

by Dancing Manners

שפת השולחן, סידור ומיומנויות אכילה - רחל מנדלוביץ

Behave

BE A LEADER. HAVE AN ADVANTAGE

— by Dancing Manners —

המדריך לנימוסי שולחן ומיומנויות אכילה

Bon appetite

"איזה מזלג להשתמש?", "איך אוכלים את זה?", "באיזו כוס להשתמש?"
מטרת האכילה המשותפת היא חוויה והנאה. חוויה הנובעת מ:

- ✓ אוכל טעים
- ✓ שיחה זורמת
- ✓ אירה נעימה
- ✓ שירות טוב

מאז ומתמיד לאכילה משותפת היתה משמעות חברתית, משפחתית ומסורתית. נימוסי שולחן יכולים להעיד על הסגנון האישי של כל אחד ואחת מאיתנו, יש להם תפקיד חשוב ביצירת רושם חיובי. הרעיון הכללי של הנימוסים הוא לגרום לך להרגיש בנוח. מיומנות זו באה לידי ביטוי בהמון הזדמנויות בחיינו ביום יום: בפגישה עסקית, בפגישה חברתית, בחגים ובארוחות משפחתיות. נימוסי אכילה הם אומנות ומומחיות בלהעניק לאחרים תחושה נעימה. כשהחוויה נהדרת ונעימה, הארוחה תהיה מוצלחת.

למה זה חשוב?

- ✓ הגברת המודעות והנוחות האינדיבידואלית ליד השולחן בעת הארוחה.
- ✓ הגברת ידע והכרות עם אכילה עסקית וחברתית מקובלת עם קודי ההתנהגות המקובלים.
- ✓ לחזק את היכולת לאינטראקציה, וליצירת קשרים, עם קבוצות אנשים שונות במצבים שונים הכוללים אכילה.

How to Be Polite? Keep Reading

Behave

BE A LEADER. HAVE AN ADVANTAGE

by Dancing Manners

מתחילים מהדברים הטכניים....

הזמנה

1. הזמנה יכולה להגיע במכתב פורמאלי, במייל או בעל פה.
2. פרטים בהזמנה יעידו על מקום, שעת ואופי האירוע. כמו כן אם ההזמנה היא אישית או זוגית. במידה וההזמנה היא אישית, אין לפנות למארח או למארחת בשאלה אם ניתן להגיע עם בן/בת זוג. לעיתים באירוע יש הגבלה למספר משתתפים, תקציב המושקע, לכן ישנן הגבלות לאירוע. שאלה מסוג זה עלולה להתפרש כחוסר נימוס, ולהעמיד את הצד המזמין באי נוחות.
3. R.S.V.P - 'Responde sil vuol plait', אנא החזירו תשובה. דרושה תשובה. ישנה חשיבות לאישור ההגעה בכדי שמארח יוכל להעריך למספר האורחים. אישור ההגעה מונע בלבול. במידה והאורח לא אישר הגעה, המארחת תתקשר למוזמנים לקבלת אישור.
4. זמן חלוקת ההזמנה – זמני חלוקת ההזמנות לפי סגנון ואופי האירוע/ ארוחה החל מחודש וחצי לפני ועד למספר ימים.
5. אישור הזמנה – המארח אמור לתזכר את האורח בערב לפני או בבוקר האירוע/ ארוחה. במידה ולא נעשתה תזכורת, האורח יתקשר לוודא כי המפגש מתקיים.

הגעה או אי הגעה לארוחה/אירוע

1. המארח צריך להגיע מספר דקות לפני האורח לקבל את פניו.
2. אורח מתבקש להגיע בשעה המדויקת. אין זה מקובל להגיע מוקדם מידי או לאחר בסטייל.
3. בעת ההושבה לשולחן אין לגעת בכלי השולחן.
4. איחור – במידה והאורח מאחר, יש להודיע ובעת ההגעה להצטרף למנה המוגשת. אין לבקש מנה קודמת אשר הוגשה לפני ההגעה. במידה והאורח אינו מגיע, יש לחכות 15 דקות לפני לפני שמתקשרים למזכירה או אליו באופן אישי. במידה ואינו עונה לטלפון, יש לחכות 40 דקות להזמין או לעזוב. במידה ועוזבים כדאי להשאיר טיפ.
5. ביטול דחייה באופן פתאומי יעשה באופן אישי ולא על ידי המזכירה. מומלץ למצוא תאריך חלופי.
6. יש לשים לב כאשר מדובר באירוע אשר נקנו אליו כרטיסים. במקרה כזה יש להתייחס לביטול בתשומת לב. במידה והמארח ביטל יש להציע את הכרטיסים לאורח. כמו כן ארוחה עם מספר משתתפים יש לשקול לקומה, ולהמנע מביטול, בשל כמות המשתתפים חסרונם של המארח יורגש פחות.

מכתב תודה

1. מכתבי תודה יישלחו יום או יומיים אחרי האירוע. יש לציין ממה נהניתם. במידה והאירוע לא היה מוצלח נסו לציין ולהכיר תודה על האוכל, החברה או המוזיקה המצויינת שליוותה את הערב.
2. בהתאם להזמנה ניתן לכתוב את מכתבי התודה, לשלוח הודעה אלקטרונית או לטלפן.

Behave

BE A LEADER. HAVE AN ADVANTAGE

by Dancing Manners

נימוסי השולחן ואומנות האכילה....

ישיבה ליד השולחן

1. ישיבה תתבצע מצד ימין של הכסא.
2. יש לחכות עד אשר נקבל הזמנה מהמארח/ת להתיישב.
3. הישיבה תהיה זקופה מבלי להישען על גב הכסא.
4. במידה ומתקיימת קבלת פנים לפני הארוחה, כוסות השתייה יישארו במתחם קבלת הפנים.

שימוש במפית

1. עם הישיבה לשולחן, תונח המפית על הירכיים, מיד עם הושבתם של כל האורחים ואחרי שהמארח/ת עשו זאת.
2. יש לפתוח את המפית מתחת לקו המפה ובעדינות בלי ניגור.
3. במידה והמפית גדולה, יש לקפלה לחצי ולהניחה עם החלק המקופל קרוב לאזור הבטן.
4. יש להשתמש במפית לפני ששותים ו/או אחרי ששותים.
5. כאשר קמים מהכיסא במהלך הארוחה (מומלץ בין המנות), יש להניח את המפית על הכסא.
6. רק בסיום הארוחה המפית תונח בצד שמאל של הצלחת כאשר היא מקופלת. אין להניח את המפית על הצלחת.

מרק

1. כף המרק תמוקם מצד ימין של כלי האוכל.
2. מקובל לאחוז בכף המרק באופן שהיא מקבילה לקו הפה ולא חזיתית. לגימת המרק תתבצע מהחלק הצידי של הכף, ולא מהחלק הקדמי. כאשר יש במרק ירקות, או אוכל מוצק, אפשר להשתמש בכף מהחלק הקדמי.
3. בעת אכילת המרק יש לאסוף את המרק מקצוות הצלחת ולהרחיק את הכף מעט מהגוף בכדי למנוע טיפטוף על המפה. אין לנשוף על המרק, ניתן לערבב את המרק בתנועות קיפול עדינות.
4. קערת מרק עם ידית ניתן להטות, ההטיה תתבצע כלפי פנים השולחן ולא כלפינו. במידה ולצלחת אין ידית, אכילת המרק תסתיים כאשר הכף תחל להשמיע צליל נקישות בצלחת.
5. בתנוחת מנוחה הכף תישאר בצלחת המרק.
6. בתום הארוחה, במידה וקערת המרק מונחת על צלחת, הכף תונח על צלחת ההגשה בצד ימין. במידה ואין צלחת הגשה הכף תישאר מונחת בצלחת המרק כאשר ידית הכף בשעה ממוקמת בתנוחת הסיום.

Behave

BE A LEADER. HAVE AN ADVANTAGE

— by Dancing Manners —

לחם

1. יש לזכור מוצקים משמאל, שתייה מימין. צלחת הלחם תונח מצד שמאל.
2. במידה והלחם מונח בסלסלה, כאשר היא מורמת ראשית יש להציע לחם ליושבים משמאלינו ואז להעביר את הסלסלה ימינה.
3. יש להשאיר את צלחת הלחם במקומה ולא להניחה על הצלחת המרכזית.
4. מקובל לבצע את הלחם או הלחמניות לחתיכות קטנות ביד ולא לחתוך עם סכין. במידה ומוסיפים חמאה יש להוסיף לחתיכת הלחם אותה אוכלים.
5. ניתן לטבול את הלחם ברוטב של האוכל, אך יש לעשות זאת בשימוש במזלג ולא ביד.
6. במידה ומוגש טוסט או לחם שום, ניתן לאכלם בשלמותם שכן הם משומנים ומתובלים.
7. במידה ומוגש מאפין או לחמניות חמות, ניתן לחלק אותן לשני חצאים בצורה מאוזנת, למרוח עליהם חמאה ולהחזיר את הלחמניה לשלמותה. אז לחתוך חתיכות קטנות ולאכול.

סורבה

1. לעיתים מנת סורבה תוגש בין הארוחות בכדי לעורר את התיאבון ולשנות טעמים. ניתן לאכילה עם כף ומזלג.

אלכוהול

1. צריכת אלכוהול צריכה להיות מתונה. אין צורך לסיים את כל השתייה בכוס במיוחד כאשר מוגשים מספר משקאות במהלך הארוחה.
2. במידה ואינכם שותים אלכוהול. ניתן לסרב בנימוס.

Keep Reading

Behave

BE A LEADER. HAVE AN ADVANTAGE

by Dancing Manners

סגנונות אכילה שונים...

סגנון אמריקאי

1. אחיזת הסכום בעת חיתוך האוכל תתבצע כאשר המזלג ביד שמאל והסכין ביד ימין. כאשר קצה הסכין והמזלג מונח בפנים כף היד, הפונה מטה.
2. לאחר חיתוך המזון, יש להניח את הסכין בצד הימני העליון של הצלחת, להעביר את המזלג ליד ימין בכדי לאכול, כעת אחיזת המזלג תעשה בין האגודל לאצבע המורה, כאשר ניתן לראות את הידית והשיניים של המזלג מוצגים כלפי מעלה.
3. חזרו על החלפת הסכום בין הידיים לאחר אכילה.
4. תנוחת המנוחה תהיה כאשר הסכין מונחת בצד ימין עליון של הצלחת והמזלג מונח בצד התחתון של הצלחת כאשר שיני המזלג פונות מעלה.
5. לסימון תנוחת הסיום, הסכין והמזלג יונחו זה לצד זה בתנוחה אלכסונית בשעה חמש, כאשר שיני המזלג יפנו מעלה.

סגנון אירופאי

1. אחיזת הסכום בעת חיתוך האוכל תתבצע כאשר מזלג ביד שמאל וסכין ביד ימין. כאשר קצה הסכין והמזלג מונח בפנים כף היד.
2. אכילה תתבצע על ידי שמירת המזלג ביד שמאל, נעיצת שיני המזלג במזון ואכילה כאשר שיני המזלג פונות מטה.
3. חיתוך המזון יעשה על ידי חיתוך חתיכה אחת בכל פעם.
4. תנוחת המנוחה תהיה על ידי הנחת הסכין בשעה חמש כאשר להב הסכין פונה אלינו והנחת המזלג בשעה שבע כאשר שיני המזלג פונות מטה ומונחות מעל ללהב הסכין.
5. מהרגע שהסכום נלקח בידינו אין להניחו שוב על המפה.
6. בתנוחת הסיום הסכין והמזלג יונחו זה לצד זה בתנוחה אלכסונית בשעה חמש, כאשר שיני המזלג יפנו מטה.

סגנון אנגלי

1. כמו סגנון האכילה האירופאי.
2. למעט תנוחת הסיום, הסכין והמזלג יונחו זה לצד זה בתנוחה אלכסונית בשעה שש, כאשר שיני המזלג יפנו מעלה.

by *Dancing Manners*

© 2012 Blackwell Publishing Ltd *Journal of Internal Medicine* 272: 103–112

Behave

BE A LEADER. HAVE AN ADVANTAGE

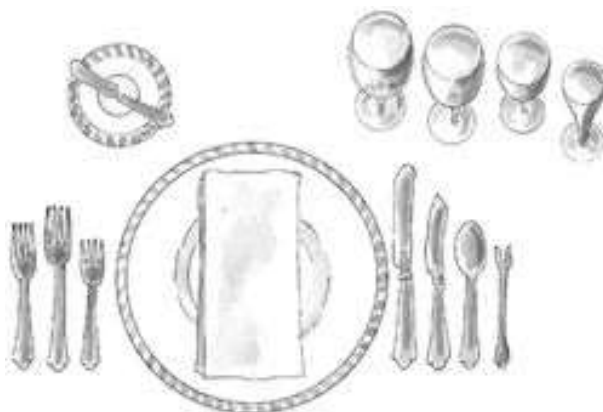
by Dancing Manners

סגנונות סידור שולחן – פורמלי ולא פורמלי.

ארוחה פורמלית

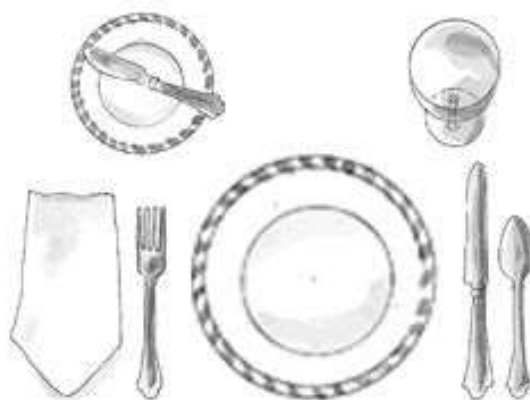
כאשר מתרגמים את המונח פורמלי, מבינים כי ברשמיות של האירוע באים לידי ביטוי קודים של התנהגות ברורים, קפדניים ונוקשים יותר. דרך מאוד אלגנטית של אירוח ובידור כאשר אחוז קטן יחסית של האוכלוסייה ייפגוש אירוח מסוג זה. לרוב דיפלומטיים, בטקסים מיוחדים, ארוחות חג חגיגות במיוחד, חתונות וארוחות עסקיות.

בארוחה מסוג זה החושים יוקסמו ויוגרו מהאווירה הקסומה, כלי הפורצלן, סידורי הפרחים, ומהפמוטים הדקורטיביים. סידור הישיבה יעיד כיצד יש לשבת לפי הסימון המוצע בשולחן – תגי השם. במקרה זה בני הזוג לא ישבו לצד זה, שכן ישנה נהלי ישיבה ברורים בהתאם לאורחי הכבוד, קרבה, תפקיד ועוד. ארוחה פורמלית תוגש על ידי מלצרים ולא המארחת כמו כן יכין אותה שף. התפריט המוצג וסידור כלי השולחן מאפשר לסועדים ללכת צעד אחר צעד המנות המוגשות.



by *Dancing Manners*

אפשרות 1:



אפשרות 2:



by Dancing Manners

צלחת מרכזית – מונחת במרכז הסיידור. בין הסכנים למזלגות במרחק של כ 2.5 ס"מ משפת השולחן.

צלחת מרק – מונחת על הצלחת של המנה העיקרית. לעיתים מונחת על צלחת של מנה ראשונה.

צלחת לחם – מקומה בצד השמאלי של הצלחת, מעל המזלגות.

מפית – מונחת לצד שמאל של המזלגות. לעיתים על הצלחת. במידה וזו לא צלחת מרק.

מזלגות – בצד שמאל. מזלג למנה העיקרית יהיה הקרוב ביותר לצלחת, ומשמאלו יונחו המזלגות לשאר המנות לפי סדר הגשתן, מזלג דגים או מזלג לסלט. יש להניח עד 3 מזלגות משמאל לצלחת. המזלג היחידי אשר יונח בצד ימין יהיה מזלג לפירות ים (צדפות) – למנת פתיחה המוגשת כמנת פירות ים. השימוש הוא מהחוץ פנימה.

סכנים – סכין החמאה יהיה מונח על צלחת הלחם. סכנים בצד ימין. סכין למנה עיקרית יהיה הקרוב ביותר לצלחת, מימינו יונחו הסכנים לשאר המנות לפי סדר הגשתן, סכין לדגים ולסלט. השימוש הוא מהחוץ פנימה.

כף מרק – במידה ומוגש מרק תונח בצד ימין.

קינוח – הסכו"ם לקינוח יונח מעל הצלחת, בין אם מדובר במזלג, כפית לקינוח או שניהם יחד.

כוסות שתייה – יונחו בצד ימין של הצלחת מעל לקו הסכנים. כוס למים, תונח מעל לקצה הסכין של המנה העיקרית. כוס יין אדום, תונח מימין לכוס המים, כוס יין לבן מימין לכוס היין האדום.

במידה ויוגש קפה או תה, הספל יונח בצד ימין של הצלחת, ולעיתים אף יוגש בסיום הארוחה בזמן השתייה החמה. כמו כן כפית של התה או הקפה תהיה מונחת לימינו של הסכין.

תגי שם יונחו מעל הצלחת ומעל הסכו"ם לקינוח.

Behave

BE A LEADER. HAVE AN ADVANTAGE

by Dancing Manners

סוגי אוכל שונים ואיך אוכלים אותם...

אגס ותפוח:

כאשר מוגשים בדרך כלל כמנת קינוח, יש להשתמש בסכום מיוחד לפירות. חותכים את התפוח לרבעים, מוציאים את הגלעינים, וחותרים לחתיכת קטנות.

אספרגוס:

במידה והאספרגוס מוגש ברוטב יש לאכול בסכין ומזלג. אכילה בידיים, אצבעות בלבד, תתבצע כאשר האספרגוס מוגש עם רוטב בצד - כאשר מגישים אספרגוס כמנה ראשונה, ניתן לאכול את האספרגוס ביד, ולטבול ברוטב המגיע עם למנה (באנגליה ישתמשו ביד שמאל בכדי להשאיר את יד ימין נקייה משומן בעת לחיצת יד והרמת הכוס. ישנן תרבויות שאכילה ביד שמאל אינה נהוגה, במקרה זה יאכלו ביד ימין).

אפונה:

אפונה לעיתים יכולה להיות מאתגרת ולרוב לא תוגש בארוחות פורמליות. כאשר אוכלים אפונה יש לנעוץ את המזלג עם השיניים מטה במספר אפונים ולאכול. במידה ויש פירה או תפוחי אדמה כדאי להשתמש בתוספת בכדי להדביק את האפונים ביחד.

ארטישוק:

אכילה בידיים, אצבעות בלבד – החלו בקילוף כל עלה בנפרד, במידה ויש רוטב ניתן לטבול ברוטב, נוגסים בבשר של העלה. מניחים את העלים בצד, כאשר מגיעים ללב הארטישוק משתמשים בסכין ומזלג להחתוך את הארטישוק.

בננות:

יש לחתוך את שתי קצוות הבננה עם סכום המתאים לקינוח, יש לחתוך ולקלף את קליפת הבננה באמצעות הסכין, לחשוף את הבננה ואז לחתוך בבשר הבננה.

גבינה:

כאשר גבינה מוגשת בצורה משולש יש לפרוס את הגבינה תוך שמירה על הצורה המקורית שלה, אשר יש להקפיד לא לחתוך את שפיץ המשולש. הסיבה לחיתוך באופן זה היא כי מרכז של הגבינה נחשב לחלק הטעים ביותר בגבינה, כאשר גבינה נחתכת מצורתה המקורית העגולה למשולשים, לקיחת החלק הקיצוני של הגבינה שהוא הטעים ביותר נחשב כמעשה אנוכי ולא מנומס.

לחם:

יש לבצוע חתיכות מהלחם ולמרוח חמאה על כל חתיכה בנפרד. מריחת החמאה תתבצע על הצלחת ולא כאשר הלחם מוחזק באויר.

מתאבנים (Canapés):

מנת המתאבן אמורה להיות בגודל שניתן לאכול בביס אחד בצורה אלגנטית. במידה ומוגשים מתאבנים גדולים יתר על המידה, ניתן לוותר על המנה, או לנסות לאכול באלגנטיות.

ענבים:

יש לתלוש ענף קטן של ענבים, להניח על הצלחת האישית ולאכול עינב אחד בכל פעם. לעיתים יוגשו לצד הענבים מספרים שיעזרו בחיתוך הענבים.

קבבים:

קבבים המוגשים על שיפוד יש להחליקם מהשיפוד, אחד אחד, להניח את השיפוד בצד, ולאכול עם סכין ומזלג.

Behave

BE A LEADER. HAVE AN ADVANTAGE

by Dancing Manners

Behave by Dancing Manners – רחל מנדלוביץ, מייסדת ובעלים

"מהותו של הנימוס היא לדאוג כי במילים ובפעולות שאנו עושים, אנשים אחרים ירגישו שמחים בנוכחותנו, כך גם עם עצמם". ז'אן דה לה רוויר

רחל מנדלוביץ – מייסדת ובעלים של Dancing Manners מתמחה בנימוסים והליכות, ריקודים סלוניים וסגנון חיים. יועצת נימוסים בינלאומית מוסמכת בעלת הכשרה בינלאומית מהאקדמיה הבינלאומית לנימוסים בלונדון – **International Etiquette & Protocol Academy, Minding Manners**.



מנחה, מרצה ומלווה עסקית לקוחות פרטיים וחברות. מומחית במיתוג אישי והענקת כלים להתנהלות נכונה בזירה העסקית והחברתית. בעלת נסיון בתחום העסקי ובמשאבי אנוש. רחל מנדלוביץ תדבר אתכם על הצלחה, על התעצמות מנטלית אשר נובעת מהתעצמות פיזית ותעניק לכם כלים אשר יאפשרו לגוף שלכם להוביל אתכם להצלחה.

הצלחה עסקית נובעת מהיכולת לזהות הזדמנויות, ממקצועיות ומידע, אולם היא נשענת לא פחות על היכולת של אותו אדם להשאיר אחריו כרטיס אישי, חותם ורושם חיובי אשר מחזק את הקשר עם הלקוחות בטווח הרחוק. להיות עם היכולת לגעת בלקוחות הפוטנציאליים והקיימים במישור ההתנהגותי, האנרגטי והרגשי. כיצד מתנהלים בעולם הרב תרבותי של היום? כיצד מייצגים חברה, ארגון, מדינה? מה הופך מנהל לאפקטיבי? מה גורם לקשר עם לקוחות להיות מוצלח? מדוע חשוב להתנהל לפי כללי נימוס ופרוטוקול עסקי?

ייעוץ והנחיה אישית. הרצאות ואירועים סוחפים, מלאי אנרגיה, מעוררי השראה ומהנים:

- הרצאות עסקיות בתחום הנימוסים וההליכות (רושם ראשוני, הצלחה הנהגה ותדמית עסקית) בשילוב אלמנטים מעולם הריקוד (יציבה, הקשבה, נוכחות והובלה) החושפות את המשתתפים לקודי התנהגות בינאישיים.
- סדנאות ייחודיות והדרכות – ארוחות מודרכת, ערבי חברה, סדנאות בתרבות עסקית ומפגשים בין תרבותיים.
- הדרכות עסקיות – מתן שירות, אנשי מכירות, מזכירות והנהלה. הענקת מודעות להתנהגות עסקית ושיפור נוכחות עסקית.

"אני מאמינה כי רכישת ידע, טכניקות, וארגז כלים בתחום הנימוסים והנהגים הבינלאומיים, יובילו לבניית תדמית נכונה וחיובית אשר תתבטא ברושם מוצלח ומיתוג אישי מדויק אשר יוביל להצלחה אישית ועסקית. ההרצאות והפעילויות, שמות דגש על הכלי המרכזי עימו אנו מתנהלים – הגוף שלנו, על מודעות עצמית וחוכמת התנועה, ומאפשרות למשתתפים לחוות ולתרגל בזמן אמת. בחרתי לעסוק בשני תחומים אשר קרובים מאוד לליבי ואשר גורמים לי להתנהל בהצלחה ולחיות חיים טובים יותר, מתוך האנרגיות שאני מקבלת מהעשייה שלי אני שמחה להגיע להרצאות ולסדנאות, לשתף ולהעניק מהידע שלי כל פעם מחדש. נימוסים הם בלתי נראים, שפה בינלאומית, אשר מקדמת להצלחה בעולם הגלובלי בו אנו חיים."

ליצירת קשר:

רחל מנדלוביץ
נייד: 054 – 2022031
אתר: www.dancingmanners.co.il

Rachel Mendelovitz 972-54-2022031 | www.dancingmanners.co.il | rachel@dancingmanners.co.il

כל הזכויות שמורות לרחל מנדלוביץ. DANCING MANNERS, רחל מנדלוביץ, יועצת נימוסים בינלאומית מוסמכת, בעלת הכשרה בינלאומית מהאקדמיה הבינלאומית לנימוסים בלונדון, אינן חסות, מסמכים או כלים לשימוש פרטי או מסחרי.