

DAN BUETTNER

LONDON
SPEAKER
BUREAU

- **Journalist Who Explored the “Blue Zone” Hotspots Where People Live Longest and Healthiest Lives**
- **Author of bestselling book “The Blue Zones Secrets for Living Longer”**
- **Works with Governments, Employers and Health Insurance Companies to Implement Blue Zones Projects**



Dan Buettner adalah seorang penjelajah, National Geographic Fellow, jurnalis dan produser pemenang penghargaan, pembawa acara Netflix, dan penulis buku terlaris New York Times.

Ia menemukan lima tempat di dunia – yang dijuluki titik panas zona biru – tempat orang-orang hidup paling lama dan paling sehat.

Artikel-artikelnya tentang tempat-tempat ini di The New York Times Magazine dan National Geographic merupakan dua artikel terpopuler untuk kedua publikasi tersebut. Buettner kini bekerja sama dengan pemerintah kota, perusahaan besar, dan perusahaan asuransi kesehatan untuk melaksanakan Proyek Zona Biru di masyarakat, tempat kerja, dan universitas.

Proyek Blue Zones merupakan inisiatif kesejahteraan yang menerapkan pelajaran dari BlueZones ke seluruh komunitas dengan berfokus pada perubahan lingkungan lokal, kebijakan publik, dan jaringan sosial. Program ini telah meningkatkan kesehatan lebih dari 5 juta warga Amerika secara drastis hingga saat ini.

Dalam buku barunya *The Blue Zones Secrets for Living Longer*, Buettner kembali ke Sardinia, Italia; Ikaria, Yunani; Okinawa, Jepang; Semenanjung Nicoya di Kosta Rika; dan Loma Linda, California untuk menengok para lansia super yang tinggal di zona biru dan menafsirkan rahasia yang tidak terlalu rahasia berupa tujuan, keyakinan, komunitas, waktu senggang, gerakan alami, dan pola makan nabati yang telah mendukung hingga 10 tahun tambahan hidup sehat di wilayah ini. Dan Buettner mengungkap Zona Biru yang sama sekali baru—Zona Biru buatan manusia pertama yang pernah dieksplorasi.

Buettner juga memegang tiga Rekor Dunia Guinness dalam bersepeda jarak jauh.

Topics

- Author
- Environment
- Explore
- Health
- Sports