**新 书 推 荐**



**中文书名：《蓝色地带之长寿秘诀：向地球最健康地区学习》**

**英文书名：*The Blue Zones Secrets for Living Longer: Lessons From the Healthiest Places on Earth***

**作 者：**[**Dan Buettner**](https://www.amazon.com/Dan-Buettner/e/B001JRZXBE/ref%3Ddp_byline_cont_book_1)

**出 版 社：National Geographic**

**代理公司：Defiore/ANA/Lauren**

**页 数：288页**

**出版时间：2023年8月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：保健**

**内容简介：**

**《国家地理》杂志“蓝色地带”系列创作者为读者带来了一本图文并茂的“蓝色地带”指南（蓝色地带指地球上人们最长寿的地方），囊括了生活经验、顶级长寿食品和助人活到100岁的“9大”行为，还会介绍一个“蓝色地带”新成员。**

国家地理探险家和畅销书作者丹-布特纳（Dan Buettner）为寻找最佳长寿之法走遍了全球，最后在蓝色地带有所发现，蓝色地带中大部分人十分长寿。

在《蓝色地带之长寿秘诀》中，布特纳去往意大利的撒丁岛、希腊的伊卡里亚岛、日本的冲绳、哥斯达黎加的尼科亚半岛和加利福尼亚的洛马林达，对生活在蓝色地带的超级长寿者进行调查，并解释了目标、信仰、社区、休息时间、自然运动和植物性饮食等至少能延长十年寿命的因素。布特纳还介绍了一个全新的蓝色地带，也是迄今为止探索的第一个人造蓝色地带。

过往二十年研究中，布特纳与《国家地理》的大卫-麦克莱恩和詹卢卡-科拉等顶级摄影师合作，记录了世界上最长寿社区的健康习惯。在这本内容丰富的图书中，特纳生动的文字配以摄影师的图像作品，共同带领读者开启一次美丽蓝色地带之旅。

**作者简介：**

**丹-贝特纳（**[**Dan Buettner**](https://www.amazon.com/Dan-Buettner/e/B001JRZXBE/ref%3Ddp_byline_cont_book_1)**）**是“蓝色地带”组织创始人，该组织旨在帮助美国人活得更长久、更健康。2005年，他《国家地理杂志》上发表了封面故事《长寿的秘密》，并在2017年发表了第二篇《寻找幸福》。布特纳撰写了七本全国性畅销书，包括：《蓝色地带厨房》、《蓝色地带》、《茁壮成长》、《蓝色地带挑战》、《幸福的蓝色地带》和《蓝色地带解决方案》。

**感谢您的阅读!**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

电子邮件**：**[**Rights@nurnberg.com.cn**](Rights%40nurnberg.com.cn)

安德鲁-纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：anabj2002

