

Cuprins

Despre autoare.....	2
Dragă copil	5
Dragă părinte	6
Introducere în bunele maniere	7
1 Ce sunt bunele maniere?	9
2 La ce ne ajută bunele maniere?	10
3 Cum arată un copil manierat?	11
4 Cum putem învăța să avem bune maniere?	12
5 De ce este important să avem bune maniere?	13
Salutul și norme de conduită	15
1 Ce este salutul?	18
2 Forme de salut	18
3 Cine salută primii?	19
4 Strângerea de mână.....	20
5 Formule de adresare	21
6 Acceptarea complimentelor	22
7 Norme de conduită.....	23
8 Atacuri de tuse, căscat, strănutat	24
9 Guma de mestecat	25
10 Gesturi legate de ținută	26
11 Ce facem cu mâinile?	27
12 Râsul	28
Întâlniri și prezentări.....	29
1 Când și cum trebuie să se prezinte un copil.....	31

Bunele maniere în locurile publice 63

1	Cum ne comportăm pe stradă.....	65
2	Cum vorbim în spațiile publice.....	66
3	Reguli de comportament în mijloacele de transport.....	67
4	Comportamentul în biblioteci și librării.....	68
5	Bunele maniere la spectacole și cinema.....	69
6	Cum ne comportăm la magazine.....	70
7	Reguli de comportament în parc.....	71
8	Cum ne comportăm la evenimente speciale (festivaluri, parade).....	72
9	Comportamentul la muzeu.....	73
10	Respectul pentru mediul înconjurător.....	74
11	Acasă la un prieten.....	75
12	La școală.....	76
13	Când și cum oferim flori.....	78
14	Când și cum să aplauzi.....	80
15	Pe scara rulantă.....	82

Bunele maniere în era digitală, față de Terra și respectul față de toți..... 83

1	Cum ne comportăm pe internet (în era digitală).....	85
2	Cum folosim telefonul și dispozitivele în public.....	86
3	Ce este cyberbullying-ul și cum să-l evităm.....	87
4	Respectul față de viața privată a altora online.....	88
5	Cum ne comportăm în conversațiile video sau chat.....	89
6	Cum putem proteja planeta noastră (Terra).....	91
7	Respectul față de natură în spațiile verzi.....	92
8	Cum să reducem consumul excesiv de tehnologie.....	94
9	Politețea față de oamenii cu dizabilități.....	95

2	Arta conversației.....	32
3	Importanța primei impresii.....	33
4	Expresia facială.....	34
5	Dacă sunteți gazda.....	35
6	Dacă sunteți oaspete.....	36
7	Cum primești și cum dăruiești un cadou.....	37

Bunele maniere la masă 39

1	Cum te pregătești pentru masă.....	41
2	Comportamentul la masă.....	42
3	Cine este servit primul la masă.....	44
4	Așezarea tacâmurilor pentru dineu.....	45
5	Cum folosim tacâmurile.....	46
6	Cum cerem politicos ceva la masă.....	47
7	Cum folosim șervețelul la masă.....	48

Bunele maniere la restaurant 49

1	Cum intrăm într-un restaurant.....	51
2	Cum ne așezăm la masă.....	53
3	Cum ne alegem mâncarea din meniu și cum comandăm.....	54
4	Cum folosim tacâmurile în restaurant.....	55
5	Ce facem în timp ce așteptăm mâncarea.....	56
6	Comportamentul în timpul mesei.....	57
7	Cum cerem politicos ceva suplimentar.....	58
8	Cum ne pregătim de plecare.....	59
9	Ce nu este potrivit să aducem la restaurant.....	60

1 Ce sunt bunele maniere?

Dragi copii, bunele maniere sunt regulile care ne ajută să ne comportăm frumos și respectuos în orice situație. Ele ne învață cum să vorbim, cum să acționăm și cum să ne comportăm cu ceilalți pentru a-i face să se simtă bine în preajma noastră. Bunele maniere înseamnă să fim politicoși, respectuoși și atenți la nevoile celorlalți. De exemplu, când spunem „te rog” și „mulțumesc”, arătăm că avem bune maniere.

De reținut:

„Fiecare gest politicos, cum ar fi salutul sau zâmbetul, este un pas către a deveni un copil bine crescut.”

