

今天我当班·记者一线蹲点日记



月嫂:24小时连轴转的守护

时间:7月10日

体验记者:王晨

地点:周口万科小区

我轻手轻脚地走到婴儿车边,小家伙就哭闹起来。我的带娃体验,从安抚他的情绪开始了。

“宝妈的早餐要清淡,但得有营养,保证奶水的同时,也要注意身体的修复。今天中午准备炒青菜、炖排骨,再加个冬瓜汤。”月嫂朱伟娜一边给我示范,一边叮嘱。朱伟娜有着多年当月嫂的经验,如今在万科小区一个新手妈妈家中工作。

每天上午是朱伟娜最忙碌的时候,她有条不紊地干着活,一边向我介绍工作流程,一边把洗好的衣物晾在阳台上:“月嫂不是只带娃,产妇的月子餐、情绪照顾、家务杂事,都得揽着。”

这时,婴儿车里的小家伙醒了,哭声中带着不容拒绝的“命令感”。我摸了摸纸尿裤,朝着朱伟娜喊:“朱姐,孩子拉粑粑了。”面对这个小人儿,我无从下手,只好向朱伟娜求助。“这两天宝宝有点闹肚子,更要小心护理。”朱伟娜熟练地给宝宝换纸尿裤,又去水龙头那里为宝宝清洗屁屁,这么小的一个“肉团子”,在朱伟娜那就安静听话了。

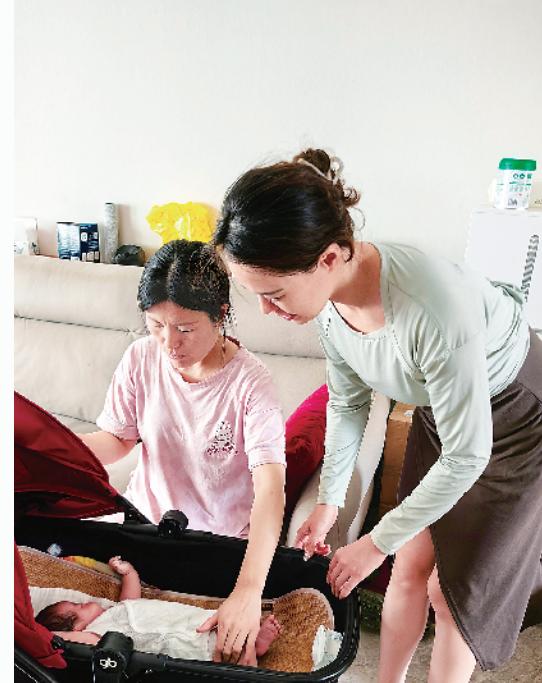
果然是拉了就饿的小家伙,等宝妈躺下后,朱伟娜把宝宝放到宝妈身边,这一场景看起来温暖而又治愈。

“婴儿的胃是横的,吃完奶得竖着抱,拍嗝时要用空心掌从下往上轻拍。喝完奶粉一定要拍,吃母乳的话不用每次都拍。”听着朱伟娜的介绍,我小心地抱起这个软乎乎的小家伙,手臂却僵硬得像块木板,生怕稍一用力就弄疼他。大概拍了5分钟,一声清脆的“嗝”响起,我竟有种完成大项目的成就感。

开始做午饭了,我这个厨房小白打起了下手。刚忙活到一半,又传来哭声,朱伟娜关火后慌忙跑出厨房:“怎么了?又怎么了?我们不开心了对不对?阿姨看看。”朱伟娜不停地跟宝宝对话,仿佛他能听懂似



左图:记者(左)学做营养餐。右图:记者(右)协助月嫂照顾婴儿。记者 王晨 供图



的。她轻轻地把宝宝从婴儿车里抱起来,在房间里来回走动。这个家里虽然有爷爷奶奶帮忙,但是面对哭闹不止的宝宝,他们都束手无策。新手妈妈还在慢慢学习适应自己作为母亲的身份,而朱伟娜,就成了带娃主力军。

一晃神,已经12点多了。断断续续中,朱伟娜已经把饭做好了,但是忙碌的一家人谁也没提吃饭的事情,全部在围着宝宝转——哭了、尿了、拉了、饿了。由于宝宝小,朱伟娜熬得满眼红血丝,却依旧精神十足:“干这行,熬夜是家常便饭,好点的能睡三四

个小时,遇上哭闹厉害的宝宝,整宿不睡也正常。”她轻拍着宝宝,“但只要看到这么个小小的人被我照顾得白白胖胖,我就觉得值。”这时,阳光洒在她和孩子身上,像一幅柔软的画。这份看似平凡的职业,藏着最动人的坚守。

原来,月嫂这份工作里,藏着无数细碎的温柔:是记得哪些食物能下奶,是能从宝宝的哭声里分辨出“饿了”“困了”还是“不舒服”,是24小时随时待命的责任心……她们是新生儿的守护者,是产妇月子里的“临时家人”。

咖啡师:匠心经营,用心分享

时间:7月21日

体验记者:乔小纳

地点:昌建 MOCO 某咖啡馆

7月20日,我问吴锦:“能带我体验咖啡师的一天吗?”她回复我:“好的姐姐。”

我确实比小吴大5岁,她出生在1996年,是老周口人。我经常来小吴的店里写稿子、喝她做的咖啡,渐渐就熟了。

这次角色转换,我很期待,预想了很多感受:优雅、从容、高端……可一上手,一种预想之外的“麻”感刷新了我的印象。

“麻”来自手磨咖啡豆的过程。小吴说来店里的熟客最常点手冲咖啡,就教我做。第一步是磨咖啡豆,虽然现在已有电动研磨机,但小吴说电动的刀盘转速过快,损失了咖啡的风味,所以她个人还是喜欢用手动研磨机。把经威士忌酒桶发酵的哥伦比亚咖啡豆放进研磨机后,我左手把着研磨桶、右手握着手柄,开始研磨。我问小吴怎么判断咖啡豆研磨好了,她说“听”,听不到声音时就到位了。大约两三分钟后,“吱呀”声消失了。我放下研磨机的一瞬间,一阵“麻”感在左掌间蔓延。我向小吴汇报感受,她回应:“正常,手磨就是会麻。”我说:“那你每天磨这么多杯,受得了吗?”她答:“没啥,要保证口感,习惯了。”

说话间来到制作手冲咖啡的第二步——过筛。其实这是小吴的个人习惯,很多咖啡师研磨过咖啡豆后直接就用热水冲了,可她不。她反复试验后发现,过细的咖啡粉在热水冲击下容易漏过滤纸,影响口感,筛掉细咖啡粉后再手冲,香气更浓郁。

过筛完毕后,水也烧好了。小吴折了张滤纸放在玻璃漏斗上,然后指导我拿起咖啡手冲壶,进入最后



吴锦昉制作咖啡。记者 乔小纳 摄

一个环节——在小吴这里,手冲分两步:第一步先冲入少量热水,刚刚没过咖啡粉,稍等一分钟左右,用她的话说,相比于直接冲滤,先用少量热水闷泡,能把咖啡的风味激发得更充分;第二步高扬水壶,转圈浇入比第一步更多的水,在热水到达离滤纸边缘一指处停下,等待滤出美味咖啡。“你看我们第二步冲出来的咖啡液,上面的泡沫细腻丰富,还经久不散,这是咖啡豆品质良好、研磨充分的标志。”小吴说。

用心,是我跟小吴学习时最直观的感受。除了做堂食时的讲究,外卖也不马虎——小吴告诉我,普通外卖咖啡杯虽然出餐时方便,但顾客喝不完只能用手掂着,还容易洒;为了方便顾客,小吴把外卖咖啡杯换成了成本更高的带扭盖的直筒食品级塑料杯,咖啡不洒,喝不完还能装进包里,她的这一改变在外卖平台广受好评。

做完咖啡,我向小吴请教怎么挑咖啡豆,小吴却告诉我手挑咖啡豆保障不了卫生。为了保证品控,她都是直接找厂家定制,需要什么品种的豆子、需要烘焙到什么程度,她都亲自到厂里把关,温度、湿度、时间亲自掌握。

“你要实在想找手挑咖啡豆的感觉,就做个咖啡豆手串吧。”小吴很麻利,说着就给我摆好了做咖啡豆手串的材料和工具。“这个主意是前几个月顾客提的,我觉得很好,就上架了。”善于采纳顾客意见是小吴的优点,在她的店里,顾客可以直接购买咖啡豆手串成品,也可拿咖啡豆和串珠自己制作。咖啡豆手串缠绕腕间,闻一下提神醒脑,是很好的咖啡衍生品,亲手制作还能表达心意。小吴的咖啡豆手串一经推出,就在周口年轻群体中成为爆品。

小吴健谈、活泼,喜欢创意设计。出于对家乡的热爱,她曾与周口市博物馆合作推出文创咖啡和帆布袋,结合周口传统文化元素,令人眼前一亮。

一天的体验即将结束,我跟小吴商量把她的职业写成“咖啡主理人”,她果断拒绝。经过系统培训后,小吴不愿意把自己定位成高高在上的姿态,她更愿意照顾大众的口味,像伙伴一样向顾客分享好的咖啡豆,把用心制作的咖啡、务实与优雅并存的生活方式推荐给每一位有心人。“就叫我‘咖啡伙伴’吧!”小吴说。