

从川藏线骑到新藏线，下个目标青藏线

长沙这个马上进初一的少年，随父亲穿越无人区骑行去西藏

● 长沙晚报全媒体记者 岳霞 实习生 周雯

清晨的阳光洒在晾晒的骑行服上，蓝色布料上的汗渍已泛白……就在这个暑假，7月2日出发，12岁的叶宸7月13日晚上刚刚穿越阿克赛钦无人区和班公湖抵达阿里地区首府狮泉河镇。从318川藏线到219新藏线，这个马上进入初中学习的少年，用两年时间完成了两段总长超5000公里的长途骑行。在车轮与大地的摩擦中，他不仅收获了健康的体魄、坚韧的意志，更与父亲成了彼此最“完美的搭子”，用独特的方式诠释着成长的意义。

今年叶宸通过微机派位，已经是长沙市六中的初一新生。对于未来，父亲叶巧林计划把重心转向“短线户外”，让叶宸专注初中学习：“小学给了他快乐的童年，初中该静下心来寒窗苦读了。”但他也藏着一个小小目标：“以后有空，想带他骑109青藏线，看看不一样的风景。”

两代人的“万里路”，在骑行中读懂坚持

叶宸的“户外基因”，早在长沙市芙蓉区大同崇文小学南校区读小学一年级时就已显现。那时他加入学校排球队，从一年级到六年级，从未缺席过一次训练；周末跟着父亲跑步、骑车，每年假期必去爬山徒步。“爸爸说，他负责带我行万里路，我负责读万卷书。”叶宸告诉记者。

这份坚持，为他的长途骑行打下了坚实基础。去年夏天，叶宸挑战318川藏线，在翻折多山垭口时遭遇了“至暗时刻”——距离垭口7公里处，他突然呕吐不止，肠胃的剧烈不适让他脱口而出“回成都”。

“我们骑了5天才到这里，你几个字就要毁掉前面的努力？”父亲叶巧林的严肃反问让他瞬间清醒。是啊，没有头疼等高反症状，只是肠胃不适，为什么不坚持？最终，他推着车一步步挪到垭口，站在海拔4298米的山顶时，“身体突然活了过来，只觉得刚才的放弃太不应该。”

那次之后，“不轻易放弃”成了叶宸的信条。今年挑战219新藏线，面对塔克拉玛干沙漠的荒芜、喀喇昆仑的险峻，以及比318线更长的补给和更重的行囊，他始终咬牙坚持。“318线像一幅渐变色的画，平原、雨林、雪山都有；219线更像一首苍凉的诗，大部分路段只有戈壁和荒漠。”叶宸对比两条国道时，眼里闪着对自然的敬畏，“但难才有意思，去年的经验让我这次准备得更充分。”



叶宸说马上进入长沙市六中读初一了，以此留念向学校建校120周年献礼。受访者供图

亲子关系由“严父与子”变成“并肩战友”

“最初只是觉得他体能好，能当我的户外搭子。”叶巧林笑称。作为资深户外爱好者，他每年都会去爬雪山、高海拔徒步，发现儿子能轻松跟着走几小时不抱怨后，便慢慢带着他“升级挑战”。

为了让骑行安全可控，叶巧林的准备细致到“提前一年规划”，和叶宸确认意愿后，同步训练体能与骑行技巧；出发前翻遍前辈攻略，把每天的行程、难点、补给点、住宿点烂熟于心。“高海拔骑行，最怕因准备不足出意外。”他记得去年折多山放坡时，叶宸因紧张总往马路中间骑，他一路大喊“靠右边”，直到儿子慢慢放松——“这种时刻，比任何说教都能教会他‘谨慎’。”

父子俩的关系，也在一次次挑战中从“严父与子”变成了“并肩战友”。叶宸说：“爸爸总说‘搭子还是亲生的好用’，我们现在更像朋友。”叶巧林则坦言，是儿子的坚韧打动了他们：“很多时候，我都怀疑这是不是一个小学生该

有的毅力——爬山徒步时，他从不喊累；骑行到极限时，咬着牙也能跟上。”

行万里路，也是沉浸式学习的课堂

“在腾格里沙漠，我真的看到了‘大漠孤烟直，长河落日圆’；在川西，杜甫写的‘窗含西岭千秋雪’就在眼前。”叶宸的笔记本上，贴着各地的照片，旁边抄着对应的诗句。

父亲从不放过这些“沉浸式教学”的机会。骑行318线经过泸定时，他们特意走走了泸定桥，踩着摇晃的铁索，叶宸终于懂了“大渡桥横铁索寒”的分量；爬韭菜岭时，父亲指着连绵山脊告诉他“这就是毛爷爷说的‘五岭逶迤腾细浪’”。“课本上的文字突然有了画面，这种理解比死记硬背深刻多了。”叶宸说。

更难得的是，户外经历没有耽误学习。每天6时30分结束排球训练后，他总能高效完成作业，成绩始终名列前茅。“合理规划时间，不浪费在没用的地方就行。”叶宸的秘诀简单却实在。叶巧林也认为，高海拔骑行的苦都能吃，

“学习的苦对他来说，反而成了轻松事”。

如今，即将踏入长沙市第六中学的叶宸，对初中生活充满向往：“希望像小学一样，遇到良师益友，一起学习进步。”他的骑行故事早已在朋友圈传开——去年318线骑行时，班主任张卓蓉老师特意飞到拉萨，见证他抵达终点；同学们在评论里刷屏“太酷了”，说他是“现实版少年冒险家”。

此次骑行，父子俩将于本月底返长。回望两段骑行路，叶巧林对记者说起长沙市第六中学“公勇诚朴”的校训。“公是担当，勇是坚毅，诚是真实，朴是专注。”他说，这四个字早已融入父子俩的旅程。而叶宸的成长，正是对这八个字最好的注解：用勇敢丈量山河，以质朴对待生活，让每一段经历都成为滋养生命的养分。



60岁的电力工人李伟欢进行职业生涯最后一次度夏特巡——他冒酷暑，守护你的清凉



● 长沙晚报全媒体记者 刘晓敏 通讯员 刘志谱 周思姚

7月15日9时许，当盛夏的阳光照向110千伏高塘岭变电站，60岁的李伟欢正在进行职业生涯最后一次度夏特巡。

顶着烈日，李伟欢和同事们依旧坚守在保供电工作的第一线。他们要对变电站内各重点设备进行全面、细致的巡视和检测，详细记录主变油温、主变本体及套管油位、母线桥及主开关柜红外测温温度等多项关键数据，并检查设备通风散热情况，跟踪记录站内的各条隐患缺陷。

作为国网长沙变电检修公司的一线电力工人，今年是李伟欢入行的第38年，当天，他还收到一个特殊的“任务”：退休。

一线38年，对得起“电力工人”四个字

“这是我最后一次度夏特巡，干完我就退休了。仔细想想工作的这38年，我对得起‘电力工人’这四个字。”李伟欢有些激动地说。

连日来，长沙持续9天发布高温预警，最高气温达40℃。户外巡检中，红外测温工作是对体能的大考验。阳光直射在安全帽上，像扣了个发烫的铁锅。李伟欢举着红外测温仪对准主变本体的瞬间，鬓角的汗珠大颗大颗砸在衣襟上，洇出深色的痕迹。他抬手抹了把脸，掌心立刻沾满湿热的汗

水，可视线始终没有离开测温仪的显示屏——那跳动的数字，连接着的是千家万户的用电需求。

当最后一项特巡任务画上句号，他摘下安全帽的刹那，积在帽檐里的汗水顺着脸颊、脖颈奔涌而下，在工装前襟冲出蜿蜒的水痕。这并非夸张，而是在逼近40℃的高温下，一个普通保电人最真实模样。

称呼变了，不变的是那份用心

1987年，年轻的李伟欢初入职场，作为电力新人，安全生产的理念如种子般在他心底扎根。1995年，班组所辖变电站启动自动化改造工程，专攻通信技术的李伟欢面临巨大挑战。面对陌生的新设备，他深知技术盲区潜藏的安全隐患，于是开启“白加黑”学习模式：白天扎根施工现场，紧跟师傅学实操；晚上则在宿舍灯下钻研专业书籍，将理论知识转化为守护安全的实战技能。

“设备不会说谎，你对它用心，它就会对你忠诚。”李伟欢说。朴实的话语，蕴含着他对安全生产最深沉的理解。

随着时间的推移，班组所辖的110千伏变电站从最初的2座发展到了17座，从RTU站到综合自动化站，再到如今的智慧

变电站，李伟欢见证了这一变化，而他自己，也从“小白”成长为变电检修领域的技术专家，别人对他的称呼，则从“小李”变成了“老李”“李师傅”。

“李师傅厉害得很呐，网口灯闪烁一看就知道通信质量好不好。”班组成员这样说。老师傅的“火眼金睛”背后是他的老生常谈：“对设备多份‘不放心’，生产才能多份安心。”

2023年度夏期间，110千伏高塘岭变电站突发故障——310主开关控制回路故障，严重影响望城核心城区可靠供电。李伟欢立即赶赴现场，经过简单排查，发现是CPU板损坏。时间紧迫，他只能拆开CPU板并消除元器件故障。面对密密麻麻的电子元器件，李伟欢熟练地用万用表测量，很快就确定了故障点——插件上一个10微法的电容损坏，不到1小时，故障点顺利消除。当设备运行的声音响起，监控屏上的电压曲线重新平稳，汗水已经浸透了他的全身。

“好不舍得啊。”提到退休，李伟欢有些动容，“站好最后一班岗，为守护万家灯火再出一份力！”



中非故事传播添新平台

长沙晚报7月15日讯（全媒体记者 黄慧莹）7月15日，以“中非湘约 非长情深”为主题的中非国际传播联盟（长沙）“融声行动”发布仪式在长沙举行。“融声行动”以媒体、高校、企业三翼布局，融汇官方、民间国际传播力量，通过平台共建、资源共享、内容共创等方式，建立起政府机构、媒体平台、非政府组织与企业及个体创作者的多元协同机制，构建具有中非传播特色的中央厨房。

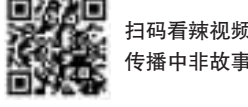
中非经贸博览会让长沙成了中非合作的“黄金枢纽”。依托独特区位与平台优势，长沙正积极构建地方中非交流合作新高地。目前，中非国际传播联盟已在非洲6个国家设立媒体合作基地，共建单位63家，汇聚超百名非洲籍国际社交媒体传播官，发起13次内容共创活动，产出超500条视频作品。

加纳 Norbea Media Group/ABC TV 是联盟6个国际媒体合作基地之一。集团首席执行官Selasoebo在发布仪式上表示，加入联盟标志着中非文化互鉴有了新起点，非洲媒体愿做中国故事的“同行者、发现者与讲述者”。其余5个国际媒体合作基地分别为塞拉利昂旅游频道、埃塞俄比亚芳纳广播公司、尼日利亚 News Investigators、坦桑尼亚《非洲华侨周报》、塞内加尔国际媒体站。中非国际传播联盟（长沙）“融声行动”触达非洲的传播协作网已然构建。

“借助这个平台，我们要把中国的故事讲好，也要把国际的故事讲好。”作为联盟首批“国际传播推荐官”，中非友好协会联盟外事秘书 Khalifa A.Sy Dion 有自己的想法，“‘国际传播推荐官’就是要做好中非文化交流的‘翻译’工作，真正做一个好的‘桥梁’。”他希望未来有更多国家的媒体和传播者加入进来，以不同视角增强传播亲和力，共同讲好中非友好故事。

近几年，非洲成为中国企业出海的热门市场。提起中非跨境电商品牌，Kilimall必然榜上有名。此次作为联盟共建单位，Kilimall也有了新使命，“我们将与联盟携手，用镜头记录海外仓的跨境旅程、非洲青年的创业日常等鲜活叙事。”Kilimall品牌总监廖峥嵘说。

未来，中非国际传播联盟（长沙）“融声行动”将持续拓展长沙与非洲的高层级、宽领域合作，让中非友好故事在文明交流互鉴中绽放璀璨光芒。



扫码看辣视频
传播中非故事

扛住，41℃高温来了

建议午后高温时段少外出

长沙晚报7月15日讯（全媒体记者 舒元臻）15日，湖南省气象台发布今年首个高温红色预警，40℃以上的高温来了。

根据湖南省气象台发布的最新天气预报，预计16日到17日湖南仍以晴热高温天气为主，湘北局地最高气温40℃以上；17日午后开始，省内大部地区有降雨或雷阵雨，湘北局地暴雨。其中，16日白天，晴间多云，湘南局地有阵雨或雷阵雨，雷雨时阵风6到8级，最高气温37℃至41℃；16日晚上到17日白天，晴间多云，湘北、湘南部分地区有阵雨或雷阵雨，雷雨时阵风7到9级，最高气温36℃至40℃；17日晚上到18日白天，多云间晴天，有阵雨或雷阵雨，张家界、常德北部、株洲北部有中到大雨，张家界、常德有暴雨，雷雨时阵风8到10级；

最高气温33℃至37℃。

再来看看长沙接下来的天气情况。据长沙市气象台预计，16日到17日白天，晴间多云，其中17日最高气温将升至40℃；17日晚到22日，受东风扰动影响，午后多阵雨或雷阵雨。目前一场大范围、高强度的高温热浪正在影响我国。据了解，当日最高气温≥35℃称为高温日，我国将持续3天以上最高气温≥35℃，或连续2天最高气温≥35℃及以上并有1天最高气温≥38℃的天气过程称为高温热浪。目前，中央气象台已升级发布高温橙色预警，16日大范围高温仍将持续，体感温度超过45℃的区域将继续扩大。

在这样的高温天气里，市民朋友要及时关注气象部门发布的预报预警信息，做好防暑降温措施，尽量减少午后高温时段外出。

一键解锁湖南清凉秘境

“天地图·湖南”夏季亲水地图上线

长沙晚报7月15日讯（全媒体记者 范宏欢 通讯员 马德彪 李春辉）炎炎夏日，长沙及周边有哪些避暑的好去处？近日，记者从省自然资源厅获悉，“天地图·湖南”编制的夏季亲水地图正式上线，打开网页即可在地图上查询附近亲水“宝藏地”，为公众解锁一份兼具实用与文艺的清凉指南。

记者注意到，地图收录了湖南地区的漂流、水上乐园、露营、游船、湿地公园、生态景区等七大类100余个亲水点位，所有信息均源自权威渠道，经地理空间化处理，辅以图文并发的解说，每一处水域的灵秀与乐趣在地图上清晰可感。

在“亲水趣游”板块，用户可按名称搜索心仪目的地，也可按距离或点赞热度寻找“网红打卡地”。点开详情页面，景区



扫码开启
清凉之约

烈日炼尖兵

七月长沙，骄阳似火。在长沙市公安局巡特警支队的训练场上，15日地表温度直逼40℃，但特警队员们无惧“烤”验，在灼人烈日下展开高强度实战训练，用汗水诠释忠诚，以硬本领守护平安。

长沙晚报全媒体记者 张洋子 通讯员 谭怡里 摄影报道

扫码看辣视频
观摩特警实训