

شب خانوادگی

شب دوازدهم

رستوران خانوادگی

یک شام ساده، یک
تجربه متفاوت،
کلی محبت!

منوی
امشب:
خنده

همکار
غذاهای
ساده
دعای
خانوادگی
خاطرات
ماندگار

خوش آمدید
به رستوران
خانوادگی ما!

تقویت
خانواده

خوش آمدید

امشب یک شب معمولی نیست!
امشب خانه‌مان برای چند ساعت تبدیل می‌شود به یک رستوران خانوادگی.

قرار است با هم:

- اسم رستوران انتخاب کنیم.
 - منوی خودمان را بسازیم.
 - غذا را با هم آماده کنیم.
 - گاهی مهمان باشیم و گاهی خدمت کنیم.
- قرار نیست غذای عجیب یا حرفه‌ای درست کنیم. اصل ماجرا غذایی نیست که روی میز می‌آید؛ خاطره‌ای است که دور آن میز می‌سازیم.

هدف این شب

امشب می‌خواهیم:

- در آماده‌کردن شام با هم همکاری کنیم.
- مسئولیت‌ها را بین خودمان تقسیم کنیم.
- از ایده‌ها و خلاقیت یکدیگر استفاده کنیم.
- خدمت‌کردن به یکدیگر را تجربه کنیم.
- و از یک شام معمولی، یک خاطره متفاوت بسازیم.

نکته: «امشب هیچ‌کس فقط تماشاچی نیست؛ هرکس به اندازه توانش سهمی دارد.»

قوانین رستوران

- چهار قانون ساده
- ساده نگهش دارید.
- لازم نیست غذای خاص یا سختی درست کنید.
- همه مشارکت کنند.
- حتی یک مسئولیت کوچک هم کافی است.
- از کار یکدیگر ایراد نگیریم.
- هدف امشب آشپزی حرفه‌ای نیست.
- نقش‌ها می‌توانند عوض شوند.
- قرار نیست یک نفر تمام شب مشغول خدمت به بقیه باشد.

نکته: « رستوران امشب با همکاری همه قشنگ می‌شود.»

قوانین رستوران (۱۵ دقیقه)

- اول ببینید در خانه چه دارید. قرار نیست برای این شب خرید زیادی انجام دهید.
- می‌توانید از همین چیزهای ساده استفاده کنید:
- نان، مواد ساندویچ، پیتزای ساده، سالاد، پاستا، میوه، نوشیدنی، یک دسر ساده
- بعد با هم تصمیم بگیرید:
- «امشب چه چیزی درست کنیم که هم ساده باشد، هم همه بتوانیم در آن کمک کنیم؟»

تیم رستوران (۱۰ دقیقه)

حالا مسئولیت‌ها را تقسیم کنید.

- آشپز: کمک به آماده کردن غذا
- مسئول نوشیدنی: آماده کردن نوشیدنی و لیوان‌ها
- مسئول میز: چیدن میز
- مسئول موسیقی: انتخاب موسیقی مناسب
- طراح منو: نوشتن یا طراحی منوی امشب
- میزبان یا گارسون: خوش آمدگویی و پذیرایی

اگر اعضای خانواده کم هستند، هر نفر می‌تواند دو نقش داشته باشد.
و یادتان باشد: وسط شب می‌توانید نقش‌ها را عوض کنید!

اسم رستوران (۱۰ دقیقه)

اولین مأموریت تیم: «رستوران ما چه اسمی دارد؟»
هرکس یک پیشنهاد بدهد. اسم می‌تواند شیک، خنده‌دار یا کاملاً
عجیب باشد! مثلاً:

- رستوران شکموها
- پنج ستاره خانوادگی
- آشپزخانه شلوغ ما
- کافه خانه

بعد اسم انتخاب شده را روی کاغذ بنویسید:

«به رستوران _____ خوش آمدید!»

و آن را جایی قرار دهید که همه ببینند.

منوی مخصوص ما (۱۰ دقیقه)

حالا نوبت ساختن منوست.

به مواد غذایی موجود در خانه نگاه کنید و یک منوی کوچک و ساده درست کنید.

اما یک تفاوت داریم، برای غذاها اسم‌های مخصوص رستوران خودتان بسازید! مثلاً:

- «ساندویچ مخصوص سرآشپز»
- «سالاد اسرارآمیز خانواده»
- «نوشیدنی مخصوص مهمان ویژه»
- «دسر سورپرایز»

نکته: «لازم نیست منو طولانی باشد؛ دو یا سه انتخاب کاملاً کافی است.»

افتتاح رستوران (۲۰ دقیقه)

چراغ‌ها را کمی تغییر دهید. اگر دوست دارید یک شمع یا چراغ کوچک روی میز بگذارید. موسیقی را آرام‌تر کنید.
حالا میزبان اعلام کند:

«سلام! به رستوران خانوادگی ما خوش آمدید!»

غذاها سرو شوند و همه دور میز بنشینند.

در این قسمت برنامه خاصی نداریم.

غذا بخورید، حرف بزنید و از کنار هم بودن لذت ببرید.

- اگر امکان دارد، تلفن‌ها برای مدتی کنار گذاشته شوند.

تعویض شیفت (۲۰ دقیقه)

یک اتفاق کوچک در رستوران داریم: تعویض شیفت! کسی که بیشتر در آشپزخانه بوده، حالا بنشیند و مهمان باشد. یک نفر دیگر نوشیدنی‌ها را بیاورد. یکی دیگر چیزی را سرو کند. و بقیه از کسی که تا اینجا بیشتر خدمت کرده پذیرایی کنند.

- قرار نیست یک نفر تمام شب به همه خدمت کند.

امشب همه هم خدمت می‌کنیم و هم اجازه می‌دهیم به ما خدمت شود.

صورت حساب عجیب رستوران (۲۰ دقیقه)

غذا تمام شد؟ پس وقت آوردن صورت حساب است! اما... مبلغ قابل پرداخت: صفر! امشب پول قبول نمی‌کنیم. 😊

هزینه غذای شما این است: «**یک تشکر واقعی**»

هر نفر از یک عضو خانواده بابت یک کار مشخص در همین شب تشکر کند. مثلاً:

- «ممنون که میز رو آماده کردی.»
- «ممنون که کمک کردی غذا درست کنیم.»
- «ممنون که امشب همه‌مون رو خندوندی.»
- «ممنون که وقتی خسته شدی باز هم کمک کردی.»

نکته: «فقط نگویید مرسی، بگویید بابت چه چیزی قدردان هستید. این همان ایده «صورت حساب» در نسخه اصلی است که به جای قیمت، با تشکر از یکدیگر پرداخت می‌شود.»

آخرین سفارش (۱۵ دقیقه)

قبل از تعطیل شدن رستوران، یک سفارش دیگر مانده: **دسر!**
لازم نیست پیچیده باشد. می‌توانید با هم چیزی خیلی ساده آماده کنید:

- میوه + شکلات
 - بیسکویت خردشده + بستنی
 - میوه + خامه
 - یا هر چیز ساده‌ای که در خانه دارید.
- همه در آماده‌کردنش سهم داشته باشند. بعد دسر را وسط میز بگذارید و با هم بخورید. این آخرین سفارش رستوران امشب است!

یک سوال دور میز (۲۰ دقیقه)

- قبل از جمع‌کردن میز، هرکس فقط یکی از این سؤال‌ها را جواب دهد:
- کدام قسمت امشب بیشتر بهت خوش گذشت؟
 - چه کاری بود که فکر نمی‌کردی انجامش بدهی ولی انجام دادی؟
 - دوست داری اگر دوباره رستوران خانوادگی داشتیم، چه چیزی به منو اضافه کنیم؟
 - امشب چه کسی کاری کرد که از آن خوشحال شدی؟
- نکته: «لازم نیست همه به همه سؤال‌ها جواب دهند. گفت‌وگو را سبک نگه دارید.»

دعا (۱۰ دقیقه)

امشب برای چیزهایی شکر کنیم که شاید خیلی وقت‌ها عادی به نظر برسند:

- برای خانه‌ای که داریم.
- برای غذایی که روی میز داریم.
- برای کسانی که هر روز برای خانواده زحمت می‌کشند.
- برای فرصت خدمت‌کردن به یکدیگر.
- برای اینکه یاد بگیریم بیشتر قدردان هم باشیم.

برای نمونه:

«خدایا، ممنون برای خانه‌مان، برای غذایی که داریم و برای آدم‌هایی که کنارمان هستند. کمکمان کن زحمت‌های یکدیگر را بیشتر ببینیم، بیشتر تشکر کنیم و با شادی به هم خدمت کنیم. آمین.»

موضوع دعای نسخه اصلی نیز شکر برای غذا، کسانی که برای خانواده زحمت می‌کشند، همکاری، خدمت و قدردانی است.

پایان شب

رستوران امشب تعطیل شد!
ظرف‌ها مانده‌اند... میز باید جمع شود...
و احتمالاً آشپزخانه هم کمی به هم ریخته است!
اما امیدواریم یک چیز هم بماند:
یک خاطره خوب از شبی که همه سهمی داشتیم.
گاهی محبت خیلی ساده دیده می‌شود:

- در آماده کردن یک بشقاب،
- در آوردن یک لیوان آب،
- در کمک کردن بدون اینکه از ما خواسته شود،
- یا در گفتن یک «ممنون» واقعی.

نکته: «خدمت به آدم‌هایی که دوستشان داریم، یکی از شکل‌های ساده محبت است.»
و حالا... همه با هم آشپزخانه را جمع کنید!