



# Sociedade GERMANIA

Boletim Informativo da  
**Sociedade Germania**  
Março / Abril 2014 / Ano 14



## Vamos todos renovar a fé! Vamos festejar a Páscoa!

### Páscoa...ressurreição!

A mudança... A transformação... O renascer!

Que esta Páscoa não seja apenas o almoço em família, a brincadeira gostosa de esconder os ovos de chocolate e ver a alegria das crianças quando os encontram.

Que possamos renascer também em nossos corações.

Que neste momento tão especial de reflexão possamos lembrar daqueles que estão aflitos e sem esperanças. Possamos fazer uma prece por aqueles que não o fazem mais, porque perderam a fé em um novo recomeçar, pois esqueceram que a vida é um eterno ressurgir.

Que neste dia todos tenham a capacidade de entender o verdadeiro sentido da Páscoa.

Que seja renovado em cada um a fé, a esperança, a harmonia, a capacidade de recomeçar, de perdoar e de respeitar o próximo.

Que o espírito da Páscoa esteja conosco todos os dias do ano!

**Feliz Páscoa!!!**



### Convocação da AGO Assembléia Geral Ordinária

4ª Feira | 02 de abril

1ª convocação às 19h

2ª convocação às 19:30h

Prezado sócio, sua presença é importante. **Participe!!!**

### Buffets Germania

Todas as 6<sup>as</sup> feiras: Buffet com Saladas e Quiches.

Todo 1<sup>o</sup> sábado do mes: Buffet de Feijoada a partir de 12:30h.

Todo 3<sup>o</sup> sábado do mes: Buffet de Cozido a partir de 12:30h.

página

2

página

2

página

4

### Saúde

Aromaterapia: óleos que curam o corpo e a mente  
Conheça 10 óleos essenciais que podem nos aliviar de muitos desconfortos, como insônia, dores de cabeça, depressão...

### Gastronomia

Um bom peixe para a Semana Santa  
Prepare uma deliciosa moqueca à moda Baiana!  
Com certeza a família e os amigos vão querer repetir!

### Esporte

2ª parte da história do futebol...  
Saiba como o "Gioco del Calcio" passou para a Inglaterra e depois desembarcou no Brasil, para virar paixão nacional.

## Prezados associados

Uma notícia boa é que, nos últimos meses, tem-se constatado um maior interesse por diversas famílias em se tornar sócio da Germania, particularmente de pessoas jovens com filhos pequenos. Certamente, são atraídos pelo que a Germania oferece com sua localização com muito verde e clima ameno e uma área de lazer atrativa, incluindo o novo parquinho para crianças. Outro atrativo é o valor ainda bastante modesto do nosso título de cerca de R\$ 5.000,00, enquanto nos clubes de nível equivalente, os mesmos são vendidos por pelo menos seis vezes mais. Trata-se de uma distorção, que a médio prazo, tende a acabar com a valorização do nosso título como já aconteceu no passado.

Assim, para a reunião conjunta de 25/02/2014, tivemos a aprovação de 5 novos candidatos.

Outro assunto relevante é a nossa AGO - Assembleia Geral Ordinária que vai se realizar no dia 2/04/2014, às 19:30h, ocasião em que a Diretoria vai prestar contas do que foi feito, das perspectivas futuras e estará a disposição para esclarecer dúvidas e receber sugestões dos sócios.

Possivelmente alguns pensarão "Isto é uma reunião chata e monótona e tenho coisas melhores a fazer numa noite de quarta-feira". O que posso prometer é que tentaremos ser breves e o nosso Diretor Financeiro, o Sr. Dietmar Schupp, vai apresentar os seus gráficos e informações de forma bem didática. Pretendemos deixar mais tempo para os sócios formularem perguntas.

Assim, nos últimos meses tenho sido indagado pelos sócios a respeito de diversos assuntos tais como: cota extra, regras sobre o desconto de 25%, por que do aluguel da Germania para a noite de Réveillon, o não recebimento de boletos de cobrança, regras para o uso da piscina para convidados, etc.

É a oportunidade que os sócios têm de esclarecer estes assuntos e outros mais.

**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:** Justina Campagnani

**Diretor de Sede:** Haroldo Sprenger

**Vice-Diretora de Sede:** Thereza Maria Baumgarten

**Diretora Social/Cultural:** Cynthia Rammelt Varaldo

**Diretor Jurídico:** Alexandre Calmon

**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: Aromaterapia - 10 aromas que curam!

Invista em óleos essenciais!!! Com apenas algumas gotinhas, você consegue diminuir ansiedade, insônia, sintomas da TPM e até depressão. Conheça alguns detalhes deles:

## 1. ALECRIM

Alivia dores e sintomas de depressão. melhora a circulação e a digestão, descongestiona o peito e combate infecções.

## 2. CAMOMILA

Reduz inchaço, trata sintomas de alergia e problemas digestivos, alivia estresse, insônia e até depressão.

## 3. CANELA

Dominui sintomas da menopausa, crises de dor de cabeça, enxaqueca, cistite, ansiedade, estresse, insônia e depressão.

## 4. CAPIM-LIMÃO

Controla TPM, estresse, ansiedade e pressão alta. Ainda trata ferimentos e queimaduras e diminui dores musculares.

## 5. EUCALIPTO

Baixa febre, alivia sinusite e tosse, além de amenizar acne e furúnculos.

## 6. HORTELÃ

Trata problemas digestivos e alivia dores de cabeça e musculares



## 7. LARANJA

Combate cólica, prisão de ventre e vários problemas digestivos.

## 8. LAVANDA

Controla a pressão baixa, trata queimaduras, alivia cólicas, alergias respiratórias e depressão.

## 9. PATCHOULI

Atua contra gripes e reumatismo.

## 10. SÂNDALO

É antidepressivo, anti-inflamatório, afrodisíaco, diurético, laxativo e sedativo.

# Gastronomia: Moqueca de Peixe

## Moqueca à Moda baiana

Vem chegando a Semana Santa e com ela a Páscoa! Hora de reunir a família para comer um bom peixe!!! Nada melhor, então, do que uma moqueca.

Veja a receita da Chef Lorena Santos.

## Ingredientes

- 500g de peixe Dourado
- 150g de cebola
- 30g de alho
- 30g de pimentões vermelhos e amarelos
- 50g de tomates
- 20g de pimentão verde
- 100ml de azeite
- 100ml de leite de côco
- 20ml de azeite de dendê
- Cheiro verde a gosto (ou cumentro se preferir)
- Sal e pimenta do reino branca a gosto

## Preparação

Temperar o peixe com sal e pimenta, reservar. Refogar no azeite comum o alho e a cebola. Acrescentar ao refogado os pimentões e o



tomate sem pele ou sementes e em cubos. Deixar cozinhar até que desmanchem. Acrescentar o peixe e o leite de côco e deixar cozinhar por aproximadamente 10 minutos.

Finalizar com o dendê e o cheiro verde picado. Corrigir o sal e a pimenta.

Acompanha arroz branco e farofa de dendê.



# Horários de funcionamento

## Secretaria

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

## Piscina

3ª de 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.

## Carnaval na Piscina

Carnaval e calor, combinação perfeita para um banho de **piscina a fantasia!!!**

Assim foi a festa de carnaval na Germania. Com samba, muita alegria, comidinhas especiais, tanto os adultos quanto as crianças se divertiram a valer. **Ano que vem tem mais!!!**



## Noite de Jazz

Já se tornou um ponto de encontro as noites de jazz às quintas-feiras na Germania.

Desta vez o conjunto Wunderjazz se apresentou numa sexta-feira.

Com a sala de estar superlotada e um repertório passando pela Bossa Nova aos mais conhecidos clássicos do jazz foi uma noite muito alegre, com gostinho de "quero mais".



## Assembléia Geral Ordinária

**4a feira | 02 de abril:** sua opinião é muito importante! Participe!

## Semana Santa!!!

**18 | 04 - 6a feira: Bacalhau na Germania**  
Nosso tradicional almoço com as delícias do bacalhau!

## Páscoa

**24 | 04 - Domingo: Almoço de Páscoa**  
Buffet a partir das 12h. Faça já sua reserva na secretaria!

## Buffets Germania!

**Todo 1o sábado do mes:** Buffet de Feijoada Especial da Germania, a partir de 12:30h.

**Todo 3o sábado do mes:** Buffet de Cozido a partir de 12:30h.

## Avisos

### Feriados

**23 de Abril | 4a feira:** São Jorge (Municipal)

**01 de Maio | 5a feira:** Dia do Trabalho

Nos dois feriados clube estará aberto nas áreas de lazer e almoço.

**Confira o Menu Especial para Almoço!**

## Aviso Importante!

### Carteira Social da Germania

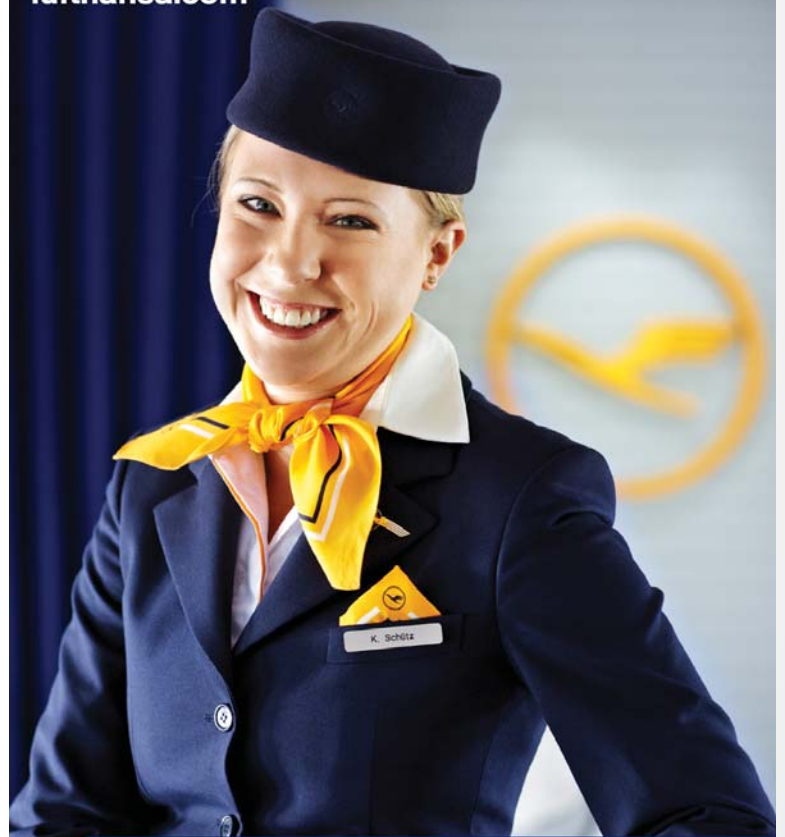
Você está perdendo **25% de desconto** na consumação do restaurante e bares. Se você não se cadastrou ou não buscou sua nova carteira na secretaria, **faça o mais rápido possível!**

Agora para ter seu desconto de sócio e poder frequentar a piscina **será necessário apresentar a nova carteira!**

Portanto, tenha sempre em mãos e apresente sempre que solicitada.



[lufthansa.com](http://lufthansa.com)



Conexões para o mundo.  
Novos voos diretos do  
Rio de Janeiro para Frankfurt  
a partir de 30 de outubro.



There's no better way to fly.

**Lufthansa**





O futebol era mais um confronto violento do que um esporte.

## O Futebol na Idade Média

Há relatos de um esporte muito parecido com o futebol, embora usava-se muito a violência.

O **Soule** ou **Harpastum** era praticado na Idade Média por militares que dividiam duas equipes: atacantes e defensores.

Era permitido usar socos, pontapés, rasteiras e outros golpes violentos. Há relatos que mostram a morte de alguns jogadores durante a partida. Cada equipe era formada por 27 jogadores, onde grupos tinham funções diferentes no time: corredores, dianteiros, sacadores e guarda-redes.

Na Itália medieval apareceu um jogo denominado "**Gioco del Calcio**". Era praticado em praças e os 27 jogadores de cada equipe deveriam levar a bola até os dois postes que ficavam nos dois cantos extremos da praça. A violência era comum, pois os participantes levavam para o campo seus problemas causados, principalmente, por questões sociais típicas da época medieval. O barulho, a desorganização e a violência eram tão grandes que o rei Eduardo II teve que decretar uma lei proibindo a prática do jogo, condenando à prisão os praticantes. Porém o jogo não terminou, pois integrantes da nobreza criaram uma nova versão dele com regras que não permitiam a violência. Nesta versão cerca de 12 juízes deveriam fazer cumprir as regras do jogo.

## O Futebol Chega à Inglaterra

Pesquisadores concluíram que o "Gioco del Calcio" saiu da Itália e chegou à Inglaterra por volta do século XVII. Na Inglaterra, o jogo ganhou regras diferentes e foi organizado e sistematizado.

O campo deveria medir 120 x 180m e nas duas pontas seriam instalados dois arcos retangulares chamados de gol. A bola era de couro e enchida com ar. Com regras claras e objetivas, o futebol começou a ser praticado por estudantes e filhos da nobreza inglesa. Aos poucos foi se popularizando.

No ano de 1848, numa conferência em Cambridge, estabeleceu-se um código único de regras para o futebol. No ano de 1871 foi criada a figura

do guarda-redes (goleiro) que seria o único que poderia colocar as mãos na bola e deveria ficar próximo ao gol para evitar a entrada da bola. Em 1875, foi estabelecida a regra do tempo de 90 minutos e em 1891 foi estabelecido o pênalti, para punir a falta dentro da área. Somente em 1907 foi estabelecida a regra do impedimento.

O profissionalismo no futebol foi iniciado em 1885 e no ano seguinte seria criada, na Inglaterra, a International Board, entidade cujo o objetivo principal era estabelecer e mudar as regras do futebol quando necessário.

No ano de 1897, uma equipe de futebol inglesa chamada Corinthians fez uma excursão fora da Europa, contribuindo para difundir o futebol em diversas partes do mundo.

Em 1888, foi fundada a Football League com o objetivo de organizar torneios e campeonatos internacionais.

Em 1904 foi criada a **FIFA**, que organiza até hoje o futebol no mundo (Copa do Mundo).

## História do Futebol no Brasil

Nascido no bairro paulistano do Brás, Charles Miller viajou para a Inglaterra aos 9 anos de idade para estudar. Lá tomou contato com o futebol e, ao retornar ao Brasil, em 1894, trouxe na bagagem a primeira bola de futebol e um conjunto de regras. Podemos considerar Charles Miller como sendo o precursor do futebol no Brasil.



O primeiro jogo no Brasil foi realizado em 15 de abril de 1895 entre funcionários de empresas inglesas que atuavam em São Paulo. Os funcionários também eram de origem inglesa. O embate foi entre a *Gas Company São Paulo vs São Paulo Railway Company*. O primeiro time a se formar no Brasil foi o São Paulo Athletic, fundado em 1888.

Em 1950, a Copa do Mundo foi realizada no Brasil, sendo que a seleção brasileira perdeu o título, em pleno Maracanã para a seleção do Uruguai (Uruguai 2 x Brasil 1).

Este ano a Copa do Mundo será realizada novamente no Brasil. **Vamos torcer para que o Brasil vença!**



**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 20  
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: 14h 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](http://www.hidroginastica.com.br)

## Pilates de solo e com aparelhos

Terças e Quintas: 08h, 09h, 10h e 16h  
Quartas: 08h, 09h e 14h  
Sextas: 13h 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  
Venha tomar um drink  
ouvindo os clássicos do jazz.  
Informações na secretaria.



**Skat**  
Quartas: 17:30h às 21h.  
Sábados 19/01 - 23/02 -  
16/03 - 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.

## Calendário de eventos 2014

### Abril

**02 | 4a feira:** Assembléia Geral Ordinária  
Sua participação é importante!

**18 | 6a feira:** Bacalhau na Germania

**20 | Domingo:** Almoço de **Páscoa!**

### Maio

**11 | Domingo:** Almoço Dia das Mães

**Gastronomia:** Brasil & Alemanha:  
preparação para Copa do Mundo.  
(data a ser confirmada)

### Junho

Confira a programação  
especial Copa 2014!

**01 | Domingo:**  
**Festa Junina** Germania!

**12 | 5a feira:**  
**Fondue dos Namorados.**  
Sucesso romântico!  
Faça sua reserva na  
secretaria.

