

# 下班划船回家！他在长沙“硬核”通勤

当事人段先生：开车只要25分钟，划船近3小时，“灵机一动”的户外体验，新手别跟风



长沙段先生下班划船回家。受访者 供图



扫码看视频

近日，一段“长沙男子下班划船回家”的视频在网络上走红，引发众多网友对“硬核”通勤的讨论。视频中，市民段先生傍晚时分从公司所在的湘江上游出发，一路划桨，历时近3小时，最终在夜幕中抵达位于下游江边的家中。

独特的通勤方式让不少网友感到新奇。7月15日，记者就此采访了当事人段先生，了解“硬核”通勤背后的故事。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 田甜  
通讯员 甘雪娇 钟霁宁

## 灵机一动，划船3小时回家

“那天灵机一动，就想试试划船回家。”说起“硬核”通勤方式，今年40岁的段先生表示，自己是一名户外运动爱好者，公司与家恰好都位于江边，突发奇想就有了下班划船回家的想法，并当即付诸行动。

“装备一般都是存放在船包里，随时准备在后备箱的，所以施行起来也很方便。”段先生说，这是他第一次以划船作为通勤方式。从准备到抵达，全程耗时近3小时，包括给气垫船充气、观察水流等准备工作，总时长远比开车耗时更长，“开车只要25分钟，但划船回家过程很特别，像一次下班后的户外体验”。

一艘气垫船、一把船桨和一件救生衣就是所有装备，段先生坦言，“就是十分简单的日常装备，使用的就是我自己平时训练用的气垫船，充气后就可以下水，放完气也方便收纳。”

“救生衣是必不可少的，安全肯定要放在第一位。”段先生强调，下水之前要仔细查看当天水的流速、浪高是否处于合理范围，判断是否适合划船。划行过程中，也得时刻留意，规避岸边钓鱼人的渔线以及过往船只。他表示，自己的划船技能源于兴趣，属于自学摸索，多年的户外经验让他能应对基本的水流情况。

## 可能再次尝试，新手不要盲目跟风

面对段先生这种独特的通勤方式，家人表示担心。不过，段先生本人对划船充满热情，享受着江水中自由驰骋的感觉。

当被问及是否会再次选择划船通勤时，段先生直言“可能会”，称自己是个心血来潮的人，想到什么就想试试。他认为，划船下班这种独特的通勤方式与他的生活态度十分契合。“我本身就是一个热爱探索生活乐趣的人，划船通勤让我在忙碌的工作之余，找到了另一种与自然亲近、享受生活的方式。”段先生表示。

“很多网友留言也想尝试这样的通勤方式，但没有一定经验的新手不要轻易尝试，还是有一定危险性的。”段先生提醒大家不要盲目跟风，安全第一。

感动湖南

26℃ 湖湘温暖在您身边



扫码看视频



盘志斌跪地救人。视频截图

## “操作无误，下次遇见还会救人”

衡阳跪地救人教师盘志斌获天天正能量奖，捐出全部奖金

7月12日，湖南衡阳街头，一名女子突发昏厥倒地，路过的湖南环境生物职业技术学院医学专业教师盘志斌果断开展心肺复苏急救，有目击者将盘老师救人的视频上传网络后，却有网友指出“为什么不换个女生进行抢救”，质疑盘志斌的救治行为存在不妥。

三湘都市报记者联系上当事人盘志斌，面对质疑他表示，“操作无误，下次再遇类似情况还会救人！”

救死扶伤，本就该如此纯粹无畏。7月15日，三湘都市报联合阿里公益天天正能量为盘志斌颁发天天正能量特别奖及5000元奖金。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 田甜  
见习记者 吴忠强

## “遇到类似情况还是会出手救人”

“其实真的就是做了力所能及的事。”得知获奖，盘志斌倍感惊喜，他告诉记者，事发当日自己和孩子准备前往书店，途中看到倒地的伤者，当时已经有不少围观群众和一名南华附一的医护人员在进行急救。

医护人员询问谁会心肺复苏，本就是医学专业教师的盘志斌立刻站了出来，和南华附一的医护人员接替进行心肺复苏。“急救8分钟左右，对方有了自主呼吸，眼睛能睁开了。”盘志斌告诉记者，随后伤者被送往南华附一进行进一步治疗。

“当时没想那么多，黄金抢救时间只有几分钟，完全是按照所学的专业知识进行操作。”盘志斌告诉记者，妻子和父亲都从事和

医学相关的工作，自己在大学期间所学专业是临床医学，毕业后也一直在从事医学相关工作，业余时间会做足球教练、参加马拉松赛事，急救常识是必须学习和掌握的。

面对网络上质疑的声音，盘志斌表示不会受到影响，“下次遇到类似情况还是会第一时间出手救人”。

## 奖金全部捐出，“用在更有意义的地方”

“奖励对于我是一种认可，也是鼓励。”盘志斌坦言，虽然网上一些质疑声音不会影响自己继续助人的决心，但心里多少有些委屈，媒体的报道和阿里公益的奖励，让他意识到还是有更多人理解支持他，“也给了我更多信心”。

“奖金我想拿来帮助更多需要帮助的人。”盘志斌表示，自己会将全部奖金拿来做公益，救人完全是本着自己的专业知识和职业道德，希望这笔奖金可以用在更有意义的地方。

## 【颁奖词】

陌生的生命在街头倒下，他毫不犹豫冲上前去施救。十指交叠的每一次按压，都是对死神最倔强的抵抗。

质疑的目光短暂掠过，但一颗仁心从未迟疑，因为生命的刻度上，专业是唯一准绳。

跪地坚守，他让停止的心跳重新律动。这场急救不仅复苏了一个生命，更唤醒了我们对善意的认知：救死扶伤，本就该如此纯粹无畏。

他是学生眼中全能的“六边形战士”，更是城市里不期而遇的生命微光。

感谢你在流言与质疑中依然选择伸手，因为这份选择，我们的世界永远保有不期而遇的温暖，和绝处逢生的希望。

迁坟公告		迁坟公告
经省人民政府[2016]政国土字第693号审批单的批准，征收长沙市开福区沙坪街道大明村（现社区）、板塘村、自安村、青竹湖镇（现街道）大安村集体土地54.0090公顷作为长沙市2015年度第三批次项目（该项目本次在大明社区实际占地0.6557公顷）。长沙市开福区人民政府于2025年6月10日发布了[2025]005号《征收土地方案公告》。由于该项目工程建设在即，红线范围内有少量坟墓急需迁移，具体范围为：东起成通路，西至自明路红线范围内（具体位置以红线边沟为准）。请位于上述红线范围内的坟主，从本公告登报之日起二十日内，速与金霞片区拆迁指挥部沙坪街道分指挥部联系办理迁坟手续，逾期未迁，将视为无主坟，由建设单位作深埋处理。联系人：李先生 18975199318（沙坪街道）联系地址：金霞片区拆迁指挥部沙坪街道分指挥部 长沙市自然资源和规划局开福分局 2025年7月14日		现霞凝路（铁路专线—汤家湖路）项目已于2025年6月10日发布了[2025-012号]《拟征收土地补偿安置方案公告》。征收长沙市开福区青竹湖街道彩霞社区集体土地0.5069公顷作为道路与交通设施用地。由于该项目工程建设在即，红线范围内有少量坟墓急需迁移，具体范围为：南起汤家湖路、北至铁路专线红线范围内（具体位置以红线边沟为准）。请位于上述红线范围内的坟主，从本公告登报之日起二十日内，速与金霞片区拆迁指挥部青竹湖街道拆迁指挥部联系办理迁坟手续。特此公告。联系人：李先生 联系电话：13574851308（青竹湖街道）联系地址：金霞片区拆迁指挥部青竹湖街道拆迁分指挥部 长沙市自然资源和规划局开福分局 2025年7月14日
注销公告	注销公告	注销公告
攸县丫江桥镇增佳合幼儿园（统一社会信用代码：5243022332955008T）现决议注销。请各债权人自本公告见报之日起45日内向本园清算组申报，联系人：傅群，联系电话：13728683410，特此公告。	洞口县山门镇鑫鑫幼儿园（统一社会信用代码：52430525072604233U）现决议注销。请各债权人自本公告见报之日起15日内向本园清算组申报，联系人：曾凤华，联系电话：13574939153，特此公告。	父亲：范桂良，母亲：文巧华，其女范文喧 2012年09月06日出生，遗失出生医学证明，编号：M430247663，声明作废。
安化县伊中农机专业合作社遗失公章4309235008798，声明作废。	陈权鑫遗失人民警察证，证号431655，声明作废。	郴州市润泽创业服务有限公司遗失公章（编号43100210048547）法人章（彭涛）财务章各一枚，声明作废。
		李孔强遗失临湘市人民法院开具的湖南省非税收入电子缴款收据，票号：4853241657，金额：4100元，43060210062992，法定代表人廖朝军私章，声明作废。

【温馨提示】本栏目仅提供公示平台，所发布的所有公示内容均由提供者或提供单位负责解释并承担法律责任，与本报社无关。