



「原來我得嘍」

美國中學交流計劃 獎學金 (2011 年創辦)

給積極人生，推己及人，貢獻社會，及家庭經濟困難的年青人一個改變一生的機會！

2021-2022 得獎同學進度報告 (八月)



宏宗建築獎學金 (捐款人：黃羅輝先生)

鄧俐欣 中五 基督教聖約教會堅樂中學



8月27日的晚上，經過重重難關後，我終於最終到達目的地。在我下機後，我懷着既期待又不安的心情，擔心自己找不到 host mom 和 host sister。在我擔心之際，在遠處便看見兩位外國女士，隔著玻璃舉着牌子並向我招手，我加快腳步走向他們，再三確認紙牌上的名字是自己後，我飛快地跑向他們，他們給我一個大大的擁抱，原來之前的憂慮都是多餘的，他們早就在那裏迎接我了。或許是因為那晚太夜，我們都累得在忘了在機場拍照，所以我們隔天便到機場重新拍照，雖然是隔了一天，但我依然很雀躍，在機場初見面的畫面，印在我的腦海裏，實在是記憶猶新！



我在這裏生活了大約三星期。記得來到的第一個星期，我不敢說太多話，怕自己的發音不好，會被人嘲笑；聽不懂別人說什麼，也不敢開聲發問，只會微笑。課堂上尤其艱難，我幾乎完全聽不懂老師說什麼，小組討論我只會說“sorry, I don't know”或者只說一兩句話；也沒有主動認識朋友，只是跟相熟的交流生溝通；回到家後，也沒有主動與家人太多交流。第一個星期真的很困難，因為英文不好的緣故，與別人溝通成爲了一個難題，我也因此變得較內向。但我知道這樣生活下去，是不可以的，所以儘管很辛苦，我也沒有因此而不上課或自我封閉；反而，我了解到：我要學會主動！



在第二第三個星期，我逐漸適應這裏的環境。我沒有當初那麼抗拒英文，更會主動與接待家庭溝通，互相了解更多。他們亦很友善，不介意我的發音不準確或語法不正確，總是很有耐性地向我聆聽和解釋，他們給了我很大的鼓勵和動力，使我在學校裏表達自己更多。在課堂上，我開始會主動舉手回答問題；小組討論時，我開始會發表自己的意見；交流生同學以外，我還主動認識其他的同學。在課堂上，我依然有很多不明白的時候，但我聽懂的字和句子多了！我亦在課堂後向教師請教並將自己的困難告訴老師。主動的結果是我們可以互相協調，老師亦給予我很多額外的幫助，能讓我減少學業上的壓力，亦令我增加對學習的熱誠。Host mom 有時候會組織交流生的活動，我在活動中認識了很多交流生，認識了美國和香港以外的文化，如德國文

主辦：「我都得」教育基金有限公司

電郵：yesicanhk@gmail.com 網址：www.yesican.org.hk



「原來我得嘍」

美國中學交流計劃 獎學金 (2011 年創辦)

給積極人生，推己及人，貢獻社會，及家庭經濟困難的年青人一個改變一生的機會！

化。在這短短三星期，我認識到了不少朋友，逐漸體會到外國的風土人情，我越來越期待接下來的日子了！

Host dad 每天晚上都會為我們炮製特色的菜式，我期望有一天，我能夠親手為他們烹飪香港的家常小菜，讓他們品嚐，體驗不一樣的風味。此外，我希望自己能一直保持着學英文的熱誠，早日克服心理障礙，並進一步與人溝通，接受更多新事物，我要加倍努力學習！我期待接下來自己的進步！



舊生會勉言：

萬事起頭難，但我見到俐欣你的努力，就一點也不擔心你啊！你是一個十分堅韌的孩子，我相信所有的困難你都可以迎難而上，挑戰不可能！我也很期待你的成長和進步，記得多多和我們分享你的好消息。



「原來我得嘍」

美國中學交流計劃 獎學金 (2011 年創辦)

給積極人生，推己及人，貢獻社會，及家庭經濟困難的年青人一個改變一生的機會！



馬老師知行合一獎學金 (捐款人：文化協進中心)

冼采瑤 中五 藍田聖保祿中學



經過數月的等待，我終於踏上了出發的旅程，只是飛去美國的路途一點也不輕鬆，全程帶着口罩、獨自拿着沉甸甸的行李轉三程機、飛機起飛降落引起的耳鳴……經歷了大約三十二小時，我終於到達美國了！



在出發前，我已經和接待家庭保持以電郵交流，當真正與他們見面時，我們都藏不住內心的喜悅，還記得接待在回家的路上不斷地說：「這一切都好像是假的！」回到家已經是凌晨時分，然而，接待家庭仍然很熱情地迎接我，將家裏的設備一一介紹。但是，我最後仍是抵不住睡意的來襲，很快就進入夢鄉，這就是我到達美國的第一天！

接下來的幾天，接待家庭帶我四處逛逛，透過家庭認識了幾位當地的朋友，她們對中國文化和香港也十分感興趣，我就像一個小老師，一一解答她們有趣的問題，而這個小老師在接著的幾天也不能休息，因為要繼續和接待家庭交流文化，很慶幸我能遇上一個如此包容和友善的家庭，即使我們有着文化差異，他們仍然很樂意去接納，甚至特意為我預備了一些亞洲的食材！

很快地，我在美國的日子已經一星期，學校也剛剛開學了。為了挑戰自我，我選擇了三科 AP 的課程，分別是美國歷史、電腦科學和微積分，當中我最期待是電腦科學，因為我一直都對電腦感興趣，但是又無從入手，這些都是很好的機會，我會盡全力去學習！



初來到人生路不熟的美國，一切都要從頭開始，要習慣用英語溝通，要適應和接待家庭一起生活，要放膽去嘗試不同的事物。比起怕辛苦，我更加是珍惜我現在擁有這個機會，我相信這一年的交流生活，會比起以往的每一年更美好、更精彩、更豐盛。

舊生會勉言：

采瑤果然是采瑤！雖然旅途一點也不輕鬆也成功挑戰自己！我很認同你所講，不要怕辛苦。只有在「辛苦」的環境裏考驗自己，才会有突破和成長。你現在所處的環境足夠「辛苦」，相信你會抓緊這個機會，繼續進步。加油！

主辦：「我都得」教育基金有限公司

電郵：yesicanhk@gmail.com 網址：www.yesican.org.hk



「原來我得嘍」

美國中學交流計劃 獎學金 (2011 年創辦)

給積極人生，推己及人，貢獻社會，及家庭經濟困難的年青人一個改變一生的機會！



華樂德獎學金 (捐款人：法住人)

張恩慈 中五 觀塘官立中學



八月十四日與家人在機場道別後，我便要獨自踏上前往美國交流的旅程了。我是第十屆中最早出發的一個。出發途中我感到既緊張又期待；緊張是因為我從來沒有自己一個人乘搭長途班機及到那麼遠的地方，而期待的原因是正正那麼遙遠的地方有很多新鮮事正等待我去探索和發掘！

一到達美國，我很快便與接待家庭見面。他們非常熱烈地歡迎我，讓我感受到美國人的熱情。



接待家庭通知我，原來我來到美國的第三天便要上學，所以我便急忙地準備上學所需要的東西以及聯絡學校。第一天上學前，host mum和host sister都鼓勵我不要太緊張，所有事情只要take it easy便可以，他們亦都對我很有信心，尤其是交朋友方面以及上課方面。

在學校方面，在香港的學校通常只有800多人，可是我就讀的美國學校卻有4000人。而host mum亦告訴我，我就讀的學校是整個小鎮的代表學校，所以學校人數會比當地的其他學校更多。從一個面積較小的學校轉換到一個無比大的學校，而且一堂課完了便要立即找到下一堂課的課室，說真的，開頭是有一點不習慣，但是經過一個星期後，便開始習慣所有事情。

在美國不到1個月的時間令我大開眼界。來到美國後，我才知道真正的美國與我以為的美國很不同，例如兩地的上課模式。在香港，老師講課，學生抄筆記，當老師問問題時，基本上只有甚少的香港學生舉手回答問題。而在美國，老師問問題時，大部分的美國學生都會很主動地回答問題，就算回答錯誤，他們也不會介意。這令我更加欣賞他們不怕犯錯的精神。除了上課模式外，學校的氣氛也令我大為驚訝。美國的學生是會對自己學校感到非常自豪的，例如在競技比賽開始前，一些啦啦隊的成員會到學校的每一個角落進行巡演，帶起整個學校的氣氛，為自己學校要比賽的同學打氣。而沒有比賽的同學也會紛紛買票進場觀看比賽以及穿上代表自己學校隊伍的衣服，整個競技場都充滿這熱鬧的氣氛。

在接待家庭身上我也學到了很多東西，尤其面對生活的心態。因為我自己本身是對很多事情都感到緊張和執著的，例如考試，甚至是一個簡單的presentation。但來到這裏後，host mum常跟我說不用緊張，放鬆心情去面對所有事情，你會快樂得多。而確實，我在美國開始慢慢放鬆自己，嘗試不像以前繃緊自己，一切都以輕鬆的態度面對。

主辦：「我都得」教育基金有限公司

電郵：yesicanhk@gmail.com 網址：www.yesican.org.hk



「原來我得㗎」

美國中學交流計劃 獎學金 (2011 年創辦)

給積極人生，推己及人，貢獻社會，及家庭經濟困難的年青人一個改變一生的機會！

在未來的的10個月，我希望可以看到一個更加進步，以及快樂的自己。

舊生會勉言：

恩慈，你是我再第十屆所有得獎人中最擔心的一個，因為你給我的印象太「緊」了，我怕你有太多的擔憂，過於保護自己。但知道你遇見了一個溫暖的接待家庭，能給你足夠的鼓勵，讓你慢慢放鬆自己，我真的很放心！希望你繼續學習放開自己，勇敢嘗試新事物！你得㗎！

敬請期待下一期！

第五屆舊生：吳紫穎編輯

