

**Kaarten houdt je jong: Alfons (95), Frieda (90), Albert (90) en Cesar (90) spelen al jaren bridge in dezelfde club:**

**“Het verplicht ons om ons geheugen te onderhouden”**



Frieda, Cesar, Alfons en Albert spelen al jaren bridge in dezelfde club.

Wie veel kans wil maken om oud te worden, kan zich best lid maken van een bridgeclub. Bridgeclub Kalken telt intussen al vier negentigplussers, die elke week hun hersenen pijnigen in het populaire kaartspel.

“Je moet goed nadenken wat je doet in dit spel. Hopelijk helpt het tegen dementie.”

Lieven Van Imschoot

Er hangt woensdagnamiddag een gezellige sfeer in eetcafé De Pastorij in Kalken. Maar achteraan in de veranda is het muisstil. De leden van Bridgeclub Kalken denken na. Ze spelen hun favoriete kaartspel, dat is afgeleid van het wiezen. Telkens twee partners spelen tegen elkaar.

De Kalkense kaartclub bestaat dit jaar 42 jaar, met leden uit Laarne, Kalken, Wetteren, Destelbergen, Wichelen, Berlare en Gent. Volgens voorzitter Guido Verstraeten en secretaris Paul Praet is bridge het mooiste kaartspel dat er bestaat. “Bij wiezen en belotten moet je goede kaarten krijgen”, vertellen ze. “Maar bij bridge kun je met slechte kaarten óók winnen. Eens je bridge hebt gespeeld, wil je niets anders meer spelen.”

“Wij zijn hier nog de jonge garde!”

Opvallend: aan elke tafel wordt met exact dezelfde kaarten gespeeld. “Met dezelfde kaarten beter spelen dan een ander team, dat is de uitdaging. In het bridge drijven de goede spelers altijd boven. Precies zoals in het voetbal.”



Alfons (95) in actie tijdens het bridgen: “Natuurlijk maak ik soms weleens een fout.

De club telt 55 actieve leden, en hoewel ze zaterdag hun jaarlijks clubkampioenschap organiseren, draait alles om het plezier. “In sommige clubs hangt hun leven er precies van af en krijg je soms onder je voeten. Maar bij ons draait het om amusement.”

De laatste jaren zijn er bij de bridgeclub ook een aantal dertigers en veertigers bijgekomen. “Onze gemiddelde leeftijd begon op te lopen”, zeggen Guido (71) en Paul (70). “Wij zijn hier nog de jonge garde.” De heren lachen, maar ze hebben gelijk. Intussen heeft de club vier negentigers in zijn rangen: Frieda Goossens, Cesar Lammens en Albert Peelman zijn 90 geworden, Alfons Van De Velde is er zelfs al 95.

“Je moet goed nadenken”

“Het is een sport die mij jong houdt”, vertelt Frieda (90) uit Overmere. “Je moet goed nadenken en je moet kunnen onthouden welke kaarten er al gespeeld zijn. Ik speel ook online. Soms speel ik van ‘s morgens tot ‘s avonds.”



“Bridge is het mooiste kaartspel dat er bestaat”, vindt Cesar.

Ook Kalkenaar Alfons (95) speelt online. “En ik regel zelfs mijn bankzaken online”, vertelt hij. “Natuurlijk vergeet ik soms wel eens iets, en iedereen maakt weleens een fout tijdens het bridgen, maar ik doe het zeer graag. Geen alcohol drinken is de boodschap. Of naar het einde toe misschien één pintje.”

Middel tegen dementie?

“Ja, bridgen houdt mij ook jong”, vult Cesar uit Kalken aan. “Het is het *schoonste* kaartspel dat er bestaat. Ook met slechte kaarten kan je winnen, maar je moet goed nadenken wat je doet.”

Wanneer Cesar en Frieda aan dezelfde tafel aanschuiven, volgt ontzag bij een van de piepkuikens, een vijftiger. “Dit zijn twee van de sterkste spelers, wees daar maar zeker van!”



Cesar en Frieda aan dezelfde tafel: "Dit zijn twee van de sterkste spelers!"

Frieda hoopt dat het bridgen helpt tegen de ontwikkeling van dementie. "We hebben vier leden van boven de negentig, dus misschien wil dat wel iets zeggen. Bridgespelen verplicht mij om mijn geheugen te onderhouden. Dus ik hoop dat het helpt."

Cesar betwijfelt dat toch. "Ik denk niet dat je dementie kan tegenhouden. Ik heb het zelf gezien in mijn eigen omgeving. Maar bridge houdt je wakker, dat is zeker."

[www.bridgeclubkalken.be](http://www.bridgeclubkalken.be)