

VR教你防溺水技能 电子证筑“安全围栏”

长沙“防溺水大篷车”开进金井镇，科技赋能、多方协作织密防溺水安全网

长沙晚报7月18日讯（全媒体记者 舒元臻 通讯员 吴迪 实习生 袁竹雨）“1、2、3，肩膀垂直，用力按压……”18日，“预防溺水，守护未来——2025年长沙市‘防溺水大篷车’公益活动”金井镇专场正式启动。这场由长沙市文明办指导，市教育局、市关工委、市科协与长沙晚报社联合主办的公益行动，通过VR沉浸式体验、专家实操教学、电子学生证预警等“黑科技+温情服务”，为青少年织密筑牢立体防溺水安全网。

“VR防溺水体验”提升自救技能

“请调整好呼吸，身体后仰，躺在水面，再慢慢地将手举过头顶……”在金井镇金龙村活动现场，“VR防溺水自救体验系统”吸引了众多青少年。小朋友戴上VR设备，瞬间“置身”虚拟水域——不小心掉进水里，模拟如何保持冷静，争相体验并学习水中调整体位、保存体力、科学呼救等关键自救技能。这种“边做边学”的模式，让原本枯燥的安全知识变成了可触摸、可修正的虚拟实操训练。“VR防溺水自救体验太酷了！”不少孩子反复排队体验，甚至主动当起“小老师”，教后来者如何更高效地完成自救动作。

“比看宣传画有意思多了。”刚摘下设备的金井镇中心小学五年级学生梅隽熙兴奋地说。“这种‘边玩边学’的方式，让防溺水安全知识真正记进了脑袋。”梅隽熙的爸爸表示。

“溺水者瞳孔放大、嘴唇发紫，施救前先确认环境安全。”中南大学湘雅医院医护专家曹晓霞手持模型，向50多组亲子家庭演示心肺复苏术。现场家长和孩子轮流上阵，在几名志愿者指导下练习按压手法和人工呼



长沙县蓝天救援队队员们教学“抛绳包救援”“竹竿营救”等技巧。长沙晚报全媒体记者 周鑫宇 摄



扫码看辣视频
看活动现场

吸技巧。“我学会了！关键时刻能救命！”一位小男孩兴奋地擦着手说。

到了户外教学现场，长沙县蓝天救援队队长陈槐带领队员，在金龙村的一座人工塘模拟真实溺水场景：“发现有人落水，第一时间抛投漂浮物，千万不要盲目下水。”

“哗啦”一声，一个救生绳包落水，队员们手把手教学“抛绳包救援”“竹竿营救”等技巧，围观亲子家庭表示“学到了保命技能”。除了学习理论和实操知识，到现场的小朋友还领取了宣传扇、钥匙扣、小零食等礼品。

电子学生证靠近水域自动预警

“这个电子学生证太实用了。”活动现场，中国关心下一代健康体育基金会教育发展专

项基金联合中青智安（浙江）数字技术有限公司向金井镇的青少年捐赠了一批“防溺水电子学生证”。据介绍，这张卡片不仅能刷门禁、紧急联络，还内置定位芯片——家长通过手机APP设置“电子围栏”，孩子一旦进入危险水域范围，系统立即推送预警信息至家长手机上。

“以前总担心孩子偷偷去玩水，现在手机能实时看定位，安心多了。”家长刘先生现场演示操作。据悉，该设备还将接入金井镇“三位一体”立体防护链，可与空中监测、水面救援形成联动。

合力构建防溺水安全网

长沙县金井镇水域面积达12358亩，拥有29座水库、3780处山塘及491处河坝。“我们

始终将预防学生溺水作为‘生命工程’来抓，构建起‘14村（社区）+N部门’的全域覆盖体系，形成‘政府主导、部门协同、村社落实、企业支持、志愿者参与’的五防联动机制。”金井镇党委副书记、镇长刘威介绍，该镇今年已完善66处重点水域排查，更新39套老化救援设备。整改隐患点15处，整改率100%。成功劝阻私自下水行为15起，教育提醒5000余人次。

防溺水工作从来不是选择题，而是关乎城市温度、关乎社会民生的必答题。据了解，连续四年来，长沙晚报社和多个部门坚持将防溺水安全教育从会场搬到乡镇一线的湘江畔、水库旁、池塘边，用行动践行承诺，将“防溺水大篷车”公益行动持续深化，共同织密筑牢防溺水安全防护网。

“爱心宁乡”惠及群众30万人次

长沙晚报7月18日讯（全媒体记者 张禹 通讯员 马平平）17日下午，宁乡市“爱心宁乡”帮扶工程爱心大使聘任暨助学结对签约仪式在宁乡市民之家举行。唐岳、罗建华、赵灿飞等12位长期热心公益、贡献突出的各界人士，光荣受聘首批“爱心大使”；三一重起、格力暖通、中科星城等9家爱心企业代表，与来自宁乡各学校的17名受助学生代表现场签约，以长效机制托举困难学子求学梦想。

据了解，“爱心宁乡”帮扶工程自2022年

启动以来，累计链接社会资源1.23亿元，惠及群众近30万人次，构建起“市慈善会—村镇爱心基金—村社发展基金”三级慈善网络和“市级社工总站—镇街社工站—村社公益慈善空间”三级服务体系，打造出“物质+服务”的帮扶新格局，获评湖南省“慈善榜样宣传活动”品牌项目。

首批“爱心大使”涵盖优秀企业家、公益先锋等群体。楚天科技、中伟金能等企业近年捐

赠共计7000余万元；29个乡镇（街道）创新打

造“树人行动”“善美东山”等本土品牌；84家市直单位携手镇街结对帮扶2651户困难家庭，形成多元协同的“幸福宁乡”建设合力。

“捧着‘爱心大使’这份沉甸甸的荣誉，我

心里暖暖的，充满了力量！”宁乡市女企业家协

会党支部书记、会长卢中华坦言，“爱心大使”

这个称呼更是一份郑重的责任，它时刻提醒自己，爱心从来不是一个人的微光，而是无数双手紧握传递的温度，是无数颗心同频共振汇聚的暖流。

受助学生陈同学表示，将常怀感恩之心，

牢记每一份帮助，将善意融入生活点滴，“我们

更期待有一天，能像今天的爱心大使和企业代

表们一样，成为爱的传递者”。

据介绍，在“爱心宁乡”帮扶工程推进当中，

宁乡市始终坚持强化平台建设、引领多元协同、

打造品牌效应，架起党委政府和广大群众的“连

心桥”。下一步，宁乡市将持续深化三级慈善网

络，优化帮扶项目品牌，推动“爱心宁乡”帮扶工

程从“精准帮扶”向“幸福赋能”升级。

据了解，目前海面上的热带低气压系统比较活跃，17日生成了今年的第6号台风“韦帕”。后续海上还有一个热带低压生成，预计未来一周受两个低压外围的偏东风扰动影响，长沙地区多雷雨天气，可能每天在午后到夜间出现“满地开花”、这里一片那里一片“坨子雨”的情况。”陈婷分析，接下来几天长沙气温较前几天有

所回落，闷热感也稍减轻。

18日，市应安委办、市气象局也发布提醒，市民一旦发现天色骤变，如乌云压顶、天色昏暗、狂风突起、雷声隆隆或收到气象预警，应立即停止一切户外活动（如田间劳作、工地施工、露天活动、河边海边游玩、登山等），迅速进入坚固的建筑物内躲避，切勿在临时工棚、危旧房屋、广告牌、大树、电线杆下逗留；同时要警惕突

发灾害，远离危险区域，防雷击、防大风，防短时强降水，避免在低洼地带、地下空间（如地下车库、地下商场、地铁站入口）、涵洞、河道边停留，警惕突发性积涝。



扫码看辣视频
听专家讲
“坨子雨”

文体

符合招募条件球员达563名，湘超长沙代表队选拔测试开启

湘超擂战鼓，长沙“傲腿”集结

长沙晚报7月18日讯（全媒体记者 赵紫名）长沙市足球协会自7月12日发布湖南省足球联赛（以下简称“湘超”）长沙代表队选拔招募令以来，报名热潮一浪高过一浪。截至7月17日报名结束，共有超过900人提交报名申请。7月18日晚，选拔测试第一场在长沙贺龙体育场附场举行，来自各行各业的足球爱好者们汇聚到一起，既展示了对足球的热爱，也显示出长沙在足球人才储备方面的潜力。

首次面向全社会开放组队

激发全民参与热情

本次湘超长沙代表队选拔将招募球员50人，其中中学生队员20人，大学生队员10人，社会人士队员20人，此次公开选拔主要面向社会人士。报名条件覆盖了各类足球爱好者，包括企事业单位职工、个体经营者、长沙籍学生、退役运动员及自由职业者等，展示了湘超联赛的包容性。

记者从市足协了解到，经技术委员会和专家进行报名初审，报名的900多人中符合招募条件的球员达563名，其中配偶户籍为长沙的有近70名，“长沙女婿”也将有机会为星城而战。据统计，符合招募条件的报名者中，机关事业单位职工、企业职工、长沙籍学生、自由职业者分别占了10%、30%、38%、22%。

市足协秘书长付煊表示，这是长沙真正意义上第一次面向全社会组队，“首期选拔的队员以网络招募海选的方式，通过测试选拔确定基本集训名单”。

当天的选拔中，选手们主要进行基本球性和体能测试，测试项目为1分钟不间断颠球（1分钟50个为及格线）、YOYO跑两项，按照颠球和YOYO跑单项成绩进行综合成绩排名，选拔出前120名（守门员单独排名第10）。

市民杨先生表示，自己非常热爱足球，平时工作再忙，也会抽出时间踢球，“这次听到报名时就想来试一下，站在这里就算成功了。今天的测试自己感觉还可以，没有给大龄业余球员丢脸”。市民赵先生则说：“参加完两个项目的考核后，感觉自己还是跟别人有差距，尤其是YOYO跑的考核让我很吃力。”

在结束首日的测试后，前120名将在7月19日晚进行综合技术能力测试，前60名（守门员单独排名第6）将参加第三天的实战能力测试。7月20日晚的实战能力测试将移师月亮岛长沙市青少年足球训练基地进行，最终选出30名运动员进入集训大名单。

本报官方微博账号将在7月19日晚7时，对湘超联赛长沙代表队选拔测试第二轮进行直播。本次直播将抽奖送长沙音乐厅祖宾·梅塔与佛罗伦萨五月音乐节管弦乐团音乐会。

梅塔与佛罗伦萨五月音乐节管弦乐团音乐会门票、天心阁夜风景区门票，有兴趣的读者不要错过。

不论专业与否 都有为长沙战斗的心

本次来参加选拔的球员，除了很多业余爱好者，也有一些前职业、校园足球的熟面孔。邓子豪是前湖南湘涛队的门将，他在2020年退役，退役后一直从事青少年的足球训练工作，本次他也报名参加了选拔。

“我在长沙有十几年，算是扎根在这里了。这一次报名，主要是想试着一下，找回当年比赛的感觉。”邓子豪表示，如果能最终入围长沙代表队的名单，他希望能随队夺取最终的冠军。

同样报名门将位置的田尚轩是长沙校园足球的优秀代表人物，他去年曾代表湖南队参加了第一届全国青少年三大球运动会，与来自全国各地的青年才俊们较量。据了解，他已通过体育单招

进入了湖南师范大学，现在正在放暑假。这一次，他希望能继续为家乡出一份力，“以前代表长沙队拿过很多次全省冠军，这一次如果入选，我会尽自己最大的努力去打好比赛”。



扫码看辣视频
选拔测试首日
直播回放

卢曦菱在报名选手中有点特别，他既是当年地质中学男篮、湖南大学男篮的队长，也曾代表长沙市足球队参加过2018年、2022年两届省运会成年组比赛，并拿到冠军，算是足球篮球“两开花”的选手。“我肯定想选拔上，这次湘超对于体育人来说非常有吸引力，我越想冲击一下，在比赛中展示自己。”

就记者从球迷群体中了解到的还有一些“名脚”“傲腿”没有报名测试的问题，付煊介绍：“一支优秀的球队，都需要通过几期的集训选拔，进行技战术磨合，才能产生最佳阵容。目前确实还有部分优秀球员在外参赛、出差、学习。”

“下一步，我们将通过邀请、推荐、考察等方式来继续选拔社会球员，等中学生、大学生球员选拔完成后，再组织第二次或者第三次的集训，最终确定一支能反映长沙足球真实水平的队伍。同时，也希望广大足球爱好者提供推荐更多的优秀球员信息。”付煊说。



↑一分
钟不间断颠球
考察球员的基本功。

←YOYO
测试跑测试
球员的心肺
耐受程度。
均为长沙晚
报全媒体记
者冯启阳摄

长沙下的“坨子雨”是个啥

其实就是短时强降雨，专家解读其形成原因

长沙晚报7月18日讯（全媒体记者 舒元臻 实习生 徐琳）18日上午，长沙部分地区突降暴雨，浏阳河一侧乌云密布暴雨倾盆，另一侧晴空万里阳光灿烂，紧接着长沙市应安委办、市气象局提醒，警惕“坨子雨”，市民要加强安全防范！什么是“坨子雨”？什么情况下会产生“坨子雨”？长沙还会下“坨子雨”吗？

两种天气条件易形成“坨子雨”

“‘坨子雨’就是这里一坨那里的雨，这是比较口语化的说法。在气象学上其专业术语叫短时强降雨或者局地暴雨，是一种强对流天气现象。”长沙市气象台台长、首席预报员陈婷接受记者采访时介绍，“坨子雨”持续时间较短，只有几十分钟到一两个小时，同时范围也比较小，可能河西下河东没下，但它强度不小，会在一个地方集中下一段时间，可能伴有雷电、大风甚至冰雹。比如今天雨花区东塘街道一小时就下了65.6毫米。

这么“有个性”的“坨子雨”什么时候会出现呢？陈婷指出，“坨子雨”往往出现在两种天气条件下，一是夏季午后到傍晚经常说的热对流天气，即大气处于高温高湿状态，再加上下午到傍晚强烈的地表加热给了它一定的不稳定条件发生；第二种情况是海上有台风生成或者要登陆的时候，受台风外圈环流影响，就容易触发这样一坨一坨的局地性强降雨。“今天长沙出现的‘坨子雨’属于第二种情况，目前台风‘韦帕’外圈环流结合冷空气，激发了这种一坨一坨的降雨”。

长沙还会下“坨子雨”吗？

答案是：会！据市气象台最新天气预报，预计18日到20日受台风“韦帕”外围云系的影响，易触发局地强对流天气，点多分散，单点最大雨强30~40毫米/小时，雷雨时伴有6级以上阵风，其中19日长沙多云有阵雨或雷阵雨，27℃至35℃，也就是说“韦帕”虽不登陆，但会派“强对流”快递单到长沙。此外，21日到25日，受东风扰动影响，长沙多阵雨或雷阵雨。

“坨子雨”还有，请注意防范

小幅回落，闷热感也稍减轻。

18日，市应安委办、市气象局也发布提醒，市民一旦发现天色骤变，如乌云压顶、天色昏暗、狂风突起、雷声隆隆或收到气象预警，应立即停止一切户外活动（如田间劳作、工地施工、露天活动、河边海边游玩、登山等），迅速进入坚固的建筑物内躲避，切勿在临时工棚、危旧房屋、广告牌、大树、电线杆下逗留；同时要警惕突

发灾害，远离危险区域，防雷击、防大风，防短时强降水，避免在低洼地带、地下空间（如地下车库、地下商场、地铁站入口）、涵洞、河道边停留，警惕突发性积涝。

据了解，目前海面上的热带低气压系统比较活跃，17日生成了今年的第6号台风“韦帕”。后续海上还有一个热带低压生成，预计未来一周受两个低压外围的偏东风扰动影响，长沙地区多雷雨天气，可能每天在午后到夜间出现“满地开花”、这里一片那里一片“坨子雨”的情况。”陈婷分析，接下来几天长沙气温较前几天有所回落，闷热感也稍减轻。

长沙晚报7月18日讯（全媒体记者 肖舞）7月27日，长沙音乐厅将迎来年度重磅巨献



郎朗钢琴独奏音乐会现场。长沙音乐厅供图

长沙晚报7月18日讯（全媒体记者 肖舞）7月18日晚，“浪漫琴缘——郎朗钢琴独奏音乐会”在长沙音乐厅·湘江大厅上演，全场座无虚席。每当郎朗的琴音落下，经久不息的掌声与喝彩，是星城乐迷对这位钢琴大师由衷的喜爱与敬意的完美诠释。

当日下午，郎朗的亲切魅力同样感染了橘洲小厅。本次见面会是特别为乐迷朋友以及长沙音乐厅首届青少年钢琴展演的参赛选手精心准备。在气氛热烈的“郎朗长沙粉丝见面会”上，郎朗与乐迷畅谈艺术成长、分享音乐感悟，并悉心解答现场提问。现场氛围真挚深入，欢声笑语不断。“如此珍贵的见面会，实在令人难忘！”一位资深乐迷在会后激动地表示。

郎朗琴音余韵犹在，另一场承载着历史记忆与艺术巅峰的交响盛宴翩然而至。7月27日，长沙音乐厅将迎来年度重磅巨献：十年之约——祖宾·梅塔与佛罗伦萨五月音乐节管弦乐团音乐会。这不仅是一场音乐的顶级呈现，更是长沙音乐厅十年辉煌历程的重要里程碑，一次跨越十年的艺术重逢与致敬。对于所有音乐爱好者而言，无疑是本年度不容错过的巅峰艺术体验——亲临现场，感受指挥巨匠与顶级名团共同缔造的、兼具磅礴气魄与细腻诗意的交响世界。