



扫一扫 扫出一本好书

寒露，在不拥挤的自然邂逅人间清秋

“九月节，露气寒冷，将凝结也。”在二十四节气中，有两个因露水而得名的节气：秋分之前的白露，以露水的颜色定节气；秋分之后的寒露，以露水的温度定节气。夜晚仰望星空，会发现星空换季，代表盛夏的“大火星”已经西沉。冬天的脚步声正在一点点靠近。深秋的

寒意，不如冬天的刺骨，反倒多了一丝沁人心脾的舒爽，在萧瑟秋风的伴奏下，连落叶都跳起了轻盈的舞旋，内心的浮躁似乎也能随风一起飘散，只想沉醉在翩跹的书页间，安安静静地感受文化的熏陶、智慧的传承、人生的启迪，伴着万物的成熟一起享受心灵的慢成长。

《看病的智慧》

今宵风寒露重，从此良人多珍重。天气转凉，要学会善待身体，才能活成更好的自己。

去医院看病其实也是一门技术活，想要就医少走弯路，这些智慧小技巧你一定收好。本书作者在自己看病、帮别人看病和看别人看病的过程中，有很多自己绕不开的困惑，因此他努力去寻找答案，最终撰写下此书。在书中，作者以问题为导向，对于如何识别疾病信号等一



长按识别 在线阅读

系列大众普遍关心的棘手问题，给出了明确的答案和实用性意见，方便患者更加便捷、高效地进行看病就医。

《活出你的天赋才华》

季节不停流转过渡，人类的成长也宛若四季轮回，而秋季恰好就似人之中年，是认识自我、绽放自我的大好时机。

你可曾想过，如果每个人在出生时，都附赠一张写明自己天赋才华的人生使用说明书，并可以从中了解到这些才华发挥到极致时可以达成的境界，那么，你的人生是否会和现在大不相同？人类图，正是一套帮你按图索骥、了解自己人生组成与运作方式的便利工具。书中36条人类图通道，36种与众不同的天赋才华，



长按识别 在线阅读

每一项天赋才华都有具体可行的使用方法与建议。经由本书中所介绍的人类图，你将真正了解这些上天赐予你的神奇配置，轻松活出独属于你自己的自信人生！（来源：杭州市西湖区图书馆）

一起来“书”入能量吧



日前，宁波市北仑区横河工业社区职工会客厅迎来了一场名为“领读人”的读书会活动。

作为分享嘉宾，宁波市作家协会会员董杰分享的书籍是《追风筝的人》，他从语言能力、人物定位、梦的叙述、背景、四个实用的方面进行了提炼。宁波力劲科技有限公司职工、横河工业社区“领读人”阅读社空间主理人陈利娟分享的书籍是

《我与地坛》，并用“一个人的读书力量虽然单薄，但也是一股能量，积蓄到一个团队，就成了星星之火，可以燎原”，激励在场的每一个人。

据悉，目前“领读人”活动为一周一期，每周一下午12:00开启报名系统，周五下午17:00关闭报名系统，活动在每周日17:00开始。每期由不同的嘉宾领读分享。

通讯员姚熠洋 摄

中国工会十八大报告中指出：要突出发挥劳模工匠示范引领作用，广泛深入开展各种形式的劳动和技能竞赛，引导广大职工争当劳动模范、能工巧匠……

新征程上，工人阶级要树立终身学习的理念，干一行、爱一行、精一行，勤学苦练、深入钻研，走技能成才、技能报国之路……

匠人微光 星火成炬

时代发展，需要大国工匠；迈向新征程，需要大力弘扬工匠精神。杭州西湖风景名胜景区管理委员会自2013年起开展技能大师工作室建设，多年来培养出全国技术能手7位、浙江省技术能手3位、浙江工匠11位、杭州市技术能手18位、杭州工匠7位，真正担起了带高徒、传绝技、攻难关的使命。

十年磨一剑，在杭州第19届亚运会中，西湖景区技能大师工作室幕后默默耕耘，台前精彩亮相，向世界自信展示杭州的能工巧匠风采。

“滋养” 匠心独运唇齿留香

茶为国饮，杭为茶都。杭州西湖风景名胜景区作为西湖龙井茶一级核心产区，共有23家茶类技能大师工作室，覆盖茶叶加工、茶艺、评茶、茶文化体验等多个方面，全方位、立体式打造出茶产业典范，高标准推出技能大师技术规程，为茶产业从业人员树立了良好导向。在杭州亚运会上，多家茶类技能大师工作室受邀向中外与会嘉宾展示中国茶叶“色、香、味、形”之美，用茶香的安宁与清雅，衬托出比赛的热情与激荡。

“传承” 中式文化隽永绵长

在杭州亚运会开幕式



沈黎明茶艺技能大师工作室成员，在多家亚运会定点医院接待外宾，展示中国茶文化。

上，一部不到三分的短片《相约杭州》吸引了全场目光。成片里，黄龙洞廊亭里，蔡婕杭剧技能大师工作室的三位越剧演员，用戏曲云手展示了手中的杭州亚运会标志，导演陆川采用古今搭配的镜头让画面写满了杭剧的代际传承故事。蔡婕在成为技能大师工作室领衔人之前，杭剧已经失传了四五十年，她坚持着黄龙越剧团“只要有一位观众就得演”的理念，扎根基层

剧团，抢救濒危剧种，终于造就了今日杭剧复兴的曲韵悠扬。

杭州亚运会开幕式当天，来自孙坚定茶点制作技能大师工作室的精美茶点亮相主会场。近年来，中式饮食文化遗产的保护和传承，也成为了西湖景区技能大师工作室打造的重点之一。孙坚定说：“杭州茶点历史悠久，唐宋为顶峰，茶点制作技艺有着深厚的历史底蕴，我作为技能带头人，对这门技艺传承有着责无

旁贷的使命。”

“绽放” 赛场内外不灭的光

杭州亚运会主火炬塔“钱江潮涌”的设计师林岗，是林岗雕塑技能大师工作室的领衔人。主火炬塔将西湖的柔美、钱塘江的刚硬融为一体，与杭州亚运会主会场的气质一脉相承，表现出铸浪为山、潮起东方的杭州气韵，与刚柔并济、兼收并蓄的中华文化。林岗说：“对

永康21岁小伙，全国技能大赛获殊荣

■李一正

近日，全国第二届职业技能大赛在天津闭幕，浙江代表团取得6金12银8铜的佳绩。其中，来自永康五金技师学院的青年教师应晓航，在4000多名选手中脱颖而出，勇夺可再生能源项目铜牌，并成功入选第47届世界技能大赛国家集训队。这一成绩创造了永康籍选手在该项赛事中的获奖纪录，并实现了入选世界技能大赛国家集训队“零的突破”。

21岁的应晓航是永康市古山镇孙宅村浩山头自然村人。2020年，应晓航毕业于永康市职业技术学校电气自动化专业；2022年，从湖州职业技术学院工业过程自动化专业毕业后，应晓航回到家乡，进入永康五金技师学院任教，主要教授电气自动化和工业机器人课程。

本届职业技能大赛以“技能成才、技能报国”为主题，共设109个赛项，包括62个世界技能大赛选拔项目和47个全国职业技能大赛精选项目。其

中，应晓航参加的可再生能源赛项，需要在3天合计9.5个小时内，完成光伏组件和可再生能源系统并网、离网墙面安装，风力发电机舱安装与调试，可再生能源系统故障排查，以及光伏软件设计共4个模块内容，工序复杂、精度要求高，竞争相当激烈。

为了备战此次全国大赛，应晓航投入了大量精力。从2023年5月底开始，在永康五金技师学院的训练场地，应晓航整天对着笨重的光伏组件和风力发电机舱，操弄

五花八门的工具，这种和枯燥做拉锯战的生活持续了3个月。

“我曾经和同事开玩笑，看看人和机器哪个先干不动，结果机器先干不动了。”应晓航笑着说。最终，他的辛苦付出得到了回报。

在此之前，应晓航已经有两次全国性赛事的获奖经历：2019年6月，获全国职业院校技能大赛“液气气动赛项”全国一等奖；2023年4月，获2022年全国行业职业技能竞赛——全国服务型制造应用技术创新

大赛物联网安装调试员（数字中台与远程运维服务）赛项职工组全国一等奖。

这次获得铜牌后，应晓航成功入选第47届世界技能大赛国家集训队，备战2024年在法国举办的第47届世界技能大赛。届时，他将与全球顶尖选手同台竞技。

“接下来，我要在集训队里好好努力学习，看看自己能冲到怎样的名次。同时，我要继续培养更多优秀的学生，希望他们能在下一届国赛中大放异彩。”应晓航说。

杭州富阳图书馆 焕新开放书香浓 读书就是回家

馆空间作为公共文化资源的重要作用，富阳图书馆进行了整体维修改造。

此次维修工程首先注重空间拓展。在不改变原图书馆整体结构的基础上进行整体改造装修，根据市民阅读需求，富阳图书馆将原有空间布局重新划分，着重提升少儿活动室、多功能厅的功能。同时，图书馆新增自习室，以满足读者自习需求。

本次空间改造的另一特点是

增设了新的数字阅读区。在这里，读者可以戴上眼罩，体验VR带来的身临其境感；也可以戴上耳机，在“蛋壳仓”里沉浸式收听有声书；还可以通过桌面AI光影阅读屏智能“听书”、浏览终端数字图书馆等。

其次是软件服务有所提升。图书馆的图书资源大量扩容，新购置1万册纸质图书，内容涵盖小说、儿童读物、专业书、工具书等多个类目；结合目前数

升级改造 突出人文关怀

“本次改造，重点突出了人文关怀。”富阳图书馆相关负责人介绍，馆内重建了母婴室、视障阅览室、无障碍（亲子）卫生间、自助咖啡休憩区等人性化基础设施，通过科学合理的功能划分，最大程度保障每位读者的阅读体验。

“装修后的图书馆是一所节能环保、开放综合、智能现代、特色鲜明的现代化图书馆。”该负责人说，重新开馆的图书馆全面改善提升了阅读环境，科学整合了文献资源，阅览空间得到更大程度开发利用，广大读者能享受到舒适便利、宽敞明亮的阅读氛围。富阳图书馆可以更好地发挥文化教育职能，促进富阳地区文化实力的良性发展。



儿童“悦读”区 骆晓飞 摄



图书馆入口 骆晓飞 摄

■范宇辉

刚刚过去的国庆假期，位于杭州市富阳区富春街道的富阳图书馆焕新开放，周边的读者朋友纷纷前来体验。

与读者互动活动 为开馆“打call”

整改后的富阳图书馆，从外立面到内部功能设置，都有了全新改变。

“各方面体验都很舒服，富阳图书馆有了现代图书馆该有的状态。”一位读者在大厅自助借还书机前操作，她将读者证放在感应区，查阅自己的借还书等信息。她说，重新开馆的富阳图书馆，环境和功能设置让人耳目一新。

提升服务 打造现代化图书馆

据富阳图书馆相关负责人介绍，为提升图书馆利用率、拓展服务功能、优化内部格局，使馆内图书资源布局更合理、场所更舒适、视觉更美观，发挥图书