

精彩吉林

恒大、科大讯飞、韩亚银行、华为、阿里、京东、万达、万科、神州数码、腾讯、浪潮……

吉林大地集聚投资热潮

东北振兴,吉林全速;东北优势,吉林彰显;投资争过山海关,大项目扎堆进吉林。近日,喜讯连连,好事连连,硕果连连,一大批知名企业、行业巨头到吉林投资的信息,在各行各业和吉林大地乃至国际国内广为流传,项目、投资、信息、人才……扎堆白山松水、汇聚吉林大地,强势发展中的吉林,迎来全新的投资热潮、发展热潮、振兴热潮。

恒大集团董事局主席许家印、科大讯飞股份有限公司董事长刘庆峰、韩国韩亚金融集团副会长咸泳周……近一段时间,多位行业巨头带着优秀项目、带着热诚期望、带着发展信心,纷纷看好吉林优势,主动融入吉林新一轮振兴建设发展的大潮——10月8日,恒大集团董事局主席许家印来吉林省洽谈合作项目,签署了系列项目合作协议;10月9日上午,长春市政府与科大讯飞股份有限公司签署战略合作协议;10月9日,长春市政府与韩亚银行签署战略合作协议。与此同时,10月10日,吉林(中国-新加坡)食品区管理委员会与京东共建“互联网+”数字经济合作项目签约仪式在京东集团总部成功举行。

10月8日,省委书记巴音朝鲁,省委副书记、省长景俊海,在长春会见了来我省洽谈合作项目的恒大集团董事局主席许家印,并共同见证长春市、公主岭市与恒大集团有关项目签约;10月9日,省委书记巴音朝鲁,省委副书记、省长景俊海在长春会见了来我省洽谈合作项目的科大讯飞股份有限公司董事长刘庆峰,并共同见证长春市人民政府与科大讯飞签署战略合作协议;10月9日,吉林省委副书记、省长景俊海在长春会见韩国韩亚金融集团副会长咸泳周一行,并见证长春市政府与韩亚银行签署全面战略合作协议。



恒大水世界规划图

当前,吉林老工业基地正处在加快转型升级、积蓄高质量发展动能的关键时期,为广大企业提供了难得的发展舞台和巨大的发展空间,众多大型知名企业敏锐捕捉到新时代吉林振兴所带来的重大机遇,投资吉林,聚焦吉林。

根据长春市、公主岭市与恒大集团签署的合作协议,双方将在文化旅游、大健康产业、高科技农业等领域开展合作。恒大集团自2010年在长投资恒大绿洲项目至今,已在长春投资16个项目,总投资数百亿元。恒大集团又于2018年进入公主岭市,投资千亿元建设恒大水世界项目。9年多来,恒大集团用一个个项目、一笔笔投资,见证了吉林省振

兴的历程、发展的优势以及优异的营商环境。

近年来,科大讯飞积极融入吉林振兴发展,与我省在智能制造、教育医疗、智慧城市等领域展开深度合作,取得很好成果。科大讯飞全方位推动与长春战略合作,着力打造科大讯飞东北亚区域总部,建设科大讯飞东北亚研究院,建设人工智能小镇,打造人工智能高地,为吉林省高质量发展作出积极贡献。自2015年9月进入长春的科大讯飞,已成为“数字长春”建设的重要力量,与吉林大学、东北师范大学、一汽集团共建了4个产学研联合实验室和人工智能研发基地,并在此基础上成立了东北亚研发基地。

韩国韩亚金融集团是吉林开放合作的重要伙伴,为吉林发展提供了有力金融支持。当前,吉林省正主动融入中国“一带一路”,扩大开放性国际合作,根据长春市政府与韩亚银行签署的全面战略合作协议,双方相约,推进长春与韩国韩亚金融集团的全面战略合作,把更多韩国的优势资源引入长春,推动中韩国际合作示范区建设,促进长春与韩国在影视、文化、医疗美容、食品药品等方面的合作,为实现共赢发展开拓新局面、迈出新步伐。咸泳周表示,今后,他将全力推介长春,经常回到长春,全力拓展韩亚银行在长业务,把韩国优势资源带到长春,为长春经济社会发展多作贡献。

10月10日,吉林(中国-新加坡)食品区管理委员会与京东共建“互联网+”数字经济合作项目签约仪式在京东集团总部成功举行。京东云作为京东集团技术、资源、服务对外赋能的窗口,将与吉林(中国-新加坡)食品区管理委员会共同致力于建设特色产业云计算大数据服务基地,打造数字经济产业园,搭建数字经济人才体系,培育区域性数字农业生产示范中心,促进中新吉林食品区产业转型升级。京东云将联合中新吉林食品区打造“京东云数字经济长吉图区域协同发展中心”,助力中新吉林食品区进入高质量发展新阶段,构建科技引领、协同发展

的现代化产业体系,加速国家城乡融合发展试验区的建设。

9月24日,长春市宽城区36个大项目集中竣工,包括长春装备制造产业开发区智能制造产业园、新加坡丰树宽城现代物流园、瑞典宜家家居商场等在内的37个项目签约落位;9月25日,长春新区2019年秋季重点项目集中开工,重点包括西安交大3D打印创新中心、东卓智能制造生态等科技含量高的产业基地项目等52个,总投资319.43亿元。同样,下半年开始,长春其他各城区县区开发区、全省各市州和县域,陆续举办开工仪式,一大批优质项目集中开工,必将为吉林省壮大经济总量、优化产业结构、提升发展水平提供强有力支撑。

吉林速度,吉林质量,吉林优势,吉林力量,吉林未来。恒大、科大讯飞、韩亚银行、华为、阿里、京东、万达、万科、神州数码、腾讯、浪潮……众多行业龙头企业,敏锐捕捉到了吉林省新一轮振兴带来的重大发展机遇,纷纷加大了在吉林省的投资力度,聚首吉林,一批智能制造、智能物流、高端文旅、现代金融、大数据、云计算等重大产业项目,成为推动吉林省加快高质量发展、全方位振兴全面振兴的重要力量,相信一定会有更多的大项目、行业巨头来吉林投资,来吉林发展,吉林的明天一定会更加美好。

对标一流抓发展 改革创新增动力——吉林省开发区高质量发展与招商引资实务培训班开班

为认真贯彻落实国家和省委、省政府有关决策部署,吉林省商务厅组织了为期一周的全省开发区高质量发展与招商引资实务培训班。10月13日,开班式在长春举办。

开班式后,全体参训人员立即

启程,赶赴江苏开展实地培训。在苏期间,将通过专题讲座、案例教学、交流研讨、实地考察等形式,就开发区抓项目、抓招商、抓投融资有效手段和优化营商环境、深化体制创新、加快转型升级、推动产城融合的成

功案例,以及苏州工业园区、昆山经开区、无锡高新区等开发区发展制造业的成熟经验等内容,展开实地体验式学习。

据省商务厅相关领导介绍,开发区是改革开放的排头兵、经济建

设的主战场、引领发展的主引擎,当前吉林省正处于滚石上山、爬坡过坎的关键时期,组织本次培训将有助于进一步开阔视野、更新观念、理清思路,在优化营商环境、招引重大项目、优化产业结构、创新体制机

制、促进对外开放、推动集约发展等方面谋划出更加务实有效的方法举措,推动开发区高质量发展取得更大成效,为吉林全面振兴全方位振兴作出更大贡献。

/ 记者 王秋月 报道

温馨提示:集齐本专栏全年剪报可兑换科普礼品(具体兑换时间及方式将于2019年第四季度择期在报纸上刊登通知)

星期二
养生

蔬果彩虹巧搭配,助力最美夕阳红



吉林行

吉林省科协 城市晚报社

主办

2019年第182期 总第648期

人体中,某些化学元素存在数量较少,但又是我们人体的必需成分,且必须通过摄入外源食物来补充,如果缺乏,则会导致某一种或某些功能损伤,我们将这些元素称为必需微量元素。我们日常食用的蔬菜、水果含有这些必需微量元素,所以要足量和多样化摄入蔬菜水果,以达到营养互补、充足。

“我有糖尿病,医生叫我少吃水果”

“西瓜糖分重,我不吃”

“苹果那么硬,我牙齿都没有”

“蔬菜嚼着好累”

“水果吃了胃不舒服”……

如果家中有老人,当跟他们提到多吃蔬菜水果时,上述这些话,大概都听说过。随着年龄的增加,老年人的一些生理功能开始渐渐衰老、退化,常见的有胃肠功能不如从前,牙齿开始脱落,咀嚼吞咽困难再加上有些基础疾病还要忌口,逐步陷入中老年人饮食困境。

每一个人,都会面临变老这个问题。对于老年人,在饮食上,我们需要格外的细心、非常的用心、十足的耐心。其实,我们可以从一餐一食去改变老年人的营养摄入。接下来,推荐一些快捷简便的蔬果搭配和烹饪制作。

1.一杯蔬果牛奶汁,提供早餐满满能量

食材准备:1个苹果、十几粒花生生、1杯250毫升的牛奶、300毫升温开水

制作过程:苹果削皮,切碎放入榨汁机、依次加入花生米、牛奶、温开水,打碎,倒出即可。

备注:我们平时提倡吃水果,不喝果汁,是因为担心膳食纤维被破坏。对于老年人的饮食,我们除了考虑膳食纤维外,还需要考虑老年人的消化吸收功能等,所以,果汁类食物不失为一种简单快捷、有营养的食物。(适合2—3人食用)

2.西兰花+胡萝卜,搭配土豆不挨饿

食材准备:西兰花300g、胡萝卜200g、土豆200g

制作过程:西兰花、胡萝卜洗净切细后,放置一边,锅内烧水,煮至沸腾,将2—3滴油倒入西兰花、胡萝卜中搅拌均匀。土豆去皮洗净,切细块。将土豆

放入锅内蒸熟后剁成土豆泥冷却,再继续蒸西兰花、胡萝卜。出锅后,放入榨汁机内搅拌成泥。

备注:在西兰花和胡萝卜切细后加油,一是保证维生素不流失、二是保证肠道润滑,避免老年便秘。适合2—3人食用。

3.家中常备菜丸子,想吃就吃很方便

食材准备:白萝卜500g、香菇200g、白菜500g、猪肉泥300g、鸡蛋5—10个,面粉若干

制作方法:白萝卜、香菇、白菜切碎,可以将白萝卜与猪肉一起拌匀,也可以香菇与白菜一起拌,这一步类似于我们平时在家做饺子馅,可以依着个人喜好来。依次放入鸡蛋、面粉,顺着方向搅拌。一个一个撮成丸子,放入冰箱急冻室,需要吃时,下锅煮几个,再放几片蔬菜叶子。

备注:有人担心吃蛋黄会增高胆固醇,其实蛋黄对胆固醇的直接影响并不大,如果实在担心,就用蛋清也行。蔬菜中,水分都比较多,可以不加。在加面粉环节时,如果担心面粉制食品导致血糖升高,可以将煮好的燕麦、粗粮等一起加入。

营养君贴士:中国居民膳食指南建议,每人每天食用12种食物,每周食用25种食物,提倡餐餐有蔬菜、天天吃水果,而且要色彩缤纷、深色为主。今天您吃了多少种类食物、几种颜色呢?

更多精彩内容在:



科普中国

吉林科普微窗