

1. Ball, K., Jeffery, RW, Abbott, G., McNaughton, SA & Crawford, D. (2010). Ist gesundes Verhalten ansteckend: Assoziationen sozialer Normen mit körperlicher Aktivität und gesunder Ernährung. *Internationale Zeitschrift für Verhaltenserkrankung und körperliche Aktivität*, 7 (1), 86.
2. Bartolomucci, A. & Leopardi, R. (2009). Stress und Depression: Präklinische Forschung und klinische Implikationen. *PLoS ONE*, 4 (1), e4265.
3. Bendjilali, N., Hsueh, WC, He, Q., Willcox, DC, Nievergelt, CM, Donlon, TA,... Willcox, BJ (2014). Wer sind die Okinawans? Abstammung, Genomvielfalt und Implikationen für die genetische Untersuchung der Langlebigkeit des Menschen aus einer geografisch isolierten Population. *The Journals of Gerontology Reihe A: Biological Sciences and Medical Sciences*, 69 (12), 1474–1484.
4. Bernstein, AM, Willcox, BJ, Tamaki, H., Kunishima, N., Suzuki, M., Craig Willcox, D.,... Perls, TT (2004). Erste Autopsiestudie eines Hundertjährigen aus Okinawa: Fehlen vieler altersbedingter Krankheiten. *The Journals of Gerontology Reihe A: Biological Sciences and Medical Sciences*, 59 (11), 1195–1199.
5. R. Blieszner, AM Ogletree & RG Adams (2019). Freundschaft im späteren Leben: Eine Forschungsagenda. *Innovation im Alter*, 3 (1), 5.
6. Boyle, PA, Barnes, LL, Buchman, AS & Bennett, DA (2009). Der Lebenszweck ist mit der Sterblichkeit älterer Menschen in Wohngemeinschaften verbunden. *Psychosomatic Medicine*, 71 (5), 574–579.
7. Bruce, MA, Martins, D., Duru, K., Buche, BM, Sims, M., Harawa, N.,... Norris, KC (2017). Kirchenbesuch, allostatistische Belastung und Sterblichkeit bei Erwachsenen mittleren Alters. *PLOS ONE*, 12 (5), e0177618.
8. Buettner, D. (2012). Die blauen Zonen. Abgerufen von <https://books.google.ca/books?id=fhJAn7fPkqAC&printsec=frontcover#v=onepage&q=isbn&f=false>
9. Buettner, D. & Skemp, S. (2016). Blaue Zonen. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 10 (5), 318–321.
10. Christakis, NA & Fowler, JH (2007). Die Ausbreitung von Fettleibigkeit in einem großen sozialen Netzwerk über 32 Jahre. *New England Journal of Medicine*, 357 (4), 370–379.
11. Fastame, M., Hitchcott, P., Mulas, I., Ruiu, M. & Penna, M. (2018). Resilienz bei Ältesten der sardischen blauen Zone: Eine explorative Studie. *Verhaltenswissenschaften*, 8 (3), 30.
12. M. Fioranelli, AG Bottaccioli, F. Bottaccioli, M. Bianchi, M. Rovesti & MG Roccia (2018). Stress und Entzündungen bei Erkrankungen der Herzkranzgefäße: Eine Übersicht, die auf psychoneuroendokrinen Immunologie basiert. *Frontiers in Immunology*, 9 , 2031.
13. Koenig, HG (2012). Religion, Spiritualität und Gesundheit: Die Forschung und die klinischen Implikationen. *ISRN Psychiatry*, 2012 , 1–33.
14. Langhammer, B., Bergland, A. & Rydwick, E. (2018). Die Bedeutung von körperlicher Aktivität bei älteren Menschen. *BioMed Research International* , 2018, 1–3.
15. Martini, D. (2019). Gesundheitliche Vorteile der mediterranen Ernährung. *Nutrients*, 11 (8), 1802. R.
16. Orlich, MJ, Singh, PN, Sabaté, J., Jaceldo-Siegl, K., Fan, J., Knutsen, S.,... Fraser, GE (2013). Vegetarische Ernährungsgewohnheiten und Mortalität in

- der Adventist Health Study 2. *JAMA Internal Medicine*, 173 (13), 1230–1238.
17. DB Panagiotakos, C. Chrysohoou, G. Siasos, K. Zisimos, J. Skoumas, C. Pitsavos & C. Stefanadis (2011). Soziodemografische und Lebensstilstatistik der ältesten alten Menschen (> 80 Jahre), die auf der Insel Ikaria leben: Die Ikaria-Studie. *Cardiology Research and Practice*, 2011, 1–7.
 18. E. Pavlidou, M. Mantzourou, A. Fasoulas, C. Tryfonos, D. Petridis & C. Giaginis (2018). Wein: Ein aufstrebendes Mittel zur Förderung der Langlebigkeit und zur Vorbeugung chronischer Krankheiten. *Krankheiten*, 6 (3), 73.
 19. Rosero-Bixby, L., Dow, WH & Rehkopf, DH (2014). Die Region Nicoya in Costa Rica: eine Insel mit hoher Lebenserwartung für ältere Männer. *Wiener Jahrbuch der Bevölkerungsforschung, Band 11*, 109–136.
 20. S. Soltani, A. Jayedi, S. Shab-Bidar, N. Becerra-Tomás & J. Salas-Salvadó (2019). Einhaltung der Mittelmeerdiät in Bezug auf die Gesamtmortalität: Eine systematische Überprüfung und Dosis-Wirkungs-Metaanalyse prospektiver Kohortenstudien. *Fortschritte in der Ernährung*, 10 (6), 1029–1039.