

# O Ardina / BIENNE

## Folha Informativa Quinzenal em língua Portuguesa 2018

**Bom dia Caros leitores e leitoras**



**Boas festas natalícias** a todos os compatriotas e leitores desta folha informativa, pois estamos a chegar às festas mais míticas do ano, aquela que mais nos faz lembrar a família e amigos, mas não nos vamos deixar abater com emoções de saudades, pois aqui também temos a família e amigos para poder festejar e partilhar com muita alegria e felicidade.

Nós somos os camaleões do amor, adaptamos ao meio ambiente com muita rapidez, damos e recebemos a felicidade e criamos laços de amizade sem interesses determinados, então para que mudar, no nosso comportamento!

Desejo-vos um mês de dezembro feliz e que estas festas de NATAL 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](http://www.ardina.ch) ela é à disposição em PDF

**Um abraço José Duarte**

### As feiras do natal em Bienne



A Praça Central e a Rua de Nidau se transformou, como todos os anos em recinto de bazar de Natal, encontra-se barraquinhas diversas e bares a bebidas típicas natalícias,

Este ano a influência começou um pouco tímida por causa da chuva e vento, vêm-se cada vez mais produtos derivados de



outras culturas e mesmo de religiões que não festejam natal, estas ocasiões é sempre de uma mais-valia para o comércio local e artesanal, a comunidade



lusitana prepara-se para passar as festas de ano seja aqui na Suíça ou indo visitar a família a Portugal. As lojas Portuguesas estão cheias de produtos natalícios de Portugal para

satisfazer a procura. Como o bacalhau, Penca, Bolo-rei, vinhos e outras iguarias consumidas nestas ocasiões no nosso País.

Mas os nossos compatriotas já apreciam os produtos nacionais suíços para se verificar, é só se passear nos grandes centros comerciais da região e dar uma espreitadela nos carrinhos de compras. As rabanadas fazem-se com a tresse (pão suíço) e o bolo-rei com as frutas secas Italianas e o bacalhau compra-se na Migros. Seja como for com paz e amor umas boas festas a todos,

**António Marinho**

## Os coletes amarelos



Há mais de duas semanas o governo francês tem dificuldades em manter a ordem no país, a gota de água que fez desbordar o copo foi o anúncio para o 1º de



janeiro 2019 o aumento dos impostos dos combustíveis, depois de já ter aumentado vários impostos os Governo e o Presidente Emmanuel Macron meteu-se em confronto com maioria da população. Esta organizou-se de maneira popular sem líderes e sem cores políticas, unindo-se pela necessidade de dizer chega nós não podemos mais! Milhares de pessoas de oriundos diversos fizeram marcha sobre a capital e utilizaram a força para ser ouvidos, porque o governo tinha-se fechado num mutismo e arrogância e não queria abrir dialogo ou dar uma reposta imediata às reivindicações dos manifestantes. Durante duas semanas viu-se uma guerra urbana das mais violentas da história da república Francesa dos últimos 50 anos. Mesmo a revolução do 24 abril 1974 em Portugal não teve a mesma violência! Lamenta-se um morto

e centenas de feridos das duas partes. (policias e manifestantes).

O primeiro-ministro Edouard Philipe anunciou ontem numa declaração televisiva, que o Governo decidiu suspender, durante seis meses, o aumento dos impostos sobre os combustíveis e outros. Pelo momento, isto não satisfaz os "coletes amarelo" novas manifestações estão anunciadas para os dias que vem, vive-se um impasse e como os coletes amarelos não tem representantes oficiais as negociações tornam-se complicadas.

**E**sta situação em França pode-se alastrar pela União Europeia, então seria a falência de todo o sistema politica e social da Europa. A população perdeu a confiança nos Governos, Partidos e Políticos. Estes acusados de ser muito tecnocratas e de não compreender a situação e as necessidades da população, um mar de insatisfação pode-se sentir dentro da UE e ninguém viu chegar isto, tantos os sociólogos, economistas etc. não conseguem tratar o mal pelas raízes, Pois há dezenas de anos, que UE marcha em direção desta insurreição social, que é cada vez mais realidade.

**A**s causas são várias eu só vou tratar uma que me parece mais importante, depois do fim da segunda guerra mundial o

capitalismo e liberalismo criaram riquezas e conforto insustentáveis sempre cada vez mais, seja em produção industrial e serviços, (ao primeiro reflexo foi uma boa coisa) o liberalismo tornou-se o dono disto tudo! A marcha ao benefício financeiro e a marcha à concorrência nunca teve um tempo de trégua. Criaram-se necessidades de conforto mas também necessidades de trabalho, assim por exemplo os trabalhadores tiveram acesso ao automóvel para melhorar a mobilidade criando ao mesmo tempo mais despesas privadas, mas também provocando despesas ao estado enormes (estradas, compra de combustíveis, policiamento, administração e hospitais) Claro o automóvel fez com que os trabalhadores fossem mais flexíveis no que diz respeito aos horários de trabalho e lugar de trabalho, metendo mesmo em dificuldade os transportes públicos em adicionando a este novas cargas financeiras. Os ordenados nunca aumentaram em relação ao aumento das despesas dos trabalhadores. Exemplo se um trabalhador tem carro para se deslocar ao trabalho este aumenta as suas despesas de cerca 30% e o ordenado só aumenta cerca 2% portanto o trabalhador ganhou em conforto mas não aumentou o poder de compra, eu poderia falar também do Natel ou mesmo dos horários dos grandes estabelecimentos ou centro de

## O ARDINA / BIENNE

compras. Hoje faz-se compras com os carros 7/7 dias da semana. O automóvel veio trazer uma carga de despesas mais importante da sociedade humana, mas como nos traz um conforto e uma imagem social valorizante, temos dificuldade em o

abandonar, o seu lugar seria só um objeto de luxo.

Sabia que há cerca de 20 anos existia ainda os viajantes que iam de aldeia em aldeia vender os produtos às mercearias e lojas de carro, porque os comerciantes não tinham carro

nem carta de condução, agora os poucos que existem tem um carro ou dois, um para as compras outro para a família! A PENSAR, BOA SEMANA!

A ler mais o meu ponto de vista no próximo ardina

---

### História de alguns doces natalícios

Um avô conta aos seus netinhos a história dos doces natalícios, depois de confeccionar, as iguarias presentes, para festejar as festas de natal.

#### A origem das rabanadas ou fatias douradas:

não se sabe muito bem, mais é provável que a sua origem seja francesa, pois em França chamam-se " Pain perdu, pão perdido " , porque eram confeccionadas do pão cacete (baguete) que é muito consumido em França, mas passado dois dias fica duro e assim veio a ideia de fazer o " Pain perdu, rabanadas" na Inglaterra chamam-se French toast , as receitas varia de uma regiões a outras. Na época talvez antes XVIe as rabanadas eram feitas com outros pães, para fazer rabanadas precisamos, de açúcar, canela e óleo.

#### A origem da Aletria

A aletria portuguesa tem origem na história da península ibérica, já no século XIV, havia escritos que faziam referencia a " Alatria,

Aletria" e as receitas tinham origem árabe (em árabe al-irtíá) é uma palavra para designar massa, hoje encontra-se muitas variantes de receitas de aletria.

#### A origem da sopa seca doce

A sobremesa dos pobres singeleza de paladar e aromas, hoje um prato gastronômico, que é apresentado nos dias festivos, quase todo o ano.

A origem é um pouco bagunçada, este doce à base de pão seco de açúcar, água e raspa de limão, foi-se transmitido de famílias em família de origem humilde, com pouco recursos econômicos, que preparavam uma sobremesa modesta mas cheia de alegria e que trouxesse a felicidade de festa.

Se prepara no forno e se saboreia ainda morna.

#### A origem dos sonhos

Os sonhos são de origem turca, que são muito populares noutros países de origem árabe, mas também assemelham às bolas de Berlim, são doces em forma de bola que tem afetos místicos, de luz, amor, paixão, conhecimento, juventude e fogo

#### A origem do rolo de Natal ou tronco de Natal

Esta receita foi importada de França no século XIX , comido mais no dia 25 de dezembro

#### A origem do Bolo-rei

A origem é francesa, foi no reinado de da corte de Luis XIV, que o bolo rei começou a aparecer, ficando depois proibido depois da revolução francesa em 1789, A primeira casa que vendeu o bolo rei foi a Confeitaria Nacional Lisboa por volta de 1789. Bolo feito pelo pasteleiro Gregório através de uma receita que Baltazar Castanheiro Junior, trouxera de Paris. Mas depois da implantação da república o bolo-rei esteve quase para desaparecer, mas felizmente isto não aconteceu. Em France o Bolo rei chama-se Galette de Roi. Outras lendas são ditas sobre o Bolo-rei.

O avô no final diz meus queridos netinhos agora já sabem que cada iguaria tem uma origem é como as pessoas todo vem de qualquer parte. A netinha mais velha pergunta avozinho porquê

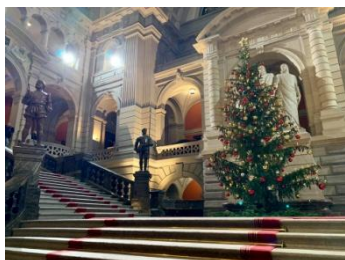
## O ARDINA / BIENNE

não podes comer os doces de natal, o avô responde porque tem muito açúcar, então o açúcar donde veio se não é bom!

Sim minha princesa o açúcar é bom, mas não se deve abusar ela vira-se para o irmão mais novo que estava a comer na gulosice e

diz estás a ouvir come com regime senão vais ficar como o avozinho! José Duarte

## Politica Suíça



O conselho federal suíço que é o órgão máximo do governo Suíço, elegeu dois novos conselheiros



na quarta-feira 5 de dezembro 2018, as novas conselheiras são Viola Amherd e Karin-Sutter , e ao mesmo tempo validou o novo presidente do Governo que é Ueli Maurer UDC, idade de 68, substitui Alain Berset PS , os ministros que saíram são, Doris Leuthard e Schneider-Ammann. A vice-presidente é Simonetta Sammaruga PS. As pastas dos ministros ainda não são conhecidas. As eleições não trouxeram novidades decorreram dentro do sistema Suíço que é o compromisso e que foi respeitado. o governo suíço é



composto de sete conselheiros federais que são representados pela 5 partidos mais votados, a concordância e negociação são as chaves para uma boa governança, As greves morrem de fome na suíça ! A prevenção é o ponto forte para dizer não a uma greve!

## Ultima hora, os coletes amarelos não cessam!



No sábado 8 de dezembro 2018, Blindados, Policias com cavalos e cães, travam e amedrontam os coletes amarelos, o estado



Francês em imagem de guerra urbana.

Esta situação leva muitos governos a tomar medidas cautelares para que este surto



não se alastre. Mais de 4 mortos e de centenas de feridos. Uma revolução social de grande dimensão, uma epidemia para a UE, na Bélgica e Holanda já há grupos de indignados a praticar os mesmos símbolos.



Em França a revolta dos coletes amarelos não cessa!

## Gastronomia.

### Filete de cordeiro com batatas douradas

**Ingredientes para 4 pessoas:**  
800 g de filete de cordeiro, 1 cebola pequena picada, 2 CS de azeite, 1 CS de mostarda, ervas aromático, 1 dl vinho branco secado, 2 dl de fundo de carne, 1 cabeça de alho, água qb. sal e pimenta do moinho. **Para as batatas** 1 cebola pequena picada, 12 batatas lavadas e descascadas cortadas ao meio, 1 pimento lavado e cortado aos cubos, 1 CS de azeite, 1 CS de polpa de tomate, e CS de timinho, sal e pimenta do moinho, e água qb.,



Numa panela funda começar a refugar as batatas, 1. Refugar a cebola com o azeite sem queimar, 2. Pôr as batatas e a polpa de tomate deixar cozer a uma temperatura lenta em ajuntando água ou caldo sem cobrir as batatas, as batatas devem ficar com uma cor amarelinha. e bem cozidas. por os resto dos ingredientes de deixar cozer lentamente.

Ao mesmo tempo numa certa com um pouco de azeite saltar os filetes de cordeiro, cerca de 5 minutos de cada lado, Depois

guardar au forno a uma temperatura de 80 °, na mesma certa preparar o molho 1. Refugar a cebola e os pimentos deitar o vinho branco e deixar reduzir de metade em seguida colocar as ervas aromáticas (salsa, timinho segundo gosto, juntar a mostarda e o fundo de carne deixar reduzir um pouco, temperar com sal e pimenta provar,

Servir um filete para pessoa, acompanhado de batatas douradas

### Préparação

**Chefe Bernardes**

### 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 (1º 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

#### Para encomendar

Vocês podem encomendar diretamente a José Duarte tel. +078 682 74 13 ou numa livraria em Portugal e [www.amazon.com](http://www.amazon.com)

## Organização de finanças e contabilidade



**Matthias Duarte**

**Perito em finanças e contabilidade.**

Jovem empreendedor que abriu uma agência de contabilidade e finanças na cidade de **NIDAU BE**,

Trata de todos os assuntos de contabilidade, conselhos em finanças, peritagem em finanças, declaração dos impostos e declaração de bens ao estrangeiro.

Para informações 078 682 74 13 ou

[m.duarte@acon-treuhand.ch](mailto:m.duarte@acon-treuhand.ch)

### **As nossas associações e casas portuguesas**

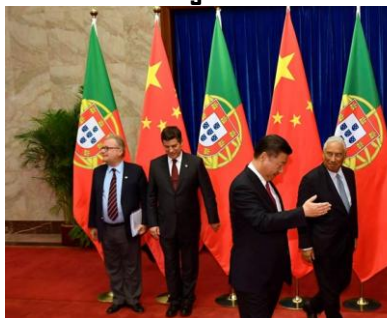
**ATP** : associação dos trabalhadores Português de Bienne, nova gerencia, oferece uma cozinha Portuguesa e organiza as festas de ano um cantinho da saudade.

**Casa Marques**, Lyss-strasse 19, 2560 Nidau **loja de mercearia Portuguesa, bem recheada com as iguarias natalícias.**

**Gomes Mota Vinothèque**: rue Hans Hugli 5, 2502 Bienne Vinhos de Portugal, para as suas festas de ano :

**O Cantinho Portugues** : rue de Madretsch 126, 2503 Bienne, loja mercearia Portuguesa. **bem recheada com as iguarias natalícias.**

### **Política em Portugal**



**O** Presidente Chinês Xi Jinping, visitou oficialmente Portugal nos dias 4e 5 dezembro 2018, no âmbito das relações amigáveis e comerciais entre Portugal e China, Portugal fez 17 acordos

com a China, A rota da seda é talvez uma rota da perca de liberdade a longo prazo... A história nos contaré!

**O**s preços da gasolina continuam a baixar à causa da baixa do petróleo.

A greve dos guardas das prisões de Lisboa continúa, as famílias dos prisioneiros não pode fazer visitas por momento. As greves

das enfermeiras que provocam mortes aos utentes mais frágeis.

**O** Governo sem ouvidos e agressivo estar a arrastar um futuro caos social em Portugal. As greves fazem parte da nossa ADM.

### **Eça de Queirós**

Dizia já no seu tempo, políticas e fraldas devem ser trocadas

**Põe aqui o teu anúncio, dá vida aos teus negócios!**

## Carta de um menino do lémen ao Pai Natal

Pai natal aonde estás há tanto tempo à tua espera, mas nunca acaba de chegar! Pois já os meus antepassados te esperavam e tu nunca chegaste, eles acabaram por morrer de fome e doenças, as quais só tu podias curar, não tenho culpa de ter nascido aqui neste lugar desprotegido aonde a miséria a guerra e os canibais fizeram o seu império! Os canibais que tu amimalhaste quando eles eram crianças e hoje fazem,

As leis e ditam a nossa sorte. Olha Pai natal deixa-te de aldrabices tu também és o Pai natal injusto que só gosta de dar aos ricos, que te pedem coisas para se tornarem mais amimalhados, eu e os meus amiguinhos só te pedimos alguma coisa para comer! Pai natal continua, no teu caminho dos injustos e dos canibais, eu morrerei de fome e sem forças para estender o braço quando tu um dia chegares!

---

## O mundo deve mudar! As gorduras caem sempre na mesma panela!

Estamos a entrar num novo ciclo de comportamento de vida, o povo quer mais e já! Por que, não aguentam mais! Perderam a confiança nas organizações do estado, nos partidos e nos políticos, estes são sempre os mesmos depois de décadas cansados e que ficaram no seu conforto à espera das boas reformas...

em Portugal, querem ter o mesmo tratamento que os países vizinhos, O salário mínimo deve ser 1000€ por mês, obrigar o governo mole a intervir e exigir soluções rápidas, dizendo que os sindicatos e partidos não têm capacidade de resolver este problema, estes são desprezados pelo governo e identidades patronais só o povo junto pode resolver, manifestando juntos! As reformas em Portugal é uma lástima, devem ser aumentadas para 600 € por mês mínimo, para que os reformados tenham um poder de compra humano justo e que não sejam tratados por todos os governos como paupérrimos. O Portugal é do Povo!

O Povo pede o fim das concordâncias, pedem mudança rápida, Os salários é uma vergonha... Se sentem desonrados e humilhados pelo salário miserável garantido

---

## O bom empregado de mesa formação

### Como servir

Já sabemos os serviços básicos, tais como o serviço no prato é servido pela direita, o serviço Inglês e Francês é servido pela esquerda, a apresentação dos alimentos nas travessas é feita pela esquerda, No momento de servir as entradas, sopas, saladas, prato principal, sobremesa e queijo dar sempre uma explicação no momento de servir, no jargão profissional disse anunciar o serviço, esta argumentação deve ser feito pelo pessoal de serviço, faz parte das competências do serviço se eu insisto. É porque sempre que vejo o cozinheiro vir à mesa para

anunciar uma iguaria fico revoltado, porque se deixa os bons empregados de mesa de lado da sala enquanto o cozinheiro ganha da importância. Cada qual ao seu trabalho o cozinheiro deve passar em sala para dizer bom dia e talvez no final das refeições para dar de informações mais detalhadas sobre os alimentos servidos etc. Eu sei que em dizendo isto estou a levantar uma pequena guerra, mas na minha opinião, se queremos ter bons vendedores em sala devemos também os motivar a ser bons

profissionais e os reconhecer como tais.

### Algumas dicas para ter um bom serviço de sucesso

Na gastronomia ainda é muito hábito de cada mesa ser servida por um empregado ou empregada individualmente o trabalho em equipa não é muito frequente na restauração o servido ideal é trabalhar juntos para servir as mesas desde 3 ou mais pessoas ao mesmo tempo.

## O ARDINA / BIENNE

Não se deve servir muito rápido nem muito lento perguntar sempre o timing do cliente. A qualidade de um serviço é a higiene, não deve ser mais caro porque é limpo, ter as mesas limpas, talheres e copos limpos e bem alinhados, quarto de

banho limpo e fresco. Pessoal acolhedor e amigável a cozinha com uma filosofia de consumação social e transparente cartas e menus e bebidas bem anunciados, mobiliário confortáveis e em bom estado, o acesso aos quartos de banho que

tenham em consideração as pessoas a mobilidade diminuída. São pormenores que o cliente espera mesmo antes de chegar ao restaurante.

José Duarte

---

### Literatura

#### Porquê os nossos políticos gostam de viver em Paris ou Londres!

**J**á na época de Eça de Queiros ele contava aventuras dos nossos antepassados nas terras dos

galeses. No seu livro A CIDADES E AS SERRAS ele conta a aventura do seu amigo Jacinto e conta as injustiças

sociais da época, foi sempre assim o homem é canibal do HOMEM.

---

#### Cidades e Serras Capítulo I

**O** meu amigo Jacinto nasceu num palácio, com cento e nove contos de renda em terras de sementeira, de vinhedo, de cortiça e de olival. No Alentejo, pela Estremadura, através das duas Beiras, densas sebes ondulando pôr e vale, muros altos de boa pedra, ribeiras, estradas, delimitavam os campos desta velha família agrícola que já entulhava o grão e plantava cepa em tempos de el-rei d. Dinis. A sua Quinta e casa senhorial de Tormes, no Baixo douro, cobriam uma serra. Entre o Tua e o Tinhela, pôr cinco fartas léguas, todo o torrão lhe

pagava foro. E cerrados pinheirais seus negrejavam desde Arga até ao mar de âncora. Mas o palácio onde Jacinto nascera, e onde sempre habitara, era em Paris, nos Campos Elísios, nº.202.

Seu avô, aquele gordíssimo e riquíssimo Jacinto a quem chamavam em Lisboa o D.Galião, descendo uma tarde pela travessa da Trabuqueta, rente dum muro de quintal que uma parreira toldava, escorregou numa casca de laranja e desabou no lajedo. Da portinha da horta saía nesse momento um homem moreno,

escanhoado, de grosso casaco de baetão verde e botas altas de picador, que, galhofando e com uma força fácil, levantou o enorme Jacinto — até lhe apanhou a bengala de castão de ouro que rolara para o lixo. Depois, demorando nele os olhos pestanudos e pretos:

— Ó Jacinto Galião, que andas tu aqui, a estas horas, a rebolar pelas pedras? ...

**Eça de Queiros é sempre de atualização!**

---

#### A minha ilha Utopista!

**M**eu sonho ter um País, aonde a tristeza e a solidão não existisse aonde o dinheiro e imposto fossem desconhecidos, aonde não houvesse diferenças de classe, aonde não houvesse ciúmes nem desconfiança, aonde todo se

fabricasse e consumisse livremente, numa ilha sem militares, sem tribunais e sem prisões. Aonde os cidadãos fossem juizes e árbitros. Um País aonde viveriam só os puros e sábios. Uma ilha que alargaria segundo o aumento da população.

**D**esculpem pelo meu delírio, Boa semana

---

***Boas festas de Natal ARDINA/BIENNE***