

**Встречайте «Московское
долголетие» №8 (20)**

**«Московское долголетие» №8 (20) –
перед вами!**



ДОЛГОЛЕТИЕ

Информационное издание Проекта Мэра «Московское долголетие»

Рецепты долголетия

Исследователь и писатель Дэн Бюттнер, автор бестселлера «Голубые зоны», дает советы, как создать личную зону долголетия / 7

Прогнозы

Известный футуролог, физик-теоретик Митио Каку рассказывает о том, что такое цифровое бессмертие и как благодаря новым технологиям трансформируется мировая медицина / 12

Приоритеты

О том, как столица выбирает траекторию развития социальной сферы, на какие проекты и тренды делает ставку, рассказывает заместитель Мэра Москвы по социальным вопросам Анастасия Ракова / 4–5



Прогулки по Парку долголетия



В Парке долголетия все три дня царил своя особая атмосфера. В зоне «Для души» участники «Московского долголетия» и гости форума занимались на мастер-классах по рисованию и художественно-прикладному творчеству. В зоне «Для ума» проходили занятия по информационным технологиям и английскому языку. А в зоне «Для здоровья» шли тренировки по гимнастике и йоге / фото Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы / 8–9

Инновации. Социальная сфера не может стоять на месте, она должна развиваться, отвечая на вызовы быстро меняющегося мира. Это показал прошедший в Москве 19–21 июня III Форум социальных инноваций регионов, на котором столица представила авангардные проекты по использованию передовых решений в разных сферах городской жизни.