



## 打開陪月員職業生涯第一頁

### 專訪明愛陪月服務計劃的 陪月員謝雲麗及項目社工卓展盈

文：一鷗

“坐月”指婦女產後休息調養的首個月，中國人傳統相信“只要坐月坐得好，一生少病痛”，所以“坐月”是婦女生育後一個重要的關鍵期。以上是澳門明愛黑沙環天主教牧民中心陪月服務計劃宣傳單張的介紹。“陪月”，顧名思義是因應婦女“坐月”而出現的新興行業。數年前，黑沙環天主教牧民中心開辦了首屆陪月員證書課程，至今，該課程已開辦了十一期，每期約招收20至30名學員，現已有超過200名學員取得了證書。

為瞭解“陪月”這行業的入行要求、運作情況、工作中的苦與樂，以及協調機構所擔當的角色，筆者訪問了澳門明愛黑沙環天主教牧民中心項目社工卓展盈女士，以及2013年入讀該課程的現職陪月員謝雲麗女士。從她們的分享，我們嘗試探討“陪月”這個新興行業鮮為人知的一面。



雲麗是新移民，來澳前是一名護士；來澳後一直期望能找一份與護理相關的工作，得知明愛開辦陪月員證書課程，便毅然報讀。經過約60小時的培訓學習，雲麗取得了明愛頒發的專業證書，後來更成為明愛陪月服務平台的一名陪月員。

澳門明愛陪月服務計劃的目的旨在組織有生育及育兒經驗的婦女，通過有系統的理論教授及操作練習，使其具備照顧產後婦女及初生嬰兒的技能，讓她們得以重投勞動市場，從而增加家庭經濟收入，提升生活質素。另一方面，協助有需要的家庭處理新生嬰兒來臨時需要的各項大小事務，並教導家庭成員照顧產婦和嬰兒的有關知識，讓產婦及其家庭能順利度過產褥期。

澳門明愛陪月員證書課程由開辦至今，培訓了約280名陪月員。入職陪月員這個行業最少要具備三項條件，包括有生育經驗、有照顧小孩的經驗，以及懂得烹調技巧。為了讓陪月員的服務更到位，中心設立了一個服務平台，一方面訂定服務規範、時間及薪酬級別，供有需要服務的市民參考；另一方面與畢業後有意投身“陪月”行業的學員保持聯繫。當中心接到市民的預約服務，便會聯絡服務平台上的陪月





員，為雙方提供面談機會，並讓她們參考中心訂定的服務條款，自行訂立勞資協議。中心不會收取任何費用，只擔當平台角色，提供服務配對的工作。

澳門明愛黑沙環牧民中心為了體現“助人自助”的服務精神，故在陪月員的服務強調“分享”和“指導”，由陪月員分享她們的自身經驗和指導婦女坐月時“照顧”嬰兒及其個人的技巧，讓坐月婦女最後能夠做到“自助”的目的。因此，中心在60個小時的培訓課程裡，會邀請不同領域的專業人士教授學員有關產婦與嬰兒的護理技巧、健康常識、產婦與嬰兒的營養、醫學知識、精神健康及運動原則和技巧等，讓學員在理論和操作上能達到一定的專業水平。所以，學員在提供服務時都很重視要“教”懂坐月婦女如何去照顧自己及嬰兒，而不只是替她們工作。



雲麗表示，她現時的工作時間是週一至週五上午10時至下午5時。日常工作包括通過服務示範及指導新媽媽如何替嬰兒洗澡、餵奶、換片、購買及烹調營養恰當的食物，以及準備進

補湯水等。因為，初為人母的婦女剛生產完，情緒容易波動，所以雲麗都會特別注意，跟她們分享一些心得經驗，讓她們能“順利過度”產褥期，成為稱職又快樂的好媽媽。

提到工作上的苦與樂，雲麗回憶說，曾經有一個家庭有同住的長輩，長輩堅持用自己的“土法”照顧產婦及嬰兒，但這些“土法”與培訓時學到的科學方法有異，所以往往要費盡唇舌與長輩解釋，甚至要請長輩的其他子女當說客，才能令他們信服。

有時，由於坐月婦女的身體虛弱，需要多吃東西，但年輕的媽媽一般希望能儘快回復產前的身段，急於“瘦身”，不肯進食，這是最令雲麗頭痛的事。如何能讓新任媽媽明白“進補”的益處，則又需要費另一番唇舌。

對於一些坐月期間身體狀況不適合“進補”的婦女，雲麗會準備清淡的食物，但卻換來當事人或家人的不滿，這時便要向他們解釋箇中原因。然而，雲麗明白這一切都是工作的一部分，因為“指導”新媽媽如何照顧好自己及嬰兒，是“助人自助”服務精神的根本體現。

雖然陪月員的工作十分繁瑣，責任也很重，但雲麗認為，當自己在街上碰到曾經“照顧”過的僱主，看著長得肥肥白白的嬰孩，聽著媽媽欣喜地訴說孩子有多高、多重，偶爾眉宇間透露一個“答謝”的眼神時，內心那種甜滋滋的感覺實在難以形容。

當問到難忘的經驗時，雲麗眼睛閃亮地說，曾經照顧過一對龍鳳胎，雖然是雙倍的工作量，但並沒有因此要求提高薪酬，只是要求要有家人或家傭協助。結果上班時，僱主真的請了一位家傭。一方面家傭可以減輕雲麗的工作量，另一方面，雲麗也將“照顧的精髓”傳授給家傭，準備讓她日後“接棒”。

關於薪酬的問題，澳門明愛黑沙環牧民中心訂定了一套收費準則，將陪月員按工作經驗及服務質量分為四級，照顧過10個家庭以下的為第一級；10至20個家庭的為第二級；21至30個家庭的為第三級；30個家庭以上的為第四級。級別晉升的條件是工作個案數量達標及僱主給予4分或以上的工作評分；而月薪則由8,050元至14,950元不等。現時中心投入陪月服務的學員約有40位，而每月的預約70個，可說是供不應求。

面對供不應求的市場，“陪月”這個新興行業存在著很大的發展前景。澳門明愛黑沙環天主教牧民中心未來有計劃為陪月員提供更多的在職培訓課程，讓“陪月”這一新興行業能更專業地茁壯成長。

