



SUNNY

2023年09月



浙江省肿瘤医院
身处半山 心有高峰



奋斗的青春
隽永的芳华

青年是祖国的未来、民族的希望，也是党的未来和希望。做好青年工作对于实现第二个百年奋斗目标具有十分重要的现实意义。

举旗定向，锚定目标才能赶好路。一个有远见的政党，总是把关注的目光投向青年、投向未来。一直以来，中国共产党都十分重视青年工作，在各个历史时期团结、培养了一大批青年志士为中华民族的伟大复兴贡献青春力量。站在“两个一百年”奋斗目标的历史交汇点上，面对变局潮涌，习近平同志《论党的青年工作》深刻阐述了新的征程上，如何更好把青年团结起来、组织起来、动员起来这一重大课题，准确回答了新时代培养什么样的青年、怎样培养青年等方向性、全局性、战略性的问题，为青年一代成长成才指明了正确方向，帮助广大青年坚定理想信念、筑牢精神支柱、坚守政治灵魂，确保党的事业薪火相传。

勇毅笃行，扎根大地才能夯实基。广大青年是中国奋发的活力之源，是民族复兴的奋进之力。但是，没有踏过基层的山山水水，就无法体味老百姓的艰难困苦；没有经历四季的雨雪风霜，就无法品味人世间的喜怒哀乐。要胸怀“国之大者”，必先深谙“民之疾苦”。作为青年人，必须以实际行动践行“社会主义是干出来的”，不做“温室花”，要当“凌寒松”，经风雨、历考验，不断长才干、壮筋骨。只有“自找苦吃”，方能“苦尽甘来”。要在学习中立锐意进取的创新意识，在实干中培养敢担当勇作为的工作作风，在奋斗中涵养自立自律的道德修为，在扎根祖国大地上践行求索与坚守。

守正创新，勇于展翅才能啸长空。奋进在新时代的伟大征程中，青年人必须只争朝夕、志存高远，时刻听从党和人民的召唤，用时代发展的要求检视自己，以改革者的勇气披荆斩棘，以奋斗者的姿态砥砺前行。尤其是当今世界新技术新模式新业态层出不穷，既带来了激流险滩的挑战，也提供了施展才干的舞台。“狭路相逢勇者胜”，新一代的青年人必须以“敢教日月换新天”的雄心、“欲与天公试比高”的勇气、“宜将剩勇追穷寇”的坚持、“万水千山只等闲”的从容，敢于打破条条框框的束缚，勇于面对风风雨雨的历练，努力成为开拓创新的主力军、闯关夺隘的排头兵。

星光不负赶路人。新时代新征程上，让我们把激昂的青春梦融入伟大的中国梦，时刻保持热爱，踏歌而行、踏浪而奔，以饱满的热情奔赴每一场山海！



2023 年 09 月

总第 30 期



主办
共青团浙江省肿瘤医院委员会
(半山晨曦) 编辑指导委员会

地址
杭州市拱墅区半山东路一号
浙江省肿瘤医院
行政楼116团委办公室

电话
0571-88128109

邮编
310022

邮箱
zlyytw@126.com

主任
程向东

成员
金 戈 叶国平 顾 华 邵国良
裘燕飞 朱 滔 朱利明 徐 栋

总编
金 戈

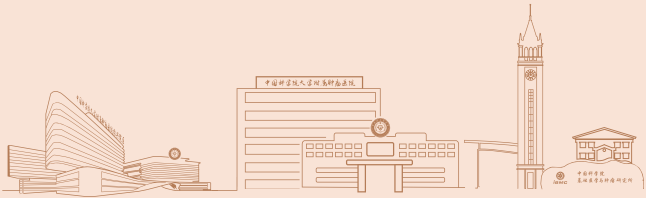
主编
周菁楠

副主编
丁琪琦 仲星光

责任编辑
周欢欢 吴 珊

编 辑
林 尧 刘妮旦 李雅仪 赵梦洁
胡舒婷 沈诗凡 王江慧 陈 钰

技术支持
李鸽伶 潘柯蓉



(欢迎朋友们来稿和纠错)



[CONTENTS

目录



2023年09月 总 第30期



(一) 勤于学

004.

- 04. 动员引领广大团员青年为强国建设、民族复兴伟业挺膺担当
- 12. “始终干在实处、走在前列、勇立潮头”——习近平总书记考察浙江纪实
- 20. 团旗是这样飘起来的



(三) 慧于心

038.

- 38. 癌症的防治：科学，技术，与未来的挑战
- 39. 怀敬畏之心、乐观之期，科学认识癌症
- 40. 癌症预防解析生活方式的重要性
- 41. 癌症的分子奥秘与防治策略

(二) 敏于行

022.

- 22. 青年活动记实录
- 29. 不一样的夜学读书会！有青联委员感慨：身处半山，心有高峰
- 34. 二星级全国青年文明号——防治科



01 勤于学

动员引领广大团员青年 为强国建设、民族复兴伟业挺膺担当

——深入学习宣传贯彻习近平总书记
在同团中央新一届领导班子集体谈话时的重要讲话精神

共青团中央书记处第一书记 阿东



在以习近平同志为核心的党中央重视关怀下，在习近平新时代中国特色社会主义思想科学指引下，中国共产主义青年团第十九次全国代表大会于2023年6月19日至22日在北京胜利召开。6月26日，习近平总书记在南海同团中央新一届领导班子成员集体谈话并发表重要讲话，充分肯定新时代党的青年工作取得的重大成就、发生的深刻变革，指出团组织的政治性、先进性、群众性更加鲜明，团干部的思想作

风、工作作风、生活作风更加积极健康向上，在广大青年群体中的形象焕然一新，对进一步做好共青团工作提出明确要求，强调党中央对共青团和广大青年充分信任，对团中央新一届领导班子寄予厚望。习近平总书记的重要讲话，深刻阐明共青团和青年工作一系列重大理论和实践问题，进一步丰富和发展了习近平总书记关于青年工作的重要思想，通篇闪耀着马克思主义真理光芒，是指引新时代中国青年运动和青

年工作守正创新、蓬勃发展的纲领性文献。团十九大将“深刻领悟‘两个确立’的决定性意义”写入团章，鲜明宣示了党的青年组织应有的政治本色。全团要认真贯彻团章明确的重大原则和政治要求，深入学习好宣传好贯彻好习近平总书记重要讲话精神，坚定拥护“两个确立”，坚决做到“两个维护”，动员引领广大团员青年为强国建设、民族复兴伟业挺膺担当。

一、深刻认识习近平总书记重要讲话的重大意义

习近平总书记的重要讲话，立意高远、思想深邃、内涵丰富，贯通历史、现实、未来，饱含着党的核心、人民领袖、军队统帅薪火相传的“青年观”、念兹在兹的“青年情”、厚望重托的“青年志”，将我们党对共青团和青年工作的规律性认识提升到了新的历史高度，具有重大政治意义、理论意义、实践意义。

集中体现了党中央对新时代共青团和青年工作的高度重视。

习近平总书记在讲话中着眼党的事业后继有人、红色江山永不变色，殷切寄望青年一代；立足中华民族伟大复兴战略全局和世界百年未有之大变局，指导擘画新时代共青团和青年工作；围绕党中央治国理政工作全局，强调党管青年工作原则，将共青团和青年工作作为战略性工作来抓。这一宏阔视野，与以习近平同志为核心的党中央领导新时代青年运动、推进新时代青年工作

的生动历程高度契合，充满理论的穿透力和实践的说服力。从要求各级党委“拿出极大精力抓青年工作、抓共青团工作”，到明确提出“建立和完善在党的领导下各部门齐抓共管青年发展事业的工作格局”；从每年五四寄语

青年，到时时刻刻关心青年成长；从党的历史上第一次中央党的群团工作会议，到新中国历史上第一个青年发展规划；从亲自谋划共青团改革，到悉心指导中央团校发展，习近平总书记用一言一行诠释“过去、现在、将来



▲ 2023年6月22日上午，中国共产主义青年团第十九次全国代表大会在北京人民大会堂闭幕。新华社记者 陈晔华/摄

01 勤于学

新时代 新征程

青年工作都是党的工作中一项战略性工作”的深刻内涵，为全党作出了生动示范。

★ 有力开辟了马克思主义青年观和党的青年工作理论的崭新境界。

习近平总书记的重要讲话，深入回答了新时代培养什么样的青年、怎样培养青年，建设什么样的共青团、怎样建设共青团等方向性、全局性、根本性课题。这一重要讲话，贯穿习近平新时代中国特色社会主义思想的世界观和方法论，是“两个结合”、“六个必须坚持”在党的青年工作领域的具体呈现。比如，明确标定新时代中国青年运动和青年工作的主题和方向，既秉持了马克思主义青年观的一贯立场，又凸显了新时代新征程的特殊要求，体现了马克思主义基本原理同中国具体实际相结合、同中华优秀传统文化相结合。比如，强调“要倾注热忱做青年朋友的知心人、青年群众的引路人”，体现了“坚持人民至上”的根本立场。比如，统筹团的建设和改革，对夯实基层基础、扩大组织覆盖、提升工作能力、建强干部队伍等全方位提出要求，体现了“坚持系统观念”的思想方法。

★ 清晰指明了新时代新征程共青团事业的发展方向。

习近平总书记的重要讲话，集中体现了党中央对当前和今后一个时期共青团工作的重要要求，对于全团紧跟党走走好新征程，在实现强国建设、民族复兴伟业的历史进程中当好党的忠实助手和可靠后备军，具有极强的现实指导意义。一方面，与党的十八大以来党中央对共青团和青年工作的一系列重要指示高度一致、紧密呼应，进一步坚持和强调团的根本任务、政治责任、工作主线，强调保持和增强政治性、先进性、群众性，强调提高团组织的引领力、组织力、服务力等一系列重要要求，切实强化了全团沿着习近平总书记指引的方向阔步前进的思想自觉和行动自觉。另一方面，全面明晰了共青团贯彻落实党的二十大精神的重点，充分体现了新形势新任务对团的建设和工作提出的新目标新要求，清晰勾勒了新征程上共青团建设政治学校、勇担先锋力量、当好桥梁纽带、成为先进组织的实现路径，必将有力指导全团在守正创新、砥砺奋进中回答好新时代中国青年运动和青年工作的重大课题。

| 二 | 全面把握习近平总书记重要讲话的核心要义

学习宣传贯彻习近平总书记重要讲话精神，是当前和今后一个时期共青团和青年工作的重要政治任务，必须深刻领会习近平总书记关于青年工作的重要思想，学深悟透其理论内涵和实践要求，切实为党做好新时代青年工作。

★ 深刻领会牢牢把握新时代中国青年运动主题的内在逻辑。

习近平总书记指出，把党的中心任务作为中国青年运动和青年工作的主题和方向，这是一百多年来中国青年运动和青年工作的一条基本经验。青年是社会上最有生气、最有闯劲、最少保守思想的群体。时代各有不同，青春一脉相承。无论是在新民主主义革命时期、社会主义革命和建设时期、改革开放和社会主义现代化建设新时期，还是在中国特色社会主义新时代，党的中心任

务会随着我国社会主要矛盾的变化而改变，但是共青团带领广大团员青年坚定不移跟党走、为党和人民奋斗的初心使命始终不变。这是中国青年运动百年一贯的基本经验，也是党的青年工作一以贯之的恢弘主流，当前集中体现为紧紧围绕党的二十大确定新时代新征程党的中心任务来开展工作。要锚定第二个百年奋斗目标，最广泛地把青年团结起来、组织起来、动员起来，激励广大青年增强历史责任感和使命感，激发强国有我的青春激情，在强国建设、民族复兴伟业中勇当先锋队、突击队。要把握“两个大局”演进规律，引导广大青年团结一致、全力以赴，继续爬坡过坎、攻坚克难，发扬斗争精神、增强斗争本领，紧跟党投身具有许多新的历史特点的伟大斗争，时刻准备经受风高浪急甚至惊涛骇浪的重大考验。

★ 深刻领会着力加强对广大青年政治引领的重大任务。

习近平总书记指出，共青团要把加强对广大团员和青年的政治引领摆在首位，努力培养社会主义建设者和接班人，源源不断为党输送健康有活力的新鲜血液。党章规定，中国共产主义青年团是中国共产党领导的先进青年的群团组织，是广大青年在实践中学习中国特色社会主义和共产主义的学校。我们党之所以用“共产主义”为团命名，就是希望自己的青年组织永远站在理想信念的高地上，引导广大青年树立共产主义远大理想，坚定中国特色社会主义共同理想，坚定听党话、跟党走的政治信念。要从政治上着眼，立足党的事业后继有人这一根本大计，面向广大团员和青年开展主题教育，着力用习近平新时代中国特色社会主义思想凝心铸魂，推动党的创新理论

01 勤于学



▲ 2023年5月3日至4日，“学习二十大 永远跟党走 奋进新征程”全国青年演说大赛决赛在山东青岛举办。共青团中央供图

入脑入心入魂，引导青年一代不断深化对“两个确立”的政治认同、思想认同、理论认同、情感认同，更加坚决做到“两个维护”。**要从思想上入手**，聆听青年心声，感知青年脉搏，着力帮助青年解开理想和现实、主义和问题、利己和利他、小我和大我、民族和世界等方面遇到的思想困惑，引导广大青年在思想洗礼、

实践锻造中不断增强做中国人的志气、骨气、底气。**要从青年特点出发**，善于用“青言青语”同青年交流，用青年听得懂、听得进、喜欢听的方式阐述党的主张，帮助他们厚植对党的信赖、对中国特色社会主义的信心、对马克思主义的信仰，争做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年，让红色基因、革

命薪火代代相传。

● **深刻领会充分激发新时代青年在中国式现代化建设中挺膺担当的实践要求。**

习近平总书记指出，共青团要坚持围绕中心、服务大局，主动对接国家重大战略和重大任务，组织动员广大青年立足本职岗位，积极投身中国式现代化建

设。党的二十大擘画了强国建设、民族复兴伟业的宏伟蓝图，为广大青年实现梦想描绘了光明前景、施展才干搭建了广阔舞台。新时代青年的成长期、奋斗期与实现第二个百年奋斗目标的新征程高度契合，是担当民族复兴重任的有生力量。**要弘扬“党有号召、团有行动”的光荣传统**，胸怀“国之大者”，时刻关注习近平总书记和党中央在关心什么、强调什么，时刻对标对表党中央决策部署谋划和推动工作，拓展“队、号、手、岗、赛”等系列青春建功品牌的时代内涵，团结带领广大青年奋进新征程、建功新时代。**要践行“请党放心、强国有我”的青春誓言**，组织动员广大青年在科技创新、乡村振兴、绿色发展、社会服务、卫国戍边等各领域各方面工作中争当排头兵和生力军，发挥聪明才智、挥洒青春汗水，追逐人生梦想、创造青春业绩，充分展现青春的朝气锐气。**要奏响“清澈的爱、只为中国”的时代强音**，激励带动广大青年奋力投身抢险救灾、舆论斗争、大型赛会等急难险重新任务，在党和人民最需要的时刻豁得出来、顶得上去，真正成为维

护政治安全、促进社会和谐、推动国家统一、服务大国外交的先锋力量。

● **深刻领会全面加强共青团和团干部队伍建设殷切期望。**

习近平总书记指出，要顺应全面从严治党要求，坚持问题导向，敢于刀刃向内，纵深推进团的改革，全面从严治团，坚定不移走好中国特色社会主义群团发展道路。建设什么样的青年组织、怎样建设青年组织是事关根本的重大问题。共青团只有勇于自我革命，才能跟上时代前进、青年发展、实践创新的步伐。**要坚守扎根青年活力之源**，把组织的根基深扎最广大普通青年之中，突出服务青年的工作生命线，用心用情用力帮助青年解决就业、住房、婚恋、托幼、养老等急难愁盼问题，既把青年的温度如实告诉党，也把党的温暖充分传递给青年，把各族各界青年紧紧团结在党的周围。要坚持夯实基层鲜明导向，及时在各种新领域、新组织、新群体中建立团组织，统筹实施全团抓基层、全团抓学校等运行机制，不断增强政治功能、组织功能和服务功

能，让团的基层组织更加充满活力、更加坚强有力。**要坚定深化改革创新步伐**，把党的全面领导落实到工作全过程各领域，适应国家治理体系和治理能力现代化的时代要求，不断深化机关改革，全面铺开县域改革，积极探索城市基层改革试点，一体推进青联、学联、少先队改革创新，不断保持和增强政治性、先进性、群众性，不断提高团组织的引领力、组织力、服务力。**要坚决实施从严治团举措**，把严的基调和实的要求一贯到底，始终做到政治上严、团干部队伍建设严、团员队伍建设严；尤其是教育广大团干部牢记习近平总书记重要要求，倍加珍惜为党做青年工作的宝贵机会，坚决做到对党忠诚、心系青年、担当实干、廉洁自律，不断提升政治能力、理论素养、群众工作本领，心无旁骛干好本职工作，用实打实的业绩赢得党的信任、赢得社会尊重、赢得青年口碑。

01 勤于学

|三| 不断将学习宣传贯彻习近平总书记重要讲话精神引向深入

要以深入开展学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育为契机，持续在全团和广大青年中兴起学习宣传贯彻习近平总书记重要讲话精神热潮，切实用以武装头脑、指导实践、推动工作。

✦ 持续深化学习宣传贯彻习近平总书记重要讲话精神各项工作。

抓紧团干部教育培训，团中央直属机关示范，举办专题读书班、专题培训班等，带动各级团干部持续深化学习教育，切实用习近平总书记重要讲话精神统一思想、统一意志、统一行动。抓好集中性宣讲解读，发动团十九大代表、团干部、青年讲师团等，深入企业、农村、机关、学校、科研院所、街道社区等基层一线，将习近平总书记重要讲话精神全面、准确、鲜活地传达到广大团员青年。抓实组织化学习交流，组织基层团支部依托“三会两制

一课”、主题团日等载体，带动青联、学联、少先队和青年社会组织，开展形式多样的学习活动，营造浓厚学习氛围。抓牢融媒体传播阵地，推动各级团属新闻媒体集中报道、大力宣传，依托新媒体矩阵推出“跟总书记学”电子书、“青年大学

习”云团课、“新时代党的青年工作”云展览等网络产品，帮助团员青年领会领袖嘱托。

✦ 深入开展面向广大团员和青年的主题教育。

落实习近平总书记在重要讲话中提出的有关任务，开展学习



培训、交流研讨、实践活动、岗位建功等系列活动，引导团员和青年认真学习领会习近平新时代中国特色社会主义思想，努力掌握这一科学思想的世界观和方法论，善于运用贯穿其中的立场观点方法分析问题，提高对党的基本理论、基本路线、基本方略的领悟力，做党的创新理论的坚定信仰者、积极传播者、忠实实践者。针对共青团员，重在理论武装、政治锻造，以理论学习、专题研讨等形式，帮助他们不断坚定理想信念、矢志追求政治进步，以成长为一名合格共产党员为目标、为光荣。针对广大青年，重在实践运用、政治引领，以讨论交流、考察实践等形式，帮助他们更加客观了解国情、准确理解方针政策，不断增强“四个自信”，在强国建设、民族复兴的历史潮流中确立正确的人生目标。

✦ 全面推动团十九大工作部署落实落地。

贯彻落实习近平总书记重要讲话和党中央致词精神，按照团章明确的重大原则、重要制度，把团十九大报告作出的各项部署项目化、具体化，制定“施工图”、明确“时间表”、形成“责任链”，构建贯通决策部署、工作推进、督促落实、考核评价全流程、各环节的完整体系，抓铁有痕、踏石留印，一步一个脚印将各项决策部署落到实处、见诸实效。大力加强对广大青年的思想政治引领，着力实现从影响广泛到引领有力的全面提升；组织动员广大青年立足本职岗位、矢志建功立业；竭诚服务青年成长发展，为党赢得广大青年的心；巩固和扩大青年爱国统一战线，形成共同致力于民族复兴的生动局面；汇聚构建人类命运共同体的青春力量，在携手构建人类命运共同体的生动实践中展现青春担当；纵深推进共青团改革，始终保持和增强政治性、先进性、群众性的改革方向；坚定不移全面从严治团，着力锻造对党忠诚、心系青年、勇于担当、作风过硬的马克思主义青年组织；履行全团带队的光荣政治责任，推动新时代少先队事业守正创新、蓬勃发展。全团要强化“功成不必在我”的境界，激发“功成必定有我”的豪迈，踔厉奋发、奋楫笃行，动员引领广大团员青年在强国建设、民族复兴伟业中接续奋斗，书写新时代中国青年运动和青年工作的壮丽篇章。

党的十八大以来，我国航天事业发展进入“快车道”，取得了一系列令世人瞩目的成就。在这些成就的背后，有这样一群平均年龄不到35岁的年轻人——北京航天飞行控制中心青年科技人才群体。他们托举神舟、遥控“嫦娥”、牵引“玉兔”、驾驶“祝融”，以九天揽月的雄心壮志和精测妙控的过硬本领，在全面建设航天强国的新征程上唱响了一曲嘹亮的青春之歌。图为北京航天飞行控制中心调度团队的青年科技工作者。新华社发 张敬宜/摄

01 勤于学

『始终干在实处、走在前列、勇立潮头』

来源：新华社

——习近平总书记考察浙江纪实

“

“我曾在浙江工作了6个年头，熟悉这里的山水草木、风土人情，参与和见证了这里的发展。”“到中央工作后，也多次回来，每次来都要走上一两个地方。”

党的十八大后，习近平总书记第六次赴浙江，出席杭州亚运会开幕式，并先后到金华、绍兴等地，深入农村、商贸市场、陈列馆、文化园区考察调研，看望慰问基层党员、干部和群众。

★ 一路调研，一路回忆——

“当年浙江面临着‘成长的烦恼’，资源、环境等要素制约十分突出，高消耗、高排放的发展模式已经难以为继。”

“20多年来，通过持之以恒实施‘八八战略’，浙江实现了从资源小省到经济大省、从环境‘压力山大’到建设美丽浙江、从率先实现总体小康到实现高水平全面小康的历史性飞跃，也为全国作出了示范。”

★ 一路调研，一路思索——

“坚持系统谋划、整体推进”“坚持一张蓝图绘到底”“坚持问题导向”“坚持全面激发人民群众积极性创造性”“坚持干在实处、善作善成”……20年前省域层面的谋划，如今已在之江大地开花结果，并在省外更广阔的范围推广开来。

★ 展望强国建设、民族复兴的新征程，总书记对浙江提出新的更高要求：

“要完整准确全面贯彻新发展理念，围绕构建新发展格局、推动高质量发展，聚焦建设共同富裕示范区、打造新时代全面展示中国特色社会主义制度优越性的重要窗口，坚持一张蓝图绘到底，持续推动‘八八战略’走深走实，始终干在实处、走在前列、勇立潮头，奋力谱写中国式现代化浙江新篇章。”



从一个村庄看千村万村：“描绘好新时代的‘富春山居图’”



▲ 浙江省义乌市李祖村一景（2023年5月23日摄）。新华社记者 杜潇逸 摄

9月20日上午，习近平总书记浙江考察第一站来到义乌市后宅街道李祖村。

村广场上，农创客们正在举行“共富市集”。

穿着白色T恤、戴着圆框眼镜，“90后”方天宁是本村一名返乡大学生。

总书记的目光被她摊位上的各式手编竹篮吸引。方天宁告诉总书记，自己两年前回到村里，发动30多名村民编织竹篮，可以为他们每人每月增

收2000元左右。

方天宁说：“原来我在北京工作，我们村实施‘千万工程’后，村里的环境和氛围非常好，吸引了很多来创业的大学生，所以就选择回来了。”

“千村示范、万村整治”工程是习近平同志在浙江工作时亲自谋划、亲自部署、亲自推动的重要战略举措。2003年以来，“千万工程”持续深化，造就了万千美丽乡村，造福了万千农民群众。

如今，“千万工程”从浙江走向了全国，在推进乡村振兴、农业农村现代化中发挥着重要作用。

方天宁旁边，一个晒得黝黑的小伙子名叫方志向。他从部队退伍后，回乡创办农场，栽培小盆景。

“你当了几年兵？”总书记同小伙子攀谈起来。

“两年。”
“部队的锻炼能够为干事业打下好基础，你现在的精神头

01 勤于学

就是不一样！”总书记赞许道。

村支书方豪龙告诉总书记，像这样的创业主体，村里有50多家，从业人员200多名，有原乡人，有返乡人，还有新农人，一半以上是大学生。

秋风送爽，吹过绿水青山环绕的希望田野。

总书记步行察看村容村貌，眼前一座座黛瓦白墙的小楼，房前屋后点缀着绿树花草，白墙上

一幅幅壁画描绘着乡愁记忆和对美好未来的憧憬，透出美丽乡村的勃勃生机。

很难想象，这个远近闻名的共同富裕示范村，曾经脏、乱、差、穷，被当地人称为没有希望的“水牛角村”。

在“千万工程”推动下，李祖村从整治环境入手，发展产业，吸引人才，推进农文旅融合发展，在美丽生态、美丽经济、美

好生活的相得益彰中，实现了华丽的转身、幸福的蝶变。

热情的村民簇拥到村口，高声向总书记问好。

“乡亲们好！今天来到这里，我的心情格外高兴。”习近平总书记亲切地说，“乡村振兴潜力无限、大有可为，乡亲们要努力奋斗，一起奔向共同富裕的美好明天。”

秋日金色的阳光下，村民们幸福的笑容格外灿烂。

★ 从小商品看大市场：“中国特色社会主义的成功实践”



▲ 商户代表在义乌国际商贸城的大厅进行文艺表演（2023年2月2日摄）。新华社记者 黄宗治 摄



▲ 来自印度的客商（右）在义乌国际商贸城的一家玩具店铺内选购商品（2023年2月2日摄）。新华社记者 黄宗治 摄

义乌，一座建在市场上的现代化城市。在这里，可以感受浙江发展的活力，可以触摸中国乃至世界经济的脉搏。

离开李祖村，习近平总书记来到义乌国际商贸城二区考察调研。“当时这里还是一片工地。”在浙江工作期间，习近平同志曾十多次到义乌，深入小商品市场调研，对这里的情况十分熟悉。

商贸城入口的大屏幕向总书记展示着两张图表：一张是义乌市场采购贸易出口的实时情况，一张是“义新欧”班列运行的动态数据。

这些来自“世界最大小商品市场”实时变动的数据，成为反映中国乃至全球外贸及经济趋势的“晴雨表”。

40多年来，踏着中国改革开放的大潮，义乌人从摇着拨浪

鼓走街串巷，到马路边摆地摊，再到建成“买全球、卖全球”的“世界超市”，如今的义乌市场，汇集着26个大类210多万种商品，关联着全国210万企业、3200万工人。

走进商贸城，商铺林立、商品繁多。

“总书记好！”“欢迎总书记来义乌！”总书记所到之处，人们纷纷从商铺中走出来，汇聚

01 勤于学

到一条条通道上，掌声、问候声、欢呼声此起彼伏。

“你们是从哪里来的？”总书记不时停下脚步。

“绍兴”“内蒙古”“约旦”……经营者来自天南地北，采购商来自世界各地。

“我来自尼泊尔。”一位客商走近前来。

“欢迎你，来采购什么商品？”总书记问。

“想到的都买得到，想不到的也买得到！”听到他的回答，大家都笑了。

走进一家售伞的商铺，总书记仔细察看：“店开了多久？”

“27年了。”店主张吉英告诉总书记，“我们坚持时尚优雅的设计理念，走个性化、品质化的发展路线，生产的伞已经卖到了全世界100多个国家。”

“祝你们越做越好！”总书记

笑着说。

一家制伞企业的发展，是新时代义乌制造业和贸易模式转型升级的缩影。

面对市场的商户、小企业主代表，习近平总书记勉励大家：“义乌作出了贡献，还要再作新贡献。你们每个人都是义乌发展的参与者、建设者、贡献者，还要继续努力、再造辉煌。”现场响起热烈的掌声。

从新时代“枫桥经验”看群众路线：“紧紧依靠人民群众，把问题解决在基层、化解在萌芽状态”

今年是毛泽东同志批示学习推广“枫桥经验”60周年。20日下午，习近平总书记专程来到绍兴市诸暨市枫桥镇，参观枫桥经验陈列馆。

20年前，时任浙江省委书记的习近平同志着眼应对和解决经济快速发展和社会大转型带来的新情况、新问题，就带着思考来过枫桥。

“浙江根据党中央精神和这里的实际情况，赋予‘枫桥经验’新的时代内涵，探索依靠人民群众正确处理新形势下人民内部矛盾的方法。”总书记回忆道。

2003年11月，浙江省召开纪念毛泽东同志批示“枫桥经验”40周年暨创新“枫桥经验”大会。自此，建设“法治浙江”、建设“平安浙江”等一系列事关全局、着眼长

远的决策部署接续出台。

时代在变、形势在变、社会矛盾的内容也在变，但依靠人民群众正确处理人民内部矛盾的方法始终没有变。

重温“枫桥经验”诞生、演进、发展的历程，总书记深刻指出：“这里面有我们党处理问题、化解矛盾的政策策略，就是要走群众路线，紧紧依靠人民群众，



▲ 青年学子在浙江省诸暨市枫桥镇的枫桥经验陈列馆参观学习（2022年8月25日摄）。新华社记者徐昱摄

把问题解决在基层、化解在萌芽状态。”

一个甲子过去，虽历久而弥新。

60年来，“枫桥经验”在实践中不断丰富、持续发展，特别是党的十八大以来，形成了特色鲜明的新时代“枫桥经验”。

陈列馆二楼，展示了近年来全国各地坚持和发展新时代“枫桥经验”的生动实践。

辽宁沈阳牡丹社区的“三零”工作法，福建明溪县“侨乡枫桥”解纷工作法，四川成都武侯区的小区物业矛盾“信托制”解纷工作法……一个个从“枫桥经验”衍生而来的基层社会治理

工作方法不断涌现。

陈列馆外，枫溪长流，枫桥犹在。加强和创新基层社会治理，人民获得感、幸福感、安全感更加充实、更有保障、更可持续。

01 勤于学

从千年水脉看千年文脉：“让古老大运河焕发时代新风貌”

绍兴城西，浙东古运河碧波荡漾，流淌着一段2500多年的水运史和绵绵不绝的中华文脉。

浙东运河西起杭州西兴，流经绍兴，东至宁波，充分利用浙东山川形势，连通河湖、穿越阡陌、润泽沃野，滋养着两岸人民。

拾级登上园内高拱石桥，习近平总书记举目四望。眼

前，古运河流水绵延；不远处，高架桥上客货车辆疾驰而过，给人以穿越古今之感。总书记感叹道：“在这里可以畅想一下古今沧桑。”

肇始于春秋山阴故水道，贯通于两晋，鼎盛于唐宋，发展于明清……走进浙东运河博物馆，总书记详细了解这段绵延千年的“运河史话”。

在一个水利工程模型——

绍兴三江闸前，总书记停下脚步。

这是由明代绍兴知府汤绍恩主持修建的大型挡潮排水闸，闸基以巨石砌成，石间用榫卯连接，共设28孔，“旱可蓄、涝可排、潮可挡”，改善了山会平原的水利和航运条件。

总书记俯身仔细察看三江闸设计结构：“这个闸现在还在吧？”



▲从杭州西兴老街流淌而过的浙东运河（2022年9月27日摄，无人机照片）。浙东运河西起杭州西兴，流经绍兴，东至宁波，充分利用浙东山川形势，连通河湖、穿越阡陌、润泽沃野，滋养着两岸人民。新华社记者江汉摄

“还在，它的作用已经被曹娥江大坝所取代。”讲解的同志回答。

古人的智慧，启迪着后人的实践。

习近平同志在浙江工作时推动建设浙东引水工程，曹娥江大坝正是那时开工兴建的。

展柜里，一张2005年12月31日出版的《浙江日报》记录了这一历史瞬间：

“随着省委书记习近平宣布‘曹娥江大坝枢纽工程开工’，并启动开工按钮，顿时偌大的建设工地上一字儿排开的施工机械‘隆隆’轰鸣……钱江两岸人民盼望已久的曹娥江大坝枢纽工程正式拉开序幕”。

总书记回忆起这段往事：“过去浙东这一带是缺水的地方，特别是舟山，一半的水都要靠这个引水工程。”

2021年6月，浙东引水工程全线贯通，至今已累计输水50多亿立方米，惠及杭州、绍兴、宁波、舟山4市18县（市、区）1750多万人。

“很多浙东的百姓都因此受益，大家饮水思源、感恩在心。”



▲2023年8月4日拍摄的曹娥江大坝（无人机照片）。新华社记者黄宗治摄

当地负责同志说。

千年水脉，正是在一代代人的持续呵护和接续建设下流淌至今、绵绵不绝。

作为河长制的发源地，浙江省率先建立省、市、县、乡、村五级河长体系，还创新探索共享共治河湖新模式，让广大群众成为治水护水的主力军。总书记强调，河长制必须一以贯之。

治水关乎治国，水脉连着文脉。在总书记心中，大运河是祖先留给我们的宝贵遗产，是流动

的文化。

“把大运河这篇文章做好。”走出博物馆，临别前，习近平总书记专门叮嘱当地负责同志，要好好挖掘大运河文化，统筹保护好、传承好、利用好。

大潮激荡，奋楫争先。

总书记的话语充满着期待：“当前，浙江发展站在了一个新的起点上。希望大家继续努力，推动浙江各项事业更上一层楼，让人民群众生活芝麻开花节节高。”

团旗是这样飘起来的

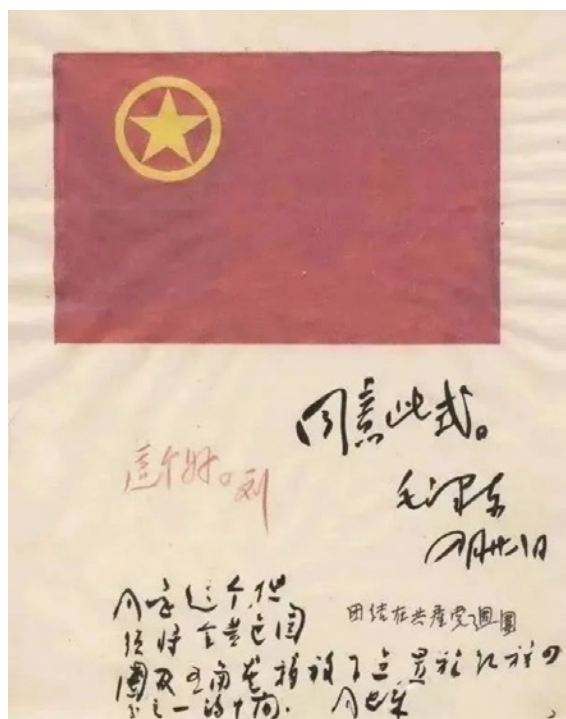
来源：共青团中央

为了迎接全国的解放，1949年4月新民主主义青年团第一次全国代表大会在北京香山召开。大会结束后，团中央根据代表们的要求，做出来了制定团旗、团徽、国歌的决定，并且在当年5月15日的《人民日报》上刊登了征求团旗、团徽、国歌的启事。

在此期间，团中央中国青年杂志社的美术编辑姜霜来到北平艺专（今中央美术学院）找到在该校任教的周令钊，跟他商量帮忙设计一个团旗的图案，该提议立刻被周令钊接受。

姜霜因为在团中央工作的关系，对团的知识了解得比较多，对于团旗有自己的想法，他说：“青年团是党的助手和后备军，全国的青年们都要团结围绕在中国共产党的周围。团旗应该体现出在党的领导下这一特点。”经过反复思考，周令钊在脑海中产生了这样一副形象：一个圆圈围绕着五角星，五角星代表中国共产党的领导，圆圈表示青年们手拉手紧密团结在党的周围。他立马按照这个思路设计了草图，得到了姜霜的赞许，两人都很满意这个设计。当下，姜霜把周令钊设计的团旗图案带回了团中央，交给有关部门。后来根据严格的评选，几次修改，团中央从应征的100余种设计图样中挑选出几种样式，于1950年4月报送党中央审核批准。在报送的样式中就包括周令钊设计的团旗图案。

4月28日，毛泽东在看团旗式样时，在周令钊设计的图案上批示：“同意此式。”刘少奇也做出批示：“这个好”，周恩来也在图案上批示：“同意这个”，并具体指示：“须将金黄色圆圈及五角星移下一点，置于红旗四分之一的中间。”



▲ 中央领导在团旗设计方案上做重要批示（原件藏于中央档案馆）

1950年5月3日，《人民日报》头版刊登了团旗图样和制法，说明这个团旗的式样是：旗面为红色，象征革命胜利，左上角缀黄色五角星，五角星周围环绕以黄色圆形圈，象征中国青年一代团结在中国共产党的周围。团旗正式诞生，第二天，团旗就出现在庆祝新中国第一个五四青年节的游行队列里。



▲ 1950年5月3日，《人民日报》头版刊登了团旗图样和制法

团旗的通用规格有下列三种：

- （一）长288厘米，宽192厘米。
- （二）长192厘米，宽128厘米。
- （三）长96厘米，宽64厘米。

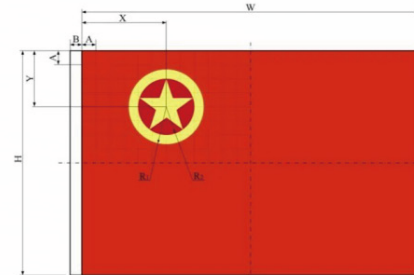
应当使用团旗的情形：

- （一）召开团的基层代表大会。（二）团组织成立仪式。（三）入团仪式。（四）超龄离团

团旗的制法说明、通用规格和使用范围

中国共产主义青年团团旗制法说明

1. 团旗为长方形，长与宽之比为3:2。团旗五星圆环图案圆心位于旗面左上方四分之一的中心处。



标引序号说明：

- | | |
|---------|-------------|
| A—单元格 | X—圆心距离旗面侧边缘 |
| W—旗面宽 | Y—圆心距离旗面上边缘 |
| H—旗面高 | R1—圆环的外圆半径 |
| B—旗杆套宽度 | R2—五角星外接圆半径 |



团旗图案标准版色度值：黄色 R=255 G=255 B=0
红色 R=238 G=28 B=37

2. 制作方法是：黄圈围着的黄色五角星，缀在旗面左上方，制旗时，先将旗面对分为4个相等的长方形，将左（它的反面为右）上角长方形上下分为12等份，再以左上角长方形中心点为圆心，3等份及4等份长为半径画两圆周，两圆周之间就是黄色圆圈。再在内圆周上定出5个等距离的点，其中一点位于圆周正上方。将此5点中各相隔的两点相联成直线，此5直线之外轮廓线就是黄色五角星的外缘。

3. 团旗颜色采用国旗红，可用布、绸、缎等材料按照标准制作。

4. 旗杆套为白色。

仪式。（五）团内举行的重大庆祝、纪念活动。

团的各级组织举办团日活动和面向社会开展重要活动，可以使用团旗。团的各级组织的新媒体平台，可以使用等比例制作的团旗图案。

除上述情况外，使用团旗及其图案包括使用非通用规格团旗须经县级和县级以上团的委员会批准。

02 敏于行



2023年6月1日

适逢建院60周年，为进一步深度践行“两为一担当”办院理念，落实全国文明单位创建工作，充分发挥青年党团员的先锋模范作用，充分展示医

院人文关怀，强化儿童放疗学科建设。院团委联合放射物理科和防治科两家全国青年文明号集体，组织展开“特别的爱给特别的你”六一儿童节主题活动。活动当天，浙江省肿瘤医院党委副书记、副院长金戈与患儿们一起，为儿童活动中心举行启动仪式。崭新的活动中心将成为孩子们娱乐游戏、放松心情的场所，宽敞明亮的空间和丰富多样的儿童活动设施将为患儿们带来更多的快乐和希望。我院致力于为患儿提供最好的医疗服务，打造一个温馨、舒适、放松的治疗环境，让每一位患儿都能感受到特别的爱和关注。



2023年6月9日

2023年6月9日，为深入学习宣传贯彻党的二十大精神，在新时代新征程上积极推动省级青年文明号的创建工作，充分发挥

青年文明号的示范和品牌效应，弘扬志愿者服务精神，践行青年使命，我院头颈外科青年文明号组织“奋进新征程 号声更嘹亮”主题活动，青年文明号号长王兰携青年号手叶秀珍和“无喉复声服务队”志愿者李欠龙、王建国、刘耀武及潘双武4位无喉老师，赶赴温州医科大学附属第一医院开展2023年度无喉辅助发声公益学习班，一如既往地秉持公益特性及志愿者服务精神，为广大无喉患者及家属带来福音。



2023年6月10日

为深入学习宣传贯彻党的二十大精神，在新时代新征程上促进国家级青年文明号品牌进一步释放活力、发挥作用，弘扬文明风尚、展现青春风

采、创造优异成绩，为强国建设、民族复兴贡献青春力量。放射物理科青年文明号在6月10日组织“奋进新征程 号声更嘹亮”主题活动，特邀请濮家小学少先队员参观我号建设，重温红色历史，为儿童肿瘤患者奉献爱心、传递温暖。



02 敏于行

2023年6月21日

6月21日，2023年院级青年文明号竞标会在行政科研楼518会议室顺利举行。院党委副书记、副院长金戈莅临会议指导，院团委委员、各级青年文明号号长担任竞标会评委。根据院“青年文明号”管理办法，竞标会评委对创建集体的汇报展示进行了打分、点评。106病区、放射科及108病区三家创建集体分别从创建计划目标、管理机制、具体举措创建成效、品牌建设等方面进行了展示。今后院团委将持续通过国家号帮扶省级号，省级号帮助院级号的对接方式，齐头并进共成长，共同进步“同富裕”。



2023年6月28日

为深入学习宣传贯彻习近平总书记重要讲话精神和团十九大精神，青年逐梦论坛第二十七期暨青年理论学习研究会于6月28日顺利召开。院党委副书记、副院长金戈在致辞中强调院团委要把党的中心任务作为青年工作的主题和方向，着力加强对广大青年的政治引领，坚持围绕中心、服务大局；同时希望广大青年能够永葆奋勇争先、不怕吃苦、志存高远、挺膺担当的青春姿态，以“初生牛犊不怕虎”的勇气开拓创新，以“逢山修路，遇水架桥”的魄力在医学路上持续攻坚克难，为医院高质量发展注入新动能，贡献青力量！青年们纷纷表示将牢记习近平总书记教诲，坚定听党话、跟党走，始终为人民谋福祉的政治信念，学在深处、谋在新处、干在实处。要立足本职岗位，服务医院和科室中心工作，在打造国内标杆、国际知名、患者首选的研究型肿瘤中心的生动实践中贡献青春力量！



2023年7月9日

头颈外科青年文明号派出了青年骨干王兰、刘燕及多名无喉志愿者赶赴宁波李惠利医院头颈外科青年文明号开展无喉复声公益学习班。自2021年7月，“无喉有声”服务队受邀帮助宁波李惠利医院开展首届无喉复声公益学习班以来，已经形成长期帮扶机制，帮助40余人掌握发音技巧，帮助患者及家属树立了成功复声的信心，团队得到当地医患的一致好评。



2023年7月17日

为深入贯彻落实党的二十大精神、习近平总书记关于志愿服务系列重要指示精神，紧紧围绕“谋人民健康之福，解群众疾病之苦”的初心和使命，大力挖掘、培育、推广卫生健康系统优秀青年志愿服务项目，引导青年志愿服务组织和广大青年志愿者为深入实施“八八战略”、打造“重要窗口”，奋力谱写省域卫生健康现代化贡献青春力量，以优异成绩迎接杭州亚运会、亚残运会胜利召开。浙江省卫生健康系统2023年度青年志愿服务项目成果展示会隆重召开。我院“告别大象腿—呵护淋巴水肿志愿服务项目”在浙江省卫生健康系统的39个项目中脱颖而出，入围决赛。并在今天的决赛中荣获第一名、金奖！



02 敏于行

2023年7月28日

浙江省新华医院团委书记姚成带队来院交流青年文明号创建工作。我院团委书记周菁楠组织各青年文明号集体进行了热情接待。互动交流后，兄弟医院一行先后参观了放射物理科青年文明号集体，并在参观过程中初步了解了各集体的创号历程、工作特色及青年人才培养交流情况。



2023年8月1日

活动由院团委组织，同时邀请共青团拱墅区委书记施煜华，区青联委员蓝震及区号手岗队代表参加，毅行由团委书记周菁楠带队出发。毅行从

半山森林公园山脚出发，登至望宸阁。登山途中，大家相互鼓劲、处处体现着团结协作、昂扬奋进的氛围，展现了青年积极生活、快乐工作的精神风貌。通过此次登山活动，既锻炼了身体，增强了身体素质，也增进了交流，加深了队伍凝聚力。



2023年8月1日

我们迎来了期待已久的新职工见面会暨岗前培训开班仪式，“悠悠五千年，盛世新希望，我们是时代的力量！”，在雄赳赳气昂昂的诗歌朗



诵中，我们迎来了青春靓丽、斗志昂扬的2023届浙肿新青年们。在全场沸腾的掌声中，新职工们踏着稳健的步伐，走出了浙肿医新青年的朝气与风采！党委书记程向东以“仁爱 和谐 创新 奉献”的院训开篇对新职工寄予希冀——如何成为一名优秀的肿瘤医院人，如何共绘“百年浙肿医”的宏伟蓝图。“滚滚长江东逝水，浪花淘尽英雄”，气势磅礴的歌声唱尽了激情澎湃。在《明天会更好》的合唱中，新职工们表达了对美好未来的无限期待。

2023年8月3日

为进一步推进从严治党，强化清廉医院建设，根据警示教育月以及“浙肿清风”系列廉洁文化活动的部署，结合新职工入职培训系列课程安排，院纪委、院团委组织带队我院129名新职工代表前往浙江省廉洁文化教育基地——乔司监狱，接受警示教育。



2023年8月10日

为开拓青年视野，增进学习，加强交流，汲取更多的先进经验和创新做法。12月10日下午，院团委书记周菁楠带领我院团委及青年文明号成员一行11人，赴浙江大学医学院附属妇产科医院集体参观交流。通过本次交流，既促进了单位之间青年的沟通交流，也提升了青年对创建青年文明号工作的认识。此行的成员纷纷表示将在接下来的创建过程中，围绕科室中心工作，把创号与科室发展紧密结合起来，以创号为载体，优化工作流程，提升业务水平，改善服务质量，激发工作热情，增强“青”字号集体的凝聚力和号召力，展现科室的青春风采。



2023年8月19日

为拓宽我院单身青年男女交友渠道，搭建单身青年联谊平台，由我院团委联合浙江省立同德医院团委、海康威视共同主办，经过精心策划准备，一场主题为“七”待已久，“夕”望是你——大型交友嘉年华活动在胡桃里音乐酒吧拉开序幕。此次活动受到了很多单身青年的欢迎和支持。主持人风趣幽默的话语拉近了彼此间的距离，活动中众多的互动小游戏更是大大缓解了青年们初识的尴尬与紧张，也为互有好感的男女青年创造了机会。



不一样的夜学读书会

有青联委员感慨：身处半山，心有高峰

文：黄元凯、蓝震 图：项丽婷

“脚步无法到达的地方，可以用书籍去丈量”，9月12日晚上，省市区三级青联委员及优秀青年代表齐聚半山脚下的浙江省肿瘤医院，只为读书而来。



▲省青联“青联读书社 解索乐阅读”浙江省肿瘤医院线下活动现场

读书，或粗读，或精读，目的便是通过阅读获得共鸣。这也是浙江省青联“青联读书社 解索乐阅读”举办的初衷，今年已累计开展了四期。

本次分享的书目为《癌症密码》，作者以通俗易懂的语言为大家科普了人类与癌症的抗争史，尝试为癌症“卸妆”以让读者能够更加有勇气地坦然相待。

而这本书的分享活动设在浙江省肿瘤医院，更显组织者的用心。

02 敏于行

正如浙江省肿瘤医院党委副书记、副院长金戈在开场时所言：“将本次书目定为《癌症密码》，以‘半山治愈’为主题，生动而富有内涵地展示了医疗行业从业者以及一代又一代的浙江省肿瘤医院人，以攻克肿瘤、给予患者治愈机会的崇高愿景和坚定追求。”

在这个谈癌色变的年代里，我们该如何告别恐慌和不安，如何科学理性看待癌症？本期的发起领读人、浙江省肿瘤医院结直肠内科副主任医师冯婷婷从一名临床医师的角度，以深入浅出但又严谨科学的语言梳理了癌症范式1.0至癌症范式3.0的特征与发展。

冯婷婷说，《癌症密码》是一本通俗易懂且相对严谨的癌症通识读物，“人类对于癌症的认知紧紧依赖于科学技术的发展进步，精准医学时代为我们带来了关于癌症丰富的分子信息，基于这些信息研制出的抗肿瘤药物，有效地延长了大部分肿瘤患者的生存期。”

同时，她指出“在当前精准治疗的时代，我们积累了大量尚无法解释的生物信息。然而，当前的研究模式仍在不断迭代，我们亟需将这些信息转化为可以直接指导临床治疗的手段和方法，这一直是肿瘤研究努力的方向”。



▲ 浙江省肿瘤医院党委副书记、副院长金戈



▲ 发起领读人、浙江省肿瘤医院结直肠内科副主任医师冯婷婷



▲ 联合领读人、中国科学院杭州医学研究所特聘研究员刘远



▲ 联合领读人、杭州市青联委员、拱墅团区委书记施煜华现场分享

联合领读人、中国科学院杭州医学研究所特聘研究员刘远以一名基础科研工作者的身份，分享了他从一名分析化学的研究者转至癌症早期诊断筛查领域的初心，同时通过举例说明描绘出了大数据和人工智能时代背景下，个性化精准医疗将成为大势所趋的美好愿景。

联合领读人、杭州市青联委员、拱墅团区委书记施煜华也分享了她的阅读体会。她说：“我被书中的一个观点所吸引，那就是癌症的种类繁多，从皮肤癌到肺癌、直肠癌等，虽然表现形式各异，但最终都会表现出八个共性特征。这让我认识到癌症并非简单的基因突变可以解释的现象，而是一种复杂的生命现象。”

“书中对癌症的治疗也持有乐观的态度。”施煜华说，这不仅是因为有专业的医生和科学技术的进步，更是因为过去的几十年里，癌症医学已经经历了从粗糙到精准、从外部到内部、从一次治疗到终身管理的变革。

02 敏于行

这一点，建院60周年的浙江省肿瘤医院就是一个很好的印证。该院在今年10月底装配有“国之重器”的重离子医学中心大楼将如期竣工，他们还将以院庆为契机，针对百姓在求医问诊中的难点、痛点，以及肿瘤防治过程中的误区困惑，围绕肿瘤防治五要素“防-筛-诊-治-康”等环节，整合资源，发挥技术优势，医护联动，将推出一系列惠民就医及科普行动。

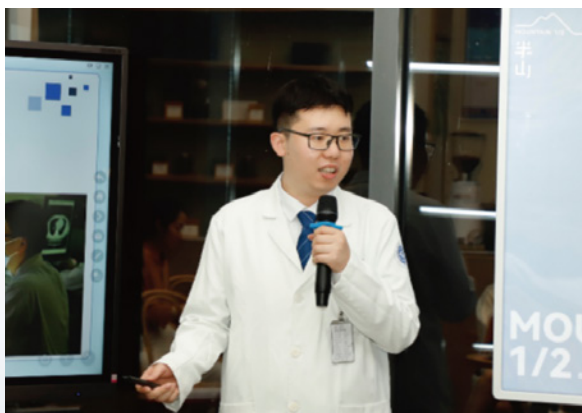
《癌症密码》所言：“癌症的种子存在于每个人体内，但改变土壤的力量却掌握在我们自己手中”。

冯婷婷认为，随着寿命的延长，肿瘤细胞的发生可被认为是一种自然现象，肿瘤的治疗模式，应从追求治愈转换为慢性疾病管理模式。通过合理安排手术、药物、放疗等手段，综合治疗肿瘤，可以最大程度地稳定控制疾病，保障患者的生活质量。

“此外，早期筛查是预防和治疗癌症的最佳手段之一，可以极大提高患者的生存率。日常生活中，我们应该避免慢性亚致死性损伤，如戒烟戒酒、避免接触致癌物，保持机体免疫平衡，以显著降低癌症的发生率。同时，关注健康，关注身体发出的信号，定期进行体检，以最大程度地守卫自己的健康。”冯婷婷提醒。



▲ 浙江省肿瘤医院团委委员、病区护理责任组长王安龙表演了科普秀机械舞《我是达芬奇》



▲ 浙江省肿瘤医院放射物理科工程师侯国政表演了一段科普脱口秀《隐形的手术刀》



▲ 联合领读人、省青联经济管理界别委员黄凯



▲ 活动现场气氛热烈



▲ 省青联委员、浙江省肿瘤医院团委书记周菁楠

联合领读人、省青联经济管理界别委员黄凯认为，“看似很厚的一本书，但面对人类漫长抗癌史却很薄，看似很轻松的表达，但之于璀璨星河的无数医者智士的探索和积淀却很沉重。”

现场两个多小时的交流中，来自各行各业的青联委员和青年代表结合自身专业优势和相关经历分享感悟，意犹未尽。

拱墅区青联委员周意在活动结束后，特别感慨地发了一条朋友圈，她说：“人在半山，心有高峰，特别不一样的夜学读书会。克服恐惧的最好办法是勇敢地靠近、深深地思考，积极地探究。用更达观长远的态度看待未知，对未来保持足够乐观的平衡”。

“很荣幸，让读书漂流会落在了浙江省肿瘤医院。人生就像一串数字，财富、自由都是后面的零，而健康才是最前面的一。”省青联委员、浙江省肿瘤医院团委书记周菁楠说，“这个周末就要迎来全国科普日，我们特地选择《癌症密码》作为分享书目，也是为了向大家科普健康理念。希望大家不要盲目谈癌色变，要早诊早治、专病专治，要记得体检。”

「二星级全国青年文明号」——防治科

来源：防治科

近日，共青团中央联合国家卫生健康委等23家全国创建青年文明号活动组委会成员单位印发《关于命名第21届全国青年文明号并进行星级认定的决定》，浙江省肿瘤医院防治科被命名为“第21届全国青年文明号”，并被认定为“二星级全国青年文明号”，系浙江省卫生健康系统唯一获此殊荣的集体。

卫生健康系统
二星级全国青年文明号
首都医科大学附属北京地坛医院感染中心
天津医科大学总医院呼吸与危重症医学科护理部
吉林省肿瘤医院放疗一科护理组
黑龙江省疾病预防控制中心免疫规划所
黑龙江省哈尔滨市海员爱心护理部
上海交通大学医学院附属仁济医院药剂科
复旦大学附属中山医院肝胆外科
上海市徐汇区大华医院飞燕护理组
南京鼓楼医院普外科
浙江省肿瘤医院防治科
安徽中医药大学第一附属医院脑病中心
福建省肿瘤医院乳腺肿瘤内科
福州市第二医院急诊科
江西省儿童医院江西省小儿心脏瓣膜治疗中心
山东大学齐鲁医院急诊科
河南省人民医院输血管理科
华中科技大学同济医学院附属同济医院急诊内科
湖北省肿瘤医院淋巴瘤内科



浙江省肿瘤防治办公室挂靠于我院，主要承担全省的肿瘤预防与控制工作，具体工作职责由我院防治科承担。防治科现有专职工作人员18名，其中35周岁以下青年13人，占比为72.2%，硕士及以上学位10人，中共党员8人，是一支由公共卫生医师等医学专业人员的高素质青年队伍。自2021年被命名为“第20届全国青年文明号”以来，开展了一系列具有肿瘤防控工作特色的青年文明号活动，实现岗位质量持续改进，岗位文明不断

优化，岗位服务内涵加深，岗位业绩国内领先。近2年获2021年度全国癌症防治先进集体、2022年度全国肿瘤登记工作省级单位杰出贡献奖、2022年度浙江省卫生健康数字化工作突出集体等荣誉。

★ 青号启航。

作为全国首批省级肿瘤防治团队，防治科青号始终坚持在学习党的二十大精神和落实肿瘤防控任务中深耕创号理念。2020年起

02 敏于行



承接省政府民生实事——重点人群结直肠癌筛查项目，2020-2022年共组织发动全省1224万余人适龄人群参与项目，完成结直肠癌风险评估和粪便潜血检测649万余例，完成诊断性结肠镜检查39万余例，检出结直肠癌患者近4000例，癌前病变4万余例，取得良好社会效益和经济效益。构建国内领先的100%覆盖省市县三级肿瘤防治网络；现有国家级肿瘤登记处22个，覆盖人口愈2147万，数据质量达到国际标准，每年出版中英文对照肿瘤登记专著，定期发布全省癌情信息；全面打造“浙里防癌”应用，实现多癌症智能筛查，作为唯一省卫生健康委直属单位荣获“2022年浙江省数字化改革最佳应用”和“数字化改革领跑者”。成立全国首家省级癌症基金会，开展3项救助项目，累计为2200余位癌症患者提供救助；工作专报受到两位分管副省长审阅并作出批示，让肿瘤防治“三早原则”落地生根，让青号从“浙”启航。

★ 号音嘹亮。

防治科青号以“红船领航健康强国”“浙里防癌肿有医靠”为主题，着力打造肿瘤防治科普省域示范。成功建设全国首个肿瘤防治科普数字馆，在拇指间获取健康知识；开展肿瘤防治科普山海行活动，举办全省肿瘤防治科普会议，发布《浙江省居

民癌症防治核心知识（2022）》，设计全国首个肿瘤防治主题卡通形象，推出“大咖来了”“浙里话健康”等品牌活动被学习强国、《朝闻天下》、人民日报等党媒累计曝光量超11亿人次，2022中国肿瘤学科普大会被浙江省科协评为2022年度科普工作特别贡献活动。全方位传递普及科学防癌知识，使全省居民防癌知识知晓率高达74.7%，2023年全国肿瘤防治宣传周工作经验刊登在“卫生健康工作交流医疗应急工作专刊”，让倡导“预防为主”的青春号音传遍之江大地。

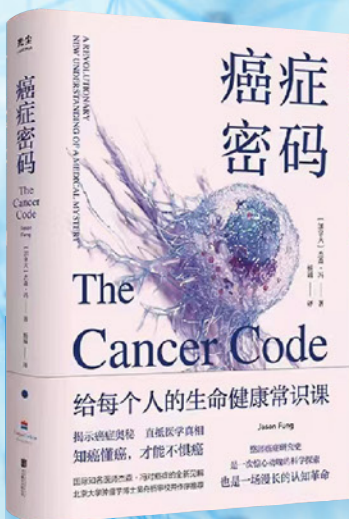
★ “青”心尽力。

中国工程院沈洪兵院士唯一工作站在我院挂牌以来，由防治科主要负责对接院士团队，并依托工作站发展不断赋能创号成效。定期举办省级专业指导，培训基层人员7万余人次；近年科室成员主持国家重点研发计划“政府间国际科技创新合作”重点专项、十四五国家重点研发计划“常见慢性病防治研究”重点专项课题、科技部国家外国专家局“高端外国专家引进计划”项目、中科院STS区域重点项目和国自然、省自然面上项目等课题，发表学术论文120余篇，出版专著16本，先后斩获中国肿瘤登记工作先进个人、2022年度《健康世界》科普十大新锐人物等个人荣誉80余项。



03 慧 于 心

《癌症密码》读书分享活动



癌症的防治：科学，技术，与未来的挑战

中国科学院杭州医学研究所 刘远

“大家好，我是刘远，我想借此机会与大家分享一些关于癌症防治的见解和观点。

我的博士专业是分析化学，在博士后阶段，我接触到了医学领域，并深入了解和学习了相关方面的知识。回国后，我有幸在医学所工作，这个平台使我得以将所学应用于实际问题的解决。

化学作为一门基础学科，从疾病检测到药物开发、治疗已经渗透到了医学的方方面面。作为一名科研基础工作者，我常常思考如何利用我的专业知识——分析化学，来为临床医学提供帮助。于是，我选择了一个研究方向——癌症的早期诊断和筛查。

对于癌症的筛查，机器学习、人工智能的发展非常引人注目。然而，尽管这种技术十分强大，应用领域广泛，但它是否能彻底改变癌症治疗的面貌？我认为，至少在未来二十年，人工智能只能起到辅助作用，而无法完全替代医生的判断和决策。另外，有一点是我们不能忽视

的——癌症与人类的发展应该是共存到。无论我们的医疗手段如何先进，治疗方法如何精良，癌症都不可能完全消失。我认为这是我们必须面对的现实。

本书作者认为甲状腺癌、乳腺癌和前列腺癌的筛查并不具有大规模筛查经济学价值，我觉得对每一个个体来说，只要进行癌症筛查，都是有意义的。只要筛查可以帮助我们更早的发现癌症，从而及早进行治疗，都值得我们去做。

最后，我想说的是，癌症筛查不仅对于个体的健康有益，而且对于整体人群的健康也有积极的影响。因此，我认为癌症的筛查是非常有必要的。在此，我要感谢各位听众给我这个机会，让我有机会与大家分享我的见解和观点。让我们一起为癌症防治的科学研究和公众教育努力！

怀敬畏之心、乐观之期，科学认识癌症

共青团拱墅区委 施煜华

“大家好，我是共青团拱墅区委的施煜华，很荣幸与大家一起共读《癌症密码》。作为一名普通读者，面对“众病之王”的癌症，但凡提起总是觉得恐惧、惶恐，但读完这本书，我对癌症有了全新的认识，也更多了一份对生命的敬畏。

本书中对癌症本质的解读让人眼前一亮、颇受启发。癌症的种类繁多，胃癌、肺癌、直肠癌等林林总总，虽然起源、形态各异，但最终都会表现为生长、永生、移动、瓦氏效应四大特征，表现出了极强的统一性。癌症并非简单的基因突变可以解释，而是一种复杂的生命现象，书中将其阐述为细胞的返祖现象，是各类分化细胞挣脱各自的分工、使命而回归到单细胞的原始自由状态。这么看来癌症似乎是我们多细胞生物的宿命，避无可避、无可奈何，但在这个过程中呈现出

的旺盛生命力也让我触动、敬畏。

本书还让我认识到得癌症不是罕见病而是常见病。癌症的“种子”随处可见，但我们身体的免疫

系统也非常强大。虽然随着年龄的增长，基因突变将在体内不断积累叠加，得癌症的概率也随之增加，如果你活的足够久，就一定会与癌症相遇，不幸中的万幸是，大多数癌症并未造成很大的危害，只是在人死后才被偶然发现。在这种必然中，我反而获得了一种释然，也能更坦然、淡然地看待癌症，同癌共存成长也许是我们每一个现代人都需要去思考和直面的问题。

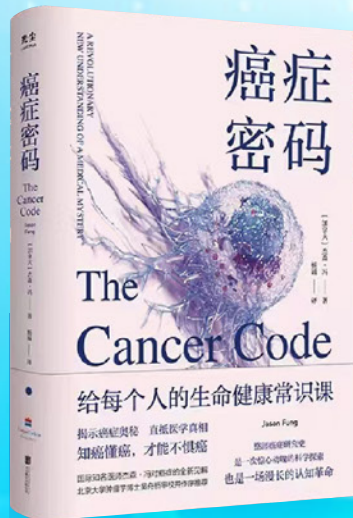
对癌症的治疗我充满乐观。在过去的几十年里，癌症医学已经经历了从粗糙到精准、从外部到内部、从一次治疗到终身管理的变革，免疫疗法、精准治疗等领域也持续获得突破，我们已经有一套相对体系化、系统化的治疗方案，相信在未来，我们将有更好的方案来应对癌症。

感谢本次读书会的精心安排，也感谢省肿瘤医院医护人员们的持续努力，让我们更有信心和力量去直面癌症。

03 慧 于 心

《癌症密码》

读书分享活动



癌症的分子奥秘与防治策略

直
肠
内
科
冯
婷
婷

“《癌症密码》是一本通俗易懂且相对严谨的癌症通识读物。人类对于癌症的认知紧紧依赖于科学技术的发展进步。精准医学时代为我们带来了关于癌症丰富的分子信息，基于这些信息研制出的抗肿瘤药物，有效地延长了大部分肿瘤患者的生存期。

在当前精准治疗的时代，我们积累了大量尚无法解释的生物信息。然而，当前的研究模式仍在不断迭代，我们亟需将这些信息转化为可以直接指导临床治疗的手段和方法，这一直是肿瘤研究努力的方向。

随着寿命的延长，肿瘤细胞的发生是一种自然现象，面对肿瘤的治疗模式，应从从追求治愈转换为慢性疾病管理模式。通过合理安排手术、药物、放疗等手段，综合治疗肿瘤，可以最大程度地稳定控制疾病，保障患者的生活质量。

此外，早期筛查是预防和治疗癌症的最佳手段之一，可以极大提高患者的生存率。日常生活中，我们应该避免慢性亚致死性损伤，如戒烟戒酒、避免接触致癌物，保持机体免疫平衡，以显著降低癌症的发生率。

关注健康，关注身体发出的信号，定期进行体检，以最大程度地守卫自己的健康。

癌症预防解析生活方式的重要性

医
务
部
郑
彬

“在阅读这本书的过程中，我深感一个人的生活方式对于预防癌症的重要性。通过深入了解癌症的起源与发展，我们会发现这种疾病与我们的生活方式有着密切的关联。本书的作者以医生的视角，将癌症的认知过程分为三个阶段，即范式1.0、范式2.0和范式3.0。每个阶段都为我们揭示了癌症的不同层面，使我们更加理解这种复杂的疾病。

在范式1.0阶段，作者向我们揭示了癌症的本质——一种过度生长的疾病。这一阶段的核心观点是癌症的发生源于细胞过度增长和失控。这个观点为我们理解癌症的起源提供了重要的线索。

范式2.0则是在基因研究的推动下，人们逐渐认识到癌症与基因突变之间的联系。这一阶段的研究表明，癌症的发生与基因突变有着密切的关系。这为我们提供了治疗癌症的新思路——通过干预基因突变来预防和治疗癌症。

然而，范式3.0的出现打破了

我们对癌症的传统认知。在这个阶段，人们开始将癌症视为一种慢性亚致死性损伤。这既包括了外部环境因素如辐射等物理伤害，也包括长期存在的慢性压力、吸烟、熬夜等不良生活习惯带来的内部损伤。这个阶段的观点提醒我们，每个人的身体都需要关爱和呵护，保持良好的生活习惯、健康饮食和积极的心态，才能有效降低患癌的风险。

总之，这本书以科学的视角向我们展示了癌症的全貌，让我们更加深刻地认识到生活方式对于预防癌症的重要性。通过保持良好的生活习惯和健康的生活方式，我们每个人都可以降低患癌的风险，为自己和家人的健康保驾护航。