

Oudste Belg is huisarts

“Ik was al een tijdje de oudste huisarts van het land. Nu ben ik dus ook de oudste man. Ach ja. Veel lof heb ik daar niet voor nodig.”

“Ik was al een tijdje de oudste huisarts van het land. Nu ben ik dus ook de oudste man. Ach ja. Veel lof heb ik daar niet voor nodig. Ik heb er niks speciaals voor gedaan. Gewoon lang genoeg blijven leven.” Alfons Leempoels, 107) in Het Nieuwsblad.

“Elke dag loop ik veertig keer heen en weer in mijn living. Van de ene hoek naar de andere. Dat is ongeveer een kilometer. Het houdt me fit. Bewegen, dat is mijn geheim. Als het al die naam mag hebben.”

“Ik zie niet meer goed. Ik zie zelfs slecht. Daarom heb ik dat ding daar.” Dat ding staat in de hoek van de kamer, netjes geparkeerd voor de eikenhouten kast. Een rollator. “Ge denkt misschien dat ik slecht ter been ben. Maar dat is niet waar. Ik kan nog goed uit de voeten. Maar ik zie zo slecht dat ik die rollator gebruik om niet te vallen.”

Naast veel bewegen is er is nog iets dat ongetwijfeld heeft bijgedragen aan zijn hoge leeftijd, zegt hij. “Gezond eten! Vroeger wisten wij daar niets van af. Maar toen duidelijk werd dat zout en dierlijke vetten ongezond waren, hebben mijn vrouw en ik direct ons dieet aangepast.”

https://www.nieuwsblad.be/cnt/dmf20240531_96925799