



「原來我得嘍」

美國中學交流計劃 獎學金 (始於 2011 年)

「原來我得架」美國中學交流計劃
2016-2017 得獎同學進度報告 (2017 年 1 月份)

我都得教育基金(捐款人: 我都得基金) 陳金梅 (18 歲) 香港神託會培敦中學 中五

2017 年 1 月是一年的新開始，也意味著去年已經過去了。新的一年，就會有新的開始。不要回望過去不愉快的事情，勇敢向前為自己踏出一步。

時間匆匆忙忙地流逝，轉眼間已經在美國渡過了大半年。回望那段我已留下的足跡，覺得多姿多彩，也沒有後悔當初的選擇。現在剩下的時間不多，只有四個月。正因為這樣，我更要好好珍惜餘下的寶貴時光。

在學校方面，上學期的學習已經完成，成績為 4A2B，GPA 為 4.125。我對自己的成績有一點的不滿意，但 GPA 卻出乎意料之外。由於上學期的成績未能達到自己的要求，因此我希望在下學期能以全 A 作完結。在這個學期，我修讀了陶藝，3D 設計，科技基礎等的科目。我修讀了相對上學期較簡單和在香港甚少接觸到的科目，因為我想有更多的時間為將來打算及計劃。並希望在剩下的時間，享受美國輕鬆自如的生活，亦陪伴接待家庭再度創造美好的回憶。除此之外，我已經開始為下個月尾的 ACT 考試作準備。我也選擇 ACT Prep 作科目之一，希望透過老師的幫忙，改善我的不足之處，以希望在考試當中達致最好的準備。



在美國交流其實也不是全部能一帆風順，當中有高山也有低谷的時候。即使這樣，我學會了在低谷勇敢面對，並把它跨越。所有的經歷亦不一定是美好的，也有可怕或不如意的。不過，那又如何呢！所有的事情都有我值得學習的地方，也使我成長了不少。就正如我們一家從 Florida 回家的路上，在高速公路遇上了第一次的交通意外。幸運地，我們都安然無恙和平安地回到家中。但為了確保一切正常，我們便到醫生作檢查。後來，發現了我頸椎有兩節輕微移位，因此現在每星期有三次的治疗，直至四月頭。這個經歷雖然恐怖，但感恩着我們也一切安好。我亦感恩着有醫生的幫忙，康復進步良好。很多事情的發生，你無法預料。但我深信每一件事情的發生都有它們的原因。

主辦：「我都得」教育基金有限公司 地址：柴灣青年廣場 3 樓 315-317 室
電話：3488-4595 傳真：3698-0164 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 (始於 2011 年)

在這個月尾是農曆新年，猴年正式結束，迎接而來的是雞年。由於文化的差異，新年並不是他們重要的節日之一。雖然沒有像中國一樣濃厚的氣氛，卻讓我感覺溫暖。因為在異地也能收到從遠方來的滿滿祝福，亦因為能與接待家庭在一間較有中國傳統的餐廳一起食晚飯慶祝。那裏的菜式內含中國的味道，和被其他人慶祝氣氛包圍，讓你感覺到新年的喜悅。正當你細味着菜式時，不知不覺讓你想起家人，帶着一絲絲回憶。當天，我非常感謝他們帶給我獨特的新年。

最後，一年的新開始。我期望能在 ACT 取得一個好成績，以及有更大的成長。我希望自己能進步更多，為我和他們畫下難忘的足印，及以積極的態度面對人生。我希望自己能成功，但我也也不怕失敗。因為失敗也是一個讓你成長進步的過程。

舊生會留言

金梅，能夠宣揚中國傳統節日給你的美國家人和朋友是十分可貴的。我們在交流學習當地文化時，也要為自己中國文化而感到自豪。

很開心聽到你在為 ACT 考試做準備，希望你能考取佳績。被你的交通意外嚇了一跳，但幸無大礙，希望你能好好珍惜身體及享受生活當中的高山低谷。

心儀 4

彭老師獎學金(捐款人：彭少英老師) 石浩怡(15 歲) 寶血女子中學 中四

It's already three months since i have been here, there is so much things happened to me and i feel so blessed. I meet a lot of friends and my host family have been so nice and friendly to me, as time goes by, we get to know each other better even spending the first Thanksgiving, Christmas or even the New Year together.

The night of New Year's Eve, we played a game called barricade then lasted until the New Year, spent almost 5 hours on that game and finally we found out that we were playing it with a wrong rule, Then, we had a drum jam , cider ceremony, and a count down together. We had such a great time so on the first day of new year, Tracy(my host dad) decided to go to a polar bear plunge. We got up early in the morning and went to the athletic club. We waited in the steam room to get warmed up while we were waiting , then we all lined up to go out to an outdoor pool, countdown for 10 seconds and get ready to jump ! Jumping into a icy, cold water was one of my favourite thing because it made me feel awake and stimulated. We jumped for 4 times afterward and we were so addicted to it, we then got a cup of hot drink, that day was such a great day.



主辦：「我都得」教育基金有限公司 地址：柴灣青年廣場 3 樓 315-317 室
電話：3488-4595 傳真：3698-0164 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 (始於 2011 年)



Molly's friend , Mayla, came back from Ecuador, talked about things what she did in her exchange year like bungee jump... which makes me want to be part of it. We had a amazing time together, we went to a nearby neighbourhood and sled with our DIY sledding board. Unfortunately, Molly got her knee and elbow hurt , and Mayla fell on a dog poop when she was running back to home. Mayla spent a lot of time cleaning on her clothes and Molly had to use a cold pack to make the bruise away . We then went to a coffee shop called Mountain Moka and got a chocolate muffin and a hot chocolate.

After weeks of snow days, Molly and i realised that we should study for SAT which we would be taking later in the month. We had been studying for a whole month but because of the snow days, we kind of forgot about it. After taking the SAT , Molly and i went to Mayla's house to babysit, We spent time with her three little brothers having nerf gun fights and playing various games. On our way home, we stopped at Safeway to get ice-cream and our car wouldn't start all of a sudden , the key wouldn't even turned into the ignition. We got so panicked and Molly texted Katie for help ,Katie said to wiggle the steering wheel , we tried a few times but it didn't work. i thought it will be a good idea to turn the key and wiggle the wheel at the same time which made the car turned on. And it worked! We then got back home and made ice-cream sundaes with strawberry sauce, coconut chips, and bananas and watched my favourite TV show-Gilmore Girls.

My new year resolution is get an A in my English and psychology. Spend a wonderful time with my friends and family here, participate more in sports. My goals for next month is yo hope having a good time in my first winter formal dance, meet more new people and not to be shy, to be more patient and be generous to others and learn how to be blessful all the time. Most of all ,thank you to my sponsor for giving me a chance to come here, if i hadn't had the chance, i would have lost a valuable year in my life..

舊生會留言

很開心看到你和美國的家庭相處得很好,雖然只有短短 10 個月的相處,但我相信他們會成爲你以後一生中無可取代的家人。

很期待見到你下月在舞會的照片及跟我們分享的經歷。

一分耕耘一分收穫,你在 SAT 付出的努力是不會白費的。

心儀 4



「原來我得嘍」

美國中學交流計劃 獎學金 (始於 2011 年)

宏宗建築獎學金 (捐款人:黃羅輝先生)

吳紫穎 (16 歲) 基督教聖約教會堅樂中學 中五

2017 年, 新的開始。我在美國繼續我的交流生活, 相比剛到達時的迷茫擔心, 現在已是從容自在多了。感激獎學金, 給予我改變人生的機會, 讓我可以見識到太平洋另一邊的世界。這個一月, 大部分的事都進行得非常順利, 我也開始為來年計畫打算。

首先, 在學業方面。一月份收到了第一學期的成績表, 我得到了全 A。成績比我預想的高。上月曾經提過, 我的美史和地理老師因健康問題提早退休了。所以 11 和 12 月大部分時間是自修的。這讓我有些擔憂。所幸成績表證明了, 努力用心的話, 可以得到相等的回報。另外, 因為 host mom 的康復狀態時好時壞, 有時候痛的不能下床, 不能負擔接送我的責任。因此, 從這個月中開始, 我便改為了搭乘校巴上學回家。對於從小到大也沒有坐過校車的我, 這是一個全新有趣的體驗。雖然從沒有想過會在美國搭校巴, 但體驗到新的事情令我很高興。



其次, 今月發生了一件頗嚴重的事。鎮中有一個人, 因藏毒被警察抓了。而 host mom 和她十分相熟。為了不使她的孩子被送去社福機構, 我們接了她的兒子回家照顧。因為這件事, 我們不但需要照顧多一位孩子, 更要到警察局和學校等地方開會。

Host mom 才剛從失業的情緒走出來, 又遇上了這樣一灘事。這使她情緒又開始不穩定了, 有時候她會關自己在房間一聲不吭的, 有時候卻跟孩子們發脾氣。幸好, 她朋友沒有案底, 兩天後便保釋出來了。美國是一個強大的國家, 但同時內在也存在不少問題。複雜的家庭關係、不同的罪案。親身的來過, 讓我更真實的體驗到, 每一個國家或城市也有自身的好與壞, 想要準確的評價一個地方, 不可能只看單一面。

2017 年的 1 月。這是我第一年不在父母身邊過新年, 深深地感受到何謂「每逢佳節倍思親」。看到同學朋友在網上上傳的照片, 一家人開開心心拜年, 便更想念在香港的家人, 才發現家人朋友的愛能給的力量是遠大於所想的。

舊生會留言

紫穎, 對比當初剛到美國的你, 現在你更享受美國的生活。努力必定得到回報, 高興得知你成績優秀, 但也不要鬆懈, 再接再厲。得知你家庭的各種消息, 欣賞你用正面的態度去面對, 人生變幻無常, 重要的是採取什麼態度去面對。每件事都有不同方面的觀點, 並不能盡信單一方面, 大膽假設, 務實取例, 小心求證

心儀 4



「原來我得嘍」

美國中學交流計劃 獎學金 (始於 2011 年)

2017 年的第一個月，我的交流生活已過了半年，只剩下 5 個月的時間。很感恩，能得此機會，到這樣一個完全不同的地方。過去的半年，我在美國經歷了許多。有因為高興而大笑的；也有因為傷心而流淚的。除了是開闊自己的眼界外，更是一個成長和挑戰自己的機會。我學到自信、樂觀、感恩等等寶貴的東西。餘下的時間，我希望能享受每一天在這裡生活的時光，盡量體驗更多的事情。突破自己的局限，繼續開闊眼界。

祝各位新年快樂，事事如意。

馬老師獎學金 (捐款人: 馬曼霞老師) 簡志安 (16 歲) 沙田循道衛理中學 中四



月首是 2017 新開始，而月尾則是農曆雞年之起。

這個月的亮點，當然是第二學期、全新的時間表。我會修讀生物、健康、數學及英語。我在香港時亦有修讀生物科，但由於內容不同，因此進度亦不同；比如說演化被放在公開試時間表較後的位置，而美國生物科的第一課便是演化，當大家都在普通生物科對此課題有所認識時，我仍一竅不通，較為滯後。這算是來年的一大挑戰啊。值得注意的是英語科，本來作為交流學生的我是不用選讀的，但我認為在一個說英語的地方讀英語，算是頗特別的體驗，因此最後我還是選了。果然，我察覺了一個很大的差別：相較於香港的英文科，美國的英文科可說是美國文學科，對於文法等常識並不側重，相反課程大部份的時間都是在討論美國文學作品的。這個月，我們便在研究 *The Crucible*；難度並不高，只是寫作回應要快。

在一月頭的時間我也有了一生中首次親眼見到雪的體驗。記得那是一個星期五，我們都因為下雪而不用上課。早上起來我便為自己裹上一層層衣服，在白天的世界流連了一個多小時，樂不知疲。我不斷的拍照，在鄰里中亦不乏見到像我一樣出來玩耍的人。有說二月可能會再下多一次雪，可真讓人期待呢。



主辦：「我都得」教育基金有限公司 地址：柴灣青年廣場 3 樓 315-317 室
電話：3488-4595 傳真：3698-0164 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 (始於 2011 年)

我亦在一月中的時間考了第一次 SAT，是物理和化學的科目測試。由於每所學校的進度也不同，而且考試內容空泛，因此很難捉摸，我也自覺表現遜色。不過我覺得既然盡了力，也就無悔了。我在考試場地認識了一位朋友，也真讓我見識到在外國結交之易；亦見一位中年印裔美國人，她看到了我便主動介紹自己，當我提到我是交流生時，她更滔滔不絕地分享自己所聞。兩個亞洲人在異地用英文交談，算是陌生亦有一種難以解釋的親切感。

今年的農曆新年在美國度過，我們到了一間由華人經營的中式餐館吃飯。我點了一碟楊州炒飯，味道沒美國化的中式炒飯香濃，我實在忘記了那種難以演繹的淡。但每一口都特別飽足，也正是那種感覺區別了我的身份。

特朗普在一星期前宣誓，正式成為美國總統了。據說末日鐘因而被撥快了兩分鐘，希望在他的領導下美國能國泰民安，世界和平吧！我也要再接再厲，繼續努力。

舊生會留言

志安，勇於挑戰新事物是學習的第一步，欣賞你的主動，希望你即使遇挫折也不要放棄。看到你對雪的期待，親身體驗到新的事物是一件可喜的事，這也是交流過程中的得著。即使身在異地，也不忘自己的身份，中國仍有很多傳統值得我們欣賞

心儀 4

小肥牛愛心傳承獎學金 (捐款人: 郭耀松先生) 李德宜 (16 歲) 聖公會白約翰會督中學 中五

在元旦那天，我終於等來了人生的第一場雪。比起以往在電視上看過的，書中描寫過的都更要震撼和壯麗，彷彿也為新一年帶來了雪白無瑕的美麗開始。

在上一個報告也提及過一月有特別課程，我對此充滿了期待。每個星期我們有兩天到不遠處的農場裡做數小時的義務耕作，有幾位同學則到開放式廚房準備整個農場工作人員的午餐。簡單來說，就是農場會提供免費午餐，大部分食材都是從農場新鮮採摘，沒有肉類蛋類的素菜午餐。一開始我是不太習慣素食的，但幾頓下來，從肥膩的快餐中它成為了清淡自然的緩衝劑，不自覺地能享受素菜了，也能明白美國為何有這麼多素食主義者。雖然要在寒風中耕作，但是卻體會到了寧靜悠閒的舒適感，在美國農場中工作是我從未想像過的，可是居然成真了，並且讓我沉醉其中。



主辦：「我都得」教育基金有限公司 地址：柴灣青年廣場 3 樓 315-317 室
電話：3488-4595 傳真：3698-0164 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 (始於 2011 年)

另外的時間我們則是在觀看有關煮食的紀錄片，以及在附近教堂的廚房中煮食。在煮食前，我們會一起到雜貨店購買便宜及有營養的食材，主要是想讓我們知道自己在家烹飪是比吃快餐要更經濟實惠一些的。由於每次所煮的料理都不一樣，有時是泰式湯面，有時是墨西哥肉湯，有時是蛋糕等點心，所以我們都可以各盡所能地幫忙以及多方面地學習。形式也不像普通烹飪班般一板一眼的，而是讓學生發揮，老師在一旁指導一下，播著音樂輕鬆自在地上課。每次有多餘的食物剩下，我們都可以拿回去和家人分享，垃圾做好分類回收，十分環保。



這個一月課程還有很多選擇，例如電影製作、導盲犬訓練、爬山攀岩等等，切合不同學生的興趣和需要。在最後一天，如常有一個開放給公眾的匯演，展示這個月的所學，代替測驗考試，更能突出學生活學活用的優點。

月尾恰逢農曆新年，我被邀請到妹妹的小學參加中式新年派對，當然我是以義工身份去指導學生寫書法。短短兩個小時，來我位置的孩子約十位，他們都表演出對中文的興趣和勇於嘗試的特質，認真專注地埋頭寫字，我彷彿成了個磨墨的書僮。除了書法，主辦老師還準備了中國燈籠製作，餃子製作，寫揮春，十二生肖轉盤和不少亞洲零食，而孩子們的參與度和接受度都很高。這不由得再次刷新了我對美式教育的看法，他們志在實驗，而非從書本簡單略過。

下個月正式開始第二學期，即使在上學期表現良好，仍不可鬆懈。對於新課程新經歷，我抱有十分大的希望和信心。交流生活已經過了一半，隨時警惕自己且行且珍惜。

舊生會留言

德宜，嘗試不同的新事物是交流之意，希望你享受在美國的生活，體驗不同的文化。中國的傳統文化富有特色，能宣揚給他人是樂事，希望你能讓你的家人和朋友認識更多中國文化在探索各種新課程中，盼能學有所成，獲得樂趣

心儀 4

完