

“爱心月嫂”公益项目： 赋能乡村振兴“她力量”

■ 本报记者 李庆

在乡村振兴的广袤田野上，一群手持母婴护理证书的乡村女性，正以“月嫂”为支点，撬动着个人命运与城乡发展的双重变革。中国乡村发展基金会与荷兰皇家菲仕兰联合发起的“爱心月嫂”项目，历经十年深耕，构建起“技能培训—就业增收—价值重塑”项目模式，截至目前已直接帮扶3500余名欠发达地区女性，覆盖29个省（区、市）、696个县（区）。

赋能乡村振兴“她力量”

2016年，中国乡村发展基金会与荷兰皇家菲仕兰在脱贫攻坚一线调研时发现：城市家庭对专业月嫂的需求年均增长20%，而欠发达地区女性普遍面临“有就业意愿、无就业技能”的困境。于是，一个以“技能赋能”为核心的公益项目开启了探索之路——通过免费职业培训，将乡村女性转化为城市紧缺的专业人才，在破解“用工荒”与“增收难”的同时，开辟“女性经济独立—家庭地位提升—助力乡村振兴”的正向循环路径。

菲仕兰“爱心月嫂”项目旨在为乡村女性提供一个学习技能、实现自我价值的平台，由中国乡村发展基金会发挥资源优势，菲仕兰持续捐赠资金，北京富平学校立足实操创新，开发特色课程，为学员提供系统的母婴护理、产后康复、小儿推拿等特色课程培训，并在培训结束后为学员推荐就业机会，帮助她们实现从乡村到城市的职业跨越。

日前，“赋能她力量，‘菲’跃新未来——‘爱心月嫂’十周年项目总结暨2025项目启动仪式”在北京启幕。十年的历程如画卷般徐徐展开，全景展现了“爱心月嫂”项目从萌芽到蓬勃发展的十年。

在河北定州、甘肃泾川、山西忻州等地，一群乡村女性正书写着“技能改变命运”的真实故事。她们的蜕变，既是项目成效的微观注脚，更是乡村女性群体觉醒的时代缩影。

开启新职业篇章

家住河北定州的王红（化名）是“爱心月嫂”项目2024年新学员，37岁的她曾经的生活被家庭琐事和微薄收入所困扰。结婚早、育有两子的她，为了照顾孩子，只能在家附近寻找一些收入微薄的工作。出纳、药店店员……这些工作虽然能勉强维持生计，但面对日益增长的家庭开支，王红感到力不从心。

王红决心改变现状。机缘巧合下她接触了家政行业，在当地家政公司的推荐下，参加了菲仕兰“爱心月嫂”项目的培训。“当

时听说培训是免费的，吃住也免费，学习完还能考取发证证书，这对我来说是一个难得的机会。”王红回忆道。

2024年9月，王红来到北京通州的北京富平学校参加培训。15天的培训课程紧凑而充实，涵盖了母婴护理的各个方面，包括新生儿护理、产后康复、月子餐制作等。培训中的实操环节让王红印象深刻：“我们学习了很多实用的技能，比如如何更好照护新生儿、产妇月子期间营养搭配等，这在实际工作中非常受用。”

培训结束，王红在顺利拿到育婴员结业证书和家政服务员证书后来到廊坊，开启了自己的月嫂生涯。如今，王红的收入有了大幅提升，她所接的单子价格从最初的一个月6000多元，到现在最高可达26天1万多元。“做了月嫂之后，我不仅能够为家庭分担经济压力，还能帮助更多的家庭照顾好宝宝和宝妈，这种成就是前所未有的。”王红笑着说。

王红不仅自己在项目中受益，还积极向身边的人推荐。姐姐在她的影响下，也参加了“爱心月嫂”项目的培训。“这个公益项目真的很好，我希望更多想改变生活的姐妹能够加入进来。”王红由衷地说。

从“手心向上” 到“家庭支柱”

在甘肃省平凉市泾川县，项目受益人陈小梅（化名）实现了从“手心向上”到“家庭支柱”的转变。这个曾经的国家级贫困县，2013年贫困发生率高达18.46%，无数像她这样的农村妇女囿于“围着灶台转”的宿命。“以前觉得女人就该在家带孩子，直到看见持证月嫂月入过万，才知道技能真的能改变命运。”陈小梅的觉醒，恰与时代脉搏同频。

50岁的陈小梅早年随丈夫外出务工，2013年经朋友推荐进入家政行业，从照顾半自理老人开始，逐渐改变了对家政工作的偏见。2016年初，在妇联介绍下，她参加了富平学校免费家政课程，尽管家人反对，尤其是婆婆认为免费的不可信，还觉



“爱心月嫂”项目培训现场

得她年龄大了没必要出去学习，但陈小梅还是决定尝试。当时菲仕兰“爱心月嫂”项目尚未开班，她和其他甘肃学员在北京学习了7天普通家政课程，这次学习让她对家政行业有了新的认识，激发了她的学习热情。

2017年，得知菲仕兰“爱心月嫂”项目开班，她放弃近8000元的月薪报名参加。经过专业培训，她不仅掌握了科学护理母婴的技能，自信心和职业认知显著提升，月收入也跃升至13000元左右，工作订单排至年底。

参与爱心月嫂培训后，陈小梅在专业技能、自信心、认知和经济收入等方面都有了显著改变。“在专业技能上，我学会了如何科学地护理新生儿和产妇，也从最初对月嫂工作不自信，到现在能熟练应对各种情况，面对客户时也能更加自信从容。同时，我对月嫂行业有了更深刻的理解，这不仅是一份工作，更是一份责任。经济收入也实现很大的突破。”

家庭收入的提高让陈小梅在家庭中的地位也有所提升，家人对她的看法从反对转变为支持和认可。老公担心她在外奔波太辛苦，主动承担起照顾老人的责任，逢人便说：“她现在是我们家的‘技术骨干’，我得当好后勤部长。”这让她第一次感受到自己的职业价值被家人真切认可。

陈小梅认为，这就是“爱心月嫂”项目的价值和意义，项目为像她这样的乡村女性提供了学习专业技能的机会，让她们能够凭借一技之长改变生活，实现经济独立。“项目不仅提升了我的专业能力，更改变了我的人生轨迹，让我看到了生活的更多可能性。”她期待爱心月嫂项目能

够持续开展并不断扩大规模，让更多乡村女性受益。“希望项目能走进更多偏远地区，让更多姐妹像我一样，通过学习改变命运。也希望项目能增加更多实用课程，让我们的技能更全面，帮助更多人实现梦想。”

从技能受益者 到行业赋能者

来自山西省忻州市的55岁女性李丽（化名）的故事，是从技能受益者到行业赋能者的华丽蝶变。

李丽出生于农村家庭，初中学历。22岁结婚后，她和丈夫在家务农，收入微薄，难以支撑两个孩子的教育费用。为了缓解家庭经济压力，她尝试过开服装店、卖馒头等小生意，但由于当地消费水平较低，需求不旺，依然无法维系家庭开支。

2019年，49岁的李丽听朋友说起菲仕兰“爱心月嫂”培训项目，得知同乡通过这个培训当上了月嫂，收入颇丰，她当即报了名，踏上了前往北京学习的旅程。起初，李丽还没有清晰的职业规划，但随着学习的深入，一个改变她一生的念头在她心中萌发：“如果我通过接受专业的培训当上月嫂，那么我应该用这些技能去帮助更多有需要的人。”

培训中学到的标准化工作流程拓展了她的职业认知，也大大提升了她的知识储备。经过28天的培训，李丽全面掌握了从事母婴护理工作的各种专业技能，小到婴儿包裹、穿脱衣物，大到月子餐营养、辅食添加，这些技能成为她带回家乡的宝贵财富。

培训结束后，李丽返回家乡，决定创办家政公司：“我要在这里创办家政公司，让这些姐妹也掌握专业的技能，让家乡的人也能在当地请到专业的月嫂。”家人对她的决定给予全力支持，学校的老师也给她提供了注册家政公司的专业指导。2019年6月，由她独营的家政服务有限公司正式开张。

凭着专业的母婴护理技能，李丽精心为客户和求职的姐妹牵线搭桥，为新入行的姐妹进行岗前指导，将科学的育儿观念传播到每个被服务的家庭。在她的用心经营下，三年内她创办的家政公司就在当地树立起了良好的口碑，越来越多当地的月嫂在她的帮助下找到了新的客户，越来越多的客户从她店里选到了满意的月嫂。

谈及未来，李丽的眼中闪烁着光芒：“未来的路还很长，也面临着很多挑战，现在我才刚迈出第一步，还有太多事可以做。”她对“爱心月嫂”培训项目有着深切的期待，希望项目能扩大覆盖面，让更多偏远地区的姐妹获得免费学习机会；也期待引入更多元的课程，如产后康复、早教启蒙，让月嫂技能向“全周期母婴服务”升级；更渴望通过持续赋能，让家政从业者从“挣快钱”转向“终身职业”。

“职业不分高低，关键是要让姐妹们有尊严地赚钱。”李丽说，她最大的心愿，是看到越来越多农村妇女通过技能培训挺直腰杆，当她们靠双手月入过万，当她们用专业知识赢得客户尊重，当她们成为家庭收入的顶梁柱，这才是培训项目真正的价值：不仅改变一个人，更改变一个群体对生活的想象。