

SIAM EXPAT



TROUVER ET EMBAUCHER UNE NOUNOU/HELPER À BANGKOK

PAR AUDREY – MAMAN FRANÇAISE À BANGKOK
CO-FONDATRICE DE SIAM EXPAT
INSTAGRAM AUDREY_BKK



Introduction

Quand nous sommes arrivés à Bangkok avec ma famille, j'ai dû moi-même chercher une nounou pour nos enfants. Comme beaucoup de familles expatriées, je ne savais pas par où commencer : quels salaires proposer ? Où chercher ? Comment être sûre que la personne choisie était de confiance ?

Après plusieurs semaines de recherche, d'entretiens et de discussions avec d'autres expatriés, j'ai pu embaucher une nounou fiable et compétente. Ce guide est rédigé avec mon expérience personnelle et regroupe les informations essentielles pour vous aider à gagner du temps et éviter les erreurs.

@AUDREY_BKK



Combien ça coûte ? Budget Helper à Bangkok

Voici un aperçu détaillé des salaires et coûts moyens en 2025, exprimés en baht (THB) et en euros (€) (taux 1 € = 36 THB).

Profil	Salaire mensuel (THB)	Salaire mensuel (€)	Remarques
Helper thaïlandaise	12,000 – 18,000 THB	335 – 500 €	Culture locale, peu d'anglais
Helper philippine	18,000 – 25,000 THB	500 – 695 €	Anglais courant, forte expérience avec expats
Helper birmane	10,000 – 15,000 THB	280 – 415 €	Plus abordable, barrière de langue possible

Options de logement

- Live-in (à domicile) :
 - Plus de disponibilité
 - Prévoir chambre et repas
- Live-out (rentre chez elle le soir) :
 - Plus d'intimité pour la famille
 - Moins de flexibilité

Combien ça coûte ? Budget Helper à Bangkok

Coûts annexes à prévoir ;

Poste de dépense	Montant THB	Montant €
Nourriture (si live-in)	~2,000 THB/mois	~55 €
Congés payés (15 jours/an)	inclus dans salaire	-
Bonus annuel (souvent 1 mois de salaire)	selon profil	-
Activitée avec enfant	1,000 – 3,000 THB/mois	30 – 85 €

Exemple de budget famille avec 2 enfants

- Helper philippine live-in :
 - Salaire : 20,000 THB (555 €)
 - Nourriture : 2,000 THB (55 €)
 - Extras divers : 1,500 THB (42 €)
 - Total mensuel : 23,500 THB ≈ 652 €



Checklist d'Entretien pour Nounou/Helper

Expérience & références

- Depuis combien de temps travaillez-vous comme nounou/helper ?
- Avez-vous déjà travaillé avec des familles expatriées ?
- Pouvez-vous fournir des références (numéro de téléphone d'un ancien employeur) ?

Compétences pratiques

- Savez-vous cuisiner des repas adaptés aux enfants ?
- Savez-vous donner les premiers secours ?
- Êtes-vous à l'aise avec les bébés (changer, nourrir, endormir) ?

Organisation & disponibilité

- Préférez-vous live-in ou live-out ?
- Êtes-vous disponible le week-end ou en soirée si besoin ?
- Combien de jours de congé souhaitez-vous ?

Langue & communication

- Parlez-vous anglais ? français ?
 - Êtes-vous prête à apprendre quelques mots pour interagir avec les enfants ?
- 



Red Flags

(signaux d'alerte)

- Refus de donner des références
- Changements d'employeurs trop fréquents
- Attentes salariales déconnectées du marché
- Pas de clarté sur ses disponibilités ou ses congés

Astuce pratique : préparez un tableau comparatif avec plusieurs candidates, et notez-les sur des critères précis (expérience, anglais, douceur avec enfants, flexibilité, budget).



Modèle de Contrat de Travail pour Nounou/Helper

Important : toujours demander une copie de la carte d'identité thaïlandaise (ou du passeport si elle est étrangère) et l'annexer au contrat. Cela évite les litiges et prouve la bonne foi des deux parties.

Version anglaise (simple)

Employment Contract – Domestic Helper

This contract is made between:

Employer (Family/Parent): [Name, Address, Phone]

Employee (Helper/Nanny): [Name, Nationality, ID/Passport number]

1. Job Description:

The Employee agrees to provide childcare, household chores, cooking (if required), and other tasks as agreed with the Employer.

2. Working Hours:

[Specify hours, e.g., 8:00 – 18:00, 6 days/week]

3. Salary & Benefits:

Monthly Salary: [Amount in THB and €]

Food & Accommodation: Provided / Not provided

Bonus: [Specify, e.g., 1 month salary per year]

4. Days Off:

- Employee is entitled to [X] days off per month, plus public holidays as agreed.

5. Termination:

- Either party may terminate this contract with [30] days' notice.

6. Attached Document:

- A copy of the Employee's ID card or passport is annexed to this contract.

Signed in Bangkok, on [Date].

Employer: _____ Employee: _____

Modèle de Contrat de Travail pour Nounou/Helper

Important : toujours demander une copie de la carte d'identité thaïlandaise (ou du passeport si elle est étrangère) et l'annexer au contrat. Cela évite les litiges et prouve la bonne foi des deux parties.

เวอร์ชันภาษาไทย (Thai version)

สัญญาจ้างงาน - แม่บ้าน/พี่เลี้ยงเด็ก

ระหว่าง

- นายจ้าง (ครอบครัว/ผู้ปกครอง): [ชื่อ, ที่อยู่, โทรศัพท์]
- ลูกจ้าง (แม่บ้าน/พี่เลี้ยง): [ชื่อ, สัญชาติ, เลขบัตรประชาชน/หนังสือเดินทาง]

1. หน้าที่การงาน:

ลูกจ้างตกลงให้บริการดูแลเด็ก ทำงานบ้าน ทำอาหาร (ถ้าจำเป็น) และงานอื่น ๆ ตามที่นายจ้างกำหนด

2. เวลาทำงาน:

[ระบุ เช่น 8:00 – 18:00, 6 วัน/สัปดาห์]

3. ค่าจ้างและสวัสดิการ:

- เงินเดือน: [จำนวนบาท/เดือน]
- อาหารและที่พัก: จัดให้/ไม่จัดให้
- โบนัส: [เช่น 1 เดือนเงินเดือน/ปี]

4. วันหยุด:

ลูกจ้างมีสิทธิวันหยุด [X] วัน/เดือน รวมถึงวันหยุดนักขัตฤกษ์ตามที่ตกลง

5. การยกเลิกสัญญา:

ทั้งสองฝ่ายสามารถยกเลิกสัญญาได้ โดยแจ้งล่วงหน้า [30] วัน

6. เอกสารแนบท้าย:

สำเนาบัตรประชาชนหรือหนังสือเดินทางของลูกจ้างแนบไว้กับสัญญานี้

ลงนาม ณ กรุงเทพมหานคร วันที่ [.....]

นายจ้าง: _____ ลูกจ้าง: _____



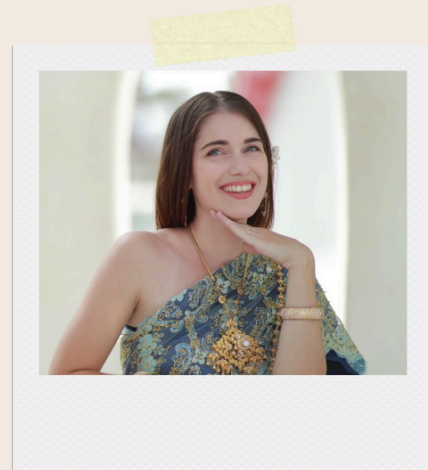
Ressources utiles pour parents expats à Bangkok

- **Groupes Facebook** : French expats in Bangkok, Bangkok Mamas, Expat Families Bangkok
- **Agences fiables** : certaines proposent screening et contrats officiels
- **Numéros utiles** :
 - Police touristique : 1155
 - Ambulance : 1669
 - Bumrungrad International Hospital : +66 2 066 8888
 - Samitivej Hospital : +66 2 022 2222

Trouver une nounou/helper à Bangkok peut sembler compliqué au début, mais avec les bonnes informations, un contrat clair et une copie de la carte d'identité jointe, vous êtes protégés et gagnez en sérénité.



A propos de moi



Je suis Audrey, maman française à Bangkok avec sa famille, depuis 2023.

Je suis co-fondatrice de Siam Expat, une société avec des services dédiés aux expatriés ou aux personnes souhaitant s'expatrier.

📞 **Tu veux en parler avec moi ?**
Je t'offre un appel de 20 minutes

👉 Pour **m'écrire sur WhatsApp** :
+66 098 961 6341

📸 Suis mes partages sur **Instagram** :
[@audrey_bkk](#)

🌐 D'autres ressources pour familles expatriées :
www.siam-expat.com



MERCI

@AUDREY_BKK