

致各大傳媒（港聞版、體育版）

【新聞稿】

「港一」完成泳渡北海峽凱旋回港  
當青少年發展企業聯盟(CDIA)「志勇大使」 持續扶助青少年理念

成功挑戰極限，成為香港第一人完成單獨泳渡北海峽（North Channel），創造香港體壇歷史的梁俊曦(Ryan)，昨日（7月19日）凱旋回港，受到一群到機場接機的青少年熱烈歡迎。

Ryan 分享自己在這趟極限挑戰之旅中所遇重重困難：「首先是天氣不似預期，挑戰日需延後超過一個星期，令我就像一個準備好一切等待考試的學生，卻不能如期走入考場，等待的日子非常漫長和煎熬，心理壓力日復日不斷增加，還要處理住宿、機票等瑣碎問題……」

直到挑戰日，在游泳過程中，Ryan 亦遇到很多「意料之外」：「第四個小時特別難捱，因為補給品不夠熱，令我在只有 11°C 的水溫中感覺更凍，整個人不斷顫抖；其後就是最後 7 公里，水流不斷將我推向離岸方向，令我足足游了超過 3 個小時才到達目的地，完全體會到『望到但到不了』的無力感和沮喪。我挑戰成功後，有位女士游了 16 個小時，正是因為水流問題，最後 200 米怎游也游不到，卒之放棄了！」

至於最後為何能突破極限，達到目標，Ryan 總結道：「這要多得團隊的努力，在有限資源下想到方法解決問題，另外就是想起父母的支持，及一班送機的青少年為我打氣加油，我就決定改變心態，享受當下人生難得遇見的挑戰，最後我發現，抱持『心態決定境界』的正向心態，就能完成不可能的挑戰！」

**抱持理念 勉勵年青人不要躺平**

張紫瑤同學在 Ryan 出發時已專誠到機場為他打氣加油，她說：「Ryan 哥哥在平均只得 12.7°C 的水溫中，游了足足 40 公里，距離相當於在標準泳池游了 800 個堂，真的非常厲害！我很佩服他的毅力和意志力！Ryan 哥哥還透過這挑戰為青少年發展企業聯盟籌款，用實際行動鼓勵和支持青少年，這份崇高的愛心，更令人敬佩！我從他身上學到，游泳就像人生，中途會遇到很多困難，但只要堅持，就一定會成功，突破自我，達到目標！」

另一位同學蔡震東則說：「我也是一位泳手，看到 Ryan 哥哥成功完成挑戰，我覺得我平時練水的艱辛和痛苦，完全是蚊髒與牛髒，不值一晒！Ryan 是我的偶像！我以後都會努力，像他一樣，挑戰自己，超越自己！」

對於青少年的分享，Ryan 直言，很是感動，因為他一直抱持一個理念，就是透過這次極限挑戰，勉勵年青人不要躺平，不要渾渾噩噩過日子，不要局限於生活的窘境，只要發掘到自己的興趣和潛能，定下目標，一步一腳印去實行，就能達成夢想，找到人生志向。

### **理念一致 當 CDIA「志勇大使」**

因此，他將這次極限挑戰，轉化成善舉進行籌款，將所有善款全數撥捐青少年發展企業聯盟 (Child Development Initiative Alliance, CDIA；香港慈善機構註冊編號：91/14125)，助力扶助青少年的工作：「很難得找到 CDIA 這機構，與我的理念一致，我很認同他們幫助青少年建立人生職志方向的工作。」

作為 CDIA 的「志勇大使」，Ryan 預告未來還有很多活動助力扶助青少年的工作：「『志』諧音『至』，即是『最』，亦有『志向』，及『智慧』的『智』的意思；『勇』則是勇敢、堅毅，『志勇』便是最勇，亦蘊藏鼓勵青少年勇敢尋找人生志向的含意。」

CDIA 主席陳龔偉瑩女士表示：「現時很多調研指向香港年青人傾向『躺平』，實在需要更多鼓勵，需要一些可以學習的成長和正向故事，啟發他們將自己的性格強項發掘出來，努力磨練，為自己創造機會，將夢想實現。勇敢和堅毅的意志是要磨練出來的，建立正向是需要用勇敢的行動配合的，Ryan 的堅毅故事，可以作為現今年青人的楷模，讓他們從中得到啟發，建立人生志向，繼而排除萬難達到目標。祝願 Ryan 這位志勇大使會將這個理念宣揚開去。」

CDIA 的核心計劃，是「Y-WE (Youth Work Explorer) 我才有用」工作體驗計劃，針對基層青少年的未來生涯規劃發展及肯定自我效能。至今推行了 10 年，在市場內具有領導地位，預計受惠人數 3,000 人。計劃得以成功，有賴政、商、民的通力合作。青少年發展企業聯盟是政府特別指派的「共創明『Teen』校友會」工作體驗籌辦機構。

Y-WE 計劃於 2020 年獲香港大學社會工作及社會行政學系認證，至今持續 5 年，均證明可幫助青少年建立人生職志方向，顯著提升他們的各項表現，包括增強他們的自信心及對將來在職場工作的總體信心；對建立自己事業的動力；對職場實況的認識；對生涯規劃及發展的自我效能 (Career Decision Self Efficacy)，從而增加他們成功追求人生目標，向上流動的機會。

歡迎各位傳媒邀約專訪，請隨時與 CDIA 項目策劃主任劉若文女士 (Ms. Elman Lau) 聯絡，電話：2468 1133/ 9187 6363。

【有關 Ryan】梁俊曦 (Ryan) 生於香港，自小熱愛游泳，在本地讀中學及在美國加讀州大學時，均曾代表學校參賽，及至 2021 年回流香港，開始踏足公開水域游泳這片新天地，繼而全情投入，參加各種長途游泳賽，一次又一次將自己推向極限，一個又一個獎項印證了他過人的實力和意志。(fb: <https://shorturl.at/KIeKZ> ; ig: ryan.swimming)

【有關泳渡北海峽】泳渡北海峽被譽為有如攀登珠穆朗瑪峰，在泳渡界「世界七大海峽挑戰 (Oceans Seven Challenge)」中難度最高，需面對三大挑戰，包括水溫只得 10°C 和天氣驟變、直線途程長達 35 公里令泳時超過 10 個小時，及在水中遇上巨型海洋生物，如傘體直徑達 2 米的劇毒獅鬃水母等危險。

【有關 CDIA】青少年發展企業聯盟 (CDIA, <https://www.cdia.org.hk/>) 於 2013 年由一群關心香港下代發展的社會人士發起，並於 2014 年正式成立，是民間慈善機構，宗旨是作為工商各界扶育和協助青少年發展的開放平台，匯聚商界資源力量，通過為年青人提供職場教育，幫助本港基層青少年向上流動，協助及配合政府扶育下代，藉此解決跨代貧窮問題，為社會培養人才，令經濟持續發展。

#### 相關圖片



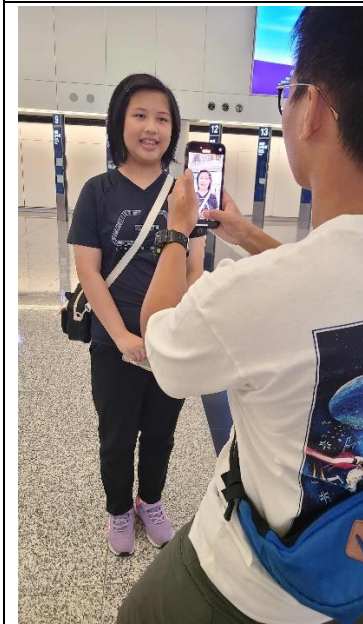
Ryan 凱旋回港，一群青少年到機場接機。



作為 CDIA 的志勇大使，Ryan 的使命是激勵年青人不要躺平，積極尋找人生志向。



Ryan 希望自己的經歷，能啟發年青人發掘自己的興趣和潛能，定下目標，逐步完成。



張紫瑤同學佩服 Ryan 的毅力之外，更敬佩其為 CDIA 籌款的崇高愛心。



蔡震東同學表示，自己以後會更努力，挑戰自己，超越自己。

高清圖片請到連結下載：[0719 Back HK](#)

--- 完 ---