de uma escova macia. Deixe ficar por 5 minutos.

Termine por escovar bem os dentes para eliminar essa pasta e encontrar os dentes brancos.



Atenção! Não utilize esta pasta mais que duas vezes por mês, para não estragar o esmalte dos dentes. O resultado será progressivo.

• Outras dicas de branqueamento

Laranja: esfregue os dentes com a parte interna de uma casca de laranja durante aproximadamente 45 segundos. A parte branca da laranja, chamada mesocarpo, contém substâncias capazes de branquear os dentes. Meia hora depois de seguir essa dica, escove os dentes.

Banana: esfregue os dentes com a parte interna de uma casca de banana por aproximadamente dois minutos. Esse procedimento pode ser realizado quantas vezes você desejar ao longo de um dia. A casca da banana contém ácido salicílico, que exerce um excelente papel para branquear o esmalte dos dentes.

Mamão e Maçã: coma diariamente uma rodela de mamão ou uma de maçã. Essas frutas servem para fortalecer as gengivas e ao mesmo tempo branquear os dentes.

Fontes: Les Astuces de Katia (França)
Melhorcomsaude.com

Gastronomia: Salada de Lentilha

Para muita gente salada de lentilha é comida de Réveillon - quem não quer atrair fortuna para o novo ano!

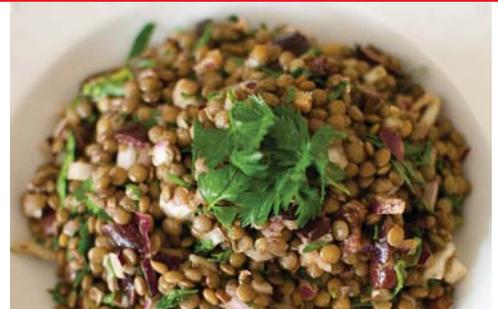
Essa receita é sucesso o ano todo. Fria no verão, quente em dias frios. A preparação é tão básica que ela acompanha bem peixes brancos e aves variadas. **Fica ótima com pato!**

Ingredientes

- 2 xícaras de chá de lentilha
- 1 1/2 litro de água
- 150g de nozes

Molho

- 1/2 xícara de chá de óleo ou azeite
- 1/4 de xícara de chá de vinagre de vinho branco
- 2 colheres de chá de açúcar
- 1 colher de sopa de de sal
- 1/2 colher de chá de cominho
- 1/2 xícara de salsinha ou coentro fresco (somente as folhas)
- 1/2 xícara de chá de hortelã fresca (somente as folhas)



Preparação

Coloque a lentilha com a água numa panela e leve ao fogo alto para cozinhar. Quando ferver abaixe o fogo e deixe cozinhar por 15 minutos. Não pode ficar muito mole.

Escorra bem. Numa tigela grande misture os ingredientes do molho, exceto as ervas. Quando a lentilha estiver seca, ainda quente, misture bem. Se for servir em seguida, misture as nozes e as ervas. Se quiser à temperatura ambiente ou gelada, misture os ingredientes antes de servir. Conserve em geladeira, se for servir mais de 1 hora depois. Se quiser pode acrescentar bacon frito.



Horários de funcionamento

Secretaria

3ª a 6ª das 9 às 20:30h / Sábados 9 às 18:30h.

Piscina

3ª a domingo a partir das 09h / 4ª e 5ª até 18h.

Sauna

3ª e 6ª das 18 às 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.

Weihnachtsmarkt

O já tradicional Bazar da Sociedade Germania para os funcionários, contou com um grande número de expositores e teve, este ano, um recorde em vendas. **Foi um sucesso total!**

Entre artigos artesanais e guloseimas, exposição de presépios e mesas decoradas com peças de porcelana pintadas a mão, tudo apreciado por todos que nos prestigiaram. Com a renda foi possível comprar as cestas de Natal distribuídas aos nossos funcionários. **Muito obrigado a todos que participaram deste recorde!**



Coquetel de Natal

Este ano foi servido um coquetel com buffet de pratos volantes para a comemoração do Natal de nossos associados. Pensado para proporcionar maior interação entre os nossos sócios.

Com "Lounges", a integração entre as pessoas é maior e aquelas que estão sós podem participar sem ter o compromisso de formar uma mesa. Foi emocionante a apresentação dos "Pequenos Mozarts", grupo de violinos composto por crianças e adolescentes, que tocaram músicas natalinas e populares.



Festa de Natal Infantil

Mais uma vez Papai Noel chegou na Germania! "O Circo de Natal" com equilibristas, malabaristas e muitas brincadeiras trouxe aos filhos de nossos sócios e, também de nossos funcionários, muitas alegrias e sorrisos. Foram distribuídos presentes e um delicioso lanche especial!



Churrasco dos Funcionários

Para encerrar as festividades natalinas a Diretoria convidou todos os funcionários para um churrasco.

Novamente, com a iniciativa de nossa sócia Elisa Lages, que recolheu entre os expositores do Bazar Germania, brindes para serem sorteados nesta ocasião.

Amigo oculto, churrasco e cerveja, foi muito divertida e alegre a festa de nossos funcionários. Agradecemos a presença dos diretores Harald Gübitz, Margret Möller, Haroldo Sprenger, Theresza Baumgarten, Cynthia Varaldo, do conselheiro Ludwig Zellner e dos associados Elisa e Waldemar Lages, Beatriz Zellner e Daisy Calmon.

Agradecimentos Natal 2014

- Às Sras. Ana Maria Caputo, Beatriz Zellner, Carmen Bersch, Cristina Sauerbronn, Cynthia Varaldo, Daisy Calmon, Dione, Georgia Moller, Elisa Lages, José Cleber, Leticia Esperança, Lucia Beatriz Perrone, Magally, Margaret, Margret Möller, Núbia, Simone, Uta Esperança e aos Srs. Dieter Brodhun e Ronald Möller pela participação no Bazar de Natal.
- À Sra Maria Augusta Rebouças, que nos enviou um lindo prato de porcelana pintado a mão.
- À Sra. Ingrid Fricke pela ajuda no preparo da Festa de Natal para as crianças.
- Ao Sr. Bruno Grieco, nosso Papai Noel Germania.

estúdio momento

PHOTOBOUTIQUE

www.estudiomomento.com.br
Rua Marquês de São Vicente 39 B
tel: 2239-8001

- ◆ Revelação Digital
- ◆ Estúdio Fotográfico
- ◆ Fotopresente
- ◆ Fotolivro
- ◆ Impressão Fine Art e Grandes Formatos
- ◆ Cursos: Photoshop e Camaras Digitais
- ◆ Digitalização e restauração de fotos

Recorte e Ganhe Vale 10% de desconto*

*validade: setembro e outubro/2014
Promoção não cumulativa.
A apresentação deste cupom é indispensável.

Kodak Express Digital Solutions

A vida é feita de momentos, não deixe que os seus se percam com o tempo!

Carnaval na Piscina!

• **14/02 sábado:**
Vamos abrir o Carnaval 2015 com muita diversão!
Banho de piscina à fantasia.
Invente a sua!!!



Cantando o Rio

• **06/03 sexta-feira:** Festa pelos 450 anos do Rio de Janeiro, às 20:30h. Não perca!

Buffet de Verão. Imperdível!

Todas as sextas-feiras com saladas, crepes e quiches. Comidas leves para enfrentar o calor!

Buffets de Feijoada e Cozido

Feijoada: todo 1º sábado do mes.

A partir de 12:30h.

Cozido: todo 3º sábado do mes.

A partir de 12:30h.

Avisos / Feriados

São Sebastião (Rio de Janeiro)

20/01 (3a feira): somente áreas de lazer.

Carnaval

14 e 15/02 (sábado e domingo):
funcionamento normal

16 e 17/02 (2a e 3a feira):
somente áreas de lazer.

18/02 (4a feira de Cinzas): Clube fechado

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



Novo produto
First Class e
maior oferta
de assentos!



Esportes: Alemanha no espírito olímpico!

Mens Sana in Corpore Sano

Basquete, natação, tênis, futebol, vôlei, hóquei... São esportes que podem ser praticados na **Sociedade Germania!** Que tal incorporar o espírito olímpico e começar a praticar algum dentre esses e incentivar os mais jovens também. **Mens Sana in Corpore Sano!**

De Atenas 1896 ao Rio 2016

O Barão Pierre de Coubertin foi o responsável pelo resgate dos Jogos Olímpicos. Inspirado nos ideais dos gregos, ele acreditava que a educação física era um fator determinante na educação moral. O educador francês viu na realização da competição uma forma de propagar esta filosofia pelo mundo.

Os primeiros Jogos Olímpicos da Era Moderna, realizados na cidade grega de Atenas, em 1896, resgataram o objetivo de incentivar, o maior desenvolvimento possível das aptidões físicas e intelectuais do ser humano.

Competição entre os melhores atletas do mundo, confraternização entre os povos e, acima de tudo, a grande festa do esporte, os Jogos Olímpicos são um dos mais importantes eventos do planeta. Mobilizam populações de centenas de países e emocionam com vitórias, recordes e histórias de superação.

A cada quatro anos, uma cidade do mundo sedia os Jogos. Nela competidores e torcedores se misturam e, durante pouco mais de duas semanas ajudam a preservar e fortalecer o espírito olímpico.

Os **Jogos Olímpicos Rio 2016** serão os primeiros celebrados na América do Sul e, desde já, mexem com o dia-a-dia do carioca e de todos os brasileiros.

Natação do Brasil bate recordes

Em 2014, o Brasil começou a mostrar força no Pan-Pacífico da Austrália, ficando em quarto lugar no quadro de medalhas - **com um ouro, duas pratas e um bronze**. Mas o ponto alto da temporada aconteceu no Campeonato Mundial de Piscina Curta (de 25m), em dezembro, no Qatar. Com sete ouros, uma prata e dois bronzes, além de dois recordes mundiais batidos, o Brasil terminou, pela primeira vez na história, um mundial na liderança do quadro de medalhas.

César Cielo é o único campeão Olímpico do Brasil, com o ouro nos 50m livre em Pequim 2008 e dois bronzes nos 100m e 50m livre em Londres 2012. Cielo acredita que a equipe brasileira de natação têm grande chance de exceder sua marca nas piscinas do Rio 2016.



Boliche sonha com Rio 2016

Com a aprovação da chamada "Agenda 2020" pelo Comitê Olímpico Internacional (COI), abriu-se a possibilidade de novas modalidades serem incluídas no programa dos Jogos Olímpicos. Um dos esportes que sonha fazer parte do evento esportivo mais importante do mundo está o boliche, que mudou suas regras já sonhando com a inclusão no Rio 2016.

Kevin Dornberger, presidente da "World Bowling", afirmou que acredita na possibilidade. Em campanha para entrar no programa olímpico, a entidade foi renomeada em setembro (chamava-se Federação Internacional de Boliche Dez Pinos) e alterou o formato dos jogos no Mundial Masculino. As regras estão sendo testadas também no Mundial Feminino. O boliche já faz parte dos Jogos Pan-Americanos.



Tênis *Erico Alves*

Quarta: 14h às 22h.

Sexta: 14h às 22h.

Cel: 7826-2651 / 91 *102428



Hóquei Indoor

Quartas: 21h - Misto.

Sábados: 15h - Feminino

17h - Masculino



Natação

Claudio P. Goulart

Terças e Quintas:

07h às 10h e 17h às 20h

Quartas: 07h às 20h

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: 08, 09 e 14h

Sextas: 13 e 14h

Tel: 2294-1277 / Cel: 9307-3255

Massagem

Já temos nova massagista.

Informações na secretaria.

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.

Vôlei: esporte com a cara do Brasil

Sinônimo de conquistas internacionais, o vôlei nacional tem tudo para brilhar em 2016, no Rio, seja na quadra ou na praia.

Com 20 medalhas conquistadas nos Jogos Olímpicos no total, o vôlei é um esporte que está na preferência dos brasileiros e que costuma ser sinônimo de sucesso nos grandes eventos. Na quadra, nove medalhas foram obtidas de 1984, quando o Brasil teve sua primeira conquista, a prata em Los Angeles.

Na praia, que entrou no programa olímpico apenas em 1996, o País sempre voltou com o pódio - foram 11 medalhas em cinco edições.

Calendário de eventos 2015

Fevereiro

14 | Carnaval na Piscina

Banho de piscina à fantasia.

Março

06 | Cantando o Rio

Nossa festa pelos 450 anos da fundação do Rio de Janeiro.

Abril

05 | Almoço de Páscoa

Nosso tradicional almoço repleto de delícias!

Mai

06 e 07 | Bazar das Mães

Novidade Germania!!!

Aqui você vai encontrar aquele presente diferente.

10 | Almoço das Mães

Buffet com cardápio especial.

23 | Noite Francesa

Sucesso de volta!!!

Música ao vivo com muito charme e diversão.

