

O Ardina / BIENNE

Folha Informativa Quinzenal em língua Portuguesa 2018

Bom dia Caros leitores e leitoras



Estamos no mês de dezembro 2018, os tempos frios já se notam as bebidas quentes típicas deste mês, começam a aparecer com muita audácia, Os negócios começam a se ativar para anunciar o natal que é daqui a quinze dias, As lojas e supermercados estão cheios de mercadoria atrativa para que uma grande festa seja possível para todos entre parênteses, porque em muitos cantos do mundo a fome mata milhares de seres humanos, mas nós continuamos a beneficiar da sorte de termos nascido neste privilegiado continho.

Damo-nos ao luxo de nos sentar na mesa dos mais favorecidos, mesmo que assistimos a todas as misérias do mundo não nos envergonhamos, dizendo que não podemos fazer nada! Assim podia ser um bom dia, para meditar sobre a miséria que passam mulheres, crianças, e homens em muitas partes do mundo!

Desejo-vos um mês de dezembro feliz e que estas festas sejam compartilhadas com aqueles que são mais necessitados.

Uma boa quinzena e como sempre o Ardina encontra-se à disposição dos leitores nos cafés, restaurantes Portugueses e se alguém desejar uma cópia pode tirá-la no site Web www.ardina.ch ela é à disposição em PDF

José Duarte

Noticias das nossas comunidades

Restaurant Romand Bienne, chemin du parc 10, gerido pelo nosso compatriota João Ribeiro Chefe de cozinha, cessa a exploração do restaurante no dia 31 de dezembro 2018 depois de da grande festa de fim de ano. O restaurante abrirá depois de uma transformação como pizzeria, clientes e amigos

desejam ao chefe Ribeiro uma boa continuidade de vida profissional.

O Ardina deseja ao Chefe J.Ribeiro muitas felicidades, e que se possa brevemente provar as suas especialidades!

O famoso Restuarante Faucon na rue de la Gare, a partir de janeiro 2019 é também uma pizzeria. Bienne é a cidade com mais pizzarias du Cantão de Berne.

A cidade de Bienne

Está a enfeitar as ruas para as festas do natal e fim de ano, a árvore do natal já está do centro da cidade, praça central precisamente, inauguração da árvore de natal é no dia 2 de dezembro às 17h00. Pequenas barracas vão-se

O ARDINA / BIENNE

estalar para as feiras do natal, já cheira a doces e vinho quente com canela, aproveitem para fazer a vossa melhor integração nos hábitos e costumes helvéticos. Boas festas!

A arte da mesa, formação

Mesmo uma refeição simples merece uma atenção aonde a vamos consumir, mesmo uma sanduiche comida ou consumida num espaço pouco elegante, ela provoca um mal-estar e no final faz mais mal que bem, por esta razão a arte da mesa é muito importante para a nossa satisfação, durante as refeições. Uma mesa bem-posta dá uma felicidade e uma motivação à consumação mesmo antes de consumir. Todos nós conhecemos a situação de comer no canto de uma mesa com a outra parte coberta de revista e jornais. Muitos de nós temos muitas das vezes o hábito de ler e comer ao mesmo tempo e portanto os sabores a cor e a qualidade dos produtos passam ao lado, e a prova é que duas horas depois temos dificuldade de nos lembrar do que almoçamos ou jantamos, isto é a prova do que a refeição não ocupou o nosso centro de interesse, mais podemos explicar as ultimas notícias que acabamos de ler no jornal.

Hoje a mesa não é como na época aonde o estar na mesa fazia parte da organização da família, ao meio dia comia-se porque era o meio-dia e ao

mesmo tempo falava-se calmamente da vida do dia (era o nosso espaço social) e observava-se o humor dos outros era um momento de se alimentar apreciar e analisar a vida da família, daí a importância de rever a situação da mesa. Durante anos pode analisar as emoções e alegria que os pacientes tinham quando chegava a hora das refeições muitas das vezes se faziam acompanhar com as visitas amigos ou família eram sempre momentos de muita felicidade. A maioria deles transformavam-se em tradutores da carta dos menus em explicando as maneiras de cozer e preparações e no final diziam vão ver mesmo sem manteiga e natas os menus são excelentes. Todas as conversações relacionadas com alimentação são interessantes para a maioria das pessoas, todos nos em termos de alimentação, conhecemos alguma coisa que nos distingue dos outros, porque conduzimos uma história de família e hábitos duma região, e assim a nossa receita torna-se única.

Como se prepara uma mesa

O clássico dos hábitos e cultura Europeia, se come com ajuda de

um garfo, faca e colher são os três utensílios utilizados a 99%, se nós somos de outra cultura os utensílios mudam. Mas vou ficar na nossa cultura. Uma mesa bem-posta é uma mesa com uma toalha em tecido ou papel mas limpo, guardanapos papel ou tecido mas limpos, atenção não deixar os guardanapos utilizados de uma refeição à outra, como foi o hábito durante muitos anos este comportamento é falso. Um copo para a água e se beber vinho um copo para o vinho. Um garfo à esquerda, a faca à direita os copos devem-se colocar no lado direito em cima da ponta da faca, o alinhamento dos talheres deve ser exatos, a 1 cm de espaço do guardanapo e dois da beira da mesa, não esquecer a decoração seja flores ou outros objetos a decoração deve servir como meio de conversação e animação da mesa.

Nos meus workshops de alimentação equilibrada faço questão que os participantes se preparem para vir à mesa, ou seja se preparar antes de se sentar, como para ir ao restaurante gastronômico da cidade. Este ritual dá um valor às iguarias servidas.

José Duarte

Deixa aqui o teu anúncio...

Novidades da Associação dos Trabalhadores Portugueses de Bienne



Foi no dia 25 de novembro pela 15h30, que se deu início à Assembleia Geral Ordinária, com a seguinte ordem de Trabalhos.

- Resumo da ata da última Assembleia Geral
- Apresentação dos novos sócios
- Apresentação de contas ATP
- Apresentação das contas do Rancho F.P. de Bienne
- Eleições dos novos Corpos Gerentes da A.T.P. Bienne
- Vários

Na sua sede, rue du marché 52, 2503 Bienne, decorreu a Assembleia Geral da ATP, na presença de algumas dezenas de membros, foram aprovadas as contas da ATP e do Rancho F.P.B. Pelo nome da direção o tesoureiro Senhor Victor Martins e o Presidente da mesa Senhor Ricardo Oliveira assim que todos os outros membros, anunciaram a vontade de se retirar do comité, portanto o ponto cinco, não foi tratado, por falta de lista de candidatos ao futuro comité.

Depois de certas argumentações por vários membros presentes. O presente comité vai continuar até fins de janeiro data a agendar para uma nova assembleia geral aonde se deve encontrar uma solução para a continuidade da ATP de Bienne.



Todos os membros agradeceram ao comité pelo seu empenho durante os anos que estiveram à frente da direção, o ano 2018 foi um ano com muito desgaste para todo o comité privando-se mesmo de deveres particulares e familiares para manter o local aberto aos membros, Alguns meses sem gerente de bar e Restaurante nem sempre foi fácil. Alguns membros deram uma mão forte mas infelizmente não chegou para liberar tanta massa de trabalho da direção.



Mas caros membros, a ATP deve continuar, pois todos somos responsáveis pelo futuro desta associação, membros ou simpatizantes temos o dever de dar uma mão forte para que esta associação não morra.

Talvez mudar de estrutura para libertar a massa de trabalho árduo do comité, Aqui faço um apelo a todos os membros para debater as possibilidades de uma nova organização da ATP.

O membro José Duarte, sábado 12 de janeiro 2019 pelas 18 h 00 no local da ATP: apresenta a todos os membros presentes suas ideias para uma eventual renovação da associação e dos estatutos.

O Ardina / Bienne, vos deseja a todos os amigos da ATP bom natal e boas festas de Ano.

Política na Europa em 2019

O ano 2019 vai ser um ano de nova transformação na vida social e política no mundo e em toda a Europa especialmente, vai haver muitas mudanças políticas na Europa, União Europeia, risco de sofrer mudanças radicais e mesmo de ver uma derrubada no sistema monetário. Muitos países retornaram à moeda nacional em vez de recusar o €, de qualquer sorte o retorno à independência real nacional, vis a vis da UE. Temos de ser conscientes que a Europa não é um ESTADO, mas paradoxalmente é ela que dita as normas de ordem estrutural das nações em muitos setores, como o valor de intercâmbio e finanças em geral, o que quer dizer que ela tomou uma parte importante da liberdade dos países membros em ditando as normas a seguir, como a indicação do valor máximo da inflação, entre outros.

O que vai obrigar a grandes mudanças?

A mundialização, a argumentação da população, o meio ambiente, a imigração de refugiados, prevenção de recursos naturais (água, energia, materiais, biodiversidade).

Podemos vir a assistir uma criação de uma Europa livre aonde o povo é o que mais ordena!

Mas os problemas não terminam, temos de fazer frente a outras dificuldades seja no campo social como no campo de recursos naturais. A chegada à Europa de uma grande massa de população que fogem da guerra, meio ambiente e fome. A falta de recursos naturais, como o petróleo, pode reduzir uma baixa de produção considerável em muitos setores, criando desemprego e provocar de desacordos sociais, podendo dar início de uma argumentação de pensamentos nacionalistas que podem criar conflitos nacionais e internacionais ao nível mundial! Assim chegamos à NOVA ORDEM MUNDIAL que é muito prevista por muitos cientistas, filósofos e sociólogos.

Estes cientistas dizem que chegamos ao colapso (effondrement) ou seja a uma eliminação de uma grande parte da população mundial, eliminação de uma grande parte da biodiversidade, e reduzir a consumação de $\frac{3}{4}$, estas catástrofes, são a passagem obrigatória na NOVA ORDEM MUNDIAL.

Livros a ler : Effondrement de la civilisation, de Paulo Servigne ou Réseau de Jacques Blamont.

Pensamento da quinzena

Ignore o que os outros pensam de você

Para progredir, você deve ser capaz de aceitar ser visto como ignorante ou ingênuo. Não se esforce para ser considerado um sábio. Mesmo se você conseguir

impressionar os outros como uma pessoa sábia, não acredite nisso.

Você não pode estar de acordo com a natureza e, ao mesmo tempo, se preocupar com coisas que estão fora do seu controle. Se importar com uma coisa vem à custa de se importar com outra.

EPITETO

O país no fundo de uma pedreira

Há mais de uma semana que o país olha para o fundo da pedreira em Borba, à espera do resgate dos corpos que ainda aí jazem, enquanto as famílias tardam em fazer o luto. Uma tragédia que pode ter sido anunciada há quatro anos por uma entidade entretanto extinta. Nada anunciada e cada vez mais imprevisível parece estar a meteorologia e os estragos daí decorrentes, um mês e meio depois do "Leslie". fontes JN.

Votações na Suíça do 25 novembro 2018, na Suíça é o Povo que mais ordena!

Sujeitos a votos e votos finais, depois de algumas semanas de debates

-Iniciativa pela dignidade dos animais de ajuda agrícola, iniciativa pelas vacas com cornos,

Votos a favor 45,3% da Iniciativa votos contra 54,7% a iniciativa, resultado dos animais (vacas) a cornos não são subvencionados.

-Iniciativa popular "" Pela leis de Juízes suíços em lugar dos Juízes estrangeiros (Iniciativa por a autodeterminação)

Votos a favor da Iniciativa 33,7% votos contra a iniciativa 66,2% não **passou**.

-Base legal por controle dos assegurados

Votos a favor 64,7% sim à Iniciativa e votos 35,3% contra a iniciativa, os suíços dizem sim aos detetives anti abusos.

No Cantão de Berne também se votou para, mensagem do Grande Conselho de Berne

-Pela modificação da lei sobre os impostos "revisão 2019"

Votos a favor 46,4% votos contra 53,6% , a baixa dos impostos para as empresas Berna diz não,

-Crédito 2018-2020, para alojamento e enquadramento dos requerentes de asilo de menores mão acompanhados.

Voto a favor 81,1% dos votos contra 19,89%, crédito aceite.

Para nós comunidade Portuguesa o que é que mudou!

Nas grandes linhas nada mudou!

<https://www.bewas.sites.be.ch/2018/2018-11-25/ABSTIMMUNG/reportErgebnissePdf-2018-25-11-3ea0e851-5311-46ca-bfa4-5fb4910944a>

Desporto

A nossa seleção continua a dar-nos muita alegria, pois no passado dia 17 de novembro ao empatar com a Itália em São Siro por 0-0, garantiu as meias-finais do novo campeonato das Nações. O último jogo foi contra a Polónia em Guimarães empatando por 1-1, as equipas como a Alemanha, França, Espanha, Itália entre outras

ficaram pelo caminho, as quatro equipas que são presentes, Portugal, Inglaterra, Suíça, e Holanda estas são a flor do futebol em Europa.

O Ronaldo nacional continua a nos dar alegria em Itália, Juve!

Gastronomia

Bolo rei



750g de farinha, 120g de açúcar, 120g de manteiga amolecida, 40g de fermento padeiro fresco, 2 dl de água morna, 1 pitada de sal, 3 ovos tamanho, Raspas de uma laranja, 160g de frutas cristalizadas picadas, 200g de frutos secos picados (pinhões, amêndoa palitada, miolo de nozes picadas e sultanas), 3 c. s de aguardente, 2 c. s de Brandy, Manteiga para untar, Farinha para polvilhar, Ovo batido para pincelar.

Decoração

Fatias de frutos cristalizados

Cerejas cristalizadas
Metades de miolo de nozes
Açúcar em pó

1. Numa tigela, misture a fruta cristalizada com os frutos secos picados. Junte a aguardente e o brandy e misture bem. Deixe repousar.
2. Noutra tigela, misture o fermento padeiro com a água.
3. Deite a farinha em cima da mesa (ou bancada) e abra uma cavidade. Junte o sal, o açúcar, a manteiga, a raspa da laranja, os ovos e a mistura do fermento.
4. Misture tudo e trabalhe bem a massa, até se descolar da mesa e das mãos. Junte os frutos, misture bem e trabalhe mais um pouco a massa, polvilhando com farinha (para se descolar da mesa e das mãos).
5. Depois, faça uma bola com a massa e coloque-a numa tigela

polvilhada com farinha. Cubra com um pano e deixe levedar em local aquecido até triplicar o volume.

6. Em seguida, deite de novo a massa em cima da mesa polvilhada com farinha e trabalhe-a mais um pouco. Molde uma bola e faça-lhe um buraco ao centro. Depois molde um círculo, coloque-o no tabuleiro do forno, previamente untado com manteiga, e deixe levedar mais 40 minutos.
7. Ligue o forno a 180º, pincele toda a massa com ovo batido e decore-as com os frutos e montinhos de açúcar em pó.
8. Leve ao forno durante 40 minutos. Retire, deixe arrefecer e sirva.
- 9.

Chefe Bernades

Filosofia medo e angústia

Talvez já se perguntou a si mesmo, Qual é o sentido da vida? Muitas pessoas já fizeram estas perguntas. Isto revela a nossa existência, mas também nos dá a consciência de um dia morrer. Podemos dizer que é um sentido exatamente humano. Biologicamente, o sentido da vida é passar os genes para a frente, e vivermos enquanto indivíduos para garantir a continuidade da espécie. Mas isto não nos satisfaz, pensamos que podemos ter uma satisfação para além

das nossas necessidades vitais. Estas são importantes para nos manter vivos, mas não tem a finalidade ou sentido da vida. Heráclito de Efeso (540-470 a C.) dizia se a felicidade estivesse nos prazeres do corpo, diríamos feliz os animais, quando encontram a erva para comer. Vivíamos como eles sem passado nem futuro, pois para ter passado e futuro é preciso ter um sentido. A morte pode nos despertar dois sentimentos distintos "o medo e a angústia" o medo nos faz não nos

O ARDINA / BIENNE

pensar na morte, não nos enfrentarmos com o problema, adiámo-lo, esquecemo-lo, Mergulhamo-nos em outras conversações, até falamos sobre a morte dos outros, mas na nossa não.

O filósofo Heidegger Martin (1889-1976), dizia que o medo nos convida a viver na incoerência, não

atribuímos sentido, deixamos que os outros e as circunstancia o atribuam. Vivemos sempre com medo de qualquer coisa, porque desconhecemos o futuro ou o conhecimento.

Livros de José Duarte

Tabela de preços

01	Zezé do Café Central (história de Castelo de Paiva)	Frs.	15.00
02	Casimiro, o colhedor de trevo a quatro (Romance)	Frs.	15.00
03	Maria Isabel (história de uma Mãe e Avó)	Frs.	15.00
04	O Caderno de saudades (história dos imigrantes em Suíça)	Frs.	15.00
05	As minhas Certezas & Dúvidas (ficção e realidade)	Frs.	15.00
06	O doente Cardiovascular (livro de conselhos)	Frs.	18.00
07	O apaixonado do bus 07 (Romance)	Frs.	15.00
08	O cheiro a cacau (Romance)	Frs.	15.00
09	Poesias e prosas de vida	Frs.	15.00
10	Recordações de um militar (biografia)	Frs.	15.00
11	O rancho Português de Bienne (1ª tiragem)	Frs.	12.00
12	Arte da mesa moderna	Frs.	20.00
13	O guia do bom empregado de mesa	Frs.	18.00
14	Viagens e visitas	Frs.	15.00

Livres en français

20	L'amour de partager un repas (histoire de patients)	Frs.	25.00
21	Rodrigues et le retraité (biographie d'un immigrant)	Frs.	25.00
23	Art de la table moderne	Frs.	20.00
31	Pratique de l'art de la table	Frs.	15.00
32	Visiter Biel /Bienne pas à pas (400 pages)	Frs.	25.00
34	Brügg mon Village	Frs.	15.00
35	Port mon Village de Cœur	Frs.	15.00
36	Aegerten Sympathie et charme	Frs.	15.00
37	Nidau un regard sur la Ville	Frs.	15.00
38	Les transports publics de Biel/ Bienne (Tourisme en bus en Ville)	Frs.	15.00
39	Les 100 km de Biel/Bienne (histoire d'un coureur)	Frs.	18.00
40	Studen les grands espaces du Seeland	Frs.	15.00

Para encomendar

Vocês podem encomendar diretamente a José Duarte tel. +078 682 74 13 ou numa livraria em Portugal e www.amazon.com

A hora dos Nossos Jovens



Matthias Duarte

Jovem empreendedor que abriu uma agência de contabilidade e finanças na cidade de **NIDAU** BE, depois de terminar os seus estudos de perito em finanças, e ter trabalhado mais de 10 anos em grandes empresas

suíças no Cantão de Berna, resolveu abrir o seu próprio estudo de contabilidade, dando conselhos em finanças, contabilidade profissional, peritagem em finanças, declaração dos impostos e declaração de bens ao estrangeiro.

Este jovem filho de mãe Suíça e Pai Português oriundo da região de Castelo de Paiva, nos dá um orgulho pela sua coragem e profissionalismo ao mais alto nível da sua profissão., pois é um dos mais jovens mestrados em finanças. da Suíça. Contato:

m.duarte@acon-treuhand.ch

As nossas associações e casas portuguesas

O Restaurante Romand chemin du parc 10, gerido pelo Chefe João Ribeiro que oferece uma cozinha Francesa e Portuguesa.

O Restaurante Itália, na rua do hospital em Bienne, o restaurante em sociedade é gerido por José Afonso natural de Vizela, oferece uma cozinha de gastronomia Italiana.

Café Mariana rua da Gare Bienne a Dona Carla Costa, café e creperia.



Restaurante Pizzeria Capriccio, rua de Neuchâtel 134, à beira do lago de Bienne, gerido por José Marques, excelente Pizzeria e gastronomia Italiana.

Pizzaria do Carlos SA, rua Central 56, dirigido pela Carlo e família, oferece Pizzas e gastronomia Italiana.

ATP : associação dos trabalhadores Português de Bienne, nova gerencia, oferece uma cozinha Portuguesa

O Pro Tecino Bienne: rue du jura 23, gerido por José Pinto e família, oferece uma cozinha Portuguesa e Francesa.

Casa Marques, Lyss-strasse 19, 2560 Nidau **loja** de mercearia Portuguesa.

Gomes Mota Vinothèque: rue Hans Hugi 5, 2502 Bienne Vins de Portugal.

O Cantinho Portugues : rue de Madretsch 126, 2503 Bienne, loja mercearia Portuguesa.

O ARDINA vos deseja uma boa quinzena e até à próxima.