

En la mesa

ALGUNAS DE LAS PAUTAS

Veamos algunas de las pautas a tener en cuenta en la mesa:

- **Guerra al capricho.**
- **Si procede, ayudar a poner la mesa.**
- **Manos lavadas y peinados.**
- **Postura erguida. Son los cubiertos los que tienen que ir a la boca y no la boca a los cubiertos; los codos fuera de la mesa.**
- **Comentar lo buena que está la comida; valorar la dedicación de quien la ha hecho.**
- **La servilleta es para usarla.**
- **Evitar la elección de lo más apetitoso por definición; los demás también cuentan.**
- **No se debe gesticular con los cubiertos en la mano.**
- **Al terminar un plato se dejan los cubiertos juntos, y paralelos, en el plato.**
- **No se debe llevar el cuchillo a la boca.**
- **Hay frutas como la mandarina y el plátano que se toman con la mano sin necesidad de cuchillo y tenedor de postre.**
- **Ha de evitarse jugar con los cubiertos y hacer ruido con ellos, golpeando los platos, el vaso, la mesa, etc. **O picotear con ellos en el plato de tu vecino.****
- **Al tomar comidas caldosas se debe evitar sorber de la cuchara; hay que procurar no llenarla demasiado para evitar salpicaduras.**

Curso de Protocolo y Buenas Maneras

- **Beber con naturalidad y moderación, sin fruición.**
- **En la comida se conversa, pero no con la boca llena.**
- **Al masticar es más agradable tener los labios cerrados.**
- **Al pedir la sal, agua, el pan, etc., acordarse de: «Por favor» y «Gracias».**
- **Al terminar la comida, es muy agradable tener la costumbre de la tertulia. Si al acabar, uno se levanta y se va manifiesta que sólo importaba saciar el hambre; el resto de los comensales no contaban. **No se levanta uno si no terminan el resto y si lo haces pide permiso****
- **Y, por supuesto, es muy bueno ayudar a recoger la mesa.**

**HACER DE LA COMIDA UN ENCUENTRO
FAMILIAR AGRADABLE**