

## **Conseils de savoir-vivre pour bien se tenir à table**

Comment bien se tenir à table ? C'est surtout à table que l'on juge surtout si quelqu'un a eu la chance de bénéficier d'une bonne éducation. Vous désirez faire bonne impression ? Quel couvert prendre en premier ? Quand commencer à manger ? Apprenez à bien vous tenir à table et à manger avec élégance en suivant les règles du **savoir-vivre**.

Si vous avez le moindre doute sur l'**attitude** à adopter face à tel ou tel plat, à tel couvert ou verre, ne faites jamais quoi que ce soit avant que votre hôte ne le fasse en premier, attendez un peu, observez la façon d'agir des autres invités ou de votre hôtesse et imitez-les.

### **À table comment se tenir ?**

#### **Tenez votre dos bien droit :**

- Ne vous étalez pas sur la table, ne vous affaissez pas sur votre siège, ne gigotez pas.
- Tenez-vous droit, en évitant de toucher le dossier du siège.

#### **Posez les mains sur la table :**

- Posez les poignets de part et d'autre de votre assiette.
- Ne posez pas le coude devant votre assiette ni derrière comme pour la protéger d'un ennemi.
- Ne les posez pas sur la **table**.

#### **Vous êtes maladroit, et vous avez peur de mal faire :**

- Faites en sorte de ralentir vos gestes.
- Plus vos gestes seront lents, moins vous risquerez d'être maladroit.

#### **Ne tournez jamais le dos à vos voisins de table :**

- Adressez-vous à l'un puis à l'autre.

#### **Ne passez jamais le bras devant vos voisins :**

- Si vous avez besoin de quelques choses : sel, poivre ou eau, adressez-vous à eux, et surtout ne vous couchez pas sur la table pour l'attraper.

#### **Excusez-vous :**

- Si vous devez sortir de table.

### **Manger avec élégance**

#### **Selon les bonnes manières en France :**

- Ne salez pas un plat sans même l'avoir goûté.
- Ne vous jetez pas sur votre assiette, comme si on allait vous l'enlever.
- Ne levez pas les coudes quand vous mangez, gardez-les contre vous. Même pour couper votre viande gardez-les serrés le long du corps, de façon à ne pas gêner vos voisins de table.
- Ne portez jamais votre couteau à votre bouche. Utilisez votre fourchette !
- Ne vous penchez pas sur votre assiette, ni sur votre fourchette, mais approchez vos couverts jusqu'à votre bouche.
- Mastiquez la bouche fermée et sans bruit.
- Ne touchez jamais les aliments avec vos mains, excepté le pain.
- Ne parlez pas la bouche pleine.
- Faites en sorte de prendre des petites bouchées facilement assimilables de façon à pouvoir répondre à toute question, sans attendre de longues minutes.
- Évitez les bruits de bouche : succion ou aspiration.
- Ne demandez pas à votre voisin la permission de goûter son plat ou de finir ses restes.

- Ne raclez pas votre assiette jusqu'à la dernière miette pour la rendre aussi propre qu'au début du repas.

### **Ne posez jamais sur la table**

- vos lunettes
- votre téléphone portable
- vos médicaments
- votre sac

### **Bibliographie**

Savoir vivre à table - Comment bien se tenir à table [en ligne]. *ToutPratique*. ©2020. [cit. 2020-11-23]. Disponible sur: <https://www.toutpratique.com/267-savoir-vivre-a-table/4711-comment-bien-se-tenir-a-table.php>

7 erreurs à éviter lorsqu'on est invité !

<https://www.youtube.com/watch?v=kL0wM4mILBE>

Les codes de la bonne attitude à table

<https://www.youtube.com/watch?v=FyCNgM-m00Q>

Initiation au "savoir-vivre à la française"

<https://www.google.com/search?client=firefox-b-e&q=savoir-vivre+%C3%A0+table+vid%C3%A9o>

Bonnes manières : êtes-vous sûr de bien vous tenir à table ?

<https://www.youtube.com/watch?v=ZvANttjbDtI>