

# 咱厝“泳士”成功横渡英吉利海峡

## 耗时17小时16分游了54公里,系福建第一人



登陆法国的海滩后,林曙龙握拳挥扬:“我成功了!”8月14日,这个来自泉州惠安的男子,凭借钢铁般的意志,征服了万里之外的英吉利海峡。英吉利海峡直线距离约34公里,林曙龙挑战途中多次遭遇洋流,最终耗时17小时16分,游了54公里成功横渡。他也成为独自横渡英吉利海峡的福建第一人、全国第四人。

8月16日,本报记者连线还在英国的林曙龙,了解他不断挑战自我的故事。

□融媒体记者 廖培煌 张文琛/文 受访者/供图



庆祝成功

### 爱好游泳

#### 携队友横渡琼州海峡

今年35岁的林曙龙是惠安县螺阳镇东村人,在学校时就酷爱体育运动。大学毕业后,他爱上游泳,即便从事的外贸工作繁忙,也一直未间断,后来成了惠安县游泳协会的会员。2023年7月11日,他与协会的张连锋、王文辉游泳横渡23公里的琼州海峡。这次成功挑战,给了他极大的信心。

今年年初,他获悉有个外国人排期3年的英吉利海峡横渡名额要转让。虽然代价不菲,但他没有过多思考就接下来了。“毕竟,横渡英吉利海峡是许多游泳爱好者的梦想”。

英吉利海峡,又名拉芒什海峡,是分隔英国与欧洲大陆的法国,连接大西洋与北海的海峡。海峡长560公里,最狭窄处又称多佛尔海峡,宽34公里。英国的多佛尔与法国的加来隔海峡相望。

英吉利海峡水温低、跨度长,洋流复杂,海浪汹涌,海面上经常起雾,难辨方向,常年平均水温只有13℃,夏季也只有14℃—17℃,因此被称为“水上珠穆朗玛峰”。此外,横渡过程中需要应对多次水流变化,增加了挑战的难度。



横渡路线

### 提早准备 多次进行适应性训练

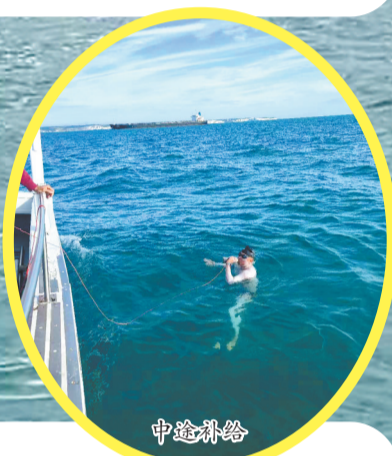
开弓没有回头箭,为了成功横渡英吉利海峡,林曙龙加大了训练力度。游泳次数、量程一直增加,高峰期时,每天保持5公里—10公里的游泳里程。

“英吉利海峡这时的温度在17℃左右。”林曙龙告诉记者,计划横渡英吉利海峡后,他多次前往外地的水域进行

锻炼。今年7月底,他特地选择浙江新安江进行6小时的冷水测验。新安江位于千岛湖下游,水常年冰凉,当时水温与英吉利海峡接近。根据测验结果,他适应得不错。

8月8日,惠安县游泳协会组织为林曙龙壮行,而后他从厦门启程抵达英

国伦敦。英国当地时间8月14日凌晨4点,林曙龙从英国的多佛尔海岸莎士比亚海滩下水,开启横渡之旅。英国当地时间8月14日晚9点20分,到达法国加来的海滩,成功横渡英吉利海峡,历时17小时16分钟。



中途补给

### 艰难挑战 遭遇强流一度偏离路线

这是一场心灵和身体的双重考验。凌晨4点的大海黑漆漆一片,林曙龙身上戴着英吉利海峡横渡协会要求佩戴的两盏闪光灯,一盏在头上,一盏在腰上,以便黑暗中能被一眼看到,保障安全。随行的导航保障船,是三名陌生的外国人:船长、观察员、营养师。

对于横渡选手来说,完全由陌生人导航、陪同横渡,本身也是一项挑战。横渡食品,林曙龙只带了13个能量胶,因为他计划在14个小时内完成挑战,刚好一小时补充一个。

林曙龙介绍,出发后的前12小时风平浪静,游得还算顺畅。当时距离最

佳登陆点3公里左右,按正常配速一个多小时就能够到达。他十分欣喜,琢磨应该以什么样的姿势登岸。谁知就在那里,船长喊话说,遭遇强流带偏,距离登陆点变远,横渡成功希望渺茫,问是否继续。“我抬头一看,海岸线居然消失了,剩下茫茫大海,心情一下子从天堂跌入地狱,咬牙回复‘继续游’。”

大概又游了3小时左右,强流再次袭来,船长第二次确认是否继续。林曙龙说,想着前辈的鼓励,要“抱着视死如归的心态”游,于是继续前进。大概游了1个小时,天黑了,船长第三次确认是否继续,同时提醒速度太慢、顶流太慢,

大概还需要2—3小时才能抵达岸边。“我会坚持到底!”他下定决心,加快了速度。

最后一个多小时,身上的能量胶全部吃完,没有东西可以补给,他继续咬牙坚持,全力顶流加速。最终,在船上人员的呐喊助威声中,他安全抵达法国海滩。

“很艰难,全身疼痛,无论如何,我完成了梦想,明天我要睡一天。”回忆起成功登陆后划过脑海的想法,他不由自主地笑出声来。他说,因为多次洋流影响,整个游程在54公里左右,比计划多出20公里左右。

### 成功横渡 “花费太多回去好好工作”

横渡英吉利海峡,被称为“攀登游泳界的珠穆朗玛峰”,是全球公认挑战难度最大、挑战人数最多、影响最为深远的横渡海峡运动,也是许多游泳爱好者

的终极梦想。数据显示,自1875年以来,全世界只有1500多人横渡成功。截至目前,中国大陆有4个单人横渡成功,分别为张健、谢延

红、陈苏伟,还有此次挑战成功的林曙龙。目前,林曙龙还在英国休息,计划于8月23日回国。“这次挑战花费太多了,回去要好好工作。”他笑着说。

## 鲤城首个——文物建筑完成电气化改造



电气化改造提升安全性

本报讯(融媒体记者王金植 通讯员李淑媚 林志福 文/图)近日,鲤城区旧馆驿24号民居完成“气改电”改造,这是鲤城区首个完成电气化改造的文物建筑。

旧馆驿24号民居是泉州市级文物保护单位旧馆驿古街巷的重要组成部分,承载着古城厚重的文化记忆,具有较高的文物价值。2023年,该民居被盘活利用成为餐饮空间。

今年4月,鲤城区组织开展全区文物建筑安全大排查大整治行动,发现该餐饮空间存在使用和存储燃气液化瓶不规范等问题,危及文物建筑安全。鲤城区文旅局第一时间责令该民居业主和餐饮店负责人停止使用燃气液化瓶,并指导其后厨改造使用电气设备。然而,该民居在改造过程中面临两大难题,一方面是周边容量不足以支撑餐饮厨房设备用电需求,另一方面是该民居与片区电表箱相距较远,电气管线铺设需进行路面破拆。

鲤城区文旅局与市古城办、电力公司等相关部门进行多轮探讨,并组织专家论证、技术评估、方案设计等流程,最终提出了一套具体可行的电气化整改措施。“改造需要秉持‘最小干预’原则,力求保障文物建筑安全的同时,最大限度地保留其历史风貌与文化韵味。”鲤城区文旅局相关负责人表示。

如今,旧馆驿24号民居顺利完成了电气化改造,文物建筑安全水平得到提升,电气化设备也更加符合现代餐饮服务需求,与古宅的古典美相得益彰。“以往明火导致后厨闷热,长时间工作难以忍受。”该餐饮空间的后厨工作人员告诉记者,电气化改造后,设备操作既方便又安全,工作环境也得到了改善。“后厨少了明火灶,店里的烟火气却丝毫不减。”

鲤城区文旅局相关负责人表示,接下来,他们将持续开展全区文物建筑安全排查整治,督促文物保护单位主体责任切实落实管理保护职责。同时,坚持“保护第一”的原则,推动文物活化利用,不断探索更多创新的文物保护方式,也期待社会各界形成合力,广泛参与和支持,为保护和传承文化遗产贡献应有之力。

## 清源山天湖700米栈道改造

本报讯(融媒体记者王金植)16日起,清源山景区天湖700米栈道及环湖景观改造提升工程开始施工。

清源山景区天湖路口至天湖广场的700米栈道及环路路段,因设施年久老化且存在一定的安全隐患,需要改造提升。为进一步完善景区配套设施,提升游览品质,16日起对天湖部分区域开展分段封闭施工,具体开放时间以后续公告为准,请游客朋友经过该区域时注意安全,根据现场通行指示标识游览。

## 南安:创新德育 用心浇灌“文明之花”

未成年人思想道德建设不仅是精神文明建设的“奠基工程”,更是在耕耘未来、播种希望。

在青少年人生“拔节孕穗期”,南安市紧扣立德树人根本任务,深化拓展“扣好人生第一粒扣子”主题教育,不断创新举措、丰富载体、打造品牌,持续强基础、富内涵、聚合力,推动未成年人思想道德建设枝繁叶茂、高质量发展,让广大未成年人在阳光下茁壮成长。

□融媒体记者 黄耿煌 陈灵 通讯员 洪小双 苏开明

### 新举措解新题

#### 德润南安佑未来

“让我们家乡的革命先辈在舞台屏幕上活起来,传承弘扬红色基因,这是我的梦想。”近日,南安市“五老宣讲团”成员、退伍干部洪振天在讲述自己历时3年点滴挖掘、收集整理出福建省首部闽南革命题材电影剧本《闽南红二支队》的经历时,不禁加大了分量、湿润了眼睛。他真挚的讲述感动了台下众多青少年学子。

“五老”宣讲品牌是南安市在回答“如何用青少年喜闻乐见的方式讲好党的创新理论、传承红色基因”这一课题时,探索实践出的德育品牌之一。南安市关工委吸纳435名“五老”宣讲员,组建33个“五老宣讲团”,以“请进来+走出去”聚焦学习需求,变“固定讲台”为“流动课堂”,点亮青少年的“开学第一课”;以“普通话+地方话”聚焦情感共鸣,将思想深邃的“理论套餐”变为通俗易懂的“农家小菜”,以“乡音”传“党音”;以“大主题+小故事”聚焦资源优势,变“大火快炒”为“慢火精炖”,以榜样的力量浸润未成年人心田。富有特色、接地气的宣讲,取得良好的教育效果。

### 创新成果迭出 助力“少年强则国强”

在鼓励和推动之下,一个个创新案例模式在实践中形成——

在制度创新上,面对“在校生人数庞大、学校众多,法治进校园存在零散化、碎片化特点”的问题,南安市检察院和教育局探索检教合作普法新模式,以“检察官教老师,老师教学生”的方式在司法实践与日常教学之间搭建桥梁,让每个孩子都能得到法治熏陶,实现法治进校园全覆盖,法治授课率提升了近10倍。

在文明创建上,面对“如何落实立德树人根本任务,紧扣新时代新征程教育使命,不断开创新时代思政教育新局面”的时代

命题,南安一中构建一体多维“大新德育”体系,围绕“二十年以后,国家各个领域的领军人物有更多人南一学子的身影”目标,以“启仁赋能,大新立人”为创建全国文明城市行动路径,把立德树人融入思想道德教育、文化知识教育、社会实践教育各环节,推动实现知识教育与价值塑造、能力培养有机结合,培育“大新”德育精品,铸造文明校园特色。

在文明培育上,面对“离婚案件中如何保护好未成年人权益”的问题,南安市人民法院洪濂法庭在办好案件的同时做好未成年人权益保护工作,创新推出“红领巾法庭”工作机制,为涉未成年人权益的民事案件建立协同保护机制,开辟绿色通道,设立“红领巾服务室”,创建“一案一访”台账制,组建家事调解小组,成立“红领巾法庭法治宣教基地”,逐步形成司法审判、联动共治、教育预防“三位一体”的保护模式。

在心理健康上,面对“青春期学生身心压力巨大,乡镇家长心理教育意识和知识不足”的问题,侨光中学开设校本课程《心理成长课》和心理专题讲座,将课堂作为实施心理健康教育的主阵地,并建设心路驿站,为学生身心发展提供共性的教育方案和个性化的疏导方案,强壮学生大心脏、塑造青春“中国心”。

一个个创新性、突破性举措用心用情用爱呵护未成年人健康成长,点亮了“强国有我”的责任心、“拥抱未来”的信心。南安也将持续培育新亮点、树立新典型,借鉴先进经验、发挥模范带动作用,推动未成年人思想道德建设工作取得更大进展,助力他们奔赴“少年强则国强”的星辰大海。

## 致敬医师前辈

### 泉州市第一医院举行第七届医师节庆祝大会

本报讯(融媒体记者苏凯芳 通讯员吕培聪 文/图)“我志愿献身人类的健康事业,自觉维护医学的尊严和神圣,敬佑生命、救死扶伤、平等仁爱、尊重同道……”8月16日,泉州市第一医院百名医师高举右手,在庆祝第七届中国医师节的活动中,重温医师誓词,拳拳心意化作滚烫的铮铮誓言。

活动分别为“医师节”篮球联赛、手术安全核查视频比赛、疑难病例MDT演讲比赛等获奖优秀代表进行了表彰,并组织集体观看回顾《峥嵘筑血脉,医路传薪火》,感悟传承“厚德尚义,格术致知”的院训精神。

活动还安排了特殊的环节,向满40年医龄且仍在临床一线工作的医师前辈致敬,以及对13名医龄满30年医师进行表彰。据悉,该院满40年医龄的医师共有27人,其中医龄最长为55年,系该院感染科医生林琪。

该院副院长吴晓民说:“感谢每一位医师的辛勤付出和无私奉献,致敬每一位在医疗岗位上默默奉献了40载春秋的医师前辈们。四十年的光阴是无数次与死神较量的日夜,是无数次将患者从病痛中解救出来的坚持与努力,他们用汗水和智慧书写了医院高质量发展的辉煌篇章,他们用实际行动诠释了医者仁心的崇高精神,为医院树立了光辉的榜样。”

谈及对年轻医师们的期望,已经有40年医龄的血液内科科带头人朱雄鹏说:“从医多年来,最大的体会就是活到老、学到老。医学的发展日新月异,年轻医生们一定要保持学习的热情,将理论知识转化为临床实践,更好地为患者服务。治病的



医师宣誓

同时更要治心,加强与患者的沟通交流,营造和谐的医患关系。”

作为该院重症医学科的开科元老,有着30年医龄的刘志荣主任从新人职医生手中接过鲜花时,感慨不已。一直以来,很多人都认为重症室是离死亡最近的地方,但在他看来,这里是离生命最近的地方。他说:“每天与死神赛跑的救治工作中,我们没有下班时间,所有医生随时随到。当一个鲜活的生命从我们的手中救活过来时,大家倍感欣慰。在重症医学科当医生一定要不怕苦不怕累,要有付出的精神。我们的年轻医生传承着这一精神不断成长,科室整体救治力量也正稳步提升,越来越多的危重症患者得到了有效的救治。”

表彰大会结束后,医师们参加了游园活动,在紧张的工作之余享受一段轻松愉快的时光。