

微客的尼泊爾

一、服務源起

從《甄嬛傳》、《步步驚心》到《如懿傳》、《延禧攻略》，若是一名從不錯過各式各樣的歷史劇和宮廷劇的追劇人，必定知曉電視劇裡凡是談及清朝的乾隆皇帝，常常出現的重要劇情之一，同時也被歷史學家認為乾隆皇自稱「十全武功」最著名的功績一事，就是平定廓爾喀的戰役。在延禧攻略一劇中，宮廷侍衛富察傅恆與海蘭察曾為乾隆四處征戰軍功赫赫，在真實的歷史上就曾征討廓爾喀兩次。而這廓爾喀到底在哪裡呢？清代的廓爾喀王朝首都的所在地 Gorkha，就是現今微客設立於尼泊爾的服務據點，在當地耕作時甚至還會發現刻有當時清代的錢幣。

除此之外，在漫威電影《奇異博士》中，班奈狄克·康柏拜區飾演的 Doctor Strange 因車禍受傷，喪失工作能力之後，希望可以重獲新生而踏上尼泊爾，展開一段改變生命的旅程。其中拍攝的場景正好也是微客下榻尼泊爾首都加德滿都住宿旅館的街區。

這個位於喜馬拉雅山南麓的神秘國度，素來以千年古蹟與美麗山丘吸引著世界各地無數的觀光旅客而聞名，但當地鮮為人知的農奴制度直到今日仍然存在這綿延不絕的群山裡。生為尼泊爾的農奴必須為地主做牛做馬，沒有得到地主同意不得離開耕作的田地另謀生計或是依附其他地主。

2008 年當地政府立法廢除農奴制度，但數千年的生活習慣並不是一紙命令所能解決的。過去十幾年來，農奴在表面上雖然獲得了自由，但他們很難獲得屬於自己的土地或謀生技能，因此被解放的農奴孩子，又再度陷入了上一代的輪迴，被迫繼續成為地主的財產，無法擁有讀書求學，快樂長大的機會。同時在當地學校即使安排了各項學科，卻依然找不著教師。

二、服務內容

微客與當地村落合作走進加德滿都西部和西南方的偏遠山區，觀察當地學生需求，帶領志工們規劃並籌備當地所欠缺的教學課程，協助當地小學進行美術、音樂、體育、自然數學、英文等科目的活動規劃服務。

這些山區的孩童們因為學校地處偏遠，極度缺乏教育及資源，在課堂上也只能以傳統式的口語傳達學習，因此規劃藉由音樂讓孩子更容易融入學習，同時也教導孩子學習中英文，增加未來長大後就業的機會，或透過藝術來繪畫出自己的夢想。透過微客的志工服務讓當地孩童在學習上能變得更加有趣和多樣化，過程中，志工們與當地孩子也有了更深入的互動相處，讓偏遠山區孩童能保有在快樂的環境下獲得求學的權利。



三、服務對象

服務對象為當地村落的孩童，從幼稚園到高年級的孩子都有，幼稚園和一年級的孩子較無法用英文溝通，因此活動內容會以體育、歌曲、繪畫等方式進行，中高年級的孩子則可以用簡單的英文溝通，進行英文、數學、科學等活動規畫。

四、服務期間生活起居

飲食	<p>早餐：湯泡麵或果醬吐司及當地餅類等，還有大家讚不絕口的 masala tea。</p> <p>午餐：咖哩、飯、鹹綠豆湯、辣醬、玉米糰、紅白蘿蔔小黃瓜等。</p> <p>晚餐：湯麵、咖哩、米飯、餅類及 momo 等。</p> <p>擔心吃不習慣及吃素的志工請自備台灣罐頭搭配著吃，飲用水部分在進入服務據點前於市區購買瓶裝水。</p>	
穿著	<p>因當地民風純樸，請避免穿著膝蓋以上的短褲或短裙，鞋子以步鞋為主。(服務期間須穿著微客背心，於交通轉換過程則須穿著微客黃T，如搭乘飛機、接駁車等)</p> <p>10~5月為尼泊爾乾季，早晚溫差大雨量少，入夜後溫度會降到10度以下，建議以洋蔥式穿法為佳。6~9月為雨季，平均氣溫約19~27度，天氣炎熱午後通常會降雨，記得攜帶雨具、防滑拖鞋或是涼鞋。</p>	
住宿	<p>服務期間入住據點提供的志工宿舍，須自備睡袋(建議保暖型睡袋，若沒有睡袋可以向微客總部租借)，當地無熱水且水源不足，有廁所但沒有浴室，建議有太陽時可以到河邊洗頭或挑戰十天不洗澡，會是一個難忘的體驗。</p> <p>同時盡量減少垃圾量，保護環境也保護當地。</p> <p>當地供電不穩定，有時候會全村跳電，務必攜帶手電筒，志工可以帶足行動電源，減少當地電力的使用。</p>	
交通	<p>從尼泊爾首都加德滿都，轉巴士再步行至服務據點，路途顛簸，會暈車的夥伴記得出發前可以先吃暈車藥。</p>	

五、尼泊爾服務據點介紹

Lalitpur • Nallu | 農奴二代

微客與當地村落合作走進加德滿都西南方的偏遠山區，早晨來一杯溫暖的尼泊爾奶茶開始新的一天，白天由志工們帶領有趣和多樣化的活動讓當地孩童在學習上能有新的刺激，下課時牽起孩子們的手一同陪他們走過溪谷和山林回到村子裡，志工們與當地孩子一同生活在一起，深入的互動與相處讓偏遠山區孩童能保有在快樂的環境下獲得更廣闊的見識。



Lalitpur • Bharder | 農奴二代

微客與當地村落合作走進加德滿都西南方的偏遠山區，這些山區的孩童們因為學校地處偏遠，在學習上常以傳統式的口語傳達學習，許多人在成年後選擇繼續留在村子內務農，甚至有些人一輩子都沒離開過生活的山頭，志工的進駐為當地孩子帶來看見外界的希望，透過有趣和多樣化的活動帶領，將大山以外的世界帶到孩子眼前，以鼓勵孩子勇敢向外探索。



Gorkha • Keureni | 農奴二代

微客進駐於加德滿都西部的偏遠山區，服務期間因直接住在當地村落當中，因此常有村民表演尼泊爾傳統舞蹈與我們同樂，而村子裡的老奶奶們會拿出五彩繽紛的尼泊爾傳統沙麗，為大家穿戴打扮。膳食由當地村民以在地食材準備，享受來自最道地的尼泊爾庶民料理，體驗當地文化的同時也教導孩子學習中英文，增加未來長大後就業的機會。



六、微客國際志工說明會

場次	時間(2026 年)	地點
線上場	每月皆有 ★03/18(三) ★04/16(四) ★05/12(二) ★06/10(三) 時間：19:00~20:30	Google Meet 會議室代碼：cua-rvxh-fau 會議室連結： https://meet.google.com/cua-rvxh-fau (各場次時間請至官網查詢)

※請至微客官網報名微客國際志工說明會，了解更多微客國際志工的故事，可掃右方 QRcode 連結活動資訊。以上活動若有變動，請以微客官網公告為主。



七、2026 尼泊爾梯隊一覽表

(以下梯隊所列將以官網公布為準)

服務國家	服務據點	梯隊日期(暫定)	天數	台灣集合費用	當地集合費用
尼泊爾	Lalitpur • Nallu	06/18~06/25	8天	NT\$56,000	NT\$33,000
		07/02~07/09			
	Kathmandu • Tokha	07/11~07/18			
	Lalitpur • Bharder	08/15~08/22			
	Gorkha • Keureni	07/02~07/13	12天	NT\$60,000	NT\$37,000

八、費用說明：

	費用包含	自行預備	旅遊平安險
台灣集合	機票、當地交通、住宿、服務據點 膳食、行前訓練、保險、黃T、掛飾、 稅金及當地服務行政支出。	護照辦理、簽證申請、居住地至台灣 機場集合地之交通、各國規定之相關 疫苗、活動規劃所需材料及服務據點 外個人消費。	詳如下列說明。
當地集合	集合後當地交通、住宿、服務據點 膳食、行前訓練、黃T、掛飾、稅金 及當地服務行政支出。	機票、保險、護照辦理、簽證申請、 各國規定之相關疫苗、活動規劃所需 材料及服務據點外個人消費。	需自行投保。

※選擇“當地集合”，可依照個人規劃，訂定提前抵達、延後返回或前往其他地區(國家)的班機，

擁有更多自由時間停留當地國家，惟在服務進行時須配合梯隊的服務規範。

選擇“台灣集合”，則須配合梯隊同進同出。

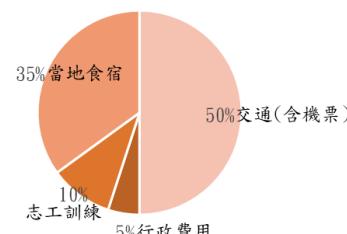
※梯隊費用超支不足部分由微客負擔，若有餘額則轉為當地服務費用。

※當地集合者請務必確保於集合時間前準時抵達，否則視同放棄此次出隊，恕不退費。

(以微客總部出隊前發布出隊通知公告為主)

※保險：年滿 15 歲者投保旅遊平安險 400 萬意外身故及 40 萬疾病意外醫療，

未滿 15 歲者僅保 20 萬疾病意外醫療。恕不協助辦理“當地集合者”及“密集投保者”相關事宜，請見諒。



九、過往航班參考(以 2025 年 8 月，第 1275 梯隊為例)

	航空公司	出發機場	抵達機場	出發時間	抵達時間
去程	國泰航空	桃園國際機場(TPE)	香港國際機場(HKG)	13:20	15:25
	國泰航空	香港國際機場(HKG)	加德滿都國際機場(KTM)	19:15	21:45
回程	國泰航空	加德滿都國際機場(KTM)	香港國際機場(HKG)	23:00	06:00
	國泰航空	香港國際機場(HKG)	桃園國際機場(TPE)	08:00	09:55

※以上為過往梯隊班機行程，僅做參考，本次梯隊實際將依航空公司提供為準

十、過往集合時間及地點參考(以 2025 年 8 月，第 1275 梯隊為例)

	集合(解散)地點		集合(解散)時間	備註
台灣集合	集合點	桃園國際機場	梯隊天數第一天 11:00	掃下方 QRcode 查看「當地集合」注意事項說明。
	解散點	桃園國際機場	梯隊天數最後一天 14:00	
當地集合	第一集合點	加德滿都國際機場	梯隊天數第二天 00:30	
	第二集合點	加德滿都旅館	梯隊天數第二天 02:30	
	第一解散點	服務據點-市區~~	梯隊倒數第三天 13:00~	
	第二解散點	加德滿都旅館	梯隊倒數第二天 21:00	

※以上為過往資訊，僅做參考，本次梯隊將於出隊前兩週以微客總部 Email 通知為準

十一、梯隊行程規劃

天數	活動內容	住宿處
第一天	台灣(桃園國際機場)－曼谷－加德滿都國際機場	加德滿都
第二天	加德滿都－服務據點(搭乘接駁車)	
第三天 第九天	服務行程 教學-偏遠學校或村落弱勢孩童教學及活動帶領 體驗-當地生活(文化節慶、家訪) 日常交流-與村民孩童文化交流	服務據點
第十天	服務據點－加德滿都(搭乘接駁車)	加德滿都
第十一天	加德滿都(自由活動，可自行安排前往杜巴廣場、博達哈佛塔、夢花園等)	
第十二天	加德滿都國際機場－曼谷－台灣(桃園國際機場)	返家

※以上行程依當地實際狀況調整

十二、報名方式及相關說明：



選擇梯隊


 繳交費用
上傳資料


行前籌備訓練



出發



志工證明

 寄發
報名成功
EMAIL

 出隊前 1-2 個月
微客引導員主動
聯繫各隊員

 行李打包
簽證辦理

 梯隊結束後
繳交心得

1. 報名方式：請至微客官網進行梯隊報名、資料填寫及費用繳交。可掃右方 QRcode 查看所有梯隊，並登入會員報名，名額有限，額滿為止。



2. 國際志工行前籌備訓練資訊如下：

出發成為微客國際志工前，需事先預備好自己尤其重要，因此參與志工行前籌備訓練，便可完整了解「服務內容」、「服務據點現況」、「志工角色」等，以提升自己於服務期間獲得相關技能與知識，因此請務必出席每次的志工行前籌備訓練。
可掃右方 QRcode，登入會員，報名行前籌備訓練。



場次	時間	地點
微客志工訓練	台南場 2026/05/30(六) 09:00~17~00	台南文化創意產業園區
	台北場 2026/06/13(六) 09:00~17~00	致理科技大學
	2026/12/19(六) 09:00~17~00	
梯隊籌備會(各梯至少一次)	由梯隊共同討論	微客總部或由梯隊共同討論開會地點

※以上國際志工行前籌備訓練若有變動，請以微客 Email 及官網公告為主。

十三、國際志工好書推薦：



《陪他們走一段回家的路》 朱永祥 著 | 木馬文化出版

農村裡沒有像城市中的高樓大廈阻隔了彼此的關係，我們和孩子們在一望無際的草原、農地、山巒、田野裡奔馳、玩耍、談天、說笑，就好像這個世界的一切紛擾，都可以因為一個孩子的笑容彷彿不存在了。陪他們走一段回家的路，是生命中最美好的時光，也是我認為這是全世界上無可比擬最美麗的風景....

《沒有答案的旅程》 朱永祥 著 | 木馬文化出版

我們的一生似乎總是在想方設法地透過比較、競爭、打敗對方來贏得自己想要擁有的一切，在我們的眼中只有「自己」，卻忘了人和人之間從最起初時，原本就應該存在的彼此給予和分享的本能....



十四、捐款支持：

每個孩子都應該享有食物、遊戲、受教育和被愛的權利，因此小小的一份心意，也能匯集成大大的力量。除了擔任微客國際志工實際走進服務據點陪伴當地孩子們，同時可以選擇捐款支持微客在台灣及各國弱勢孩童服務專案，繼續成為微客遠方孩子們的守護者。

可掃右方 QRcode 連結捐款網址，了解更多微客的服務。

※重要說明：凡捐款者，微客將於隔月初開立可抵綜合所得稅之正式捐款收據，若需指定收據抬頭，請於捐款頁面填寫即可。所有捐款款項將全數作為微客服務專案計畫之用，最後再次感謝您的愛心支持。



【社團法人台灣微客公益行動協會】

立案字號 | 台內社字第 1010190739 號

地址 | 新北市板橋區文化路一段 266 號 12 樓之 1

電話 | (02) 3322-5103

【交通路線說明】

捷運 | 新埔站 2 號出口，步行 5 分鐘

台鐵、高鐵 | 板橋站，步行 15 分鐘

公車 | 藍 16、藍 19、藍 32、藍 35、88、99、233、245、264、310、701、702、703、806、
台北客運 10、台北客運 15、基隆客運（台北-基隆）、桃園客運（大溪-台北）