

BENEHMEN, ABER WIE? / TEIL 4

**Richtiges Benehmen ist heute wieder in – Während einiger Jahre verpönt, so ist die Diskussion um korrektes Benehmen wieder salonfähig. Gewachsen ist damit aber auch die Unsicherheit. Was gehört sich, was nicht? Was ziehe ich zu welchem Anlass an? Welche Tischregeln gelten heute? Wie bewerbe ich mich korrekt um eine Stelle? Diesen Fragen geht die neue Murtenbieter-Serie «Benehmen, aber wie?» nach. Heute:**

## Wirken tut man immer. Die Frage ist wie?

**Ob im Restaurant mit Selbstbedienung oder in jenem mit gediegenem Service, gewisse Regeln gelten immer, andere passen wir den Umständen an. Was wann und wo angebracht ist, davon handelt dieser Artikel.**

Warum es Sinn macht, sich mit Fragen der Tischmanieren auseinanderzusetzen, ist schnell erklärt. Tatsache ist, wir wirken immer, ob wir wollen oder nicht. Kennen wir die Regeln, können wir entscheiden, welchen Eindruck wir hinterlassen wollen. Wissen bedeutet also auch hier, wie in vielen anderen Bereichen, grössere Freiheit.

### Rahmen bestimmt Regeln

Grundsätzlich gilt, dass wir ein Restaurant aufgrund des jeweiligen Anlasses auswählen. Wollen wir ausschliesslich essen gehen? Feiern wir etwas Bestimmtes? Möchten wir verwöhnt werden? Oder treffen wir wichtige Geschäftspartner zum Essen? «Der gewählte Rahmen bestimmt, welche Regeln bezüglich Verhalten und Dresscode gelten», erklärt Lis Rytz, Image-Coach, Charisma GmbH.

### Von A wie ankommen bis Z wie zahlen

Ob wir in einem Restaurant mit Selbstbedienung oder in einem mit gehobenem Stil ankommen, in beiden dürfen wir erwarten, freundlich begrüsst zu werden. Während wir im ersten selber einen Platz suchen und uns hinsetzen, werden wir im zweiten an den Tisch, den wir vermutlich reserviert haben, begleitet. Der Kellner geht voraus und führt uns an den Tisch, er rückt der Dame den Stuhl zu-



Zum einladend gedeckten Tisch wird man begleitet.

recht – oder die männliche Begleitung übernimmt diesen Part. Beim Verlassen des Tisches geht ebenfalls der Kellner voraus, holt evtl. die Mäntel, die Dame folgt und der Herr macht den Abschluss.

Einige Basistischregeln gelten an beiden Orten. Auch im Selbstbedienungsrestaurant macht es sich besser, wenn wir den Becher brauchen und nicht ab der Flasche trinken. Das Besteck, auch wenn es aus Plastik ist, sollte benutzt werden. Die Papierserviette

gehört nicht zusammengeknüllt und in die Saucenresten hineingedrückt, sondern kommt nach dem Essen, sowohl im einfachen Speiserestaurant wie auch im gehobenen Lokal, locker zusammengelegt, links neben den Teller zu liegen. Während des Essens gehört die Serviette auseinandergefaltet auf den Schooss. Ist sie aus Stoff, faltet man einen kleinen Teil um. Mit diesem kann der Mund leicht abgetupft werden. «Damen, die Lippenstift tragen, tupfen leicht die Lippen ab. Tabu ist je-

doch, sich am Tisch nachzuschminken», betont Lis Rytz.

Ist für ein mehrgängiges Menü gedeckt, gilt die Regel mit dem äussersten Besteck zu beginnen. Lässt ein Gast einen Gang aus, ist es in der Verantwortung des Servierpersonals, nicht benötigte Messer oder Gabeln abzuräumen.

Der Salat sollte nicht mit dem Messer verkleinert werden. Dazu ist das Tischbrot da. Mit dessen Hilfe können Salatblätter zu mundgerechten Stücken gefaltet werden. «Zu bemerken

Zum Thema sind verschiedene Bücher erschienen. Ihre Buchhandlung berät Sie gerne. Wer am liebsten gleich selber übt, kann sich mit Kursen, die auch in der Region angeboten werden weiterbilden.

ist, dass gewisse Küchenchefs fantasievolle Kreationen wagen, denen man ohne Messer nicht beikommt. Bevor das Salatblatt also aus dem Teller katalpultiert wird, benutzt man besser das Messer», empfiehlt die Fachfrau.

Im Selbstbedienungsrestaurant ist die Rechnung bei der Kasse zu begleichen. Für das gehobene Restaurant gilt, dass jene Person, die bezahlt, aufsteht und die Angelegenheit mit der Kellnerin oder dem Kellner regelt. «Häufig bei Business-Einladungen wird mit der Karte am Tisch bezahlt», erklärt Lis Rytz. Dem Servierpersonal ein Trinkgeld zu geben ist zwar nicht obligatorisch, gehört aber zum guten Ton.

### Unsicherheiten oder Fauxpas

Wer nicht sicher ist, welches Verhalten angebracht ist, orientiert sich am besten am Gastgeber oder bei der Person gegenüber. «Es ist zudem nicht Tabu, den Tischnachbarn charmant zu fragen, wie etwas zu essen ist. Daraus können spannende Gesprächsthemen entstehen», erklärt die Erwachsenenbilderin. Und passiert trotzdem einmal ein Missgeschick, darf dieses humorvoll eingestanden werden. Schliesslich ist niemand perfekt. hint

*Lesen Sie am kommenden Freitag: Die Bewerbung soll neugierig machen.*

## Steinzeitliches Bogenschiessen-Speerwerfen

**Gletterens / Im Steinzeitdorf Gletterens, einem archäologischen Projekt, fand die zweite Europameisterschaft im steinzeitlichen Bogenschiessen und Speerwerfen statt. Es nahmen rund sechzig Schützinnen und Schützen aus verschiedenen europäischen Nationen sowie ein Schütze aus Brasilien teil.**

Das steinzeitliche Pfeilbogenschiessen und Speerwerfen fand im Wald beim Steinzeitdorf Gletterens statt. Das Organisationskomitee bestehend aus Doris Aeberhard, OK-Präsidentin, Carole De Tomasi, Jack Théodoluz sowie als Helfer Claude Broger, sorgte für einen reibungslosen Ablauf des Anlasses. Als Spezialisten und Steinzeitanimatoren engagierten sich zudem Jean Speckens der «Société Royale Belge d'Etude Géologique et Archéologique - Les chercheurs de la Wallonie» aus Mas d'Azil sowie Jacques Reinhard, der auch für den speziellen Markt für Materialien verantwortlich war. Installiert wurde ein Parcours mit zehn Posten. Am Wettkampf konnten sowohl Erwachsene wie Kinder in separaten Kategorien teilnehmen.

### Natürliche Materialien erlaubt

Klar definiert ist das Reglement was die Konstruktion und die Materialien der Bogen, Pfeile wie auch der Speere betrifft. Verwendet werden ausschliesslich natürliche Materialien. OK-Präsidentin Doris Aeberhard meinte betreffend die Kontrolle der Materialien, dass es sich bei den Schützinnen und Schützen meist auch um Archäologinnen, Archäologen, passionierte Laien



Der Steinzeit-Pfeilbogenschütze Claude Broger aus Murten belegte Platz 17.

oder Spezialisten handelt, die die Waffen selbst herstellen und aus dieser Sicht kein Interesse daran hätten, nicht erlaubte Materialien zu verwenden. Alle Teilnehmer setzen deshalb

auf Eigenverantwortung und schliesslich spiele auch die gegenseitige Kontrolle eine wichtige Rolle. An der Europameisterschaft hat ebenfalls Claude Broger aus Murten teilgenommen.

In der Kategorie Pfeilbogenschiessen erreichte er von 51 Teilnehmern den 17. Rang.

### Aus dem «Zentrum» schiessen

Claude Broger stellt den Bogen und die Pfeile in einem Atelier in Murten selbst her. Er hat deshalb ein besonderes Verhältnis zum Gerät und zu den einzelnen Materialien. Die guten Bogen sind jeweils aus einem Stück Holz herausgearbeitet. Verwendet werden Hölzer wie Eibe, Esche, Ahorn oder Haselholz. Die Bogen haben eine Länge zwischen 1,20 bis 1,65 Meter. Die Pfeile sind ebenfalls aus Holz, deren Spitzen sind aus Knochen, Horn oder auch Silex. Das Ende des Pfeils wird zur Stabilisierung des Fluges mit Fe-

wird, wie wenn man einen Stein werfen würde.» Es betrifft dies deshalb ganz besonders das mentale Fühlen und Handeln, welche gefordert sind. Der Pfeil wird beim steinzeitlichen Bogen auf die Hand gelegt. Jede falsche Bewegung kann die Pfeilrichtung entscheidend verändern. «Bereits beim Abschuss des Pfeiles merkt man, ob dieser in die richtige Richtung fliegen wird», so Claude Broger.

### Mentales Training fördern

Nicht unbedingt die körperliche Stärke, jedoch die körperliche und die mentale Fitness eines Menschen sind massgebend und entscheiden, ob jemand mit diesen Waffen erfolgreich umgehen und schliesslich auch schies-



Teilnehmer mit dem steinzeitlichen Speer mit Schleuder

sen kann. «Das Schiessen mit dem steinzeitlichen Bogen fördert die Konzentration, deshalb ist dieser Sport auch für Kinder und Jugendliche sehr geeignet», so Claude Broger. tb